附件3

**心理委员培训（基础班）心理健康主题班会**

**设计与实操工作说明**

**一、时 间：**2017年11月23日-11月30日

**二、地 点：**各学院自行确定，相关信息需请提前3-5天报心理健康教育中心。

**三、主 题：**各班心理委员将围绕心理健康各方面内容开展班会实操，相关主题参见下表。

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **序号** | **主 题** | **开展学院** |
| 1 | 发现自我：收获自信，成为更好的自己 | 农学院、公法院 |
| 2 | 情绪管理：笑对生活，青春好心情 | 食科院、资环院 |
| 3 | 人际关系：沟通让你我更亲近 | 国际院、信科院 |
| 4 | 恋爱心理：青春时光遇到对的你 | 生科院、体艺院 |
| 5 | 应对挫折：调整心态，勇敢前行 | 工学院、商学院 |
| 6 | 高效学习：找对方法，轻松学习 | 动科院、动医院、理学院 |
| 7 | 生涯规划：我的人生我做主 | 教育院、园艺院 |
| 8 | 网络心理：E时代的新青年 | 经济院、外语院、植保院 |

1. **班会设计**

在心理健康主题班会正式开展之前，参训心理委员需认真准备、精心设计，填写“心理健康主题班会设计方案”、“心理健康班会主持人对话逐字稿”；心理健康主题班会结束后，结合班会开展的情况撰写《心理健康班会具体实施方案》，并附心得体会一篇。

**心理健康主题班会设计方案**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 学 院 |  | | 班 级 |  | 班主任  （辅导员） |  | |
| 主持人 |  | | 学号 |  | 指导老师 |  | |
| 班会主题 |  | | | | 联系方式 |  | |
| 班会教具 |  | | | | | | |
| 班会目的 |  | | | | | | |
| 班会重点 |  | | | | | | |
| 班会难点 |  | | | | | | |
| 班会过程 | 准备过程 |  | | | | |
| 实施过程 |  | | | | |
| 班主任  （辅导员）  总结 |  | | | | | |

**心理健康主题班会具体实施方案**

（标题：楷体，三号，加粗）

一、班会背景

二、班会目的

三、班会主题

四、班会时间

五、班会地点

六、活动形式

七、班会流程和具体操作（该部分不少于800字）

（一）导入

（二）热身游戏（需撰写游戏说明）

（三）主题活动

（四）感受分享

（五）班主任总结发言

八、班会效果和意义（该部分建议字数400字以上）

九、反思和改进（该部分建议字数300字以上）

（要求：一级标题黑体，四号；二级标题黑体，小四；正文，宋体，五号；行距，固定值：20磅，可插入图片，ppt。正文请把格式要求删除。）

**心理健康班会主持人对话逐字稿**

（标题：黑体，三号，加粗，正文1200 字以上）

背景音乐

主持人甲：

主持人乙：

（要求：一级标题黑体，四号；二级标题黑体，小四；正文，宋体，五号；行间距20磅，可插入图片，ppt。正文请把格式要求删除。）

注：也可单人主持，提交本人主持稿即可。

**心理健康主题班会实操心得体会**

（标题：黑体，三号，加粗，正文300 字以上）

（正文，宋体，五号；行间距20磅，正文请把格式要求删除。）