

# 心理健康 宁夏心理健康协会 银川市心理咨询师

产品名称	心理健康 宁夏心理健康协会 银川市心理咨询师
公司名称	银川市心理咨询师协会
价格	面议
规格参数	
公司地址	银川市兴庆区银湖巷41号二楼
联系电话	17395022337 17395022337

## 产品详情

企业视频展播，请点击播放

视频作者：银川市心理咨询师协会

### 组建心理咨询团队，银川心理辅导心理健康

组建心理咨询团队，自1月27日开通抗疫心理咨询服务热线至今。共接咨询电话320次。

通过微信公众号，心理健康，宁夏心理辅导面向广大群众发布防控科普知识，银川心理辅导稳定民心、调控情绪、疏解压力等方面的文章，共计156篇，阅读人数6万余人次。

建立防控疫情心理危机干预组，宁夏学生心理健康，现场督导、咨询服务。

在宁夏东方乙管理咨询有限公司的支持下，宁夏心理健康协会，投资200万建立抗疫心理援助自助服务平台。

通过传媒机构宣传心理防护课程。

为三区两县一市防疫工作人员开展心理疏导工作。

## 明确他们状态转变的征兆和触发器，宁夏儿童心理健康，银川心理辅导心理健康

### 明确他们状态转变的征兆和触发器

宁夏心理辅导大多数人在躁狂或抑郁发作之前都会有一些征兆。要了解这些“信号”，好的方法是跟他们谈话，宁夏心理咨询如果你注意到了一些发作之前的典型行为，你可以用温和的态度告诉他们。此外，还会有一些触发器，例如压力事件。

### 尽量不要做过度的假设

银川心理辅导在照顾双相障碍患者的过程中，你或多或少可以观察到一些发作规律，银川心理咨询但不是所有的情绪变化都会转变为躁狂或抑郁发作，不要过分敏感或警觉。如果你不确定，好先跟他们谈一谈，以便确认他们是否真的状态不对劲。

### 照顾好自己

为朋友或家人担心是很正常的，但很重要的一点是，你仍然需要花一些时间和精力来关爱自身。记住：要照顾好别人，首先得照顾好自己。

2020年协会成立了银川市心理健康科普教育基地、先后获得自治区拟推荐“我身边的战疫模范”志愿服务集体、全市未成年思想道德建设工作先进集体、银川市新冠防控志愿服务“志愿服务组织”。

### 建立线上心理健康科普平台

#### 1、心理健康科普微信公众平台

通过微信公众平台宣传和推送心理科普知识、宁夏心理健康心理援助自助服务系统、银川心理健康学业评估、心理普查、心理测试、心理大咖心理课程等内容，帮助广大群众预防、减缓心理方面对自身和社会的影响，为大众送上的、科学的、有温度的“养心丸”。目前微信公众号注册会员11000多人。2、建立心理健康科普网站3、新媒体心理健康科普宣传。

心理健康-宁夏心理健康协会-银川市心理咨询师(诚信商家)由银川市心理咨询师协会提供。银川市心理咨询师协会是一家从事“心理辅导,心理咨询,情绪管理,心理健康,家庭教育指导”的公司。自成立以来，我们坚持以“诚信为本，稳健经营”的方针，勇于参与市场的良性竞争，使“银川市心理咨询师”品牌拥有良好口碑。我们坚持“服务至上，用户至上”的原则，使银川市心理咨询师在咨询、调研中赢得了客户的信任，树立了良好的企业形象。

特别说明：本信息的图片和资料仅供参考，欢迎联系我们索取准确的资料，谢谢！