附件：

**2019年第十三届心理健康教育宣传月**

**活动方案**

**一、“悦动青春”活动暨宣传月活动开幕式**

运动与摄影、趣味心理测试、成长故事征集、LOGO征集

时间：4月24日下午

承办单位：心理健康教育中心、校心联

**二、教师工坊篇**

（1）心理书会

时间：5月上旬

承办单位：心理健康教育中心

（1）大学生生命教育

时间：5月中旬

承办单位：心理健康教育中心

**三、内涵青春篇**

（3）心理电影赏析

时间：4月24日-5月22日

承办单位：经管学院、国教学院、机械学院、测市学院

（4）心理健康系列讲座

主题1：大学生婚恋观或网络成瘾问题

时间：4月下旬

承办单位：电气学院

主题2：“褪去暴力沟通，拥抱爱和幸福”非暴力沟通系列微课堂（4次）

时间：5月9日-6月2日

承办单位：水院双余沟通实验室、建工学院

主题3：“魅力女性，健康随行”

时间：5月上旬

承办单位：经管学院

主题4：“正确面对大学生心理问题”

时间：5月上旬

承办单位：国教学院

主题5：“拨开迷雾，认识我”

时间：5月8日

承办单位：机械学院

主题6：“不止一种情绪”

时间：5月8日晚

承办单位：测市学院

主题7：“我了解我吗”

时间：5月22日

承办单位：信艺学院

（5）“心灵鸡汤”每周寄语推送

时间：4月下旬-5月下旬

承办单位：电气学院

1. “放下手机，真诚交流”、“优化情绪、释放压力”、“大学生性问题”班级心理主题班会

时间：5月上旬

承办单位：电气学院

**四、活力青春篇**

（7）“Secret Angel”团队关怀

时间：4月中旬-7月上旬

承办单位：电气学院

（8）关爱老人与小朋友系列活动

主题1“微笑的弧度”

时间： 4月中下旬

承办单位：信艺学院

主题2：“大手牵小手”

时间：5月15日

承办单位：水利学院

（9）户外运动与素质拓展系列活动

主题1：“用运动，释青春”

时间：4月24日-5月5日

承办单位：机械学院

主题2：“团结就是力量”班级拔河比赛

时间：5月10日前

承办单位：测市学院

主题3：“趣味撕名牌”

时间：5月15日

承办单位：信艺学院

主题4：阳光心理健康趣味运动会

时间：5月中旬

承办单位：经管学院

1. 温暖校园行动

放飞“烦恼”、“爱的抱抱”等

时间：5月7日-8日、5月15日

承办单位：信艺学院、国教学院

（11）“棋心悠扬”棋艺比拼

时间：5月15日

承办单位：经管学院

（12）“花之言，叶之语”

时间：5月中旬

承办单位：水利学院

1. 涂鸦、彩绘系列活动

主题1：心理雨伞涂鸦大赛

时间：5月17日

承办单位：信艺学院

主题2：“一石一世界”鹅卵石彩绘

时间：5月25日

承办单位：电气学院

（14）“我们的独家记忆”班级活动

时间：5月15日-22日

承办单位：机械学院

**五、魅力青春篇**

（15）心理微视频大赛

“珍惜生命，关爱自己”、“身边的小感动”等

时间：4月25日-5月10日

承办单位：机械学院

（16）“美在瞬间”摄影大赛

时间：4月30日前

承办单位：测市学院

（17）“映出身边的文明”寝室绘画大赛

时间：4月底-5月初

承办单位：水利学院

1. 书信沟通表达系列活动

主题1：“书写烦恼 乐解他忧”

时间：5月初

承办单位：水利学院

主题2：“漂流·说出你的故事”

时间：5月5日-5月14日

承办单位：信艺学院

主题3：“你，是我的解忧者”

时间：5月10日前

承办单位：测市学院

（19）心理健康知识竞赛

主题1：“解开心灵疑惑，树立良好心态”

时间：5月10日前

承办单位：测市学院

主题2：心理知识竞赛

时间：5月22日

承办单位：国教学院

（20）“发现身边的温暖”摄影大赛

时间：5月15日

承办单位：经管学院

（21）“人生价值”演讲比赛

时间：5月19日晚

承办单位：水利学院

（22）心理健康月活动开展实效调研

时间：5月24日

承办单位：机械学院

**六、宣传月活动闭幕式**

手印绘青春、表彰等

时间：5月29日下午

承办单位：心理健康教育中心、校心联