

风雨无阻，以心相暖——建大心理中心面向灾区师生、新生开展心理援助服务

近日，河南多地遭受暴雨洪涝灾害，学校高度关注灾情，心系灾区广大群众的身心健康。为缓解灾情引发的恐惧、紧张焦虑等不良情绪，确保我校师生、新生能够以良好的精神状态度过灾情，我校心理素质拓展与咨询中心（以下简称“心理中心”）现面向灾区师生、新生开展心理援助服务。

再黑的夜晚，这里总有一盏灯光为你点亮，风雨无阻，以心相暖，建大心理中心陪伴大家共渡难关。

一、服务时间

每日服务时间：上午 8:30—11:30；下午 15:00—18:00。

二、服务形式

1. 教师咨询方式

请有心理服务需要的老师填写诉求事项，发送至邮箱 xlzx@xauat.edu.cn，心理中心将及时给予回复。

2. 学生、新生咨询方式

有心理服务需要的学生、新生可以通过心理中心线上办公 QQ 预约线上咨询（办公 QQ：3336086934，注意备注“河南地区，线上咨询，姓名”），也可以通过心理委员、班主任、辅导员向心理中心提出申请，心理中心将安排中心教师使用 QQ 音视频进行咨询工作。

三、其他热线

1. 中国心理学会临床心理学注册系统河南督导点灾情心理支持热线号码及服务时间：

(2021年7月21日至2021年8月22日)

白班：0371-86169595

(9:00—12:00；14:00—18:00)

晚班：0371-22993442

(19:00—23:00)

2. CPS临床心理注册系统推荐热线

序号	地区	热线名称	热线号码	热线工作时间	依托机构
1	北京市	北京12355青少年心理与法律服务热线	010-12355转3	9:00-17:00	北京青年压力管理服务中心
2		北京市心理援助热线	8008101117 82951332	24小时	北京回龙观医院
3		晨帆心理热线	010-86460770	9:00-21:00 (法定节假日除外)	北京晨帆咨询有限公司
4		大兴区心理援助热线	010-61214314	24小时	大兴区心康医院
5		红枫妇女热线	010-68333388	周一至周五 9:00-17:00	无
6		“联爱护心”抗疫公益热线	400-0510-525转3	9:00-21:00	北京大儒心理咨询有限公司，北京新阳光基金会，阿里巴巴基金
7		启明灯-中国科学院大学心理援助热线	400-6525-580	24小时	中国科学院大学
8		清华幸福公益常态化心理热线	400-0100-525	10:00-22:00	清华大学心理学系
9	内蒙古自治区	内蒙古自治区12320-5心理援助热线	0471-12320转5	24小时	内蒙古自治区精神卫生中心
10	江苏省	江苏省心理危机干预热线	025-83712977 025-12320转5	24小时	南京脑科医院
11		“苏老师”热线	0512-65202000	9:00-21:00 (法定节假日除外)	苏州市未成年人健康成长指导中心
12		陶老师热线	025-96111	24小时	南京晓庄学院心理健康研究院
13	浙江省	温州医科大学附属康宁医院心理危机干预热线	400-800-9585	24小时	温州医科大学附属康宁医院
14	河南省	安阳市法学会社会心理服务建设体系研究会心理服务公益热线	0372-2373300	周一至周五 9:00-12:00 15:00-18:00	安阳市法学会社会心理服务建设体系研究会
15		奇才心理倾诉热线	0371-22993442 0371-86169595	9:00-12:00 14:00-18:00 19:00-23:00	郑州雨鑫心理咨询有限公司（奇才心理）
16	湖北省	教育部华中师范大学心理援助热线	4009678920 010-67440033 027-59427263	8:00-24:00	华中师范大学心理学院
17	广东省	汕头市24小时心理援助热线	0754-87271333	24小时	汕头大学精神卫生中心
18		珠海市心理援助热线	0756-8120120	24小时	珠海市慢性病防治中心（珠海市第三人民医院）
19	甘肃省	兰州市心理援助热线	0931-4638858	8:00-22:00	兰州市第三人民医院

(图片转自CPS临床心理注册系统)



风雨无情人有情，真情陪伴渡难关！