



河北师范大学

河北省“省培计划（2023）”

高中重点领域教师能力提升培训-心理健康

简 报

第 1 期

高中心理健康

2023年12月24日

目录

●编者按.....	1
●开班典礼.....	2
●名师风采.....	3
●圆桌论坛.....	4

编者按：

“省培计划”是河北省教育厅、财政厅统筹规划和指导，省财政专项支持的中小学幼儿园教师省级教师培训计划，重点支持高中阶段、中小学重点领域（学科）骨干教师、教育管理者和培训者、校园长等深度研修，旨在通过骨干引领和全面提升，为河北省基础教育高质量发展培养高端引领人才，为教育强省提供坚强师资支撑。

为提高此次培训的质量，本次培训设计了专家讲座、一线教师现身说法、心理剧、沙盘、小组研讨、第二课堂等模块，并融合了实践性经验分享、案例研讨等一系列的特色主题活动。主题活动充分调动学员的积极性、主动性，使每位参训老师可以充分提升自我，有所收获。

为进一步提升信息共享效果，河北省河北师范大学教育学院培训中心编制了《河北省“省培计划（2023）”高中重点领域教师能力提升培训-心理健康简报》。《简报》将及时报道本次培训的教学、管理、活动等相关情况，以期达到经验共享和共同成长的目的。

河北师范大学举办省培项目“心理健康培训” 开班典礼

2023年12月20日，一年将尽，四序云终，在这个阳光明媚的冬日，河北省“省培计划（2023）”高中重点领域教师能力提升培训——心理健康项目如期开班。该项目共计100人，截止当天有99人报到。

此次培训聚焦心理健康教育教师的心灵成长，以实践活动为抓手，开拓视野拓宽思维，促进教师的工作素养和动手能力，为高中心理健康教育教师队伍素质的整体提升打下坚实的基础。

出席开班典礼的有教育学院院长张志杰、心理系主任张亚静及项目实施负责人胡楠。首先，张志杰教授对各位学员老师的到来表示热烈欢迎，并介绍了教育学院的基本建设情况及悠久的教师培训史。他指出了本次心理健康培训的重要意义和价值，期待各位学员遵守纪律认真学习、收获友谊、增长见识。接下来，胡楠老师就具体的培训纪律、学习、生活等做了细致的要求，让学员对培训的具体环节有了明确的认识。典礼在热烈的氛围中结束，学员纷纷表示要珍惜难得的学习机会，以昂扬的斗志，饱满的热情，投入到培训中，争取致知力行、踵事增华。



开班典礼结束后，教育学院辅导员尹美恒带领大家开展了破冰活动，通过“大风吹，小风吹”、“马兰开花”等游戏，学员老师们迅速消除陌生感，增进了彼此之间的了解。

该项目共计十天，培训过程包含了专家学者高屋建瓴的理论讲授、一线教师贴合实际的现身说法、多场域、跨时空视角下的圆桌论坛、西柏坡爱国主义教育观摩以及异彩纷呈的第二课堂等。

名师风采

学习赋能与中学生动力激发的心理技术

2023年12月27日下午，郑州大学的葛操教授为“省培计划（2023）”——高中心理健康培训班的学员带来了题为《学习赋能与中学生动力激发的心理技术》的专题讲座。讲座的内容主要围绕“什么是学习赋能；中学生的学习赋能点与成长动力在何处；如何激发孩子的学习与成长动力”等方面进行展开，帮助学生更好地发展与成长。

葛操教授首先讲解了学习赋能，包括赋能对个体的意义以及赋能型父母如何通过言行、态度、环境来发挥个人潜能。赋能是在信息时代对激励的升级和优化，是一种温和而持久的激励，激发内在的力量。然后从家庭关系、动力在价值感和归属感、动力在潜意识、动力产生积极的情绪、动力在梦想和明确的目标、动力在优势和资源以及动力在关系的角度阐述了中学生的学习赋能点和成长动力。最后为学员解答了如何激发孩子的学习与成长动力。



葛操老师在授课

葛操教授将心理健康教育与学生的发展指导和学校的办学理念相融合，形成了完整的体系构建，拓宽了学生发展指导工作路径。学员们都了解了激发学生动力与学生赋能的重要性，同时也更深层地了解了影响学生学习动力的根源，更深刻感受到每个孩子都需要爱和激励。

圆桌论坛

2023年12月24日晚上，河北师范大学教育学院举办了以“家校合作视域下心理健康教师的角色与挑战”为主题的圆桌论坛活动，我校教育学院安莉娟副教授、袁立壮副教授，以及石家庄市第48中学副校长赵郡、学员代表张渊君、冯冰冰两位老师作为受邀嘉宾，胡楠老师担任主持人。

论坛依据参训高中心理健康老师提交的相关困惑，生成6大主题：如何帮助高中教师群体缓解压力；如何合理终止心理咨询；如何引导内向学生不再沉默；缺少专业基础知识的兼职心理健康老师，如何提升自身的咨询水平；对于拒学学生来做咨询，咨询师应该如何引导；哪些量表适用于测量未成年学生心理健康问题。

圆桌论坛是教育学院省培项目特色课程“圆桌派”的升级版，该形式突破了传统的教学模式，构建了一种多视角、超时空、全场域下的全新培训样态。圆桌论坛形式上注重对话交互性，受邀嘉宾注重差异性，受众群体具备广泛性，理论与实践专家、学员代表和师范生间的交流对话，充盈着思想的碰撞、观点的迁移和认知的融合；内容上重视问题导向，过程体现了培训的学员主体、需求导向，增强了学员的参与感和获得。在轻松自然的气氛中，专家以幽默风趣的语言将真知灼见融入谈话中，为听众奉献了一场精彩的知识盛宴。学员时而屏息谛听，时而凝神思考，时而点头释然，时而掩面而笑，会场内不时响起阵阵掌声。正如主持人胡楠老师所说，圆桌论坛犹如心中燃起的心灯，温暖了每一个学员的心房。

此次论坛，一方面为一线高中心理健康教师呈现了心理健康工作背后的学理解释，另一方面提供了有效的心理咨询技巧，更新了学员咨询理念。同时，受邀专家充分肯定了各位心理健康老师的辛勤付出，表达了对心理咨询工作的深深敬意，提升了心理健康老师对自身工作角色的认同感，从工作价值与魅力的层面为参训学员和师范生厚植教育情怀夯实了基础。

主 办：河北师范大学教育学院

编 审：张立鹏 胡楠

编 辑：李晴晴

编辑日期：2023 年 12 月 24 日