附件

黄淮学院2020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17日  19：30-21:00 | 南区：经济与管理学院机房**（10号楼405/406/409 ）**  北区：信息工程学院机房  **（1号楼）** | 专题1：心理委员的角色与定位  专题2：影响大学生心理健康的一些重要事件  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18日19:30-21:00 | 南区：经济与管理学院机房**（10号楼405/406/409 ）**  北区：信息工程学院机房  **（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：职业生涯规划和就业问题 |
| 11月19日19:30-21:00 | 南区：经济与管理学院机房**（10号楼405/406/409 ）**  北区：信息工程学院机房  **（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：家庭关系应对 |

二、实际操作培训

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **时间** | **地点** | **内 容** | **负责人** |
| 待定 | 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 |
| 待定 | 南北区操场 | 团队建设：  心理委员素质拓展训练 | 杨阳、王鸿宇、张文雅、杨永敬、刘奎 |
| 待定 | 团体辅导室  （智慧教室） | 工作技巧：  心理委员的沟通方法 | 杨阳、王鸿宇、张文雅、杨永敬、刘奎 |