

---

## 复旦大学心理健康教育中心心理咨询工作流程

心理咨询是帮助身处困境中的学生的重要手段，心理咨询老师通过创设良好的交流氛围，运用心理学知识和技术，促进学生重新认识自己，看到自身积极力量，找到前进的动力和资源，以帮助学生解除内心的烦恼、解决遭遇的难题、提高适应水平、提高心理素质。心理咨询工作流程如下：

