

市八初级中学记者站开展校园人物采写实践

心辅室的灯，永远为学生亮着！

这次校园人物采访选择的对象，源自五年前的一次微信聊天。一位当年即将中考的学生告诉记者：“我们学校有一位心理老师，是每个同学的守护天使。”

这位心理老师姓王名璐，每位同学在预备年级时，都曾上过她的心理课。而邀约王老师采访时，记者才得知，她去年已经退休，如今是返聘回校。

一位在校园里做了一辈子心理辅导的老师，和孩子们发生过怎样的故事呢？同学们各自准备了问题。

4月10日，王老师走进了小记者课堂。她面带笑容，神采奕奕，丝毫不像已退休的年纪。她没有站在讲台上，而是坐下来，一如她的心辅室里，等着需要帮助的孩子来找她，面对面聊天。

同学们的问题一个个抛出，王老师缓缓接住，娓娓道来。她对这份工作的热爱，她对每个同学的守护，她对寻常生活的知足，从她的言语中慢慢流淌出来，如春光般洒在每个人身上。

这不仅仅是一次采写练习，更是一次“如何活出好的生命状态”的具象化呈现。这对于学生来说，也许是一次人生幸福课的启蒙。

(晨报记者 张智丽)



“灯”还亮着

晨报小记者 史浣语

王璐老师的大专学的是临床医学专业，从事的第一份职业是我校的医务老师。那么是什么让她最终走向心理学，并选择一直在这条道路上行至退休呢？

“当时我们的老校长第一个提出来，学校要关注学生的心理，我发现自己对这块特别感兴趣，于是去读了教育心理学的本科，回来后做了心理辅导老师。”

她曾经在写给报刊的一篇文章中，这样开头：“我从事的是我喜欢的工作。”这句话直到退休，也没变。

永远敞开的“收容所”

对同学们而言，面积不大的心辅室，是在各种学习生活压力的风雪中，一处温暖的“收容所”。王老师在岗的每一天，几乎都有同学来心辅室寻求帮助。辅导的方式很多样，交心的聊天、沙盘游戏，同学们从中获得复原的力量。

那么，王老师每天接收这么多的负面情绪，是否会感到厌烦，或是给自身心理带来影响呢？

“不论是同学还是同事来找我吐槽，都是你们送给我的一份珍贵礼物，那就是信任。”王老师回答道，她在工作中始终抱着一种感恩的心态。

王老师还提到，有些已经毕业的同学仍会通过发消息的方式，向自己求助。令她印象深刻的案例是，一位同学因原生家庭问题，常常陷入孤立无援的状态。王老师一直与他保持着联系。“在他需要的时候，他能想到还有我，我能做的就是及时回复……对于这样的孩子，我除了心疼，还是心疼……我从来不会

因为学生毕业就把他们的联系方式删掉……”她说，希望通过自己的课程和心理辅导，告诉所有的学生，“心辅室有一盏灯始终为你们亮着”！并且，不论是在校园还是毕业离开，寻找心理辅导都是一件非常正常的事，就跟感冒发烧看医生一样。

阳光长久照耀的地方

王老师的内心似一处阳光长久普照的地方。她说自己在工作中也有困难，例如有时候课堂纪律难管，令人恼火。但她很快就会自我开解，“我又不是‘仙女姐姐’，我也有搞不定的事情啊！”她笑着说：“每一种困境，如果你以积极的视角去处理，它就一定会给你带来收获。”

去年，王老师已经退休，如今是被学校返聘。她坦言，收到返聘邀请时，自己也有所动摇，这意味着先前做好的退休计划都得延后。但她还是选择回到学校，因为这依然是她喜欢的工作，而且她有责任把年轻老师带上路。

仍有同学好奇，作为一名心理咨询师，王老师如何获取能量。她总结道：“一是对来访者给与信任的感恩，这是我的生命底色。第二，是爱情的美妙。我获得的能量很多时候来自我的先生。即使我俩已经跨入老年，但我们依旧有着浪漫的生活。”

她还会在生活中培养各种爱好，比如她最近迷上了烘焙，常常拿着自己烤出的食物分享给同事朋友。

王老师在职业生涯中遇到过如此多形形色色的人，她始终柔软、细腻地对待每一个人。她让我感受到，只要心里有一盏灯还亮着，她总能发现美好。

“心辅室有一盏灯始终亮着”

晨报小记者 励元

王璐，市八初级中学的心理老师，同学口中的“守护天使”。很多同学都表示，在自己情绪低落时，是王老师给了他们勇气和力量。而上周，晨报小记者拓展课上，我们邀请到了王老师进行采访。

王老师走进班级时，很自然地和大家打招呼，并坐在椅子上，嘴上挂着微笑，举止也很优雅。

很快，采访开始了。一位同学先问了老师的职业生涯。王老师说，她一开始学的是临床医学，在我校做医务老师，之后本科学了教育心理学，转型成了心理老师。“我喜欢和孩子在一起，和孩子在一起我感到快乐。”

当然，心理老师也不是什么轻松的职业，

每天都要听各种各样的抱怨和吐槽。同学们问她是如何调剂自己情绪的。没想到她回答说，自己始终抱着一种感恩的心态——学生愿意告诉她自己的故事，是对她的信任，是一份珍贵的礼物。甚至到如今，还有不少已经毕业的市八初学子，还和她有消息往来。在他们需要帮助的时候，她会给与陪伴。她从来不会删除同学的微信，她始终都在。

王老师是我见过的最包容的老师。她包容同学、包容同事，也包容她自己。她是同学们的避风港，正如她自己所说——“心辅室有一盏灯始终亮着”。所以，那些如光芒一样照亮他人的人，本身就如光芒一样耀眼。

王老师的“前卫”认知

晨报小记者 徐麦麦

作为一位年龄偏大的心理老师，王老师和我们交流毫无代沟，这是令我震撼的。

在很多家长眼中，我们这一代人比他们小时候容易多了。这种观点不能说全错，但有些父母的说教方式实在令人难以接受，久而久之就会形成代沟。而王老师却说，在她眼里，爸妈这一代人和我们生活的环境不一样，比较是没有意义的。真正重要的是去适应社会的变化。我们这一代的学习压力会更大，情绪状态起伏也会更大。

这么“前卫”的认知着实令我惊叹敬佩。作为一位长者，能没有偏见、没有“说教味”地说出这些话，王老师的职业素养令人佩服。

在初中的几年，除了六年级，其他时候我都没有接触过王老师，因为有些害羞，加上心理上并没有自己难以排解的问题。可是，此次采访让我萌生出想去心理咨询的冲动——无他，试问谁不想和一位没有代沟、慈祥的长辈畅聊一整个课间呢？

王老师为何有如此的认知，其实是有原因的。除了职业素养，还有一个因素。王老师说：“一直是在这四年来，孩子们给我滋养，所以我一直没觉得我心态有多老。”

王老师作为心理老师，接受学生们的“苦水”，而她能从中获得“养分”，让她从内心变得年轻。这种认知和觉悟，是很多人没有的啊！

通讯录里永不失联的朋友

晨报小记者 杨羽澄

几天前，我们采访了学校的心理老师王老师。

和她对话是一件幸福的事。她温柔谨慎，把每一个来访者都视为值得信任的对象，同时又避免泄露他们的秘密。她仿佛一台收容情感的机器，倾听，随后把那些情绪、那些经历全都收容进她的心，再净化成包容与爱，反馈给信任她的、有困难的人。我觉得这是一种温暖且纯净的职业，是现实中净化人心的“天使”。

她也是通讯录里永不失联的朋友，这点最让我感动。她在采访中说，她加进通讯录的朋友，除非对方主动断联，她都不会去断开这种联系。现在是很快速的社会，快餐式

交友让友谊变得有些脆弱。很容易地，一个个联系人会沉入通讯录底部，直至最后断绝友谊的纽带。然而她是个永远不会“消失”的朋友。她可能会因为长时间没有联系，而位居列表末位，但只要有人主动联系她，她都会给予回应。她说，她“舍不得”和那些人断联。可以看出她对友谊的珍视，同时也不会抛弃任何人。在她身上，我感受到了博爱与真挚。

了解了王老师，我理解了为什么会有人愿意投身于心理咨询工作：在治愈他人的过程中，被治愈的不只是对方，还有自己——成为一个温柔可靠的人，同时也将这份温柔给他人。这便是这份职业的意义。

【节选】

王老师说，每个学期都有不少同学来心理辅导室，烦恼多是学业压力、同伴矛盾、亲子沟通等问题。她始终把“保密”放在首位，既不厌烦学生们频繁地找她倾诉，还用“信任是最珍贵的礼物”的感恩心态对待每一位同学。面对情绪激动的孩子，她会教大家“小火慢炖”的情绪调节方法。

如今退休返聘的王老师仍在守护着我们，不仅带教新老师，还发展烘焙等爱好。她常说，心理老师的工作就像“一盏灯”，照亮孩子的迷茫，而孩子们的信任，就是她坚持下去的最大动力。

如果王老师说她的工作就像“一盏灯”，那她就是同学们的“点灯人”，是我们最温暖的守护天使。

——晨报小记者 张心好

采访过程中，王老师和同学们像朋友一样交谈，语气平和，态度亲切。她谈到，初中生正处于身心快速发展的阶段，常常遇到学业压力、情绪波动比较大、人际交往等方面的困扰，而心理老师的职责，就是用专业与温暖帮助同学们正视情绪，接纳自我，学会调节，让大家更从容、更阳光地成长。

在谈到与学生相处时，王老师表示，信任是沟通的基础。王老师始终坚持尊重理解、保密的原则，耐心倾听每一位同学的心声，不评判，不急躁，用真诚打开学生的心扉。

这次采访不仅让我更加了解心理健康工作的意义，也让我感受到了王老师对我们深沉的爱和责任。

——晨报小记者 叶紫鸾