返校前视频家长会工作指引

# 根据教育部《给全国中小学校新学期加强心理健康教育的指导建议》要求，为更好帮助广大学生顺利适应新学期，以积极健康的心态投入校园学习，各学校在返校前应召开一次以班级为单位的视频家长会,现就召开好该视频家长会制定以下指引。

一、视频家长会的主题

以指导家长协助孩子做好返校前的准备工作为基本主题，特别要指导家长关注学生返校前、返校后的心理健康状态，指导家长及时做好学生心理疏导，做好家校共育。

二、视频家长会的目的

缓解家长和学生的焦虑，引导家长了解孩子从家庭回到学校可能面临的压力和冲突，指导家长如何及时给予孩子帮助，协助学生顺利返校，以积极阳光的心态开始校园生活。

三、视频家长会的召开方式

各学校以班级为单位，以班主任老师为主导，以视频的形式，在开学返校前组织完成。

四、视频家长会的内容

**（一）建议家长评估孩子居家学习期间的状态。**帮助家长意识到居家学习期间孩子的状态与返校后面临困难相关，要做好充分的心理准备。同时引导家长正确看待孩子的学习状态和生活状态，理解孩子长期在一个封闭家庭系统中所表现的适应性行为。

**（二）引导家长认识到孩子返校可能会面临的困难和压力。**孩子结束长达数月的居家学习，返校开始校园学习，要突破自己的舒适区和原有节奏，多数孩子会面临不同的困难和压力，如保持正常的作息时间、新的学业压力、担心自己跟不上同学、重建自己的社交圈、减少自主时间和游戏时间等。

**（三）指导家长给予孩子学习适当帮助。**

1.恢复正常的生活作息时间。在返校前一周，在家庭里帮助孩子恢复正常的作息时间，早睡早起。

2.总结疫情期间居家学习情况。在家庭气氛比较愉快的时候，家长和孩子一起总结居家线上学习期间的体验，引导孩子意识到疫情防控中在家学习的时光是人生中特殊而宝贵的经历。

3.憧憬新生活。返校前和返校后要在家庭中营造和谐、愉快的家庭氛围，家长和孩子一起憧憬并讨论即将到来的返校生活，同时通过适当方式在家庭中鼓励孩子重返校园开始新的生活。

4.讨论可能遇到的困难。家长和孩子一起讨论返校后可能遇到的困难，共同寻求解决方案，对困难的预判应当充分细致。这一过程主要是孩子说、家长听。如果孩子不愿意说，家长要重新寻找切入口。

5.制定返校后的计划。家长和孩子一起讨论返校后学习的新计划，增加学生返校的意愿，增强孩子的行动力。对于孩子的计划，家长不要轻易否定。家长要意识到，任何新计划都源于孩子想变好的意愿。

6.协助孩子做好返校所必需的学习、生活等各项准备。

7.密切关注孩子的情绪状态，发现孩子情绪或行为异常，要及时联系学校的班主任或心理老师。

**（四）告知家长返校后相关的学习与教育计划。**学校应在家长会中将学习教育计划告知家长，使得家长能够在家庭中做好协助工作，帮助孩子更好地完成学校的任务。

**（五）做好家长应对返校过程的心理预期。**从学生返校到真正适应并融入学校生活，不是一天两天就能完成的。家长切勿简单、粗暴地处理问题，要有充分的耐心，允许孩子未能达到预期或原有计划。在这个过程中，家长越有耐心，过程可能越顺利。

五、注意事项

1. 班主任切勿在家长会上“清算”线上学习期间表现不好的学生，切勿增加家长的焦虑。家长会以鼓励为主，营造积极向上的班级氛围。
2. 对于部分在引导孩子方面能力比较弱、亲子冲突多或对孩子放任不管的家长，要给予及时的关注，了解情况，综合评估，必要时要向学校报告，由学校及时介入。
3. 班主任要和学校的心理老师密切合作，特别关注学生和家长的心理问题。

（四）谨慎对待手机的问题。当有家长询问要不要收掉孩子的手机时，班主任、学校相关人员要评估学生的个性、家庭关系、人际关系、生活状态、社会支持、使用手机等具体情况，切勿轻易地给予“是”或“否”的答案。如果有家长为此感觉困扰，建议家长咨询学校心理老师或相关心理专家。