附件1：2022年“5·25”心理健康教育主题文化节校级活动安排表

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **活动类别** | **活动主题** | **活动形式** | **活动时间** |
| 心理文化类活动 | 第九届校园心理情景剧大赛 | 初赛由各二级学院根据实际情况自行开展，4月1日前向大学生心理健康咨询中心报送参加决赛队伍的相关信息。通过决赛选拔出优秀参赛队伍，推荐参加“剧暖心，伴你行”第五届全国高校心理情景剧大赛。 | 3月10日-4月27日 |
| “绽放光芒”心理成长演讲大赛 | 比赛可诵读摘抄或原创的心理美文，作品需展现当代大学生热爱生活的精神风貌和积极乐观的健康心态。通过比赛选拔，优秀作品将在“蔚园心理”公众号上进行展播。 | 4月6日-5月11日 |
| “创心未来”心理文创产品设计大赛 | 本次活动面向我校全体学生征集心理相关的漫画、海报、明信片等。作品征集完成后，将在“蔚园心理”微信公众号进行集中展示，并进行投票评选。 | 4月6日-4月29日 |
| “心随影动”心理微视频大赛 | 本次比赛以提交自制视频形式开展，鼓励参赛者自编、自导、自演具有积极力量的心理动画短片、情景演绎视频等。优秀作品将在“蔚园心理”公众号上进行展播。 | 5月7日-5月23日 |
| “温暖同行”主题班会设计大赛 | 组织开展心理健康主题班会大赛，班会设计要求深入宣传心理健康知识，营造健康向上的心理健康教育氛围，引导大学生树立正确的心理健康观念，促进学生健康成长。 | 5月15日-5月25日 |
| 心理成长类活动 | “绿地认领·园艺疗心”活动 | 通过全校招募，筛选八组成员，修整绿地、播种花草，撰写花园变化日记，定期开展自然互动活动。 | 3月12日-5月30日 |
| “自在画心”心理涂鸦活动 | 面向我校全体学生征集与心理相关的绘画、涂鸦作品。报名者可在大学生心理健康咨询中心粉色二楼左侧墙面自由涂鸦，展现内心，表达心声。 | 4月6日-5月22日 |
| “观影疗心”心理电影展映活动 | 通过播放经典心理主题电影，普及心理健康知识，在剧情中理解人物，探索内心，展映活动后通过讨论，表达收获。 | 5月6日-5月27日 |
| “创艺市集”心理游园会 | 大学生心理健康咨询中心将根据“情绪宣泄、音乐放松、园艺治疗、沙盘体验、绘画团体”等专题开展活动，同时招募文创摊主，展示作品，开展心理游园会，参会人以报名为主。 | 4月16日、5月21日 |
| “炫彩快闪”舞动青春活动 | 融合音乐、健美操、舞蹈等形式，在指定地点自发组织学生用此形式表达自己的梦想和追求，展现青春活力。 | 5月22日 |
| 心理发展类活动 | “遇心”心理委员团辅技能培训 | 由大学生心理健康咨询中心老师为朋辈心理骨干进行主题团体辅导技能培训。 | 3月23日—5月25日 |
| “蔚园心声”朋辈心理倾诉热线 | 经过严格培训的30位朋辈倾听员为全校学生提供心理热线倾听服务。 | 3月7日—6月25日 |
| “暖心”朋辈心理小讲堂大赛 | 初赛由各二级学院根据实际情况自行开展，形式为心理委员心理健康主题宣讲，4月1日前向大学生心理健康咨询中心报送决赛队伍。最终获奖的优秀选手将安排至各学院进行公开宣讲。 | 3月23日—5月25日 |
| “悦读见心”线下读书沙龙 | 通过读书打卡，丰富学生的文化生活，体验阅读的乐趣，养成良好的读书习惯。 | 5月16日-6月3日 |
| 大学生心理健康教育主题讲座 | 邀请老师为全校学生讲授心理健康相关知识，通过知识分享、答疑解惑、现场支招等形式帮助学生调适心理，探求幸福密码。 | 5月5日-5月25日 |
| 心理展示类活动 | “5·25”心理健康教育文化节成果展 | 通过心理剧、演讲、脱口秀、微视频等多种形式集中展示“5·25”心理健康教育文化节成果。 | 6月上旬 |
| 优秀心理委员工作事迹展 | 征集优秀心理委员的成长经验、工作成效，在微信公众号公开展示。 | 6月上旬 |