

从广州到昌都,交通距离近3000公里,海拔高差3500米。而华南师范大学历经六届研究生支教团,28名核心成员与昌都学生心与心紧密相连——他们背起行囊奔赴远方,在站好三尺讲台之余,还专注于把“抽象”的传染病防治知识用孩子喜闻乐见、通俗易懂的绘本表现出来,带领孩子们和“传染病小怪兽”说再见。

记者 谭瑞华  
实习记者 张琼



孩子们正在绘画。  
图由华南师范大学研支团提供



# 志愿微光照亮孩子们的健康成长之路

## 华南师范大学研究生支教团带领孩子们和“传染病小怪兽”说再见

### 增强对传染病的防范意识

2018年7月,何智升加入西部计划第20届华南师范大学研究生支教团,与三名队友一起来到昌都市卡若区第二初级中学,开展为期一年的支教。开学不久,就有一名学生找到了何智升。

“老师,我有点不舒服。”“哪里不舒服?最近有没有生病?”“前段时间有医生到乡里给我们抽血做检查,后来听我妈妈说,他们说好像有肺结核。”“那医生有没有告诉你,是哪一种类型的肺结核?有没有说

会传染?”孩子茫然地摇了摇头,半天也没有吭声。

听到这里,何智升意识到了情况的严重性,立马给孩子的家长打电话核实情况,让他惊讶的是,孩子的妈妈也不知道肺结核会传染。于是,何智升和队友们立即将这一情况报告给了校长,校长听后立即联系了卡若区疾控中心,请疾控中心医护人员来校给孩子做检查。医护人员检查后确认该学生患有肺结核,并第一时间对其进行了隔离治疗。

第二天下午,突然又有学生跑来告诉何智升,自己“眼睛痒”。何智升便第一时间带着学生来到校医室进行检查,经过初步判断,校医说可能是红眼病(传染性结膜炎),先要留在校医室观察,具体治疗要等到疾控中心的人过来才能决定。“看到孩子和家长们对传染病没有防范意识,我决定带领我的队友们在这一年有限的支教时间里,通过我们的努力,让孩子们提高对传染病的认识水平,增强防范意识。”何智升说。



### 依托绘本项目初见成效

说干就干,2018年8月底,何智升和队友们便结合服务学校的实际情况,根据学生的年龄阶段、思想特点,展开了对项目的构想。如何让孩子们充分地学习到传染病防治知识,这是他们思考得最多的问题。

“当时我们经过多次设想,最终确定,要把抽象的传染病防治知识讲得生动形象,就要用孩子们喜闻乐见、易学易懂的形式来进行宣传。”何智升说,“于是,‘绘本’成为了我们的首选。”

何智升和队友们的项目构想一经提出,便得到了昌都市委市政府、团昌都市委和华南师大团委的大力支持和指导。同时,为了确保绘本内容的专业性,何智升和队友们反复向多所专业机构寻求指导,不断打磨内容,并由华南师大美术学院志愿者执笔绘画。经过选题、撰稿、翻译、绘画、上色、排版等环节,历时近4个月,他们终于编制出了适合西藏青少年使用的汉藏双语彩色绘本,《再见! 传染病小怪兽》诞生了。

“在绘本创作完成后,我们的项目也逐渐呈现出了‘依托绘本辐射发展’的态势。在大家的共同努力下,2019年初,我们设计开发了绘本阅读、绘本故事讲解,面向昌都农牧民子女宣传科普肺结核、包虫病等9种农牧区常见传染病的日常预防;进行了‘七步洗手法’实践演练;通过与广东省人民医院呼吸内科医生视频连线,在昌都开展了6个主题的‘再见! 传染病小怪兽’健康课堂,内容包括预防传染病知识彩绘、趣味知识测试等。”何智升说。



### 创新“身心并重”课程体系

从2018年开始,“再见! 传染病小怪兽”项目在连续五届研支团的共同努力下逐渐成熟。2023年8月至今,第25届研支团队长王婕婷带领研支团对该项目进行持续深化,在实现常见传染病知识理论科普的基础上,继续深耕心理健康板块,深化创新了“身心并重”的课程体系,通过开展“守卫舌尖上的健康”“饮食安全课”“玩转篮球”趣味运动课、“曼陀罗绘画”心理疗愈课等课程,不断扩大项目受益面,推动了当地卫生健康发展。其中,“曼陀罗绘画”心理疗愈课程效果突出。

曼陀罗绘画是一种简单有趣的心理疗愈方式,学生们可以通过绘画的形式将自己的情绪凝聚整合、表达出来。伴随着悠扬轻松的音乐,昌都市第六高级中学高一年级的学生开始作画,在整个作画环节,高一

学生拉巴卓玛的画引起了王婕婷的注意,这幅画以红色和黄色为主调,整个曼陀罗图形外面的枝叶被红色包裹,最中间的圆圈部分用非常醒目的黄色画了一个阶梯,阶梯下面是一片青草地,整幅画色彩鲜艳、内容丰富。

“之前从来没有想过自己的情绪可以被画出来,刚开始一直担心自己画得好不好看,但是当我跟着音乐静下心、拿起画笔的那一刻,就不再纠结了。通过画画这种形式把自己内心的想法表达出来,让压力得到释放,很适合我们现在这个阶段。我很喜欢这个课程,希望它可以一直开设下去。”拉巴卓玛告诉记者。

“通过拉巴卓玛的这幅画,我了解到她是一个很有想法的孩子,她很清楚自己想要什么。课程刚开始时,我观察到

她一个人坐在角落里,低着头,也不怎么和旁边同学说话,但是通过这个课程的开展,她会在课后主动跑来和我说她近期遇到的困惑,我感觉到她正逐渐敞开心扉,这与我们当初开设这个课程的初心是一样的。我们就是希望可以通过这些课程,让当地的学生在心理方面得到更多的开导、正视自己的情绪,并从中去获得一些能量,所以现在看到她的变化,我很高兴。”王婕婷说。

据了解,截至2023年底,华南师范大学历经六届研支团,共开展30期近300场活动,覆盖昌都市10所乡镇中小学,受益学生4800余人。“经过我们六届研支团的不断接力和共同努力,项目可以说是取得了一定的成绩,我们后续也会不断地拓展覆盖面和影响力,开拓全新的健康教育板块。”王婕婷说。



支教团老师正在讲课。  
图由华南师范大学研支团提供