关于举办“阳光心理 快乐校园”心理健康教育活动月通知

为切实加强疫情防控常态化背景下学校心理健康教育工作，营造人人关注心理健康的良好校园氛围，鼓励学生进行积极的自我探索，展示新时代我校学生理性平和、积极向上的精神风貌，学生处心理健康教育指导中心举办“阳光心理 快乐校园”心理健康教育活动月。现将有关事项通知如下：

**一、活动目标：**

以发展性心理健康教育与积极心理学理念为主导，广泛开展各类心理健康教育活动，宣传普及心理健康知识，营造良好校园心理氛围，引导学生自我探索，提升学生自助互助能力，促进学生心理健康成长。

**二、活动内容：**

1.心理情景剧剧本创作大赛

要求心理剧剧本内容健康、积极向上，关注大学生生活学习和人际交往，也可围绕抗疫背景，聚焦疫情常态化背景下的成长与感悟。剧本内容突出角色内在心理冲突和协调过程，主题不限、题目自拟。本次比赛按参赛作品比例评选优秀奖项，并推荐优秀作品参加全国高校心理情景剧大赛。

活动具体通知见“附件1”。

2.“一书一影”在线心理作品推荐沙龙

书籍是人类进步的阶梯、电影是人类想象的延伸，书籍和电影给我们插上想象翅膀，超脱时空的束缚领略人类思想精华。心理中心将通过网络平台开展优秀心理书籍和电影推荐活动，邀请心理老师或朋辈心理辅导员作为推荐人，每周在心理协会公众号向全校师生推送2期分享。同学们可以积极在文章后留言讨论，有机会获得精美纪念品。

3.心理健康教育朋辈辅导队伍成长计划

疫情的发展改变了同学们的生活，抗疫常态化背景下做好学生心理健康问题发现和疏导是第一目标，以班级心理委员、寝室心理信息员为代表的朋辈辅导队伍在心理健康教育中将发挥关键作用。

培训对象：班级心理委员、寝室心理信息员、心理协会成员以及其他有必要培训的学生干部

培训内容：朋辈心理辅导理论知识体系、朋辈团体心理辅导实操

培训形式：线上线下结合形式

培训时间：在线课程培训截止5月28日；朋辈团体心理辅导实操培训时间另行通知。

**三、各二级学院活动**

1.医学院

静心读书会——开展师生共读活动，打造学生心灵成长网络读书会。

心灵之声——分享关于心理健康知识和技能，由班级轮流策划并选派代表朗读。

2.艺术设计学院

心理主题宣传创意征集活动——围绕大学生心理健康主题，征集包括但不限于海报、手抄报、文化衫设计、微电影等形式创意作品。

3.经济管理学院

微笑照片征集活动——希望用微笑鼓舞同学们信心，让同学们更加热爱生活，提高学生积极雷管的心态、营造健康向上的文化氛围。

线上心理健康知识竞赛活动——宣传心理健康知识，引导同学们关注心理健康。

4.信息工程学院

 解忧杂货店——开通在线解忧杂货店，心理老师对学生留言的问题进行解答，将回答发给学生并以公众号文章的形式展现出来，让全校学生在问答中学习心理健康知识。

5.机电工程学院

手舞“心”声寝室手指舞比赛——以寝室为单位录制手指舞视频参加比赛，激发学生创意、促进和谐寝室建设，丰富学生业余寝室文化生活。
6.文化旅游学院

“亲爱的树洞”线上心理聊天室——同学们可以将平时无法表露的有关学习生活中遇到的心理困扰，通过添加“亲爱的树洞”为qq好友的方式，与它分享自己心中的“小秘密”。

**四、工作要求**

 请各二级学院积极组织学生参加学校各项心理健康教育活动，及时开展本学院策划的学生活动，并做好宣传推广工作，中心将根据活动开展情况给与经费支持。二级学院活动开展建议在6月15日前结束，活动结束后向心理中心报送相关总结材料（包括活动总结和3-5张活动照片）。

附件：1.关于举办心理剧剧本创作大赛的通知

学生处

2020年5月21日