

土木与建筑工程学院

“5•25” 我爱我心理健康教育

活
动
总
结

2021 年 5 月

土木与建筑工程学院

2021 年心理健康教育总结

为了深入学习贯彻黑教工委联〔2019〕34号文件《关于进一步加强和改进新时代高校学生心理健康教育工作的实施意见》，在中国共产党建党一百周年的重要时刻，将党史学习教育“我为群众办实事”与推进我校学生心理健康教育工作充分结合，自2021年5月10日至2021年6月5日举办以“忆百年风华，谱心动乐章”为主题的黑龙江工程学院第十四届心理健康教育活动月系列活动。先将活动总结如下：

一、各层面推进，多角度宣传

正值中国共产党建党一百周年重要时刻，为提高活动质量，在多方面进行宣传，我院围绕“忆百年风华，谱心动乐章”展开了系列活动。采取丰富多彩的活动形式，来吸引学生们，提高同学们的参与热情。并且将本月的活动进行的方式和活动内容做了系统化规划，由各个班级心理委员向各班传达文件相关内容与活动内容。

二、全面落实活动，提高学生积极性

此次心理健康教育活动月在我院各系负责人以及周辉老师的组织下进行，不仅出色的完成各类校级活动，更在学院内举办了各类活动。比如心理征文活动，辩论赛，心理委员风采大赛等。学生对这些活动的参与度都十分高，这些活动也都取得了圆满成功，在广大师生中也广受好评。

1、“忆百年风华，谱心动乐章”主题视频接力活动

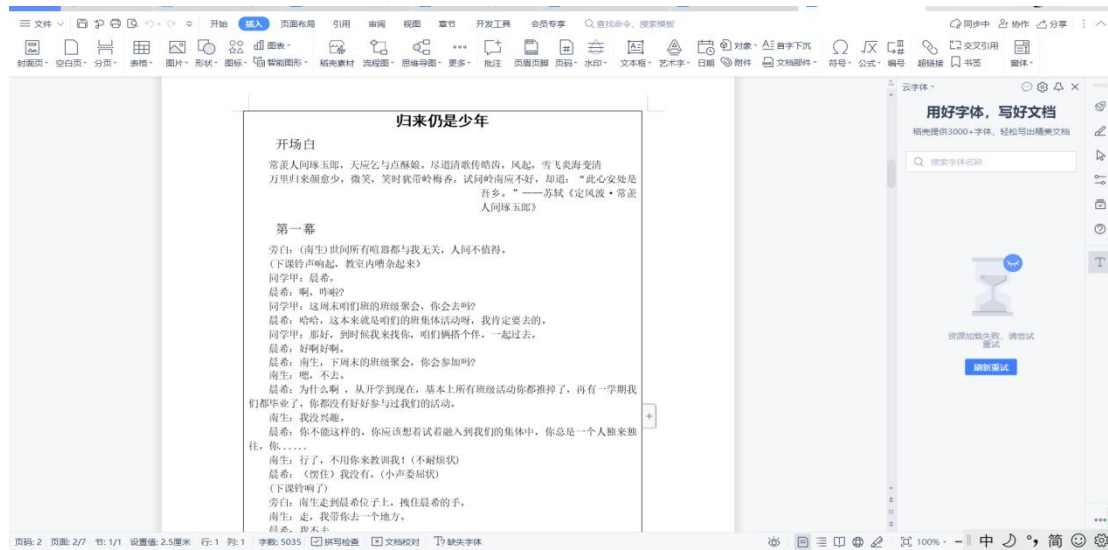
2021年5月20日，由工管系部分学生进行歌曲接力的视频录制，他们选择了歌曲《骄傲的少年》来作为接力的歌曲。正如歌词中写到的“奔跑吧，骄傲的少年。年轻的心里面是坚定的信念。”“如今我整装待发充满正能量，学会坚强的面对生命的真相，成功和失败不是用结果去衡量，挫折和磨难只会让我变得更强。”这正是我们大学生所拥有或是需要有的精神和力量。同学们通过这首歌曲的合唱，来体现属于我们大学生积极向上且十分乐观的心态。展现出属于学生的朝气，与阳光。



2、第九届校园心理情景剧比赛（广播剧）

在现在的大学生活中，大学生可能会面对很多心理问题，而且这些问题都是在平凡的生活中时有发生，同学们通过对身边的事进行创作与改编从心理的角度出发，创作剧本，再由各院系同学进行录制。在录制期间内，录制流畅，每位同学都在录制前进行了自己对剧本的理解，以便于更好的熟悉语境，完成了优秀的作品。

通过创作剧本与各位同学的演绎，让同学们更加了解到心理问题离我们的距离并不遥远，而是就在我们身边。



3、第八届“美言行 美心灵”健康使者评选

我院积极开展了健康使者评选活动，通过推荐，评选，评选出美言行，美心灵的健康使者，此次评选也激发了学生乐于助人，积极奉献的精神。

此次活动，各系学生积极参加，将自己在疫情服务期间的事迹向大家展示，不仅给大家做出了良好的榜样，还呼吁同学们积极奉献自己，成为有用的人。同时彰显了当代大学生的德智体美劳全面发展的良好习惯，希望受表彰的同学再接再厉，再创佳绩，积极为社会，为学校做贡献。

义务支教

“白日不到处，青春恰自来。苔花如米小，也学牡丹开。”初读这首诗的时候，我理解不到这首诗的真谛。但是经历了青年志愿者协会组织的两次支教活动，我对这首诗的理解已然通透。

乍暖还寒的五月初，我们坐着公共汽车来到了支教小学。严格意义来说，这根本不是一个小学。学校的大门前是一条狭窄的小路，两边是村庄的房屋，后方是一片水田。走进学校，映入眼帘

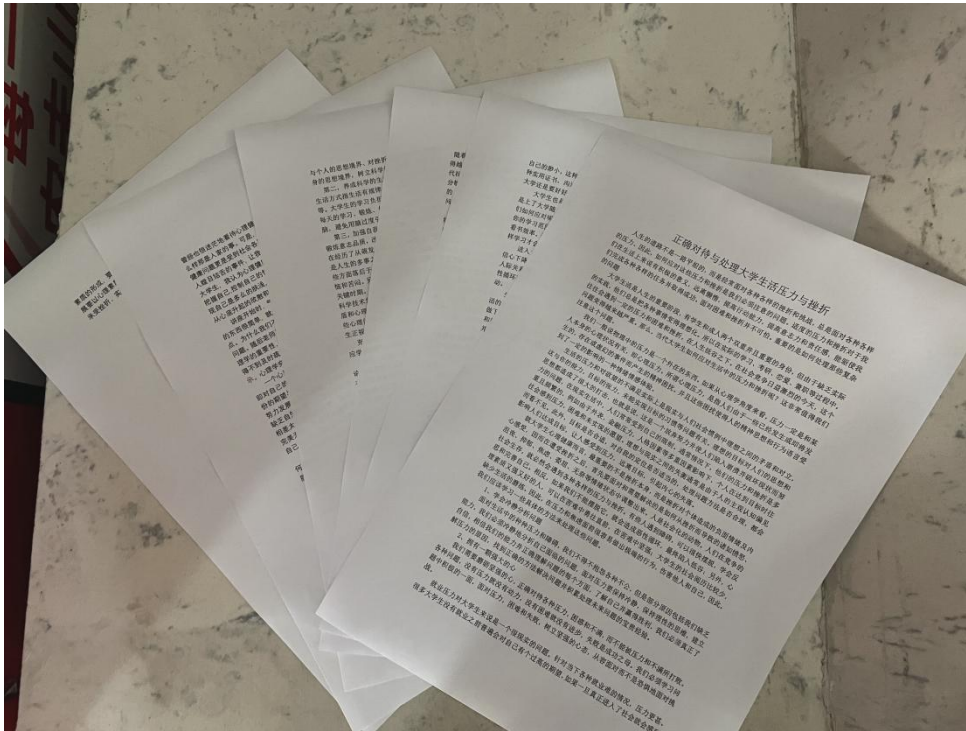


的是雨后泥泞的土路，一个篮球足球共用的场地，教学楼是仅仅是一层高的平房，令我吃惊的是，学校的里面竟然有肥沃的黑土地，种上了各种庄稼。一切的一切都给了我极大的心灵震撼。我无法想象一个小学是这个样子。但是孩子们却

4、心理征文活动

为配合学校五月心理教育主题教育活动，加强学风建设，充分调动学生学习的自觉性、主动性、积极性，促进学院整体良好学风的形成，土木与建筑工程学院于2021年5月6日至5月25日开展“心理健康”主题征文活动。征文内容包括：对大学生心理问题讨论、心里转变等等。从交的稿件来看，有许多优秀的作品，说明我班同学对促进心理健康比较积极。同学们发表了许多自己的看法，提出了许多建设性的意见。为建设良好的氛围起到了积极作用，在一定程度上也提高了同学们学习的积极性。

许多同学通过参与我们本次活动深刻认识到心理健康的重要性以及帮助身边心里有问题的同学的必要性，这也是我们学院长期以来的目标。努力创造良好的心理环境的观念已经深入全体同学的思想当中。



5、心理委员风采大赛

本次活动组织了土木与建筑工程学院各院系心理委员及心理部部员，把机会给了每一个参与心理工作的同学。引导学生树立坚定的理想信念和正确的世界观、人生观、价值观，推动学校校园建设。5月13日下午18:00土木与建筑工程学院建筑系于土木楼702举行了优秀心理委员，参与本次评选的六位参赛者依次上台演讲，将自己进入大学以来的心路历程和自己的工作经验分享给了大家。获得本次优秀心理委员的分别是周佳慧、焦广辉，马瑞彤同学。

本次活动旨在培养同学们的自信心，相互吸取经验，更好的完成今后的工作，增加了同学们的上进心。



6、辩论赛

以“乐观可不可以习得”为主题进行了激烈角逐，精彩的对峙将战火点到最极致，参赛者唇枪舌战，其他成员亦热血沸腾，给本次辩论赛活动火上圆满句号。由建筑系获得了本场比赛的冠军。

通过这次活动，让我看到了学生健康促进会的凝聚力，大家的同心协力和大家对学生健康促进会的一份热情，俗话说兄弟同心，齐力断金，我们就像个大家庭一样，团结一致，无论什么困难都难不倒我们。本活动的顺利举行让我对到团结就是力量有更深刻的理解。在本活动中大家都彼此加深了对对方的了解，使活动进行得更加顺利。





三、经验与收获

土木与建筑工程学院把心理教育始终放在大学生教育中的重要位置，我们希望通过本次心理活动月系列活动，提高我院学生的心理健康水平，进一步加强大学生心理健康教育工作力度，宣传和普及心理健康知识，提高学生心理素质，促进其人格健康成长，营造良好的心理健康氛围。

使学生能够合理应对学习、生活、交往和身体发育中的各种变化，能够表现出与学习、生活、交往活动的变化与身体发育相一致的心理和行为。从而更好地让学生们更好地认识自己、了解自己，增进朋友间的感情，以及为大学生走向复杂多变的社会提供了强大的精神支撑力。

本次活动将会使我系大学生的心理健康教育工作全面展开，

同时优化、提高全体学生的心理保健意识和心理健康水平，使得同学们的校园生活更加丰富。让每一位大学生都能够成长为一名身心健康的合格学子和新世纪建设的接班人。

土木与建筑工程学院

2021年6月4日