附件三：

**关于新生心理委员选拔的几点建议**

一、心理委员的角色定位

（一）心理健康知识的宣传者

初步了解大学生心理健康知识，对心理健康及心理咨询有正确的认识，普及心理健康自助意识，帮助同学关注关爱自己内心状态。

（二）心理不适的识别者和反馈者

能够在一定程度上识别有心理不适表现的同学；在一定程度上掌握针对该类同学的应对方式，及时开展第一线疏导与沟通

（三）相应资源的提供者

了解、掌握校内外心理健康服务资源，并在必要的时候为有需求的同学提供转介。

二、心理委员的胜任素质

（一）影响力

在班级里有一定的威望，有责任心，能够积极宣传心理知识，组织大家开展有利于心理健康的活动。

（二）亲和力

性格温和，细心周到，有耐心，能够关心同学，体察他人情绪，同学们能够信任，愿意与其交流烦恼和忧虑。

（三）沟通能力

有较好的语言表达和与人沟通的能力，能够营造出轻松、舒适信任的交流和沟通氛围。

（四）心理素质

自身较好的情绪调节和抗压能力，在面对问题时能够积极向上，自信乐观，在班级中传递正能量，传递温暖。

（五）服务意识

心理委员应有奉献精神，善于且乐于帮助同学，愿意为班级同学服务，热爱心理健康工作。

三、 心理委员的数量

 各班至少选出1名心理委员；为了更好地有针对性地开展工作，推荐各班选出2名心理委员，男女各1名，可以兼任。