

# 赣南医科大学学生工作部(处)

赣医学字〔2025〕22号

## 关于开展2025年“3·20善爱我” 心理健康春季行动的通知

各学院：

为深入贯彻落实全国教育大会精神和《教育强国建设规划纲要（2024—2035年）》，全面推进“五育并举”育人理念，培养大学生理性平和、积极阳光心态，促进学生心理韧性提升与全面发展，结合我校实际，决定开展2025年“3·20善爱我”心理健康春季行动。具体事项通知如下：

### 一、行动主题

五育润春，心向未来

### 二、行动时间

2025年3月17日至4月15日

### 三、行动内容

“3·20善爱我”春季心理健康行动将开展系列活动，包括：一场户外素质拓展、一场四级网络骨干心理技能专题培训、一场专兼职心理咨询师案例督导会、一场表达性艺术治疗团体辅导和三场心理健康宣传活动。

1. 户外素质拓展。面向2022级、2023级和2024级第一

临床医学院全体学生组织开展“温暖同行，逐梦未来”素质拓展活动，旨在培育我校临床医学生的多维心理韧性，进阶团队协作与沟通能力以及促进个人成长。

**2. 四级网络骨干心理技能专题培训。**面向全体 2024 级班级心理委员、心晴联络员开展业务培训，强化专业素养与危机干预能力。融合学习实践以筑基赋能，聚合力共创文明健康、协同发展的校园生态。

**3. 专兼职心理咨询师案例督导会。**面向专兼职心理咨询师开展案例督导会，以案例督导提升咨询师专业技能与伦理敏感度，构建多系统危机干预网络，应对新兴心理议题，预防职业耗竭，强化文化胜任力。

**4. 表达性艺术治疗团辅。**面向全校学生开展的“彩绘心空，情愈心晴”艺术疗愈团体辅导活动，旨在通过绘画、音乐等艺术形式引导非语言情绪表达，提升自我觉察与心理韧性，构建学生互助支持网络，培育积极包容的校园心理文化。

**5. 心理健康宣传。**面向全校师生开展三场心理健康宣传活动，普及心理健康知识，关注全校师生心理健康，增强师生情绪应对技能，消除心病耻感，提高师生对心理健康问题的认识。

#### 四、行动要求

**1. 广泛宣传动员，营造温馨环境。**各学院要充分利用线上线下多种渠道，对本次心理健康系列活动进行广泛宣传，确保每位师生都能及时了解活动信息，激发参与热情，营造良好氛围，提供充满浓厚心理健康教育的环境。

**2. 发挥辅导职能，强化活动实效。**各学院要注重以活动为载体，切实增强学生积极心理品质，助力形成健康向上的精神风貌，引导青年群体深入理解生命价值，树立正确的人生观与幸福观，主动创造并珍惜美好校园生活。

**3. 深化总结提炼，推动成果转化。**各学院要系统梳理心理健康教育工作成效，凝练具有学院特色的品牌项目，通过典型案例汇编、优秀模式推广等路径，构建长效机制促进专业能级提升，持续优化心理育人质量工程。

附件：“3.20”心理健康春季行动活动安排表



附件

## “3.20” 心理健康春季行动活动安排表

序号	活动名称	时间	地点	活动对象
1	“温暖同行，逐梦未来” 户外素质拓展	3月-4月	大学生心理素质拓展基地	2022-2024级第一临床医学院全体学生
2	彩绘心空，情愈心晴： 艺术疗愈团体辅导	3月17日-4月17日	二教403团辅室	全校征集，自愿报名学生30名
3	心理健康活动形式征集	3月17日-30日	线上	全校师生
4	第七届心理健康大使初赛	3月19日-31日	一教教室	2024级全体在校学生
5	“3.20 善爱我”现场心理健康宣传活动	3月20日	第一、二食堂门口	全校师生
6	四级网络骨干成员培训	3月22日-23日	图书馆报告厅	2024级心理委员、心晴联络员
7	专兼职心理咨询师案例督导会	3月30日	二教207案例讨论室	专兼职心理咨询师