

# 上海邦德职业技术 学院疫情防控心理援助工作方案

当前，全国新冠疫情持续蔓延，上海疫情形式尤其严峻，疫情防控形势依然严峻，我校在封控前未有返校学校，所有学生均为居家上课，未有封闭在校学生。在学生未返校期间，为做好疫情期间心理健康教育工作，预防学生心理状况的波动和心理危机事件的发生，帮助学生提高心理调适能力，以平和、健康的心态迎接学习和生活。根据学院安排，将心理健康教育工作纳入学院整体防控工作要求，特制定本预案。

## 一、总体目标

在学生未返校期间，全面做好疫情防控心理健康教育工作，努力做到心理健康教育工作在疫情防控期间意识到位、职责到位、保障到位，为学生心理健康保驾护航。

## 二、主要工作和措施

（一）要把心理健康教育工作纳入学院整体防控工作中统一部署。结合学校防控工作的整体要求负责全院学生返校前后心理健康教育工作的组织和指导。

1. 心理咨询中心组织开展适合现在形式的心理健康系列活动或者讲座；继续开展网络咨询；组织、指导第二课堂各类实践活动；设计并开展线上线下团体心理辅导活动。

2. 各辅导员应积极主动进行心理排查；开展宣传教育，在校心理健康教育活动的基础上，结合所带班级需要开展具有针对

性的心理健康教育活动中，活动结束后各辅导员将所带班级的心理健康教育图文资料报送至心理咨询中心。

3. 班级心理委员、舍长要积极协助辅导员及时了解和掌握本班、本宿舍学生返校后的心理状况；做好朋辈帮扶、危机识别和防疫知识、心理调适方法的普及和活动宣传工作；全方位保障心理健康教育工作落实到位。

## （二）加强对学生心理健康状况进行精准排查。

1. 在学生未返校期间，依然做到每个月对重点关注学生心理问题排查工作，排查主要是以分院为单位，辅导员排查上报，然后心理健康中心根据上报的学生问题给予指导意见，必要时单独联系带班辅导员，进行一对一指导。对高度易感人群，要开通快速、及时的转介通道，对不能有效处置的心理危机个案要及时转介专业医疗机构。

2. 在精准排查的基础上，相应班级辅导员需根据学生心理分级分类情况，反馈学校指导意见，共同进行重点关注学生群体的跟踪监护、精细帮扶。通过心理咨询、常规的心理疏导、朋辈互助建立等为学生提供持续的心理支持。

3、加强学生心理危机的及时干预，畅通危机干预渠道，做好学生心理危机个体的识别与及时干预，充分利用学校心理危机四级网络体系识别学生的心理危机，同时通过加强课堂考勤、参加实践活动情况评估以及同学之间观察等途径，及时识别心理危机学生个体；畅通危机干预渠道，依托“学生-辅导员、心理咨询中心、校心理健康教育工作领导小组”四级心理危机预警机制，开展心理危机预防干预工作。做到危机干预工作链条运转及时、快速、合力。

(三) 全方位开通心理求助通道，通过学校多媒体公众号广泛宣传线上、网络等心理求助方式。

1. 学校封闭期间通过我校小青团媒体公众号宣传开通我校心理健康咨询热线、QQ、邮箱等多种形式的线上心理服务方式。

2. 通过我校小青团公众号宣传包括上海市民 24 小时心理热线 962525 在内的其他可拨打的心理求助热线，让学生获得多渠道的心理求助方式。

(四) 组织开展大学生心理健康教育宣传，开展疫情防控知识、心理调适和生命教育为主题的心理讲座，充分普及心理知识，提升疫情期间学生心理调适的能力，全面提高学生的心理素质。

(五) 上海封闭管理期间精神问题就医通道

虽我校学生未返校，但是上海市处于大面积封控期间，对需要长期服药的有心理问题学生，发布精神问题就医通道。

#### 1、复诊配药

(1) 上海市精神卫生中心互联网医院复诊配药（限之前在该院就医的学生）。

(2) 在其他医院就医的学生可先查询医院微信公号，如医院开通有互联网医院，可在先复诊配药。

(3) 如学生就医的医院没有互联网医院，学生病情不紧急，可等到解封后再复诊。如情况紧急，建议采用“在线问诊”途径，寻求专业人员的诊断。

#### 2. 在线问诊（含初诊、调换用药等）

(1) 拨打上海市心理热线 962525（7\*24 小时）求助

(2) 通过“好心情健康”小程序，在线问诊。推荐问诊专

家：

奉贤区精神卫生中心 费春华医生

杨浦区精神卫生中心 茅峥嵘、张红梅、杜宇峰医生

(3) 关注“上海精神卫生飘扬的绿丝带”微信公众号，在本条图文下留言，留下您的“姓名+地址+联系方式”，便于工作人员与您联系。

(4) 以上途径均无法解决，您可拨打应急电话：15026638452（工作日 8:00-16:30），或发送短信（工作日 16:30-次日 8:00），工作人员将提供应急解决方案。

### 3. 现场就医

封闭管理期间，如学生病情较重或“在线问诊”后医生建议立刻就医，推荐学生前往上海市精神卫生中心就医。目前，上海市精神卫生中心实行先预约、后就诊。就医时请学生务必携带48小时内（从采样时间算）上海市市级医疗机构出具的或随申办、健康云已上传的核酸阴性报告。

学生可以通过以下方式预约：

(1) 关注“上海市精神卫生中心”微信服务号—就医助手—徐汇院区或者闵行院区预约。

(2) 医联预约：上海市医联预约平台  
<https://yuyue.shdc.org.cn>

(3) 支付宝预约：搜索上海市精神卫生中心生活号—添加就诊人—预约挂号

(4) 电话预约：请拨打上海医联预约热线 4008203137

(六) 建议开通我校心理健康工作专线

重视心理援助工作者的身心健康，除了支持我校心理健

康教育工作者参加上海市学生心理健康中心组织开展的各种线上培训、讲座与案例督导，根据专家建议：为心理健康咨询开设可供学生拨打的公用热线，不可将私人电话直接公布学生，以体现对心理健康工作者专业身份的照顾，危机热线可拨打学校 24 小时值班电话。

（七）组织、指导各系部开展心理健康教育第二课堂实践活动，拓展心理健康教育宣传途径，多渠道调适疫情给学生带来的心理不适。做到心理健康知识普及的全覆盖。

### 三、成立心理危机应急处理领导小组

### 四、工作要求

（一）心理咨询中心、各分院要高度重视学生疫情防控期间学生的心理健康教育工作，将学生的心理健康教育工作，纳入到学校防控工作的总体规划当中，做到意识到位、责任到位、保障到位。

（二）对辅导员、学工干部等工作人员以线上讲座的方式进行培训，以便更好的开展大学生心理健康工作。