**福州职业技术学院（学生工作处）**

榕职院学〔2020〕20号

**福州职业技术学院关于开展**

**第十六届“5.25”心理健康教育活动月的通知**

各二级学院：

根据教育部思想政治司《关于2020年“5.25”大学生心理健康月举行“四个一”专项行动的工作提示”》的通知要求，为持续加强心理健康教育工作，更加聚焦重点，破解难点，进一步提高工作针对性，现将学校第十六届“5.25”心理健康教育活动月系列活动安排如下：

1. **活动主题**

云端守望，聚力同心，战疫同行，助力成长

1. **活动对象**

福州职业技术学院全体学生

1. **活动时间**

2020年5月-2020年6月

**四、活动安排**

(一）网络专题推送。

受新冠肺炎疫情影响，学生在学习、生活、情感、就业等多方面遭遇更多挫折与挑战。通过新媒体平台，传播心理调适知识，倡导健康生活方式，开展逆境教育，指导学生正确认识和积极面对挫折。在前期“共抗疫情、爱国力行”主题宣传教育和网络文化成果征集展示的基础上，通过相关网络媒体进行专题推送和集中展示，丰富完善形成资料包，建立常态化网络推送机制，定期精准推送给不同学生。

（二）线上心理健康教育讲座。

聚焦学生面临的关于复学如何更好地进行人际相处、如何实现学业方式的顺利过渡、如何避免过渡担忧等众多心理烦恼与困惑，校心理健康教育与咨询中心将邀请专家通过云课堂、直播平台等方式开展一次复学心理健康教育讲座，进行针对性教育。

（三）“我的一天”线上打卡视频征集活动。

通过5分钟左右视频剪辑记录“云上学”的一天或征集真人录制或动漫创作的视频等方式展示居家生活的美好的一天，通过Vlog记录喜怒哀乐，SHOW出你的宅家技能，传递心理正能量。各二级学院遴选2个优秀作品上报心理健康教育与咨询中心。心理健康教育与咨询中心将经过遴选在易班等网络平台上进行展示。

（四）关爱谈心帮扶活动。

全面摸排疫情期间家庭有患病或是亲人病故等学生群体，主动联系相关学生，在充分准备基础上开展一次深入的谈心谈话，加强关爱指导和心理疏导。在谈心谈话基础上，进一步加强线上线下相结合，梳理问题清单和帮扶台账，切实将解决心理问题和实际问题结合起来。

（五）特色活动。

各学院围绕“云端守望、同心战疫、助力成长”活动主题，结合本学院实际，开展一次特色鲜明、行之有效的心理健康宣传教育特色活动。

**五、活动要求**

（一）加强领导，精心组织。心理健康教育活动月是集中宣传心理健康知识、培养学生健康心理、提高自我调适能力、发挥心理育人机制功能的重要契机。各学院要高度重视，认真组织开展系列活动，确保活动顺利实施。

（二）强化宣传，营造氛围。紧密结合“云端守望，聚力同心，战疫同行，助力成长”活动主题，进一步拓展心理健康教育宣传覆盖面。通过多种媒体及形式大力宣传，启动此次心理健康教育宣传月活动。

（三）注重内涵，确保实效。以心理健康教育宣传月为契机，进一步完善心理健康教育工作机制，努力构建更加完善的心理健康教育工作体系。充分发挥二级学院心理辅导站、团总支、学生会等组织的积极作用，发挥大学生在心理健康教育中的自助和互助作用，为促进学生健康成长提供有力的支持和保障。

（四）拓展形式，凝练特色。要积极探索有效开展师生心理健康教育的载体和方法，形成工作特色和工作优势，推动心理健康教育工作不断迈上新的台阶。

（五）认真总结，不断提高。要收集和保存相关资料，活动结束后各二级学院要将策划和包含图文的总结报告或新闻通讯稿，活动（一）（四）于2020年5月21日前报送，其他活动于2020年6月15日前报送校心理健康教育与咨询中心，[并将电子文档发送至邮箱309135943@qq.com 。](mailto:%E5%B9%B6%E5%B0%86%E7%94%B5%E5%AD%90%E6%96%87%E6%A1%A3%E5%8F%91%E8%87%B3dxsxljjzx@mail.haust.edu.cn)

福州职业技术学院学生工作处

2020年5月15日

福州职业技术学院学生工作处 2020年5月15日印发