

教师手记

# 你远走高飞 我原路返回

刘静

亲爱的刘妈：  
夕阳余晖，微风拂面，今日儿女们就要启程远航，离开陪伴我们3年的校园。

仍记得，3年前的八月，您一袭绿衣在这里等待我们到来，转眼已到分别时。

记得您的教诲，更记得常回家看看的叮嘱。

刘妈，儿女们要走了，但我们的青春，我们的联系，我们的牵挂，永远不离去，永远都在。

您的孩子们  
2022.6.9

又到毕业季，再一次送走朝夕相处3年的孩子们，独自站在打扫得干干净净、空荡荡的教室里，看着黑板上学生们的留言，我又一次潸然泪下。这声“刘妈”饱含着孩子们对我们的深情。

回想他们刚入学时，我着力培养他们的责任意识，耐心纠正一个个不规范行为，让他们懂得了什么可为，什么不可为。培养大家的竞争意识，无论是学习成绩还是班级量化评比中，都不能落后于其他平行班级。当他们彼此熟悉了，便开始竞选班干部、自主制定班规，从此孩子们开始了有序自主的班级生活。

一次考试，我们的成绩不是很理想。眼见孩子们有所懈怠，我就跟他们约定，只要我比他们出操、进班时间晚，就算迟到。从此，每天清晨我早早来到操场静候孩子们到来，每天的早读、上午、下午和晚自习的第一节课我都会站在教室门口，直到看着孩子们拿起课本才安心。都说陪伴是最深情的告白，我陪着孩子们走出了低谷，向着心中的目标不断前行。

今年疫情期间，我和孩子们一起封控在学校里，很多孩子的生日只能在过学校过。家长委托我对孩子说一声“生日快乐”，我便给过生日的孩子拍张照片传给家长，再拿出学校发给老师的方便面作为“长寿面”送给孩子，要知道这可是当时我能拿出的最豪华礼物了。有的孩子感冒发烧了又不想回家拉下功课，我便化身“保姆”，每到课间就去摸摸孩子的额头，时刻关注。听说我嗓子疼，有的学生立马拿出备用药给我。就这样我们彼此关心着，一起度过了封控的日子。

作者单位：沧州市第七中学



## 学生的特殊奖状 颁给“最帅语文老师”

——沧州教师齐继祥的援疆故事

本报记者 贾世峰 本报通讯员 任静 宋志敏

几天前的一个早晨，在新疆库尔勒市第二十三中学早读时间，沧州援疆教师齐继祥走进高一（12）班教室，学生们全体起立，齐声问候“老师好！”随后，语文课代表捧着一张奖状走上讲台，奖状上写着“奖给全世界最帅语文老师齐继祥”，上面还有全班39名学生的集体签名。

这张特殊的奖状，凝聚着孩子们对齐继祥的一片深情，也是他援疆两年的最好见证。



### 舍小家支教边疆

齐继祥是肃宁县职教中心的骨干教师，援疆支教对他来说既是机遇更是自己的选择。他曾到献县农村支教，期间了解到全国还有很多偏远地区教育十分落后，迫切需要教师支援。于是，2020年4月当他得知学校号召教师援疆，就第一时间报了名。

援疆前，齐继祥最担心的是年迈的母亲，可是母亲非常通情达理，对齐继祥说：“工作需要你放心去吧，注意保重身体，不用惦记我。”齐继祥的妻子也是一名教师，她全力支持齐继祥，“这是一件非常有意义的事，家里有我，你放心吧。”就这样，在家人的支持下，2020年10月，齐继祥来到了新疆库尔勒市，最初在新疆巴音郭楞蒙古自治州第二中学任教。2021年7月，因工作需要，调至库尔勒市第二十三中学，任党政办主任兼高一年级语文教师。

入疆之初，过于干燥的气候经常导致他流鼻血，倒不过时差更是让他严重睡眠不足，但是齐继祥努力克服生活中的困难，积极适应新疆的生活节奏。

面对新的教学环境，齐继祥积极同当地教师加强沟通，迅速进入工作状态，把自己多年积累的教学经验与当地实际相结合，因材施教，分层教学，很快获得了当地师生的认可和学生的支持。

### 孩子们眼中的“帅叔叔”

在齐继祥的班里，一多半学生来自农村，维吾尔族、回族、哈萨克族等少数民族孩子占到了全班的四分之一。孩子们的文化基础薄弱、厌学情绪严重。

为了改变学生的消极状态，齐继祥精心组织开展艺术、体育、科技等各种文化和社会实践活动。坚持每天跑操，锻炼学生体魄；举办拔河和篮球比赛，诠释团队的力量、凝聚集体的信心；一场场电影和一节节班会，为学生们带来正能量的一页。而这，也是他援疆支教的最大心愿。

整体成绩有了很大提高。

齐继祥说，他非常推崇教育专家魏书生的教育理念：发现每一个学生的闪光点，对每一名学生的进步及时给予鼓励和表扬。

晓雨（化名）的父母忙于生计，对孩子疏于管教。平日里，晓雨经常上课睡觉、迟到早退。齐继祥主动找到家长沟通，和家长共同约定从正面引导，帮晓雨端正学习态度。同时，他找到其他任课老师，希望他们能够对晓雨多关注，多鼓励。他还时常找晓雨谈心，帮孩子解开心结，树立自信。在齐继祥的不断努力下，晓雨不仅学习成绩有了稳步提高，而且生活中也变得积极阳光起来。

课上，齐继祥对学生严格要求；课下，他亲切和蔼，和孩子们打成一片。在孩子们眼中，他是个学识渊博、见多识广的“帅叔叔”，学生对他敬重又喜爱。

### 库尔勒是我的第二故乡

库尔勒市第二十三中学是河北省“组团”对口帮助的第一所援疆项目学校，拥有47名来自河北各地中学的优秀老师和管理人员。因此，尽管2021年才建校，但教学成绩非常优异，已经成为当地备受推崇的“名校”。从援助之初，库尔勒市第二十三中学就实施了“青蓝工程”，由援疆教师引领当地青年教师业务成长。

刘婉婷是高一（5）班的班主任，也是齐继祥的徒弟之一。一天放学后，刘婉婷有教学上的问题向师父请教，齐继祥细心解读。这一聊就错过了吃饭时间，两个人一边剥核桃垫肚子，一边继续研究教学问题。

像这样的情景，在齐继祥这里时常上演。两年来，他和其他援疆老师充分发挥“传帮带”作用，将多年积累的教学经验、先进的教育理念和教学方法一一传授给青年教师，为学校留下了一支带不走的教师队伍。

如今，库尔勒市第二十三中学的整体成绩在当地已小有名气。齐继祥希望这些孩子能考入理想的大学，翻开人生崭新的一页。而这，也是他援疆支教的最大心愿。



## 拭去孩子心灵的浮尘

——沧州市凤凰城小学推进心理健康教育

本报记者 赵玉洁

### 多关注巧引导 一对一沟通解心结

“马上就要放暑假了，假期孩子回到你们身边，记得把握分寸，别过分宠爱，以免开学前回到奶奶家，孩子心理落差过大，难以适应。如果暑假孩子有什么情况，随时给我打电话。”临近放暑假，班主任老师再次拨通了小源（化名）妈妈的电话，细心叮嘱道。

小源是沧州市凤凰城小学一年级的学生。他的父母都在外地工作，由于疫情原因，已经半年没有回来了。平日里，小源都是由奶奶照顾。小源性格内向，课下很少和同学们交流。有时上着课，他还会钻到桌子下面，甚至溜着墙边偷偷跑出教室。

心理辅导老师得知小源的家庭情况和在校表现后，通过OH卡（一种心理辅导工具）对小源进行了心理疏导。老师让小源随机抽出两张卡片，一张上面是三个人的背影，小源说，那是爸爸妈妈和他，他想让爸爸妈妈回来陪自己玩儿；第二张是两人牵手跑步，小源说：“这是妈妈和我，我要快点儿跑，跑到妈妈的前面。”

“爸爸妈妈都是非常爱你的，虽然他们没有把爱说出口，但是每天都和你连视频，说明爸爸妈妈一直在惦记着你。当你想他们的时候，就大胆地说出‘我想你’，好不好？”听了老师的话，小源的眼圈红了，但是并没有马上回应。

“你想跑到妈妈前面，是因为你觉得自己是那个小男子汉，你想要保护妈妈，对吗？”小源的眼泪一下子涌了出来，长久以来压抑在心中的那份对妈妈的思念之情，化作颗颗晶莹的泪珠，沾湿了他的衣襟。

心理疏导过后，班主任又多次与小源父母进行沟通。班主任、心理辅导老师和家长三方积极配合，共同为打开孩子心结不懈努力着。

### 亲子沙盘游戏 让家变得更温馨

前几天，心理辅导老师高正玉在学

校门口偶遇毕业生小航（化名）的父亲，闲聊中，小航爸爸又提起了那次令他难忘的亲子沙盘活动。

当时，高正玉不仅是学校的心理辅导老师，也是小航的班主任。小航是个活泼开朗、品学兼优的孩子，但是有一段时间，高正玉发现，上课时小航总是望着窗外走神，下课也不和同学们一起玩耍，显得忧心忡忡。高正玉找小航谈心，小航吐露了心中的秘密——父母总是争吵，他担心爸爸妈妈会分开。

原来，小航的父亲想要跳槽，但是资格证久考不下，心理压力很大。妈妈照顾一家老小，全力支持丈夫，这反而让小航父亲更加充满负罪感和深深的内疚。由于意见不统一，夫妻二人时常发生争执，夫妻关系和亲子关系都非常紧张。

正值学校亲子沙盘活动进行得如火如荼，高正玉便邀请小航的父母和孩子一起来参加亲子沙盘游戏《我心中的家》。三人不仅在沙盘上共同摆出了一个充满爱的温馨家园，而且在“情感升华”环节，父母手牵手回忆甜蜜往昔，深情倾吐心声，孩子在一旁见证这动人一幕，最后一家人紧紧拥抱着一起失声痛哭，尽情宣泄积压于心的情感。

活动结束后，小航的父亲积极调整自己的状态，家庭氛围愈加融洽。不久之后，高正玉惊喜地看到，活泼开朗的小航又回来了。

自2015年建校以来，凤凰城小学不仅建起了沙盘活动室，而且开发出《我们共同的家园》和《我心中的家》两节亲子沙盘主题课程，所有班级分批参与，密切了各家庭的夫妻关系、亲子关系，让家变得更温馨，父母和孩子更亲密。

### 多学科渗透 勤下功夫巧预防

在凤凰城小学，大部分心理辅导老师都是兼职，他们在上好心理健康教育课程的同时，更将心理学知识应用于课堂教学和班级管理，助力学子扫除心理阴霾，健康成长。

心理辅导老师张慧明在她的美术课堂上，通过“用色彩画心情”活动，从



孩子们的色彩搭配和所画内容，洞察背后的不良情绪，耐心疏导，将心理隐患及时消除。

面对无法控制自己的情绪、稍不如意就动手打架的男孩儿，老师没有厉声斥责，而是把他拥入怀中，轻抚后背，在孩子耳边不断重复：“别生气，有老师在，有什么事跟老师说。”待孩子完全平静下来，再了解事情经过，心平气和地教孩子如何正常沟通。

就这样，一次、两次、三次……再遇到问题，男孩儿开始学着控制情绪，理智地去沟通和交流。曾经总是眉头紧皱的他，如今眉目舒展，和同学们有说有笑，整个学期都没有再打架。



日前，曾担任武警吉林边防总队和公安海警学院政委、内蒙古边防总队队长的李炳天将军应邀来到沧州市建兴小学，为学子们带来一场“传承红色基因，赓续红色血脉”的精彩讲座。讲座过后，李炳天将军与学生亲切交流互动，鼓励大家要有家国情怀，争做新时代好少年。

宋新林 摄