

# 张家界航空工业职业技术学院党政办文件

张航办发〔2021〕26号

## 关于开展张家界航空工业职业技术学院 第十六届“525”心理健康月活动的通知

各院（部）：

为贯彻落实《加强新时代高校学生心理健康教育工作的实施办法》（湘工委〔2021〕2号）和《关于开展湖南省高校第十四届“525”大学生心理健康日心理健康主题教育活动的通知》（湘高心研会〔2021〕07号）文件精神，进一步提升学校大学生心理品质，促进大学生理想人格形成和发展，积极推进素质教育，营造良好学风、校风，特举办张家界航空工业职业技术学院第十六届“525”心理健康月活动。

### 一、活动主题

奋进百年·不负韶华

### 二、活动时间

5月10日-6月10日

### 三、活动内容

#### (一) “525”心理健康月活动宣传、主题班会

1. 活动目的：为了让更多学生了解和支持“525”大学生心理健康节，在思想上认同、行动上支持“525”，并扩大心理健康对学生的影响。

2. 活动时间：5月10日—5月16日

3. 活动对象：全校学生

4. 承办单位：各学院（部）

5. 活动内容：开展心理健康主题班会，评选最佳班会组织班级。具体要求见附件。

#### (二)心理咨询中心开放日活动

1. 活动目的：为了发挥学校心理咨询中心作用，提高心理咨询的普及程度，让更多学生接受通过心理咨询的方式来缓解心理压力，化解心理危机，健康快乐的学习和成长。

2. 活动时间：5月10日-6月10日

3. 活动地点：心理咨询中心（一栋负一楼003室）

4. 活动对象：全校师生

5. 承办单位：心理健康中心

6. 活动内容：所有来参观心理咨询中心并拍照发班级群的同学，能够得到精美纪念品一份。

#### (三) “525”心理健康节

1. 活动目的：通过本次活动，提高学生心理健康知识水

平，增强心理保健意识，培养积极心理品质。

2. 活动时间：5月25日

3. 活动地点：学术报告厅

4. 参与人员：相关领导、学院师生

5. 活动内容：通过视频、横幅、海报、心理知识图片展、发放心理知识宣传册、校园广播、宣传展板及各学院(部)相关宣传活动形式等渠道对大学生常见心理问题、心理问题自我诊断和心理问题求助渠道进行展示，宣传心理健康知识、心理咨询中心情况及心理健康节活动安排。通过第十六届“525”心理健康月活动为学生打开心理健康之门。

#### (四)团体心理辅导

1. 活动目的：通过团体心理辅导，扩大对心理健康月的宣传影响，强调大学生心理健康的重要性，提高学生心理健康知识水平，增强心理保健意识。

2. 活动时间：5月

3. 活动对象：全校学生

4. 承办单位：心理健康中心

5. 活动内容：团体心理辅导

#### (五)心理健康绘画比赛

1. 活动目的：通过绘画作品展示，提高学生对心理健康问题的关注度。

2. 活动时间：5月

3. 活动对象：全校学生
4. 活动形式：漫画、素描、水粉、水彩、油画等不限。
5. 活动要求：紧扣“奋进百年·不负韶华”主题，作品内容应反映大学生自尊、自信、自强、自爱的精神风貌且思想积极健康，主题鲜明，具有较高的审美性和心理健康教育意义。每个二级学院（部）至少提交 10 幅作品，作品提交截止时间 5 月 31 日，统一送至学生工作处心理健康咨询室（1—203，联系人：田颖，手机：18774540845）。本次比赛设一等奖 2 名，二等奖 3 名，三等奖 4 名，优秀奖若干。

#### （六）一日 vlog 主题活动

1. 活动目的：通过记录日常生活乐观、积极向上的片段，来激发同学们对美好生活的向往与热爱。
2. 活动时间：5 月
3. 活动对象：全校学生
4. 活动形式：微电影
5. 活动要求：视频时长为 1-3 分钟，分辨率不低于 1280\*720，MP4 格式，作品有片头、片尾。微电影内容能够生动活泼地诠释当代大学生的精神风貌，促进校园心理文化的繁荣与发展，不含与法律相抵触的内容。每个二级学院（部）至少提交 3 部作品，截止时间 5 月 31 日，统一发送至邮箱：195706591@qq.com 或 U 盘拷贝（1 栋 203，联系人：石启志，电话：18074493535）。优秀作品通过易班平台进行展播，并评选一等奖 1 名，二等奖 2 名，三等奖 3 名，优秀奖若干。

#### (七)各学院（部）组织相关活动

1. 活动目的：通过各学院（部）自行组织的特色活动，增强本院（部）学生参与的热情与积极性，扩大心理健康月活动宣传面，让更多学生走出心理问题阴霾，健康快乐成长。

2. 活动时间：5月（具体时间自行决定）

3. 活动对象：各学院（部）学生

4. 活动内容：各学院（部）自行决定

5. 活动要求：各学院（部）活动必须做好策划，并且交策划书（纸质档加盖公章、电子档）于学生工作处审核同意之后才能开展活动。活动结束后，上交总结材料（纸质档加盖公章、电子档）。总结材料中必须包含发票（复印件）、新闻报道（网站截图）、活动照片、文字总结。

#### 四、活动要求

1. 学生工作处负责总体指导本届“525”心理健康月活动，对活动策划、实施、奖励及经费使用等情况进行监督指导，对各学院（部）相关活动提交的作品进行最终评选。

2. 各学院（部）按照通知要求积极组织学生参与各项活动，调动广大学生的积极性与主动性，扩大活动受益面，引导正确心理健康舆论，提升大学生心理健康水平。

3. 各学院（部）要及时总结活动中的创新举措和典型做法，将开展活动的照片、新闻稿和总结材料电子版，于6月10日前，发送心理健康中心邮箱 195706591@qq.com。

4. 各学院（部）活动开展情况将纳入2021年度心理健

康教育工作绩效考核。

附件：关于开展心理健康主题班会的通知

张家界航空职院党政办公室

2021年5月10日

附件

## 关于开展心理健康主题班会的通知

各院（部）：

为丰富学生课余时间、活跃校园气氛，配合我校第十六届“525”心理健康月宣传活动，特开展此次心理健康主题班会，提升心理健康意识，提升广大学生心理健康水平，相关要求通知如下：

### 一、活动主题

奋进百年·不负韶华

### 二、活动时间

5月31日前（具体日期由各院自行决定并提前告知学工处）

### 三、活动地点

各班级教室

### 四、活动要求

1. 各院（部）在5月16日前组织学生以班级为单位召开心理健康主题班会。

2. 活动紧扣活动主题，能反映出当代大学生积极向上、勇于进取的精神风貌和良好的心理素质。

3. 参与对象：所有在校班级（毕业班除外）。

4. 保存相应的活动文字及照片资料。

### 五、比赛评判及奖励

1. 通过实地考察、院（部）推荐及材料审核等途径评选

优秀班会。每个二级学院（部）至少推荐一至两个优秀主题班会班级。

2. 2021年6月10日前，学校评选出主题班会优秀班级，并颁发奖状。

3. 各院（部）组织情况纳入本届“525”心理健康月活动考核内容，纳入2021年度心理健康教育工作绩效考核。

## **六、其他**

未尽事宜由学生工作处负责解释。