

广东海洋大学学生工作部文件

学生〔2025〕1号

关于做好 2025 年寒假学生心理健康教育工作的通知

各学院：

为进一步加强寒假期间学生心理健康教育工作，及时、准确掌握学生的心理动态，强化家校联系，帮助学生及时化解问题，有效维护学生的心身健康，现将 2025 年寒假学生心理健康工作安排如下：

一、加强寒假学生心理健康教育

各学院要紧抓学生心理健康教育，对在册需关注学生进行持续性跟踪关注，尤其要重点关注已确诊精神障碍、曾出现过自杀、自伤行为、多门课程考试不及格、家庭关系复杂或亲子关系紧张等学生群体。要尽早跟进了解学生思想动态和心理状况，有针对性地采取干预措施。

二、强化重点关注学生的心理追踪工作

对于既往及新近掌握发现的需重点关注学生（心理问题），各学院要落实“一人一策一团队”工作原则，班主任、辅导员要主动通过电话、微信、朋友圈等多种渠道了解学生

在家的身体、家庭、情绪、人际、生活应激事件、自杀意念与行为以及就诊与治疗等情况，持续跟踪关注，及时给予必要的现实支持和心理危机干预，严防学生极端心理危机事件。

三、强化假期间家校联系

各学院要通过多种形式加强与学生家长的联系沟通，引导学生家长提高维护子女心理健康的意识，理解和照顾子女情绪，加强对子女的精神支持，注意与子女沟通的方式方法，减少家庭矛盾，避免引发激烈冲突。对重点需关注学生家长要定期电话沟通，建立工作台账。对患有严重心理或精神疾病学生的家长，告知家长学生自伤、自杀意念严重应及时去专科医院就诊，必要时住院治疗，防范发生极端事件。

四、寒假心理援助平台

心理健康教育与咨询中心在寒假期间将继续为学生提供在线心理援助服务，请各学院通知到每位学生。

心理援助服务平台：QQ: 1026657351，请以“学号+姓名”为验证方式申请。

服务时间：2025年1月13日-2月27日，上午9:00-12:00；下午14:30-18:00。

附件：1.湛江校区心理健康教育与咨询中心人员值班表
2.心理援助资源汇总

学生工作部

2025年1月6日

附件 1. 湛江校区心理健康教育与咨询中心人员值班表

序号	值班时间	值班人员	备注
1	1月13日~1月17日	张绮琳	心理咨询中心（线上咨询 QQ1026657351）
2	1月18日~1月22日	许志平	
3	1月23日~1月27日	刘国华	
4	1月28日~2月1日	周济全	
5	2月2日~2月6日	王林召	
6	2月7日~2月11日	左利华	
7	2月12日~2月16日	李方圆	
8	2月17日~2月21日	杨苗苗	
9	2月21日~2月27日	杨莉莉	

2.心理援助资源汇总：

(1) 全国统一心理援助热线：12356

(2) 教育部华中师范大学心理援助热线：4009678920/010-67440033/027-59427263；服务时间：24 小时。

(3) 教育部华东师范大学心理援助热线：400-659-1888/400-663-7888；服务时间：8:00 - 22:00 每天开放 14 小时。

(4) 广州市心理危机研究与干预中心 24 小时免费心理援助热线：020-81899120 / 020 - 12320 -5 QQ:1661042151。

(5) 湛江市 24 小时心理热线：0759-2352120。