

天津市中小學生第二期“陽光成長”抗逆力訓練營 正式開營

2023 年 7 月 24 日下午 2:00，由天津市教委學生思想教育與管理處、天津市學生心理健康教育發展中心舉辦的天津市中小學生第二期“陽光成長”抗逆力訓練營在天津薊州國家冰上項目訓練基地正式開營。本次訓練營是貫徹落實教育部等十七部門關於印發《全面加強和改進新時代學生心理健康工作專項行動計劃（2023—2025 年）》通知要求的一項重要舉措，是天津市在加強和改進學生心理健康教育工作中深化和創新學生挫折教育模式、提升學生心理健康素質的積極探索。來自薊州區的參訓學生及全市心理教師代表共 40 餘人參加了訓練營開營儀式。



在开营仪式上，体育运动训练总负责人赵春英教授向参训人员介绍了抗逆力训练营四天的日程安排、教师团队、管理制度和纪律要求。来自蓟州区下营镇初级中学的许桐同学代表全体参训学生发言，她分享了自己在成长过程中的困惑和成就，表示希望通过参加抗逆力训练营活动，学会更好地应对挫折和困难，树立自信，成为更加坚韧和勇敢的人。



天津市学生心理健康教育发展中心副主任王晓庄教授在开营仪式上讲话，她介绍了开展抗逆力训练的意义，鼓励同学们勇敢面对挑战，在体育锻炼中享受乐趣、增强体质、健全人格、锤炼意志，通过训练营在对困难与挫折的认识与应对等方面实现突破。她强调，心理健康是学生成长成才的基石，希望通过训练营的历练，每位同学都能发现更强大的自己。



开营仪式上，参训学员身着红色营服，精神饱满、意气风发，对即将开始的训练营活动充满了期待和好奇。相信在未来四天科学专业、形式多样的训练中，同学们会不断提升心理素质，勇敢迎接挑战，收获成长的力量。

抗逆力训练营立足积极心理学教育理念，发挥竞技体育在改善学生心理健康方面的积极作用，带领学生通过训练和竞赛宣泄消极情绪、获得战胜困难和挫折的心理体验、激发和挖掘心理潜能，达到提升抗逆力的目标。同时，将学生身心健康检测评估与学生抗逆力提升训练体系有机结合，力求增强学生心理训练的科学性和专业性，提升教育效能。相对于 2021 年举办的天津市中小學生第一期“阳光成长”抗逆力训练营，第二期训练营将融入新的训练内容及活动形式，以期在学生抗逆力训练实践领域取得更好的成效。

