



# 苏州市吴江区滨之湖实验学校

## Suzhou Wujiang Lakeshore Experimental School



## 双向奔赴 共育幸福未来



### 家教润心

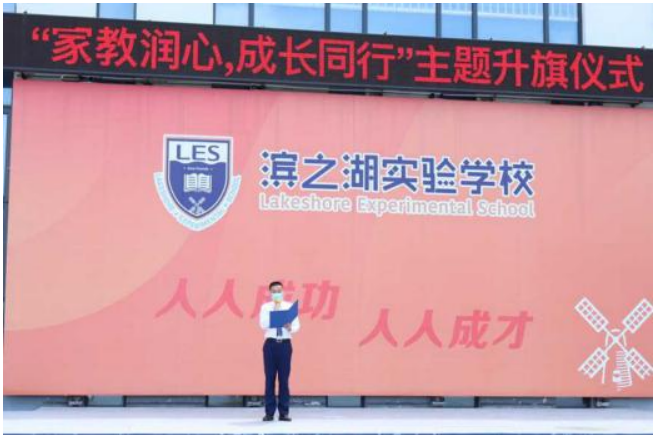
教育如春雨，润物细无声，  
心灵得滋养，幼苗茁壮生。  
亲子共成长，同行路漫漫，  
笑语解烦忧，携手越难关。  
心海泛舟航，智慧为帆扬，  
面对风雨骤，勇往无惧前。

国家教育部自 2024 年起，将每年的 5 月确定为“全国学生心理健康宣传教育月”，为营造校园关注心理健康的积极氛围，增强学生的心理素质，提高学生的心理韧性，我校开展了心理健康宣传教育月专题活动。

### 心理健康宣传

校园不仅是学习的场所，更是心灵成长的摇篮，借助升旗仪式、校园广播、主题橱窗的广泛传播力，我们共同聚焦一个至关重要的话题——心理健康。

### 国旗下讲话



心理健康教育指导中心余晨麟教师通过几个小故事让师生们深刻地认识到了心理健康教育的重要性，并强调心理健康对于学习和成长的重要作用。

### 心理广播站



校广播员向全校学生传递关于坏情绪产生的原因及拯救坏情绪的做法。让我们在面对困难和挑战时，能够保持一颗平和、乐观的心态，勇敢地迎接每一个明天！

### 主题橱窗



心理团辅活动

无敌风火轮



团队协作、解决问题、做出决策、信任与支持。在游戏中，学生不断挑战自己、超越自己、通过与其他学生的互动和交流，更加了解自己的内心世界，提高了自我认知和自我探索能力。

报纸时装秀



LES



设计、制作、展示，报纸时装秀心理团辅活动为学生提供了一个积极、健康、支持性的环境，让学生在活动中感受到归属感和信任感。同时，学生能够在实践中展示自己的才华和创意，从而增强自我认同感和自信心。

心理主题班会



各班开展以生命教育、抗逆力、人际沟通、情绪情感、凝聚力、防校园欺凌等为主题的润心班会课，强化了学生的自我保护意识和生命意识、增强心理韧性、促进学生的心理成长。

家教润心



家校共育，携手同行。为了进一步加强学校与家庭、教师与家长之间的联系，我校于近期分别召开了各年级的家长会。增进家校之间的了解与信任，形成教育合力，共同为孩子的健康成长保驾护航。



成长同行

健康长寿人人想，心理平衡第一桩  
适当退让要学会，糟糕情绪随时调  
懂得放松心不累，心理健康人不老  
平常自然清静心，认识自己最重要

心理热线

- 1. 全国青少年心理热线:12355（24 小时）
- 2.江苏省心理危机干预热线： 025-83712977、025-12320 转 5（24 小时）
- 3.苏州市心理援助热线： 12320-4、0512-65791001（24 小时）
- 4.苏州市中小学 24 小时心理援助热线： 65205520
- 5.苏州市未成年人健康成长指导中心： 0512-65202000（每天 9:00-21:00）
- 6.吴江区未成年人健康成长指导中心： 0512-63038010（每天 9：00-21：00）
- 7.苏州市“林老师”家庭教育指导公益热线： 13771776000
- 8.吴江区中小学家庭教育指导与服务中心热线： 0512-63616520（每天 9:00-21:00）
- 9.吴江区滨之湖实验学校心理热线： 15895543422