

宁德职业技术学院学生工作部(处)文件

学〔2022〕9号

宁德职业技术学院关于开展2022年 “5、25”心理健康月活动方案的通知

各学院：

根据教育部办公厅发布《关于加强学生心理健康管理工作的通知》（教思政厅函〔2021〕10号）精神，我校学生处心理健康教育咨询中心为切实做好疫情防控期间学生心理健康教育工作，提升学生积极心理品质，将继续组织开展5.25大学生心理健康月系列活动。现将系列活动有关事项安排如下：

一、活动时间

2022年5月—6月

二、活动主题

心理成长，快乐学习

三、活动组织

主办单位：学生工作处

协办单位：各二级学院

承办单位：心理健康教育咨询中心

四、活动内容及日程安排

（一）“心理防疫”观影活动

1. 推荐防疫主题电影如下：《中国医生》、《传染病》、《极度恐慌》、《最美逆行（2020）》、《笑着对你说（2020）》等。

2. 活动要求：各院辅导员安排学生观看推荐电影，并组织学生撰写《心理防疫电影观后感》，在每班精选一篇优秀作品（文件名示例：如 21 小学教育专业+姓名+观后感）在 5 月 28 日前报送至学生处心理教育中心邮箱 392564619@qq.com。

（二）心理健康主题班会活动

1. 时间：5 月 15 日——5 月 28 日。

2. 各院辅导员通过主题班会的形式开展心理健康教育活动，电子版图文材料由辅导员在 5 月 28 日前报送至学生处心理教育中心邮箱 392564619@qq.com。

（三）第三届“爱力师”杯心理知识竞赛活动

1. 活动对象：全国各高校在校学生

2. 活动安排

（1）竞赛流程

2022 年 5 月 1 日—2022 年 5 月 19 日，活动推广宣传；

2022 年 5 月 20 日—2022 年 5 月 26 日，比赛平台线上参赛；

2022 年 5 月 31 日，各校成绩公示，参赛者成绩公示；

2022 年 6 月，寄送达标院校一二三等奖证书。

（2）参与方式

登陆本校心理健康云平台，在系统首页点击“知识竞赛”参与活动。

具体竞赛要求详见附件：第三届“爱力师”杯心理知识竞赛活动方案。

（四）心理讲座活动

1. 时间：5月中旬
2. 内容：大学生心理危机干预
3. 对象：各班级心理委员
4. 地点：电教室
5. 主讲：周杰

附件：第三届“爱力师”杯心理知识竞赛活动方案



附件：第三届“爱力师”杯心理知识竞赛活动方案

第三届“爱力师”杯心理知识竞赛活动方案

一、活动背景

为深入贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想 and 党的十九届六中全会精神、全面落实教育部办公厅发布的《关于加强学生心理健康管理工作的通知》要求，贯彻积极教育理念，提升心理育人质量，培养学生阳光心态，在学校营造关爱自我、重视心理健康的良好氛围，经研究决定组织开展“5·25”学生心理健康月系列活动。

二、活动主题

放飞心灵，共创未来

三、活动时间

2022年5月

四、主办单位

福州亚历山大健康管理有限公司（爱力师）

五、活动对象

全国各高校在校学生

六、活动安排

（一）竞赛流程

2022年5月1日—2022年5月19日，活动推广宣传；

2022年5月20日—2022年5月26日，比赛平台线上参赛；

2022年5月31日，各校成绩公示，参赛者成绩公示；

2022年6月，寄送达标院校一二三等奖证书。

（二）参与方式

登陆本校心理健康云平台，在系统首页点击“知识竞赛”参与活动。

（三）比赛规则

1. 心理知识竞赛开放时间为5月20日中午12点整至5月26日中午12点整，逾期不得进入活动。

2. 系统从题库里随机抽取100题单选题，测试时间40分钟，时间到达而未完成作答的系统将自动提交。

3. 每人有且只有一次作答机会，竞赛提交试卷后将无法进行第二次答题，请珍惜参赛机会。

4. 同样分数下，答题用时较少者排名靠前。

5. 完成答题后即可显示成绩及本校部分排名，并可在5月31日中午12:00后在微信公众号“爱力师”查看所有参赛院校排名。

6. 答题时选择答案后会自动跳转下一题，无需手动点击下一题。

7. 学生完成答题且得分大于等于60分为合格，可在答题平台自动获得电子版《第三届“爱力师”心理知识竞赛优秀荣誉证书》，作为校内评奖评优及社会实践活动经历证明。

8. 答题系统将于2022年5月31日24:00关闭，请在该日期前下载电子证书，过时将无法进行下载。

（四）大赛评奖

1. 优秀奖评奖

优秀奖不设等级，及格（大于等于60分）即可获得电子版《第三届“爱力师”心理知识竞赛优秀荣誉证书》，作为校内评奖评优及社会实践活动经历证明。

2. 各高校评奖

有报名参与的高校，且参赛人数超过400人，根据比赛分数（同等分数答题时间少的排名在前），取前6名评选出一二三等奖，由大赛组委会与各校一起颁发（盖章）纸质获奖证书，不收取任何费用。

3. 组委会在奖项评定出来后将各奖项证书统一快递至达标学校，不收取任何费用。

4. 报名参与高校，校内参与人数未达到400人，组委会将不评选一二三等奖。

（五）达标院校福利

参赛人数大于400人即为达标，可享受以下福利：

福利一：优秀承办单位荣誉证书1本；

福利二：本校一二三等奖获奖荣誉证书6本（颁发一等奖1人，二等奖2人，三等奖3人）；

福利三：优秀指导老师荣誉证书2本；

（六）结果公示查看方式

关注微信公众号“爱力师”，5月31日中午12:00后可查看总体参赛排名情况。

