

咨询室+沙盘室+音乐放松室
+宣泄室+社团活动区域...

如此高配的心理素质拓展与咨询中心

你心动了吗?

有趣的知识

精彩的活动

只要你想，我们都有!



为加强学生心理健康意识，提高大学生的心理承受能力；完善大学生的人格，达到自助与助人的目的。由心理素质拓展与咨询中心及西安建筑科技大学心理协会共同组织的面向全校同学开放的心理素质拓展与咨询中心体验活动于2020年9月16日顺利开展。

9月16日晚上，怀揣着对本次体验活动美好憧憬，管理学院2020级的新同学们来到了心理素质拓展与咨询中心。他们的眼中充满了好奇与期待，不断地四处观察，而心理协会成员以及志愿者讲解员早已等候多时。

讲解员站定后，同学们很快停止了四处张望，注意力集中在讲解员身上。由讲解员简短的自我介绍以及进行一些简单的互动后，同学们也都热烈鼓掌、跃跃欲试，心理素质拓展与咨询中心体验之旅正式开始。



(图为管理学院新生体验活动现场)



体验活动的第一站是位于学府城10栋5楼的心理素质拓展与咨询中心，讲解员带领同学们参观了个体咨询室、团体辅导室、沙盘辅导室、音乐放松室、宣泄室、档案室、预约等候室等区域。了解了其中的多通道生物反馈训练系统、VR虚拟现实运动放松训练系统、智能自信心提升训练系统等国内先进心理设备。同时体验了沙盘辅导室、音乐放松区、宣泄室的各种放松身心设施。



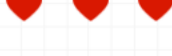
(图为管理学院新生体验活动现场)



随后同学们跟随讲解员来到了贯穿五楼六楼的天井部分。讲解员解说了天井的设计理念、包含元素以及隐藏彩蛋。同学们对此都十分感兴趣。



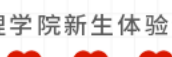
(图为管理学院新生体验活动现场)



体验之旅的最后一站就是六楼阁楼区域啦。六楼的区域主要由心理社团管理、使用。同学们跟随讲解员参观了小毛驴心理工作室、沙龙区域、冥想区域、自测区域、运动放松区域、阅读空间等。让同学们在该区域得以自我探索和自我治愈。



(图为管理学院新生体验活动现场)



在自由参观时间，社团成员对新生们就心理素质拓展与咨询中心的看法以及期待与展望进行了采访，新生们都热情地分享了他们的看法。



小萌新1

我觉得这个中心的设计和色调都比较温馨，给人的感觉很舒服，很柔和，六楼的空间很大，可以容纳很多人同时体验。

心理素质拓展与咨询中心

小萌新2

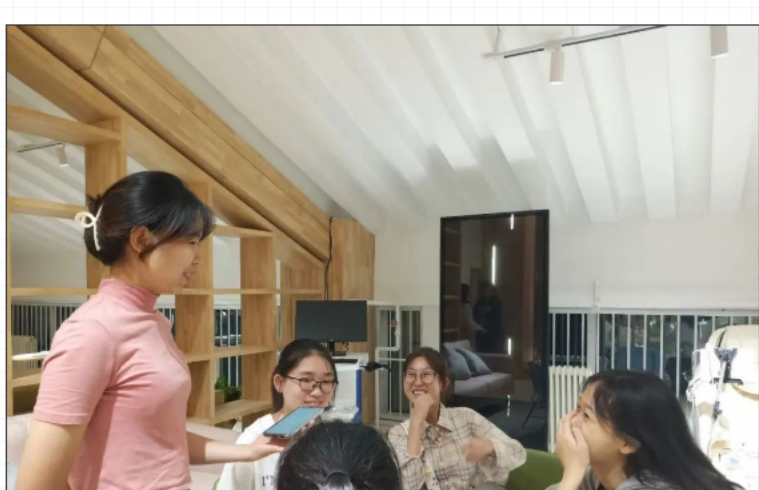


我最喜欢荣格的三幅曼陀罗花，因为荣格的心理学有一部分是来自西藏的，荣格他从一本书里了解到这些西藏的哲学经学，让他大彻大悟。同时我也很喜欢这本书。心理中心的环境也十分安静，很适合学生来咨询。



小萌新3

我最喜欢宣泄室，因为可以打拳击。我觉得这个中心十分全面，学长学姐们的态度也很好。



(图为管理学院新生体验活动现场)

