

# 关于开展 2019 年第二届“嗨，大学你好” 新生心理健康节的通知

各学院：

为深入学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想 and 党的十九大精神，贯彻落实全国全省高校思想政治工作会议精神 and 全国教育大会精神，推动我校大学生心理健康教育的深入开展，培育学生自尊自信、理性平和、积极向上的健康心态。经研究，决定开展将于 10 月—11 月在全校组织开展心理育人节系列之第二届“嗨，大学你好”新生心理健康节，开展集专业理论知识、专业技能养成，心理体验感受于一体的一系列心理健康活动。现将有关事项通知如下：

## 一、组织机构

**主办：**学生工作部（处）大学生心理健康教育中心

**承办：**校自律委员会心理咨询部，大学生心理协会

## 二、活动主题

以“嗨，大学你好”为主题，通过举办丰富多彩的文化活动，引导和帮助大学生积极认识自我和他人，培养成长型的思维模式，倡导健康的生活方式，构建和谐的人际关系，绽放青春活力。

## 三、活动时间

2019 年 10 月 10 日—11 月 30 日

## 四、活动对象

全体学生

## 五、活动内容

序号	主题	活动类别	时间	活动对象
1	<p>“心灵之约”大讲坛</p> <p>主题一：新生心理健康教育讲座</p> <p>主题二：心理委员培训讲座</p> <p>主题三：“阳光使者”寝室长心理健康培训</p>	专业知识讲座	时间待定	2019级学生
2	“大学季，心起航”心理主题班会策划大赛	专业技能活动	10月8日—11月30日	全体学生
3	“阳光伙伴”新生心理委员训练营	专业技能活动	时间待定	全体新生心理委员
4	“心理嘉年华，青春圆舞曲”	心理体验活动	10月25日	全体学生
5	“遇见更好的自己”心理健康专场活动	心理体验活动	10月31日	全体学生
6	“温暖你，拥抱你”新生入学适应朋辈团体心理辅导	专业技术心理辅导	10月20日—11月30日	全体学生

## 六、活动要求

1. **加强组织领导。**精心组织，密切配合，做实做细各项工作，在全校范围内积极营造心理健康教育的浓厚氛围。

2. **确保活动实效。**各学院在开展活动时，要注重实效，突出活动的教育意义，积极打造校园文化活动精品，使之能够长期、连续开展，切实推动我校心理健康教育工作的持续稳定健康发展。

学工部大学生心理健康教育与咨询中心

2019年10月8日