

附件

黄淮学院 2024 级心理委员培训课程安排表

一、理论知识培训部分

时间	地点	内 容
11 月 19 日 19:00-20:30	计算机与人工智能 学院机房（1 号楼）	专题 1: 心理委员的角色与定位 专题 2: 影响大学生心理诱发因素 专题 3: 心理健康的标准 专题 4: 常见心理问题的症状及识别 专题 5: 大学生心理危机的预防与干预
11 月 20 日 19:00-20:30	计算机与人工智能 学院机房（1 号楼）	专题 6: 心理委员的会谈技巧 专题 7: 学习问题的应对 专题 8: 恋爱问题的应对 专题 9: 如何面对宿舍关系 专题 10: 职业生涯规划 and 就业问题
11 月 21 日 19:00-20:30	计算机与人工智能 学院机房（1 号楼）	专题 11: 情绪问题 专题 12: 压力管理 专题 13: 网络专题 专题 14: 家庭关系的应对

二、实际操作培训

时间	地点	内 容	负责人
另行 通知	心理健康服 务中心	参观心理健康服务中心，了解 我校心理健康教育资源	学校心理部学生骨干
另行 通知	北区操场	团队建设： 心理委员素质拓展训练—— 人际沟通技能提升	杨 阳 杨建勇 张文雅 王鸿宇 刘天池 邹 颖