

# 河南工程学院学生工作部（处）文件

学〔2026〕046号

## 关于举办2026年心理夏令营活动的通知

各学院、书院：

为深入贯彻教育部等十七部门《全面加强和改进新时代学生心理健康工作专项行动计划（2023—2025年）》精神，持续落实中共河南省委教育工委等五部门《关于进一步加强和改进大学生心理健康教育工作的实施意见》，积极拓展心理健康教育新途径，推进心理健康教育从学校向家庭延伸，营造良好的氛围，经研究，决定举办2026年心理夏令营活动，现将有关事项通知如下：

### 一、指导思想

各学院、书院以立德树人为根本，以普及心理健康知识，提升心理健康意识，预防和缓解心理问题，优化心理品质，探索实践德育、智育、体育、美育、劳育结合的“家校育人”心理健康教育模式，以互动式、体验式、浸润式教育活动促进学生身心全面发展。

## 二、活动安排

### （一）活动时间

2026年7月15日-8月15日

### （二）活动对象

全体在校生

### （三）活动内容

1. 以德育心：探寻家庭家教家风建设，走访家乡红色革命老区、名胜古迹、文化遗产等，独特的人文价值和精神财富，提供个人成长的精神动力，具有强烈的道德感召力，启迪创造心智，激发生命激情，感悟信仰等，帮助学生培育健全的人格，将德育成果转化为学生心理素养和品质的提升，促进学生心理健康发展。

2. 以智慧心：通过家庭共读心理书籍、观看视频、实践探索等，引导学生了解自我，优化情绪智力，开发心理潜能，增强心理弹性，提升自助意识和能力的，为学生和家长心理健康发展提供必要的知识储备。

3. 以体强心：通过亲子健身活动、户外跑步打卡等一系列普及性、趣味性、竞技性相结合的身心共健体育活动，提升“身体自尊”，引导亲子调节情绪、缓解压力，培育积极心态和坚强意志品质。

4. 以美润心：通过开展音乐、美术、舞蹈、书法、摄影、等美的艺术形式活动，激发学生的积极审美情绪体验，

以美育人、以美化人、以美培元，丰富学生的精神世界，陶冶情操，塑造美好心灵。

5. 以劳健心：通过做家务劳动、参与父母工作等形式多样的活动，在动手实践、出力流汗中培养学生的劳动意识和积极的人生态度，在劳动中感悟生命意义、磨炼心智，促进手脑结合、身心和谐发展。

#### **（四）报名事宜**

心理夏令营各项活动报名通知将在心理健康教育中心微信公众号“河工心灵憩地”以及各学院的公众号上，请广大学生持续关注，积极报名参与。

### **三、工作要求**

1、**高度重视，加强领导。**各学院、书院要高度重视活动月的组织开展，全面规划各项工作，结合各学院、书院特色和经验，切实抓好活动的全面落实。

2、**紧扣主题，突出实效。**各学院、书院要紧扣活动主题，精心设计活动，内容积极向上，形式独特新颖，具有鲜明的心理活动特色，提高学生参与活动的积极性和广泛性。

3、**积极宣传，营造氛围。**各学院、书院要充分利用微信公众号、官方网站等宣传媒体，及时进行宣传报道，营造良好的舆论氛围。鼓励全校师生、家长共同参与，欢迎非本校学生及家长参与。

4、各学院、书院做好活动材料归档和总结工作（包括但不限于活动推文、总结、新闻、照片、优秀作品等素材），并于8月16日前将活动资料电子版打包发送至邮箱 xscx1k@163.com，文件命名为“某某学院+心理夏令营活动资料”。

心理健康教育中心  
2026年6月23日