

## 附件 1: 优秀组织奖申报

自愿申报, 完整填写《2020 年度上海学校心理健康教育活动月优秀组织奖申报表》(见表 1)。纸质版材料须装订成册, 一式三份, 电子版材料以 U 盘形式快递毛力行老师收; 申报表同步发送邮箱。

表 1 2020 年度上海学校心理健康教育活动月优秀组织奖申报表

单位名称	上海师范大学	类别	高校(√) 中小学( ) 中职校( ) 区中心( )
活动月主题与名称	“疫”境中的生命成长·我的云端心情故事 ——2020 上海师范大学心理健康教育活动月		
负责人姓名	吴燕霞	部门及职务	心理咨询与发展中心主任
地址	桂林路 00 号 香樟苑 201	电话及邮箱	64322544 yanxia@shnu.edu.cn
年度活动月组织工作总结	<p>概述本单位心理健康教育活动月的主题、思路、方案、覆盖面、影响度、成效及创新点(字数限 2000 字以内); 辅证材料: 如工作文件、活动方案、一览表、宣传材料、影音资料、新闻报道、荣誉证明、师生活动照片(3-5 张, 照片命名、JPG 格式、1M 以上, 必交)、实录、评论和成长感悟等。</p> <p>一、主题</p> <p>根据上海学生心理健康教育发展中心的统一部署, 2020 年度上海师范大学心理健康教育活动月以“‘疫’境中的生命成长·我的云端心情故事”为主题, 以积极心理学、心理叙事为理论指导, 围绕新冠肺炎疫情对大学生心理状况造成的影响, 聚焦抗逆成长中的生命感悟、体会、成果等说心情、讲故事。</p> <p>二、思路</p> <p>本次“活动月”以学生为主体, 以网络为载体, 聚焦学生健康心态, 以学生讲述自己的抗“疫”故事为主要特色, 鼓励学生进行深入的自我探索, 觉察疫情带来的心理冲击, 体会积极心理抗“疫”的心路历程。</p> <p>与此同时, 根据大学生心理发展的规律, 结合疫情对大学生心理状况的影响, 着力推出面向全校的学生寝室长心理健康教育专题培训, 助力学生心理抗“疫”, 同时兼顾大一新生必备的“心理危机的初步识别与同伴互助”讲座主题, 为学生在疫情结束后的返校生活做心理建设与准备。</p> <p>三、方案</p> <p>2020 上海师范大学心理健康教育活动月聚焦心理抗“疫”, 于 3 月开始策划启动, 4-5 月具体实施, 由学校心理咨询与发展中心统筹指导, 各学院积极响应, 根据学院学生特点策划、组织、实施形式多样、内容丰富的心理健康教育活动。</p>		

5月,根据教育部关于2020年“5·25”大学生心理健康教育月”举行“四个一”专项行动的工作提示,举行“危机干预的艺术”专题报告,心理健康在线问诊,关爱谈心帮扶摸排,进一步加强心理健康教育网络推送工作。

于2020年1月30日开通的上海师大心理防疫热线在“活动月”期间持续发挥作用,在心理健康教育宣传的微信推送中持续发布,欢迎广大学生来电、来信寻求心理支持。

#### 四、覆盖面与影响度

2020年度上海师大心理健康教育月活动面向上海师大全校师生,据不完全统计,共计开展66项活动惠及逾2.76万师生,其中“危机干预的艺术”主题讲座(徐凯文博士主讲)辐射至上海各高校心理咨询师,共计200余人在线学习。

全校18个学院积极参与我的云端心情故事征文,各学院选送的征文材料共计92篇,“我的心情故事”演讲视频共计24部。全校共同参与“我的心情故事”线上演讲会,由心理辅导员、专职心理咨询师担任评委,共选出“我的云端心情故事演讲”一等奖2名,二等奖6名,三等奖11名。其中一等奖的两部视频将代表上海师范大学参与活动月特色项目(演讲微视频)评选。

#### 五、成效与创新点

##### 1. 心理援助热线持续提供心理支持

自3月下旬活动月启动至今,心理援助热线共接听校内外大学生求询电话106人次,社会人士10人次,紧急电话心理危机干预及回访5人次;共收到本校学生求助电子邮件35人次,对有自杀意念来信学生邮件回访与追踪2人次。在通过心理援助热线获得支持的学生中,有6位本校学生转为通过网络视频或电话进行每周一次固定咨询。

##### 2. 微信公号持续推送心理教育系列

自1月29日开始,在上海师范大学官方微信发布“热线网络共支持!上海师大心理咨询中心与你携手防疫!”之后,“上师学工在线”微信公众号自1月30日起,先后推出心理抗“疫”知识科普,《心灵小窗》抗“疫”期间特别企划,我的云端心情故事,“一周一课”系列微课程,我的云端心情故事视频展播等五个系列37次推送,其中,三月下旬至今,活动月期间共计推送28篇,每篇的阅读人数平均约500余人。



##### 3. 音乐学子开展“艺”心抗“疫”

上师大依托学校艺术学科优势,发动音乐学院学生积极投入到“艺”心抗“疫”活动月特色项目中,以音乐的语言和力量坚定信心、呵护心灵,主动展现新时代文艺学子的抗“疫”责任担当。

##### 4. 心理电影赏析聚焦疫情恐慌心理

自2015年开展以来,心理电影赏析沙龙一直是上师大心理活动月的传统开幕式项目,从电影情节中理解心理现象,获得心理科普是师大学生喜闻乐见的体验式心里间宣传教育活动之一。2020年的活动月以心理电影赏析沙龙作为开幕,结合今年疫情情况,聚焦电影《传染病》,使学生们通过电影情节理解恐慌心理,学习如何处理情绪,以科学、理性的心态面对病毒感染。



	<p><b>5. 寝室长培训聚焦疫情下心理调适</b></p> <p>自 2007 年以来,学生寝室长心理健康教育专题培训于每年 4-5 月的活动月期间举行。学生寝室长作为普及大学生心理健康教育知识的重要群体,作为大学生四级心理危机预警体系的第四级,每一年均接受由心理辅导员主讲的心理健康教育专题培训,大学生心理危机的初步识别与同伴协助是大学新生的必备听讲主题。</p> <p>2020 年网络开学期间,结合疫情防控形势,在全校每一个年级均普及“疫情下的大学生心理健康调适”主题,由心理咨询中心统筹策划,联合各学院心理辅导员集体备课,共享教案,全校共计组织培训 24 场,2081 位寝室长参与,寝室覆盖率 97.29%。</p>
<p>辅证材料清单</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 2020 年度上海师范大学心理健康教育月活动一览</li> <li>2. 2020 年度上海师范大学心理健康教育月活动微信线上宣传截图简报</li> <li>3. 2020 年度上海师范大学心理健康教育月活动微信推送一览</li> <li>4. 2020 年度上海师范大学心理健康教育月活动寝室长心理健康教育专题培训一览</li> <li>5. 2020 年度上海师范大学心理健康教育月活动“我的云端心情故事”征文集</li> </ol>
<p>单位意见</p>	<p>负责人:  盖章: </p> <p style="text-align: right;">2020 年 6 月 15 日</p>