

关于开展桂林学院 2024 年“3·25”心理健康教育活动月暨学风建设月活动的通知

各二级学院:

根据《自治区教育厅关于开展 2024 年全区高校大学生“3·25”心理健康教育活动季活动的通知》（桂教思政〔2024〕7 号）和《桂林学院进一步加强学风建设实施方案》桂院政办〔2023〕10 号要求，为进一步加强我校大学生心理健康教育和学风建设工作，经研究，决定开展“携手同行，共筑未来”心理健康教育主题活动。现将有关事项通知如下:

一、活动主题

“携手同行，共筑未来”

二、活动宗旨

以“携手同行，共筑未来”建设为主线，集中开展我校大学生心理健康教育活动，教育引导大学生树立团结友爱、互帮互助、携手共进的意识，培育学生自尊自信、理性平和、积极向上的健康心态。

三、活动时间

2024 年 4 月至 7 月

四、活动对象

全校师生

五、活动内容

（一）朋辈心理辅导技能比赛

1.报名对象

本次朋辈心理辅导技能比赛的参赛对象为全体在校学生。

(二) 比赛时间安排:

4月1日前将报名表(见附件)发送至邮箱 1823974621@qq.com, 并添加校级比赛QQ群 490874763。参赛学生进入校级比赛前, 在群内下载笔试考试范围进行备考。

4月7日进行校级初赛, 比赛形式为心理健康专业知识笔试, 内容围绕比赛群内提供的考试范围。

4月10日进行校级复赛, 比赛形式为朋辈辅导模拟。

4月15日公布校级比赛结果及参加区级比赛成员(拟定)。

3.注意事项

(1) 区级参赛人员名单由学生心理健康教育与咨询中心负责解释, 并组织安排赛前培训。参加区赛人员必须保证具备充足时间和精力参与赛前培训及比赛。

(2) 参赛学生须加群 490874763, 入群后请修改群备注为“姓名+年级+专业”。在规定时间内提交报名表并入群的学生视为参赛, 缺一不可。

(3) 学生心理健康教育与咨询中心视参训及比赛表现情况, 为参加校级比赛的学生评选一等奖3名、2等奖4名、3等奖5名, 3·25心理健康活动季积极分子奖若干名, 予以鼓励。

(二) 班级心理委员培训

1.活动内容

为提高我校大学生的心理健康知识水平，完善心理防护网络体系的建设，充分发挥学生群体在心理健康教育工作中的主体作用，培养学生助人自助、快乐成长的品质，学生心理健康教育与咨询中心将开展 2024 年春季学期班级心理委员培训。

2.培训内容：心理危机干预技能、朋辈辅导技能、团体辅导技能、心理中心见学体验活动。

3.培训时间：5 月，具体时间待通知。

4.培训对象：面向全校班级心理委员（参加并考核合格的 2023 级班级心理委员除外），不限年级。主要包括，由于班级班委更换等工作，本学年上任的心理委员；担任班级心理委员期间，未参加过心理委员培训的；未获得心理委员培训结业证书的。

5.学生心理健康教育与咨询中心将为参训并完成考核的心理委员颁发证书，予以鼓励。具体考核标准请参照 2023 年心理委员考核标准。

（三）“携手同行，共筑未来”团体心理咨询

1.活动内容

为提高我校学生心理健康水平，丰富心理健康教育形式，促使学生通过团体内人际交互作用，在交往中观察、学习、体验、认识自我、探讨自我、接纳自我、开放自我、调整和改善与他人的关系，学习新的态度和行为方式，发展良好的生活适应。学生心理健康教育与咨询中心将开展“携手同行，共筑未来”团体心理咨询。

2.活动对象：向全校学生开放报名

3.活动时间：4-6月

（四）辅导员心理健康教育系列培训

1.活动目的

为加强我校教师的心理健康水平，提升心理健康教育工作的专业素养，帮助教师解决学生心理问题中的重点与难点问题，全方面提高我校师生心理健康意识，学生心理健康教育与咨询中心将开展一系列针对教师的心理健康教育活动。

2.活动对象：全体辅导员

3.活动内容：心理健康教育相关工作相关培训、案例分析会

4.时间及地点：5-6月，具体时间及场地另行通知。

（五）各二级学院开展“一院一品”心理健康特色教育活动

1.活动内容

（1）各二级学院结合自身特色，针对大学生的心理特点与需求，制定一个集活动性、趣味性和体验性于一体的“一院一品”心理健康教育特色活动的策划，形式不限，主题不限。4月15日前提交至学生心理健康教育与咨询中心，经由学生事务处（部）评选后，与学生心理健康教育与咨询中心联合开展。

（2）以班级为单位开展至少一次心理健康教育主题班会。

（3）开展一次针对家长的心理健康教育活动，旨在加强家校沟通，提升家长对学生心理健康水平的重视。活动形式不限。

（4）根据学院实际情况开展院内心理健康教育活动。

（六）其余事项

1.各二级学院组织开展学院内心理健康教育特色活后，请将活动材料，如活动策划、照片、开展情况说明等，交到学生心理健康教育与咨询中心。将根据本学期每学院各项心理健康教育活动的开展情况，进行2024年“3·25”心理健康教育活动季优秀组织奖的评选。

2.活动季各项材料请于7月1日前，提交电子版及纸质版。纸质材料提交至学生心理健康教育与咨询中心（杉湖家苑1楼），电子版发送至指定邮箱1987766966@qq.com。

3.事宜未尽，请联系心理中心。联系人：张紫晨、张月、刘丽红、杨黄玥莹。电话：3696930

学生心理健康教育与咨询中心

2024年3月27日