

湖南信息学院

湘信院通〔2022〕132号

关于开展湖南信息学院第二届 “10·10 世界精神卫生日”活动的通知

各处室部委(中心)、二级学院:

根据《关于开展2022年湖南省高校10·10世界精神卫生日宣传教育活动的通知》(湘高心研会〔2022〕8号)文件精神,经研究决定,学校开展第二届“10·10世界精神卫生日”活动。现将有关事项通知如下:

一、活动主题

喜迎二十大 同心向未来

二、活动时间

2022年10月10日至11月30日。

三、组织机构

成立学校第二届“10·10世界精神卫生日”活动组委会:

主 任: 姜佐澧

副主任: 黄涛、况守忠、史珺宇、黎善江、罗容波、刘锬、
杨继梅、李永兰、丁德林、丁雪、李增林

成 员: 心理健康教育中心全体教师、二级学院心理专干、
体育与健康教学部教师

四、活动安排

详见附件。

五、有关要求

(一) 提高认识，加强领导。各二级学院要高度重视，积极组织学生参加学校、学院举办的各项活动，确保活动落到实处。

(二) 探索创新，树立品牌。本次系列活动既要体现学校教育目标，又要展现学院特色。各学院要结合专业特点创建学院特色活动，充分调动学生积极性和创造性，及时对有特色、有影响的活动专门研究再推进，努力打造品牌活动。

(三) 精心策划，系统宣传。各学院要精心做好活动策划和宣传，及时收集、整理活动图片，多平台多形式宣传报道，浓厚活动氛围。

(四) 总结经验，凝炼特色。各学院加强活动效果检验，在总结中着力挖掘创新性活动和可复制经验，助力学校打造心理健康教育品牌。请各学院在10月16日前将系列活动总结材料电子版交至心理健康教育中心。联系人：谭老师，联系电话：15116189193，邮箱：623965640@qq.com。

附件：湖南信息学院第二届“10·10世界精神卫生日”活动安排

湖南信息学院

2022年10月9日

附件

湖南信息学院第二届“10·10 世界精神卫生日”活动安排

序号	名称	目的	要求	时间	承办部门
1	开展一次心理健康运动会及举行开幕式	1. 提高大学生身心健康意识，培养大学生良好的身心素质，缓解师生心理压力，促进身心和谐发展。 2. 营造“10·10 世界精神卫生日”开幕式积极、热烈的气氛，提升全校师生活动参与积极性； 3. 对“‘5·25’大学生心理健康月”先进个人与先进团队进行表彰。	1. 心理健康教育中心与体育与健康教学部共同制定“心身一体”趣味运动会活动方案并提前发布，校团委协助组织，二级学院积极响应。 2. 心理健康教育中心协同校团委学生会做好开幕式前的宣传工作、开幕当天的组织工作，各二级学院协助心理中心做好人员的通知与安排工作。 3. 二级学院于 10月16日 之前将有关宣传图文、过程性材料、总结等内容打包发送至邮箱 623965640@qq.com。	10月10日 (暂定)	心理健康教育中心、体育与健康教学部、各二级学院、校团委
2	开展一次心理健康微电影作品大赛	通过心理微电影提高全校师生对心理健康的关注度，重视个人心理健康，了解心理健康相关知识，促进心理健康教育工作的进一步开展。	1. 每个二级学院推选1-2个作品，每个作品的时间限定通常为3-5分钟，特殊情况不超过8分钟； 2. 参赛作品必须与“心理健康”相关话题紧密联系，引导观影者关注并重视自身心理健康； 3. 视频比例为4:3或16:9，采用网络通用格式，分辨率不得低于720×576P，声音清楚，标注字幕； 4. 作品需为原创，如出现侵权问题，作者自行负责。参赛作品一经录用，主办方将享有无偿使用权，创作团队保留署名权； 5. 二级学院于 11月30日 之前将微电影、海报、报名表、推荐词、1分半钟的视频或15张图片花絮打包发送至邮箱 623965640@qq.com。	10月10日 — 11月30日	心理健康教育中心、各二级学院、校团委

3	开展一场心理健康板报宣传活动	通过心理健康知识宣传，引导学生关注心灵成长，积极营造有利于学生身心齐发展的校园文化氛围。	1. 二级学院组织设计宣传板报/电子海报，于线上/线下、利用多平台做好心理健康知识科普宣传工作； 2. 二级学院于 10月16日 之前将有关宣传图文、过程性材料、总结、学生反馈等内容打包发送至邮箱 623965640@qq.com。	10月10日 — 16日	心理健康教育中心、各二级学院、校团委
4	组织一堂主题教育公开课	湖南省心理健康研究会通过直播方式，面向全省高校在校学生开展专题培训，不断提升学生的心理健康素养，塑造坚韧自信、乐观勇毅的心灵。	1. 心理健康教育中心将直播链接与观看方式提前发布； 2. 二级学院组织全院学生线下观看直播，并做好考勤，拍摄现场照片，留存材料； 3. 二级学院于 10月16日 之前将本活动有关过程性材料、总结、学生反馈等内容打包发送至邮箱 623965640@qq.com。	10月10日	心理健康教育中心、各二级学院
5	开展一个系列团体绘画心理辅导	引导学生关注内心世界，增加人际互动，减轻心理压力，探索内在自我，获得心理成长，助力创建舒心的校园氛围。	由心理健康教育中心设计绘画系列团体心理辅导方案，面向全校学生招募体验者，并随机抽取 40 名学生参加绘画团体心理辅导选修课学习，二级学院积极参与，协助做好宣传与组织工作。	10月10日 — 11月30日	心理健康教育中心、各二级学院
6	评选一批心理健康教育活动积极分子	1. 发现身边有着积极正能量，积极参加学校心理健康教育活动，且热心关爱他人、守护他人心理健康的朋辈支持者，为学生树立阳光的心理典范； 2. 发挥榜样力量，营造朋辈之间相互关爱、相互照顾的和谐氛围，促进学生健康、和谐成长。	1. 评选活动要求参评学生心态阳光，传播健康理念，在心理健康教育参与活动参与和心理助人方面表现突出，帮助同伴解决心理困惑，树立勇敢、顽强、坚韧以及幸福的世界观和人生观； 2. 全校共评选 50 名“心理健康教育活动积极分子”，授予校级荣誉。	10月10日 — 11月30日	心理健康教育中心、各二级学院、校团委