

南昌市教育局

南昌市教育局关于开展第四届心理健康 教育宣传月活动通知

各县（区）教体局、开发区（新区）教办，局属学校、省属事业单位办学校、市管民办学历教育学校：

新冠肺炎疫情不仅对人们的生命安全、身体健康构成了威胁，同时也影响了人们的心理健康、精神状态。随着我市大范围的复学的到来，为了协助学生顺利回归校园，做好收心、安心工作，促进师生更好地恢复原有的平衡，以理性平和乐观的心态看待疫情，保持积极健康的心理状态，践行科学文明的生活方式，实现心理回归软着陆，开启新篇章。根据《中小学心理健康教育指导纲要（2012年修订）》文件精神，结合我市心理健康教育工作实际，决定开展第四届中小学心理健康教育宣传月活动。现将有关事项通知如下：

一、活动主题

本次活动主题为“关照自我，疫中成长”。

二、活动时间

2020年5月

三、主要活动

（一）市教育局组织的全市中小学校心理健康教育活动

1. 举办青少年健康大讲堂线上直播

南昌市未成年人心理健康辅导中心在抗疫期间每周六晚上 19:30 —20:30，开展“青少年健康大讲堂”活动，邀请省内外知名专家、优秀教师等，陆续推出与心理健康、身体健康及家庭教育等相关的科普宣传直播，其宗旨是倡导健康生活，更新教育观念，拓展教育视野，丰富教育能量。该课程将通过赣教云平台向全市直播。

要求各学校组织观看，并积极转发分享。

2. 举办南昌市心理健康教育讲座视频评比活动

讲座对象：学生、教师、家长

讲座时间：45 分钟--60 分钟

要求：画面清晰、音质无杂音，视频直接发中心邮箱。

各县（区）教体局、开发区（新区）教办推送 5 部参赛视频、各局属学校、省属事业单位办学校、市管民办学历教育学校每所学校各推送一个参赛视频。推送视频截止时间为 2020 年 5 月 31 日。

（二）各中小学校自行组织心理健康教育宣传月系列活动

1. 以丰富多彩的形式开展主题宣传月活动。

各校根据不同年级学生年龄特点，开展主题班会、制作手抄报及心灵书签、绘制心理漫画、观看心理电影、写心灵成长小论文、团体辅导、个体辅导等活动，宣传新冠病毒

的相关知识，重建安全感、建立联结感、增强现实感、强化掌控感、提升意义感、构建希望感。让学生懂得疫情本身不是一个好东西，但经历了疫情中的艰难和痛苦，人们可能会变得更深刻，更加团结互助、珍惜幸福、尊重他人和敬畏自然，会努力追寻生命的意义。

2. 举办专题讲座

问卷调查显示学生们更期待通过面向全体同学的讲座来获得相关知识，帮助自己调整学习状态。线上讲座比线下讲座更受学生欢迎，因此学校可以结合同学需求组织观看各种专题讲座。

3. 关注特殊人群，做好中高考考前心理辅导工作

有针对性地对毕业班学生和毕业班教师进行心理辅导，确保毕业班师生能以积极健康的心态应对考试。

4. 开展家长沙龙或亲子辅导活动

向家长宣传心理健康知识，让家长了解一些心理健康教育的有关内容和形式，为学生的成长、学习创造良好的家庭氛围，并且让家长通过了解学生心理发展的阶段性特点，懂得用科学的方法建立亲子互动关系，促进孩子健康成长。

5. 举办教师心理健康专题讲座或心理素质拓展活动，维护教师心理健康。

四、活动要求

1. 各校根据要求要切实加强领导，合理安排宣传月的各项活动，确保活动顺利实施。

2. 各校要以心理健康教育宣传月为契机，认真围绕活动

主题，重点结合各自学校实际和学生心理状况，突出本校特色，组织开展系列活动。

3. 各校要充分利用广播、电视、校刊、校报、橱窗、板报以及校园网络等各类宣传媒体，及时对活动开展情况进行宣传报道，营造良好的舆论氛围。

五、其他事项

1. 各县（区）教体局、开发区（新区）教办要加强对本县区所属学校活动开展情况的检查，南昌市未成年人心理健康辅导中心将对各学校开展活动情况进行抽查。

2. 请于7月5日前将本校心理健康教育宣传月的实施方案、宣传月活动开展的情况总结（有图有文）以电子文本的形式报送南昌市未成年人心理健康辅导中心。各县区教科体局、开发区教体办需先将辖区内学校实施方案和活动开展的总结收齐统一发送；各局属学校、省属事业单位办学校、市管民办学历教育学校直接发送。

联系人：李晓燕，联系电话：86612885，

电子邮箱：ncwcxlfld@163.com

