**育儿先育己，家际共成长**

**——善真妈妈课堂系列活动之一**

最是书香能致远！在新北区薛家实验小学读书节开幕之际，由学生发展处牵头，临平书馆主办，黄桃生命关怀中心等多部门联合开展善真妈妈课堂：《妈妈的心灵课》——“沐浴书香，共同成长”主题读书活动，（生命影响生命1）

首先由学校学生工作处袁明明主任介绍活动旨在通过读书，与家长就育儿亲子等话题，进行交流、分享，答疑解惑。进一步推进书香校园的建设，营造浓厚的读书氛围，提高学校的办学品位，努力创建“书香校园”品牌特色，促进家校的和谐与可持续发展。袁主任还从自身经历开始讲起，生动鲜活的事例引起在场家长共鸣。（插入袁主任1——3）

接着薛小黄桃生命关怀中心的负责人黄金萍老师以画疗心，强调了每一个生命都是需要被呵护的，每一个生命都是需要被看见的，每一个生命都是需要被关爱的，在爱与陪伴下，沐浴书香，共同成长。（以画疗心0-3）

部分家长代表分享温尼科特的《妈妈的心灵课》的金句。这是一本经典育儿书籍，作者唐纳德.温尼科特，是一名著名的儿科医生和精神分析师，同时也是英国家喻户晓的儿童心理大师，曾治疗6万个母婴及家庭。这本书中大部分内容基于作者在英国国家广播公司所做的系列广播节目，而该节目帮助了英国成千上万的父母，帮助他们更好地了解了孩子的情绪世界，更好地建立母婴养育关系。尤其重要的是，作者以一种共情、关怀、乐观的态度看待育儿工作，并且由衷地欣赏和肯定父母们的天性潜质，这无疑也是对父母育儿的极大支持。（插入金句-3）

黄老师带领家长和孩子们参观了学校心理咨询室，提出亲子教育的关键是亲子关系，每天抽出15分钟，认真倾听孩子，给孩子一个拥抱，微笑着面对一切。介绍了学校新增的每周五“苹果老师有约”，对全校家长开放，可以提前跟班主任预约。（生命影响生命视频+参观+微笑）

活动最后参观了临平书馆，在书馆里亲子观影《地球上的星星》。本期活动气氛热烈而温暖，大家都收获满满。希望以后有更多的宝妈宝爸加入进来，为孩子、为家庭的幸福和谐努力！（插入参观+电影）

一群人一起读书，不仅能让读书这件事情能有仪式感地进行下去，让读书变得更有情感与温度，也让书中精彩动人的论述能引发更多共鸣和反思。（插入家长留言-4）

今后学校将进行更多的这样半封闭式长程读书小组团队，努力建立信任和安全感，让组员之间结合书本内容的相互陪伴、分享、支持，更有面对工作、生活中困难的勇气和信心，用阅读引领成长，使阅读成为大家的生活习惯！

（插入爱的抱抱）

撰稿：黄金萍 摄影：石欣芮妈妈 审核：袁明明