

# 绵阳职业技术学院处(室)文件

绵职学〔2017〕1号

---

## 关于举办第十届大学生心理健康教育活动月的 通 知

各系:

为全面提升大学生心理健康素质,丰富大学生的校园文化活动,促进大学生在传统文化中怡情育心,结合中共中央办公厅、国务院办公厅印发的《关于实施中华优秀传统文化传承发展工程的意见》,在全国十八个“5.25 我爱我”心理健康日来临之际,特举办我校第十届大学生心理健康教育月活动。各系应积极创造条件,利用各自特色和优势开展内容丰富、形式多样的传统文化健心活动,营造我校良好的心理健康教育氛围,以提高我校学生的个性心理品质,增强学生的心理健康水平。现将有关事宜通知如下:

### 一、活动主题:

发扬中华传统文化,提升积极心理品质

### 二、活动时间

2017年4月19日-5月24日

### 三、主办单位

学生工作部心理健康教育与咨询中心

### 四、活动内容及要求

## 1. 启动仪式暨首届大学生心理技能大赛

2017年4月19日14:30在学术报告厅举行大学生心理技能大赛，由材料系和管理系心理辅导站承办，各系组织学生参加。

竞赛内容包括限时魔方复原、脑认知竞赛答题、瞬时记忆竞技和心理控制能力竞赛（手持式心理调节仪）四个环节，考验参赛选手的逻辑思维能力、计算能力和记忆能力、心理调控能力。各系派2名参赛选手（材料工程系和建筑工程系派4名）组成10支参赛队伍，每组2人参加所有环节的竞技比赛。

## 2. “发扬中华优秀传统文化，提升积极心理品质”主题系列活动

开展“发扬中华优秀传统文化，提升积极心理品质”宣传教育。通过横幅宣传、板报宣传、橱窗宣传、广播宣传等形式，弘扬中华优秀传统文化，宣传积极心理学知识。

开展“发扬中华优秀传统文化，提升积极心理品质”学生活动。各系根据本系特色制定内容丰富、形式多样的学生活动方案。材料工程系开展“陶艺健心”，管理工程系开展“茶艺健心”，机电工程系开展“与心相约，与爱同行”系列活动，计算机科学系开展“阅读健心”，建筑工程系开展“积极畅想，美丽青春”团体辅导，人文科学系开展“文艺怡情”，信息工程系开展“感悟传统，成就自我”文化健心，艺术系开展“悦纳自我团体活动”。请各系在4月14日前将活动方案交心理健康教育与咨询中心。活动设计要满足不同学生群体心理需求，体现特色，精心组织，力求创新，确保活动取得成效。

开展“发扬中华优秀传统文化，提升积极心理品质”主题班会。5月14日晚，各系大一大二各班组织相关主题班会活动，在传统文化活

动中育心怡情，提升心理品质。心理健康中心将组织各系心理老师进行班会检查，评比结果将纳入心理健康月活动总结表彰。

### 3. 心理健康教师专题培训

各系心理健康教师根据本系学生的心理需要，开展有针对性的心理健康知识讲座，如学习与成就动机、情绪管理、人际冲突、恋爱关系、积极心理学等方面的知识讲座，培养学生积极健康的心理品质。

### 4. 第五届心理健康情景剧比赛

2017年5月24日15:00在学术报告厅举行，由机电系心理辅导站承办，信工系、计科系心理辅导站协办，各系组织学生参加。

心理情景剧应紧紧围绕大学生现实生活中出现的热点问题，普遍存在的心理问题、困惑，如情感纠葛、家庭因素、人际交往等一系列角色的心理冲突、心理调试及一些心理变化过程。情景剧类型为校园心理情景剧，反映积极健康生活态度。主要演员限定在10人以内（其中一人为心理健康教师），各系心理健康教师须全程指导和排演。情景剧时间控制在12分钟以内。请各系在4月19日以前确定心理情景剧剧本和参演人员，将《心理情景剧报名表》和剧本交心理健康教育与咨询中心。情景剧排演进程安排为4月26日进行剧目一审，5月10日进行剧目二审，5月17日进行彩排，5月24日进行全校汇演。

绵阳职业技术学院学生工作部

二〇一七年四月十二日

---

绵阳职业技术学院学生工作部

2017年4月12日

共印3份