

# 关于组织心理委员心理健康知识培训的通知

为落实《中共教育部党组关于印发〈高等学校学生心理健康教育指导纲要〉的通知》（教党〔2018〕41号）、《加强和改进新时代高校学生心理健康教育工作实施意见》（宁教工委〔2018〕51号）文件精神，进一步做好我校学生心理健康教育工作，落实“三全育人”，切实发挥心理健康教育四级网络工作的实效性，特开展心理健康知识培训。现将本次培训工作具体事宜通知如下：

## 一、培训对象

2020级心理委员（线上+线下培训）、宿舍心灵天使（线上培训）。

## 二、培训时间

即日起至2021年3月30日。

## 三、培训形式

### （一）线上培训

通过“高校心理委员工作平台”进行网络培训

### 1、培训内容

专题1	心理委员的工作职责与角色定位	专题8	恋爱问题的应对
专题2	影响大学生心理的诱发因素	专题9	如何面对宿舍关系
专题3	心理健康的标准	专题	学习问题的应对

		10	
专题 4	常见心理问题的症状及识别	专题 11	情绪问题
专题 5	大学生心理危机的预防和干预	专题 12	压力管理
专题 6	心理委员的会谈技巧	专题 13	网络专题
专题 7	职业生涯规划 and 就业问题	专题 14	家庭关系的应对

## 2、考核方式

3月27日前学习所有专题并完成课后测试，考试成绩 90 分以上为合格。

### (二) 线下培训:

主要内容	时间	参与对象	地点
心理委员工作职责	3月19日 14:30—— 16:30	20级所有心理委员	竞智楼 A102
心理委员工	3月23日	工学院、商学	文体中心

作技能	16: 30—— 18: 30	院、 软件学院、纺织 系	四楼
	3 月 26 日 14: 30—— 16: 30	艺术学院、生命 科技学院、健康 系	文体中心 四楼

#### 四、培训要求

学生心理健康教育四级网络在心理危机干预工作方面发挥着重要作用，请各学院、系高度重视此项工作。

(一) 3 月 18 日前将所有材料报送至学校心理健康教育与咨询中心（文体中心四楼）。

(二) 组织心理委员、宿舍心灵天使积极参与。

(三) 请参加培训的心理委员提前 10 分钟入场，保持会场秩序。

联系人：吴晓庆

联系电话：2135100、13629570501

**附件：**1、宁夏职业技术学院心理委员、宿舍心灵天使职责与管理

2、宁夏职业技术学院心理委员（宿舍心灵天使）报名登记表

- 3、2020 级学生四级心理健康教育工作网络
- 4、心理委员、宿舍心灵天使线上心理健康知识培训操作指南[1]

职业素养教学部（文体中心）

2021 年 3 月 15 日