附件1

第十八届“5•25”心理健康文化节系列活动方案

1. 开幕式

主题：第十八届“5•25”心理健康文化节开幕式暨辅导员心理育人能力提升专题培训

参加对象：各学院（学部）分管学生工作领导，全体辅导员，校、院学生心理服务站学生代表。

时间：2021年5月8日14:30

地点：旗山校区宏达厅

二、第十届学生朋辈心理辅导技能大赛

决赛时间：2021年5月12日14:00

活动地点：旗山校区宏达厅

承办单位：校心理服务学生工作站

具体内容和要求详见《关于开展第十届学生朋辈心理辅导技能大赛的通知》（师委学工〔2021〕17号）

三、第十七届校园心理情景剧大赛

决赛时间：2021年4月18日14:00

活动地点：旗山校区宏达厅

承办单位：心理学院

具体内容和要求详见《关于开展第十七届校园心理情景剧大赛的通知》（师委学工〔2021〕11号）

四、2019-2021年度优秀心理健康教育辅导站和优秀站长评选

具体内容和要求详见《关于评选2019-2021年度优秀心理健康教育辅导站和优秀站长的通知》

五、2020-2021学年“优秀学生心理健康教育工作骨干”评选

具体内容和要求详见《关于评选2020-2021学年“优秀学生心理健康教育工作骨干”的通知》

六、“寝密有间，相寝相爱”宿舍关系vlog活动

（一）活动时间：2021年4月-5月

（二）内容要求：视频内容可包括但不限于：分享宿舍生活（相处）日常、宿舍集体活动；宿舍才艺（友好/和睦氛围）和宿舍风采（凝聚力）展示；宿舍关系维护（经营）方法（经验、技巧、小妙招）分享；宿舍关系（人际/相处）故事小短剧等。视频内容需积极向上，且不涉及违规、违法内容及侮辱性词语。

（三）视频形式：以宿舍为单位，体现宿舍关系的短视频剪辑，例如抖音、Vlog等视频形式，视频格式为mp4，视频时长以2-3分钟为宜，最长不可超过5分钟。

（四）作品提交：[参赛宿舍在活动截稿时间5月16日之前将参赛作品发送到邮箱psy\_councelling@fjnu.edu.cn。邮件命名为“寝密有间，相寝相爱”投稿作品+宿舍楼号（如桂X-XXX）”，视频文件命名为“宿舍楼号+视频名称”。](mailto:参赛宿舍在活动截稿时间5月16日之前将参赛作品发送到邮箱psy_councelling@fjnu.edu.cn。邮件命名为\“寝密有间，相寝相爱\”投稿作品+宿舍楼号（如桂X-XXX）\”，视频文件命名为\“宿舍楼号+视频名称\”。)需同时提交参赛报名表，填写作品名称（10字以内）等基本信息。

（五）评选表彰：校心理健康指导中心将组织专家对参赛作品进行评选，最终将评选出一等奖、二等奖、三等奖、优秀奖若干名，并予以表彰。优秀的微视频，将发布在“福建师范大学学生工作处”微信公众号“一见倾心”特辑。

七、“爱己乐群，携手成长”团体心理辅导活动

（一）活动时间：2021年4月-2021年5月

（二）活动内容：

1.大学生自我成长团体

活动目的：为了引导学生更好地了解自己，成为更好的自己。

团体设置：5次团体辅导活动，1名带领者，20名成员。

2.大学生压力应对团体

活动目的：为引导学生正确应对压力，提升情绪调适能力。

团体设置：5次团体辅导活动， 1名带领者，20名成员。

3.大学生人际沟通团体

活动目的：为引导学生合理应对人际关系困扰，正确处理人际关系问题。

团体设置：5次团体辅导活动，1名带领者，20名成员。

4.大学生家庭关系团体

活动目的：为引导学生正确看待家庭及家庭对自己的影响，发展和谐亲子关系。

团体设置：5次团体辅导活动， 1名带领者，20名成员。

（三）活动地点：旗山校区心理健康指导中心团体辅导室。

八、“最强心理”挑战赛

活动以学院（学部）为单位，每个单位选送一个参赛队，由6人组成，三位男生，三位女生。通过一系列应对挑战、充满乐趣的心理任务，提升队员自身心理素质和团队意识，增强抗压耐挫能力。

（一）活动时间：2021年5月22日

（二）活动地点：花香园三楼智慧就业大厅

（三）活动要求：

1.挑战赛比拼团队成员的心理素质，对团队成员观察能力、记忆能力、思维能力、协作能力等方面心理素质加以考查。

2.比赛分三轮进行，前两轮比赛为积分赛，第三轮为挑战赛。在前两轮积分赛中积分排名较后的队伍可向排名较前的队伍进行挑战，挑战成功的队伍将取代另一支队伍的排名，最后排名第一的队伍获得“最强心理”团队荣誉称号。

3.请各学院（学部）于2021年4月30日前将《第十八届“5•25”心理健康文化节系列活动之“最强心理”挑战赛活动报名表》，发送至邮箱：1043743457@qq.com，联系人：曾若珩，联系方式：17750571226。

承办单位：心理学院

九、辅导员第六期心理成长工作坊

活动时间：2021年5月27日、28日

活动地点：旗山校区心理健康指导中心团体辅导室。

十、第十八届“5•25”心理健康文化节闭幕式暨心理健康嘉年华

（一）活动时间

2021年5月29日8:30-11:30

1. 活动地点

旗山校区共青团广场、旗山校区沿B生活区主干道

1. 活动内容

广场心理咨询、心理游戏、心理文化展示、心理素质拓展等

（四）活动形式

1、活动以学院（学部）为单位，应围绕“砥砺前行耀青春，风华正茂谱心篇”活动主题进行设计，现场布置凸新时代、心健康等元素。

2、旗山校区19个学院（学部）负责进行设点，点位安排分别为（抽签顺序）：教育学部、心理学院、经济学院、法学院、马克思主义学院、传播学院、社会历史学院、旅游学院、体育科学学院、音乐学院、美术学院、数学与信息学院、物理与能源学院、光电与信息工程学院、化学与材料学院、环境科学与工程学院、地理科学学院、生命科学学院、海外教育学院。

（五）活动要求

1、各学院（学部）要加强组织保障，指定专人负责，全程参与指导，做好活动策划、把关等工作，确保活动顺利开展。

2、校学生工作部为各学院（学部）提供800元工作经费支持，主要用于心理嘉年华活动现场布置、道具等支出。

3、各学院（学部）需初步设计活动内容，于5月7日17:00前将活动策划和项目（至少三个，包括名称及简介）发至psy\_councelling@fjnu.edu.cn。请各学院自行准备活动所需物资，并于5月29日8:00前布场完毕。

4、各学院（学部）应充分考虑安全因素，提前做好活动安全预案。

（六）承办单位

各学院（学部）、校心理服务学生工作站

5、联系方式

校学生工作部：丘文福，22867245；校心理服务学生工作站：谢晓彤，15160760269。