**上海立信会计金融学院学生处文件**

立信会计金融学生处〔2020〕15号

**关于开展第十六届心理健康教育宣传月活动的通知**

各学院：

为深入贯彻落实党中央、国务院关于坚决打赢新冠肺炎疫情防控阻击战的决策部署，充分发挥育德与育心相结合的学校心理健康教育工作的重要功能，深化抗疫期间我校的大学生心理健康教育工作，营造良好和谐的心理宣传氛围，促进大学生人格健全成长，提高大学生综合素质，预防心理危机事件发生，保障校园稳定，特决定开展我校第十六届心理健康教育宣传月活动。现将有关活动及要求通知如下：

**一、指导思想**

开展大学生心理健康宣传月系列活动，旨在广泛宣传心理健康知识，营造良好的心理健康教育氛围，引导大学生树立正确的心理健康观念，增长学生的心理卫生常识；同时，通过心理健康教育宣传的系列活动，及时解答学生心理方面的疑惑，预防学生心理疾患的产生，保障学生的正常学业与生活，更好地为广大学生健全成长服务。

**二、活动主题**

珍爱生命，抗逆成长

**三、活动时间**

2020年4月—6月

**四、活动项目**

由于疫情影响，学生返校前本次心理健康月所有活动均以在线的方式进行。

**1.“我的‘云端’心晴故事”心理健康微视频大赛**

为了宣传和普及心理健康知识，提高大学生心理健康水平，特举办“我的‘云端’心晴故事”心理健康微视频大赛。本次微视频大赛面向全体师生，根据所在学院总人数的1%推选出相应作品参加比赛。

比赛设一等奖1名，二等奖2名，三等奖5名，优胜奖10名，奖励丰厚；同时将选送优秀作品至上海市进行评比，并在我校“上海立信心理中心”等宣传平台推送优秀作品。

时间：4-5月

**2.校内心理健康团队多层次系列培训**

**2.1 “相约星期二”心理咨询在线督导**

为进一步提升我校心理健康教育队伍的实务技能和心理健康水平，增强心理健康队伍的凝聚力和创新力，拟邀请上海高校心理咨询领域资深专家，定期对专兼职心理咨询师进行心理咨询在线督导。

时间：4-6月

**2.2 心理主管及兼职心理咨询师业务培训**

为帮助心理主管及兼职心理咨询师在抗疫期间更好地进行心理工作，了解大学生心理特征，掌握必要的心理辅导知识与技巧，将对心理主管及兼职心理咨询师开展抗疫期间心理业务培训。欢迎全体辅导员，特别是毕业班的辅导员积极参与。

时间：4-6月

**3****学生心理骨干选拔与培训**

为了进一步加强我校学生心理骨干队伍的业务能力，提高心理骨干团队凝聚力，将开展校级心理委员的选拔与培训。

各二级学院从班级心理委员中自行开展选拔，每个学院按班级数10%的比例（班级总数不足10个的学院按1个名额计）推荐心理委员参加校级评选。参加校级评选的候选人需准备3分钟自由演讲及PPT演示文稿，简要介绍自己担任心理委员期间的主要工作。心理中心将从中挑选优胜者作为校级心理委员，并对其开展针对性的培训并颁发证书。

时间：4-5月

**4 线上心理健康主题系列讲座**

为了在抗疫期间更好地宣传普及心理健康知识，更有针对性地解决学生心理健康常见问题，心理中心将面向全体学生工作者与全校学生，针对疫情期间常见的心理问题、毕业生常见心理问题等不同主题，开展系列线上心理健康主题讲座。

时间：4-6月，每个月1场

**5 “发现美好”园艺主题摄影大赛**

为了倡导我校师生在抗疫期间亲近自然，发现生活之美，从而疗愈身心灵，心理中心将开展园艺主题摄影大赛活动。

本次活动将面向全校师生征集居家抗疫期间的自然摄影作品，并评选出一等奖1名，二等奖2名，三等奖3名，优秀奖10名。

时间：4月、5月

**6 玉心坊线上艺术团体辅导沙龙**

为了让同学们在疫情期间舒缓情绪，放松减压，将推出“玉心坊”线上艺术团体辅导沙龙。活动将面向全校招募参与者，通过音乐治疗与正念等方式，达到疗愈身心，关照内在自我，促进身心统一和谐的目标。

时间：4月

**7.各学院、班级心理健康教育主题班会大赛**

主题教育活动由辅导员老师指导所带班级，根据实际情况安排时间、地点及活动内容，活动采用线上班会的形式，鼓励采用学生参与度高、更易于接受的教育形式，如心理征文、心理剧、小组讨论、演讲、心理电影观后感交流等等，也可结合新媒体，利用微信、QQ、易班等平台分享人文故事、心理科普文等，进行网上交流讨论。

活动内容围绕容易导致学生陷入心理困境的各种议题展开，主要是大学生的挫折应对、学业就业压力、人际交往、恋爱与性等，也可以自由选择学生自己感兴趣的主题，着重指导学生在面对具体困境时，如何进行必要的情绪调适，如何找到适用于自身的解决途径，并提供有效的求助渠道，如辅导员、家人、好友、心理健康教育中心等。

班会结束后，各学院按照规模比例推选1/10（班级总数不足10个的学院按照1个名额计）参赛班级并提交相关材料（活动主题、方案、截屏、总结材料、取得成效等，可自行附加PPT、学生感言等支撑材料）至lixinpsyzx@126.com，心理中心将根据参赛班级所提交的相关材料进行评选，最终评选出一等奖1名，二等奖2名，三等奖3名，优秀奖10名。

报送截止日期：5月31日

**五、工作要求**

1**.**各学院要高度重视大学生心理健康教育工作，充分了解开展心理健康教育活动的重要意义，结合本学院的实际情况，积极组织师生参与心理健康教育宣传月各项活动，并认真完成本学院承办的各项子任务。各学院也可以结合自身学生特点和工作情况开展本学院特色心理活动。

请各学院在4月15日前将心理健康教育计划报送至心理中心（联系人：王老师，18901783057）。心理中心将在宣传月结束后评选优秀组织奖、先进集体、先进个人。

2**.**各学院要以心理健康教育宣传月为契机，以加强学生心理工作队伍建设和心理安全排查、汇报工作为重点，加强日常交流，引导帮助学生认识心理教育与咨询在促进一般个人自我探索、健全成长方面的功能。此外，还要特别重视毕业生和新生群体的心理状况，做好重点对象的追踪访谈及重症转介等工作。

学生处

二〇二〇年四月二日

**主题词：第十六届 心理健康教育 宣传月**