

江西师范大学科学技术学院学生处

学工字〔2019〕72号

关于开展心理健康教育主题班会的通知

各教学学院：

为深入学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想，全面落实《高等学校学生心理健康教育指导纲要》，更好地适应和满足学生心理健康教育服务需求，面向全院学生宣传普及心理健康知识，促进同学们自觉维护自身的心理健康、增强心理素质，在全院营造一种关注心理知识、重视心理健康的氛围，增强班级凝聚力，构建和谐校园。经研究，决定开展心理主题班会活动，让心理健康教育走进班级。现将具体活动内容通知如下：

一、班会目的

通过本次主题班会为同学们搭建真诚交流对话的平台、学会一般的心理调适方法，营造和谐健康的班级氛围，解决同学们在学习和成长中的困惑，从而以更加积极的心态面对学习、生活和工作。

二、班会主题

悦己、容人、成长、筑梦

三、班会时间

2019 年 11 月 28 日—12 月 8 日

四、班会形式

请各班级依据专业特点自由选择内容，主要以反映大学生常见的心理健康问题为主，可结合包括但不限于人际交往（如何处理大学生常见的人际交往问题，如寝室矛盾）、情绪调节、恋爱心理、生涯设计、挫折教育、压力管理、生命安全教育等话题开展班会交流活动，提高学生心理素质，培养承受压力的能力和乐观积极的生活态度。

根据班会主题自行设计活动方案，内容上要丰富多彩，不拘泥于形式，鼓励创新，引导班级成员尽情参与、畅所欲言。建议可采取个人主题发言（心理健康知识宣讲）、集体讨论分享、团体游戏、素质拓展（可在校内开展户外活动）、心理电影放映等。

五、班会要求

（一）各教学学院要对本次主题高度重视，加强对心理健康教育的关注，组织本教学学院各班级积极参与本次活动。

（二）班会活动需由各班心理委员在辅导员的指导下主持召开。活动结束后，班级要做好活动总结工作。

（三）毕业班自行选择组织召开，各教学学院应积极关注毕业班学生的心理状态，各毕业班辅导员应加强对学生的关注、与学生积极沟通，如发现问题及时干预并上报。

（四）请各班心理委员自行打印《江西师大科技学院心理健康教育主题班会登记表》（见附件），并于2019年12月9日前将班会登记表、活动现场照片的纸质版报送本教学学院相关负责人处，各学院汇总之后报送至大学生活动中心二楼大学生心理成长中心办公室（共青校区），电子版登记表、照片等相关材料打包发送至心理教育中心邮箱 xljyzx@qq.com，文件命名格式为：××教学学院心理健康主题班会总结材料。

未尽事宜，请联系：

心理教育中心：王老师 18811786976；

心理健康协会：向 鹏 18770233478。

附件：江西师大科技学院心理健康教育主题班会登记表

心理教育中心

2019年11月28日

附件：

江西师大科技学院心理健康教育主题班会登记表

年级专业班级		辅导员		参加人数	
活动时间		地点		主持人	
活动主题					
活动过程记录					
辅导员简评					