**附件1**

**大学生心理健康服务能力比赛细则**

**（一）活动目的**

根据国家22部委《关于加强心理健康服务的指导意见》、国家9部门《全国社会心理服务体系建设试点2021年重点工作任务》要求，进一步发挥大学生在社会心理服务体系建设中的自助、互助与助人效能，提升大学生的心理健康水平，推进高校心理健康教育工作的社会反哺实效。

**（二）活动内容**

1. 自我服务：即大学生通过了解与认识自我意识发展特点，开展“人为什么活着”“我们为什么上大学”“我的情绪调节方法”“我的坚毅力培养”“我的人生追求”等讨论与自我训练，积极优化个性，培养良好心理素质和积极心理品质，促进自我意识的完善，（自我服务也应在团队互助中完成）；

2. 互助服务：即为宿舍、班级、团队等同学服务，针对大学生的心理需要与成长困惑组织开展心理主题沙龙、心理班会、心理团日、团体心理辅导，开展心理委员服务能力竞赛等，积极建设大学生心理支持系统，营造团结互助的心理环境；

3. 助人服务：即为需要帮助的同学、社会上需要关爱的群体、困难群体提供力所能及的服务；特别提倡开展“大手牵小手，友爱一起走”心理服务活动方案设计，为我市中小学生、家长、中小学教师等群体提供支持与帮助。

**（三）成果形式**

成果正文以word文档提交（可图文混排）。word文档正文标题：仿宋一号，加粗；正文内容：仿宋小四，行间距为24磅。正文一般5000字左右，可附背景或支撑材料，形式不限。

活动方案在本校（含宿舍、班级、社团等）或中小学、社区实际应用且取得效果的，可附现场活动小报或应用单位证明。

**（四）作品提交**

1.各学院负责老师将电子版材料（参赛作品word、报名表和汇总表、原创承诺书，详见本通知附件3、4、5）打包压缩为一个文件夹，以“XX学院大学生心理健康服务能力大赛作品”形式命名并发送至邮箱cqmudiqixueban@163.com。

2.作品提交截至时间：2023年5月9日12:00。

**（五）评分标准**

大学生心理健康服务能力比赛在活动方案设计与实施和评比标准方面，主要可参考如下原则：

1. 合作原则。要求团体合作参与，组织成员架构合理，分工清晰，责任明确。20分。

2. 主题集中原则。主题聚焦大心理健康服务范畴，体现社会主流价值观，服务对象明确，服务内容精准到位，服务形式符合时宜。30分。

3. 可实践原则。方案设计可操作性强，行动方案符合逻辑，步骤清晰流畅，可呈现实践对方案的促进和完善过程。30分。

4. 可测量原则。方案对活动成果有预期或实效，活动成果可形式化呈现，包含但不限于实践报告、视频、照片、音频等形式。10分。

5. 反思性原则。对方案在设计与实践过程中可能存在的问题、不足或成果经验、社会影响等方面，有思考有建议。10分。