

湖北师范大学 2023 年“5·25”心理健康节 活动方案

2023 年是全面贯彻落实党的二十大精神开局之年，也是学校的“人才强校年”。为进一步落实立德树人根本任务，加强大学生心理健康教育，积极培育学生健全人格，丰富心理育人形式，营造和谐向上的心理健康氛围，结合学校实际，特制定本方案。

一、指导思想

以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，贯彻落实党的二十大精神，全面贯彻落实习近平总书记关于教育、卫生健康的重要论述和全国教育工作会议精神，以提高我校大学生心理健康教育工作实效性、推进工作科学化水平为主攻方向，充分调动学院开展心理健康教育的积极性和主动性，立足学科专业特色，强化预防与普及，聚焦提升学生心理健康素养，助力学生健康成长成才。

二、活动主题

同心奋进五十载，青春扬帆再启航

三、活动时间

2023 年 5 月

四、活动内容

2023 年“5·25”心理健康节校级活动

项目	活动名称	负责人	组织单位
开幕式	“5·25”心理健康节开幕式 暨心理游园会	荆玉梅	学生工作部（处）
特色团体 辅导活动	班级凝聚力建设团体	邓黎崇	
	舞动青春-人际关系促进团体	李琳	
	恋爱成长沙盘团体	王伟唯	
	压力管理与应对绘画团体	李美华	

2023 年“5·25”心理健康节院级活动重点项目

序号	项目名称	负责人	组织单位
01	“微笑向阳迎校庆,逐梦远航 谱华章”最美照片、短视频 征集评选	崔梦川	经济管理与法学院
02	“臻稀时光,稚趣丛生”春日 植物手工画	陈洋	文学院
03	“敞开心扉一片天,放飞阳光 青春梦”校园共享位置躲猫猫	郑甜甜	历史文化学院
04	“享心灵愉悦 与健康同行” 心理健康趣味运动会	田学泽	物理与电子科学学院
05	“同心环”心航计划	贾凡	城市与环境学院

06	“巧手绘扇,清凉一夏” 创意 彩绘制作	陈雯霜	美术学院
----	------------------------	-----	------

2023 年 “5·25” 心理健康节院级活动一般项目

序号	项目名称	负责人	组织单位
01	“寓” 见你就笑主题班会	郑小蓉	马克思主义学院
02	“心心相照,抛开烦恼” 团体 辅导活动	秦珊珊	教育科学学院
03	“与阳光为伴, 为心灵导航” 体验式团体素质拓展	李 亮	体育学院
04	“心随手动,手动生花” 心灵 减压环保创意手工设计大赛	杨梦伟	外国语学院
05	“让心灵沐浴阳光,为健康保 驾护航” 心理知识竞赛	屈媛媛	数学与统计学院
06	“心怀希望,向阳生长” 心理 健康主题班会	谢苗苗	化学化工学院
07	“提升自信心” 幸福夸夸会	张 良	生命科学学院
08	“影愈心灵,定格美好” 摄影 作品展	任小聪	电气工程与自动化学院
09	“告别孤独的‘寓’,珍惜宿 舍的缘” 宿舍关系主题讲座	张 跃	计算机与信息工程学院
10	“与青春相寓,与心灵相约” 宿舍短视频大赛	杨 娇	音乐学院

五、活动要求

1. 高度重视，认真组织开展各项活动。各学院应立足学院自身工作实际，积极发挥学科专业特色和学生活动特色基地、二级辅导站建设等优势，认真开展心理健康节相关活动，心理中心将通过现场参与等方式，对活动实施过程加强指导与监督。

2. 加强宣传，注重营造心理健康氛围。各学院在活动开展过程中要通过横幅、电子屏、微信、微博等形式进行广泛宣传，调动学生参与的积极性。活动结束后及时将活动通讯稿（含活动图片）发送至中心邮箱 xlzx11@hbnu.edu.cn。

3. 及时总结，按期做好项目结项工作。各学院在活动过程中注意收集整理能够反映活动效果的相关图文资料，5月25日，学校将组织各学院在湖师大道集中进行活动成果展示。同时，将项目总结材料进行整理并于5月26日-5月31日将材料汇编（纸质版、电子版）提交至心理中心。活动结束后，将结合活动开展情况评选“优秀组织单位”。

学生工作部（处）

2023年5月4日