**湖南石化职院第十三届5·25大学生心理健康活动月通 知**

各二级学院、各班级：

为深入学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想，提升学校心理育人工作质量；培育学生自尊自信、理性平和、积极向上的健康心态，提高大学生心理健康水平和心理健康素质；促进学生身心健康和谐发展，创建和谐的校园文化环境，特举办湖南石化职院第十三届5.25大学生心理健康活动月。现将有关事项通知如下:

1. **活动主题**：**不负韶华，筑梦青春**

**二**、**举办单位**：学生处大学生心理健康教育中心

**协办单位**：院（二级学院）心理部  院学生会

三、**活动时间**：5月 15日—6月6日

四、**活动具体安排**：

**1.“树健康理念，放飞青春梦想”心理健康知识宣传**

目的：宣传心理知识，培养正确的心理健康观，让更多学生重视自身心理健康。

活动形式：通过网站、微信号、海报、横幅、宣传册等方式，线上线下结合，广泛传播自尊自信、理性平和的文明理念和乐观豁达、积极向上的生活态度。

活动时间： 5月16日—5月31日

活动内容：

（1）悬挂宣传横幅、制作海报、心理知识手册、宣传栏、利用校园广播、微信公众号宣传普及心理健康知识。

⑵.5月24日在校园内开展心理健康知识户外宣传活动。

**2. “不负韶华，追梦青春”主题黑板报评比活动**

活动时间：5月15日—5月27日

参加对象：全院各班级

活动评比：由院学生会、院心理部代表对黑板报进行打分评比，列入二级学院、班级心理健康教育活动评优。

**3.** **“做最好的自己”-心理电影赏析**

活动目的：看心理影片，学心理知识，悟心理理念。在大学生生活中学会思考、感悟！

活动时间：见海报。

活动承办方：校心理部

**4.“扬心灵风帆，追逐青春梦想”心理健康主题班会**

活动时间：5月15日-5月26日

活动要求：

（1）心理委员在班级中开展形式不一的心理主题实践活动。

（2）班会后，班级心理委员将班会策划方案、活动照片、活动总结交二级学院心理部，心理部再统一上报院心理部（同时交纸质档和电子档）。

**5.“不负韶华，筑梦青春”心理健康手抄报创意设计大赛**

活动目的：普及心理健康教育知识，提升学生心理素养，发掘学生潜力。

参加对象：全院学生

活动要求：见附件1

**6．“展青春活力，激昂青春梦想”—笑脸征集活动**

活动目的：笑脸传递爱与幸福，展现对美好生活的向往。

生活中总有很多不如意的地方，可能会使你难过、沮丧、伤心等等，但是一定要记得微笑。微笑面对一切，微笑过后 便是晴天。让笑容绽放，成为生命中最明媚的阳光。

参加对象：全院学生

活动方式：征集有关微笑的照片，个人以微信、QQ等方式投递到各二级学院心理部。

作品要求：拍摄的照片要色彩鲜明，拒绝艺术照，横版竖版皆可，电子版尺寸需为300像素\*300像素（其他尺寸会影响页面效果），大小不超过1M，并请注明摄影者姓名、班级及作品名称。

作品提交时间:以二级学院为单位提交，由二级学院心理部收齐后于5月28日前统一交至大学生[心理健康教育](http://www.baidu.com/s?wd=%E5%BF%83%E7%90%86%E5%81%A5%E5%BA%B7%E6%95%99%E8%82%B2&ie=gbk&tn=SE_hldp00990_u6vqbx10)中心。

**7. “不负韶华 青春有你”**心理知识有奖问答

活动内容：规范宣传心理健康知识，让同学们在快乐中学习，在笑声中了解心理，激起同学们对心理学的兴趣。

活动时间：5月24日

活动地点：学生公寓

活动承办方：院心理部

**8. “拥抱阳光心态，守护青春梦想”心理健康专题培训**

活动目的：通过对院（二级学院）心理专干、寝室长进行心理专题讲座，增强工作意识，提高业务能力。

活动时间：5月17日-6月6日

9. **“不负韶华，成就青春梦想”女生专题讲座**

活动目的：加强学院女大学生健康意识，促进女大学生健康、快乐的学习生活，丰富学生的人生观，价值观，鼓励女大学生积极成就更好的自己。

活动时间：待定

**五、活动要求**

1.各二级学院要高度重视，根据活动主题和学生处大学生心理健康教育中心的具体安排，认真组织和实施。同时要结合本学院学生心理特点自行开展其他心理健康教育活动，同时上报活动计划、总结以及活动的情况。

2. 各二级学院各班要加强宣传，营造活动氛围。以积极向上、健康成长正面宣传为主，强化健康意识的形成。

3. 各班级要在开好心理健康主题班会，办好心理健康主题黑板板基础上，积极参与学院、二级学院组织的各项心理健康教育活动。

湖南石油化工职业技术学院

2019年5月10号

附件1

**“不负韶华，筑梦青春”心理健康手抄报创意设计大赛活动方案**

活动目的：普及心理健康教育知识，提升学生心理素养，发掘学生潜力，提高全院同学心理健康意识。

一、活动时间:2019年[5月15日](http://www.baidu.com/s?wd=4%E6%9C%8814%E6%97%A5&ie=gbk&tn=SE_hldp00990_u6vqbx10)—6月6日

二、活动对象：全体学生

三、作品要求：

1.品规格大小统一为A3，单面版式。

2.要求：主题鲜明、思想积极、内容丰富、形式多样。报头名称自定，要求围绕主题、简名、贴切，不能以“手抄报”命名。

3.要求：版面制作均使用手抄文字和手绘插图，版面制作不能有任何剪贴版面自由设计。图文并茂，同时须具备知识性、趣味性与可读性等。

4.注意事项：要求手写，不得打印。每个作品参赛人数不得超过2人，作品背面须注明参赛者班级、姓名、联系电话。

四、作品提交时间

作品以二级学院为单位提交，以二级学院班级总数的70%以上比例进行提交。由二级学院心理部收齐后于5月30日前统一交至大学生[心理健康教育](http://www.baidu.com/s?wd=%E5%BF%83%E7%90%86%E5%81%A5%E5%BA%B7%E6%95%99%E8%82%B2&ie=gbk&tn=SE_hldp00990_u6vqbx10)中心。

五、奖励方式:

大赛设一等奖5名，二等奖8名，三等奖12名，优秀奖若干，颁发荣誉证书和奖品，获奖作品后期将在学校相关平台进行宣传展览。

湖南石油化工职业技术学院

2019年5月10日

附件2

**“不负韶华，追梦青春”主题黑板报评比方案**

为引导大学生关爱自我，关注心灵成长，培育学生自尊自信、理性平和、积极向上的健康心态，特举办以“不负韶华，追梦青春”为主题的黑板报评比活动。

现将有关事项公布如下：

一、评比标准：

1.板报内容贴近主题，文章题材形式多样，内容生动活泼，并具有健康向上的积极意义；（30分）；

2.结构设计新颖，布局合理，图文并茂（40分）；

3.版面整洁，书写工整，无错别字（20分）；

4.整体印象（10分）.

二、评比时间： 2019年5月26日晚上19:40

三、评审方法：本次评审将由院学生会宣传部和心理部根据评分标准进行打分，对优秀黑板报进行摄像保存，并列入二级学院和班级心理健康活动考核。

湖南石油化工职业技术学院

2019年5月10日