

## 兰州现代职业学院城市建设学院

### 心灵港湾心理辅导室简介

兰州现代职业学院城市建设学院心灵港湾心理辅导室始建于2011年6月，现有4名兼职教师负责咨询和辅导工作，同时我院学工部还配备了70多名班主任及辅导员，负责管理学生和配合辅导室对学生进行心理健康教育工作。

心灵港湾心理辅导室的主要任务是根据职业学校学生的心理特点，有针对性地进行心理健康知识讲座，开展团体心理辅导活动，帮助学生树立心理健康意识、优化心理品质、增强心理协调适应能力和社会生活能力，预防和缓解学生心理问题，帮助学生处理环境适应、自我管理、学习成才、人际交往、交由恋爱、求职择业、人格发展和情绪调解等方面的困惑，提高健康水平，促进学生德智体美劳等全面发展。

辅导室具体工作：积极开展学生个体心理咨询工作、针对师生心理发展的需要开展心理讲座、做好班级心理委员培训工作、积极做好一年级新生心理健康团体辅导工作、营造阳光、健康的心理健康教育环境。对心理出现偏差或有轻微心理疾患的学生提供保密的、有针对性的诊断和疏导。

心灵港湾心理辅导室始终坚持以心理学的理论和技术为依托，结合学校日常教育教学工作，根据学生生理、心理发展特点，有目的、有计划地培养学生良好的心理素质，开发心理潜能，促进学生身心和

谐发展和素质全面提高的教育活动。帮助学生树立关爱自我、勇于成长的心理健康理念，调动学生自我认识、自我教育、自我成长的积极性、主动性，传播自爱爱人、热爱生活、积极行动的心理正能量，努力营造心理健康教育的良好氛围，让同学们感受人生的欢乐和幸福，从而以一颗积极乐观的心来善待周围的每一个人，善待生命的每一天。

**心灵港湾 QQ1812152509 欢迎同学们每一位同学的加入！**