

宁波打造“1+10” 中小生长指导中心 为阳光少年 心理护航

8月19日晚,全国“新时代好少年”先进事迹发布仪式在宁波举行,宁波“急救少年”盛徐桢入选,这也是宁波连续3届有少年获此殊荣。

近年来,像盛徐桢这样勇于担当、全面发展的“新时代好少年”,正在宁波不断涌现。他们的健康成长和优秀表现,离不开健全的心理健康教育与全方位的成长支持,而宁波市精心构建的“1+10”中小生长指导中心,正是这片育人沃土上不可或缺的重要力量。



小朋友在奉化区学生成长指导中心体验情绪训练场。

在体验中预见未来

走进宁波市中小生长指导中心,一座5层高、占地7000平方米的综合体验馆让人眼前一亮。自2021年8月成立以来,这里已成为全市中小生长探索自我、规划未来的重要基地。

中心设有32个体验区和254个体验项目,涵盖职业体验

与心理科普两大板块,每天可接待800名学生。其中,职业体验空间更是填补了宁波在职业启蒙教育方面的空白——艺术、智创、财商等六大中心与生涯规划室,让不同兴趣和性格的孩子都能找到属于自己的天地,在体验中预见未来。

心理科普区域同样引人入

胜:戴上头环,脑波灯随情绪变换颜色;专注力越强,脑电喷泉就越绚烂;写下烦恼投进“心灵树洞”,也是一种情绪的释放。这些先进设备,帮助孩子觉察情绪、认识自我。心理辅导区还设有家庭辅导室、沙盘游戏室、音乐放松室等,让孩子能够安心倾诉、释放压力。

“甬老师”帮孩子化解心结

该中心的墙上展示着一支专业志愿者队伍——“甬老师”。他们是由全市优秀心理教师和专家组成,总是在孩子与家长最需要的时候伸出援手,化解心结、传递温暖。

此外,市中小生长24小时心理热线(87368585)每周都有“甬老师”值班,及时为求助者提供温暖的回应和支持。该中

心还提供线下面询、个体辅导及亲子团体活动,切实回应成长中的难点与痛点。

线上服务同样丰富,“甬心伙伴”程序访问量已超20万次,“成长有约”等栏目持续推送成长故事与解惑内容;“幸福成长促进计划”把心理关怀送至农村、海岛留守儿童身边;中高考志愿填报辅助系统等,让专业服

务触手可及。

不只是市级中心,宁波市教育局加强全域统筹,推动区(县、市)100%建成成长指导中心。鄞州“七堇润心·‘鄞’在未来”、海曙“启曙·成长”、江北“遇见·树”……截至2024年底,全市10个区(县、市)均建立了规范而各具特色的指导中心,共同守护孩子的成长。

全方位守护孩子的健康成长

为充分发挥中小生长指导中心的辐射作用,实现校家社协同育人,市教育局还与市卫健委合作成立宁波市学生心理诊疗与研究中心,开通“绿色通道”,确保有需要的学生能及时获得专业诊疗与咨询。

宁波还推出“医教结合跟岗

实习”项目,组织中小学心理教师走进市康宁医院,通过“一对一”导师带教,提升教师专业能力,加强医校协作,更好地守护学生心理健康。

“我们想做的,就是聚焦各学段学生成长的关键节点,在理想指导、学业指导、心理教

育、生涯规划、家教指导五个方面,提供纯公益性‘一站式’成长指导与服务。”宁波市心理健康教育名师、市教科所副所长兼中心主任杨娜介绍,这一切,都是为了全方位守护孩子的健康成长。

记者 马亭亭



宁波市中小生长指导中心的心灵树洞。



象山县学生成长指导中心开展心理教育课。

“新时代好少年” 走进周尧昆虫博物馆

“8月19日晚,2025年全国“新时代好少年”先进事迹发布仪式在宁波举行。8月20日上午,这些好少年在宁波开启了一段研学之旅。

好少年到的周尧昆虫博物馆位于鄞州公园内,是亚洲最大、浙江省唯一的昆虫主题自然类博物馆。

“昆虫学泰斗”周尧主攻昆虫分类学研究,是中国古代昆虫学史研究的拓荒者,也是中国昆虫学史学科的奠基人。博物馆内部展陈分为“昆虫学泰斗”和“昆虫大世界”两大展示主题,有实物加模型、图片加影像、多媒体互动、生态活体养殖等多种展陈形式,设有我国首例切叶蚁生态展示装置和室内生态蝴蝶体验区。

一楼昆虫活体区,最吸引大家的就是生态装置,大家可以近距离了解各类昆虫。

为了让孩子们获得最直观的体验,活动还特别安排了与昆虫的互动环节。在讲解员的帮助下,大家和竹节虫来了一次亲密接触。外形酷似树枝的竹节虫有着淡棕色的身体和修长纤细的四肢,是自然界的伪装大师。好少年摊开手掌,竹节虫便沿着他们的小手臂爬了上去。

“竹节虫自己会感应方向吗?”“它在我们的手臂上爬,会不会痒?”“我想要拿着竹节虫拍照,你们帮我拍张合影可以吗?”……这样的互动让大家都很开心。

扬州市特殊教育学校茉莉花盲童管乐团成员们近距离感受了竹节虫的“样子”,虽然看不见,凭着讲解员的描述以及真实的触感,大家都兴致勃勃。

在周尧昆虫博物馆里,好少年们还见到了稀有的蝴蝶,光明女神蝶、南美洲特有的蓝光闪闪的闪蝶、猫头鹰蝴蝶……形态各异的蝴蝶让大家热情高涨。

来自华南师范大学附属中学的胡东平深耕机器人领域,有不少小发明。“这个科学馆是以我国著名昆虫家周尧的名字命名的,我在博物馆里看到了他的一些手稿以及他捐赠的标本,非常震撼!”胡东平说。

对更多的好少年来说,这次研学活动也扩大了他们的“学习圈”和“朋友圈”。

“参与这次活动的有科技少年,也有见义勇为的少年,还有在北京中轴线上讲解的少年,他们身上的精神激励着我不断地前行,学习他们的坚持和勇敢,然后继续走下去。”山东省潍坊市广文中学学生刘佳诺说。

记者 朱琳 袁先鸣/文 崔引/摄



好少年与竹节虫互动。