

在习近平新时代中国特色社会主义思想
指引下——新时代新作为新篇章关爱心灵 呵护成长
——太原理工大学现代科技学院5·25心理健康活动月综述

□ 任 静

编者按:近年来,孝义市在习近平新时代中国特色社会主义思想的光辉指引下,全面贯彻党的十九大精神和习总书记视察山西重要讲话精神,认真落实省委“一个指引、两手硬”重大思路要求和吕梁市委工作总体部署,围绕建设全国一流的现代化区域性中心城市这一奋斗目标,全市经济社会发展成效显著,党的建设迈出坚实步伐,是全省唯一的全国百强县市,去年位列第81位。新时代要有新作为,百强孝义要实现新腾飞就得“加油干”,2018年该市将围绕“一二三四”战略、建设“六型城市”目标,以党建工作为统领,聚焦开发区、中心城区、乡村“三大主战场”,统筹推进现代产业集群、转型项目建设、重点领域改革、乡村振兴、保障和改善民生、美丽孝义建设等“九个关键”工作。本期推出聚焦“三大主战场”之开发区主战场,走进美丽的高教科技园区,感受太原理工大学现代科技学院学生们丰富多彩的校园生活。



大学生心理健康教育论坛上,与会人员畅所欲言



心灵运动会上各种游戏磨砺学生团队协作意识



孝义市胜溪湖畔太原理工大学现代科技学院操场上,心理健康活动月现场

5月25日,是每年一度的大学生心理健康日。20日上午,坐落于孝义市胜溪湖畔的太原理工大学现代科技学院孝义校区操场热闹非凡,由心理健康教育与咨询中心与大学生成长发展指导与咨询中心主办的第二届5·25心理健康活动月之“心·绽放”心理游园会展演暨大学生心理健康教育论坛开幕式隆重举行。

“关爱心灵,呵护成长”为主题,六大板块内容丰富

该院第二届5.25心理活动月以“关爱心灵,呵护成长”为主题,活动从4月21日将持续至5月25日,涵盖“心·成长”2017级心理委员动员大会、“心·绽放”心理游园会、“心·跃动”首届手语操大赛、“心·交流”十佳心理委员评选、“心·翼”团体辅导活动、“心·分享”活动月总结表彰六大板块。

该院充分发挥理工大专业优势,培养应用型人才,坚持走以提高质量为核心的内涵式发展道路,历来重视学生心理健康教育工作,密切关注学生心理健康状况及自我调适能力。为满足现实需求,进一步提高该院心理健康教育工作的创新性和实效性,推进大学生心理健康教育工作的体系建设,增加大学生的心理健康意识,加快心理健康教育进班级,有效培育学生健康心理和积极心态,促进大学生身心和谐、快乐成长,截至目前已连续两年开展5.25心理健康活动月。

此届活动月主题活动丰富,除了常规的讲座、团体辅导、比赛评选外,还增加了手抄报、歌舞、演讲、主题班会、主题观影等多种活动,力求为学生营造健康向上、充满活力的校园文化大环境。

4月20日,在该院行政楼240报告厅举办的“心·成长”2017级心理委员动员大会进一步明确了该院心理委员的工作职责,激发了全体师生的活动热情;5月4日至16日,该院以辅导员班主任为单位的心理展演各具特色,学生参与度极高,在官方微信上形成奋勇投票的局面;5月14日—18日举行的“心·翼”团体辅导活动则以“心有成长”千里传温情、“心随影动”我来赏古典、“心沐时光”走出心孤海、“心润校园”义卖典当行四个主题开展,活动别出心裁,师生受益匪浅。特别是“吸管运输”“双人顶气球”“地雷阵”等项目,磨砺了学生团队协作意识,学生们赢得彼此的信任。

心理游园会+心理健康教育论坛,嘉宾师生齐参与

在5月20日举办的“心·绽放”心理游园会展演暨大学生心理健康教育论坛开幕式上,来自太原理工大学、中北大学、山西大学商务学院、山西中医药大学、山西医科大学山西农业大学、山西药科职业学院心理健康教育与咨询中心的负责人作为嘉宾及现代科技学院负责人、学院心理健康教育与咨询中心专员、教师学生共计一千余人参加活动。

按照选报方案、心理展演和心理游园会三个阶段,“心·绽放”心理游园会展演内容形式不限,设置决赛奖项同时还设置占分值50%的微信公众号投票环节。展演活动以辅导员为单位在校园进行,并在各自的帐篷中展示重现展演精彩环节,在操场进行游园活动。这些新颖有趣的展演活动吸引现场来宾及师生纷纷参与,在放松身心、排解压力的同时,加强了人际沟通,促进了集体建设。

在“心·跃动”手语操大赛中,师生通力合作,围绕主题紧

扣时代背景,密切联系当代大学生的思想、学习和生活实际,重点体现了当代大学生开拓创新、勤奋学习、甘于奉献、文明生活、健康成才的精神风貌等。学生们纷纷表示,活动非常有意,既学习了手语的有关知识,提高了大家对于心理健康的认识程度,同时也通过户外运动和集体活动缓解了学习压力。

在大学生心理健康教育论坛上,与会嘉宾及学院相关负责人畅所欲言,发表自己的观点及看法。他们表示,下一步将以开放的、不断学习的心态,继续加强合作、谋求共同发展,促进心理健康教育工作向着更深、更广、更远方发展。

心理委员为使者,为青年学生的成长成才保驾护航

太原理工大学现代科技学院心理委员是广泛传播心理健康知识的宣传使者,是丰富校园文化的活动使者,是朋辈帮辅的爱心使者,更是协助辅导员和心理辅导教师工作的重要桥梁。在该院二号教学楼五层,由该院学工部孝义校区负责人侯腾彦、中心孝义校区负责人魏争等组成的评委团队,组织了包括情景模拟和谈心谈话两类活动,深获好评。

心理委员作为专业性要求较高的班级干部,需要进行培训才能胜任本职工作。4月21—22日,该院成功举办了包括动员大会、心理委员培训以及素质拓展训练三项内容在内的2017级心理委员培训暨2017级年级骨干素质拓展训练营。培训内容包括心理适应与发展、学习心理与发展、人际交往与发展、恋爱与性心理发展、职业发展与就业心理等心理基础知识,以及大学生朋辈心理咨询技巧、团体心理辅导的组织与开发以及常见心理问题判别及危机应对等实践应用。

同时,专业机构——太原理工大学现代科技学院心理健康教育与咨询中心已成功申报教育厅思政部“中国大学生心理健康测评系统”应用试点单位,并举办了“中国大学生心理健康测评系统”工作培训会议。同时通过教育厅思政部“中国大学生心理健康测评系统”对17级学生开展了新生心理健康普查,共计3124人,建立了学生心理档案、数据统计分析、形成普测报告,并将结果反馈到各辅导员处,建立了档案,实行定期回访。对需要重点关注对象进行约谈筛查、跟踪了解,及时引导和帮助。

该院心理健康教育与咨询中心拥有心理学硕士学历的专职辅导员2名,取得心理咨询师二级证书的人员29名,其中辅导员25名。主要针对学生的个体咨询和针对学生的团体咨询,除做好学生的个别辅导工作外,为来访学生提供咨询,尤其对个别有严重心理障碍和心理疾病的学生,及时识别并转介到专业诊治部门,当有情况发生时,在危机干预过程中表现专业。

“心灵之家”搭桥梁,力促学生健康全面发展

为方便学生沟通,该院还优化了太理现代心灵之家微信公众号和太理现代心灵之家QQ公众墙,利用橱窗、广播、网络、微信公众号等阵地开展了形式多样的校园心理健康宣传教育活动,并于2017年平台新增预约功能。

为扩大心灵之家规模及影响力,更好地服务广大学生,该院加大“心灵之家”学生社团纳新力度。仅2017新学年两日纳新活动就吸引500余名学生报名,最终录用218名同学作为新增成员。成员经常举办心灵漫步等各种小型团辅活动,促进学生全面发展。

为了更好地服务学生,学院学工部还成立了心理健康教育与咨询中心的得力帮手——“大学生成长发展指导与咨询中心”,从学生需求的挖掘入手,致力于探索教育理念、教育资源与学生的个性化匹配,培养高级应用型人才,为所有受教育者和来访者提供服务。

该院学生成长与发展中心以资源、管理、训练三个层次来实现,打消了很多问题严重的学生不愿意主动接受心理咨询中心辅导的顾虑。资源支持,偏重于学院平台的建设,包括讲师团的建设,实践基地的设立和网络平台的建设,有讲师团或者咨询师为学生进行课程讲授或者预约辅导,有平台让学生实地操作,还有网络平台提供海量资源;管理支持,通过班级进行管理和教育,包括学工部的日常管理和学风建设活动,此外还提供多样的比赛和教育宣传;训练支持,偏重于学生技能的掌握,包括学习、就业、心理等全方面的技能,在第一课堂,对学生进行通识教育,包括新生生涯导航教育、职业生涯规划必修课程、课后,通过讲座、朋辈辅导或者学霸工作坊的相关活动,提供专门的学术性指导项目,包括学习时间的管理、学术论文有效的阅读策略、论文写作、专利制作、研究方法、小组合作、演讲技能、简历制作、面试技巧等,在成长与发展过程中的问题给予辅导与咨询。同时,学生成长与发展中心如果遇到有心理问题的学生需要个别辅导或者团体咨询,又可以借助于心理健康教育与咨询中心的资源来进行辅导,提供强有力的支持与服务保障。

关爱心灵,呵护成长。学院负责人表示,以5.25心理健康活动月为契机,该院将继续从实际出发,多措并举,有针对性地关注大学生关心的各种问题,引导大学生在社会动态的发展中准确定位。心理健康教育与咨询中心全体人员将从服务意识出发,系统性地对大学生进行心理健康教育,做大学生实现人生价值的引路人。引导学生在全院范围内创造出“人人关爱心灵,处处青春洋溢,彼此互帮互助,共同快乐前行”的良好氛围,为校园文化建设增添新的内涵。

(本版图片由太原理工大学现代科技学院提供)



“心·绽放”心理游园,学生纷纷参与



配合默契的同学们



“心·绽放”心理游园会展演活动现场



心理健康活动月之“心·绽放”心理游园会展演暨大学生心理健康教育论坛开幕式