



专 刊

2020 年  
第 3 期

(总第 13 期)

福州大学党委办公室、校长办公室

2020 年 5 月 26 日

## 福州大学：“两教一扶”织密大学生身心安全“防护网”

近年来，福州大学始终把师生生命安全和身心健康放在首位，坚持育心与育德相结合，以生命教育、抗挫教育为着力点，加强人文关怀和心理疏导，全面构建全方位、多维度、立体化的学生身心安全防护体系，培育学生自尊自信、理性平和、积极向上的健康心态，促进学生心理健康素质与思想道德素质、科学文化素质协调发展，打通高校育人“最后一公里”。

**一、重视学生心理健康，生命教育有力度。**高度重视心理健康教育，进一步完善“心理健康培养—心理困扰咨询—心理危机干预”三位一体的心理健康教育工作体系。一是**生命教育宣传重点铺开**。围绕生命教育、疫期心理调适等主题，举办“返校复学第一堂心理课”主题讲座、“宅家心故事”心理微课堂暨心理主题班会，引领学生思考生命意义，感悟生命价值。自新冠肺炎疫情发生以来，通过微信公众号推送疫期心理防护知识 143 篇，累计受众达 113018 人次，实现心理正能量向大范围传播。二是心

**心理健康服务温暖深入。**密切关注疫期学生心理动态，为返校学生提供线上心理测评定制服务和健康观察期心理咨询绿色通道，满足学生心理需求，帮助学生纾解因延迟开学、居家学习、网络求职等问题产生的负面情绪。**三是心理危机干预健全有效。**发挥“心理中心—学院—班级—宿舍”四级联动机制，对心理问题学生采取分类化管理、动态化更新和常态化跟进。利用班级心理动态报告、特别关注学生排查、心理高危月报、心理普查等多种渠道，做到心理危机早发现、早干预、早转介，实现危机干预向高水平发展。

**二、增强学生积极体验，抗挫教育有深度。**坚持以学生发展为中心的理念，建立“积极认知—积极体验—积极行为”三循环培养模式，释放学生心理压力，提高学生对逆境的控制能力、迁移能力和忍耐能力。**一是推行心理疏导云课堂。**因事而化，打破地理限制，采用云课堂方式举办《疫情期间宅家学习心理调适》主题教育、《不确定情境下的情绪压力管理》讲座、政工干部心理工作技能培训等。开展时间管理、正念身心减压等“心”免疫系列线上心理团体，利用云课堂实现心理疏导 25419 人次，帮助广大学生在特殊时期获得更多心理缓冲空间，以“宽”“松”“缓”心态面对现实。**二是举办积极心理体验活动。**因时而进，立足学生需求，举办“云上聚·心相连”为主题的第十六届“5·25”大学生心理健康月系列活动。开展心理配音秀、疗愈好声音大赛、晚安心语打卡、云间心灵电台等积极心理体验活动，引导学生以积极乐观心态面对困难。**三是开展安全防范主题教育。**因势而新，

突出工作重点，组织防校园贷主题活动、安全教育讲座、安全知识培训等。利用多媒体宣传渠道，广泛宣传防溺水、防诈骗常识和案例警示教育，将逆商教育渗透到安全教育中，让安全知识入脑入心，内化学生对逆境的认识，全面提升学生的安全意识和避险能力。

**三、聚焦学生实际困难，关爱帮扶有温度。**疫情防控期间，持续做好“经济资助—心理援助—就业扶助—学业辅助”四助合一的学生关爱帮扶工作，实现帮扶不打烊，关爱不断线。一是**落实“云”经济资助，助力防疫。**面向家庭经济困难学生设立232个线上勤工助学岗位，开办贫困生“腾飞计划”能力提升营，化危为机。疫情发生以来，共为贫困学生发放各类救助补助3006万元，累计帮扶48749人次。二是**推行“云”心理援助，助力成长。**面向社会开通抗疫心理援助热线，经5个维度23个指标评估，被中国心理学会纳入专业可靠的76条中国心理热线之一，为福建省高校唯一上榜热线；面向全校学生开通疫期网络心理咨询，提供24小时紧急心理干预热线服务，安抚学生情绪，评估危机风险，及时研判处理，实现心理困扰向深层次解决。三是**开展“云”就业扶助，助力成才。**举办“战疫情·稳就业·促创业”系列活动，为646名家庭经济困难毕业生发放求职创业补贴129.2万元，为兜底贫困毕业生和“双困”毕业生提供就业补助金47.2万元。四是**加强“云”学业辅助，助力成学。**开展“网上自习室”“云上朋辈课堂”“线上课堂巡查”“线上学霸笔记展示”“线上学习作业征集”等“云”学业辅助，帮助学生适应线

上学习模式，促进学习提质增效。

〔学生工作部（处）〕