**附件1**

**江苏师范大学2023年**

**班级心理委员、宿舍气象员培训课程安排表**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **培训内容** | **培训内容** | **时间** | **地点** |
| 理论培训  计划 | 心理委员的角色与定位 | 10月30日-11月20日 | 毫末  平台 |
| 影响大学生心理的诱发因素 |
| 心理健康的标准 |
| 常见心理问题的症状及识别 |
| 大学生心理危机的预防和干预 |
| 心理委员的会谈技巧 |
| 学习问题的应对 |
| 恋爱问题的应对 |
| 如何面对宿舍关系 |
| 职业生涯规划和就业问题 |
| 情绪问题 |
| 压力管理 |
| 网络专题 |
| 家庭关系的应对 |
| 实务培训计划 | 心理骨干工作职责与伦理规范 | 另行通知 | 另行  通知 |
| 技能与实操  培训计划 | 心理危机识别与干预训练 |
| 倾听与会谈技术训练 |
| 团体心理活动策划与组织训练 |
| 自我关怀与成长支持计划 | 心理素质拓展训练 |
| 朋辈优秀经验交流会 |
| 心理骨干成长手记 |
| 能力激励计划 | 颁发优秀、合格考核证书  颁发学校心理文创奖品 |