

河南工程学院学生工作部(处)文件

学〔2025〕053号

关于举办2025年第三期辅导员沙龙活动的 通知

各学院、力行书院、“一站式”学生社区：

为深入贯彻落实党的二十大精神，落实立德树人根本任务，切实加强对我校辅导员队伍的人文关怀与专业支持，提升辅导员心理工作技能，减轻职业压力，搭建一个温暖互助、资源共享的交流平台。经研究，决定举办本年度第三期辅导员沙龙活动。现将有关事项通知如下：

一、沙龙主题

辅导员减压团体辅导-OH卡心灵赋能之旅

二、沙龙时间及地点

沙龙时间：2025年9月26日（周五）下午 14:30-16:30

沙龙地点：龙湖校区综合楼513团体辅导室

三、承办单位

心理健康教育中心

四、参加人员

学院、力行书院、学生社区辅导员自愿报名参加，名额16人，报满为止。

五、沙龙安排

环节	内容	主讲人	时长
压力觉察与表达	通过OH卡直觉选择和自由联想，引导成员识别具体压力源并坦诚分享情绪，建立安全氛围和团体连接感。		30分钟
资源探索与重构	借助OH卡重新抽卡或配对，引导成员将卡牌视为应对压力的内在资源与积极力量，并通过故事接龙实现认知转变和压力叙事重构。	连倩倩	60分钟
整合升华与支持	通过分享收获和互为同伴抽卡送祝福，巩固积极认知，强化团队支持系统，并在温暖氛围中结束活动		20分钟

六、活动要求

请各学院提前确定参加沙龙活动的辅导员，并于24日下午17点前将参会辅导员信息填写在在线表格中。全体辅导员和班主任请积极参与，加强交流互鉴，参加情况作为各类考核依据。

学生工作部

2025年9月23日