2017年第一次心理委员培训顺利开展

2017年3月8日14：40，上海建桥学院心理健康教育与咨询中心卢丽琼老师在三教118室，为我校大一心理委员和大学生心理协会成员开展题为《心理情景剧实务指导》的培训。

此次培训一共分为五个部分的内容。第一部分是心理情景剧的概念和内涵。卢老师以“什么是心理情景剧”和“谁接触或参与过心理剧”的问题来开始本次培训，通过对“心理情景剧”这个短语的解释带领同学们走进心理情景剧的世界，并突出心理情景剧在高校大学生中的心理健康教育功能；第二部分是校园心理情景剧的要素，包括事件、导演或指导者、主角、辅角、观众、舞台、道具等七个部分，在正确理解了“心理情景剧”内涵的前提下，卢老师引导同学们深入细节，挖掘重点；第三部分是校园心理情景剧的特征：主要是指一个重心、两个维度、三个组成、四个关联、五个环节，要突出整合性、多样性、教育性、创新性和文化性；第四部分是心理情景剧的常用技术：包括基本角色技术、感知和情感发展技术、积极建构技术等三个大类，并引用案例、剧本、照片和视频再现各种具体技术，使同学们能理解和应用；第五部分是心理情景剧剧本创作和表演的注意事项：要坚持一剧一主题，突出心理冲突和行为矛盾，展现心理活动和情感，表演要尽量夸张，重视旁白，突出戏剧性、创新性等。

本次心理情景剧实务指导培训中，卢老师所提出的内涵和要素是同学们非常需要的基本知识，技术和注意事项是同学们在筹备过程中值得深思熟虑的要点。

卢丽琼老师以讲解授课、现场互动等方式为同学们带来了一场有关于心理情景剧知识的饕餮盛宴，而同学们也是兴致勃勃，听得津津有味。同学们表示，经过这样一场专业的培训过后，所选择和润色的节目一定会更加绚丽夺目，心理宣传月的活动也一定更加成功。

此次心理委员培训会的目的一方面是为了2017年心理健康宣传月活动同学们能够更好掌握更多技术和要领，选送优秀的节目参加决赛；另一方面也是为让各学院、各班级在排练过程中觉察自身、反思自己、感悟他人，起到促进同学心理健康的作用。