

义乌工商职业技术学院

义乌工商职业技术学院 2024 年“向阳而生” 心理健康四季宣传教育活动方案

各部门、二级学院：

为深入学习贯彻党的二十大精神，全面落实习近平总书记关于教育和青年工作的重要指示精神，进一步发挥“心理育人”在我校思想政治教育工作中的重要推动力量，全面培育学生自尊自信、理性平和、积极向上的健康心态，共同营造团结互助、人际和谐的校园氛围，学校决定开展 2024 年心理健康四季活动。

一、活动目的

以“时令”为契机，聚焦学生在各个阶段成长中的问题，构建“四心一环”立体活动框架，打造“向阳而生”心理育人项目品牌，引导学生科学、客观地认识自我，养成良好的心理行为习惯，提高全校学生的心理健康水平，促进身心和人格健全发展。

二、活动主题

呵护心灵，向阳而生

三、活动时间

2024 年 3 月-12 月

四、活动对象

全体在校生

五、活动内容

(一) “敞开心扉，向阳萌芽” 3·25 心理健康宣传活动
以互助教育为重点，灌输朋辈互助意识，有效预防春季心理疾病。

(二) “心灵启迪，向阳成长” 5·25 心理健康月宣传活动
以成长教育为重点，开展 5·25 心理活动月系列活动，营造和谐、向上的校园文化氛围。

(三) “梦想起航，向阳盛放” 9·25 心理健康宣传活动
正值新生开学季，以适应教育为重点，开展专题团辅活动，帮助学生快速适应校园学习生活。

(四) “暖心关爱，向阳新生” 11·25 心理健康宣传活动
以生命教育为重点，开展系列暖心活动和防艾宣传，预防秋冬季心理疾病，树立正确的生命观。

六、活动要求

1. 高度重视，精心筹划。

各二级学院要充分认清开展心理健康宣传活动的重要意义，结合学院专业特点和学生工作实际，精心策划、积极组织开展相关活动，切实搞好活动整体设计，扎实部署活动相关工作，努力创作学院品牌活动，增强大学生心理健康教育工作的针对性和实效性。

2. 广泛宣传，营造氛围。

各二级学院要采取线上线下宣传相结合的方式，在校园内营造心理健康宣传活动氛围，充分激发学生的热情，广泛发动学生参与活动筹划、组织、举办等全过程，依托学生社团、班

级心理委员、学生骨干、朋辈心理互助员等力量，创作形式多样、内容丰富、学生喜闻乐见的心理健康宣传活动。

3. 及时总结，务求实效。

各二级学院在筹划部署开展工作的同时，注重做好活动宣传报道工作，对本学院心理健康宣传各项工作及时总结，征求学生意见建议，梳理好的经验做法，评估查找不足之处，不断提高我校大学生心理健康教育工作的标准和水平。

附件：义乌工商职院 2024 年心理健康四季宣传教育活动一览表



附件

“呵护心灵，向阳而生” 义乌工商职业技术学院 2024 年心理健康四季宣传教育活动一览表

活动主题	活动内容	举办时间	活动对象	活动地点	承办单位
“向阳萌芽” 3·25	“龙”重登场，从“心”开始——《心理健康开学第一课·返校适应》	3月4日	全体学生	各班级	学生处 各二级学院
	以爱赋能，自尊自爱——“3·7”女生节公益讲座	3月7日	大一学生	大学生活动中心 麦穗报告厅	学生处 各二级学院
	“3·25 善爱我，我与春天有个约定”——心“晴”美拍系列打卡活动	3月29日-4月21日	全体学生	线上	学生处 人文旅游学院 外语外贸学院
	同心育人，句句入心——辅导员、班主任谈心谈话技能培训	4月中旬	辅导员 班主任	图书馆 401B	学生处
	心灵微光，筑梦成长——心理微课大赛	4月下旬	全体师生	图书馆 401B	学生处
“向阳成长” 5·25	5·25 心理健康月活动启动仪式暨“幸福之旅”游园会	5月上旬	全体学生	湖畔操场	学生处 “心田花匠”工作室
	“心沐阳光，青春绽放”——心理情景剧短视频大赛	5月中旬	全体学生	图书馆 401B	学生处 各二级学院
	以“心”同行，“委”以重任——心理委员队伍培训（2场）	5月下旬	大一、大二 心理委员	图书馆 401B 图书馆 403A	学生处 各二级学院

	“心灵启迪，向阳成长”大学生心理健康月专题讲座	5月下旬	全体学生	丹溪文化厅	学生处	
	2023-2024 学年优秀心理辅导站、心理委员评选	6月中旬	各二级学院	望道楼 419	学生处	
	二级学院特色活动	“心置暮夜，灿如繁星”——心理健康知识竞赛	5月中旬	全体学生	春晗楼 203	人文旅游学院
	二级学院特色活动	时光传递——给两年后的自己写封信	5月中旬	全体学生	春晗楼架空层	机电信息学院
	二级学院特色活动	朋辈团辅活动方案征集	5月中旬	全体学生	线上	经济管理学院
	二级学院特色活动	解忧杂货铺——诉说心中的烦恼	5月中旬	全体学生	线上	外语外贸学院
	二级学院特色活动	“信”好有你，同心同行——漂流书信活动	5月中旬	全体学生	线上	建筑工程学院
	二级学院特色活动	“春日烂漫”解压手工制作	5月中下旬	全体学生	创意设计中心	创意设计学院
	二级学院特色活动	声声悦耳，“乐”动我心——音乐释压育心活动	5月中下旬	全体学生	依山操场	创业学院
“向阳盛放” 9·25	“与君初相见，犹如故人归”——2024 级新生班主任谈心谈话技能及“心理危机识别与突发事件应对”培训	9月上旬	2024 级新生班主任	大学生活动中心 麦穗报告厅	学生处 “心田花匠”工作室 机电信息学院	

	看见即疗愈，诉说心里“画”——2024级新生心理疗愈绘画系列沙龙	10月	2024级全体新生	图书馆403A	学生处
	以“心”同行，“委”以重任——2024级新生心理委员上岗培训	10-11月	2024级新生心理委员	图书馆403A	学生处
	从“心”出发，用心护航——2024级新生心理普查心理访谈技能培训	10月初	2024级新生班主任	待定	学生处
“向阳新生” 11·25	“妙指生花，趣味解压”——趣味解压手工制作系列活动（3期）	11-12月	全体学生	香樟书院 麦穗书屋	学生处 艺心为你工作室 春晗青禾工作室 同创工作室
	用“心”陪伴，共同成长——“成长记录册”分享活动	11-12月	全体学生	线上	学生处 建筑工程学院
	心“影”不离——优秀心理影片展映	11-12月	全体学生	大学生活动中心 麦穗报告厅	学生处 创业学院
	“大学生心理危机预防与干预”主题沙龙活动	12月上旬	辅导员 班主任	图书馆403A	学生处
	“知艾防艾，无艾青春”——预防艾滋病宣传教育	12月上旬	全体学生	丹溪文化厅	学生处、后勤处 各二级学院