

# 扬州大学第二十届“心理健康宣传月”活动手册

## 开幕式暨“朋辈心理咨询员成长训练营”（第三季）开营

时间：10月21日

地点：荷花池校区教学主楼二楼多功能厅

主办：校心理健康教育中心

## 班团润心篇

### 1. 2019级新生班级团体心理辅导

时间：11月-12月

对象：全体新生班级

主办：校心理健康教育中心

### 2. 《“我是谁，我在哪，我该怎么办？”心理危机情境下班级心理委员工作》讲座

时间：11月11日

地点：荷花池校区教学主楼

主办：校心理健康教育中心

### 3. 《“从心开始”班级心理委员职责与成长》讲座

时间：11月12日

地点：瘦西湖校区教学楼

主办：校心理健康教育中心

### 4. “心理知识知多少”班团活动

时间：11月9日

地点：瘦西湖校区8号教学楼

主办：教育科学学院（师范学院）学前教育学院

### 5. “心灵舞台”主题班团活动

时间：11月16日

地点：瘦西湖校区8号教学楼

主办：教育科学学院（师范学院）学前教育学院

### 6. “施之以爱·报之以恩”主题班会

时间：11月28日

地点：瘦西湖校区8号教学楼

主办：教育科学学院（师范学院）学前教育学院

### 7. 心理情景剧大赛

时间：11月24日

地点：荷花池校区教学主楼1113

主办：新闻与传媒学院

8. 班级心理知识竞赛  
时间：11月1日-11月18日  
地点：各班自习室  
主办：新闻与传媒学院
  
9. “书写梦想·寄存希望”梦想寄存站  
时间：11月21日  
地点：瘦西湖校区8号教学楼各班级教室  
主办：数学科学学院
  
10. “采撷阳光·暖暖心田”心理委员工作研讨会  
时间：11月2日  
地点：瘦西湖校区87号楼心理工作站  
主办：数学科学学院
  
11. “心灵悸动·欣喜生活”主题班会  
时间：11月1日-11月30日  
地点：瘦西湖校区8号教学楼各班自习室  
主办：数学科学学院
  
12. “展团结之风·绘心灵之美”心理情景剧  
时间：11月16日  
地点：瘦西湖校区8号教学楼  
主办：数学科学学院
  
13. “我心由我·展望未来”团体心理辅导  
时间：11月23日  
地点：瘦西湖校区8号教学楼  
主办：物理科学与技术学院
  
14. 心理知识竞赛  
时间：11月10日  
地点：瘦西湖校区8号教学楼  
主办：物理科学与技术学院
  
15. 心理短剧大赛  
时间：11月16日  
地点：瘦西湖校区8号教学楼  
主办：物理科学与技术学院
  
16. 心理健康知识问答  
时间：11月2日  
地点：瘦西湖校区8号教学楼  
主办：化学化工学院

17. 2019 级新生班级心声分享会

时间：11 月 24 日

地点：扬子津校区（西）11 号楼 210

主办：体育学院

18. “新成长·心梦想”团体心理辅导

时间：11 月

地点：扬子津校区（东）心理工作站

主办：机械工程学院

19. “心海扬帆起航·学海合作共赢”互助学习活动

时间：11 月 16 日

地点：扬子津校区（东）文津楼各班教室

主办：机械工程学院

20. 心理短剧大赛

时间：10 月 27 日（初赛）、11 月 5 日（决赛）

地点：江阳路南校区行政楼报告厅（初赛）、荷花池校区大学生活动中心三楼小剧场（决赛）

主办：水利科学与工程学院

21. “新心交流”心理协会会员暨心理委员团体心理辅导

时间：10 月 31 日

地点：江阳路南校区行政楼报告厅

主办：水利科学与工程学院

22. “你心我诉”团体心理辅导

时间：11 月 6 日

地点：江阳路南校区关工委心理访谈室

主办：水利科学与工程学院

23. 心理短剧大赛

时间：10 月 29 日

地点：扬子津校区（东）文体馆

主办：电气与能源动力工程学院

24. 研究生团体心理辅导

时间：11 月 6 日

地点：扬子津校区（东）文津楼教室

主办：环境科学与工程学院

25. “织”愈我心系列宣传活动

时间：11 月 9 日

地点：扬子津校区（东）文津楼教室

主办：环境科学与工程学院

26. “感动·心动·行动”心理剧大赛  
时间：11月8日  
地点：扬子津校区（东）文体馆三楼小剧场  
主办：环境科学与工程学院
27. “与心灵相约·与健康同行”心理委员工作交流会  
时间：11月27日  
地点：另行通知  
主办：园艺与植物保护学院
28. “心悦动·欣生活”情景剧大赛  
时间：11月3日  
地点：文汇路校区科技报告厅  
主办：园艺与植物保护学院
29. “唱我想·谈我思”心灵音乐会  
时间：11月1日  
地点：文汇路校区23号楼  
主办：动物科学与技术学院
30. “心能量·欣分享”团体心理辅导  
时间：11月2日  
地点：文汇路校区推广楼4楼学术报告厅  
主办：动物科学与技术学院
31. 校园心理短剧大赛  
时间：11月24日  
地点：文汇路校区科技报告厅  
主办：兽医学院
32. “新时代·新思想·心健康”心理剧大赛  
时间：11月6日  
地点：江阳路北校区大学生活动中心  
主办：医学院
33. “悦动心灵·感恩你我”户外素质拓展  
时间：11月27日  
地点：扬子津校区（东）操场  
主办：商学院
34. 2019“新时代的00后”心理短剧大赛  
时间：11月10日  
地点：文体馆三楼小剧场  
主办：旅游烹饪学院·食品科学与工程学院

35. 心理健康知识宣传主题班会

时间：11月1日

地点：音乐学院琴房一楼大教室

主办：音乐学院

36. 心理知识普及主题班会

时间：11月12日

地点：音乐学院琴房一楼大教室

主办：音乐学院

37. “协同合作、你我同行”团体心理辅导

时间：11月1日-11月25日

地点：江阳路南校区（另行通知）

主办：美术与设计学院

38. “遇见自己·从心开始”系列团体心理辅导

时间：10月16日-12月24日

地点：广陵学院文体馆 n415 团辅室

主办：广陵学院

39. “将故事写成我们”第十六届心理情景剧大赛

时间：11月6日-11月23日

地点：广陵学院文体馆三楼小剧场

主办：广陵学院

### 专业慧心篇

40. 《“百花齐放，百家争鸣”心理学的那些事儿》知识讲座

时间：11月12日

地点：扬子津校区（东）文津楼

主办：校心理健康教育中心

41. “玩转心理战术·体味趣味历史”挑战赛

时间：10月23日

地点：瘦西湖校区理科楼后大草坪

主办：社会发展学院

42. 《大学新生活·洒满“心”阳光》主题报告

时间：10月15日

地点：江阳路南校区行政楼报告厅

主办：马克思主义学院

43. 心理书籍读书会

时间：11月8日

地点：扬子津校区（东）文津楼

主办：法学院

44. 2019 级新生心理辅导专题讲座

时间：11 月 1 日-11 月 20 日

地点：扬子津校区（东）文体馆报告厅

主办：建筑科学与工程学院

45. 大学生心理骨干专题培训

时间：11 月 1 日-11 月 20 日

地点：扬子津校区（东）实学楼 102 报告厅或 202 会议室

主办：建筑科学与工程学院

46. 研究生专题心理讲座

时间：11 月 20 日

地点：扬子津校区（东）文津楼教室

主办：环境科学与工程学院

47. “耕耘农院·从心出发”系列活动

时间：11 月 23 日

地点：文汇路校区（另行通知）

主办：农学院

48. “有园相聚·快乐种植”园艺体验活动

时间：10 月 28-12 月 6 日

地点：文汇路校区（另行通知）

主办：园艺与植物保护学院

49. 《刺猬的优雅》心理电影赏析

时间：11 月 18 日

地点：文汇路校区 23 号楼

主办：兽医学院

50. “大学生恋爱你我他”心理知识讲座

时间：10 月 14 日

地点：江阳路北校区毓贤楼三楼报告厅

主办：护理学院

51. “心能量·欣成长”心理知识讲座

时间：11 月 11 日

地点：音乐学院琴房一楼大教室

主办：音乐学院

52. “图写大爱·情暖人间”摄影作品征集

时间：11 月 18 日-11 月 30 日

地点：江阳路南校区  
主办：美术与设计学院

53. “在阳光下健康成长”心理知识讲座

时间：11月  
地点：广陵学院教学楼教室  
主办：广陵学院

### 社区知心篇

54. “心能量·欣成长”朋辈互助心理定向赛

时间：11月10日  
地点：各校区心理工作站及周边  
主办：校大学生心理协会

55. “心悦‘橙’服”心理健康宣传月广场宣传

时间：11月17日  
地点：扬子津西区食堂广场；文汇路校区操场；瘦西湖理科楼前草坪  
主办：校大学生心理协会

56. “心能量·欣成长”心理电影赏析

时间：11月1日-11月30日  
地点：扬子津校区（东）心理工作站  
主办：校大学生心理协会

57. “我心由我·展望未来”电影赏析活动

时间：11月9日-11月15日  
地点：瘦西湖校区（另行通知）  
主办：文学院

58. “炫动青春·乐趣无限”趣味运动会

时间：11月3日  
地点：瘦西湖校区理科楼后大草坪  
主办：社会发展学院

59. “心随影动·感悟生活”心理影片观赏活动

时间：10月17日  
地点：江阳路南校区25号楼  
主办：马克思主义学院

60. “清心育花·戒浮去燥”广场宣传

时间：11月1日  
地点：扬子津校区（东）操场  
主办：法学院

61. “心能量·欣成长”心灵电影会  
时间：11月1日  
地点：瘦西湖校区8号教学楼  
主办：教育科学学院（师范学院）学前教育学院
62. 心理电影联谊观影活动  
时间：11月1日-11月30日  
地点：荷花池校区（另行通知）  
主办：新闻与传媒学院
63. “学海泛舟·心海起航”研本携手心理游园会  
时间：11月16日  
地点：扬子津校区（东）操场  
主办：外国语学院
64. “再见拖延症·自律‘心’生活”打卡分享  
时间：11月2日-11月9日  
地点：扬子津校区（东）东门大草坪  
主办：外国语学院
65. “心随影动”电影分享会  
时间：11月26日  
地点：瘦西湖校区8号楼教室  
主办：数学科学学院
66. “宿舍心理信息员”聘任仪式及专题辅导活动  
时间：11月13日  
地点：瘦西湖校区8号楼报告厅  
主办：数学科学学院
67. “一句话影评”电影赏析活动  
时间：11月24日  
地点：瘦西湖校区8号楼  
主办：物理科学与技术学院
68. “‘寝’和我一起”心理知识讲座  
时间：11月8日  
地点：瘦西湖校区8号楼  
主办：化学化工学院
69. “心能量·欣成长”趣味运动会  
时间：11月13日  
地点：扬子津校区（西）操场  
主办：体育学院

70. 读书漂流

时间：11月6日

地点：扬子津校区（西）11号楼224

主办：体育学院

71. “我也可以很懂你”心声分享活动

时间：11月24日

地点：扬子津校区（东）南广场

主办：机械工程学院

72. “扬大之行”趣味素拓

时间：11月13日-11月20日

地点：各校区（另行通知）

主办：信息工程（人工智能）学院

73. “问候他人·温暖你我”广场体验活动

时间：11月21日

地点：扬子津校区（西）食堂门口

主办：信息工程（人工智能）学院

74. “心芯相印·信好友你”心理知识广场宣传

时间：11月中旬

地点：扬子津校区（西）食堂门口

主办：信息工程（人工智能）学院

75. “Min心旅工作坊”正念瑜伽

时间：11月份每周两次

地点：扬子津校区（西）心理工作站团辅室

主办：信息工程（人工智能）学院

76. “大步流星·勇往直前”闯关大赛

时间：11月10日-11月25日

地点：扬子津校区（西）操场

主办：建筑科学与工程学院

77. 《一个购物狂的自白》消费心理电影赏析

时间：11月10日

地点：江阳路南校区行政楼报告厅

主办：水利科学与工程学院

78. “笔尖下的感悟”心理文章征集

时间：11月4日-11月17日

地点：江阳路南校区（另行通知）

主办：水利科学与工程学院

79. “Free Hugs” 温暖接力活动  
时间：11月10日  
地点：各校区广场  
主办：电气与能源动力工程学院
80. 宿舍心理气象员培训专题讲座  
时间：11月25日  
地点：扬子津校区（东）文体馆  
主办：电气与能源动力工程学院
81. “心路起航·筑梦前行” 心理电影沙龙  
时间：11月15日  
地点：扬子津校区（东）文津楼教室或心理工作站  
主办：电气与能源动力工程学院
82. “淮扬秋韵” 手绘明信片活动  
时间：11月12日  
地点：各校区广场  
主办：电气与能源动力工程学院
83. “心语心愿” 互助主题系列活动  
时间：10月16日-11月5日  
地点：文汇路校区留学生草坪  
主办：兽医学院
84. “重走童年路·共拾儿时梦” 心理运动会  
时间：11月2日  
地点：文汇路校区操场、扬子津校区（东）操场  
主办：生物科学与技术学院
85. 心理电影沙龙  
时间：11月28日  
地点：荷花池校区教学主楼  
主办：生物科学与技术学院
86. 《他是龙》心理主题观影活动  
时间：11月8日  
地点：江阳路北校区毓贤楼三楼报告厅  
主办：护理学院
87. “从心出发” 图书漂流  
时间：11月20日  
地点：商学院行政楼 1115 心理工作站  
主办：商学院

88. 心理知识学术沙龙

时间：11月2日

地点：扬子津校区（东）心理工作站

主办：商学院

89. “遇见更好的自己”心理沙龙

时间：11月1日-11月30日

地点：扬子津校区（东）笃行楼

主办：旅游烹饪学院·食品科学与工程学院

90. “我们正值青春”心理电影赏析

时间：11月22日

地点：扬子津校区（东）心理工作室

主办：旅游烹饪学院·食品科学与工程学院

91. “心愿心语”交流会

时间：11月1日

地点：音乐学院琴房二楼大教室

主办：音乐学院

92. 心理电影赏析

时间：11月14日、15日、16日

地点：江阳路南校区17号楼报告厅

主办方：美术与设计学院

93. “良言三冬暖·恶语六月寒”短视频分享

时间：11月14日

地点：扬子津校区（东）南广场

主办：旅游烹饪学院·食品科学与工程学院

94. “心携温暖·齐力共进”打卡闯关活动

时间：10月19日

地点：广陵学院篮球场

主办：广陵学院

95. “读书观影沙龙”分享交流会

时间：11月16日

地点：广陵学院教学楼W103

主办：广陵学院

## 网络舒心篇

96. “心声回音壁”线上互动平台

地点：“i心田”心理自助系统

主办：校心理健康教育中心

97. “我的成长故事”线上分享活动  
地点：《心苑》杂志线上版  
主办：《心苑》杂志社
98. “你不知道的事”趣味心理测试  
地点：扬大学工“e飞扬”微信服务端  
主办：校心理健康教育中心
99. 心理委员 MOOC 培训认证  
地点：全国高校心理委员工作毫末平台  
主办：校心理健康教育中心
100. “带上你的故事”线上成长活动  
时间：10月1日-11月15日  
地点：校心协微信公众号  
主办：校大学生心理协会
101. “聚焦心理·丹青抒情”征文分享  
时间：发文即日起至11月20日  
地点：线上  
主办：文学院
102. “我有故事·你有糖吗”暖心电台  
时间：10月25日-11月15日  
地点：喜马拉雅电台  
主办：社会发展学院
103. “悦然享受·阅尽心灵”线上读书分享活动  
时间：11月1日-11月15日  
地点：学院官方QQ  
主办：社会发展学院
104. 心理美文展  
时间：11月1日-11月30日  
地点：学院官方QQ  
主办：新闻与传媒学院
105. “我心诉我情”微情书征集活动  
时间：11月23日-30日  
地点：线上  
主办：外国语学院
106. “心语微信·青春共彩”活动线上分享  
时间：11月8日

地点：学院微信公众号

主办：数学科学学院

**107. “一路成长·感恩父母”书信活动**

时间：11月28日

地点：线上

主办：信息工程（人工智能）学院

**108. “格子间倾诉铺”情感活动**

时间：11月16日-11月30日

地点：线上

主办：建筑科学与工程学院

**109. “诗意昂扬”心理征文主题活动**

时间：11月2日-11月16日

地点：线上

主办：建筑科学与工程学院

**110. “感受心灵——读懂自己”作品征集比赛**

时间：11月4日-11月10日

地点：线上

主办：商学院

**闭幕式暨“我们的故事”在扬高校优秀心理情景剧展演**

时间：11月30日

地点：荷花池校区大学生活动中心三楼小剧场

主办：江苏省大学生心理健康教育与研究（扬州大学）基地

校关心下一代工作委员会

校心理健康教育中心

承办：在扬高校大学生朋辈成长联盟

校大学生心理协会

党委学生工作部（处）

党委研究生工作部（处）

心理健康教育中心

2019年11月6日