关爱青少年心理健康“润心”行动 2024 年秋季学期大学生心理健康教育工作重点任务清单

【2024年9月】

一、重点关爱群体

1.已列入重点关爱库的学生；

2.未按时到校报到、放假期间产生过家庭矛盾、上学期期末考试不及格、补考未通过、转专业不成功、降级、复学、存在睡眠障碍的学生；

3.性格内向、孤僻、缺乏社会支持，经常打游戏、旷课、缺寝、经常联系不上、人际关系失调或恋爱受挫后出现心理、行为异常的学生。

二、重点工作任务

1. 开会研究部署工作。开学初，各二级学院召开秋季学期大学生心理健康教育工作会议，研究部署工作任务， 强化责任落实。

2. 深入开展走访交流。班主任、辅导员深入学生社区和宿舍一线，及时了解学生思想动态和心理需求，切实为学生实际困难提供有效帮助和思想引导。

3. 开展心理适应教育。多途径宣传校园心理服务方式，提高新生自助求助意识。结合学院实际与专业特色，研究制订团辅方案，以班级为单位开展破冰团辅活动，帮助新生尽快适应学习生活环境，引导老生积极应对开学阶段情绪波动。

4. 组织老生心理普测。严格按照统一部署，认真落实有关要求，调配工作力量，有序推进施测、回访和疏导干预等各项工作，确保老生心理普测全覆盖。

5. 召开一次新生家长会。在家长会上重点介绍学校心理健康相关工作，做好江苏省家长热线（025-58255820）宣传，提醒家长积极支持学生自主发展，密切关注学生情绪和身心状态，主

动沟通疾病史和休学经历，深化家校协同，促进学生健康成长。

6. 落实周周研判制度。从开学之日起，每周开展重点关爱学生的分析研判，更新重点关注学生库名单，完善“一生一策”干预方案，定期开展学生谈心谈话，做好家校沟通和心理支持。

7. 启动心理健康课程工作。开齐上好心理健康教育必修课、必选课和选修课，与时俱进，丰富教学内容，改进教学方法，不断提升教学质量。

8. 做好假期安全提醒。针对中秋节、国庆节假期等特殊节点，提前发布安全提示，提醒班级、宿舍同学互相了解个人去向，落实请销假制度。

【2024 年 10 月】

一、重点关爱群体

1. 已列入重点关爱库的学生；

2. 心理普测红色预警，以及橙色预警且关键指标异常（自述有不幸成长经历、不安全依恋关系等）的学生；

3. 存在寝室人际关系紧张、家庭矛盾突出、恋爱受挫、学业困难等现实困境，以及存在情绪低落、睡眠障碍、网游成瘾、旷课、酗酒、违纪、失联等心理和行为异常的学生；

4. 校外实习、校外租房走读的学生。

二、重点工作任务

1. 更新重点关爱名单。根据本月重点关爱群体特征，对学生进行深入摸排。符合有关特征且风险叠加的，要及时列入重点关爱学生库，予以积极关注和多元帮扶。

2. 做好心理危机管理。坚持每周开展重点关爱学生的分析研判，完善“一生一策”干预方案，定期开展学生谈心谈话，做好家校沟通和心理支持。持续宣传校心理咨询、省大学生 24 小时心理热线（025-58255200）、“苏心”APP 求助、江苏省家长热线

（025-58255820）等求助渠道。

3. 组织新生心理普测。严格按照统一部署，认真落实有关要求，调配工作力量，有序推进施测、回访和疏导干预等各项工作，确保新生心理普测全覆盖。

4. 组织开展户外团体活动。鼓励学生以学院、班级、社团、宿舍为单位，组织形式多样的户外团体活动，减压赋能，增进同学情谊。

5. 开展新生心理委员培训。帮助新生心理委员掌握基本的助人方法，明确告知重点关爱学生名单及关注方法，存在行为异常等涉及生命安全的情况要及时向辅导员、班主任报告。

6. 做好学生假期安全教育。及时关注学生国庆假期去向和返校情况，分类做好离校和留校学生的关心关爱工作，面向全体学生做好各方面安全提醒。

【2024 年 11 月】

一、重点关爱群体

1. 已列入重点关爱库的学生；

2. 心理普测红色预警，以及橙色预警且关键指标异常（自述有不幸的成长经历、不安全依恋关系等）的学生；

3. 存在寝室人际关系紧张、家庭矛盾突出、恋爱受挫、学业困难等现实困境，以及存在情绪低落、睡眠障碍、网游成瘾、旷课、酗酒、违纪、失联等心理和行为异常的学生；

4. 转本压力大、学业困难、找工作不顺利、长期校外实习、校外租房走读的学生。

二、重点工作任务

1. 更新重点关爱名单。根据本月重点关爱群体特征，对学生进行深入摸排。符合有关特征且风险叠加的，要及时列入重点关爱学生库，予以积极关注和多元帮扶。

2. 做好心理危机管理。坚持每周开展重点关爱学生的分析研判，完善“一生一策”干预方案，定期开展学生谈心谈话，做好家校沟通和心理支持。持续宣传校心理咨询、省大学生 24 小时心理热线（025-58255200）、“苏心”APP 求助、江苏省家长热线

（025-58255820）等求助渠道。

3. 持续做好新生普测工作。持续做好心理普测回访建档和评估干预工作，深入分析新生心理状况及发展趋势，对预警学生分级管理，分类施策。

4. 开展学生抗挫折教育。针对学生学业、就业、情感等常见问题，通过开展谈心谈话、线下线上讲座、主题班会、家校沟通等方式，鼓励引导受挫折的学生走出阴霾。

5. 走访校外实习和租房走读学生。密切关注校外实习学生的实习状态、工作压力、学业问题、亲子关系、感情状况和思想动态，特别是对于以往存在心理隐患的学生要重点关注和走访关

心。

6. 摸排优秀学生心理问题。结合心理普查结果和日常情况了解，对存在不幸成长经历、非安全依恋关系的优秀学生进行梳理摸排，了解其自我评价与外在表现是否一致，必要时给予支持。

【2024 年 12 月】

一、重点关爱群体

1. 已列入重点关爱库的学生；

2. 存在寝室人际关系紧张、家庭矛盾突出、恋爱受挫、学业困难等现实困境，以及存在情绪低落、睡眠障碍、网游成瘾、旷课、酗酒、违纪、失联等心理和行为异常的学生；

3. 转本压力大、期末考试成绩不及格、找工作不顺利、长期校外实习、校外租房走读的学生。

二、重点工作任务

1. 更新重点关爱名单。根据本月重点关爱群体特征，对学生进行深入摸排。符合有关特征且风险叠加的，要及时列入重点关爱学生库，予以积极关注和多元帮扶。

2. 做好心理危机管理。坚持每周开展重点关爱学生的分析研判，完善“一生一策”干预方案，定期开展学生谈心谈话，做好家校沟通和心理支持。持续宣传校心理咨询、省大学生 24 小时心理热线（025-58255200）、“苏心”APP 求助、江苏省家长热线

（025-58255820）等求助渠道。

3. 开展转本学生心理疏导。多方摸排，了解转本学生的心理状况，及时安排谈心谈话，给予针对性的关心支持。

4. 做好学生学业帮扶。根据各学科考试安排计划，针对学业困难的学生开展学业帮扶，缓解学业压力。对考试过程中作弊的学生重点关注，依规处理的同时，给予相应关心引导。

5. 做好假期安全提醒。针对圣诞节、元旦假期等特殊节点，提前发布安全提示，提醒班级、宿舍同学互相了解个人去向，落

实请销假制度。

【2025 年 1 月】

一、重点关爱群体

1. 已列入重点关爱库的学生；

2. 存在寝室人际关系紧张、家庭矛盾突出、恋爱受挫、学业困难等现实困境，以及存在情绪低落、睡眠障碍、网游成瘾、旷课、酗酒、违纪、失联等心理和行为异常的学生；

3. 转本成绩不理想、考试作弊、找工作不顺利、假期留校且亲子关系紧张的学生。

二、重点工作任务

1. 更新重点关爱名单。根据本月重点关爱群体特征，对学生进行深入摸排。符合有关特征且风险叠加的，要及时列入重点关爱学生库，予以积极关注和多元帮扶。

2. 做好心理危机管理。坚持每周开展重点关爱学生的分析研判，完善“一生一策”干预方案，定期开展学生谈心谈话，做好家校沟通和心理支持。持续宣传校心理咨询、省大学生 24 小时心理热线（025-58255200）、“苏心”APP 求助、江苏省家长热线

（025-58255820）等求助渠道。

3. 做好考试周学生安全保障工作。提前开展考风考纪教育， 针对性帮扶有学业困难的学生，及时关注考试违规违纪学生，对于通宵自习室等重要场所进行重点关注，必要时及时开展心理疏导。

4. 开展学生假期离校前安全教育。在学生离校前做好安全提醒，对于假期常见问题做好安全预警。通过微信、短信等方式告知学生家长放假、返校时间，提醒家长关注学生心理健康，调整教育方式，尽量减少家庭冲突。

5. 持续开展假期留校学生关心关爱。准确掌握留校学生人数、原因等信息，对因心理问题、家庭问题、学业问题、经济原因导致的留校学生进行重点关心关爱。

6. 总结部署心理健康教育工作。认真总结本学期心理健康教育工作，对人员、场地、经费、课程等重点方面进行回顾梳理，

发生极端事件的学院要自查整改落实情况，部署寒假春节期间工作重点，做好春季学期工作计划。