

黄河水利职业技术学院学生处文件

黄院学〔2017〕26号

关于举办第十三届大学生心理健康教育 宣传节活动的通知

全校各院（系）：

根据中共河南省委高校工委（河南省教育厅）《关于开展2017年度全省高校心理健康教育宣传周活动的通知》要求，决定在全校范围内开展以“理性平和，健康心态”为主题的大学生心理健康教育系列活动。现将有关事项通知如下：

一、活动目的

深入贯彻落实全国、全省高校思想政治工作会议精神，改进学生心理健康教育工作，宣传普及心理健康知识，建立心理健康档案，加强心理危机预防能力，提升学生心理健康水平。

二、活动时间

2017年10月12日至2017年11月30日

三、活动内容

本次系列活动的主要内容包括：新生心理普查、心理素质室外拓展训练、心理手抄报比赛、新生心理委员培训、现场心理咨询与测评、心理剧场等系列宣传教育活动，具体安排如下：

序号	时间	内容	地点	参与人员
1	10月12日-10月30日	新生心理普测	各院（系）自行安排	2017级新生
2	10月12日-11月10日	社团素质拓展培训	西北体育场	心联会、自律会等
3	10月12日—11月30日	院（系）心理素质拓展活动	西北体育场	2017级新生、心理委员等
4	10月17日（周二） 14:00—18:00	现场心理测试、咨询与沙盘展示	青年大道	自由参加
5	10月20日（周五） 19:00—21:30	心理剧场	地点待定，另行通知	自由参加
6	11月4日-5日	2017级心理委员培训	学术报告厅	全校2017级心理委员、阳光心理联合会成员
7	11月11日-12日	心理知识竞赛	学术报告厅	全校2017级心理委员、心联会成员
8	11月13日-11月24日	心理手抄报大赛		自由参加

四、活动要求

1. **认真组织，保障安全。**请各院（系）切实加强领导，高度重视大学生心理健康教育工作，结合院（系）实际情况和学生心

理状况，组织开展心理健康教育活动和心理素质拓展等活动，确保活动顺利实施。

2. 加强配合，确保效果。请各院（系）认真围绕活动主题，努力拓展活动内容，充分调动学生分会、院（系）阳光心理联合会分会、班级心理委员等组织和学生干部的积极性，发挥自助和互助作用，切实帮助学生缓解来自学习、生活、经济和就业等方面的压力。

附件：心理素质拓展训练活动方案

2017年10月12日

附件：

心理素质拓展训练活动方案

一、活动目的

心理健康科（心理健康教育中心）根据我校学生面临最多的环境适应、人际交往、情绪情感、压力管理、团体合作等问题，准备了一系列的素质拓展训练项目和方案，请各院（系）在本学期根据实际需要和时间进行选择 and 预约。

二、参与对象

各院（系）决定活动参与人员名单，每次活动原则上不超过100人。

三、活动流程

1. 请各院（系）提前与学生处心理健康教育科预约素质拓展训练活动，并提交活动需求表（见表1）。

2. 学生处制定活动方案，在院（系）心理指导老师、院（系）阳光心理联合分会的配合下，按照约定时间组织素质拓展活动。

3. 活动结束后，各院（系）对素质拓展活动进行总结，并及时提交活动通讯稿、活动照片、活动总结等相关资料，作为资料留存和院（系）心理健康教育工作考核依据。

四、活动时间

2017年10月10日—11月30日

五、活动地点

西北体育场素质拓展训练基地

六、活动要求

1. **积极动员，认真组织。**请各院（系）根据通知精神，广泛宣传，做好素质拓展活动的预约、报名和组织工作。

2. **加强配合，积极参与。**请各院（系）辅导员和心理指导老师积极参与，院（系）阳光心理联合分会会长、各班心理委员和其他班干部积极配合，保证活动的顺利进行。

3. **注意着装，保障安全。**请参加素质拓展活动的学生以运动装、运动鞋为主。严格听从现场老师的指导及遵守各项纪律要求。

联系电话：23658236 联系人：王 超

表 2

心理素质拓展训练活动项目

一、沟通协作类

1. 穿越电网*
2. 有轨电车
3. 角色互换
4. 信任盲行*

二、压力管理类

1. 无敌风火轮
2. 夹弹珠
3. 搭桥过河*
4. 荒岛逃生*
5. 翻越王屋山*

三、突破自我类

1. 信任背摔*
2. 疯狂的设计
3. 七彩连环炮
4. 球行千里

四、问题解决类

1. 交通阻塞
2. 谁是卧底
3. 突破雷阵
4. 穿越硫酸池
5. 共同进步*

五、团队建设类

1. 一根手指的力量
2. 解方程式
3. 扮怪兽
4. 建绳房
5. 毕业墙*

注：带*的项目为西北体育场素质拓展基地项目

