**文件**

**中共青岛农业大学委员会学生工作部**

**青岛农业大学学生工作处**

青农大学工发〔2018〕7号

关于举办青岛农业大学

第十四届大学生心理健康节的通知

各学院学工办：

为深入学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想和党的十九大精神，全面贯彻落实全国全省高校思想政治工作会议精神，进一步增强我校大学生心理健康素质，提升大学生心理健康教育工作水平，经研究，决定举办我校第十四届大学生心理健康节。现将有关事宜通知如下。

一、活动主题

感受幸福，拥抱未来

二、活动对象

全体在校学生

三、活动目的

本届心理健康节以积极心理学为导向，通过举办丰富多彩的心理文化活动，引导学生发现人性和社会中的真善美，帮助学生增强正向生活信念，教会学生合理认知、调节情绪、积极行动，鼓励学生通过自身努力追求有意义、充满幸福感的大学生活。

四、活动时间

2018年4月20日-5月20日

五、活动内容与形式

（一）校级活动

由学生工作部（处）心理发展指导中心主办，各学院承办。包括大型心理沙龙暨心理健康节开幕式、“感激30天”线上打卡活动、“爱生活·越幸福”幸福提升训练营活动、优秀心理委员评选活动、“拥抱身边的感动”故事讲述比赛、优秀心理影片展播、心理健康节闭幕式。

（二）院级活动

由各学院自主开展，包括心理情景剧、照片征集活动、书信活动、班级笑脸活动、素质拓展活动等101项。

六、活动要求

1.高度重视，加强领导，提高心理健康教育活动的参与度。各学院要发挥各班级、班级心理健康互助小组、班级心理委员的作用，制定详细的计划安排，积极鼓励和引导广大同学参加到活动中来。

2.精心策划，打造品牌，增强心理健康教育活动的吸引力。各学院要紧紧围绕活动主题，结合本学院实际和学生特点，为解决学生心理方面存在的实际问题提供切实有效的服务和帮助，把加强心理健康教育、提高学生心理素质工作做好做实。要注重品牌活动的创建，积极打造校园文化活动精品，使之能够长期、连续开展，不断赋予新的内涵，充分发挥教育功能。

3.加强宣传，营造氛围，提高大学生心理健康意识。各学院应充分利用各类媒体，加强心理健康知识的宣传，加强对心理健康教育活动的报道力度，提高大学生心理保健意识，营造良好的心理健康教育氛围。

七、总结表彰

为提高各学院工作积极性，学生工作部（处）将以学院参加、组织活动数量和获奖情况为依据评选优秀组织单位，具体赋分细则详见附件3。

5月20日前，各学院提交第十四届心理健康节活动特色图片10张（电子版）和活动视频（至少5分钟），要求图片、视频清晰，分辨率不低于1920\*1080，要求每张图片以XX学院XX活动命名，视频也请注明学院。5月25日前，将学院心理健康节活动总结电子版发送至qdndxljk@163.com，同时一并纸质版活动总结加盖学院分党委公章，报送地点：后勤楼323室，联系人：刘倩。

附件：1.第十四届大学生心理健康节校级活动一览表

2.第十四届大学生心理健康节院级活动一览表

3.第十四届大学生心理健康节优秀组织单位评选办法

 学生工作部（处）

2018年4月20日

附件1：

**第十四届大学生心理健康节校级活动一览表**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **序号** | **项 目** | **时 间** | **承办单位** |
| 1 | 心理沙龙暨心理健康节开幕式 | 4月25日 | 心理发展指导中心 |
| 2 | “感激30天”微博线上打卡活动 | 4月21日-5月21日 | 动物科技学院 |
| 3 | “爱生活·越幸福”幸福感提升训练营 | 4月23日-5月23日 | 动物医学院 |
| 4 | 优秀心理委员评选活动 | 5月6日复赛5月19日决赛 | 管理学院 |
| 5 | “拥抱身边的感动”故事讲述比赛 | 5月7日复赛5月12日决赛 | 经济学院（合作社学院） |
| 6 | 优秀心理影片展播 | 5月5日5月12日5月19日 | 动漫与传媒学院 |
| 7 | 心理健康节闭幕式 | 5月22日 | 学生心理发展指导中心 |

附件2：

**第十四届大学生心理健康节院级活动一览表**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **学院** | **项 目** | **时 间** |
| 农学院 | 农学院学生心理培训会 | 5月12日 |
| “快乐班级”视频征集活动 | 5月20日 |
| 植物医学学院 | “妈妈，我想对你说”书信征集活动 | 5月4日—5月9日 |
| 传承五四薪火，致一年后更好的自己 | 4月26日—5月4日 |
| “寻找身边的感动”讲述照片故事征集活动 | 4月16日—4月22日 |
| 资源与环境学院 | “母爱无痕，子女有心”母亲节卡片制作大赛 | 5月2日—5月12日 |
| “给一年后自己的一封信” | 5月6日—5月12日 |
| “世界因你而美丽”心理健康Logo设计大赛 | 5月16日—5月22日 |
| “创意表达，放飞心灵”心理情景剧大赛 | 5月19日—5月20日 |
| “情与手牵,梦随心飞”班级创意合影大赛 | 5月11日—5月19日 |
| “交流心语，共解心结”心灵成长论坛 | 5月25日 |
| 园艺学院 | “感谢你给我的帮助”主题书信活动 | 5月 |
| 健康知识竞赛 | 5月 |
| 读书分享会 | 5月 |
| 配音大赛 | 5月 |
| 动物科技学院 | “校园大冒险”户外活动 | 5月6日 |
| “正逢日暖，望君笑”班级笑脸活动 | 5月8日 |
| “那一刻的小时光”摄影大赛活动 | 5月11日 |
| 母亲节“妈妈我爱您”活动 | 5月13日 |
| 烧脑学院智慧推理活动 | 5月15日-25日 |
| “触动人心的瞬间”影评活动 | 5月18日 |
| “心灵使者，相伴相随”优秀心委评选活动 | 5月19日 |
| “我的精彩瞬间”青春小插曲分享活动 | 5月20日 |
| 动物医学院 | “多彩青春，你我同行”校园大冒险 | 5月 |
| “爱在身边”五环趣味团体互动 | 5月 |
| “感悟成长，珍惜生命”绿色植物低碳生活分享活动 | 4月10日- 5月20日 |
| “放飞自我、成就梦想”心理海报设计大赛 | 4月 |
| “关爱成长，心灵之声”心理剧配音大赛 | 5月 |
| “关爱生命，阳光心灵”心理情景剧大赛 | 4月 |
| “笑迎生活，绽放青春”班级笑脸活动 | 5月15日 |
| “感恩每一天”分享活动 | 5月 |
| 机电工程学院 | “阳光洒满青春”心理情景剧活动 | 5月10日至5月底 |
| “不要抱怨，拥抱爱”主题团课 | 5月6日 |
| 建筑工程学院 | “悠悠学子心，浓浓思母情”家书 | 4月30日-5月10日 |
| “筑梦，扬帆起航”团体辅导活动 | 5月1日-20日 |
| 生命科学学院 | 妈妈，我爱你 | 5月7日-5月13日 |
| “致敬经典”超级模仿秀 | 5月19日 |
| “敞开心扉 一展青春年华”主题宣讲 | 5月27日 |
| 食品科学与工程学院 | 写给毕业季的自己 | 4月25日 |
| “放飞心情,心理释压”电影展 | 5月5日 |
| “舌尖上的”母亲节活动 | 4月29日-5月3日 |
| “笑让世界更美好”班级创意作品比赛 | 5月2日-5月9日 |
| “手舞青春，为爱助力”大学生手语比赛活动 | 5月19日 |
| “感恩、关怀、成长”原创心理微博评选 | 4月29日-5月4日 |
| “成长之路与‘美丽心灵’相伴”主题班会 | 5月2日-5月20日 |
| “晒晒全家福”活动 | 4月29日-5月3日 |
| “唱出你我的心”歌曲大赛 | 5月12日 |
| “奔跑吧姊妹”释压行动 | 5月6日 |
| 管理学院 | “我的班级我的家”—— “晒晒我的全家福”班级创意合影 | 5月6日—5月17日 |
| “我的班级我的家”——班级LOGO设计大赛 | 4月25日-5月15日 |
| “我的班级我的家”班级名片设计大赛 | 5月2日-5月15日 |
| “我的班级我的家” ——魅力家庭秀 | 5月1日—5月12日 |
| “我的人生我做主”职业生涯规划赛 | 4月25日-5月20日 |
| 心理宣讲会 | 4月23日-5月20日 |
| “我的班级我的家”朋辈系列团体辅导活动 | 5月2日-5月16日 |
| “我的班级我的家”之管理心力量 | 5月15日-5月22日 |
| “我身边的温暖”班级故事征集令 | 5月5日--5月15日 |
| 经济学院（合作社学院） | “拥抱阳光，一起成长”——“不抱怨的世界”心理宣讲活动 | 5月14日-5月20日 |
| “拥抱阳光，一起成长”——班级才艺展活动 | 5月13日 |
| “拥抱阳光，一起成长”——“心语星愿”寄语便利贴活动 | 5月20日 |
| “拥抱阳光，一起成长”——班级logo设计大赛 | 5月14日-5月21日 |
| “拥抱阳光，一起成长”——朋辈团体辅导 | 4月23日-5月26日 |
| 人文社会科学学院 | “感悟五四·吾辈有我”明信片制作活动 | 5月4日 |
| “一路臻新·芳华尽绽”照片征集活动 | 5月6日 |
| “与心相约·邂逅未来”书信征集活动 | 5月10日 |
| “以笔抒情·乡情永驻”书法比赛 | 5月12日 |
| “创意LOGO·由你来SHOW”525心理健康节LOGO征集活动 | 5月14日 |
| “释放心语·沐浴阳光”微博话题活动 | 5月17日 |
| “高山景行·春风化雨”三行诗文活动 | 5月18日 |
| “你的名字·我的心声”签名活动 | 5月20日 |
| 化学与药学院 | “珍藏点滴感动，叩响真情心声”街头采访 | 5月4日-5月7日 |
| “破茧成蝶，展翅高飞”心理情景剧 | 5月16日 |
| “心灵捕手，播种阳光”心理案例分析 | 5月12日 |
| “鉴往知来，智慧人生”书信交流 | 5月13日 |
| “指间传情，情系校园”黑板报设计 | 5月20日 |
| 艺术学院 | 心理沙龙1团结 | 4月28日 |
| 心理沙龙2释放压力 | 5月12日 |
| 心理沙龙3零元行 | 5月22日 |
| 外国语学院 | “爱”的吐槽大会 | 5月13日 |
| 我和爸比妈咪的合影 | 5月 |
| 动漫与传媒学院 | “放飞自我，愉悦心情”团体辅导 | 4月28日 |
| “演绎经典”电影改编 | 5月4日 |
| “手拉手”心理团体活动 | 5月5日 |
| “我爱我，阳光随行”心理健康宣传海报展 | 5月12日 |
| 心理情景剧文化活动 | 5月17日 |
| 理学与信息科学学院 | “叩开心扉，读懂我”朋辈心理辅导 | 5月6日 |
| “构架心桥，畅翔心海”心理知识竞答大赛 | 5月19日 |
| 捕捉身边美好，定格幸福瞬间摄影大赛 | 5月12日 |
| 海洋科学与工程学院 | 唱出你的故事 | 4月23日-5月26日 |
| 微微一笑很倾城 | 4月23日-5月26日 |
| 点亮心灵之灯 | 4月23日-5月26日 |
| 你把烦恼交给我 | 4月23日-5月26日 |
| 园林与林学院 | “传递温暖，让你我更近”微博线上活动 | 5月18日-5月23日 |
| “演绎青春，舞动心灵”心理情景剧 | 5月12日 |
| 心之物语之大学生心理知识竞赛 | 5月6日 |
| “秀•最美笑容”照片征集 | 5月20日-5月24日 |
| 国际教育交流学院 | 让压力飞 | 5月25日 |
| 健康从新开始，生命因你绽放 | 5月13日 |
| “其乐无穷，共享阳光”校园骑行三人组 | 5月5日 |
| 幸福生活从我做起 | 4月22日 |
| “阳光心灵，共创和谐”宿舍心理情景剧比赛 | 5月11日 |

附件3：

**第十四届大学生心理健康节优秀组织单位**

**评选办法**

为鼓励学院参与、组织心理健康教育活动，按照项目赋分累积法，活动结束后将评选优秀组织单位。具体赋分见下表。

|  |  |
| --- | --- |
| **项 目** | **分值** |
| 承办校级活动一项 | 10 |
| 参加校级活动一项 | 10 |
| 组织院级活动一项 | 10 |
| 参加省级活动一项 | 10 |
| 省级活动得奖一项（无论等级） | 10 |
| 学院集体获校级活动一等奖 | 10 |
| 学院集体获校级活动二等奖 | 5 |
| 学院集体获校级活动三等奖 | 2 |
| 学生个人获校级活动一等奖 | 10 |
| 学生个人获校级活动二等奖 | 6 |
| 学生个人获校级活动三等奖 | 3 |
| 学生个人获校级活动优秀奖 | 1 |
| 活动总结材料（包括是否按计划进行活动、活动质量、是否按时提交总结、材料质量） | 30 |