

高校推荐电影帮学生治“心病”

“电影疗法”很新鲜,大学生觉得可以试试看

本报泰安 5 月 29 日讯(记者 邵艺谋 通讯员 贺安栋) 29 日,泰山学院心理发展教育月活动启动,学工处大学生心理发展教育中心的老师根据学生平时容易出现的人际关系、感情、就业等心理压力,推出了“电影疗法”,学生感到很新鲜,很实用。

“看电影还能治疗心理问题,缓解心理压力?”29 日下午,泰山学院求真大道上多出一些展板,上面列出了几十部电影,分别写着哪部电影能治什么“心伤”,大学生们对此很感兴趣。

在这张“电影疗法”菜单中,根据大学生可能遇到的心理问题,分

别推荐了相应的电影。《玫瑰人生》推荐给和朋友离别的学生,《人性的污点》推荐给自卑的学生,《情键四分钟》推荐给不愿与人交往的学生,而《同球敌忾》推荐给失败和集体性精神创伤的学生。此外,“菜单”上还推荐了励志电影和疗伤书籍。

老师开出这样的“疗伤”菜单,让学生很惊喜,“自己有什么心理压力,在宿舍里看电影就能缓解,很方便。”一名大学生说,他平时也有一些心理压力,但是不好意思对别人讲,只能自己憋着,憋得时间长了感觉很痛苦。

泰山学院学工处心理发展教育中心主任陈淑萍说,不适应大学

的学习生活,同学之间沟通有问题,对未来学习和就业的迷茫,这些都可能引起大学生心理异常。此外,情感问题也是学生们心理异常的主要原因。“我们根据不同的心理问题选择不同的书籍和电影让学生去看和听,这样在读书和看电影中就能让学生达到心理的疗愈和调整。”陈淑萍说。

据了解,泰山学院心理发展教育月活动期间,还将举办学生“感谢生命,感恩生活”心理剧短片 DV 大赛和心理征文、“爱,由你我广而告之”公益广告征集大赛、“你我心理零距离”心理沙龙、“微笑人生”心理微博原创大赛等 30 多项精品活动。



电影“疗伤”?第一次听说。 本报记者 邵艺谋 摄