学工〔2018〕53号

关于开展第四届积极心理健康教育

主题班会评比活动的通知

各院系：

为进一步加强我院心理健康教育，将心理健康教育工作深入到班级中，更好地增强班级凝聚力，提升同学们的积极心理品质，促使同学们更加关注心理健康，经研究决定，在全院范围内举行第四届积极心理健康教育主题班会，现将有关事宜通知如下：

一、活动目的

通过本次主题班会，提高我院大学生的心理健康知识水平，增强同学们的心理保健意识，促进同学们更好地适应校园生活，掀起关注心理健康的热潮，增强班级凝聚力。

二、活动宗旨

用心沟通 和谐人际

1. 活动对象

全院学生（大一必须参加，其它年级自愿参加）

四 、活动主题

以培养大学生积极心理品质，促进大学生积极发展为主要内容，不同专业、年级可根据同学们的心理特点和心理需求围绕人际交往（宿舍关系）、环境适应、学业心理、就业压力、恋爱心理、手机依赖等等方面自拟主题，如 “不做低头族，让人际更和谐”、“和谐宿舍，健康心灵”、“新起航，心飞扬——新生适应主题训练”、“心的交融，心的飞扬”、“阳光总在风雨后——耐挫能力训练”及“感恩的心”等。不同年级活动主题推荐如下：

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 各个年级活动主题推荐 | | | |
| 年级 | 大一 | 大二 | 大三 | 大四 |
| 主题 | 环境适应  自我管理  自我意识  人际适应  时间管理  宿舍关系  … | 人际交往  手机依赖  人际沟通  学业心理  认识抑郁  … | 创新思维  情绪管理  择业心理  恋爱与性  … | 就业压力  面试技巧  职业素质  焦虑心理  … |

注：各班级可以根据推荐主题开展班会活动，也可以结合班级实际自行安排相关主题。

五、活动形式

活动形式可以灵活多样，如团体心理训练、班级心理拓展、心理游园活动、心理主题辩论赛、心理沙龙、心理知识竞赛、心理电影赏析、心理情景剧、心理体验（角色扮演）、案例讨论等等，引导同学们了解更多的心理健康知识，帮助同学们树立正确的心理健康观，从而更好的维护和促进自身的心身健康。

六、活动安排

（一）筹备动员阶段：11月6日—11月13日，院系动员和筹备工作。

（二）组织开展阶段：11月14日—12月3日，各班级自行组织开展心理健康教育主题班会活动。

（三）院系评比阶段：12月3日—12月5日，院系对主题班会活动开展情况进行总结评比。

（四）学院评比及展示阶段：12月6日-12月13日，对各院系上报的优秀主题班会活动材料进行初步审核，并从中评选出“优秀心理健康教育主题班会活动”入围决赛作品。决赛采取现场汇报展示方式进行，时间初定12月13日下午14:30，地点另行通知。每个入围决赛的作品需进行5min的汇报展示，现场决出一二三等奖。

七、活动要求

（一）各院系对本次活动高度重视，请心理委员加强对主题班会活动的组织。

（二）班会活动***需由各班心理委员主持召开***，活动结束后，班级要做好活动总结工作（包括文字、图片、视频材料等）和新闻稿的撰写，通过易班平台（话题发布功能）发布总结图文材料（具体操作见后续推文或由易班班长业务培训后负责操作），并选择公开到东莞理工学院城市学院机构号，此条将作为评比表彰的重要依据。

（三）以院系为单位，以开展主题班会的班级数为基数，按1:5的比例报送优秀班会项目，不足5个班级的院系限报送1个项目，6-10个班级的可报送2个，11-15个班级的可报送3个，21-25个班级的可报送3个，以此类推。12月5日17:00前将项目申报材料电子版发至：csxypsy@163.com，同时将纸质材料上交到大学生活动中心216。特别说明：推送到学院参评的请自行准备一份5分钟的ppt，决赛需进行ppt展示，电话：0769-23382651，联系人：赖巧珍。

（四）材料上交

1. 优秀心理健康教育主题班会所需上交资料如下：

1）优秀主题班会申报表和汇总表（见附件一、三，电子版和纸质版）；

2）说明材料，如活动方案、活动总结、心得体会摘选、宣传报道和活动效果反馈等（电子版和纸质版）；

3）活动现场照片（纸质版图片可以插入活动总结中，电子版照片单独上交一份供宣传报道使用，原则上照片精选 6 张以内，特别精彩活动例外，照片均需加以描述命名，放在一个文件夹内）。

2. 优秀组织奖所需上交资料：

1）优秀组织单位申报表1份（见附件二，电子版和纸质版）；

2）总结材料1份，含活动总结、组织动员凭据、宣传报道和活动效果反馈等（电子版和纸质版）。

3）参与网上调查反馈人数比例：总参与人数在1000人（含）以上的反馈比例不低于参与班会人数的10%，1000人以下的反馈比例不低于参与班会人数的15%。中心拟于11月14日-11月30日开放网上调查。届时会通知各系组织参与过主题班会活动的同学完成调查反馈。

1. 项目评比规则
2. 活动主题（20分）：主题紧密围绕如何培养大学生积极心理品质，促进大学生积极发展，主题鲜明，导向积极。
3. 活动形式（20分）：主题班会活动形式新颖，形式多样，富有创新，能够吸引同学主动参与。
4. 参与度（15分）：主题班会参与率高，覆盖面广。
5. 活动效果（25分）：参与人员触动较大，收获较多。
6. 专业特色（20分）：主题活动能够结合自身专业，具有专业特色。
7. 奖项设置及其他说明
8. 奖项设置

本次评比拟设置优秀心理健康教育主题班会一等奖1个、二等奖2个、三等奖3个，优秀奖若干和优秀组织奖2个，以上奖项均颁发荣誉证书。

1. 经费奖励

荣获优秀组织奖的院系将获得800元活动经费奖励，获奖的班级也将给予相对金额的活动经费奖励：一等奖奖励500元，二等奖奖励300元，三等奖奖励200元。获奖院系和班级需凭活动经费票据报领奖励。

请各院系接此通知后积极组织和指导各班级开展主题班会，同时认真总结，积极推荐优秀项目参与学院评比，充分展现城市学院大学生的时代风采。

附件：1. 优秀心理健康教育主题班会申报表

2. 优秀组织单位申报表

3. 院系优秀心理健康教育主题班会申报汇总表

学生处

2018年11月6日

附件一：

**优秀心理健康教育主题班会申报表**

**申报系部：**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **班级全称** | | 示例：2018级数字媒体艺术x班 | | |
| **项目主题** | |  | | |
| **项目负责人** | |  | **联系方式** |  |
| **实施时间** | |  | **实施地点** |  |
| **班级人数** | |  | **实参与人数** |  |
| **项目内容摘要和创新点**(600字内) |  | | | |
| **效果评价**  (200字内) |  | | | |
| **推广应用情况及注意事项**  (200字内) |  | | | |
| **系部推荐意见** | 辅导员签名： 主管领导签名：  日期： 日期： | | | |
| **中心意见** |  | | | |

附件二：

**优秀组织单位申报表**

**申报系部：**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **开展主题班会班级数** | |  | | **上交心得份数** |  |
| **总参与人数** | |  | | **参与率** | 实际参与人数/本系总人数 |
| **年 级** | | 2018级 | 2017级 | 2016级 | 2015级 |
| **开展班会班级数/班级总数** | | / | / | / | / |
| **本系心理健康主题班会实施总体情况简述（600字）** |  | | | | |
| **总体效果评价**  (200字内) |  | | | | |
| **特色与创新点**(200字内) |  | | | | |
| **系部意见** | 主管领导签名  系部印章 | | | | |
| **中心意见** |  | | | | |

附件三

**院系优秀心理健康教育主题班会申报汇总表**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 班级全称 | 活动名称 | 活动主题 | 活动形式 | 应参与人数 | 实参与人数 | 上交心得份数 | 备注 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |