让幸福可见、可触、可感知

——台州黄岩区以三大工程推进积极心理学落地

□本报记者　刘桐青

掷出骰子，翻滚几圈，停在“做一次蝴蝶抱”……在北京师范大学台州实验学校心理教室，六年级学生周骏彦在同学的鼓励声中张开双臂，缓缓抱住自己。地垫上，每个格子都写着一项情绪小任务。这样的心理课，在台州市黄岩区中小学已成日常。

自2021年起，黄岩区教育局与清华大学社会科学学院合作，将积极心理学引入校园，以“幸福科学馆、幸福学校、幸福妈妈”三大工程，推动心理健康教育从聚焦问题学生的干预，转向面向全体学生积极心理素养的培育，逐步构建“幸福共育”体系。

“幸福科学馆”：让心理变得可触

在永宁幸福中心，黄岩区实验小学学生何卢萱用力踩踏动力踏板，屏幕上的虚拟人物越跑越快。到达终点时，她额角挂着汗珠，与同伴相视一笑。“幸福就是酣畅淋漓地完成一场运动，整个人轻松了许多。”她说。

类似这样的体验，在永宁幸福中心每天都在发生。这座场馆，也成了许多黄岩学生接触积极心理体验的第一站。

为何建这座场馆？区教育局相关负责人介绍，传统心理服务偏重“事中及事后干预”，而积极心理学主张在问题发生之前，先让每个学生拥有感知幸福的能力。正是基于这一理念，黄岩区政府与清华大学社会科学学院开展校地合作，永宁幸福中心于2023年全面建成，成为全国首家积极心理学科普体验及综合服务中心。作为积极心理学进校园的“入口”，这座场馆的定位很明确：要让幸福可见、可触、可感知，首先得让学生愿意走进来，在体验中有所感悟。

走进场馆，一层幸福共享空间以视、听、嗅、味、触五感体验打开身体，笑脸墙、嗅觉体验等装置让学生在感官互动中感受情绪与记忆的联结；二层科技互动空间设置脑电赛车、歌唱空间、动力踏板、情绪识别装置等，让学生在运动和游戏中释放情绪、专注训练；三层空间设有福流书房、冥想空间、呼吸训练与心理绘画空间，帮助学生体验放松与投入。这些设计指向同一件事——把“情绪”“专注”“放松”这些抽象的词，变成身体能记住的东西。

体验之外，场馆还承担着接续支持的功能。场馆内设区未成年人心理辅导中心，安排33名骨干教师在双休日、节假日轮值，为来访学生提供心理辅导与咨询；与上海贝克心理·黄岩诊疗中心合作，为全区部分有需求的学生提供免费诊疗服务。

“幸福学校”：让积极心理融入日常

“今天有没有哪件小事，让你觉得心情还不错？”黄岩区东城街道中心小学的一堂心理课上，心理教师杨银花让学生们轮流分享开心的事。“今天我吃到了想吃的菜。”“我帮同学解答了一道数学题。”……每分享完一件让自己快乐的小事，学生们的脸上都露出了笑容。“每天分享‘三件好事’，不是让孩子假装开心，而是帮他们练出发现美好的能力。”杨银花说。

这是黄岩区中小学将积极心理学融入校园日常的一个缩影。区教育局在10所学校开展“幸福学校”试点，围绕积极自我、积极情绪、积极关系等6个模块，统一提供教案、课件和资源包，并鼓励各校结合校情进行个性化调整和校本化开发，形成“一校一品”的实践样态；同时分层开展师资培训，累计培训教师3500余人次，选派70多名骨干教师赴清华大学进修，推动积极心理学从一门课走向全员参与、全程渗透。

区域统筹之下，各校的落点并不相同。黄岩区东城街道中心小学的实践，从一本册子开始。每个班有一本《班级美好事件记录册》，学生轮流记录发生在身边的美好瞬间。册子不厚，却让班主任多了一个观察学生的方式。在此基础上，学校把积极心理学嵌进课程与活动：每周的心理拓展课上，学生用绘画表达情绪；劳动技能大比拼中，学生在钉纽扣、做水果拼盘的过程里学会分工；体育节上，全班合力抬起充气龙舟，在协作中释放压力、感受团队支持。

北京师范大学台州实验学校则走了一条“心理+戏剧”“心理+劳动”的路。学校构建起九年一贯的戏剧课程体系，把心理健康教育与戏剧表演打通，让学生在角色中理解情绪、表达内心。学校还开辟出七彩农艺园和校外实践基地，小学侧重农事体验、鲁班工坊、创意手工，初中开展“设计—制作—调试—优化”项目化学习，让学生在播种、养护、收获中磨出耐心、学会配合。“戏剧和劳动，都是让学生愿意打开自己的方式。”心理教师管慧敏说。

“幸福妈妈”：让改变从家庭开始

在黄岩区东城街道中心小学家长读书会上，朱女士分享焦虑：“我一辅导孩子作业就控制不住脾气，亲子关系紧张，孩子在学校也不合群。”杨银花发现，问题不在于学生，而在于朱女士自身的情绪状态，便建议她系统学习“幸福妈妈”课程。朱女士从情绪管理、亲子沟通学起，逐步调整教养方式。如今，家庭气氛缓和，孩子在校也愿意与同学交往。

区教育局相关负责人表示，学校心理工作常面临“学生在校被接住、回家却接不住”的困境，而家庭端的关键在母亲——母亲的情绪状态直接影响家庭氛围与亲子关系。基于这一判断，区教育局与区妇联、区卫生健康局等多方协同，将“幸福妈妈”工程作为家校协同的重要抓手，在全国率先推出以“母亲幸福力+家风传承力”为核心的家庭教育支持体系。

在家校协同链条中，学校承担着发现需求、转介服务的功能。班主任和学校心理辅导站在日常观察中，一旦发现家庭支持不足的学生，就通过“心网格”记录，转介到社区“幸福驿站”或“幸福妈妈”线上平台。妈妈们在这里进入“赋能闭环”：从测评画像到课程培训，再到考取“幸福引导师”证书，先让自己获得支持。此外，“幸福妈妈”平台还上线了AI数字人“橘姐”，24小时提供智能陪伴，成为妈妈们日常学习之外的随时补给。

妈妈们获得支持之后，学校把“幸福妈妈”引入家长会、家长学校，让持证妈妈分享经验，带动其他家庭参与。持证妈妈还组成爱心妈妈志愿队，把社区驿站打造成“童心绘梦故事屋”，陪伴社区儿童阅读。

区教育局相关负责人表示，下一步黄岩将推动积极心理学从试点校向全区辐射，持续优化课程供给、深化家庭参与、完善数智化服务网络，让积极的力量注入每一个学生的日常。





节气为媒 浸润童心

11月5日，长兴县雉城街道联合机关幼儿园开展“立冬藏暖意　腌菜知岁时”节气主题活动。幼儿在教师指导下制作腌菜，观察萝卜“杀水”变软的过程，在动手实践中了解传统习俗。图为幼儿在制作腌菜。
（本报通讯员　王徐超　摄）

浙农林大国际学术期刊管理与发展中心成立

本报讯（记者　徐梦娇　通讯员　陈胜伟）近日，浙江农林大学国际学术期刊管理与发展中心成立大会在浙农林大东湖校区举行，这标志着该校期刊平台建设进入新阶段。

校长吴家胜介绍，目前学校的三本期刊各有定位、各具特色，共同构成期刊发展的重要基础。新成立的中心将依托战略研究、办刊创新、开放合作三重优势，坚持“质量立刊、特色强刊、开放兴刊”，在国际合作上拓展格局，努力培育富有特色和影响力的浙农林大学术期刊集群，传播中国农林科技成果和发展经验，参与国际学术交流。

大会发布了中心建设方案要点与五年行动计划，围绕集群化、国际化、专业化、数智化四大方向介绍中心落地实施路径，并举行了“学者之家（团圆人）”授牌仪式。根据计划，未来五年将实施期刊品质跃升、数智出版创新、编辑人才培育等六大行动，完善质控体系，推进平台数字化与AI赋能，营建学术社区，拓展国际传播。力争到2031年，建成流程规范、社区活跃、具有自我造血能力、具备全球影响力的品质、活力、品牌期刊。

大会吸引了来自浙江大学、中国农业大学及美国华盛顿大学等知名学术机构的专家学者，为学校统筹期刊资源、创新办刊体制机制、推进浙农林大学术期刊集群建设提供了交流平台。

开化创新公办园托育服务成本分担机制

本报讯（记者　金　澜　通讯员　佘建勋）近日，开化出台公办幼儿园托育服务成本分担实施方案，明确政府、社会、家庭三方成本分担责任。这是全省首个建立公办幼儿园托育服务成本分担机制的县（市、区）。

记者了解到，托班每班最多20人（学前段每班平均30人），师资配置要求却与学前段相同，生均教育成本相对更高。同时，托班幼儿未纳入县级生均公用经费保障范围，“适托化”改造和日常教学消耗又带来一定开支，县级财政投入相对有限，部分公办幼儿园对开办托班顾虑较多，普惠托育服务的推广面临一定阻力。基于此，开化创新机制，将财政支持与托育服务的实际运营需求相结合。

据悉，实施方案聚焦托育服务成本核算，明确家庭承担的保育费用原则上不超过托育服务总成本的40%，并由财政补助先行抵扣运营成本。同时，开化明确生均公用经费为每年1000元，每年统筹奖补资金10万元，围绕保教管理、医育融合、家园共育、安全防护等差额奖补。此外，对新增独立托班给予不高于每班5万元的一次性“适托化”改造经费。针对托班可能出现的生源较少、运营成本偏高等问题，开化专门设置小班额运营补助，进一步打消公办幼儿园办托班的后顾之忧。

“这套成本分担机制，是开化深化托育教育一体化改革、健全普惠托育基本公共服务体系的重要制度探索。”开化县教育局党委书记、局长葛晓飞表示，成本分担机制不仅进一步厘清了政府、社会和家庭三方的成本分担责任，还在保障园所正常运营的同时，守住了普惠托育底线，推动托育服务可持续发展。

一双鞋垫背后的创业课

宁诺创客实验室全方位助力跨学科项目落地

□本报通讯员　周婉军

“糖尿病血糖监测的市场已经很饱和了，但对它的严重并发症——糖尿病足的监测，几乎仍在起步阶段。而这，恰恰是病人生活质量急速下降的关键。”宁波诺丁汉大学医疗智慧实验室里热火朝天，学校国际经济与贸易专业大四学生胡古玥正和跨专业团队一起，对他们研发的糖尿病足智能穿戴式监测鞋垫Diapad做新一轮迭代。

这个来自宁诺创客实验室嵌入式课程的想法，已经走过了样机、比赛，正在筹备申请专利。与此同时，印尼制造业蓝领用工平台WonderWork、AI中文书写搭子软件Moora AI、宠物用品品牌“一只帐篷狗”……来自不同国家与学科背景的学生团队带着他们各自的创新产品，正走出校园验证真实需求，开始赚取真金白银。

胡古玥第一次参加创客实验室暑期训练营时，带着智能戒指测血糖、动态血糖贴片、皮肤病敷料、糖尿病足鞋垫等想法。团队因无落地产品，在路演中排名靠后，却由此找到最终创业方向。“实验室老师引导我们做了竞品分析，重点研判市场饱和度、大公司碾压风险、团队核心竞争力，最终让我们下定决心做糖尿病足智能监测鞋垫。”

这名文科背景的学生随后与来自理工学院的汤姝言、张隋仪等学生组队，并联系到宁诺医疗智慧实验室负责人Stuart McDonald教授，获得硬件设备和医院合作资源支持。

Diapad不是个例。由经济学专业学生曹喆团队开发的AI中文书写搭子软件Moora AI，已在苹果应用商店的147个国家和地区上线并开通付费，国内上架正在推进中。曹喆练了10年书法，反复遇到3个问题：找不到合适的书写内容，不知道笔法如何改进，写完的作品难以保存回顾。参加创客实验室的课程和比赛后，他和团队把真实需求变为产品，拿到了3.5万元创业奖金，并探索将中华优秀传统文化传播到全球。

几个团队方向不同，却有着共同起点：在项目最早、最不确定的阶段，创客实验室用课程、比赛、启动资金、导师和产业资源，帮他们把想法往前推一步。

创客实验室成立于2018年，是宁诺、英国诺丁汉大学、马来西亚诺丁汉大学三校共享的创新创业平台。在宁诺的创新链条上，它的定位很明确：做孵化链的前端，涵盖创新创业理念和技能培养，以及早期项目孵化。“学生带着想法进来，经过概念验证、市场反馈、商业逻辑培养、早期落地，再被输送到学校李达三孵化园等后续平台进行壮大。”创客实验室主任Feranita表示。

“我们想激发学生的创造力、培养他们的创新能力，并链接学术知识与实际应用。”商学院院长邝国威说，创客实验室秉持包容性、实验性与全球化视野的理念，让学生能够系统地学习创新创业知识与技能，同时以跨专业组队为硬性要求提升团队协作能力。

“最宝贵的就是关于商业思维的建议。”胡古玥提到，在10月底的一场创业基金评审会上，评审教师张悦悦问Diapad团队：“买你们这个产品，必须买一双鞋，还是可以把这个功能模块卖给不同的鞋厂？”这一问，让团队瞬间打开了产品思路。

“我们想做的，是为这些年轻的创意提供一片可以扎根的土壤，让学习真实发生，让创新被允许试错，让每一个‘如果可以的话’，都有机会变成‘我们做到了’。”商学院副院长余捷表示。



近年来，建德市明珠小学根据学生兴趣爱好，开设中国舞、现代舞、拉丁舞等课程，打造多彩缤纷的校园文化氛围，促进学生健康成长、全面发展。图为11月4日，学校舞蹈社团的学生在专职教师指导下，排练传统节目《赛龙舟》。
（本报通讯员　宁文武　摄）