**附件1：**

**活动日程安排表**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **活动** | **内容** | **时 间** | **地 点** | **参与人员** | **备注** |
| 2021级班级心理委员培训 | 1、心理委员的角色与定位  2、常见心理问题的症状及识别  3、大学生心理危机的预防和干预  4、心理委员的会谈技巧 | 11月19日-  12月3日 | 网络 | 2021级心理委员 | 完成4个专题的学习,完成相应专题的测试 |
| 学校心理服务方式  学校心理健康教育工作相关制度 | 11月19日-  12月3日 | 自定 | 2021级心理委员 | 学习时长不短于1学时，地点自定。 |
| 朋辈训练营  系列心理沙龙 | 自我认识 | 11月19日  （周五）晚上7：00-9：00 | 莲湖校区  博文楼105团辅室 | 全校学生  自愿报名  （10-15人） | 带领者：付洁  协助者：赵萌娟 |
| 培养自信 | 11月24日  （周三）晚上7：00-9：00 | 莲湖校区  博文楼105团辅室 | 全校学生  自愿报名  （10-15人） | 带领者：陈红梅  协助者：王文斌  刘慧萍 |
| 团队合作 | 11月29日  （周一）晚上7：00-9：00 | 莲湖校区  博文楼105团辅室 | 全校学生  自愿报名  （15-20人） | 带领者：鲁雨琪  协助者：周昱君 |
| 洞察人心 | 12月3日  （周五）晚上7：00-9：00 | 莲湖校区  博文楼105团辅室 | 全校学生  自愿报名  （10-15人） | 带领者：段宇  协助者：吴慧星 |
| 压力释放 | 12月10日  （周五）晚上7：00-9：00 | 莲湖校区  博文楼105团辅室 | 全校学生  自愿报名  （10-15人） | 带领者：杨佳源  协助者：谢小林 |
| 二级学院活动 | “调节情绪 管理压力 放飞梦想”主题班会 | 11月28日晚 | 自定 | 各学院学生 |  |
| 自定 | 2021年11月22日—11月30日 | 自定 | 各学院学生 |  |