





校园关注



2016年6月5日

责任编辑:邵燕 邮箱:1115837466@qq.com 颜鹏旭 邮箱:402670777@qq.com 丁燕 邮箱:846780260@qq.com

嘉兴学院报

2版

# 会计专业发展的见证人

## ——访商学院副院长潘煜双教授

■学生记者:杨庆玲  
■摄 影:胡 敏

把案例带进课堂,把双休留给科研,把耐心放在对学生的指导上,她是学生心目中的好老师;

带着不服输的精神去追赶,带着不放弃的理念一步地走下去,她是会计专业发展的见证人;

主张商学院未来提高两个层次,坚持两条腿走路,她是产学结合道路的领头雁。

今年52岁的潘煜双教授获得过很多荣誉,但她说:“我最在乎的是陈省身教师奖,它代表着师生对我教学工作的认可。”

### 学生心目中的好老师

潘煜双教授是学生心目中的好老师,一直都很受学生们的欢迎。在教学中,她注重理论和实践的紧密结合,把企业项目作为案例带到课堂上,让枯燥的知识变得生动有趣。她的课学生们都很喜欢听,很少有人会迟到早退。在科研上,因为和企业密切结合、熟谙企业情况,所以她的选题都很准,省部级和国家级课题申报的中标率很高。她没有节假日,把所有的双休日都留在了学校做科研,她教的学生的实践热情极高。

作为现代会计研究所所长,潘煜双教授从2001年起实践“双导师制”会计人才培养模式,即为大二学生配备校外导师,负责学生的实习以及实务指导。到目前为止,共聘请校外企业高级会计师以及财务总监70人作为校外导师,签约实习基地17个,受益学生达2500多人。在对学生的指导下,特别是对考研、考公务员(事业单位)的同学,她常常不厌其烦地指导,从复习到面试一直关心,比如通过专业能力测试和模拟面试,培养学生的思想能力,让学生去思考。她说,“看到学生研究生考得很好,挤到名校去了,我就特别高兴;看到学生到比较好的企业应聘,我就特别高兴。”

### 从省重点专业到国家特色专业

1986年7月,潘煜双教授毕业于浙江经济高等专科学校(嘉兴学院前身)会计专业。留校任教的她,亲身经

历了嘉院会计专业三十年的风风雨雨。由于专升本校名的更改,会计专业一度进入了低谷期。为了把“嘉院会计”这个牌子作响,他们以杭州众多高校为标杆,“他们有的,我们全部要去追赶;他们没有的,我们也要去做”。就是在这种不服输的精神下,潘煜双教授带领的团队不放弃、不气馁,花费了很多精力,做了很多的工作,不久该专业就从“低谷期”走了出来,成为浙江省高校的重点专业。

从省重点专业再向国家特色专业冲刺。2010年从潘煜双教授主持申报的第六批国家特色专业建设点(会计学专业)成功立项,2012年主持申报浙江省“十二五”规划优势专业建设点(会计学专业)成功立项。2013年会计专业的国家科研项目实现零突破,科研氛围渐趋浓厚。2014年她主持下的会计学专业获得一本招生资格,2015年在A类学科竞赛中赶超杭州众多高校。

### 产学结合道路的领头雁

对于商学院未来的发展,潘煜双教授主张提高“两个层次”。第一,将就业率同就业层次区分开来,提高学生的就业层次。让她感触最深的是,以前采取封闭式的教学与科研,而如今十分注重校企合作。作为会计研究所的领头人,她带领的团队与雅莹集团展开合作,如今合作项目已被财政部采纳;与亚特电器合作,项目成果在市场上被成功推广。第二,提高老师的科研能力和教学水平,增加省部级和国家级科研项目。2008年她领衔的《依托经管中心的财务会计系列课程》获浙江省首批优秀教学团队称号;“培养优秀的学生,一定要有优秀的老师”。

潘煜双教授一直认为商学院要两条腿走路,一个是做好专业学科特色,另外一个就是推行国际化办学。也就是说,嘉兴学院商学院要有自己的特色,走出一条和别人不一样的道路。潘煜双教授骄傲地说,目前做得最好的当属中铝会计班和中金班,它们不仅为学生搭建了实习平台,也将教学模式的创新力大大提高。至于国际化办学,那是一定要展开的,“我们的学生都到国际化的

企业里去了,但我们的国际化办学能力还跟不上趟”。潘煜双教授说,国际化并不是说到了国外才是国际化,只要具备国际化能力和国际化视野,就称得上有国际化水平。

### 人物档案:

潘煜双,1986年7月毕业于浙江经济高等专科学校(嘉兴学院前身)后留校任教。1992年7月-1995年7月在中南大学商学院攻读硕士学位,1996年7月至2000年7月担任会计系副主任。2000年7月-2001年7月在香港中文大学和复旦大学做访问学者,2003年7月-2007年7月在澳门科技大学攻读财务管理博士,2005年7月至2007年7月担任我校会计学院副院长,2007年7月至今在我校商学院担任副院长、会计研究所所长。

2009年成为“浙江省首批浙江省优秀教学团队”带头人,2010年成为会计学国家特色专业建设点负责人,2012年成为浙江省“十二五”规划优势专业负责人。2014年她主持的会计学专业获一本招生资格,并获得嘉兴学院陈省身教师成就奖。她还担任中国会计学会理事,被评为“浙江省教学名师”、“浙江省中青年学科带头人”、“浙江省先进会计工作者”、“浙江省‘三育人’先进个人”等荣誉称号。



名师格言:天道酬勤

## 首期“耐思英才班”招生工作圆满完成

**本报讯(宣传部通讯员)**日前,机电工程学院测控141班的学生丁静怡特别高兴,经过面试,她成功进入到我校与耐思电气(嘉兴)有限公司联合组建的“耐思英才班”,成为了首期学员的一分子。

6月2日下午,由我校与耐思电气(嘉兴)有限公司联合组建的“耐思英才班”入班面试在林木14号楼303会议室举行。机电工程学院副院长高慧敏教授、耐思电气(嘉兴)有限公司人力资源部经理张静静女士担任评委,共有55名来自机电工程学院和商学院的2014级学生参加面试。经过长达8个小时的面试,最终,来自机工程电学院的27名学生与商学院的5名学生成功入选英才班。

作为一所地方综合性大学,多年来学校坚持紧密对

接行业发展需要和地方社会发展战略,突出“地方性、应用型”的办学定位,积极探索“教学与生产实践相结合,科研与教学实践相结合”的特色办学路径。“学校与耐思电气的合作,标志着人才培养工作的顺利开展。”耐思英才班就是在这样的背景下应运而生的。”机电工程学院高慧敏副院长告诉记者,“耐思英才班”首期招生工作的顺利完成,标志着机电学院应用型人才培养工作有了新发展。”在丁静怡看来,参加“英才班”能够学到很多课堂里学不到的东西,还可以提升自己的综合实力,弥补自己在实践操作与动手能力方面的不足。

据悉,本届“耐思英才班”将从今年9月22日起开课,课程时间设在每周四下午,历时三个学期。“耐思英

才班”学生不转专业,不改变现有学籍。英才班计划开设职业规划与职业能力培养、LED技术基础、企业管理与生产运营、国际贸易实务、工厂参观与项目管理五门课程,全程由企业技术骨干授课,考核合格者获得相应学分,获得的学分允许替换原专业的部分跨学院选修课、专业任选课,以及课外学分(不超过2学分)。同时耐思电气(嘉兴)有限公司为合作培养人才设立“罗尔思奖学金”,在人才招聘过程中,同等条件下优先录用“耐思英才班”学生。

“耐思英才班”的成立,必将进一步加强校企合作,丰富我校人才培养模式,延伸人才培养阵地,为我校应用型人才培养贡献力量。

## 机电学院和材纺学院召开理论学习中心组联学会

**本报讯(宣传部通讯员)**5月27日下午,由机电学院党委理论学习中心组牵头,联合材纺学院党委理论学习中心组,召开“贯彻落实好高等教育改革精神,推动学校应用型学科建设”主题学习会。校党委副书记吕延勤出席会议,两个单位中心组成员参加学习会。机电学院院长左春阳、材纺学院院长易洪雷先后作中心发言。

吕延勤在听取左春阳和易洪雷的发言后作讲话。他指出,本次中心组学习会采取联学的方式,围绕学校“十三五”发展规划,紧扣应用型学科建设,主题鲜明,两位

院长发言准备充分,既有高度又能“落地”、既有前瞻性又联系当下实际,既讲成绩,也讲短板,引起了大家对应用型学科建设的深入思考,整体效果很好。他强调,加强学校应用型建设,是学校“十三五”规划确定的重要建设任务,要落实好这项任务,一是要加强顶层设计。学科建设是核心,对专业建设和人才培养具有很强的引领和带动作用,学校已就进一步加强应用型建设下发了文件,要加强顶层设计,抓紧落实。要不断完善考评体系,充分发挥政策的引领作用,加快推进各学院应用型建设。用

足用活用好资源,推动校院协同、校企协同和院院协同。二是要加强人才队伍建设。学校发展人才队伍是关键,要加强团队建设,集聚人才资源,落实配套制度,营造尊重人才、爱惜人才的文化氛围,真正做到“引得进、用得上、留得住”。三是加强机制建设。工作机制是保障,要遵循国家发展战略和社会发展需求,强化应用型目标导向,创新机制,用足用活用好各种资源,加快推动校企合作。不断完善校内机制,加快教学改革,助推应用型建设,增强办学活力。

## 我校引进校内自主学习系统“软件通”

**本报讯(学生记者陈亚妮)**五分钟左右的微课视频讲解一个独立的知识点或技能操作点,可以让师生利用碎片的时间按需学习、自主学习,做到随学随用,轻松掌握软件的操作技能。近日,这款叫“软件通”的软件正被我校引进,这种互联网+时代的校内自主学习系统专门为广大学生和教师打造,是基于网络视频学习模式的计算机技能自助式

网络视频学习系统,目前囊括了近110种软件,近30000个视频,学习时长达2200小时,每年新增视频数量超过3500个,并仍将持续新增软件门类,扩充新的教学资源。

教务处李朝峰老师表示,目前软件通的使用还是针对计算机等专业常用软件的学习和操作,着重于网络开发、网页制作和函数操作等知识点的学习和回顾,相比

较传统课堂,软件通讲解专业,内容比较完整,更多的是补充和着重点复习。软件通在我校还处于试用阶段,但它肯定是对校内学习资源的一种拓展,学校日后也会尽可能地提供同学们用得到的学习资源,让爱学习、想学习的同学不用再盲目查找互联网获取知识,可以更加便捷地通过校内资源取得学习效果。



## 学习贯彻习近平总书记“5·17”重要讲话座谈会发言选登

## 巩固马克思主义在高校哲学社会科学领域的指导地位

□ 校党委书记 黄文秀

习近平总书记“5·17”重要讲话，从坚持和发展中国特色社会主义的政治高度，深刻阐述哲学社会科学的历史地位和时代价值，突出强调坚持和巩固马克思主义在我国哲学社会科学领域的指导地位，是新形势下繁荣发展我国哲学社会科学事业的纲领性文献，为做好新时期高校哲学社会科学工作提供了根本遵循和行动指南。嘉兴学院作为高校，要始终坚定马克思主义信仰，始终巩固马克思主义在高校的指导地位；要落实立德树人根本任务，努力培养社会主义合格建设者接班人。同时，我校作为省属的地方本科院校，也要充分发挥高校智库作用，为地方党委和政府决策咨询服务。

### 一、加强理论研究和宣传阐释，确保正确的政治方向

习近平总书记指出，“坚持以马克思主义为指导，首先要解决真懂真信的问题。”解决真懂真信问题既是“看家本领”问题，也是“总开关”问题。中国坚持以马克思主义为指导，是由我国社会主义国家性质和意识形态所决定的，也是马克思主义中国化发展的历史进程所证明的。高校作为哲学社会科学理论研究和宣传阐释的重要思想阵地，在繁荣和发展哲学社会科学事业中可以也应该大有作为。

统筹推进“五位一体”总体布局、协调推进“四个全面”战略布局，实现“两个一百年”奋斗目标、实现中华民族伟大复兴的中国梦，哲学社会科学最为重要的就是继续推进马克思主义中国化、时代化和大众化，继续发展21世纪马克思主义和当代中国马克思主义。党的十八大以来，以习近平同志为总书记的党中央治国理政的新理念新思想新战略，是中国特色社会主义理论体系的最新成果，也是马克思主义中国化的最新成果。大力推进马克思主义理论研究和创

新，着力构建中国特色哲学社会科学，在指导思想、学科体系、学术体系、话语体系等方面充分体现中国特色、中国风格、中国气派，规避马克思主义在一些学科中“失语”、教材中“失踪”、论坛上“失声”状况。哲学社会科学工作者要继续怀抱“为天地立心，为生民立命，为往圣继绝学，为万世开太平”之志向，为坚持和发展中国特色社会主义事业不断提出新思想、新观点和新论断。

### 二、落实立德树人根本任务，确保正确的价值取向

习近平总书记指出，“坚持以马克思主义为指导，核心要解决好为什么人的问题。”为什么人的问题是马克思主义唯物史观的核心问题，是哲学社会科学研究的根本性、方向性、原则性问题。为准著书、为准立说，为准立命，为准谋福是划分两种历史观的根本界线。高校要不断完善学科体系、教材体系、学术体系、话语体系和人才培养体系，办好思想政治理论课，深化哲学社会科学教育教学改革，全面落实立德树人根本任务。

要实施以育人育才为中心的哲学社会科学整体发展战略，构建“人才、学科、教材、课堂”一体化综合发展体系。实施哲学社会科学人才工程，着力发现、培养和集聚一批马克思主义理论研究专家和青年学者，构建种类齐全、梯队衔接的哲学社会科学人才体系。加强哲学社会科学学科建设，要体现系统性和专业性，突出优势、拓展领域、补齐短板、完善体系，不断推进学科体系、学术体系、话语体系建设和创新。加快哲学社会科学教材体系改革，将马克思主义中国化的最新理论形态成果编入教材，在解读中国实践、构建中国理论上拥有更多话语权。推动哲学社会科学进课堂，广大哲学社会科学工作者要坚持以马克思主义为指

导，自觉把中国特色社会主义理论体系贯穿课堂教学全过程，自觉转化为清醒的理论自觉、坚定的政治信念、科学的思维方法。

### 三、加强地方高校智库建设，确保正确的学术导向

习近平总书记指出，“坚持以马克思主义为指导，最终要落实到怎么用上来。”马克思主义是从旨在“解释世界”到志在“改变世界”的理论学说。讲话中提出了“五个面对”、“五个如何”和“五个更好发挥作用”，折射的就是中国哲学社会科学面临的新形势、新任务和新课题。高校作为人才资源的集散地和理论研究与创新的前沿阵地，理应为回应和解决中国特色社会主义事业发展面临的重大理论问题和实践问题“发思想之先声”，担社会之责任。

当今中国正在经历着一场伟大的社会变革，不是简单延续我国历史文化的母版，不是简单套用马克思主义经典作家设想的模板，不是其他国家社会主义实践的再版，也不是国外现代化发展的翻版。广大哲学社会科学工作者要以“干在实处永无止境、走在前列要谋新篇”的使命感和责任感，坚持和发展马克思主义，推动理论研究和实践创新。浙江省“十三五”规划描绘了高水平全面建成小康社会的宏伟蓝图，标志着我省将以“标杆”姿态进入小康社会。嘉兴市作为我省决胜全面建成小康社会的标杆，迫切需要用发展着的马克思主义审视这一伟大实践，并提供可信可读可用的话语体系；迫切需要用马克思主义立场、观点和方法去分析和解决作为“标杆”的嘉兴市在全面建设小康社会进程中的实践经验和实践问题，凝练新思想、提出新观点、构建新理论，力争为全省乃至全国全面建成小康社会提供理论参引。

## 坚持为党和人民述学立论

□ 校党委委员、宣传部部长 富华

习近平同志“5·17”重要讲话是新形势下繁荣发展我国哲学社会科学事业的纲领性文件，也为新时期高校哲学社会科学工作指明了方向，提供了根本遵循。习近平同志在讲话中号召一切有理想、有抱负的哲学社会科学工作者立时代之潮头、通古今之变化、发思想之先声，积极为党和人民述学立论、建言献策，担负起历史赋予的光荣使命。我们要以强烈的政治责任感和历史使命感，深刻领会讲话的丰富内涵，以敢于担当的精神，在为党和人民述学立论中成就自我，实现价值。

坚持为党和人民述学立论，要坚持以马克思主义为指导，把握哲学社会科学的工作方向。习近平同志指出，坚持以马克思主义为指导，是当代中国哲学社会科学区别于其他哲学社会的根本标志；不坚持马克思主义，哲学社会科学就会失去灵魂、迷失方向。在当今国际和国内形势下，建设中国特色社会主义，必然会受到国内外各种思潮的影响，这些思潮在意识形态领域以复杂多样的形式表现出来，需要运用马克思主义牢固占领哲学社会科学阵地。从这个意义上

讲，自觉坚持以马克思主义为指导，坚持守住哲学社会科学研究的意识形态底线，自觉把中国特色社会主义理论体系贯穿研究和教学全过程，转化为清醒的理论自觉、坚定的政治信念、科学的思维方法，是哲学社会科学工作的根本方向。

坚持为党和人民述学立论，要坚持马克思主义中国化，解决真懂真信的问题。习近平同志指出，坚持以马克思主义为指导，首先要解决真懂真信的问题，核心要解决好为什么人的问题，最终要落实到怎么用上来。“为学之道，必本于思”，哲学社会科学工作者只有真学、真懂马克思主义，从实践出发去发现问题、研究问题和总结经验，在深入调查的过程中提出新问题、新理念和新方法，才能在揭示共产党执政规律、社会主义建设规律、人类社会发展规律上不断有所发现、有所创造，才能敢于直面马克思主义“边缘说”、“终结说”等话语挑战，解决在有的领域中马克思主义被边缘化、空泛化、标签化的现象，解决在一些学科中马克思主义“失语”、教材中“失踪”、论坛上“失声”的问题，将马克思主义的

基本原理贯彻到教育当中去，避免教育的过度工具化，做到“教”中思想言论有立场，“研”中政治方向不偏离。

坚持为党和人民述学立论，要志存高远，坚持立志做大学问做真学问。中国知识分子崇尚立德立言立功，代表着社会的良知。做大学问做真学问，是知识分子的诉求和归宿，是成就自我、实现价值的内在要求。习近平同志在讲话中特别引用宋代大儒张载“为天地立心，为生民立命，为往圣继绝学，为万世开太平。”以阐释自古以来中国分子的志向和传统。这种对传统士人精神的弘扬，其实就是要要求哲学社会科学工作者要有使命意识与担当精神，也就是讲话所说“士以弘道”的价值追求。一名哲学社会科学工作者，只有坚持以人民为中心的研究导向，自觉把个人学术追求同国家和民族发展紧密联系在一起，真正做到博学、审问、慎思、明辨、笃行，做到“耐得住寂寞，经得起诱惑，守得住底线，立志做大学问、做真学问”，才能真正做出无愧于这个时代的学问来，成为“先进思想的倡导者、学术研究的开拓者、社会风尚的引领者、党执政的坚定支持者”。

## 浅谈理论研究的方法论

□ 思政部副主任 彭冰冰

习近平总书记在哲学社会科学工作座谈会上的讲话内容丰富，澄清了目前哲学社会科学工作方面许多问题，是新形势下发展哲学社会科学的理论性纲领。读罢感触颇深。下面结合总书记讲话精神，就理论研究的方法论问题谈几点体会。

第一，学术性与政治性的高度统一。在我国，无论是哲学社会科学研究，还是新闻出版、文化宣传，学术性与政治性的关系始终是一个问题。既然是科学研究，当然首先要求具有学术性，没有学术性谈不上科学研究。但是，对于哲学社会科学，特别是意识形态属性比较强的哲学社会科学研究，学术性的要求不是唯一的要求。哲学社会科学研究一定要有政治高度，没有政治高度就等于没有灵魂。马克思主义认为，一切意识都产生于社会的物质实践，所以必然具有社会性。在阶级社会里，不存在超越某一或某些阶级的根本利益的意识形态，不存在无阶级倾向的意识形态。习近平总书

记的讲话充分体现了学术性与政治性的统一。虽然是讲话，但使用的是学术话语，具有非常强的学术性。用学术话语来谈政治问题，有理有据，以理服人。作为理论工作者，在理论研究中要自觉地追求这种统一。

第二，历史性与现实性的高度统一。习近平总书记指出：“一切有理想、有抱负的哲学社会科学工作者都应该立时代之潮头、通古今之变化、发思想之先声，积极为党和人民述学立论、建言献策，担负起历史赋予的光荣使命。”通古今之变化，就是贯通古今社会变化的规律，把历史与现实结合起来。一部优秀的理论著作，一项严谨的哲学社会科学研究，其重要的特点之一就是史论结合，论从史出，以史带论。在理论研究中，要善于史论结合，善于在历史的论述中启示人们找到对现实问题的答案。习近平总书记的讲话充分体现了历史性与现实性的统一。习近平总书记的讲话起于历史，归于现实。历史叙述是围绕新形势下如何发展哲学

社会科学这一现实问题来展开的。

第三，理论性与实践性的高度统一。习近平总书记指出：“坚持以马克思主义为指导，最终要落实到怎么用上来。”就是要把理论与实践结合起来。离开实践的理论必然是空洞的；离开理论的实践必然是盲目的。把理论与实践统一起来的关键就在于坚持问题导向。问题是创新的起点，也是创新的动力源。问题意识是马克思主义认识论和辩证法在具体工作中的体现，也是实事求是思想路线在实际工作中的具体体现。思想史上的一切理论创新、实践中的一切难题突破，其逻辑起点都是建立在问题导向基础之上的。问题是事物矛盾的表现形式，也是破解矛盾的着力点。一部马克思主义发展史，就是在实践基础上以问题为导向不断推进理论创新的历史。习近平总书记的讲话充分体现了理论性与实践性的统一。整篇讲话贯穿了强烈的问题意识，不仅谈了大量的现实问题，还提出了问题的解决方案。



2016年6月5日

责任编辑:邵燕 邮箱:1115837466@qq.com 颜鹏旭 邮箱:402670777@qq.com 丁燕 邮箱:846780260@qq.com

嘉兴学院报

JIAXING XUEYUAN BAO

4版

大学时代

# 做阳光嘉院人



从多年前的复旦投毒案到时下议论火热的四川师范大学的命案,大学生心理健康问题一步一步地进入社会大众的视野。

目前大学生普遍存在的心理问题大概包括五个方面:人际交往、学习问题、情绪困扰、职业发展和规划和恋爱问题。比如人际交往问题,丰富多彩的大学生活中,仍然有一部分同学不愿敞开心扉,宁愿将自己关在寝室打游戏也不愿和同学交流,导致今后步入社会才发现自己在人际交往方面存在很大问题。还有在恋爱问题中,一个男生和一个女生发展为恋人,不丰富的情感经历使得大学生在交往过程中遇到许多无法处理和解决的问题,于是出现各种各样的矛盾甚至争执……在本学年心理健康月活动中,我们选取了大学生心理咨询的典型案例,请心理学专业老师黎琳为大家进行分析诊断并给出建议:

**【考试焦虑】**A同学,女,学习刻苦,成绩中上等,曾获奖学金。她性格内向,把时间都用在学习上,较少参加集体活动,觉得浪费时间,人际关系一般。打算报考上海的研究生,正在积极努力准备中,在此过程中cet-6没有通过,打击过大。随着研究生考试的日益临近,心里越来越紧张,晚上入睡困难,对声音和光线敏感,影响了白天的正常学习,注意力不集中、效率下降,开始恶性循环。

答:A同学考试焦虑的原因主要有以下几个方面:1.把生

命的意义都放在学习上,一旦学习出现些许问题,就会焦虑甚至恐惧;2.人际支持的缺失,遇到问题找不到倾诉的对象和出口;3.个性内向;其它估计还有认知方面的原因,但不明确。

建议:1.学习固然重要,但并非生命的全部,如果把所有的鸡蛋放在同一个筐子里,一旦筐子掉落,鸡蛋就都损毁了,要放在不同的筐子里;2.在生活中建立友情,寻找社会支持;3.尽可能改善个性。

**【人际交往】**B同学,大二的男生。上大学后不知道如何与人交往,怎样处理人际关系的问题使他伤透了脑筋,吃尽了苦头。上学一年多,和班上同学很不融洽,跟室友发生过几次不小的冲突,后来搬出寝室。混寝后,几乎不和同班同学来往,集体活动也很少参加,与同学隔阂颇深,常常感到孤独自卑,情绪烦躁,失去了学习信心,以至于厌倦学习,想要休学或退学。

答:该男生产生人际交往问题的原因有:1.上学一年以来和班上同学相处不融洽、与室友产生过几次冲突,使得该男生产生自己无法处理好人际关系的错误认知。2.搬出寝室后

混寝没有长期的室友,加上集体活动参加少,与同学交往减少,使得该男生产生没什么接触、无法交往的认知。该男生产生人际交往问题所造成的结果有:1.情绪上,常常感觉孤独和自卑,烦躁;2.生活上,失去学习信心,厌倦学习,想休学、退学。

建议:1.根据马斯诺需要层次理论,只有低级需要满足才能出现高级需要,所以只有满足人际交往的需要才会出现自我实现的需要(学习),因此要先解决人际交往问题。2.要想解决问题首先要改变不合理的信念。3.多参与班级活动主动和同学接触建立人际关系。

**【新生适应】**在新生心理访谈中,有位C同学这样说道,开学没过多久,刚进校门的喜悦和对专业的好奇感逐渐消失,我只感到疲惫不堪,压力很大。学习就像脱节了一般,以前自己的强项课程基本没开,学的都是自己学不懂的课程,上课好像听天书。老师要求严格,好朋友分离四散,和身边同学相处出现很多不和谐的情况,一切都很快乐。我真切的感觉到,大学生活并没有高中老师说的那么美好。

答:该生适应障碍的原因:1.认知方面,只看到事物消极的一面,性格悲观;2.学习跟不上节奏;3.与好友分离,与新同学相处有摩擦,觉得老师严格;4.社会支持系统的缺失,没有

倾诉对象;5.可能存在以偏概全的不合理信念,因为一部分负性生活时间导致其对整个大学生活失去热情。

建议:1.首先要调整心态,认识到事物的两面性,以乐观的心态去对待大学生活;2.可以使用合理情绪疗法对其进行治疗,让他主动意识到自己存在的不合理信念,并且帮助其树立正确地合理的信念。比如学习跟不上,是不是因为他没有掌握正确的方法,或者因为努力的不到位?老师严格也是为了他可以把专业知识学的更好,以便今后他可以在工作上更加游刃有余。3.人际关系方面,应该主动与新同学进行交流,有不开心的事情也可以跟过去的好朋友倾诉。

**【学习问题】**D同学在大二第二个学期,忽然感到心里迷茫,学习没有动力,生活没有目标,有时候想到家里劳作的父母,感到自己很不争气。可是自己的确找不到奋斗目标和学习动力,学习上得过且过,生活上马马虎虎,上课打不起精神。D同学说,我不是因为上网才荒废了学业,而是因为实在没劲才去上网、聊天、打游戏。

答:该同学的问题是,1.没有学习目标;2.不合理信念:确信自己找不到奋斗目标;3.内心冲突:学习没有动力但也恨自己不争气;4.性格:没有提及;5.情绪:焦虑茫然。

建议:1.制定合理的时间安排。2.设立近期目标缓解负性情绪。3.改变错误认知。4.设立远期目标,建立良好行为模式。5.完善人格。

■ 学生记者:庄何莉 余佳桐 汪文颖

## 普及大一新生的心理健康意识刻不容缓

每年大一新生一入学,就应该普及心理健康知识,让他们更快、更好的适应新的校园环境、学习环境、建立良好的人际关系。嘉兴学院从2009级新生开始,每年大

一新生入学季,学校心理健康教育中心都会组织咨询师,分别在越秀和梁林校区为新入学的新生开展心理讲座。与此同时,心理健康教育中心还设计印刷了《新生心理健

康宣传手册》,讲座后分发给全体大一新生,以帮助大一新生尽快度过大学心理适应期。后期学校还会安排新生进行心理普查,大致了解新生的心理健康状况。

## 快乐女生坊心理辅导站的四大版块

为了丰富我校女生的课余活动,提高自我修养,学生工作处在学生公寓内设立了快乐女生坊心理辅导站,由学生工作处“心语工作室”负责管理和维护。快乐女生坊以营造良好的心理成长环境、引导学生朋辈互助、健全学校心理辅导工作网络为目标,为学生提供家一样的舒适温馨环境,实现学生遇到困惑和困难时寻求社会支持系统的愿景。快乐女生坊位于越秀校区学生公寓1二楼,分为团体辅导区、情绪疏导区、心理阅

读区、小小朋友圈四大版块;开设瑜伽、化妆、服装搭配、礼仪等公益互助培训班。快乐女生坊还会不定期推出公益互助系列培训班,面向全校有兴趣的女生免费开展化妆、瑜伽、形体等培训课程。

另外,我校心理健康教育中心还会在校园橱窗开展心理健康知识图片展,组织寝室长心理健康知识培训以及开展国家三级心理咨询师报名培训等活动来全面普及大学生心理健康教育。



## 为学生精心编织心理健康的安全网

我校对于大学生心理健康一直十分重视,联合了学生处、校医院、教务处等部门领导,创立了嘉兴学院大学生心理健康教育领导小组。该小组规划学校的心理健康工作,分为四级结构,包括学校、学院、班级、寝室,各个级别各司其职。嘉兴学院的心理健康教育主要由心理健康教育中心负责。嘉兴学院心理健康教育中心成立于2001年5月10日,主要职能是为全院学生提供心理咨询服

务。通过面对面的心理危机干预,积累了许多成功的案例,解决了许多学生的心理障碍,避免了部分学生因心理问题而休学、退学,对有自杀倾向的学生及时地进行心理危机干预,对患

有精神疾病的学生及早发现并及时转入住院治疗。在为学生提供心理咨询服务过程中,始终贯彻全心全意为求询者服务的宗旨,热情诚恳地倾听学生的困惑,认真负责地科学疏导,为处于危机中的学生提供及时的心理服务。健康教育中心在校园网上开辟了心理咨询网页,开展网上心理咨询活动,延伸心理健康教育的时空范围。同时利用校报等媒体普及心理健康知识,心理健康教育中心在校报上开辟“心灵绿洲”专栏,定期为全校学生进行心理健康知识的宣传与普及。

为了更全面了解各班同学的心理状况,嘉兴学院

每个班级设有心理委员。我校心理健康教育中心会对各班心理委员进行统一培训,考试通过后才可结业。当心理委员发现班级同学心理有特殊情况,可以拨打学校心理健康电话,进行预约咨询或者直接陪同同学到学校心理健康教育中心,那里会有专门的心理老师对同学进行辅导。学校的心理健康教育中心分别设置在越秀校区后勤基建办公楼302室和梁林校区学生活动中心206室,并且每周都安排专业的心理老师排班,有心理问题或者生活各方面有困惑的同学都可以自行前去辅导,联系咨询电话:83642122(越秀校区) 83643076(梁林校区)。