

春季开学心理健康教育工作安排

各学院：

春季开学，学生面临返校适应、学业压力调整、人际关系重建等多重挑战。为保障新学期心理健康教育工作有序开展，切实维护学生身心健康发展，按照省教育厅《关于进一步做好春季开学高校心理健康教育工作的提示》的文件精神，现就心理健康教育工作安排如下：

1. **重视返校适应评估。**密切关注学生返校后的心理状态，重点筛查寒假期间经历家庭变故、经济困难、人际冲突或重大事件的学生。辅导员应通过走访、座谈等方式及时了解学生成动态，建立重点关注学生档案，制定个性化帮扶方案。（任务分解：重点学生谈心谈话记录表、心理问题学生台账）

2. **组织适应性教育活动。**结合新学期特点，开展“开学第一课”心理健康专题讲座，内容涵盖压力管理、时间规划、目标设定及积极心态培养。利用班会、社团活动等平台，组织团体辅导、破冰活动，帮助学生重建校园归属感。（任务分解：心理健康专题讲座或团体辅导、破冰活动等）

3. **强化家校协同机制。**针对重点关注学生，主动与家长沟通寒假期间学生表现及当前心理状态，明确家校共育责任。通过家长信、线上会议等形式普及心理健康知识，引导家长科学关注学生情绪变化。（任务分解：家长信或线上会议）

4. 创新宣传教育形式。利用微信公众号、短视频平台等新媒体，推送“开学心理调适”“减压技巧”等系列内容。结合春季学期心理健康主题活动，策划主题宣传活动，营造积极向上的校园氛围。（任务分解：宣传推文）

5. 完善心理服务保障。加强心理委员和宿县长培训，发挥朋辈支持作用。（任务分解：心理委员和宿县长培训）

6. 预防心理危机事件。充分发挥“学校-院系-班级-宿舍/个人”四预警防控体系作用，定期跟踪学生心理状况，对不同心理健康状况的学生分类干预。对有心理问题史的学生持续回访，动态监测适应情况，发现高危信号，立即启动多部门联动干预。

（任务分解：同1）

请各高校高度重视春季学期心理健康教育工作，统筹资源、压实责任，确保各项措施落地见效，为学生健康成长保驾护航。以上工作安排将作为三月份二级学院心理工作考核项目，有关工作开展情况（图文资料）请及时报送心理中心，并于3月30日前发送至邮箱：307125418@qq.com。

心理健康教育中心

2025年2月19日

