

湖南现代物流职业技术学院文件

湘物院学〔2018〕2号

湖南现代物流职业技术学院 大学生心理健康教育工作实施方案

根据教育部《关于加强普通高等学校大学生心理健康教育工作的意见》、《普通高等学校大学生心理健康教育实施纲要》、湘高工委发〔2005〕5号等文件精神，结合我校大学生心理健康教育的实际情况，特制定本实施方案。

一、指导思想

以邓小平理论和“三个代表”重要思想、科学发展观、习近平治国理政新理念为指导，全面贯彻党的教育方针，遵循思想政治教育和大学生心理发展规律，开展心理健康教育，做好心理咨询工作。以全面推进素质教育为目标，以提高大学生的心理素质为重点，促进学生全面发展和健康成长。

二、基本原则

心理健康教育是学校思政教育的重要组成部分，在日常工作中应坚持以下几条原则：

1、坚持心理健康教育与思想教育相结合。既要帮助大学生优化心理素质，又要帮助大学生培养积极进取的人生态度。

2、坚持普及教育与个别咨询相结合。既要开展面向全体大学生的心理健康教育，更要根据不同情况，开展心理疏导和咨询工作。

3、坚持课堂教育与课外活动相结合。既要通过课堂教学传授心理健康知识，又要组织大学生参加陶冶情操、磨练意志的课外心理素质拓展活动，不断提高大学生心理健康水平。

4、坚持教育与自我教育相结合。既要充分发挥教师的教育引导作用，又要充分调动学生的积极性和主动性，增强大学生心理调适能力。

5、坚持解决心理问题与解决实际问题相结合。既要加强大学生心理健康教育，又要为大学生办实事，办好事。

三、工作目标和任务

1、工作目标

培养学生良好的心理品质，形成自尊、自爱、自律、自强的优良品格，使之具备较强的心理调试能力。促进学生的心理素质与思想道德素质、科学文化素质、专业素质和身体素质的协调发展，从而提高大学生适应社会的能力，同时提高学校德育工作的针对性、实效性和主动性。

2、工作任务

(1) 宣传普及心理健康知识，帮助学生树立心理健康意识。

(2) 有针对性地开展心理健康辅导和咨询活动，帮助学生培养、优化心理品质和自尊、自爱、自律、自强的优良品格，有效开发心理潜能，培养团队、创新等精神。

(3) 解析心理现象，帮助大学生了解常见心理问题产生的主要原因及其表现，以科学的态度对待心理问题。

(4) 传授心理调适方法，增强学生心理调试能力和社会生活适应能力，帮助学生处理好环境适应、自我管理、学习成才、人际交往、交友恋爱、求职择业、人格发展和情绪调节等方面的问题，从而达到提高学生健康水平，促进学生全面、协调发展的教育目的。

四、工作内容

1、普及心理健康知识，使学生树立现代健康新观念，了解心理健康对成才的重要性，以及心理咨询的意义；

2、介绍和增进心理健康的途径，使大学生掌握科学、有效的学习方法，养成良好的学习习惯，培养创新精神、提高社交能力和加强团队意识；

3、传授和增强心理调试的技能，提供维护心理健康和提高心理素质的方法，使学生能有效地消除心理困惑，自觉培养坚忍不拔的意志品质和艰苦奋斗的精神，增强社会生活的能力，高承受和应对挫折的能力；

4、解析心理异常现象，使学生了解常见心理问题产生的原因及主要表现，使学生能以科学的态度对待各种心理问题和心理障碍；

5、建立心理危机干预机制，确保重点学生能得到及时有效的心理干预。

五、工作的途径和方法

1、教师、辅导员在日常工作中，要注重和积极解决学生的心理问题，遇到疑难问题要及时与大学生心理咨询中心

沟通联系，以便给学生以及时必要的帮助。

2、在全校学生中开设《大学生心理健康教育》必选课程。同时针对不同年级的情况，心理中心以及各系定期或不定期举办一些高质量、有针对性的大学生心理健康教育专题讲座和专题报告，帮助学生树立心理健康意识，帮助学生解决学习、人际交往、恋爱、就业、人格发展等方面所面临的困惑和问题。

3、开展学生心理健康状况普查，建立学生心理健康档案。在新生入学的第一个学期进行心理健康状况普查，对有心理障碍的学生进行回访和咨询。在大三第一学期进行第二次普查（16PF 或霍兰德职业兴趣测验），及时了解学生择业、人格发展等方面的问题，提高心理健康教育工作的科学性和针对性。普查和建档工作为大学生心理问题的早发现、早干预和跟踪服务提供参考。

4、开展心理辅导和咨询工作。在学院建立心理咨询室，加强心理咨询室硬件和软件建设，建立完善各项规章制度。坚持日常值班制度，及时主动地解决学生心理上出现的问题。大学生心理健康教育中心要通过团体咨询与辅导活动、心理行为训练、书信咨询、热线电话咨询、网络咨询等多种形式的心理咨询和教育活动，有针对地向学生提供经常、及时、有效的心理健康指导与服务。要严格区分一般的心理困惑和心理障碍、心理疾病等特殊问题的界限，保持与专业卫生机构的联系，个别学生要及时转介到医院诊治。

5、加强心理健康知识宣传。充分利用学校广播、网络、橱窗、板报等宣传媒体，多渠道、多形式地正面宣传、普及心理健康知识，强化学生的参与意识，提高广大学生的兴趣。建立我院心理健康教育网络，营造积极、健康、高雅的心理氛围，陶冶学生高尚的情操，增强学生相互关怀与支持的意思。

识。

6、指导大学生心理协会开展有益于提高大学生心理健康的活动。通过举办生动活泼、丰富多彩的活动，提高广大学生学习心理健康知识的兴趣，加强对心理知识的理解，解决一些在学习、生活中产生的心理困扰，达到自助与助人的目的。

7、大学生心理健康教育中心要建立重点学生的心理档案，加强危机干预措施的检查力度。督导各二级学院学管人员深入到学生当中，及时发现问题，对有心理危机的学生要进行及时干预，对于曾经有过自杀经历、有严重心理疾病的学生要建立跟踪和干预档案，将所有可能出现的问题消除在萌芽状态。

8、对班主任、辅导员以及其他从事学生思想政治工作的干部、教师进行有关心理健康方面的专业培训。

9、加强心理健康教育规律的研究，积极开展学术交流活动，增强心理健康教育和心理咨询的针对性和实效性。

六、保障措施

1、建立和完善大学生心理健康教育领导体制与工作体制

学校成立大学生心理健康教育指导委员会，整体规划和领导学校大学生心理健康教育工作。学生处大学生心理健康教育中心制定心理健康教育工作计划并具体组织实施和督查。各二级学院也要成立相应机构，配备相关人员，加强对心理健康教育工作的领导。校院两级分工合作，共同为学生的心理健康保驾护航。

2、大力加强大学生心理健康教育队伍建设

建设一支以专职教师为骨干，专兼结合、专兼互补、相对稳定、素质较高的大学生心理健康教育工作队伍。将从事

大学生心理健康教育的专兼职教师培训的计划纳入学院师资培训计划，使他们不断提高理论水平，丰富专业知识，积累教育经验，达到持证上岗要求。

3、有关职能部门要保证大学生心理健康教育中心的咨询室、学生团体辅导室等专用场地以及训练设备的到位。

4、保证大学生心理健康教育工作专项经费，经费的支出必须严格按照学院的有关财务制度执行。经费主要用于心理健康宣传教育、普查、专业书籍和音像制品的购买、咨询员业务培训、外请专家讲座、咨询、督导、办公设备、训练设备的购置等。

5、大学生心理健康教育中心应对各二级学院的心理健康教育工作效果进行跟踪、调查和考核，对在心理健康教育工作中成绩突出的个人和单位给予表彰。



湖南现代物流职业技术学院
2016年3月9日