附件：

**河南工程学院学院第十一届心理健康教育宣传月**

**活动安排**

**一、新生心理健康普查**

1、普查对象：2018级全体学生

2、普查时间：2018年10月9日—10月30日

3、回访时间：2018年11月1日—11月30日

4、活动目的：及时了解和掌握新生的心理现状，有针对性、科学性地开展心理健康教育工作，引导和服务心理咨询工作。

5、实施：校心理健康教育中心对各学院心理辅导员进行培训，学习掌握SCL—90心理量表测试的使用方法，组织各学院新生开展网上在线心理测评，详见《关于做好2018级新生心理普查有关事项的通知》。

**二、大学生心理危机干预培训**

1、活动时间：2018年10月10日下午14:30-16:00

2、活动地点：校心理健康教育中心团体辅导室（综合楼513室）

3、参加人员：学院二级心理辅导站站长、心理辅导员及新生心理辅导员。

4、活动目的：帮助心理辅导员规范化、制度化、专业化地开展心理健康教育工作，促进心理辅导员专业技能提升和自我成长。

**三、《健康人格心理学》读书会**

1、活动主题：“心灵成长，人格健康”

2、活动时间：2018年10月11日——12月6日，

每周四下午14：00-16:30

3、活动地点：校心理健康教育中心团体辅导室（综合楼513室）

4、参加人员：学院二级心理辅导站站长及心理辅导员

5、活动目的：促进心理辅导员的专业成长与综合素养，提高理论与实践水平，助力心灵成长，塑造健康人格，以读书构建专业成长的平台，营造浓郁书香校园文化氛围。

**四、结构式社交技能训练**

1、活动主题：“从‘心’开始，沟通你我”

2、活动时间：2018年10月24、31日 下午14:30-16:30

3、活动地点：校心理健康教育中心团体辅导室（综合楼513室）

4、参加人员：学院心理辅导员及二级心理辅导站站长

5、活动目的：进一步提高心理辅导员的专业素质和业务水平，增进辅导员之间的沟通与交流，借助心理健康教育的理论与技术，通过团体间的人际影响与互动，促使心理辅导员认识自我、探讨自我、接纳自我，调整和改善与他人的关系，促进心理辅导员的专业成长与自我成长。

**五、“助人自助，共同成长”新生心理委员培训**

1、活动时间：2018年10月15日、10月22日中午12:40-13:40

2、活动地点：1号教学楼J101室

3、参加人员：2018级新生心理委员

4、培训内容：

(1) 《大学生常见心理问题的表现和应对措施》

(2) 《心理委员工作职责与如何有效开展工作》

5、活动目的：进一步加强我校心理健康教育工作，完善我校四级心理健康教育工作网络体系，帮助班级心理委员增强责任意识，明确工作职责，提高业务水平，建设一支具有较高水平的心理自助与助人能力的朋辈心理辅导队伍。

**六、新生心理委员参观心理健康教育中心**

1、活动时间：2018年10月12日12:30-13:30

2、活动地点：综合楼五楼心理健康教育中心

3、参加人员：2018级新生心理委员

4、活动目的：了解中心工作职能、服务方式及各功能室的作用，以亲临现场参观、体验等方式，消除部分同学对心理咨询的误解和畏惧心理，增强心理保健和求助意识。

**七、河南工程学院第五届心理运动会**

1、活动时间： 2018年10月17日下午

2、活动地点：南校区操场

3、参加人员：各学院选派参赛队伍参加

4、活动内容：开火车、十人九足、穿越电网、过桥、你猜我演、齐心协力、背靠背运气球等团体项目。

5、活动目的：培养学生团队协作能力；提高队员之间的默契程度；训练学生良好的心理素质；促进心理协作、交流；让学生体验安全归属感，让队员之间相互关爱；宣传心理健康知识，以简单易行的团体心理游戏让学生在运动中焕发生命的激情与活力。

**八、二级心理辅导站系列活动**

各学院二级心理辅导站以心理健康教育宣传月为契机，在认真组织师生参加学校活动的基础上，结合本学院实际，开展特色鲜明、行之有效的心理健康宣传教育活动，努力拓展活动内容，重点开展2-3项心理健康活动。推荐内容：心理主题沙龙、心理主题讲座、心理电影展映、团体心理辅导、心理运动会、心理素质拓展、心理剧表演、校园心理微电影创作、心理知识竞赛、心理征文等。