

2019 日慈公益基金會 心益计划结项报告

让孩子智慧有爱，乐享人生

目录

前言.....	1
一、 项目背景.....	1
二、 项目介绍.....	2
三、 项目流程.....	2
四、 项目成果.....	4
1. 项目产出	4
2. 项目传播	6
3. 团队支持	8
4. 课程效果	8
5. 志愿者感悟	9

前言

心益计划作为日慈公益基金会的主要项目之一，从2016年至今，通过为大学生提供必要的资金以及课程培训，支持大学生利用寒暑假时间前往乡村开展“心智素养主题营”，填补乡村儿童心理教育的空白。

截止2019年9月，心益计划已经支持1000名大学生开展“心智素养主题营”，服务了13225名乡村儿童。在这个过程中，心益计划也在不断优化，希望可以同大学生共同为乡村儿童带去更丰富、更专业、更适合乡村的心理课程。

2019年，心益计划共开启了两期“心智素养主题营”。2019年1月，15支团队在寒假期间开展了“心智素养主题营”（后文简称冬令营），共有181名大学生参与，受益儿童共1112名。2019年7-8月，18支团队在暑假期间开展了“心智素养主题营”（后文简称夏令营），共有300名大学生参与，受益儿童共1998名。

一、项目背景

根据国家统计局和联合国儿童基金会、联合国人口基金共同发布的《2015年中国儿童人口状况——事实与数据》报告，我国农村地区0—17岁儿童共有1.38亿，占全国儿童总数的50.9%。其中农村留守儿童约4051万，占农村儿童总数的29.4%，贫困农村地区（包括扶贫重点县和贫困片区县）常住儿童规模粗略推算约为4420万，占农村儿童总数的32.0%。在当前社会经济转型、区域发展不平衡、人口大规模流动的背景下，农村地区的经济发展状况相对较差，文化教育水平也落后于城市地区，农村地区儿童的发展也可能因此受到负面影响（曾满超，丁延庆，2005）。罗仁福等（2010）调查了贫困地区农村儿童的能力发展状况，他们发现农村儿童在认知能力、社会交往能力、语言能力和精细运动能力等方面都落后于城市儿童。教育设施不完善、教学条件差、师资力量薄弱、家庭教育方法不良等因素使得乡村儿童的发展面临诸多挑战，他们的生存和发展尤其值得关注与支持。

日慈公益基金会一直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。

为解决上述问题，日慈从 2016 年开始开展心益计划项目，结合“积极心理学”、“社会情感学习”等理论基础，自主研发心智素养主题课程，支持大学生在乡村开展主题冬夏令营。

二、项目介绍

2016 年，心益计划开始借助高校大学生的力量，通过课程支持的方式，对外输出心智素养主题课程。高校大学生团队在学期内接受心益计划的各类培训，在寒暑假利用心益计划提供的课程包为孩子带去心理类课程。通过收集上来的前后测问卷可以看出，乡村儿童通过心智素养主题课程增强了心理弹性。

2019 年 4 月，日慈公益基金会研发部门结合“积极心理学”、“社会情感学习”等理论基础，为心益计划研发出两套全新课程，打造出“心智素养主题营”的初步模型。通过“1+1”的模式（1 节心理课+1 个配套活动），让乡村儿童更全面的接触心理健康教育。心益计划不仅在课程上给予大学生支持，也在资金上给予支持，为大学生减轻负担。

2019 年，心益计划共支持 39 个团队 481 名大学生志愿者开展冬夏令营，共计服务 3110 名乡村儿童。

三、项目流程

2018 年 10 月-2019 年 10 月，心益计划共开展两期“心智素养主题营”，分别在寒假和暑假给乡村孩子带去心理健康课程，具体工作内容如下。

时间	任务
2018 年 10 月	1、冬令营团队&个人招募；
2018 年 11 月	1、冬令营合作名单确认； 2、线上培训框架及内容准备；
2018 年 12 月	1、冬令营线上培训进行； 2、冬令营物料准备；

2019年1月	<ol style="list-style-type: none"> 1、线下培训（2场59人）； 2、冬令营实施&工作人员课程督导；
2019年2月	<ol style="list-style-type: none"> 1、团队提交反馈资料； 2、冬令营总结；
2019年3月	<ol style="list-style-type: none"> 1、发布招募推文； 2、审核团队及个人申请书；
2019年4月	<ol style="list-style-type: none"> 1、面试团队（包括队长面试及课程面试）； 2、团队最终确认； 3、课程框架及培训内容最终确认； 4、收集志愿者培训需求；
2019年5月	<ol style="list-style-type: none"> 1、开启线上培训季（共开展4次线上培训）； 2、收集团队相关资料（人员信息等）； 3、准备线下培训； 4、走访预合作学校（陕西泾阳）； 5、评估方向及计划最终确认；
2019年6月	<ol style="list-style-type: none"> 1、实施线下培训（18个团队共计36人）； 2、收集团队相关资料（课程设计方案、银行账户信息等）； 3、准备夏令营相关物料；
2019年7月	<ol style="list-style-type: none"> 1、个人团队线下培训及开营； 2、走访项目点学校，协助团队处理相关问题； 3、对夏令营进行评估；
2019年8月	<ol style="list-style-type: none"> 1、走访项目点学校，协助团队处理相关问题； 2、对夏令营进行评估； 3、收集团队反馈资料；
2019年9月	<ol style="list-style-type: none"> 1、收集团队反馈资料并进行整理； 2、整理夏令营期间财务状况； 3、准备团队报销事宜；

2019 年 10 月	<ol style="list-style-type: none"> 1、整理团队反馈材料； 2、协助进行评估工作； 3、完成团队报销； 4、夏令营总结，撰写结项报告；
-------------	--

2019 年，心益计划共有三支个人志愿者团队，2019 年 1 月陕西省咸阳市泾阳县云阳镇中学，2019 年 1 月河南省濮阳市高台庙小学，2019 年 7 月陕西省咸阳市泾阳县三渠镇雪河中学。三个夏令营队伍都配备全职人员，作为课程督导全程跟队，及时指导志愿者开展心智素养课程，这在一定程度上保证了课程质量，也可以帮助志愿者更快熟悉课程。

2019 年，日慈公益基金会心智素养研究院以“积极心理学”、“社会情感学习”为理论基础，为心益计划研发了“自我认知”和“情绪管理”两个夏令营主题课程包。除 12 个课时的课程外，还为 8 个主题课程分别设计了 8 个配套活动，尝试用“1+1”的模式（1 节心理课+1 个配套活动），补充原有的单一课程，建立更立体的“心智素养营”。

除了更新课程之外，我们还增多了对团队的资金支持，减轻团队筹措实践资金的压力，让他们投入更多时间在课程设计上。

通过层层筛选，24 支大学生志愿者团队（包括 17 支高校团队、1 支个人志愿者团队及 6 支仅做课程支持的团队）在经过 4 次线上及线下培训后，奔赴全国数个乡村地区，为乡村儿童开展了约 2 周的“心智素养主题营”。

四、项目成果

1. 项目产出

2019 年，心益计划共计派出 39 支队伍，其中 36 支为直接与高校社团合作，另外 3 支则招募个人志愿者并由工作人员全程跟队，确保课程开展效果。具体产出如下表所示：

名称	数量
团队数量	39
志愿者人数	481
志愿者服务时长 (h)	65803
线上培训次数	7
线上培训参与人数	1220
线下培训次数	4
线下培训参与人数	111
受益儿童人数	3110

2019 年冬令营，心益计划仍沿用以往的运营模式，为团队提供课程包并配套课程培训，同时给予 500 元的种子资金，用于团队购买其他物料。项目更侧重于与心益计划课程授课志愿者的沟通交流，对于团队整体课程框架、团队管理等方面没有涉及。2019 年 1 月，项目团队在陕西省咸阳市泾阳县云阳镇中学、河南省濮阳市高台庙小学举办两场冬令营，两支队伍由工作人员全程管理，从前期准备到后期总结反馈全程跟踪，营期期间每个项目点匹配一名项目管理人员及一名研发培训人员全程督导，确保冬令营顺利开展。

2019 年夏令营，心益计划升级对团队的支持，除原有的课程包及配套培训外，另外给每个团队 6000 元的资金支持，减轻大学生筹措资金的负担，投入更多精力在课程设计上，从而提高夏令营整体质量。同时，心益计划通过开放线上培训参与名额，增多线上培训次数，覆盖更多大学生志愿者，平均每个团队至少覆盖 12 名大学生志愿者。

在线下培训方面，首次尝试集中培训，不再前往各地区做专场培训，改为将各团队骨干成员集中在一起培训，一方面增多各团队之间的交流机会，另一方面

增长培训时间，输出更多内容给大学生志愿者。

项目除了关注心益课程实施效果外，还关注团队整体情况以及其他课程情况，投入一定精力在课程框架建立上。同时，项目人员在夏令营开展过程中进行实地走访，实地调查夏令营开展情况，收集各方反馈建议，用于优化项目。

在个人队伍方面，项目组招募 10 名个人志愿者前往陕西省咸阳市泾阳县三渠镇雪河中学开展为期 2 周的夏令营，匹配一名工作人员全程督导，更加注重志愿者培训及课程质量。

2. 项目传播

整个项目期间，共计产生微信推文 50 篇，覆盖项目准备、项目执行、项目收尾三个阶段，微博达到 15 万浏览量

名称	数量
推文数量	50
推文阅读量	1.4w
微博浏览量	15w

团队项目执行期间，心益计划项目组通过实地走访、电话访谈等多种形式，实时关注团队项目进展，也同时在微信公众平台更新团队进展。

日期	标题	类型	链接
1月23日	心益计划 濮阳县高台庙小学冬令营开营啦	冬令营进展	https://mp.weixin.qq.com/s/FC0e9qPniamSnmCYLTADA
2月1日	心益计划 “木马奇遇记”趣味运动会	冬令营进展	https://mp.weixin.qq.com/s/NPzcx0nAnc8YUdWG9_zSjQ
3月6日	心益计划 心与心的连结，那是我们的故事	冬令营结营	https://mp.weixin.qq.com/s/E0niZkEnKzN9Az0iPen_Qw
3月21日	心益计划 冬令营学生的	冬令营案例	https://mp.weixin.qq.com/s/za

	变化案例		GR01-AR88ao8XM4j8G9Q
7月18日	与夏令营同行 我觉得时间才过了0.000001秒	工作人员走访	https://mp.weixin.qq.com/s/j_aY5vmcLoc_zNXCBIe0w
7月26日	与夏令营同行 知人者智,自知者明	夏令营进展	https://mp.weixin.qq.com/s/AsMQQUHEdLePQYodrnYEow
7月31日	与夏令营同行 穿过迷茫的荆棘,邂逅真实的自己	夏令营进展	https://mp.weixin.qq.com/s/AsMQQUHEdLePQYodrnYEow
8月15日	与夏令营同行 再见,明年见	夏令营结营	https://mp.weixin.qq.com/s/T2y1IWs_r6LsAOR63OUjvg
9月7日	与夏令营同行 夏日里的小确幸	夏令营志愿者总结	https://mp.weixin.qq.com/s/b-UoHdSsMrM11ttB8ABTqQ
10月25日	我想对你说 我和我的男孩	夏令营志愿者感悟	https://mp.weixin.qq.com/s/i67XvTvXq1N1q9FEv3fTGw
10月31日	喜报! 2019 心益夏令营课程评估报告出炉啦!	夏令营课程评估	https://mp.weixin.qq.com/s/Fm2-S4gNy191f-rQyHSdCg

除此之外,心益计划合作团队也在夏令营过程中也利用自己团队的微信公众号详细记录了夏令营过程。

日期	团队	标题	链接
7月27日	中南民族大学曙光支教团 郟西队	郟西队 知否知否,一场“维多利亚”级别环保T台秀正在上演	https://mp.weixin.qq.com/s/Q87MrLJLhnrA5gmZG1kzw
8月5日	陕西青年与环境互助网络 “滴水行动”项目组——陕西师范大学水争气小分队	夏令营进行时 “水争气”十二时辰	https://mp.weixin.qq.com/s/mIZpCh-LyhrHyb0ZdsDCRw
8月13日	大连理工大学盘锦校区“梦起云滇”公益团队	携手心益 嗨,你了解你的情绪吗?	https://mp.weixin.qq.com/s/OSQKvCetXD_8Njml-nDqYw

8月15日	2019 心益计划彩织益夏团队	与夏令营同行 这个夏天，我们一同繁盛	https://mp.weixin.qq.com/s/MQrApSU84UkIys5LnypttA
8月22日	中国传媒大学三农学社小白杨支教队	小白杨 6.0 携手心益：成为自己的主人	https://mp.weixin.qq.com/s/fC8gmG9_GK8v8B9HAvmiWg

3. 团队支持

今年的重大改变是优化了团队支持，具体变化参见下表：

项目	2019 前	2019 夏
课程包支持	√	√
课程培训支持	3 节线上培训+1 次线下培训	4 节线上培训+1 次线下培训
实地走访	×	√
资金支持	500 元/队	6000 元/队
队旗队服支持	×	√
保险支持	×	√

课程包支持方面，延续以往传统，继续为团队免费提供教材，今年夏令营教材有许多配套物料，也免费提供给团队。

课程培训方面，除了增多线上培训次数意外，也通过增加与志愿者的互动、布置课前任务等方式加强课程效果。

2019 年夏令营新增实地走访环节，通过此方式，一方面拉近与团队的距离，另一方面可收集更多一手资料，为今后优化项目做准备。

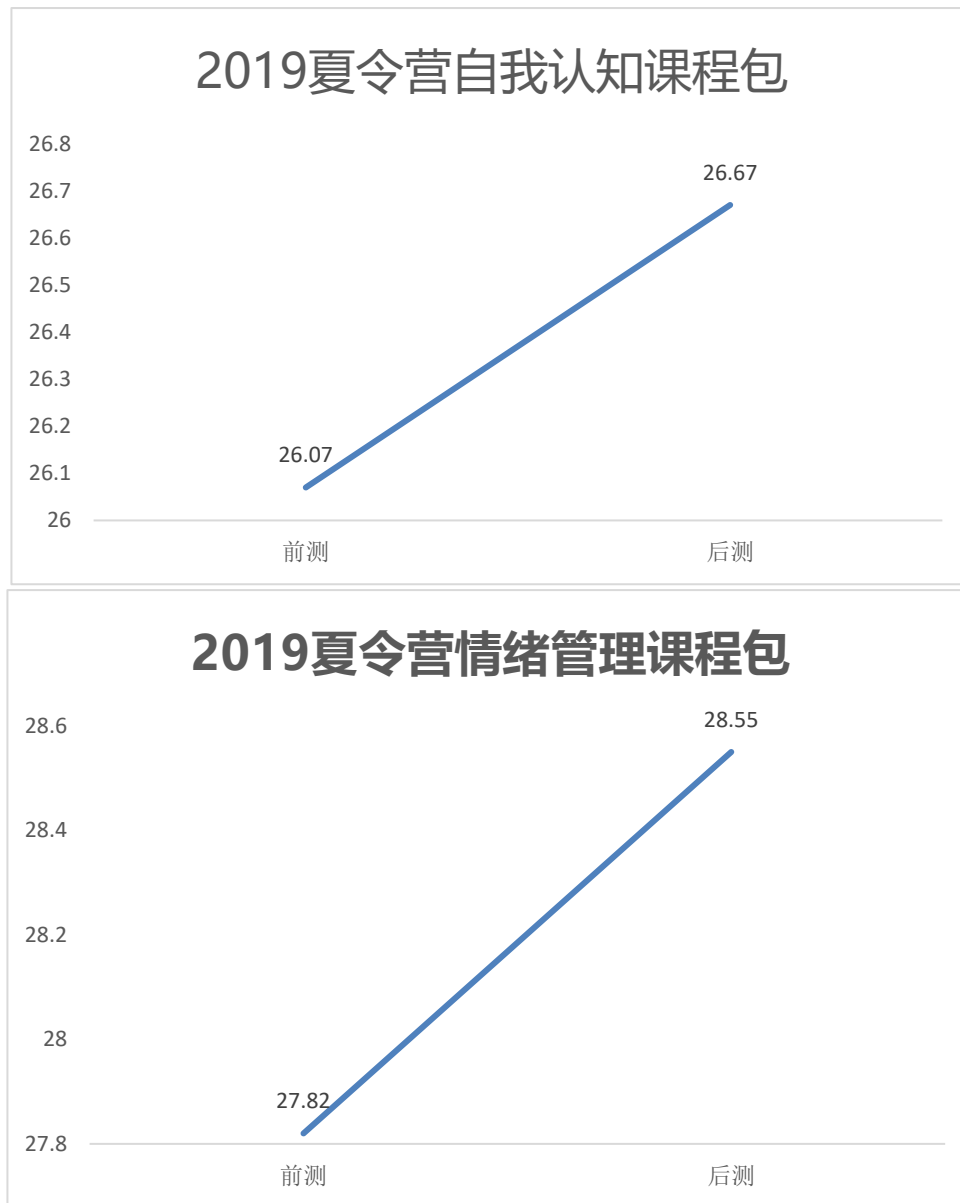
资金支持方面，项目为团队提供更多的支持，减轻志愿者负担。志愿者也表示，项目提供的资金使团队可以投入更多资金在物料上，也能在营期内改善生活质量，保证身体健康。

2019 年夏令营开始，项目还为团第提供保险支持，让项目落地多了安全保障；同时为了项目能够更好地传播，特为团队提供队旗队服支持。

4. 课程效果

每次营期结束，项目都会当期课程进行前后测问卷评估。2019 年冬令营评

估报告显示心益计划冬令营心智素养课程包能够显著提升学生的心理弹性。2019年夏令营评估报告显示心益计划夏令营课程有效地提升了乡村学生的自尊水平、情绪觉察以及情绪调节能力。同时，心益夏令营也受到学生的广泛认可与喜爱：93%的学生在后测问卷中表示他们喜欢心益课程包，满意度达到8.5分（满分10分）。



5. 志愿者感悟

冬夏令营结束后，每个志愿者都梳理了整个夏令营过程，抒发了自己的感想，总结经验，以便更好地准备下一次营会。以下精选部分志愿者总结感悟。

今年今年和日慈公益基金会合作，看中的也是心理健康的体系，其实 21 天我们带不去多少知识，就算灌输很多，最后也不会剩下多少，最重要的是陪伴和做人的道理，他们有一些来自离异家庭，有一些是留守儿童，跟随爷爷奶奶生活，不仅是学校教育达不到，一部分孩子家庭教育也达不到，这才是他们成长路上的阻碍，不管是规则意识也好，自信自强也好，都给他们的成长带去积极地影响，这也是我们需要去做并且有意义的事情。我们都希望她们健康快乐的成长。

——“微爱未央”远山支教队 田晓娟

作为一个很少同孩子接触的“新手”来说，回想这段时间，很多东西是那么的不可思议，但却又顺其自然。比如说，我从来没有想过我能够有这样的耐心，去给一桌子爱捉弄老师的青春期男孩儿们教怎么叠复杂的“千纸鹤”，但是这的确是我走到他们跟前就自然发生的、没有经过设计、考虑就做的事情；我也没想过，很少在课下同他们闲聊、追求极度有序课堂的我，能够收获孩子们的喜爱，直到我私下收到他们害羞地递过来的一些小纸条：“叶子老师，其实我最喜欢你了”；最没想过的是，为了贴合离别工作的主题瞎选的送别曲《再见》，把包括自己在内的大半个班唱到哽咽：在孩子们眼里、在我自己的眼里，我明明应该是个高冷无情的“班主任”啊。

——心益计划 2019 夏令营个人志愿者 叶信子

和孩子相处的时间里，我也不断学会调整自己，从上课方面，怎么解释才能够让孩子听得明白，课程怎么设计才会有趣。最让我深刻的就是怎么学会和孩子沟通，我看着她们，就像看到小时候的自己，开始理解同理心倾听，当孩子哭着跑过来的时候，我该做些什么，我应该怎么去处理这个问题。万物皆可为镜，在陪伴孩子的成长过程中，也会看到自己的一些缺点，用心体会就能感受到成长是双向的。

——广西师范大学地理协会心翼团队 安炳凤

在第一天写下期待的时候，我写下，我希望夏令营后，每个孩子都勇气可嘉。在我上自我认知的时候，我们用击鼓传花的方式让孩子们在游戏中展示自己

的能量卡，我记得梦樊说她最崇拜的是她的妈妈，因为她的妈妈独自一人把她带大；我记得志涵说她最崇拜的是致君，因为致君的学习成绩很好；我记得俊楠崇拜的人什么风格的都有；我记得...相比于之前，他们更加愿意去表达自己和认识自己，看到他们的变化，感觉真的很开心。

在夏令营的最后一天，他们主动要求，老师，我们想比赛唱歌，想让您们评分，我说好啊，但是我们不论输赢，这不是比赛，这是游戏，分数不是最重要的，最重要的是大家开心。他们大声和我说，老师我们知道，输赢不重要。

他们一个个上台唱歌没有丝毫怯场，下面的孩子静静的听，还有大声鼓掌的。突然想到第一天我曾经写下的话，我想，这个愿望应该已经达到了吧。

——红杜鹃爱心社暑期夏令营支教队 曹珮