



“心”相约，“心”了解——心理测评小贴士

19小时前 阅读 25

2022年新生心理测评开始啦



看过来看过来

随着时代的不断发展，社会竞争越来越激烈，作为国家未来栋梁的学生们所承受的心理压力会影响他们正常的学习和生活，因此我们应及早发现并对症下药，对出现的心理问题进行相应的心理辅导，帮助同学们顺利适应紧张的学习生活，实现自己的梦想。同时为进一步加强学生心理危机预防和干预工作，心理健康教育研究中心将于2022-2023年第一学期开展新生心理健康测评工作

一、什么是心理测评

依据经典的心理学理论，通过一系列的数据处理将人的心理特征数量化，以此来衡量个体心理因素水平以及心理差异，了解全校学生的综合心理健康状况，帮助学生更好地了解自己的心理状态、调节自己的情绪，也为日后开展学生心理健康教育工作提供依据。

二、测评说明

1.测评对象：

青海柴达木职业技术学院（海西州职业技术学校）全体22级中高职学生

2.测评时间：

高职：2022年10月24-11月30日

中职：2022年12月1日-12月30日

3.测评工具：

高职测评工具：高校学生心理健康管理动态分析与会商指导信息化平台

中职测评工具：诺和心理测评软件

4.测评方法

高职测评使用手机在高校学生心理健康管理动态分析与会商指导信息化平台进行测评，学生错峰时间测评

中职测评使用手机在诺和心理测评软件上进行测评，学生错峰时间测评

三、测评要求

（一）关于教师

1.各系部要高度重视学生心理健康测评工作，切实加强宣传动员，引导学生本着实事求是的态度参加测试，确保个人信息准确无误。精心组织，保证测评工作的顺利进行；

2.各系部参与测评人员必须坚持保密原则，负责整理和保管好学生心理健康测评资料，确保安全无损；

3.心理健康教育研究中心根据心理测评要求，严格管理、指导和协调有关测评工作；

4.各系部如有因特殊原因不能参加测试的新生，应对原因做出说明，并报心理健康教育研究中心(另行商议后再做补测)；

5.各系部安排好辅导员和班主任监督，确保心理测评工作的顺利实施；

6.辅导员和班主任老师需要提前了解心理测验的手机和电脑测评流程；

7.如遇问题可咨询心理健康教育研究中心。

（二）关于学生

1.正确认识测试，以积极的心态面对心理测评，测验结果将会严格保密，不会对成绩、考核、升学、评优等任何方面造成负面影响；

2.端正答题态度，心理测评的答案没有对错之分，因此在做心理测验时根据自己近一周的实际情况如实填写，无需参考他人的答案；

3.理性对待测验结果，对心理测评的结果不可过分迷信，不能随便给自己“扣帽子”、“贴标签”。心理测量的结果具有相对性，人的心理很复杂，所以任何心理测量的结果，都只是被测者了解自己心理状况的一个参考；

人的心理现象受很多因素的影响，如身体健康状况、室内环境状况等等，因而仅靠心理测评还不能完全反映一个人的心理健康状况。需要专业人员根据具体情况面谈后才能给予综合判断。

认真认真做心理测验，别不当回事；平日常常看测验结果，别太当回事。

关于心理咨询

1.学院心理咨询

春暖花开，我们如期相约

阅读 14

亲爱的同学们：

温暖的春风，轻柔的白云，新学期开始啦！心理健康教育研究中心于即日起恢复咨询预约，目前网络预约平台已开通，将为大家提供更多的预约方式。

一、咨询对象

全体在校学生

二、咨询说明

1.目前只提供面对面咨询，暂不提供网络咨询；

2.预约成功后即成固定时间，每周一次，每次约为50分钟，无需再次申请预约；

3.每次咨询结束后，请告知下周是否续约。如续约，请在下周同一时间进行咨询；

4.请在每次咨询前十分钟到达咨询地点，若有事请提前一天告知。

三、咨询时间与地点

咨询时间：周一至周五：9：00—12：00；14：30—18：00

咨询地点：敦行楼一楼个体咨询室

四、咨询内容

提供涉及学习生活、情绪、人际关系、感情问题和适应困扰等相关问题的心理咨询，不提供包括精神鉴定、诊断、处方类精神药物、资格证明、重度精神障碍的长程心理治疗等服务内容。

五、预约流程

1.现场预约：敦行楼一楼咨询预约室进行，时间：周一至周五（16：30—18：00）；

2.网上预约：扫描下方二维码填写“个体心理咨询预约”。

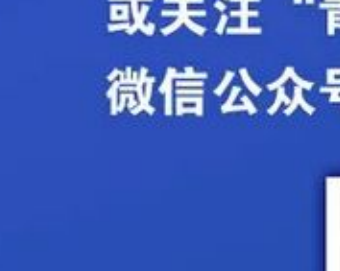


心理咨询预约二维码

2.请拨打教育部华中师范大学心理热线



教育部华中师范大学 心理援助热线 平台开通



心理援助热线电话：

■ 4009678920

■ 010-67440033

■ 027-59427263

或关注“青少年网络心理与行为教育部重点实验室”

微信公众号以及微信小程序接入

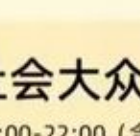


免费服务：全天24小时开放

3.请拨打清华幸福公益心理服务热线



清华大学社会科学学院
School of Social Sciences, Tsinghua University



北京幸福公益基金会
Beijing Well-being Foundation

后疫情时代——

面对疫情反复，消灾解难，
工作压力，学业焦虑，
也许你负重前行，已不堪重负，
也许你碌碌无为，却无处倾诉

清华幸福公益 心理服务热线

4000-100-525

（心理咨询免费，仅收取当地通话费）

社会大众线——请按1

10:00-22:00（含周末，春节假期除外）

青少年专线——请按2

10:00-22:00（含周末，春节假期除外）

中国留学生和来华留学生24小时专线——请按5

7*24小时（含周末，春节假期除外）

疫情专线——请按6

7*24小时（含周末，春节假期除外）

老年专线——请按7

10:00-22:00（含周末，春节假期除外）

press 8 for English

7*24 hours (including weekend, except Spring Festival holiday)

清华大学师生及家属——请按9

10:00-22:00（含周末，春节假期除外）

空难、洪涝等灾害24小时紧急心理援助——请按0

7*24小时（含周末，春节假期除外）

拨打“清华幸福公益常态化热线”

专业心理咨询师，为你守候！

幸福公益