

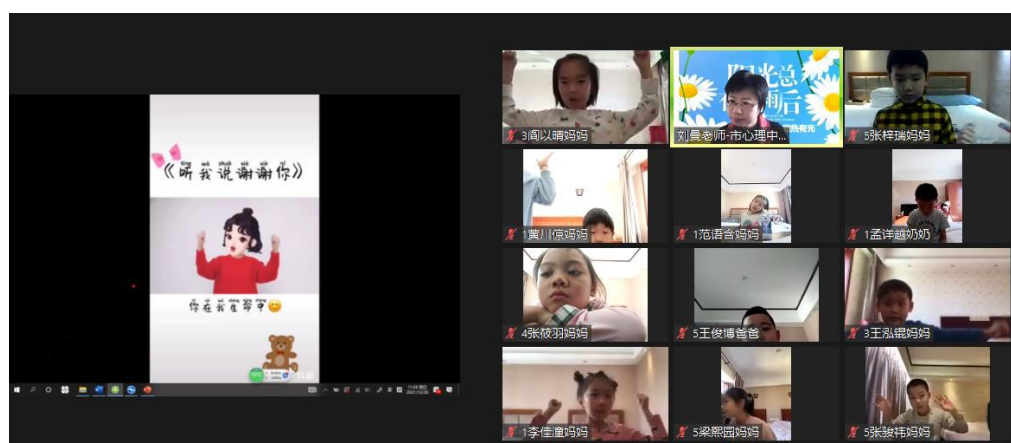
快乐有秘籍，成长伴我行

——市心理中心开展亲子网络团体心理辅导活动

为减少师生、家长因隔离而带来的情绪困扰，天津市学生心理健康教育发展中心应河东区教育局之邀，为按照疫情防控要求在宾馆隔离的第二实验小学二年级一个班的师生及家长提供了一系列专业的心理支持。首先，通过班级微信群，第一时间公布了天津市阳光心理热线，分享了天津师范大学副校长白学军教授主编的《新冠肺炎疫情心理防护手册》电子书。接着，在市心理中心专业团队的精心设计下，12月26日上午开展了主题为“快乐有秘籍，成长伴我行”的网络亲子团体心理辅导活动。



团体心理辅导活动集音乐、绘画、折纸、手语操等形式于一体，通过亲子互动、小组讨论、同伴互助、发言分享等环节，实现了包含情绪管理、社会支持和感恩教育在内的活动目标，探索了在特殊时期特殊条件下，小学生网络亲子团体辅导的新模式。



在重逢的欣喜和对团辅的期待中，师生及家长进行了温馨而快乐的互动，在一起调整身心，安放情绪，感受温暖，从心出发。家长们

反映，孩子在参加活动后非常开心，加深了孩子之间的交流沟通，增进了师生之间、同学之间、亲子之间的感情，舒缓了孩子在特殊时期的紧张情绪，学会了彼此支持，心怀感恩，增强了克服困难的信心和勇气！

