

黑龙江省教育关工委 工作简报

第 14 期 (总第 306 期)

黑龙江省教育厅关工委编

2026 年 3 月 6 日

春风启新程 心理护成长

——绥棱县第五中学关工委开展“心向阳光，逐梦成长”

双向赋能心理健康主题教育活动

围绕新学期学生返校心理适应需求，筑牢师生心理健康防线，绥棱县第五中学关工委坚持“学生赋能+教师护航”双向发力。新学期伊始，开展“心向阳光，逐梦成长”双向赋能心理健康主题教育活动，同步开展学生心理疏导与教师



心理赋能活动，全方位守护师生心理健康。

3月2日，学校关工委特邀高级心理咨询师赵淑梅老师进校园，举办了“温暖对话 轻松前行——师生沟通艺术与教师心理养护”专题培训活动。培训聚焦师生沟通、情绪调节、压力疏解等内容，助力教师涵养阳光心态，以更好状态投身教育教学，进一步提高育人水平。

3月4日，学校关工委组织开展了形式多样的心理健康教育教育活动，通过互动体验、团体辅导、谈心疏导等方式，引导学生调适心态、缓解压力、学会交往，帮助同学们以积极饱满的状态投入新学期学习生活。



此次活动既为教师赋能减压，也为学生暖心护航。下一步，绥棱县第五中学关工委将持续常态化开展师生心理健康教育教育活动，让阳光洒满校园，助力师生向阳成长。

绥化市教育局关工委供稿