广东海洋大学学生工作部文件

学生〔2025〕10号

关于开展2024-2025-2学期班级心理委员培训的通知

各学院：

为进一步提升我校班级心理委员的自身素质和工作能力，加强心理健康教育学生骨干队伍建设，充分发挥班级心理委员在普及心理健康知识、组织心理健康教育活动、及时有效开展心理危机干预等方面的积极作用，促进大学生朋辈心理辅导工作扎实有效的开展，现决定对我校班级心理委员开展培训工作。具体安排如下：

一、培训目的

通过培训学习使班级心理委员明确自身的角色定位和工作职责，及时发现同学潜在的心理困扰，掌握工作方法和策略，达到朋辈互助的目的，提升学生心理健康水平，构建和谐平安校园。

二、培训对象

2022级、2023级、2024级现任班级心理委员（包括本科生与研究生）。

三、培训时间

2025年4月16日—6月6日

四、培训方式

本次培训采用心理委员与朋辈辅导工作平台的心委慕课，课程一共包括17个单元的课程，每单元15-20分钟，每单元学习结束后完成3-5题的测试，完成十七个单元答题并达到分数合格87分及以上，可取得电子证书（详细操作见附件）。费用无须自主支付，由学校统

一支付，如出现支付页面，请联系负责老师进行反馈，勿自行支付。

五、培训内容

心委慕课共计 17 个专题。

导言：心理委员的基础知识与实用技能	
专题 1 心理委员的角发展历程、工作职责与角色定位	专题 2 心理健康的标准
专题 3 诱发心理健康问题的常见生活事件	专题 4 常见心理问题的症状与识别
专题 5 心理危机的预防与干预	专题 6 心理委员的人际沟通技术
专题 7 分年级的心理问题调查	专题 8 心理委员的两类班级访谈
专题 9 心理委员与心理情景剧	专题 10 心理委员与家庭关系问题的应对
专题 11 心理委员与宿舍关系问题的应对	专题 12 心理委员与恋爱问题的应对
专题 13 心理委员与学习问题的应对	专题 14 心理委员如何应对专业和职业发展
专题 15 心理委员可了解的心理疗法	专题 16 心理委员的自我关怀。

本次培训是进一步落实我校心理健康教育工作四级网络体系的重要组成部分，各学院要切实落实好该项工作，积极督促本院班级心理委员及时完成培训学习及考核。

学生工作部

2025 年 4 月 16 日

附件：心委慕课学生操作指引