

关于江苏大学教职工心理咨询室开放的通知

各二级工会：

为帮助教职工缓解工作和生活中的心理压力和心理问题，提升教职工心理健康水平，校工会在上学期后期试运行了教职工心理咨询室，面向教职工提供心理咨询服务，受到广大教职工的高度好评。经过寒假期间的协调和改进，教职工心理咨询室定于2022年3月3日起正式开放。现将有关事项通知如下：

一、咨询时间安排

2022年上半年咨询时间为每周四和周五下午，节假日除外，具体时间详见心理咨询预约系统，系统中每四周公布一次具体预约时间。

二、咨询地点

教职工活动中心 302 室

三、咨询预约方式

心理咨询采取在线预约的方式，至少提前一天预约。具体流程为：

电脑端：打开“江苏大学”官网 ---点击“综合门户”，输入工号和密码---点击“工会系统”---点击“教工活动”---点击“心理咨询”---点击“心理咨询预约”---选择相应心理咨询师，点击右边操作按钮，在“预约时间”里选择某个时间段 ---点击“保存”即可，预约成功后可在“我的咨询预约”中查看预约情况。

手机端：“江苏大学”企业微信---上划菜单找到并点击“E 工会服务”----点击“服务平台”----点击“心理咨询”----点击“在线预约”----选择相应咨询师预约相应时间段即可，预约成功后可在“我的预约”中查看预约情况。

备注：1.咨询者如有特殊原因不能如期咨询，至少提前半天

登录工会系统在“我的咨询预约”中取消预约。2.咨询师如有特殊情况，由工会负责预约人员提前半天电话通知咨询者。3.同一位心理咨询师同一天的两个时间段，只能二选一。

四、咨询内容

自我认知、情绪管理(焦虑、压力、抑郁等)、 人际关系(朋友、家庭、亲子等)、恋爱情感婚姻、职业规划、子女教育等心理健康话题。

五、心理咨询师简介

李晓波：心理学硕士，教授，镇江市心理学会副理事长，中国心理学会临床心理学注册心理师、美国咨询师协会全球职业规划师（GCDF）、中科院心理所EAP签约心理咨询师。擅长职业生涯发展咨询、身心健康咨询。

陆菁：医学硕士，江苏大学心理健康教育中心副主任，中国心理学会临床心理学注册心理师、中国心理卫生协会注册心理师、国家二级心理咨询师、镇江市心理学会理事。擅长家庭咨询、心理健康评估、压力与情绪管理咨询。

吴婷：心理学硕士，江苏大学心理健康教育中心副主任，中国心理学会临床心理学注册心理师、中国心理卫生协会注册心理师、73602部队心理专家团队成員、国家二级心理咨询师。擅长婚姻与恋爱关系咨询、亲子关系咨询、压力与情绪管理咨询。

安岭：心理学硕士，江苏科技大学心理健康教育中心专职心理咨询师、镇江市心理咨询师协会理事、镇江市未成年人中心咨询师、73602部队心理专家团队成員、2021年度壹心理优秀心理咨询师，擅长情绪处理、恋爱婚姻、亲子关系咨询。

六、教職工心理諮詢室來訪者須知

1. 教職工心理諮詢室服務對象為江蘇大學心理困惑需要幫

助的在职教职工。

2. 来访者可自主选择咨询师，共同约定咨询时间，制定访谈计划。

3. 来访者须按预约的顺序进行咨询，每次咨询时间为 50 分钟左右，不收取任何费用。

4. 来访者应真实、坦诚、尊重与信任咨询师，积极参与互动共进过程。

5. 来访者有权要求咨询师对咨询内容保密，避免对来访者造成伤害。

6. 来访者应该严格遵守心理咨询预约时间，如有变动提前半个工作日告知工作人员，调整预约安排。无故迟到 15 分钟或以上将取消本次预约。

7. 来访者在咨询前应认真阅读并填写《江苏大学教职工心理咨询知情同意书》和《来访者信息采集表》。

8. 来访者候访时不得喧哗，听从安排，不得随意闯入咨询室。

七、特别提醒：请广大教职工根据实际需要预约，每次仅限预约一个时间段（一个小时），每次咨询后，咨询师会建议是否还需要继续咨询，如需继续咨询再进行下一次咨询预约。

教职工心理咨询室由校工会负责管理和指导。

校工会

2022 年 3 月 2 日