

关于举办心理健康宣传教育周活动的通知

各二级学院：

为加强大学生心理健康教育，能更好地普及心理健康知识，完善大学生的健康人格，丰富大学生的精神生活，一起努力营造一个充满人文关爱的和谐校园，促进大学生的全面健康成长，充分展现当代大学生的青春活力，特此通知：

一、活动主题：“爱的能力提升”

二、活动对象：全院学生

三、活动时间

2019年10月21日—2019年10月27日

四、活动内容

1. 烦恼邮寄局
2. 微笑是最美的语言
3. “套”住梦想
4. 心理健康影片展播

5. 心理委员、寝室长心理危机技能培训

6. 19级新生心理普测结果说明会

7. 专家讲座

具体详见《2019年心理健康宣传教育周活动方案》。

五、活动要求

各分院要高度重视本届心理健康宣传教育周的活动，注重实效，发动学生广泛积极参与，努力使大多数学生参与到活动中来，达到心理健康宣传教育周的活动目的。

六、组织机构

1. 主办：校学工部心理健康教育中心

2. 承办：校青阳心理协会

3. 协办：校、各分院团学会

附件：2019年心理健康宣传教育周活动方案

学工部

2019年9月24日

附件：

2019 年心理健康宣传教育周活动方案

一、“爱的能力提升”——烦恼邮寄局

1. 活动时间：2019.10.21—10.27

2. 活动地点：一号食堂门口

3. 活动宗旨：敞开心扉，放松自己，体会更多来自他人的温暖。释放自己的压力，为自己“卸重”。

4. 活动过程：

(1) 参加的同学在活动地点写信，可以选择信箱投入，成功参与活动的赠予三个游戏套圈，并通知领取时间。

(2) 一人投入，另一人在另一个信箱中抽出并帮助他（她）解答。

(3) 将回信以及原信件归还本人。

二、“爱的能力提升”——微笑是最美的语言

1. 时间：2019.10.21—10.27

2. 地点：一号食堂门口

3. 活动宗旨：欣赏微笑的魅力，感受微笑的魔力，传递微笑的温暖。

4. 活动介绍：参与此活动的人可以选择拍自己笑脸的照片或是绘画笑脸。拍得的照片我们会选择若干发布到青春绘“公众号”，绘画所得的微笑我们会选择一些进行展示。成功参与活动的同学可

以获得两个游戏套圈。

三、“爱的能力提升”——“套”住梦想

1. 活动时间：2019.10.21—10.27

2. 活动地点：一号食堂门口

3. 活动宗旨：带领大家一起抛开烦恼的同时努力为自己的“梦想”奋斗。

4. 活动过程

(1) 在宣传活动时，大家可以转发此活动到朋友圈进行集赞，当有16, 26, 36, 46……（依次递增）个赞是分别可以获得1, 2, 3, 4……（依次递增）个游戏套圈。

(2) 在指定区域使用游戏套圈进行游戏，套中心仪的东西即可拿走。

（注：每人当天只能参与一次活动，参与一次并用完当时所得游戏套圈当天就不可以再次参与活动）

四、“爱的能力提升”——心理健康影片展播

1. 时间：2019.10.27 18:30—20:10

2. 地点：大一晚自修教室

3. 活动内容：影片展播

4. 负责人：校青阳心理协会、纪检部

五、心理委员、寝室长心理危机技能培训

1. 时间：2019.10.23

2. 地点：另行通知

4. 负责人：校青阳心理协会、纪检部

六、19级新生心理普测结果说明会

1. 时间：2019.10.30

2. 地点：另行通知

3. 参加人员：19级新生班主任及各学院辅导员。

4. 负责人：心理健康教育中心

七、专家讲座（两场）

1. 时间：2019.10.16

2. 地点：第一报告厅

3. 参加人员：全校师生

4. 负责人：心理健康教育中心

抄送：分管领导、团委

台州科技职业学院学工部

2019年9月24日印发
