

上海外国语大学贤达经济人文学院

关于开展2021年度上海学校心理健康教育月活动月的通知

上外贤达学通〔2021〕5号

各学院：

为进一步落实教育部关于《高等学校学生心理健康教育指导纲要》（教党〔2018〕41号）、《上海市教育委员会关于加强上海学校心理健康教育的意见（沪教委规〔2020〕21号）》等文件要求，积极促进我校心理健康教育工作育德与育心相结合，切实推进各学院开展以学生为主体的心理健康普及、宣传和教育工作，不断探索心理健康教育的新形式、新方法，现根据上海学生心理健康教育发展中心下发的《关于开展2021年度上海学校心理健康教育月活动月的通知》精神（以下简称通知），于3-5月组织、开展我校2021年度心理健康教育月活动月（以下简称活动月），活动要求具体如下：

一、活动主题

生态心态和谐发展 润心慧心健康成长

聚焦学生健康成长，坚持积极正向引导和温润心灵，将心理健康教育融入渗透学校各项育人工作中，营造健康向上的氛围，促进学生自我成长，培养身心健康的时代新人。

二、活动宗旨

以发展性心理健康教育与积极心理学理念为主导，关切学生成长需求及凸显问题，结合我校实际，开展各类心理健康教育活动，宣传普及心理健康知识，引导学生自我探索，提升学生自助互助意识和能力，促进学生健康成长。

三、活动特色

1. 根据《通知》要求，今年活动月以学生心理健康主题海报设计与

绘制为主要特色，鼓励学生进行自我探索与创意表达，展示学生理性平和、自尊自信、积极向上的阳光心态，宣传普及心理健康知识，体现我校心理健康教育特色与亮点。

2. 以第十届中国花卉博览会为契机，结合《通知》精神，开展系列心理健康教育主题活动，以此体现我校区域特色，展现人与自然、生态心态、和谐发展的绿色理念，增强学生关注自我、健康成长意识。

四、活动内容

表 1. 学校活动月活动安排

序号	活动内容	活动时间	参与对象	主导者	活动形式
1	心理健康教育主题班会 (暨活动月班级动员会)	4月 下旬	2017-2020级 学生	辅导员	线上 或线下
2	心理健康主题宣传活动 (学院承办之主题活动, 详见表2)	4月 下旬 -5月 中旬	主体: 2019级、 2020级	学院、 兼职心理辅导员	线下
3	心理健康教育讲座(一)	5月 中旬	教师	校外专家	讲座
4	心理健康教育讲座(二)	5月 中旬	花博会志愿者、 带队教师	校外专家	讲座
5	典型个案、常见或突发心理问题的案例督导与研讨	5月 中旬	辅导员	校外专家	督导、 研讨
6	咨询与辅导活动 (暨学校活动月闭幕式)	5月 下旬	崇明校区 2020级学生宿舍 寝室长	心理健康 工作室	线下

表 2. 学院心理健康主题宣传活动

学院	活动主题与内容	活动时间	参与对象	展示时间
外语学院	春心荡漾： 春日健康行	4 月下旬 至 5 月上旬	以 2019 级 和 2020 级 为主体，兼 顾 2017 级 和 2018 级	5 月中旬
商学院	心花绽放： 表情包设计与制作			
教育学院	心灵手巧： 手工艺品设计与制作			
国际交流学院	绿色心情 炫彩人生： 与自己的心灵驿站合个影			
艺术与传媒学院	润心慧心 健康成长： 心理健康主题海报设计与绘制			

五、时间安排

表 3.

日期	校级	院级	备注
3 月	策划启动	1. 学院主题活动策划	1. 学院承办主题活动详见表 2
4 月	1. 商讨学院承办主题活动，备案学院班会活动 2. 协助学院、班级活动开展	2. 学院主题活动开展 3. 班会活动策划 4. 班会活动开展	2. 学院心理健康活动月负责老师，把关班会活动，做好汇总上报工作
5 月	1. 组织校级活动实施 2. 协助学院优选及展示作品工作 3. 评审作品、总结经验成果，报送上级部门	1. 优选、展示学院主题活动作品，送审学服中心、心理健康工作室 2. 总结经验成果，报送学服中心、心理健康工作室	1. 学院报送至学服中心的优选作品，经学服中心评审后，对获奖作品颁发荣誉证书与纪念品 2. 学服中心对学院专题活动，提供部分经费支持

六、活动要求

1. 各学院认真规划活动月各项工作，结合自身特色和经验，制定切实可行的活动方案，使之有目标、有计划、有过程、有效果、有特色、有评价。

2. 寓教于乐，注重实效，突出活动的教育意义；注重品牌活动的创建，积极打造精品活动，使之持续开展、常做常新；积累相关经验与材料，加大宣传力度，展示活动成果。

3. 以活动月为契机，充分依托地区优势，统筹学院及校内外各种资源，挖掘朋辈互助在学生心理健康教育中的重要作用，以学生为主体，创新学生心理健康教育活动，探索有效工作机制。

4. 充分利用活动月集中展示、落实内容丰富、形式活泼、效果切实的心理健康教育活动，总结成果特色，梳理经验，增进交流，共同推进我校学生心理健康教育工作。

特此通知。

学生管理服务中心

心理健康工作室

2021. 3. 23