



## 全省高校心理健康教育工作研讨班 在咸宁职院开班

本报讯 记者朱亚平报道:12月16-18日,全省高校心理健康专家服务队“学党史、守初心、担使命”集训、省高校心理健康教育工作培训与研讨班(示范中心发展专题)在咸宁职院举行。湖北省高校心理健康专家服务队成员400余人通过线上线下相结合方式参与集训。

来自清华大学学生心理发展指导中心主任、教授李焰围绕“学生心理工作的形势和应对策略”作了线上专题报告。参会全体队员赴咸宁市党史学习教育基地赤壁羊楼洞烈士陵园实地开展党史学习教育。队员分别分成两个小组,围绕“省心理健康专家服务队团队发展、建设”“省心理健康专家服务队如何更好的服务社会”两个主题进行了分组研讨。

咸宁职业技术学院党委书记高焕清介绍,通过此次学习,该院心理健康专家服务队将进一步创新工作思路,加大服务队的影响力,团队成员发挥各自优势,创建品牌力量。该院将为心理健康专家服务队继续提供积极的支持保障,共谋我市心理健康教育大计。

## 我市第十二届美育节圆满落幕

## 双减之后美育更出色

本报讯 记者焦姣报道:12月17日,咸宁市第十二届美育节颁奖典礼暨“阳光下的成长”优秀文艺作品展演活动在华中师范大学赤壁附属学校隆重举行。作为本次美育节的“压轴大戏”,颁奖典礼上呈现了17个匠心打造的精品节目。

演出在《我的祖国》器乐合奏中拉开帷幕,分为“觉醒年代”“向阳而生”“花开四季”“再现香城”四个篇章。

来自市直及各县市区中小学的师生用歌舞、朗诵、乐器演奏、音乐情景剧等表演形式,充分展现了中小学生学习朝气蓬勃、勇于探索、健康向上的精神风貌。

“这是我第一次来参加美育节,代表学校来领奖我十分荣幸,同学们的精彩演出,简直就是一场视听盛宴。”咸宁市第五小学领读学生代表孙定乾在台下看到同学们的表演,兴奋不已。

据悉,咸宁市美育节由咸宁市教育局主办,每三年一届。本届美育节以评选“三优一坊一案例”为主要内容,即优秀艺术表演、优秀艺术作品、优秀音乐美术课、优秀艺术实践工作坊和中小学美育改革创新案例五大类,是促进全市中小学艺术教育和素质教育深入发展的重要举措。

## 我市举办红色经典诵读活动

## 传承爱国爱党情怀

本报讯 记者朱亚平报道:21日,由市委宣传部和市教育局主办的2021年咸宁市中小学生学习“红色经典诵读”活动(中学组)在赤壁研学小镇营地举行,来自市直和各县(市、区)的20所学校共计300多名学生走上舞台,朗诵红色经典文章,传承爱国爱党情怀。

活动现场,《奋进新时代》《中华少年》《跨越时空的对话》《读中国》《永远跟党走》等20个节目轮番上演,为现场观众奉献了一场视听与视觉的盛宴。同学们用声情并茂、真挚动人的朗诵,表达对党和祖国的热爱,红色经典作品让观众重温了共产党人前赴后继、艰苦卓绝的革命历程,激励同学们为国家之崛起、民族之复兴而读书。

经过近三个小时的比赛,最终赤壁市第五初级中学诵读《可爱的中国》、咸宁市第四初级中学诵读《我宣誓》、通山县实验初级中学诵读《我爱你我的祖国》获得一等奖。

## 汉口银行咸宁分行 加大特殊群体客户服务力度

本报讯 通讯员陈依梦报道:针对运用智能技术有困难、难以适应现代化支付工具发展、对支付服务有需求的老年人、残障人士等特殊群体,汉口银行咸宁分行积极完善网点服务设施改造,优化服务质量,提高服务效率,提供暖心服务。

据介绍,在优化网点布局方面,该行外部设有无障碍通道方便进出,并配备常用药物应急药箱,提供有轮椅、老花镜、放大镜、急救药品雨伞等便利设备和物资,以防特殊群体客户办理业务时的不时之需;雨雪天气里,该行细心做好防滑、玻璃门防撞提示标识及针对性的配套设施,保持门外整洁和通道通畅,为特殊群体客户提供一个安全、舒心的环境。

在完善柜面服务方面,内部保留人工服务,以及纸质存折、存单等传统服务方式,在网点厅堂设有大堂服务人员,以便老年客户在自助机具上办理业务时有工作人员在旁指导,并在柜面开设爱心窗口,及时分流,减少排队时长,提高服务效率;同时,该行设立“绿色通道”服务,为特殊群体客户提供业务上门服务,服务高效暖心。

据悉,汉口银行咸宁分行将持续纵深推进弱势客户群体金融服务的优化工作,积极打造线上线下一体化、贴合特殊客户群体需要的暖心金融服务,做特殊消费群体的贴心“守护者”。

# 把爱献给三尺讲台

## ——记咸宁高级中学优秀教师罗晖

咸宁日报全媒体记者 焦姣



杂志,品读英文小说,学唱英语歌曲,欣赏经典英语电影。她辛勤的努力换得了自己与孩子们的共同成长与进步。蔡雅琪、陈焯焯同学在第19届中国日报社“21世纪·高途课堂杯”全国英语演讲比赛中荣获三等奖;朱梦、伍娜同学在2020“外研社杯”全国中学生外语素养大赛湖北地区决赛分别荣获一、二等奖;镇诗琦等多名同学考入了华中科技大学、中南财经政法大学等知名学府。

### 对待学生 寻找合适点

没有包治百病的良药。对待学生,罗晖认为,任何方法都不可能一用到底。

“每个学生都有自己的特点。”对于班级上不同的学生,罗晖也总是根据学生的性格、成绩有针对性地进行对待。

上一届有位学生李轩,别的学科成绩都很好,就是英语学科成绩稍弱,拉了总成绩的后腿。在详细分析了该同学的情况后,罗晖发现李轩同学每次的完形填空都错得很多,原因竟是很多选项里的单词都不认识。就是词汇量积累太少,那便要增加词汇

量。从那天起,罗晖便每天课间给该同学抽背完形填空的单词。

“一开始默写时像挤牙膏似的,半天写不出一个,十几个单词要写好几个课间,到后面,写得越来越快,几分钟就能写完。”罗晖笑称。

就这样坚持了三四个月,李轩同学的词汇量大大提升,高考时英语考了130多分。还有位同学石昭君,英语成绩也常在及格线徘徊,在详细了解情况后,罗晖发现该同学因性格内向,有些上课没有听懂的知识因不好意思向老师同学询问,不懂的问题越堆越多,学习也越来越吃力。

考虑到该同学的性格,针对该同学的情况,罗晖也布置了一份“特殊作业”——让她将每天上课学习的知识点,自己课后在作业本上再重新整理一遍。

第二天,当石昭君同学将自己整理好的知识点交上来后,罗晖都会认真批改一遍,对其中还存在的问题,没有弄懂的知识点进行详细解释。

就这样,一个整理,一个批改,春去冬

来,整整两年半时间,石昭君整理的知识点写满了一个又一个本子,英语成绩也随之稳步提升,在高考中英语也成功考上了131分的好成绩。

### 自我提升 丝毫不懈怠

“要把学生造就成一种什么样的人,自我就应当是怎样的人。”这是罗晖写在QQ空间上的一句话。多年来,她不仅是这样说的,更是这样做的。

所有给学生布置的作业,无论是单词还是试卷,她都会自己先做一遍,认真完成后做好批注,并思考哪些知识适合传授给学生,用怎样的方式教授,才能使学生会消化和吸收。

“最近十年的高考真题,每带一届学生就会重新做一遍,已不记得反复做了多少遍了。”罗晖笑称。

对待学生,她最常讲的一句话就是“只要你能坚持,我也就能坚持。”她和学生余绍涵有一个背单词打卡的约定,截至目前,已经连续坚持了四百多天。

罗晖的生活,总是与英语相伴。每天早上6:30起床,雷打不动开始英语晨读。白天备课批改作业自不用说,到了晚上下班回家,她还会花两个小时的时间进行自我学习,有时候是跟读网上英语口语课程;有时是浏览ChinaDaily等公众号;有时是收听BBC和CNN新闻。英语学习带给她无限乐趣,也使她站在三尺讲台上更安心。

平日里,罗晖总是以“学生”自居,不肯错过每一次听课学习的机会,不管是哪个级别的课,她都会用心听,用心琢磨,取之精华,应用在自己的课堂上。她积极争取每一次公开课机会,因为每做一节课研究课、观摩课,对自己都是一次挑战、一次提高。同时,她还积极参加省、市组织的各种培训活动。

辛勤的汗水换来丰硕的回报,在“2020年全国中小学英语分级阅读教学说课大赛”中,罗晖获得全国优胜奖;同年被教育部评为湖北省2020年普通高考优秀答卷员;2021年获得校级高考优秀教师;参与了《新课标学案》的编著;多篇论文获得优秀论文等。

## 如何教孩子控制情绪?

咸宁日报全媒体记者 王恬

孩子爱发脾气,以及不能以正确的方式表达自己的不满情绪,是很多家长都头疼的问题。

市中心心理咨询师张小可说,每个人都有脾气,有脾气的人都可以通过合理渠道去发泄。如果有了情绪不加以控制,对孩子或者对家庭都是百害而无一利。作为孩子的监护人,父母有责任、有义务在孩子容易接受教育的年龄,去帮助孩子控制好自己的情绪。

如何帮助孩子控制自己的情绪?张小可建议,首先,接受和接纳孩子。当孩子遇到不开心的事情,家长首先要善于倾听孩子的心声。让孩子“不吐不快”,要用同理心去理解孩子。孩子遇到问题时,需要家长给予孩子更多的关心,希望父母能站到孩子这边考虑问题。

唠叨比指责和抱怨更可怕,家长可以把生活中发生的跟孩子情绪相关事例或亲身经历,绘声绘色地讲给孩子听,并重点给孩子讲述家长是如何解决问题的,控制好自己情绪有哪些好处,通过具体事例进行讲述,孩子容易接受家长的教导。

其次,给予孩子更多关注。孩子在遇到问题的时候,通常他的心理是脆弱的,“玻璃心”都是家长溺爱出来的,都是过度保护导致的结果。当孩子具备自主能力的时候,作为家长要及时放手。包办代替,只能让孩子形成依赖心理。

孩子有不良情绪之前,总是有先兆的。比如:不吃饭、对任何事情都提不起兴趣、不爱搭理人等。细心的家长这时候要主动关心孩子,和孩子平视,主动询问。不是每件事情孩子都能自己搞定,孩子需要家长帮忙的时候,家长该出手时就出手。

最后,帮孩子建立规则意识。孩子在未成年之前,如果不及时树立规则意识,每个孩子都是“莽撞人”。轻则伤到自己,重则酿成大祸。关于玩手机,看电视问题,不是任何时候都能玩手机,看电视。都要提前规定好时间和规则。一定是先写完作业,再进行娱乐活动。这都需要提前给孩子讲好,家长也可以让孩子给家长提要求,互相遵守,互相监督。

## 如何缓解孩子的学习压力?

咸宁日报全媒体记者 朱亚平

最近,就谈鄂高高三年级的小梁有点心情低落,连带着家里人也跟着紧张兮兮。“可能是阶段性的,有时候看着孩子特别累,他自己给自己的压力很大,家长如何缓解孩子的学习压力?”家长周女士咨询道。

鄂高老师钱虹介绍,每位家长都希望自己的孩子学习成绩优异,都是望子成龙、望女成凤,这样势必会增加孩子自己的学习压力,那作为家长如何缓解孩子的学习压力?多鼓励。平时家长要多鼓励孩子,激发孩子的学习兴趣,不能一味地强迫孩子去学习。

多沟通。很多家长因为工作的原因与孩子交流的少、接触的也少,与孩子的沟通少了与孩子的心理距离也就变远了,时间久了孩子也就变得不愿沟通,家长多跟孩子沟通能够及时了解孩子内心的想法,也能很好的找到引导孩子的方法。

家长摆正位置,不要把学习排名看得太重。有些家长将孩子的名次排名看得很重要,

## 通城城发集团:建设清廉国企 新风扑面而来

通讯员 吴刚

“我郑重承诺:带头落实学习制度,带头维护政令畅通,带头强化担当作为,带头拒绝‘带彩’娱乐,带头拒绝酒驾醉驾……”12月16日,通城城发集团召开作风建设整顿大会,该集团董事长带领与会的1000余名干部职工就作风建设十项意见作出庄严承诺。

制定出台建设清廉国企的相关文件、召开警示教育大会、部署作风整顿工作……近年来,通城城发集团积极响应清廉国企建设号召,一系列动作、一项项举措自上而下铺开,将“清”和“廉”渗透落实到权力运行的各个环节。清廉之风,激活了企业发展的一池春水,为企业改革发展注入了强大动能。

### 清权立制 扎密制度笼子

建设清廉国企,制度建设是规范权力运行的重要一环。城发集团由20多家县属国企组合而来,原来各公司的制度,与新的城发集团不匹配,办事手续繁杂、资金审批缓慢、工程管理乏力、人员进出随意。为彻底改变这一局面,集团自上而下实行集中管党、集中管人、集中管钱三管机制。紧密结合11个下

属企业的经营特点,研究修订完善了人力资源、母子财务一体化运行、资金集中管理、项目管理等制度,完善职权清单建设,坚持把加强对权力运行的监督制约,把权力关进制度笼子作为重要任务抓紧抓实,贯穿于清廉国企建设的全过程。同时在深化国企改革的过程中,不断推进集团薪酬、绩效、考核、招标、采购、审计等改革,强化源头治理和流程管控,把解决具体问题与建立长效机制有机结合。

“梳理完善原有制度,是强化制度执行意识的过程,可切实提升用制度管权、管事、管人的针对性和实效性,将制度建设转化为企业治理效能,助推清廉国企的建设。”通城城发集团总经理如是说。

### 清风护驾 强化常态监管

规范权力运行要有制度制约,也要有实在的监督举措。县纪委监委派出城发集团纪检监察室,集团总部设置纪委部门,对人数较多的下属企业建立集团、业务集团、公交集团设立联络员,把纪检监察延伸到基层每一个角落,打通管党治党责任全面覆盖“最后一公里”。

“我们为集团公司293名党员干部建立了廉政档案,主要涉及个人重大事项报告、年度考核结果、遵守中央八项规定情况、个人奖惩记录情况、党纪政纪处分情况、家属子女从业工作生活情况。”通城城发集团纪委书记表示,通过建立廉政档案,城发集团把牢廉洁用权关口,全面加强对党员干部的教育、监督和管理,及时掌握领导干部廉洁从政情况,拓宽党内监督渠道。定期对工程建设现场进行廉政巡查,强化对工程招投标、工程质量等关键环节的定期督查,并制定纪律提醒清单,做好源头管控。同时,还积极发挥党组织、职代会、监事会的监督作用,做到运行透明、职权清晰、责任明确、程序规范、监督防控和责任追究有力有据。自2019年以来城发集团共查处违纪违法问题61人。

### 清风沐雨 筑牢廉洁防线

“勤者,政之所要;廉者,政之本也。身为党员干部,清正廉洁是必须秉持的政治操守、坚守的做人底线、敢于担当的底气根基……”这是通城城发集团的“企业发展研究院”邀请

