校学发[2021]54号

**2021年“5·25”心理健康教育活动月方案**

为迎接第22个“5·25”大学生心理健康日，培养我校学生良好心理素质，促进他们身心和谐、素质全面发展，帮助他们更好的成长、成才，现就组织开展学校2021年“5·25”心理健康教育活动月的有关工作事项，制定如下活动方案。

**一、活动主题**

青春奋进百年 不负美好韶华

**二、活动时间**

5-6月

**三、组织领导**

顾 问：左泽文

组 长：汪石果

成 员：廖 军 郭泽锋 李四军 朱松林 张力丰

 马小强 张经宇 陈可人 钟声言

**四、活动内容**

（一）启动仪式暨心理健康体验活动（心理中心开放日）

1、时间地点：5月18日，校本部、河西校区

2、承办单位：校心理健康教育中心

3、主要内容：校本部举办启动仪式，主要议程有宣读活动方案、领导讲话、师生代表签名；启动仪式后，两边校区举办心理健康体验活动，当日为学校的心理中心开放日。

（二）心理干部培训

1、时间地点：5月18日-20日 晚，校本部、河西校区

2、承办单位：校心理健康教育中心

3、培训对象：全体心理委员、心理干部

4、活动内容：

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 时 间 | 培训内容 | 本部主讲 | 河西主讲 |
| 5月18日 | 心理干部的助人技巧 | 叶秋玲 | 赵 璇 |
| 5月19日 | 心理主题班会及团体辅导的设计与操作 | 钟声言 | 陈可人 |
| 5月20日 | 结业考试 | 心理中心教师 |

（三）校医联动专家咨询

1、时间地点：

5月20日9:00-11:30，心理中心（校本部）

5月20日14:30-17:00，心理中心（河西校区）

2、承办单位：校心理健康教育中心

3、活动内容：邀请湖南省第二人民医院临床心理科副主任漆婧来校，为师生提供现场心理健康咨询服务；校心理健康中心做好专家的联络、接待工作，各学院负责学生组织。

（四）心理主题班会

1、时间地点：5月23-25日 各班级自定地点

2、承办单位：校心理中心、校院两级心理委员联合会

3、活动内容：组织观看心理健康教育微视频，组织学习《你应该知道的心理健康知识》小册子，具体资料另发。

（五）心理健康主题宣传（心理美文读诗会等）

1、活动时间：5月25日中午、下午

2、活动地点：校本部、河西校区

3、承办单位：校心理健康教育中心、校心理健康协会

4、活动内容：组织开展心理健康知识现场宣传教育活动；各学院推荐2支团队（个人）进行心理美文诵读表演等。

（六）校外专家讲座

1、活动时间：4月下旬，6月上旬

2、活动地点：校本部、河西校区、易班直播

2、主 讲 人：湖南省二医院、湘潭市五医院专家

3、承办单位：校心理健康教育中心、心理委员联合会

（七）团体辅导

1、时间地点：6月上旬，校内

2、承办单位：校心理健康中心，各二级学院、各班级

3、活动内容：以班级为单位，开展以人际交往、情绪管理、期末迎考等为主要内容的团体心理辅导活动，具体实施方案由校心理健康教育中心在心理干部培训中进行指导。

（八）校园心理情景剧（微视频）比赛

1、活动时间：5月18日-6月5日

2、承办单位：校心理中心、心理健康协会

3、活动内容：以微视频形式，面向全校师生征集再现大学生学习、生活、情感和人际交往等主题的校园心理情景剧，要求内容积极向上。6月5日前将作品（时长4-8分钟）的mp4发至605019855@qq.com，设一等奖2名，二等奖4名，三等奖6名，获奖作品在相关新媒体平台上进行推介展示。

（九）“倾听者”邮箱

1、活动时间：全年开放

2、电子邮箱：2755605232@qq.com； zsy1726@163.com

3、承办单位：校心理健康教育中心、校心理协会

4、主要内容：公布学校心理健康教育中心“倾听者”电子邮箱，由心理老师随时解答同学们提出的人际交往、情感咨询、学业困惑等问题，学校将尊重、保护倾诉者的隐私。

（十）总结表彰会暨成果展示

1、活动时间：6月10日

2、活动地点：校本部、河西校区

3、承办单位：校心理健康教育中心、心理委员联合会

4、活动内容：组织“5·25”系列活动表彰及成果展示。

**五、有关要求**

各组织单位要高度重视、精心谋划，并结合本单位实际开展系列心理健康活动，于6月8日前报送相关活动资料。

**学生工作处（部）**

**二○二一年五月十一日**