



在全球气候变暖、极端天气变多、各种灾害和疾病频发的特殊时期，在经济压力日益增大的情况下，人们该如何克服自己的焦虑情绪，用积极乐观的心态去面对生活？这不仅是我们自己的功课，也是我们可以为在这种时期成长起来的孩子们提供的帮助！让孩子们在面对各种困难和压力的情况下积极向上，快乐生活与学习，不受负面情绪影响，是我们可以去努力实现的！让我们以最大的诚意，为我们的社会带来最闪光的正能量！

合作联系

✉ info@ricifoundation.org

🌐 www.ricifoundation.org

🗣️ RiciFoundation

📞 3618402667

📺 日慈公益

📍 上海市松江区茸阳路(上海办)

广州市越秀区解放南路(广州办)



关于日慈

日慈公益基金会(全称“广东省日慈公益基金会”)于2013年12月31日在广东省民政厅注册成立,2014年正式开始运行,是一个致力于青少年儿童心灵成长与幸福生活的非公募基金会,2017年7月被评为广东省“AAA”级社会组织,2017年12月被认定为慈善组织。

日慈结合“积极心理学”、“社会情感学习”等理论基础,专注于心智发展与心理支持类的项目设计、运作与支持,致力于探寻和推广最有效的心智素养教育模式,最终达到改善青少年儿童成长的整体社会环境与让每个青少年儿童健康成长、幸福生活的目的。

使命

搭建心智素养教育平台
营造积极和谐的成长环境
汇聚社会力量为孩子赋能

愿景

让孩子智慧有爱,乐享人生

价值观

平等真诚 社会认可
幸福和谐 卓越成就

CONTENTS

目录

2020年度报告

Annual Report

01	走近日慈
06	年度新闻
13	项目足迹
14	心灵魔法学院
23	心益计划
29	慧心助学
32	心智素养研究院
35	评估报告
41	财务审计
48	与你同行

编辑 日慈全体

排版 徐慧贤 赵祯婕

校对 日慈全体

出品 广东省日慈公益基金会

走近日慈



理事长寄语

2020年是一个太平寻常的年份，在这种环境下，我们基金会小伙伴们的工作更加艰难，我们肩上的担子更加重了！在如此的逆境之中，我们基金会仍然在茁壮成长，非常感谢小伙伴们的努力！你们太棒了！为你们喝彩！

在全球气候变暖、极端天气变多、各种灾害和疾病频发的特殊时期，在经济压力日益增大的情况下，人们该如何克服自己的焦虑情绪，用积极乐观的心态去面对生活？这不仅是我们自己的功课，也是我们可以为在这种时期成长起来的孩子们提供的帮助！让孩子们在面对各种困难和压力的情况下积极向上，快乐生活与学习，不受负面情绪影响，是我们可以去努力实现的！让我们以最大的诚意，为我们的社会带来最闪光的正能量！

在这个特殊的年份里，仍然有很多理事、朋友默默地支持着基金会的运转。在如此特殊的年份大家仍然在支持着我们，大家愿意一起来做些事情并不是一句空话、一句客套话，是实实在在地在付出和行动着的！我深感大家的不易，千言万语也无法表达这份感动！日慈公益基金会是一个平台，这个平台凝聚了很多想真实地为我们的社会做出正向回馈的朋友们，谢谢你们！无限感恩有你们同行！

所有参与日慈公益基金会的朋友和伙伴们，我们的心是连在一起的。无论在这个平台上承担着什么角色，都像是接力赛中的一员，让我们大家平等地对待彼此，每一个成员都很重要；日慈又像一个大家庭，我们像兄弟姐妹一样相伴，在一年又一年的时光沉淀中，在彼此的磨合和相互支持中，希望我们每一位都能在这里找到一份属于自己的美好和快乐！

理事会



曲江亭 | 理事长
上海日播投资控股有限公司
董事



郭莉 | 副理事长
上海睿丛文化发展有限公司
创始合伙人 CEO



夏卫中 | 副理事长
靖江市鸿讯实业有限公司
董事长兼总经理



张真 | 秘书长
广东省日慈公益基金会
秘书长



敖美容 | 理事
上海胜洲企业管理咨询有限公司
行政经理



郭洪焯 | 理事
吉林精一生物科技有限公司
总经理



金建勇 | 理事
浮石(上海)投资管理有限公司
董事长兼总经理



刘冬梅 | 理事
郑州满江红服饰有限公司
创始人 / 总经理



钱志强 | 理事
香港富铂有限公司
执行董事



王莉君 | 理事
上海布景服饰有限公司
副总经理



王卫平 | 理事
日播时尚集团品牌运营中心
总经理



王晓燕 | 理事
乌海花漾生活馆
总经理



杨小蕾 | 理事
北京市金杜律师事务所
合伙人



张晶 | 理事
原苏州盒子店
总经理



赵志枚 | 理事
广东志臣科技股份有限公司
董事长



任素芳 | 监事
广州腾羿服饰有限公司
总经理

张真

秘书长寄语

2020年，外部环境让机构的发展一度陷入困境。新冠疫情导致高度依赖线下场景的“心灵魔法学院”和“心益计划”难以实施：开课教师人数非常有限，教师成长营被迫取消，乡村夏令营无法出队导致规模锐减等等。与此同时，在经济发展受到疫情极大影响的情况下，筹款工作推进也面临巨大挑战。这一切让机构在快速奔跑的过程中不得不放慢脚步。

但是，危机意味着转机，挑战伴随着成长。

上半年，秘书处主导了机构内部有关使命愿景和相关工作的深度讨论，并完成了《疫过天晴—中小校园心理支持手册（供学校教师使用）》；项目部积极联络教师和高校志愿者，不断调整执行方案；品牌部自主拓展传播渠道，不断摸索适合公众传播的短视频内容和形式；筹资部对筹款体系和策略进行升级。

下半年，心理议题因疫情获得更多关注，学校复课后，“心灵魔法学院”逐步实现区域化发展：湖南地区开课学校149所，授课教师324名；泾阳地区开课学校18所，授课教师74名；濮阳地区开课学校10所，授课教师47名。“心益计划”向大学

生端心理支持延伸，从线上走到线下，在上海交通大学、西安交通大学、武汉大学和上海大学四所高校举办路演、讲座和工作坊活动，受到大学生的广泛好评。

研发方面，“心智素养研究院”在全年过程中持续优化、迭代课程体系，并完成了心理健康师资培训（基础版）产品的设计与打磨，顺利完成6地18场教师培训工作坊和十余场线上培训，赋能近3000名乡村教师实施心智素养课程，传播儿童心理健康预防理念。视频产品原型初步完成，进一步丰富了心智素养教育产品体系。

鲁迅先生曾经说过：童年的情形，便是将来的命运。作为一家中小型公益基金会，我们持续在心理预防领域深耕，不断升级解决方案，让越来越多的青少年儿童享受到高质量的心理课程，成长为智慧、有爱、幸福的人，这是我们对于促进社会和谐、人类发展的努力和贡献。无论环境如何变化，愿我们能坚守初心，砥砺前行！

专家团队



郭申阳

西安交通大学“长江学者”讲座教授
美国社会工作与社会福利科学院院士
圣路易斯华盛顿大学助理副校长
圣路易斯华盛顿大学布朗社工学院杰出教授、博士生导师



Patrick J. Fowler

儿童青少年心理预防干预国家级课题主持人
圣路易斯华盛顿大学社会系统研究中心副主任
圣路易斯华盛顿大学布朗社工学院副教授
博士生导师



吴帆

南开大学社会工作与社会政策系系主任
博士生导师
国家妇儿工委“流动儿童与留守儿童”
专家委员会委员



任俊

国际积极心理学理事会理事
浙江师范大学教师教育学院副院长
博士生导师

年度新闻



手册主要内容涵盖：
 疫情后学生可能的反应
 聆听、保护和联结 - 榜样和教育模型 (LPC-MT)
 具体措施与活动
 教师自我关怀
 相关工具和小贴士

4月

《疫过天晴——中小学校园复课心理支持手册》发布

面对年初疫情肆虐，学生、教师停课在家，人心惶惶的状况。日慈紧急编排了《疫过天晴》中小学校园复课心理支持手册，旨在帮助疫情较为严重地区的学校和教师做好学生心理支持及教师自我关怀工作，减低疫情在心理层面造成的负面影响。

一经推出，引发了广泛的社会关注。该手册在搜狐网、腾讯网、新浪网、睿读等资讯门户网站上被广泛传播，被【中国教育在线】、【新校长传媒】等超过三十家公众号转载。各平台阅读量总计超过 50000，后台申请表填写 1300+



7月

喜获澳门同济慈善会专项资助

我国乡村儿童心理问题日益凸显，尤其是留守儿童，心理健康教育需求巨大。针对这一现状，2019年下半年，日慈开始探索区域推广方式，与地方教育局和相关单位合作，通过行政力量调动学校参与，选拔优秀教师实施心理健康教育课程。

澳门同济慈善会非常支持这一项目升级方向，与日慈探讨了县域推广时的重难点和利益相关方的诉求。最后我们双方将重点聚焦于教师培训，也即为地方培育一批心理健康教育师资，使得课程落地质量和可持续性得到保障，并与地方教育部门达成双赢合作。7月澳门同济慈善会决定资助“县域教师儿童心智素养培训项目”，主要支持日慈研发培训专业人员经费，用于优化日慈现有的心理健康课程体系 and 开发针对县域合作的教师培训体系。在澳门同济慈善会的支持下，日慈将继续完善与地方教育部门的合作模式，培育心理健康教育师资，营造地方心理健康教育生态。

4月

心益计划与顺丰公益基金会达成合作

心益计划与顺丰公益基金会达成合作，为其 5 支团队提供培训、课程等系列支持，成功为近 400 名学生开展夏令营。



7月

心益计划与国峯慈善基金会达成合作

心益计划与国峯慈善基金会达成合作，为其 2 支大学生团队提供心智素养课程。

7月

日慈公益和日慈学堂抖音号正式上线

面对疫情造成线下传播活动举办的重重阻碍，日慈努力拓展传播渠道，不断摸索适合公众传播的短视频内容和形式，推出了日慈公益和日慈学堂两个抖音号。

日慈公益带领大家走进乡村心理课堂，呼吁公众关注乡村儿童的心灵成长，而日慈学堂则以问答、真人情景剧等模式，介绍各年龄段青少年儿童心理问题相关知识，致力于为遭遇相关问题困扰的家长提供解决方案。





8月

与湖南省妇女儿童发展基金会办公室达成合作

日慈公益与湖南省妇女儿童发展基金会办公室合作的项目（湖南省农村留守儿童心理健康辅导中心（知心屋）项目心理课程服务）正式启动。

未来一年内，日慈将为知心屋项目学校的教师提供系列心理健康教育培训，为 11 个市州 33 个项目点 2.5 万名学生共开展近 12300 个课时的心理课程，进一步充实知心屋项目内容，探索心理健康教育的新途径，让更多的留守儿童受益。



9月

99公益日线上线下大联动

在大家的支持下，今年的 99 公益日，我们联合多家企业，社团，优秀教师，各位“心伙伴”共同发起一起捐，召集超过 160 位“红花汇”成员，共同筹集了 812,831.86 元！其中腾讯配捐 22,808.31 元，企业配捐 250,408.85 元（其中安踏物资捐赠价值 170,408.85 元），共 6,817 人次捐赠。

3 天的公益日里各种公益倡导和活动丰富多彩，有大学生社团在校园里开展线下活动，有商家在旗下门店和园区为项目进行宣传，我们还和志愿者一起走近真实的课堂，进行了一次课程直播的尝试，更有企业的线上捐步和自媒体平台的宣传，让更多的人能够了解日慈，能够为孩子点亮内心世界。

筹集的捐赠款项未来足够支持约 20,000 个乡村孩子开展一学期完整的心理健康课程。

7月 喜获联劝公益基金会达美诺青少年专项基金资助



联劝公益基金会达美诺青少年专项基金是中国首个青少年 DAF 团体，“心灵魔法学院”项目的获得该专项基金的第一次资助。

上海联劝公益基金会达美诺青少年专项基金工作人员和青少年资助者们对日慈的项目非常认可，线下走访后，团队成员 Sophie 给出了这样的支持理由：“日慈通过培训教师的方式，能帮助到更多的乡村孩子。另外，日慈的课程也很有体系，也向我们展示了未来的规划。乡村孩子的心理健康，还没有得到应有的重视，我们相信，日慈的项目能产生更长期的影响。”

9月

荣获2020中国公益慈善项目大赛 银奖。

由中国公益慈善项目交流展示会组委会主办，深圳市民政局承办，深圳市社会公益基金会和深圳市中国慈展会发展中心执行的 2020 中国公益慈善项目大赛于 5 月 20 日启动，经过四个月的入围赛和晋级赛，于 9 月 19 日在深圳举办了 30 强决赛路演评审会。

日慈公益基金会的《心灵魔法学院—乡村儿童心理健康教育项目》从 772 个参赛项目中脱颖而出，在最终的全国 30 强激烈角逐中，喜获银奖。





11月

“AMOER能量青年”在四所高校开展

在这个初冬，“心益计划”向大学生端心理支持延伸，爱茉莉太平洋、中国妇女发展基金会携手日慈公益基金会、知名高校及国内心理专家举办了 AMORE 能量青年系列活动。针对今年应届生就业压力、心理压力等问题，在上海交通大学、西安交通大学、武汉大学和上海大学四所高校开展了路演、讲座和工作坊活动，以趣味活动形式普及心理健康知识，带领大家一起打败不开心。累计覆盖大学生 2 万余名，受到大学生的广泛好评。



12月

与北京宜信公益基金会达成合作

为苔花校园共建项目的学校提供心理课程服务，双方共同提升云南省昆明市寻甸回族彝族自治县宜信公益项目学校的心理健康教育师资水平，帮助学生实现身心可持续发展。

10月

与湖南省醴陵市教育局和醴陵市教育基金会达成合作

与湖南省醴陵市教育局和醴陵市教育基金会合作，三方共同提升醴陵市心理健康教育师资水平，帮助学生实现身心可持续发展。为醴陵市中小学教师提供心理健康教育培训，3 年内为 5000 名中小學生提供心理健康课程。



12月

与友成企业家扶贫基金会达成合作

为广西壮族自治区百色市德保县中小学教师提供心理健康教育培训，为县域内中小學生提供心理健康课程。

12月

日慈月捐计划启动

经过 6 个月的筹备与申请，日慈月捐终于成功上线了！我们选择在机构七周岁生日，也是 2020 年完结，新一年即将开启的这一天发布了月捐上线的消息。

每一份月捐意味着对机构的认同、信任与笃定支持。我们时刻牢记，“专注儿童心理健康”领域，培养心智健全、有幸福感的下一代的定位与目标。要完成这个目标不仅仅是依赖情怀，更需要专业与坚定。在儿童心理问题预防的路上，我们希望能有更多的同行者，让公众了解到这项事业，从而更好地推动儿童青少年心理健康预防教育的搭建。

在月捐发布短短一个月内，在各位心伙伴自发的相互邀请下，或自发的关注到公众号加入，月捐“心伙伴”不知不觉就突破了 100 位。



项目足迹

心灵魔法学院



项目简介

调查发现，留守儿童群体表现出更高的抑郁和焦虑水平，特别需要心理支持和引导。由于乡村地区资源不足，教师往往缺乏相应的知识和技能。心灵魔法学院项目通过课程研发和赋能教师，为乡村儿童青少年开展心理健康教育，让他们感受到爱与支持，成为自信、乐观、热爱生活的人。

“心灵魔法学院”项目通过培训、提供课程资料、线上支持、实地走访、学期激励等方式，帮助授课教师掌握必备的心理知识、提升教师的授课水平，支持授课教师每学期为 1-9 年级儿童青少年开展参与式系列课程，培养学生的自我认知、情绪管理和人际交往等能力，提高其心理抗逆力，减少问题行为和极端行为的发生，及预防未成年人犯罪。

项目已与多地教育部门和公益组织达成合作。“心灵魔法学院”已经累计为 130759 名儿童提供心智素养课程，已支持 1778 位授课教师在全国 937 所学校中有效地开展心理健康教育。

(* 数据统计截至 2020 年 12 月)

2020 年成果

66788

受益学生

通过接受人均 10 课时的心智素养课程，学生的自我认知、情绪管理、人际交往等社会情感学习技能得到提升，心理抗逆力增强。

860

授课教师

为参与项目的教师制定线上培训、定期分享，教师的心智素养课程授课能力对于学生心理状态的察觉和理解能力自身教学能力、与学生沟通的能力都有所提高。

299

支持学校

从未开设心理健康课程的学校，通过引入本项目，更新原有课程设置，学校领导、教师在之后的工作当中更重视学生心理健康工作建设；已设置心理课程的学校，心智素养课程丰富了心理健康课程的内容，有利于学校心理健康工作开展。

9

合作机构

湖南省妇女儿童发展基金会办公室 | 友成企业家扶贫基金会
北京宣信公益基金会 | 北京市西部阳光农村发展基金会
福建省益人助学公益服务中心 | 忠县心一社会工作服务中心
北京为华而教公益发展中心 | 杉树支教
上海市长宁区火柴青年公益发展中心

3

合作教育局

陕西省咸阳市泾阳县教育局
河南省濮阳市濮阳县微型学校联盟
湖南省醴陵市教育局

项目申请流程

提出申请 >>> 审核通过 >>> 培训学习 >>> 开展课程及反馈 >>> 资料寄回 >>> 兑换奖励

项目大事记

2020年7月

获联劝公益基金会达美诺青少年专项基金资助。

联劝公益基金会达美诺青少年专项基金是中国首个青少年 DAF 团体，“心灵魔法学院”项目获得该专项基金的第一次资助。

2020年8月

湖南省农村留守儿童心理健康辅导中心(知心屋)项目心理课程服务正式启动

与湖南省妇女儿童发展基金会办公室合作的项目(湖南省农村留守儿童心理健康辅导中心(知心屋)项目心理课程服务)正式启动。该合作未来1年内会为25000名中小學生提供心理健康课程,并为知心屋项目学校的教师提供心理健康教育培训。

2020年9月

项目获2020中国公益慈善项目大赛银奖

中国公益慈善项目大赛是中国公益慈善项目交流展示会的品牌活动。“心灵魔法学院”项目从772个参赛项目中脱颖而出,获得了专家评委的一致好评,荣获银奖。

2020年10月

与湖南省醴陵市教育局和醴陵市教育基金会达成合作

与湖南省醴陵市教育局和醴陵市教育基金会合作,三方共同提升醴陵市心理健康教育师资水平,帮助学生实现身心可持续发展。为醴陵市中小学教师提供心理健康教育培训,3年内每年为5000名中小學生提供心理健康课程。

2020年12月

与友成企业家扶贫基金会达成合作

与友成企业家扶贫基金会合作,为广西壮族自治区百色市德保县中小学教师提供心理健康教育培训,为县域内中小學生提供心理健康课程。

2020年12月

与北京宜信公益基金会达成合作

与北京宜信公益基金会合作,为苔花校园共建项目的学校提供心理课程服务,双方共同提升云南省昆明市寻甸回族彝族自治县宜信公益项目学校的心理健康教育培训水平,帮助学生实现身心可持续发展。

课程一览

小学1-3年级



乐学包 (9 课时)

课程以激发学习兴趣和培养学习技能为核心,通过绘本故事、手工绘画等形式,旨在增强学生专注度和积极性,提升其适应学校的能力。



乐群包 (10 课时)

课程以建立同伴关系为核心,通过绘本故事、情景模拟等形式,旨在引导学生探索建立友谊、团队合作和解决冲突的策略,提升其人际交往能力。

小学4-6年级



综合型心智素养课程 (9 课时)

课程以培养社会情感能力为核心,通过趣味游戏、小组讨论等形式,旨在引导学生探索自我认知、情绪管理和人际交往的方法,初步提升其社会情感能力。



积极情绪 - 高年级 (9 课时)

课程以培养情绪的识别和应对能力为核心,通过绘本故事、情景体验等形式,旨在增强学生对情绪的识别与觉察,提升其对积极情绪的感受力和消极情绪的应对能力。

初中7-9年级



自我探索 (8 课时)

课程以培养学生自我探索能力为核心,通过趣味游戏、情景故事等形式,旨在引导学生探索自身的优势和价值观,学习设定目标的方法,提升其对自我的积极认知。



情绪调节 (8 课时)

课程以培养学生情绪调节能力为核心,通过趣味游戏、情景故事等形式,旨在引导学生认识复杂情绪,学习应对情绪的技巧,提升其情绪的觉察与管理能力。



积极情绪包 - 低年级 (8 课时)

课程以培养情绪的识别和应对能力为核心,通过绘本故事、情景模拟等形式,旨在增强学生对基础情绪(喜、怒、哀、惧)和常见复杂情绪(如嫉妒)的识别,提升其应对情绪的能力。



积极自我 (8 课时)

课程以培养自我认知能力为核心,通过手工、绘画、游戏等形式,帮助学生认识自己在外貌、性格、兴趣爱好等方面的特点,学习用成长型思维看待自己,从而增强学生的自我价值感和自信。



积极关系(上册8课时 / 下册8课时)

课程以培养人际关系处理能力为核心,通过角色扮演、情景体验等形式,旨在引导学生探索建立友谊、同理共情、解决冲突和应对欺凌的方法,提升其建立健康人际关系的能力。



解忧盒(3 课时)

课程以培养压力管理能力为核心,通过手工制作、角色扮演等形式,旨在增强学生对压力的来源、分类及应对方法的认知,提升其调节压力的能力。



人际互动 (8 课时)

课程以培养健康的人际互动能力为核心,通过趣味游戏、情景故事等形式,旨在引导学生探索人际交往的方法,学习理性决策的思维方式,提升其应对人际挑战的能力。



教师们的反馈：

白应美老师：“在乐学包的课堂上，他们表现得很自信。像学习成绩他不如别人的学生，这个课堂给他创造一个安全的环境，很自由的环境，他就会很放的开，表现的也很好，我觉得他们很喜欢这样，很喜欢上这个课。”

刘畅老师：“上了几节积极关系的课，我发现那位先前总是与其他同学吵架的女生产生了不少改变，我们在课上讲过的像是道歉啊等处理人际关系的方法她也在用，确实这学期很少因为与他人吵架来找我了。”

孙玥老师：“课堂氛围比较好，学生对于这个课觉得很新奇，参与度也很高。有一个同学在交上来的回顾反思里面说，他觉得在我们学校，满满的全是学习，而心智素养的课程能够给他们一个释放压力、调节自我的机会。”

张钦闵老师：“说实话，这个课程对我自己也有帮助。因为我的事情有时候比较多而且杂乱，导致我自己内心的情绪也不太好控制，有时候我会把自己工作上的一些情绪带到课堂上，影响整个课堂的这些气氛。现在通过上心智素养课程，我也学会了调试自己的情绪，尽量给学生展示积极健康的一面。”

付素华老师说：“我觉得我们班的孩子和其他班的还是不一样，因为有的老师他带好几个班的课，他就反应说，付老师，你们班的学生怎么那么活泼，你们班的学生不死板，不是说我让 $1+1=2$ ，他就 $1+1=2$ ，他们有时候有自己的选择，而且都是正确的，我觉得这样我们就成功了，这才是真正的教育。”

孩子们的反馈：

小佳：学习上我开始有了明确的计划，并且去执行它；心情不像以前那样大起大落了，对自己的情绪也有控制。

小琦：以前有人说我坏话时，我会上前破口大骂，而现在我不在乎他们对我不好的评论；现在我会常和父母沟通，让他们知道我内心的声音。

小煌：我以前很容易生气，现在我不会乱发脾气了。我以前容易孤独，后来我明白了交朋友的方法。

小婕：让我知道我是有用的人。

彬彬：有一次我被妈妈打了，我十分的伤心，我就在外面一边散步一边倾诉着，这个方法就是在情绪管理课上学到的。

小美：我每次看到其他人玩得很开心，我也想玩，可是我没有自信。现在可以一起跟他们玩了。

(为保护学生的隐私 所有学生姓名均用昵称替代)

项目获奖奖项



2020 中国公益慈善项目大赛 银奖

项目线下培训



09.05-09.06

与陕西省泾阳县教育局合作在陕西省泾阳县开展心智素养课程核心概念讲解、课程介绍培训,共有60名教师参加。



09.22-09.23

与湖南省妇女儿童发展基金会办公室合作在湖南省长沙市、吉首市开展心智素养课程核心概念讲解、课程介绍培训,共有61名教师参加。



10.29-10.30

与陕西省泾阳县教育局合作在陕西省泾阳县开展心智素养课程中期走访培训,共有80名教师参加。



11.07

与湖南省醴陵市教育局合作在醴陵市开展心智素养课程核心概念讲解、课程介绍培训,共有90名教师参加。



12.26-12.27

与沅陵县教师进修学校在湖南省怀化市沅陵县开展心智素养课程核心概念讲解、课程介绍培训,共有125名教师参加。



12.19-12.20

与北京宜信公益基金会在云南省昆明市寻甸回族彝族自治县开展心智素养课程核心概念讲解、课程介绍培训,共有250名教师参加。



12.04-12.06

与友成企业家扶贫基金会在广西壮族自治区百色市德保县开展心智素养课程核心概念讲解、课程介绍培训,共有60名教师参加。



11.15

在湖南省郴州市嘉禾县珠泉中学开展预防视角下的儿童心理健康培训,共有120名教师参加。

“润物细无声”

——日慈“心智素养课”实践心得

甘肃省天水市张家县川海湾小学 马国强老师

从2018年秋季学期开始,四个学期,我一共给孩子们上了《积极关系》(低、高年级两个版本)、《乐学包》和《优势自信》四个心智素养课程。在课程中,我和孩子们一起学到了情绪管理、学习能力培养、人际关系处理以及自身优势发现等知识和方法。

这些课程对孩子们的影响不是立竿见影的。甚至有时候,可能感觉,有些课程上完后似乎对孩子们没什么影响。但是两年下来,我慢慢发现,其实孩子们的变化是很大的。比如,孩子们知道生气时应该怎么做,即使真正生气时可能还不能百分百按照学习到的知识来处理;孩子们与我的关系非同一般,待我几乎就像待自己的亲人一样;我们约定好的事情,只要一提醒就能马上改正等等,这使我不由得想起了杜甫《春夜喜雨》中那诗句——“润物细无声”。

当然,能有这样的效果,主要原因是心智素养课程的内容体系科学合理、编排形式灵活多样。但也有一点不可忽视,就是课堂上持续地实践心智素养课程的理念。在此,与大家分享我的几点体会。

培养规则意识

在实际教学工作中,我们会发现,课堂规则的重要性。心智素养课的每个课程,第一课时都是“建立课堂规则”。

在课堂规则的建立应该注意什么呢?我觉得首先是:让每个孩子都参与到规则的制定的过程中。这样每个孩子都会感觉自己是课堂的主人,可以增强孩子们的主人翁意识与自信心。同时,自己制定的规则执行起来也会更容易一些。

其次,在执行课堂规则时,教师的态度也非常重要。我觉得最好的态度是“温和而坚定”。只有这样,规则才能被稳固而持久地执行起来。

在三年级时,我和孩子们制定的规则是,只要有人不遵守课堂纪律,我就从五数到零。如果数数期间又有人违规,就从六数到零,以此类推……刚开始,有孩子故意试探我的

态度,在我快要数到零时就捣乱一下。那时有过把数加到五六十的情况,使得有些同学几近崩溃,但我一直都是坚定地执行着……经过一段时间的磨练,孩子们都知道我是“说到做到”,因此再也没有人试探我的底线了。

关注每一位孩子的心理健康

平时的教学工作中,我们要留心观察学生,看看孩子们的日常行为与往常有没有不同的地方,要想办法探寻这些行为背后的原因,针对性地进行疏导和预防。

在和孩子聊天的过程中,我们要遵循“同理倾听,完全接纳”的原则。当孩子敞开心扉对我们讲解自己的真实想法时,我们首先要认可他(她)的情绪,做到同理倾听。以听为主,可以伴随一些“嗯,嗯”、“原来是这样啊”等表示认同的词语或短句,以及用点头或其他面部表情、肢体语言等来表示认可他(她)的感受。当我们用这样完全接纳的态度去倾听、认可他(她)的情绪、让他(她)尽量把自己内心的真实想法吐露出来时,他(她)的情绪就已经得到了有效释放。

当然,有时仅仅通过同理倾听还不能完全解决孩子“问题”的话。我们就要坐下来,和孩子“一起探讨”,探寻解决问题的方法。这时,我们需要像“教练”一样,多提启发性的问题,让孩子自己多思考,尽可能地找到解决问题的有效办



法，直到把问题彻底解决掉。如果需要，我们可以与孩子一起按照找到的方法去实际操作，把问题解决掉。让孩子们去尝试，如果办法并不能有效解决问题时，**就需要根据实际情况，再次探寻新的方法，直到把问题彻底解决掉。**

一次我们班的两位同学发生矛盾，一位同学动手打了另一位同学。我就问那位打人的同学：“你为什么要打人？”他说那位同学骂了他，他很生气，刚开始他还在忍着，但后边他忍不住了就动手了。我接着问他：“那除了打人还有没有其他好的解决办法？”他想了想说，他可以从教室里出去，等气消了再进来。我对他的想法及时进行肯定，并希望他以后再发生同样的事后能试着用这个办法。从那以后，这个孩子就很少动手打人了。

老师的成长，是孩子们成长的前提

要想使以上方法起到作用，我想有一个必要的前提，教师与学生的关系必须十分融洽，孩子们愿意听老师的话。而要想达到这样的效果，我认为**老师自己要坚持学习，不断提高自己的共情与倾听能力，和学习科学有效解决孩子心理问题的技巧。**

多一些知识的积累。孩子的每个行为背后一定有其深层的原因。我们一定不能简单粗暴地去对待，而要深入了解，弄清行为背后的目的和原因，为正确处理问题打好基础。如此，才能取得孩子的信任，让他(她)有事时愿意跟我们讲。

多一些方法的学习。和孩子一起相处，处理他们遇到的问题时，我们心中一定要有方法。什么时候应该关心，什么时候应该鼓励，什么时候可以忽略，什么时候必须重视，一定要做到心中有数，实施有方。建议大家读读或听听《正面管教》这本书。

多一些实践。和孩子一起学习、一起成长的过程中，很多理论都离不开实践练习。在有认识、有方法的基础上，最重要的就是要不断地坚持实践。只有如此，才能真正建立良好的师生关系，也只有如此，我们关注学生心理健康的工作才能真正落到实处。

在开展心智素养课程过程中，孩子们和我都有很多感受和收获，我们一起感受情绪、一起认识自己、一起尝试挑战新鲜的事物……感谢“心灵魔法学院”，让孩子们和我一起成长！

孩子，我想和你们一起成长

在上学的时候，有没有因为哪一位老师，而改变了你的人生，有没有哪位老师的话让你受用终身？

可能有，也可能没有。

就像日剧，《女王的教室》里的阿久津真矢老师，很多人都对前几集剧情中的阿久津老师恨之入骨……可最后，她却赢得了所有孩子的尊敬与喜欢。原来，阿久津老师是把自己当作墙壁，想要锻炼那些应对挫折的能力。

和阿久津老师对比，《放牛班的春天》里的马修老师是治愈系的，他用善意的谎言，宽容了一群喜欢恶作剧的孩子，最后也“治愈”的孩子们……

或许很多人有遇到过这样的老师，只不过我们当时未必理解。

而在日慈的“心灵魔法学院”课程中，也有不少这样的老师，今天，小慈想和大家分享其中一位老师和他的学生们的故事。

“他个子高高，头发短短，说起话来声音很大，性格稍有点内向，一脸严肃相，但他却是个内心特别善良又特别热爱教育的老师”，和他共事多年的同事，是这样评价程轩老师的。



程老师说：他从教二十四年，一直在农村第一线，是个地地道道的农村人。目前任教于河南省洛阳市嵩县何村乡桥头小学，学校四个班级，一共只有63名学生。尽管学生数量不多，但学生们的“问题”却很多，学生打架这件事是最困扰程老师的。他想找家长解决这些问题，而大部分家长却远在千里万里，只有爷爷奶奶在身边，而爷爷奶奶的隔代教育方式却不理想。

面对这样的情况，他是既着急又无奈，直到2019年7月，在一次乡村教师学习营，程老师接触到了日慈公益的项目人员——梁老师，了解到日慈的心智素养教育课。在与梁老师沟通后，了解到学生打架有时候是不会表达情绪的一种表现，因此程老师在2019年秋季学期就申请了“积极情绪”课程。

程老师回忆到：“之前学生只要遇上一点点小问题，很快就由口角上升到动手，而且打架情况频繁发生，但我作为班主任总想解决这个事，也想了很多办法，找学生聊、找家长聊，都解决不了。有些家长还会为了这个事打孩子，而学生也就当下会“收敛”一点，但不久又开始和同学发生口角了，我真是一点办法都没有。”

原来，程老师的班上有一个孩子叫小韦(化名)，班上发生10件打架的事，一般有9件都与他有关。由于小韦爸爸妈妈忙于工作，每天晚上十一点以后才会回家，他大多时候都见不到爸爸妈妈，并且他爸爸妈妈往往是用“打骂”的方式进行教育，小韦变得更加易怒。程老师也曾经因此对小韦很生气，也曾严厉待他，也曾批评过他，但都没有帮助到小韦。

后来，程老师给学生上积极情绪课，和学生一起认识情绪，并一起学习用更正确的方式表达自己的情绪，短短一个学期的时间，学生就有了改变，小韦也有了很大的改变。

程老师会用和以往不同的方式关注小韦，不仅在学习上帮助小韦，还在生活上关心他，在课上给予了他更多的关注和肯定，还会给小韦看《我是喷火龙》这本书，并和他交流读书之后的感受，引导他认识和正确表达自己的情绪。

逐渐地，小韦的情绪变得平静，但改变却没有持续很久，小韦又和同学吵架了。程老师并没有生气，更没有责备他，而是和他说：



“没有关系的，你可以和我说一说发生了什么事情，我会和你一起去面对。”

到现在，小韦没有和同学打过架了。在上学期结束的时候(桥头小学只有1-4年级)，小韦还给程老师打了电话，感谢老师对他的关心，小韦爸爸也和老师说孩子的改变很大，会认真学习、也会和父母好好沟通了……不只是小韦，班上的打架事件也少了很多。

另外，程老师还关注到学生的不自信，还给学生上了自我认知课程，学生的改变更大了，到今年秋季学期还申请了积极关系课程。小慈非常期待程老师和新一批学生的心智素养课之旅。

对于学生的改变，程老师说：“通过参加日慈的心理课程，我觉得不只是学生有改变，对我自己来说更是一种认知的改变，我现在很少会用批评的方式去处理学生的问题，而是用发现和肯定去让学生有动力去改变。我对自己的要求对学生来说也是一种示范，学生会从我身上学习处理同学关系的方法，我和学生变成了亦师亦友的关系，我觉得这就是师生一起成长了吧！”

心益计划



项目简介

心益计划招募有公益心、能力强的大学生志愿者，通过提供课程包及培训等方式，让志愿者具备基础的儿童发展和心理学知识以及开展心理活动课的各种实践技能，支持志愿者在乡村开展心智素养主题冬、夏令营，帮助乡村儿童提升心理抗逆力，填补乡村地区心理教育的空白。

2020 年心益计划支持了 24 支高校团队 199 名志愿者，为 1658 名乡村儿童带去了冬夏令营课程，服务时长 24474 小时。期间还培训了 12 名大学生培训师。

(* 数据统计截至 2020 年 12 月)

项目大事记

2020 年 3 月

疫情期间迎难而上，持续招募夏令营团队，为大学生志愿者提供支持。

2020 年 4 月

与顺丰公益基金会达成合作，为其 5 支团队提供培训、课程等系列支持，成功为近 400 名学生开展夏令营。

2020 年 7 月

与国峰慈善基金会达成合作，为其 2 支大学生团队提供心智素养课程。

2020 年 8 月

项目成功支持 10 支大学生团队在疫情期间举办夏令营，为近 700 名学生开展夏令营活动。

2020 年 10 月

心益计划带领 12 名大学生志愿者通过线上共创的形式编纂出适用于 1-2 年級的“乒乒乓乓”活动包。活动包将于 2021 年冬令营正式投入使用。

2020 年 11 月

心益计划启动“方言读绘本大赛”，邀请大学生用方言朗读日慈公益基金会原创绘本《喷火龙来啦!》，大赛收到近 30 份作品，最终选出 6 个最受欢迎作品。

2020 年 11 月

日慈公益基金会联合爱茉莉太平洋中国在四所高校举办特别活动“AMOER 能量青年养成计划”，为大学生开展形式丰富的心理类活动，累计覆盖大学生 2 万余名。

项目申请流程

报名面试 > 线上理论学习 > 线下体验式培训 > 冬夏令营实践 > 反馈资料提交 > 总结回顾分享

课程介绍



自我认知 (6 课时)

以培养自我认知能力为核心，融入项目式学习 (PBL) 元素，通过手工绘画、情景故事等形式，增强学生认识自我、发掘优势和设定目标的能力，提升其自尊、自信水平。



情绪管理 (6 课时)

以培养情绪的觉察和处理能力为核心，通过绘画、情景故事等形式，增强学生对情绪的理解和觉察，提升其处理负面情绪的能力。



人际关系之建立友谊 (6 课时)

课程以培养同伴交往能力为核心，通过游戏、绘画、表演等形式，旨在增强学生认识友谊、欣赏他人和积极倾听的能力，提升其友谊质量和同伴关系水平。



人际关系之冲突解决 (6 课时)

课程以培养冲突解决能力为核心，通过绘画、手工、角色扮演等形式，旨在增强学生认识冲突、同理共情和积极沟通的能力，提升其友谊质量和同伴关系水平。



体验， 一个美丽的世界

大连理工大学盘锦校区“梦起云滇”公益团队
陈伊诺

“老师，我觉得我像一只狮子，因为他很凶猛。”这是“发现优势”这节课上同学的回答。

“老师我记得，上一节课我们讲的小人——乐乐、忧忧、怕怕、厌厌和怒怒。”这是同学们在上课前对于“情绪是什么”的回顾。

“语文课教语文，数学课教数学，那心益课教什么呢？”这是在夏令营未开课时，孩子们一直询问的一个问题。“SEL（社会情感学习理论）”、“自我认知”、“情绪管理”？我们当然不能拿出抽象的理论来把问题复杂化。我们通常会说：“这是一个秘密，等到上课的时候你们就懂了。”不是我们故作神秘，而是因为心益课正是在体验中进行，在体验中成长，在体验中学习。恰如春雨，润物于无声无息。

将想要传达的道理蕴含在各种各样形式的活动中，将为孩子们做出的周密考虑融入到教案上条条备注里，用一种潜移默化的方式将理论渗透进课堂，让心智素养教育就在学生们的体验与感悟中逐渐深化到内心。这就是我所理解中的心益课堂，这就是我所体验到的心益计划的用心与深意。

给孩子们带去的心益课堂充满欢乐，并且寓教于乐。还记得课堂上一双双眼睛聚精会神地盯着屏幕，一起在《零错误女孩》的故事里发现“我不完美”的道理；还记得跟着“小

燃”一起探险体验，寻找如何调节生气这一情绪的奥秘。我们和同学们一起体验课堂，一起享受着课堂的乐趣，一起在课堂上思考，学习，成长。可能距离就是在这样的体验式课堂中不知不觉的拉近，以至于下课的时候经常有同学扑到你怀里，笑嘻嘻地和你讨论方才课堂上的种种情景。

最后，想以一个孩子的反馈作为结束语：“上了心益课，我好像走进了一个美丽的世界”。



校园活动



AMORE能量青年

2020年，受疫情影响，越来越多的学校开始重视大学生的心理健康教育，日慈作为一家关注心理健康领域的机构，也希望可以在特殊的时期做出更多努力。基于此，日慈公益基金会联合爱茉莉太平洋中国发起“AMORE 能量青年”，希望通过创新多样的活动形式帮助高校大学生缓解学业、生活和就业等方面的紧张和焦虑情绪，普及心理健康知识，以积极乐观的心态面对挑战和困难。

2020年“AMORE 能量青年”第一期在上海交通大学、西安交通大学、武汉大学、上海大学4所高校开展，以压力为主题，针对不同高校需求设计路演、宣讲会及工作坊等多种参与形式，共计举办7场活动，直接参与人数1293人，间接覆盖2万余名大学生。

通过路演活动压力砸砸砸，烦恼消消消和小小问卷三个环节的设置，大学生可以亲身体验释放压力的方法。压力砸砸砸将各类压力转换为力量，用发泄的方式释放压力。烦恼消消消帮助大学生梳理自身困惑，并尝试找寻解决方法，正视压力。活动现场还展示了多种解压玩具，让大学生了解释放压力的不同方法。小小问卷通过调研了解大学生所需的心理支持，帮助项目在未来更有针对性地为大学生提供支持。

宣讲会现场，心理专家不仅科普了什么是压力、压力的来源等知识，还为大学生提供了许多自我察觉和应对压力的方法，有效帮助大学生解决问题。互动环节中，大学生们

积极踊跃，提出实际学习生活中遇到的麻烦，希望得到专家的解答。

工作坊中，近30名大学生通过压力泡泡、心理能量简历两个活动，梳理自己的学习生活状态，找到压力来源。同时发掘自身优势，找到适合自己的压力应对策略。参与者表示，通过深度体验的形式了解自己的压力状态，能够有效帮助自己认识压力源，提前预防压力的产生。心理能量简历能够从一定程度上增强自信，让自己了解自身优势。

活动结束后，大学生表示非常喜欢此类活动，希望未来可以在学校定期举办。活动期间发放的《大学生心理支持需求调查问卷》共收到1076份有效问卷。通过对问卷的分析整理，爱茉莉太平洋联合日慈公益基金会出品了《2020大学生心理支持需求调查报告》，报告共有三个发现：

1. 大学生对心理健康教育重视程度不够

仅有一半的大学生对心理健康的概念有较为积极的认识。他们对自己的心理健康状态较为自信，满分10分的情况下，平均得分为7.7分。与此同时，40%的大学生在实际工作和生活中应对压力较为吃力，只有极少部分的大学生会主动关注心理健康相关知识。

2. 大学生缓解压力的方式缺乏主动性和专业指导

学业压力和就业困难是大学生当前生活中烦恼的主要来源，在应对方式选择上，大学生更倾向于选择睡觉、购物、玩游戏、进食等方式，而寻求专业服务的大学生仅有6.5%。同时存在4.9%的大学生不会采取任何措施，这对保持身心健康是很大的挑战。

3. 互动方式多样的活动更受大学生喜欢

在心理活动形式方面，大学生更偏爱有丰富互动及体验的形式，参加主题工作坊和路演宣传能够更直观和有效的了解知识。情绪管理和自我认识是大学生更加关注的心理健康活动主题。



志愿者说

事实上我以前很怕和小孩子相处，觉得没什么可以交流的东西，但现在我明白只是因为自己不肯蹲下，站在他们的高度他们的角度去观察世界，才让成人与儿童的距离越来越远。

——源梦公益 方静

其实每一次去参加这些冬令营、夏令营，都有一种向死而生的悲壮感。社团去过的很多项目点有的已经消失了。这些乡村教学点，缺乏资金，缺乏师资，缺乏孩子们可

以出去看一看的机会。对这些孩子最好的办法肯定就是去更好的学校，更大的城市。乡村基础教学点的消失是必然的。

可是不必感伤，不必缅怀。with the development of economy, 出现这样的事情是必然的，教育资源更公平，更普惠地服务所有孩子才是最好的趋势。当所有孩子都能接受优质的教学资源的时候，我们的历史任务也就完成了。我们也不必存在了。我们存在的目的是为了消失，这才是我认为我们应该有的情怀。向死而生。

——南审传递童年 陈威

录入前后测问卷的时候是我在夏令营中最欣慰的时刻。虽然能够感觉到一些孩子变得更加开朗，更加自信，但我自己观察的毕竟不够全面和深入，而前后测问卷的对比就直观又全面的展示出了他们的变化。很多很多小朋友开始觉得自己有很多优点，一些在填前测问卷时过于自信的孩子们开始觉得自己也有一些缺点需要改正，所有的小朋友都觉得自己总体来说是个有用的人，是个不错的人。这就是对我最大的肯定啊！我瞬间就觉得两个多月的努力，长时间的备课，改了无数次的 PPT 都是有意义的！

——纸鸢公益 豆格格



慧心助学



项目简介

项目致力于帮助贫困地区的少年儿童实现初中阶段的义务教育及高中或职业技术学校的学习。除了资金资助外，综合运用多种心理介入帮助学生培养习惯、重建自信、融入校园、服务社会，让学生得到成长所需的关爱，同时也为公众提供公益参与、个人成长的机会和平台，让受助者和捐助者在参与互动中共同受益。

项目大事记

四川省凉山州昭觉县 昭觉民族中学

项目大事记

- “雪子爱心班”的 25 名大一学生，4 月初恢复回校正常上课。
- “心乐爱心班”的 27 名高三学生，4 月初恢复回校正常上课。高考班的学生在学校全力支持下，组织学生参加线上教学和补习，才得以保证了学生们高考顺利完成。“心乐爱心班”高考捷报陆续送达，**1 名一本，6 名专科，20 名预科**。
- “雪子爱心班”和“心乐爱心班”依旧按 2019 年上大一前期的约定，每名学生资助 4000 元 / 年。参与助学项目的社会各界爱心人士共计 30 人，参加慧心助学活动爱心人士，根据个人的经济能力和个人意愿，以一对多、多对一，一对一等多种形式参与，正如我们的初衷：“让捐赠者及受助者在参与互动中共同受益”。
- “慧心爱心班”今年初二升初三，全班 54 名学生按学校通知准备到校，初二期末考试，班级 9 门功课总分平均分 509.4 分；本校**年级排名第一**；班级有 10 名学生在学校全年级排名前十。不负众望，不愧是初中“尖子生”班级。





2020年因疫情原因，全国人民共同抗疫，各大高校、地方中小学都是停课或线上上课。但是偏远的四川大凉山彝族的娃娃们，大部分没有条件和设备、设施，参加线上听课。是全社会的努力保证了孩子们恢复回校上课，同时在学校全力支持下，组织学生参加线上教学和补习，才得以保证了学生们高考顺利完成。

在这不平凡的一年，通过社会人士共同努力，慧心助学项目得以顺利执行。再次感谢各位爱心人士捐助，让孩子们得以继续学业，走向美好的人生。

心智素养研究院



研究院简介

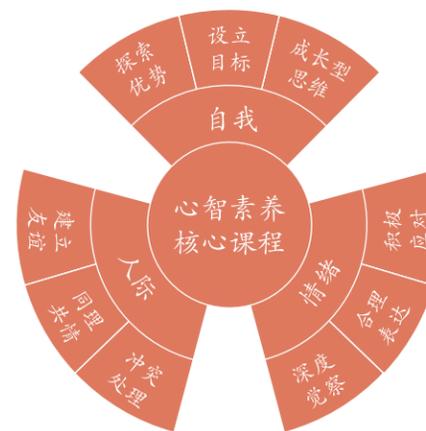
心智素养研究院致力于心智素养教育产品的研发与创新，并为广大一线教师、社工和大学生志愿者提供系统化的培训和咨询服务，助力其专业理论和实务能力的成长与发展。此外，通过与国内外高校和科研机构紧密合作，心智素养研究院积极开展当前儿童青少年心理健康现状调研，扎实推进项目量性与质性评估，旨在促进心智素养课程和项目的本土化与实证化。

心智素养课程研发

心智素养研究院以积极心理学和社会情感学习为理论基础，秉持以学生为中心的课堂理念，自主研发了一系列适用于当前校园环境的心智素养课程。

该课程面向义务教育学龄段的学生，分为小学低年级、小学高年级和初中三个阶段，每个阶段均以“自我”、“情绪”、“和”人际”为主题，通过手工、绘画、角色扮演、小组讨论等参与式和体验式教学方式寓教于乐，帮助学生增强自尊、情绪智力和人际关系水平，提升心理抗逆力，最终助力其未来积极发展。

截止目前，心智素养研究院共完成13套心灵魔法学院系列课程、5套心益计划系列课程的研发与修订工作。未来，我们将以文献理论研究、课程评估结果和教师实践反馈为基础，对课程进行周期性更新迭代，保证其循证实践性(Evidence-based practice)。



心智素养课程核心框架



教师培训

2020年,心智素养研究院先后为陕西省泾阳县、湖南省知心屋项目、湖南省醴陵市、广西省德保县、云南省寻甸县、湖南省沅陵县等地区的老师开展了18场线下培训(每场1至3天),受益人数达900人。通过线下培训,教师能够初步了解心智素养课程的理论基础,亲身体验并带领兼具专业性与趣味性的心理活动,从而理解和掌握心理课程的授课方法和技巧。

此外,心智素养研究院为机构内部(心灵魔法学院)和外部(马云公益基金会、北京市西部阳光农村发展基金会)开展线上培训共12次,受益人次达1450人。受疫情影响,原定于暑期的优秀教师游学营被迫取消。为了满足老师们的学习需求,心智素养研究院特邀7位专家讲师为500多名老师开展了为期三天的线上游学营。老师们从心理预防、心理预警、心理干预三个方面分别学习了正念、正面管教、危机干预、家校沟通、心理评估、心理辅导等主题,极大增强了自身在心理健康教育领域的知识和能力。

大学生志愿者培训

2020年,心智素养研究院为参与心益计划夏令营的大学生志愿者开展线上培训6次,受益人次达2754人;线下培训1次,受益人数达13人。通过培训,大学生志愿者能够初步了解优势视角、以学生为中心等理念,学习设立课堂规则、应对不同性格的学生的方法,从而增强课堂管理和与儿童相处的能力。

项目评估

评估框架

需求性评估

课程需求评估

在研发课程之前，对不同年龄阶段的儿童的心理发展任务进行评估，从而保证课程的主题和重点符合其需求。

培训需求评估

在设计培训之前，对不同的受训群体（教师志愿者 VS. 大学生志愿者；课程新手 VS. 优秀教师）的现有认知水平进行评估，从而保证培训的内容和形式符合其需求。

过程性评估

授课过程评估

在项目执行过程中，对教师或大学生志愿者的授课频次、流程标准度、课堂管理表现等方面进行评估，从而帮助提升授课质量。

培训过程评估

在项目执行过程中，对每次培训的内容、形式、时间安排、讲师表现等方面进行评估，从而帮助提升培训质量。

项目实施过程评估

在项目执行过程中，对教师或志愿者的授课积极性、培训参与度、结课率、激励制度等方面进行评估，从而帮助提升项目实施质量。

结果性评估

课程满意度评估

结课后，对教师 / 大学生志愿者和学生对课程的整体满意度进行评估。

课程效果评估

结课后，探究学生的心智成长情况，对课程的实施效果进行评估。

项目满意度评估

项目执行后，对教师 / 大学生志愿者对项目的整体满意度进行评估。

项目效果评估

项目执行后，了解教师 / 大学生志愿者在课程理念、看待学生视角等方面的变化，对项目的实施效果进行评估。

评估报告



评估方法

- 问卷调查法
- 访谈法
- 项目执行资料收集法
- 实地走访 & 课堂观察法

评估步骤

- 1 确定评估目的与需求
项目开始之前,评估官员与项目官员共同商定评估目的与需求。
- 2 设计评估方案
根据评估目的与需求,设计具体的评估方案,包括评估对象、评估指标、评估方法、评估时间等。
- 3 编写问卷及访谈提纲
根据评估方案,设计具体的线上或线下问卷、实地或电话访谈提纲等。
- 4 收集评估资料
根据评估方案,在合适的时间点收集相应的评估资料。
- 5 分析评估资料
借助 EXCEL 或 SPSS 等统计分析软件,对评估资料进行整理和分析。
- 6 撰写评估报告
根据评估资料分析结果,撰写相应的评估报告,并将结果反馈给项目和研发官员。



评估结果

以《综合型心智素养课程》为例:

● 需求评估:

通过检索过往的文献研究,发现培养学生的社会情感学习能力,有助于提升学生的自尊水平、情绪智力水平和同伴关系水平。

通过前期对教师的访谈和问卷调查,发现目前许多学生比较缺乏正确认识自己的能力、情绪调控的能力以及与同伴建立和维持关系的能力。

因此,研发《综合型心智素养课程》,帮助学生提升自尊水平、情绪智力水平和同伴关系水平成为十分必要且重要的课程需求。

“2015 年联合国教科文组织在巴黎总部通过的《教育 2030 行动框架》中明确提出:教育既不能忽视认知能力的培养,又要更加关注培养儿童识别和管理情绪、关心他人、做出负责任决定、建立积极人际关系及巧妙应对挑战性情境等社会情感能力,将社会情感学习提上全球政策议程并进入讨论视野。许多实证研究表明,社会情感学习有助于提高学生的情绪智力水平,减少学生的问题行为,促进积极行为的发展,改善学生的学习态度,提高学业水平。”

● 过程评估:

通过对部分项目教师进行电话访谈和实地走访,参照《听课记录表》观察其授课过程,发现大部分教师能够按照

课程设计的基本要求授课,并且能够创造平等、尊重、开放的课堂氛围,鼓励学生积极参与并及时给予表扬。

通过对《线下教师培训反馈表》进行分析,结果显示,教师对培训的满意度达到 9.75 分(满分 10 分),其中打分在 8 分及以上的教师占 98%,这说明线下培训取得了较为显著的成效并受到教师的认可。

通过对日慈小程序中教师填写的《结课反馈表》进行分析,结果显示,教师对《综合型心智素养课程》的满意度达到 9.25 分(满分 10 分),打分在 8 分及以上的教师占 90%,这说明《综合型心智素养课程》受到了教师的喜爱和认可。

● 结果评估:

评估方法:

前后测问卷调查法

评估对象:

随机抽取的参与《综合型心智素养课程》的 1865 名学生

评估工具:

改编的自尊量表、情绪力量表和同伴关系量表。量表共 31 题,采用 5 点计分,依“很不符合”、“比较不符合”、“一般”、“比较符合”、“很符合”分别记 1、2、3、4、5 分。学生根据自己的实际情况作答,分数越高,表明其自尊水平、情绪智力水平和同伴关系水平越高。



评估过程：

在开课之前，由受过培训的教师统一发放问卷，实施前测。待结课一周之内，实施后测。问卷统一回收后，日慈志愿者将数据录入电子文档，之后日慈评估人员使用统计分析软件 SPSS 对数据进行处理和分析。

评估结果：

结果显示，学生对《综合型心智素养课程》的满意度达到 **8.97 分**（满分 10 分）。在参与课程之后，学生自尊水平、情绪智力水平和同伴关系水平都得到显著提升，他们能够正确认识自己，明确自身目标，增强自信，学会合理控制自身情绪，掌握人际交往技巧和解决冲突的策略，学会换位思考，也收获了友谊。

总体分析结果：

通过比较前后测问卷中自尊量表、情绪智力量表和同伴关系量表的得分情况，结果显示，学生在后测问卷中的得分均高于前测得分，且达到统计学意义上的显著性差异（自尊水平， $F=191.36, p<0.001$ ；情绪智力水平， $F=72.49, p<0.001$ ；同伴关系水平， $F=29.60, p<0.001$ ）。这说明，参加《综合型心智素养课程》后，学生的自尊水平、情绪智力水平和同伴关系水平都得了显著提升。

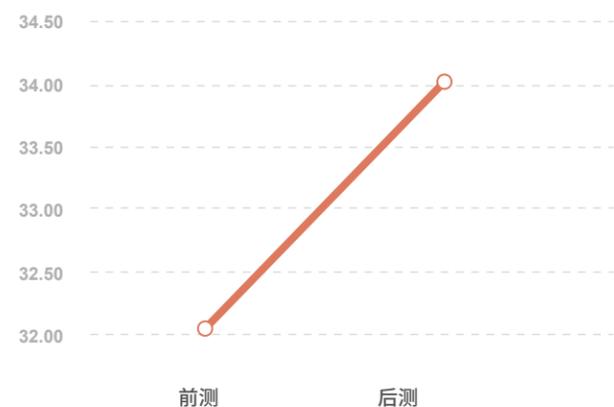


图 1：自尊水平量表总体得分情况

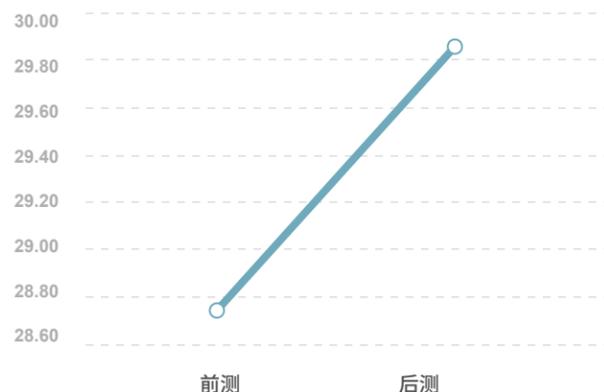


图 2：情绪智力水平量表总体得分情况



图 3：同伴关系水平量表总体得分情况

● 质性评估结果

在项目中后期的实地走访中，分别对参与心智素养课程的教师和学生进行访谈，在征得对方同意的情况下，对教师和学生访谈内容进行录音，随后将录音资料整理成文字资料。

通过对教师和学生的访谈内容进行归纳总结，结果发现，心智素养课程帮助学生学会正确认识自己，树立目标意识和规则意识；学会正确认识并合理控制自身情绪；掌握人际交往的技巧，解决人际冲突，收获友谊。与此同时，课程也拉近了师生之间的距离，有助于建立良好的师生关系。除此之外，心智素养课程对教师自身也有较大帮助，在教育理念上，课程帮助教师转变教育理念，更加重视学生的心理健康；学会用优势视角看待学生，善于发现学生的优点；学会换位思考，站在学生的角度上看待问题。在个人生活上，心智素养课程的理念也影响着教师用更加积极乐观的态度面对生活，掌握调节自身情绪的技巧，拓宽教师的知识面。



“这节课帮助我更加清楚地了解自己了。我以前想象的自己是很厉害的，因为仗着自己学过科学课，觉得自己可以将问题能够科学地表达出来；但是我现在上这个课后，觉得自己太肤浅了，因为我听到别人说的时候，虽然答案和我完全不一样，但是得到了老师的认可，我就发现原来我自己的答案不是完全正确的。我觉得每个人都有擅长的地方，其他人也有很厉害的，我要更加努力向他们学习。”

——斗光学校学生

“我觉得这个课程帮助他们学会正确认识自己的情绪了。他们在日常的生活里，无论是在学校还是在家都要面对各种类型的情绪，通过这样的课程，不仅让他们体验到学习的快乐，最重要的是让他们学会如何处理自己的情绪问题。”

——程老师

“说实话，这个课程对我自己也有帮助。因为我的事情有时候比较多而且杂乱，导致我自己内心的情绪也不太好控制，有时候我会把自己工作上的一些情绪带到课堂上，影响整个课堂的这些气氛。现在通过上心智素养课程，我也学会了调试自己的情绪，尽量给学生展示积极健康的一面。”

——张老师

财务审计



广州灵通会计师事务所（普通合伙）

GUANGZHOU LINGTONG CERTIFIED PUBLIC ACCOUNTANTS

审计报告

审计报告文号：穗灵通审字【2021】第0091号

广东省日慈公益基金会：

一、审计意见

我们审计了广东省日慈公益基金会财务报表，包括2020年12月31日的资产负债表，2020年度的业务活动表和现金流量表以及相关财务报表附注。

我们认为，后附的财务报表在所有重大方面已经按照《民间非营利组织会计制度》的规定编制，公允反映了广东省日慈公益基金会2020年12月31日的财务状况以及2020年度的业务活动成果和现金流量。

二、形成审计意见的基础

我们按照中国注册会计师审计准则的规定执行了审计工作。审计报告的“注册会计师对财务报表审计的责任”部分进一步阐述了我们在这些准则下的责任。按照中国注册会计师职业道德守则，我们独立于广东省日慈公益基金会，并履行了职业道德方面的其他责任。我们相信，我们获取的审计证据是充分、适当的，为发表审计意见提供了基础。

三、其他信息

广东省日慈公益基金会管理层（以下简称管理层）对其他信息负责。其他信息包括广东省日慈公益基金会2020年年度报告中涵盖的信息，但不包括财务报表和我们的审计报告。

我们对财务报表发表的审计意见并不涵盖其他信息，我们也不对其他信息发表任何形式的鉴证结论。

结合我们对财务报表的审计，我们的责任是阅读其他信息，在此过程中，考虑其他信息是否与财务报表或我们在审计过程中了解到的情况存在重大不一致或者似乎存在重大错报。

基于我们已执行的工作，如果我们确定该其他信息存在重大错报，我们应当报告该事实。在这方面，我们无任何事项需要报告。

四、管理层和治理层对财务报表的责任

广东省日慈公益基金会管理层负责按照民间非营利组织会计制度的规定编制财务报表，使其实现公允反映，并设计、执行和维护必要的内部控制，以使财务报表不存在由于舞弊或错误

导致的重大错报。

在编制财务报表时，管理层负责评估广东省日慈公益基金会的持续经营能力，披露与持续经营相关的事项（如适用），并运用持续经营假设，除非管理层计划清算单位、停止运营或别无其他现实的选择。

治理层负责监督广东省日慈公益基金会的财务报告过程。

五、注册会计师对财务报表审计的责任

我们的目标是对财务报表整体是否不存在由于舞弊或错误导致的重大错报获取合理保证，并出具包含审计意见的审计报告。合理保证是高水平的保证，但并不能保证按照审计准则执行的审计在某一重大错报存在时总能发现。错报可能由舞弊或错误所导致，如果合理预期错报单独或汇总起来可能影响财务报表使用者依据财务报表作出的经济决策，则通常认为错报是重大的。

在按照审计准则执行审计的过程中，我们运用职业判断，并保持职业怀疑。同时，我们也执行以下工作：

(1) 识别和评估由于舞弊或错误导致的财务报表重大错报风险；设计和实施审计程序以应对这些风险，并获取充分、适当的审计证据，作为发表审计意见的基础。由于舞弊可能涉及串通、伪造、故意遗漏、虚假陈述或凌驾于内部控制之上，未能发现由于舞弊导致的重大错报的风险高于未能发现由于错误导致的重大错报的风险。

(2) 了解与审计相关的内部控制，以设计恰当的审计程序，但目的并非对内部控制的有效性发表意见。

(3) 评价管理层选用会计政策的恰当性和作出会计估计及相关披露的合理性。

(4) 对管理层使用持续经营假设的恰当性得出结论。同时，根据获取的审计证据，就可能导致对广东省日慈公益基金会持续经营能力产生重大疑虑的事项或情况是否存在重大不确定性得出结论。如果我们得出结论认为存在重大不确定性，审计准则要求我们在审计报告中提请报表使用者注意财务报表中的相关披露；如果披露不充分，我们应当发表非无保留意见。我们的结论基于截至审计报告日可获得的信息。然而，未来的事项或情况可能导致广东省日慈公益基金会不能持续经营。

(5) 评价财务报表的总体列报、结构和内容（包括披露），并评价财务报表是否公允反映相关交易和事项。

我们与治理层就计划的审计范围、时间安排和重大审计发现等事项进行沟通，包括沟通我们在审计中识别出的值得关注的内部控制缺陷。

[此页无正文]



中国注册会计师：

中国注册会计师：

二〇二一年三月三十日

资产负债表

2020年12月31日

会民非01表
币种：人民币元

单位名称：广东省日慈公益基金会

资产	行次	年末余额	年初余额	负债和净资产	行次	年末余额	年初余额
流动资产：				流动负债：			
货币资金	1	4,108,256.89	3,431,875.66	短期借款	23		
短期投资	2			应付款项	24		
应收款项	3	8,002.74	26,620.70	应付工资	25		
预付账款	4	3,200.00	26,350.00	应交税金	26	12,681.23	25,678.10
存货	5		206,393.59	预收账款	27		
待摊费用	6			预提费用	28		
一年内到期的长期债权投资	7			预计负债	29		
其他流动资产	8			一年内到期的长期负债	30		
流动资产合计	9	4,119,459.63	3,691,239.95	其他流动负债	31		
				流动负债合计	32	12,681.23	25,678.10
长期投资：							
长期股权投资	10			长期负债：			
长期债权投资	11			长期借款	33		
长期投资合计	12			长期应付款	34		
				其他长期负债	35		
固定资产：				长期负债合计	36		
固定资产原价	13	4,068.00	4,068.00				
减：累计折旧	14	3,864.60	3,035.90	受托代理负债：			
固定资产净值	15	203.40	1,032.10	受托代理负债	37		
在建工程	16						
文物文化资产	17			负债合计	38	12,681.23	25,678.10
固定资产清理	18						
固定资产合计	19	203.40	1,032.10				
				净资产：			
无形资产：				非限定性净资产	39	3,197,136.66	3,666,593.95
无形资产	20			限定性净资产	40	909,845.14	
				净资产合计	41	4,106,981.80	3,666,593.95
受托代理资产：							
受托代理资产	21						
资产总计	22	4,119,663.03	3,692,272.05	负债和净资产总计	42	4,119,663.03	3,692,272.05

法定代表人：  主管会计工作负责人：  会计机构负责人： 

业务活动表

2020年度

会民非02表
币种：人民币元

单位名称：广东省日慈公益基金会

项目	行次	本年发生额			上年发生额		
		非限定性	限定性	合计	非限定性	限定性	合计
一、收入	1						
其中：捐赠收入	2	559,004.20	2,785,186.03	3,344,190.23	3,362,773.12	764,456.48	4,127,229.60
会费收入	3						
提供服务收入	4	630,592.79		630,592.79	675,873.80		675,873.80
其中：政府购买服务收入	5						
商品销售收入	6						
政府补助收入	7						
投资收益	8	80,510.24		80,510.24	59,611.01		59,611.01
其他收入	9	1,333.06		1,333.06	665.04		665.04
收入合计	10	1,271,440.29	2,785,186.03	4,056,626.32	4,098,922.97	764,456.48	4,863,379.45
二、费用	11						
(一) 业务活动成本	12	2,620,084.73		2,620,084.73	3,163,133.22		3,163,133.22
其中：捐赠项目成本	13	2,620,084.73		2,620,084.73	3,163,133.22		3,163,133.22
提供服务成本	14						
销售品成本	15						
会员服务成本	16						
业务活动税金及附加	17						
(二) 管理费用	18	357,541.13		357,541.13	606,036.50		606,036.50
(三) 筹资费用	19	462,842.88		462,842.88	485,564.06		485,564.06
(四) 其他费用	20	175,769.73		175,769.73	17.79		17.79
费用合计	21	3,616,238.47		3,616,238.47	4,254,751.57		4,254,751.57
三、限定性净资产转为非限定性净资产	22	1,875,340.89	-1,875,340.89		764,456.48	-764,456.48	
四、净资产变动额（若为净资产减少额，以“-”号填列）	23	-469,457.29	909,845.14	440,387.85	608,627.88		608,627.88

法定代表人：  主管会计工作负责人：  会计机构负责人： 

现金流量表

2020年度

会民非03表
币种：人民币元

单位名称：广东省日慈公益基金会

项目	行次	本年发生额	上年发生额
一、业务活动产生的现金流量：			
接受捐赠收到的现金	1	3,344,190.23	4,127,229.60
收取会费收到的现金	2		
提供服务收到的现金	3	649,510.57	819,966.90
销售商品收到的现金	4		
政府补助收到的现金	5		
收到的其他与业务活动有关的现金	8	1,333.06	665.04
现金流入小计	13	3,995,033.86	4,947,861.54
提供捐赠或者资助支付的现金	14		
支付给员工以及为员工支付的现金	15	1,696,454.92	2,006,643.72
购买商品、接受服务支付的现金	16	934,474.25	1,867,081.76
支付的其他与业务活动有关的现金	19	768,233.70	1,513,917.87
现金流出小计	23	3,399,162.87	5,387,643.35
业务活动产生的现金流量净额	24	595,870.99	-439,781.81
二、投资活动产生的现金流量：			
收回投资所收到的现金	25		
取得投资收益所收到的现金	26	80,510.24	59,611.01
处置固定资产和无形资产所收回的现金	27		
收到的其他与投资活动有关的现金	30		
现金流入小计	34	80,510.24	59,611.01
购建固定资产和无形资产所支付的现金	35		
对外投资所支付的现金	36		
支付的其他与投资活动有关的现金	39		
现金流出小计	43		
投资活动产生的现金流量净额	44	80,510.24	59,611.01
三、筹资活动产生的现金流量：			
借款所收到的现金	45		
收到的其他与筹资活动有关的现金	48		764,456.48
现金流入小计	50		764,456.48
偿还借款所支付的现金	51		
偿付利息所支付的现金	52		
支付的其他与筹资活动有关的现金	55		
现金流出小计	58		
筹资活动产生的现金流量净额	59		764,456.48
四、汇率变动对现金的影响额			
	60		
五、现金及现金等价物净增加额			
	61	676,381.23	384,285.68

法定代表人：

曲江亭
曲江亭

主管会计工作负责人：

刘敏卿
刘敏卿

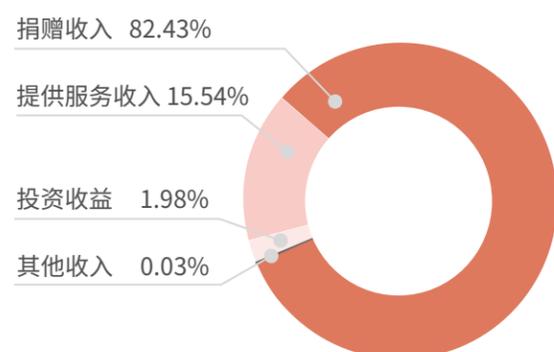
会计机构负责人：

刘敏卿
刘敏卿



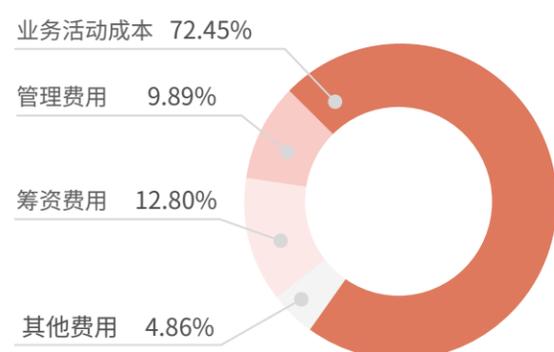
财务披露

2020 年日慈公益基金会总收入



收入细分	金额(元)
捐赠收入	3,344,190.23
提供服务收入	630,592.79
投资收益	80,510.24
其他收入	1,333.06
合计	4,056,626.32

2020 年日慈公益基金会总支出



支出细分	金额(元)
业务活动成本	2620084.73
管理费用	357541.13
筹资费用	462842.88
其他费用	175769.73
合计	3616238.47

致谢名单

以下致谢排序不分先后

爱心劝募者名单

星球商业评论、梅翠雨、花蕾、刘冬梅、弱水、钱志强、彭红、孙中、舒闲环爱宝宝、才哥、开瑜、苏秀玲、俪燕、李静小朋友、陈霏宣、旭日东升、舒畅、银河惯犯、WINNIE.W、温慧敏、四川农业大学米团公益、亲亲老师(林颐)联通保险、至喜婧儿、爱心天使、依汶、柳明霞、扬扬老师的亲友圈、Shawn 姚崧、姚丽、XIN 公益都领支教队、小糍粑(日慈公益)、梦心、刘丽、“东乡行”西部志愿者协会、至喜嘉莉、昱嘉(BabyJiajia)至真喜宝、刘小慧、艺文 413、鄧雯雯、卢卢、如初、西南民族大学启梦支教队、立胜、喜予吴相、萍、汤基翔、中国石油大学(华东)格子公益、杜旻旻、山东财经大学星火志愿者协会、安之若素、紫气东来、于志刚、铭鸿、安阳~闫文静、清静心、胡岚 蓝莲光教育、湯榕琦、张倩倩 Sananda、蒙锡洪、Susan~He、清静至喜、蝶儿飞、童蒙养正 yhl、雨蔓、至喜源源、许译方、虞馨、惠心、唐冬奎、曾曾、焦莉、乐美奇、易珊、罗、林素丽、何沅果、风声雨声笑对人生、Caroline 源喜儿、影视珊珊姐、静如幽兰、艺文 413、2020 纸鸢公益彩虹糖队、我们 de 工作室、易青山、炒米饼、张金梅、金子心灵 15213998081、普济——森林之子、张凤娟、小徐老师、梁巧灵、平淡是真!、ing、何沅果、罗、淼邈、泽、啥也不是、林素丽、永丰县沿陂小学、子琳、灿烂的阳光、乌市 - 姚雅玲 0012_0038、君澜酒店集团与你一块做好事、惠然心理咨询室文彦南、吴星、张龙、心语心海、焦莉、西北工业大学心++ 青年志愿者、南京师范大学源梦青年公益坊、萌丽诺子、J 柯、湯榕琦、安阳~闫文静、慕紫枫樾、乌市 - 姚雅玲 0012_0038、何沅果、淼邈、江苏宿迁市王园小学姚芳、灿烂的阳光(庞凤阳)、杨群、和喜诚妈、淡然、逸荣、欣语欣愿、丁思睿 - 莲开九品、道法自然、为梦想奔跑 @ 刘强、天芯、Mikey、熊志强、阳光至喜瑜伽

心益计划合作团队及个人

冬令营合作团队名单:

辽宁大学青年志愿者协会、山东大学蒲公英青年公益发展中心、河南大学绿芽支教团暖阳支队、暖阳志愿者协会造梦巨人团队、暖阳志愿者协会种花人团队、西南民族大学“善之力”爱心社、晨曦支教队、暖阳志愿者协会冬火团队

夏令营合作团队名单:

南审传递童年河南队、纸鸢公益彩虹糖队、竹溪支教扑通队、启梦星晨支教队、山东财经大学陶行知协会、桂航青年支教团、源梦支教团、青石板公益助学团队、西望计划支教队、格子公益创新发展协会、益往黔行、品格实验室、顺丰公益 - 橘子汽水队、顺丰公益 - 萤火虫队、顺丰公益 - 星火黔行队、顺丰公益 - 陇上星光队、顺丰公益 - 阳光微尘队

RTtrainer 名单

成志鹏、吴欣妤、韦忠兴、蒋亚琴、吴孟瑶、覃丹妮、刘平华、张宁芳、马宝燕、孙雨、谢小英、周紫怡

合作推广媒体

星球商业评论 雅君的好用分享

合作教育局及高校

陕西省咸阳市泾阳县教育局
河南省濮阳市濮阳县微型学校联盟
南开大学

湖南省醴陵市教育局
四川省昭觉县昭觉民族中学

合作机构



合作企业

