

## 附件 1

# 江宁大学城第三届心理委员技能大赛事项说明

### 一、比赛项目

比赛分为理论知识竞赛、班会技能竞赛、谈心谈话技能竞赛三个环节。

1. 理论知识竞赛。采用闭卷、笔试的方式进行，题型包括：单选题、多选题、简答题、案例分析题和论述题。主要考察心理委员对与职责相适应的专业知识和工作技能的掌握程度，以及对信息的理解分析和解决问题能力。基础知识测试内容参考由詹启生、刘正奎、吴捷等人主编的《心理委员标准化教程》（电子版教材将于参赛人员 QQ 群中上传），主要包括心委工作职责与角色定位、心委常用心理疗法与技术、大学生常见心理问题的识别与应对、心理危机的识别与干预，及其他与心理委员工作相关的知识。笔试限时 120 分钟。

2. 班会技能竞赛。采用视频展示的方式进行。主要考察心理委员综合运用心理学、团体辅导等相关知识和方法开展大学生心理健康教育的能力。视频内容包含班会方案阐述（不超过 2 分钟）、班会组织情景再现等，提前录制好送评委阅评。班会视频不得做成活动纪录，不得做成艺术片。要求视频图像、声音清晰，无抖动、无杂音。限时 10 分钟。

3. 谈心谈话技能竞赛。主要考察心理委员与心理异常同学谈话的沟通与应变能力。参赛选手现场抽题，根据题目要求，以情景再现的方式开展谈心谈话。限时 8 分钟。

## 二、评分标准

三个环节比赛的原始分均为 100 分。具体评分标准如下：

### 1. 笔试（100 分）

基础知识测试题型为单选题、多选题、简答题、案例分析题和论述题。

### 2. 主题班会（100 分）

（1）符合工作实际，班会主题鲜明。（20 分）

（2）学生乐于参与，同学有效互动。（20 分）

（3）运用心理知识方法得当。（20 分）

（4）主题班会教育效果明显。（20 分）

（5）视频图像、声音清晰。（20 分）

### 3. 谈心谈话（100 分）

（1）识别与干预心理异常学生的专业能力。（20 分）

（2）清晰流畅的口头表达和温暖共情的语词声调。（30 分）

（3）灵活处理突发状况与心理危机的随机应变能力。（30 分）

（4）合理调动资源以支持工作的能力。（20 分）

## 三、奖项设置

1. 初赛设单项竞赛单元一二三等奖各若干，并晋级 25 名参赛选手进入复赛。

2. 复赛设单项竞赛单元一二三等奖各若干，并晋级 10 名参赛选手进入决赛。

3. 决赛决出心理委员技能大赛一等奖 2 人、二等奖 4 人、三等奖 4 人，并颁发荣誉证书。

各环节分数独立计算，不进入下一轮加权。