

越来越多大学生选择心理情景剧“疗愈”

“我感觉自己有问题,不合群,害怕在公共场合表达自己。”“我敏感、懦弱,不会拒绝别人。”“我只是一名普通院校的本科生,是不是考研和找工作都没有竞争力?”“我能不能有美好的未来?”……

这些疑惑与担心,被写进吉林外国语大学的大学生心理情景剧《陀螺》中,其内容都是源自真实的学生心理咨询案例。前不久,这部剧获得第六届全国高校心理情景剧展演一等奖。

在即将开学的秋季学期,这部心理情景剧也将进入吉林外国语大学的心理健康教育课堂,让更多大一新生了解和参与心理情景剧的创作和排演。

据了解,从2018年举办第一届全国高校心理情景剧大赛至今,已产生1300多个优秀剧目。越来越多的高校通过心理情景剧开展心理健康教育,越来越多的大学生选择通过参与或观看心理情景剧“疗愈”自己,进行心理自助。

新闻速览

两部门再次预拨5亿元 国家蓄滞洪区补偿资金

新华社北京8月21日电 记者21日从财政部了解到,为加快海河流域性特大洪水灾后恢复重建,在此前紧急预拨10亿元国家蓄滞洪区补偿资金的基础上,财政部、水利部19日再次预拨5亿元,支持天津、河北对国家蓄滞洪区运用期间群众的农作物、专业养殖、经济林、住房、家庭农业生产机械等水毁损失予以补偿,帮助灾区尽快恢复正常生产生活秩序,全力保障人民群众生命财产安全。

我国快递业务量超700亿件

国家邮政局近日公布前7月我国邮政快递业运行情况。数据显示,前7月,邮政行业寄递业务量累计完成873.7亿件,同比增长12.8%。其中,快递业务量累计完成703.0亿件,同比增长15.5%。 据人民日报

截至7月底, 今年脱贫人口就业务工超 3200万人

记者从农业农村部、国家乡村振兴局获悉,截至7月底,今年全国脱贫人口就业务工总规模达到3274.32万人,同比增加34.79万人,达到全年目标任务的108.45%,为巩固拓展脱贫攻坚成果提供有力支撑。

据央视新闻客户端

向外界展示自己的内心世界

前不久,第六届全国高校心理情景剧展演在吉林外国语大学举行。在300多所高校网络展演报送的心理情景剧作品中,选取32个剧目进入线下展演。容貌焦虑、宿舍关系、恋爱关系、社恐、职业发展等,是大学生心理情景剧的热门主题。

心理情景剧《陀螺》讲述一个即将毕业的大学生在外界多种诱惑和“盲目考证”的影响下,最终找到自己未来的工作方向。在这部剧中,吉林外国语大学播音与主持艺术专业的郭甜田饰演一位学习目标明确、不随波逐流的女生。但在现实中,郭甜田却与角色

相反:很长一段时间,她不清楚自己毕业后是求职还是读研,也因为担心竞争不过名校毕业生而忧虑未来的发展。从最初参与心理情景剧的主题讨论,到接受心理老师提出的理论支持,再到反复排演剧目,前后半年时间里,郭甜田对自己的内心想法和未来目

标进行重新认知和梳理。

每年,吉林外国语大学各学院会举办心理情景剧大赛。在该校心理健康教育中心主任孟伟看来,不少参与其中的学生会有心理问题和困扰被解决的满足感,很多观看剧目表演的学生也能被激发出同理心。

看他人故事,促自我成长

河南职业技术学院参演的心理情景剧《寻心》获得第六届全国高校心理情景剧展演的二等奖。

近年来,这所职业院校进行大学生心理健康课程改革,把传统的期末笔试考试,改成心理情景剧展演。

“如果把心理课堂开发、利用好,大学生心理求助和自助意识会明显提高。”河南职业技术学院心理健康中心教授温娟娟发现,不少高职学生对理论知识兴趣有限,对实践和体验类课堂内容接受度很高。学生们对心理情

景剧的参与度和创造力,经常给温娟娟带来惊喜。在这所以工科和机械类专业见长的职业院校里,心理情景剧有着很高的参与度和上座率。

在心理情景剧的创作中,指导学生加入心理学理论和情景剧技术,可以让学生更容

易理解、接受和应用心理学知识。在多位接受记者采访的大学心理健康指导教师看来,心理情景剧可以真实展现大学生在学习和生活中面临的心理冲突或困境,启发学生深度思考,也在“看他人故事”中促进“自我成长”。

力于高校心理情景剧的推广和发展。在詹启生看来,心理情景剧是心理健康教育的一种艺术表达形式,通过专业化、技术化、艺术化、成效化的润心教育路径,在寓教于乐中激发学生情绪体验,启发学生深度思考,让表演者和观看者同处一个时空,是提升大学生心理健康素养、促进大学生全面发展的有效途径。

不仅如此,“心理情景剧的推广提高了大学生对心理健康的重视程度,特别是对心理疾病的污名化态度有了巨大改变”。

詹启生期待看到越来越多高校学生能够通过这种方式获取心理健康知识,舒缓压力与痛苦,提高自助互助能力,拥有和谐的内心世界。

据中国青年报

减少对心理疾病的污名化

天津大学心理研究所创始所长、中国心理学会心理危机干预工作委员会副主任詹启生是全国高校心理情景剧大赛的发起人,他经常受邀到多所高校讲授心理情景剧在心理健康教育中的作用以及创作技巧。

今年上半年,教育部等17部门印发《全面加强和改进新时代学生心理健康工作专项行动计划(2023—2025

年)》,对全面加强和改进新时代学生心理健康工作、提升学生心理健康素养提出更高要求。

詹启生认为,心理危机问题的发现与应对,仍然是目前大学生心理健康最需要重点关注和干预的问题。他建议,做好发展性心理问题、障碍性心理问题以及心理疾病等分类指导方案是基础。

近年来,詹启生一直致

学林嘉苑项目交房通知

学林嘉苑项目在市政府的热切关怀和广大购房客户的大力支持下,6#、7#楼(测绘楼号1#、7#楼),于2019年12月份已验收,多数购房客户已交房入住,还有下列客户未办理房屋交付。购房房号如下:7#21002、7#13004、7#25005、7#23005、7#21005、7#15005、7#22006、7#13008、7#04008、7#04010、7#20011、7#04011。经我公司研究,为尽快对以上房屋办理交房,

请未办理交房的客户按本通知规定时间办理交房事宜。现将有关事项通知如下:

一、交房办理时间:2023年8月23日—25日。

二、手续办理地点:学林嘉苑售楼部,现场设置明显标识。

三、需携带的证件资料:《商品房买卖合同》、购房收据或发票及本人身份证原件。

菏泽碧海置业有限公司
2023年8月22日

菏泽市2013-3旧城区改建(CBD曼哈顿广场)项目公寓房屋交房公告

菏泽市2013-3旧城区改建(CBD曼哈顿广场)项目范围内公寓房屋(达苑1号楼、达苑2号楼下5-8层)现已取得《建设工程竣工验收备案证书》(编号:鲁R2023-070),达到交房条件。经项目指挥部研究决定,自2023年8月24日至25日办理交房手续。交房地址在菏泽中心东规划支路23-B商业一楼。

各户具体交房的时间以电话通知为准,临时安置费、利息截止时间均为2023年8月26日。

特此公告!

菏泽市2013-3旧城区改建项目建设指挥部
2023年8月22日

公告

菏泽碧海置业有限公司出资新建的学林嘉苑小区11#楼、6#楼、7#楼及车库由菏泽亿安建筑工程有限公司、山东启航建筑工程有限公司施工,现已竣工交付,截至目前,无拖欠农民工工资,无拖欠工程款、材料款等情况,自本公告发布之日起,若出现拖欠工程款、材料款等情况,由我公司自行解决。

特此公告。

菏泽碧海置业有限公司
2023年8月22日

遗失声明

牡丹区2016-17号地块项目征收范围内,张丛筠名下的编号为鲁宏房征估(2016-17)字第10-114号房屋征收估价报告书作废。