

# 做照进孩子心灵的那束光

——记崇明中学心理教师吴冬辰

□ 记者 季佳倩

崇明中学心理中心辅导室内,空间宽敞,光线明亮。

吴冬辰把手中一束束鲜艳的向日葵,插入桌上的玻璃花瓶内,然后坐在一把四角沙发椅上。三年来,吴冬辰记得与每一个来这里向她倾诉困惑、苦恼和秘密的孩子。

吴冬辰温柔而不失活泼的语调,也刻入许多学生的心灵记忆。“吴老师,谢谢您,如果没有您的鼓励,或许我就放弃了。”“要不是您,我现在可能还在困境里徘徊呢!”……吴冬辰是崇明中学心理老师,八年前,大学毕业,她告别繁华的大都市,回家乡崇明工作。

执教以来,她凭着一份对教育事业的挚爱,温暖着孩子们的心灵。今年,她当选为区第二届政协委员,同时也是本届政协委员中年龄最小的一位。

## “讲课是一种享受”

三年前,吴冬辰从区未成年人心理健康辅导中心回到母校崇明中学,开启了她的教学生涯。她感慨:“我的职业价值感都来自学生,看着孩子们渐渐成长,我感到很幸福!”

提起心理学,吴冬辰一下子就打开了话匣子。她说:“当初选择报考心理学专业只是因为兴趣,后来在工作中慢慢发现能够疗愈人的心灵,让他们能更好地面对生活,很有意义。”在她看来,青春期的孩子既简单又复杂,



▲ 吴冬辰在上心理课(图片由受访者提供)

有时也难免被一些心理问题困扰,这些问题并不像表面上那么简单,需要深入分析,找到症结、对症下药。

对她来说,教师不仅仅是一种职业,更是“心之所好”。“我喜欢和学生们在一起,讲课于我而言,就是一种享受。”每次上课,她都会让学生成为课堂的主角,引导学生通过主题活动去体验、去探索,从而获得成长。在学生眼中,吴冬辰的课堂常“传出阵阵笑声”的同时,又能引人思考。

近几年来,她凭着不断努力与满心热爱,在各类教学比赛中成绩斐然,曾获得上海市中小学心理课大赛高中组一等奖,获上海市心理工作先进青年,还曾代表上海参加全国心理课大赛,获高中组二等奖。

## “共情”是一种能力

相比欢快的课堂,心理咨询仿佛是一场“心灵之旅”,学生遇到不开心的事情时,总想起要到心理老师那儿一诉衷肠。

“我愿做照进孩子们心灵的那束光。”吴冬辰说,心理咨询其实是一个长期的过程,一个学生的心理矛盾冲突,可能需要数次的沟通和交流,才能起效。

“在心理咨询的过程中,和来访者建立良好的咨访关系非常重要。”她回忆,有一次,“网瘾少年”小A在父母陪同下,来到了区未成年人心理健康辅导中心。可小A的心理咨询意愿并不

强,甚至有抵触心理。吴冬辰察觉后,主动与孩子聊其感兴趣的话题,渐渐地,孩子从“不愿说”到“愿意分享”。她耐心地倾听,启发他说出自己的想法,并帮助他发现自己的闪光点,从而引导孩子寻找解决问题的方法。

“这可能就是我们心理学上说的‘共情’吧。”吴冬辰说,作为一名心理教育工作者,需要具备很多条件,但对孩子发自肺腑的关爱是一个最基本的要求。“看着孩子一天天的变好,我由衷地开心。”

## 忙忙碌碌的“孩子王”

作为学校的团委副书记,吴冬辰是每天忙忙碌碌的“孩子王”。孩子们都说:“吴老师充满活力,像是和我们年龄相仿的姐姐,她会耐心地倾听我们的心事。在组织活动时,她也会亲力亲为和我们一起完成任务,并大力支持我们提出的一些想法,让大家有很高的参与感。”

学生的信任,让吴冬辰十分感动,她把很多人的青春困惑和青春故事埋在心底,用心守护着每一份真诚和信任,同时用自己的专业知识引导学生积极地面对周边的人和事。

今年,她当选为新一届政协委员,展望未来,吴冬辰感到肩上的担子沉甸甸的。她表示,“青少年的心理健康问题已经成为了全社会关注的热点问题。未来,将继续虚心学习,深入思考、建言献策,希望能为推进未成年人心理健康服务、护航学生心灵成长,献出一份力量。”

# 六只卷羽鹈鹕现身东滩自然保护区

□ 记者 吴仲亨

本报讯 时值冬日,气候寒冷,不过上海崇明东滩鸟类国家级自然保护区(以下简称“东滩保护区”)却到了一年中最热闹的时候。从北方远道而来的大量候鸟在这里栖息越冬,其中不乏珍稀鸟类物种。前不久,保护区科研人员就监测到了6只国家一级保护动物——卷羽鹈鹕。

在候鸟迁徙高峰期,保护区加强了日常监测力度,通过视频监控平台结合野外调查,科研人员在保护区内两次监测到卷羽鹈鹕,共6只。卷羽鹈鹕在全球形成西部、中部和东部三个彼此孤立的种群,其中繁殖于蒙古国的东部种群目前数量较少,保护形势最为危急。据东滩保护区管理事务中心科研科科长冯雪松介绍,整个东部种群所有的卷羽鹈鹕加起来总共也就130只。

据了解,成年卷羽鹈鹕体长1.6至1.8米,体重可达10公斤,是体型最大的一种鹈鹕。它擅长游泳,喜好宽阔水面或湖泊沼泽,以鱼类为主要食物来源。

随着东滩保护区近年来持续进行生态环境治理,形成了由深水、浅水、岛屿、植被、底栖生物组成的完善生态体系。近五年来,吸引越来越多的候鸟来此栖息越冬,其中不乏东方白鹳、小天鹅、白头鹤、黑脸琵鹭等明星物种,监测鸟类总量已从2016年的16万只增长为2021年的22万只。

# “白瓷作画”绘美景 激发孩子想象力

本报讯 为进一步落实寒假期间“双减”工作,不断丰富孩子的假期生活,近日,新河镇团委在镇儿童服务中心开展了“白瓷作画”体验活动。通过在白瓷上作画,描绘出美丽景象,培养孩子的审美水平,激发他们的想象力。

作画前,老师首先为大家讲解了中国陶瓷艺术的传承和发展,并示范如何为陶瓷杯着色。随后,孩子们根据老师的指导,发挥想象,挑选自己喜欢的色彩为陶瓷杯穿上“新衣”。经过一个小时的绘制,一个个色彩鲜艳、造型可爱的茶杯呈现在大家面前。

陶瓷茶杯既美观,又实用。孩子们拿着自己的创作成品,心中都有满满的成就感。下一步,镇团委将不断挖掘地区资源,为孩子们提供更多素质教育活动,切实助力“双减”工作。 □ 新河镇

# 深入基层企业 实地纾困解难

(上接1版)薛红来到建设镇富安村,认真倾听富安村村委疫情防控、乡村振兴示范村建设工作等情况,对村委工作中存在的一些难点进行深入探讨,并听取了村干部对乡村振兴建设、乡村发展、民生福祉等方面工作的意见建议。薛红指出,要以产业为导向,把康养产业、菇林源菌业等原有产业作为抓手,增加乡村振兴的内涵,并积极引入产业,激活乡村“造血”功能;要始终绷紧安全生产这根弦,切实把安全生产各项措施落实到位。在明珠手套有限公司,薛红实地察看生产线,详细了解企业的整体发展、生产经营情况以及经营过程中遇到的困难,并鼓励企业继续履行好主体责任,克服当前困难,激发本土企业发展动力。

邹明来到区邮政局,实地走访了邮政大厅,察看了邮政各项业务的开展情况,详细听取了本区邮政业务开展情况、外地员工复工情况以及邮政各环节的防疫工作情况。邹明说,邮政行业承担了更多为人民服务的职能,希望大家要继续做好防疫工作,确保物流安全,同时也感谢坚守在防疫和工作一线的干部职工做出的不懈努力。在庙镇中村乡村振兴综合服务中心,邹明听取中村村乡村振兴发展和庙镇村级经济整体发展情况介绍,希望中村继续做好乡村振兴各项工作,让乡村繁荣稳定地发展,提升百姓的获得感、幸福感、安全感。

李峻来到上海智锐医疗器械有限公司,详细了解企业生产经营情况,倾听企业需求和意见。他指出,相关部门要及时梳理企业遇到的难点问题,积极对接企业需求,切实帮助企业解决实际困难。在港西镇排衙村村委,李峻认真听取村干部对排衙村的情况介绍,以及党建工作、人居环境提升及未来规划等基本情况,并倾听基层干部心声,共同研究发展过程中遇到的困难和问题,鼓干劲、谋新局、开新篇。

# 撸起袖子献热血 “崇明温度”暖人心

□ 记者 黄金奇

本报讯 1月30日下午,“上海崇明”抖音号视频号发布了一条“崇明19岁‘进行性肌营养不良’患病小伙急需熊猫血‘RH阴性B型血’”的视频,引起大众广泛关注,在春节佳节牵动了许多崇明人的心。

陈剑锋在7岁时查出患有进行性肌营养不良症,很多人还不知道这种病。该病与“渐冻症”症状相似,患者会逐渐丧失行动能力,是一种罕见病,年发病率约为每3500个活产男婴中有1个。19岁的陈剑锋发病十多年,常年卧床,长期的病痛折磨,使得他的各种器官和造血功能下降,导致供血不足,亟待输血。罕见的病症已经让这个家庭背负沉重,更加不幸的是,陈剑锋又属于稀缺的RH阴性血,俗称“熊猫血”。在中国,仅有0.3%-0.4%的人是RH阴性血,而陈剑锋拥有的RH阴性B型血更为稀少,每一千个人里才一个,这让他很难找到匹配的血源,更何况是在团聚的春节,哪里去找本身就稀少的供血者?一想到躺在ICU亟待输血的儿子,自己却无能为力,陈妈妈既心疼又绝望。

然而,在媒体的推动和崇明血站工作人员的努力下,事情有了转机。1月31日除夕当天,陈剑锋收到了一份人生中最珍贵的新年礼物,他顺利输上“熊猫血”RH阴性血,转危为安。24小时“生命速递”,彰显了大爱崇明、上海速度!

视频发出后,陈剑锋不仅受到了大家的关心,也将“熊猫血”这一陌生的词汇带入大众视野,更有爱心人士“熊猫侠们”表达了无偿献血意愿。据了解,RH阴性血作为稀缺血型,均由上海血液中心统一调配,献血待血液检测完成后,便会提供给需要帮助的人。在2月2日大年



初二这一天,就有两名“熊猫侠”走进崇明血站设于万达广场的献血车内进行爱心接力。

在填写完献血登记表、做完基础体检后,“熊猫侠”们便开始献血。来自竖新镇社区卫生服务中心的工作人员袁晨红说:“这是我第五次献血,献血是一件非常有意义的事情。作为一名医务工作者,献血救人是应该的,救死扶伤本身就是我们的职责。”袁晨红参加过多次献血,也曾为进博会、待产孕妇备血。对她来说,献血救人是她的义务,也是她的责任。

另一位“熊猫侠”黄铁是第一次参加献血,既紧张又激动。他在两年前的一次检查中得知自己是“熊猫血”,作为一名律师,特殊的血型让黄铁更添一份责任感与使命感,从此“献血救人、爱心接力”就在他心里埋下了种子。黄铁说:“这种血型本来就稀少,希望在我们的努力之下,有更多‘熊猫侠’加入献血队伍中,互帮互助,尽我们的绵薄之力。”像袁晨红和黄铁这样

拥有稀有血型的人,虽然曾经是互不相识的陌生人,但今后便是彼此最特别的朋友、家人。如果有谁遇到困难需要帮助,大家都会义无反顾地伸出援手。

2021年,崇明区荣获“全国无偿献血先进市”,崇明血站有一个随叫随到的“熊猫血”库。区血站工作人员倪晓燕说:“我们每次碰到‘熊猫血’献血者的时候,就会积极招募加入我们的RH阴性献血应急志愿者队伍,目前我们已经招募了五十多名固定成员。在举办各种大型活动和会议例如进博会、APEC会议时,我们会组织应急演练,保障活动期间血液供应。每次我们打电话‘熊猫血’成员问他们能不能来献血,他们几乎都是随叫随到的。”“熊猫血”库让“熊猫侠们”更有信心助人助己,深知并不是自己一人“孤军奋战”。倪晓燕表示:“可能还有很多人对献血有不理解或是抵触情绪,希望通过我们的努力,能让越来越多的人加入无偿献血的队伍中,‘熊猫血’虽稀缺,但绝不稀缺。”