

# 关于举办2020年心理健康宣传教育月活动的通知

各二级学院：

为深入贯彻中央和省委坚决打赢疫情防控阻击战的决策部署，加强疫情防控期间大学生健康行为养成、思想引导和心理疏导，推进校园健康素养提升实践氛围，构建防疫网上线下同心圆，丰富大学生的精神生活，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

“风雨同舟，隔离不隔爱”

## 二、活动对象

全院学生

## 三、活动时间

2020年5月1日—2020年5月31日

## 四、活动内容

- (一) 记忆定格，斑驳一家庭合照
- (二) 复学心理调适空中讲座
- (三) 最美墙壁
- (四) 风景这边“读”好，畅思园
- (五) 用心歌唱，用爱分享
- (六) 心理健康影片展播
- (七) 服装DIY
- (八) 心理健康月闭幕式暨颁奖典礼

具体详见《2020年心理健康宣传教育月活动方案》。

## 五、活动要求

各分院要高度重视本届心理健康宣传教育月的活动，注重实效，发动学生广泛参与，努力把大多数学生吸引到活动中来，达到心理健康宣传教育月的活动目的。

## 六、考核评比

根据各院、各班活动组织的情况和活动效果，评选出优秀心理委员、心理协会优秀干事，颁发荣誉证书、奖金或奖品。

## 七、组织机构

（一）主办：校学工部心理健康教育中心

（二）承办：校青阳心理协会

（三）协办：校、各分院团学会

附件：2020年心理健康宣传教育月活动方案

学工部

2020年4月22日

# 2020年心理健康宣传教育月活动方案

## 一、“风雨同舟，隔离不隔爱”——记忆定格，斑驳一家庭合照

(一) 活动时间：2020.5.1-返校前

(二) 活动地点：线上

(三) 活动宗旨：我们不是诗人，也不是歌唱家，既不会用精湛的词藻来赞扬父母，也不会用唯美动听的音乐来歌赞父母，在离家时，归校前和父母留下青葱回忆。

(四) 活动过程：

1. 根据要求报名参加活动。

2. 在家拍照（拍摄）并发予负责人邮箱，选择性发送至公众号推送分享。

3. 被选择推送的同学可获得精美小礼品一份。

4. 负责人：青阳心理协会

## 二、“风雨同舟，隔离不隔爱”——复学心理调适空中讲座

(一) 时间：时间待定

(二) 地点：线上

(三) 活动内容：复学后生活适应和心理调试

(四) 负责人：校青阳心理协会

## 三、“风雨同舟，隔离不隔爱”——最美墙壁

(一) 活动时间：2020.5.6-5.12

(二) 活动地点：线上

(三) 活动宗旨：光洒进暖流，花开在枝上，春光正好，我把我种在你身体里，然后一起躲进时间的褶皱里，留下那个最美好的名字。

(四) 活动过程：

1. 活动准备阶段：只需要发出活动，并进行每班宣传。
2. 活动举办阶段：每个人发送一张自己设计过的自己名字的签名（注：须注明开展活动的阶段负责人、指导单位、参加人数等信息）。
3. 活动后续阶段：我们会将大家的名字放在一个平面 word 上，并上传到公众号上。参加的同学均可获得精美小礼品一份。

#### 四、“风雨同舟，隔离不隔爱”——风景这边“读”好，畅思园

- （一）活动时间：2020.5.13-5.31
- （二）活动对象：全院学生
- （三）活动地点：线上
- （四）活动宗旨：每个人的生命中，都有艰难的那一年，将人生变得美好而辽阔。没有谁是一座孤岛，每本书都是一个世界。
- （五）活动过程：
  1. 报名参加活动，拍摄自己看书本的照片或视频，或者是推荐自己喜欢看的书（推荐理由与书本大致内容）。
  2. 经过筛选在各个学院公众号上选择性推送。
  3. 经推送的同学均可获精美小礼品一份。

#### 五、“风雨同舟，隔离不隔爱”——用心唱响，用爱分享。

- （一）时间：2020.5.14-5.21
- （二）地点：线上
- （三）活动宗旨：风，为春天吹静音的口哨；我，想给你吹嘹亮的那种。
- （四）活动内容：举办一个以心理健康为主题的歌曲合唱，歌曲要积极向上，可以以当下疫情为主或者以积极乐观为主题，报名方式以线上班级姓名学号发送，然后每个人录一段，然后进行修音整理，

变成一段大合唱，可以在进行视频配文，最后出展览效果。（注：须注明开展活动的负责人、参加人数等信息）

（五）最终作品展出的参与同学均可获得精美小礼品一份。

（六）负责人：青阳心理协会

## 六、“风雨同舟，隔离不隔爱”——心理健康影片展播

（一）时间：2020.5.20

（二）地点：大一晚自修教室

（三）活动内容：影片展播

（四）负责人：校青阳心理协会、纪检部

## 七、“风雨同舟，隔离不隔爱”——服装DIY

（一）活动时间：2020.5.20-5.31

（二）活动地点：线上

（三）活动宗旨：我的时尚永远不会过期，时尚就在我们身边，她总是随着人的思想，人的情感在变，她就是我们自己。

（四）活动过程：

1. 通过宣传参加活动。
2. 发放协会购买的白色衬衫。
3. 制作完成后，拍照或本人穿上发到负责人邮箱。
4. 参与同学可获得精美小礼品一份。

## 八、“风雨同舟，隔离不隔爱”——颁奖晚会

（一）活动时间：待定

（二）活动地点：艺术楼小剧场

（三）活动内容：对2019学年优秀心理委员、心理协会优秀干事进行表扬肯定，并颁发荣誉证书和奖品。