

河南工程学院学生工作部（处）文件

学〔2025〕66号

关于开展 2025 年心理健康教育宣传月活动的通知

各学院、书院：

为深入贯彻落实习近平总书记关于加强学生心理健康教育工作的重要指示批示，进一步加强我校心理健康教育工作，提升大学生心理健康素养，经研究，决定开展 2025 年心理健康教育宣传月活动。现将有关事项通知如下：

一、指导思想

坚持“健康第一”，落实“五育并举”。推动心理健康教育融入德育、智育、体育、美育及劳动教育，组织开展丰富多彩的心理健康教育活动，营造“人人关注心理，人人注重健康”的校园文化氛围。创新活动形式，拓展活动内容，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、活动主题

心光引路，青春启航

三、活动时间

10 月 20 日-11 月 7 日

四、活动内容

(一) 开展心理健康测评

时间：10月16日-10月26日

地点：线上

对象：全体新生

(二) 观看心理健康教育宣传周启动仪式暨心理情景剧展演

时间：10月20日晚19:00

收看渠道：扫码关注“河南省教育厅”视频号或“豫教思语”视频号，点击屏幕上“预约”待直播开始即可观看。

对象：全体学生

(三) 心愈桌游局

时间：10月21日--10月24日 19:00-21:00

地点：综合楼513室

对象：全体在校学生

(四) 心花怒放——扭扭花绽放快乐

时间：10月22日 14:30-16:00

对象：各二级学院心理辅导员

地点：心理健康教育中心（综合楼513）

(五) “拒绝焦虑，规划未来”主题班会

时间：10月22日--10月29日

对象：各二级学院学生

(六) 参观心理健康教育中心

时间：10月22日-11月7日

地点：心理健康教育中心

对象：全体在校学生

(七) 《探索情绪痛苦》共读共学

时间：10月22日--11月7日 每周四 9:30-11:30

地点：心理健康教育中心团体辅导室（综合楼513）

对象：专兼职心理咨询师

内容：学习经典教材，集体共读，结合案例督导，提高咨询师的助人技术。

(八) 讲座

时间：10月24日 14:30-16:00

地点：综合楼一楼会议室

对象：全体辅导员

主题：焦点解决技术在谈心谈话中的运用

(九) 趣味心理运动会

时间：10月29日 14:30-17:00

地点：南区操场

对象：全体在校学生

(十) 辅导员心理减压活动

时间：10月31日 14:30-16:00

地点：南区操场

对象：全体辅导员

(十一) 心理委员培训

时间：11月5日 14:30-16:30

地点：创新创业大讲堂

对象：各学院朋辈心理工作队伍

(十二) 二级学院特色心理活动

活动时间：10月-11月

组织单位：各学院、书院

活动内容：各学院、书院结合实际，发挥学院特色，设计并创造性地开展系列丰富、符合学生需求的心理健康教育活动。

五、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，结合各学院、书院学情、特色和经验，制定切实可行的活动方案。

2、紧扣主题，突出实效。各学院、书院要紧扣活动主题，认真组织相关培训，提高学生参与活动的积极性和广泛性，讲求实效。

3、积极宣传，营造氛围。各学院、书院要充分利用宣传橱窗、微博、微信、官方网站等宣传媒体，及时对心理健康节的活动开展情况进行宣传报道，营造良好的舆论氛围。

4、认真总结，不断提高。各学院、书院做好宣传月活动材料归档和总结工作，各学院、书院于11月10日前将活动总结纸质版加盖公章报送心理健康教育中心（综合楼A203），电子版发送至邮箱 xscxhk@163.com。

学生工作部（处）

心理健康教育中心

2025年10月20日