

上海新闻出版职业技术学校

2020 年心理健康工作总结

基于当前新型冠状病毒肺炎的疫情形势，根据上海市《关于加强新冠肺炎疫情防控公众心理疏导的工作方案》文件要求，结合我校学生实际，把学生身心安全 and 健康放在首位，切实做好疫情防控期间的学生心理疏导工作。本学期心理健康工作总结如下：

一、科学制定疏导方案，维护学生心理安全

根据上海市《关于加强新冠肺炎疫情防控公众心理疏导的工作方案》文件要求，制定了《上海新闻出版职业技术学校疫情期间应急心理干预方案》、《学校疫情期间学生心理健康预案及学生心理安全辅导设置与管理》，同时针对全校学生开展了“疫情期间居家状况问卷调查”，及时把脉学生心理状态，提升心理健康工作的针对性和有效性。

二、夯实常规心理服务，及时提供个别辅导

个体心理辅导是学校心理健康工作的常规项目之一。随着学校对心理健康工作的普及与深入，学生对心理健康的关注度与求助动力有了显著提高。

由于上半年长时间的居家生活与疫情防控，难免会引发学生不同程度的焦虑迷茫、紧张烦躁，以及亲子冲突等情况，学校心理教师通过在线平台，回应学生需求，及时为学生提供个别辅导，积极维护学生心理安全。

本学期开学后心理健康工作室继续为双校区学生提供专业有效

的个体心理辅导服务。以热情、积极、负责的态度，做好对每位来访学生的接待、记录与建档工作。在辅导工作中，有效表达“爱心、耐心、诚心、细心”，为来访学生创设一个安全、温馨的对话环境，共计接待个案 83 人次。

三、回应学生多元需求，开展主题团体活动

随着学生人数的增加，以及宝山、青浦两个校区的同步运转，为巩固心理健康教育三级工作网络，本学期为 20 级新生、各专业学生、外地住宿生、心理委员，设计了新生适应、自我价值、人际沟通、团队协作、情绪管理、角色定位等主题的团体活动，以期满足不同群体的心理诉求，支持其自我成长，培育“自尊自信、理性平和、积极向上”的校园心态。共计开展主题活动 17 场，参与人数 597 人次。

四、实施新生心理普测，规范建立心理档案

本学期我校宝山、青浦两个校区迎来了约 500 名新生（含 11 名“1+2”学生），心理健康工作室为全体新生实施心理健康普测，统计、整理、分析反馈数据后，对所有被试的测试数据建档保存，对由系统筛选出的部分被试予以回访，并根据个案的具体情况，进行跟踪关注，从而及时掌握 2020 级新生的心理健康状况，了解学生存在的主要心理动态，提升风险识别度，有针对性地做好学生心理疏导工作。

五、组织开学动态排查，掌握学生心理状况

开学伊始，为掌握学生的心理健康状况，及时了解学生存在的主要心理动向，有针对性地做好学生心理健康教育与辅导工作，心理健康工作室开展了 2018-2019 级学生心理健康状况排查，计划施测 901

名学生，共有 867 名学生参与本次心理排查，有效测试率为 96.2%，并形成了《上海新闻出版职业技术学校 2018/2019 级学生心理健康状况报告》。

六、设计战“疫”成长专题，积极助力逆境成长

这场新型冠状病毒疫情既是公共卫生事件，也属重大社会应激事件，为充分发挥“育德与育心”相融合的学校心理健康工作的心理疏导功能，结合我校学生实际，利用在线平台，开展了“战‘疫’中成长” 5·25 心理健康月系列活动。

在云端故事汇中，同学们聚焦了疫情期间真实的经历和感受，讲述了一个个触动人心的防疫故事。而在海报总动员中，同学们围绕防控疫情、珍视生命、保护动物、致敬勇者等主题，精心设计了许多创意海报。更有不少同学通过爱家电子报，纷纷呈现了自己在疫情期间解锁的各种家务技能，表达了“小当家们”对父母的感谢、对家庭的责任，和对成长的自信。本次心理健康活动月共计收到 50 余件作品。

七、利用在线学习平台，守护学生身心健康

《心理健康》课程是学生习得心理健康知识及技能技巧的重要阵地。疫情期间，心理健康工作室以团队备课、建课、授课的方式，结合居家学生的心理动态，围绕“疫情的影响与应对”，精心设计推出了《心理健康：与疫情共处》疫情防控心理疏导系列专题，旨在协助学生学习如何与疫情共处、如何关照自己、如何对待他人，怎样守护彼此的安全和身心健康，帮助大家安然度过这段特殊的日子。

本门课程自上线以来，深受学生关注，始终保持着相当高的活跃

度和参与度。根据学期末的在线数据显示，课程打开次数为 1996692 次，408 人参与课程评价，得分为 5.0（满分）。

上海新闻出版职业技术学校

2020 年 10 月 22 日