

告新生家长书

尊敬的 2021 级新生家长：

热烈祝贺您的孩子进入常州信息职业技术学院，开启人生中又一段成长和发展的历程！在新的历程中他们会收获，但又不可避免遇到困顿和迷茫。因此，为了孩子的健康成长，学校心理健康教育中心邀您一起关注孩子的心理成长，携手为孩子提供心理支持，让您的孩子感受到来自家庭的爱和温暖，在大学学习和生活中不断坚强，独立，为走向未来的幸福生活，培养优秀的心理品质。

作为老师，我们期待家长这样做：

一、经常与您的孩子交流，保持心理上的联系

这里，有七句话推荐给家长，供沟通时使用。

第一句：你有什么事愿意跟我们说说吗？（让孩子有机会表达）

第二句：这件事你的感受的是什么？（听听孩子的内心感受）

第三句：你是怎样想的？（让孩子自己思考应对问题）

第四句：你有什么计划？（让孩子学会将思考变成行动的计划）

第五句：你打算怎么做？（让孩子学会将计划落实到行动中）

第六句：你对结果有哪些准备？（让孩子学会预测结果，并做好心理准备）

第七句：需要我做什么？（让孩子感受到你的支持，而不是说教）

家长切记避免跟孩子说教，我们可以做的是听他们说，信任他们有解决问题的意识和能力，我们可以做的是，给予支持。

二、请主动与您孩子的辅导员、班干或室友保持联系，及时了解孩子在校期间的表现

入学报到时，请及时与辅导员或班主任交换联系方式。记录一个孩子同学的联系方式，加入班级家长群。请记下学校总值班电话（0519-86338110）。有问题及时咨询和沟通。

特别提醒：请家长注意于每学期期末登录学校的网上家长会（<http://jzh.ccit.js.cn/>），及时了解您孩子在校期间的学习和生活情况。

三、请如实告知班主任您孩子的身心健康状况

根据教育部《学生伤害事故处理办法》（第 12 号令）要求，家长有义务告知学校您孩子的身心健康状况。如果您的孩子有心脏病、高血压、失眠、癫痫、抑郁症、焦虑症、精神分裂症等疾病，请提前告知班主任，便于班主任关心您的孩子，尤其在您的孩子遇到困难时，老师也能及时干预，给予帮助。

特别提醒：教育部《学生伤害事故处理办法》（第12号令）

第十条 学生或者未成年学生监护人由于过错，有下列情形之一，造成学生伤害事故，应当依法承担相应的责任：

（三）学生或者其监护人知道学生有特异体质，或者患有特定疾病，但未告知学校的。

（四）未成年学生的身体状况、行为、情绪等有异常情况，监护人知道或者已被学校告知，但未履行相应监护职责的；

第十二条 因下列情形之一造成的学生伤害事故，学校已履行了相应职责，行为并无不当的，无法律责任：

（三）学生有特异体质、特定疾病或者异常心理状态，学校不知道或者难于知道的；

（四）学生自杀、自伤的；

四、如果您的孩子出现心理困扰，明智的做法是学会求助

每个人都会出现心理困扰，严重时甚至出现自杀、自伤想法或打算。若您发现您的孩子出现一些异常现象，请及时联系班主任或辅导员，以便家校合力，保障学生心理健康。家长是孩子重要的心理支持，请放下病耻感，及时求助专业支持。以下求助渠道是值得信赖的。

1. 学校心理健康教育中心：0519-86338085；心理支持QQ群：953645083。

2. 苏心APP，每个新生都会下载使用，这里有心理自助互助平台，提供有价值的心理测试、课程和咨询师。江苏省大学生24小时心理热线（025-58255200），为全省高校在校大学生免费提供服务。

3. 教育部华中师范大学心理援助热线平台（咨询时间：每晚6:30-9:30）：



心理健康教育中心愿与您携手同行，共同呵护孩子健康成长，让您的孩子在常州信息职业技术学院遇见更好的自己，成长为一个健康、自信、阳光的人，成为未来家庭、社会和国家的栋梁。

心理健康教育中心

2021年10月