

又当语文老师,又当班主任

往往身兼数职的校园心理老师无奈发声:

我不想只做一块“补缺”的砖



5月14日,嘉兴市儿童青少年心理健康服务总站,心理老师在给学生讲解“心理图片” 视觉中国 供图

本报记者 赵璐洁

“我是心理学硕士,希望从事专业心理健康教育。可入职后,学校安排我‘身兼三职’,担任语文老师的同时还是班主任再兼任心理老师。”一位去年入职的小学心理老师这样对本报记者说。

前不久,教育部等十七部门联合印发《全面加强和改进新时代学生心理健康工作专项行动计划(2023—2025年)》(以下简称《行动计划》)。其中提到,中小学每校至少配备一名专(兼)职心理健康教育教师,鼓励配备具有心理学专业背景的专职心理健康教育教师。

开展专项行动,旨在积极回应现实问题。今年2月,由中科院心理研究所主持调研编撰的《中国国民心理健康发展报告(2021—2022)》显示,对全国超过3万名青少年的调查分析表明,参加调查的青少年中有14.8%存在不同程度的抑郁风险,高于成年群体,需要进行有效干预和及时调整。

然而,受传统观念和考试指挥棒的影响,学校和家长普遍更关注学生成绩,对心理健康教育重视程度还不够,不少心理老师往往兼着不止一项工作,甚至哪里空缺就到哪里填补。

烦躁、失眠、记忆力下降 临近中考,不少学生出现考前焦虑症

2012年,作为学校为数不多自考出国家二级心理咨询师资格证的专业人士,浙江一所中学的思政学科老师李芸(化名)成了兼职心理老师。

接受记者采访时是晚上9时,李芸刚好给学生做完心理咨询。“临近中考,来咨询的学生明显增加了。有的学生会出现考前焦虑症:紧张烦躁、失眠厌食、记忆力下降、无法集中精神……”

目前,李芸工作的学校每个班每两周都会有一节心理课。课程分为主题课和团辅课,主题课包括解决学习问题、处理亲子矛盾以及青春期的烦恼等课程讨论。团辅课则包括新生怎么适应、情绪如何表达,课程中会穿插沙盘、绘画等游戏。课余时间,她会给学生做心理咨询。

一些进行过心理咨询的学生与记者分享了踏入校园心理咨询室的原因。一个学生说,父母总是对他的学习和生活做出全面安排,他心生厌倦,这种逆反心理一直困扰着他,又无处排解,只能向心理老师求助。

另一个学生表示,小学时是班里的尖子生,升入初中学习难度突然加大,她感觉自己还没

有适应,成绩起伏不定,心理压力好大,于是偷偷去了心理咨询室。

交谈中,记者发现中小学生学习常见的心理问题主要有:考试焦虑、厌学等学习问题,处理亲子关系、同学关系的人际关系问题,自负、自卑的挫折适应问题,早恋、单恋的青春期心理问题。

在采访中,多位心理老师反映,有的学校和家长更关心的还是学生的升学率和考试成绩,所以这就导致心理健康教育很容易成为家长眼中“辅佐”学生“考出好成绩”的工具。

李芸就记得,曾有一位家长带着孩子来找她咨询,第一句话就是“老师,能不能帮孩子戒掉网瘾,让孩子变得更爱学习”。更多家长面对孩子的心理问题时,对心理老师提出要求:能快速解决问题,别耽误孩子上学、考试。

“我们不否认心理健康教育做得好,学习成绩会呈上升的趋势。但是,心理健康教育根本目的并不在此,而是根据学生生理心理发展规律,运用心理学的教育方法,培养学生良好的心理素质,塑造学生健全的人格,促进学生整体素质全面提高。”李芸总是向家长这样强调。

心理老师身兼数职 还要教学搞行政

这次发布的《行动计划》定下目标:到2025年,配备专(兼)职心理健康教育教师的学校比例达到95%。从目标要求看,心理老师的缺口还需填补,但现实是不少心理老师在填补其他空缺。

徐莉(化名)是浙江一所小学的心理老师,同时也是一年级的班主任、语文老师兼学校教科室副主任。学校有1555名学生,仅有徐莉1名心理老师,除了心理教学和咨询、与老师和家长交流,她还需要承担班级管理、语文教学、教科室的工作。针对这个局面,徐莉牵头组建“心理合作社”,扩大心理老师团队。

和徐莉一样经历过身兼多职的还有另一所学校已有约20年工作经历的心理老师郑晓婕(化名)。

“尤其是与孩子们互动过程中,孩子们的信任是我每天工作的动力与源泉。”郑晓婕说,她

本科读的是心理健康专业,但在很长一段时间里,不是专职心理老师。其他班级的任课老师怀孕了,她临时顶替上。“那个时候会感觉自己就是块砖,哪里需要往哪搬。”郑晓婕说,直到近两年多,她才专职做心理老师。

相比别的地方身兼三个甚至四个岗位的心理老师,郑晓婕觉得自己已经很幸运了。“在教育部门和学校的支持下,我成立了心理顾问工作室、心理健康名师工作站,给了我很大的机遇。”

谈到心理老师“补缺”的问题,接受记者采访的一所中学校长表示原因有很多:有些学校对心理健康教育学科有误解,简单认为心理老师的工作就是和学生谈话谈心,认为他们工作量不足,以至于他们身兼多职,甚至哪里空缺就到哪里填补;有些学校里教师编制名额普遍紧张,一旦有空缺的编制,首先会考虑招聘中考科目相关的任课老师……

为了学生 他们希望被“看见”

心理老师们希望被“看见”。

“社会层面也应该关注和改善心理老师的现状。”浙江师范大学心理学院心理学一级学科博士学位点负责人、浙江师范大学应用社会心理中心副主任李新宇建议,首先,学校要扎实做好心理健康教育,不能只把心理老师这个岗位当作“装点”,不能窄化心理老师的角色功能;其次,学校要加大心理老师培养力度;同时,学校管理层、班主任、任课老师、家长等群体的心理科普也需及时推广;此外,学校还可以与校外专业心理机构接轨,更正规、便捷地落实心理健康服务。

对于社会层面的努力,几位心理老师都认为很重要。比如在孩子的心理咨询中,家长往往呈现两种态度,一种是认为孩子不可能有心理问题,总觉得“现在生活条件这么好,孩子怎

么会抑郁”;还有一种是不管遇到什么问题,都觉得是心理问题,但又不知如何处理。

“应该给家长做好心理科普,让他们正确看待孩子的心理问题,而且多数孩子心理问题的根源是家庭问题。”一位心理老师说,她碰到过一个学生,总是无缘无故骚扰其他同学,在对孩子进行心理辅导的过程中她发现,这个孩子的家庭是个二孩家庭,他认为父母更爱弟弟,他的许多异常行为其实是在表达自己的不满,也是在寻求他人的关注。老师和父母沟通后,父母才开始意识到了这个问题。

心理健康教育是一项复杂的系统性工程。学校的支持、父母的理解、孩子的反馈都构成了心理老师的职业获得感,做好心理健康教育应该关注心理老师获得感,毕竟,他们被托举才能更好地托举起学生。