

关于进一步做好疫情防控期间大学生 心理健康教育工作的通知

商学〔2022〕53号

各二级学院：

为了贯彻落实省委省政府《关于开展“关爱你我他（她）·温暖千万家”的行动实施方案》，进一步加强疫情防控期间我校学生心理健康教育工作的针对性和有效性，关爱学生身心健康，维护学生心理安全，保障校园和谐稳定，现要求各二级学院近期开展以下工作：

一、发挥联动机制，切实做好摸排

组织全体辅导员、班主任、班级心理委员、学生干部、学生党员、寝室长等进行动态关注，详细了解学生在疫情防控期间的学习生活、人际关系、情绪变化等情况，全面掌握学生思想状态和心理状况，主动开展心理干预。细致摸排在校学生（尤其是考研学生）的心理状况，持续强化“学校-院系-班级-宿舍/个人”四级预警网络，严格落实学生心理危机干预工作预案。学生离校返乡后，坚持心理关爱不断线，积极通过线上方式与每一位学生沟通联系，加强家校协同。重点关注存在学业困难、人际关系失衡、感情受挫、家庭困难、身体残疾等情况的学生，加强人文关怀，分类分阶段做好心理疏导和精准帮扶，筑牢学生心理安全防线，最大程度减少极端事件发生，力争做到学生心理问题和心理危机的科学识别、实时预警、专业咨询和妥善应对。

二、把握重点时期，关注重点人群

把握重点时期，重点关注考研学生考前、考中和考后的心理变化，逐一了解心理状况。对考研学生给予支持和鼓励，帮助学生解压，缓解不良情绪。除了要关注排查出有心理问题或心理危机的考研学生外，还要关注学习困难、感情受挫、家庭困难或家庭变故等情况的考研学生。对梳理出的重点人群做到主动关心、谈心谈话、分类指导、精准帮扶，有效化解危机，同时，可通过信息交流、电话联系等方式做好家校沟通，细化沟通内容、沟通频次等，完善家校联动机制。

三、工作要求

（一）提升站位，提高认识。

要牢固树立以学生为中心的思想，切实做好疫情防控期间在校学生的心理工作，主动关心关爱学生，让学生切实感受到学校的温暖，并与学生日常思想政治教育、管理、服务统筹起来，抓实抓到位。

（二）全面开展，创新落实。

以做好疫情防控期间大学生心理健康教育作为依据，全方位、多角度、结合学院特色、兼顾学生个体差异、创新教育活动方式，多措并举，齐抓落实，达到良好的学院关于开展“关爱你我他（她）·温暖千万家”的实施效果。

（三）专人负责，专项辅导。

适时安排专人专项跟踪辅导，实时掌握学生心理动态，有针

对性的开展心理支持和危机干预工作。开展情况，开展特色，图片（每项活动至少两张）、方案、总结，于12月26日前，发给心理田倩倩老师。

附件：商丘学院关于开展“关爱你我他(她)·温暖千万家”行动实施方案



附 件

商丘学院关于开展“关爱你我他（她）·温暖千万家”行动实施方案

一、指导思想

“关爱你我他（她）·温暖千万家”行动实施方案是学习贯彻党的二十大精神、保障和改善民生的具体行动，各二级学院要提升站位、提高认识，按照省委和省政府决策部署，要带着责任、带着感情、带着情怀，通过办实事办好事来送温暖、送关爱、送真情，从学生最关心、最需要的生活点滴入手，真心牵挂，多沟通、多排忧、多解难，不断增强全体学生的获得感、幸福感、安全感。

二、组织领导

为保障工作落到实处，推进各项送温暖措施落实，确保取得学生看得见、摸得着的成效，特成立疫情防控期间心理健康教育工作领导小组：

组 长：张再望

副组长：徐寅森 张 勇

成 员：仝其宾 曹 婕 杜 朋 陈慧明 郑 磊

张书海 王文斌 刘世博 刘德键 徐梓睿

各二级学院辅导员以及学生处各科室人员

三、具体实施方案

(一) 做细做实走访慰问、帮扶救助、政策宣讲等活动

要求要立足本职、务实工作，坚持全心全意为学生服务的根本宗旨，巩固“能力作风建设年”活动成果，统筹方方面面的资源，结合实际做细做实走访慰问、帮扶救助、政策宣讲等活动。

(二) 提高对特殊学生的关注度

详细了解学生在疫情防控期间的学习生活、人际关系、情绪变化等情况，全面掌握学生思想状态和心理状况，主动开展心理干预。学生处处长督导二级学院心理测评预警学生名单、辅导员心理约谈以及一人一袋建档情况。

(三) 各二级学院印发心理防护指南，使学生从容应对疫情。

疫病传播期间心理防护指南的主要内容：认知：合理看待疫情，防止灾难化思维；情绪：正确应对焦虑，选择“主动式休闲”；意志：培养延迟满足能力；行为：节制上网，警惕疫情信息过载。

(四) 线下线上并举开展丰富多彩的心理健康教育活动

线下为缓解学生的心理压力，适应封闭管理下的校园生活，增强学生的心理调适能力，要求开展疫情防控、考研压力主题讲座或班会；开展团体辅导活动。

线上为保障在校学生身心健康安全，心理健康教育中心及时开通线下咨询服务、心理服务热线和线上网络咨询，学生可通过心理健康教育中心电话（0370-3167007）、电子邮箱（2256661676@qq.com）、QQ（2256661676）等寻求心理帮助，二级学院宣传咨询中心热线。其次开展“抗疫氧吧”大学生心记录

活动，同学们用图画、视频以及文字的方式抒写疫情防控期间学习、生活的片段；各二级学院可借助各类多媒体平台，如公众号、学院网站、学院班级群等，向学生全方位、多层面普及宣传心理健康知识，从而进一步提高在校学生的自我关爱意识以及心理调适能力。

四、具体时间安排

(一) 准备阶段（12月1日-5日）

(二) 实施阶段（12月6日-24日）

(三) 总结阶段（12月25日-28日）

五、工作要求

疫情防控期间，学工队伍要提高认知站位，主动关心关爱学生，让学生切实感受到学校的温暖。精心组织，狠抓落实，进一步激励斗志，营造增强信心、温暖人心、凝聚民心的浓厚氛围，共同守护好疫情防控期间学生的身心健康。

