

# 关于组织收看学习“遇见更好的自己”主题心理健康公开课的通知

各二级学院（部）、心理健康教育教研室：

为进一步加强大学生心理健康教育，帮助学生更好地认识自己，掌握自我探索与自我提升的知识，呵护学生健康成长，引导学生学习心理健康知识，助力大学生心理健康，根据省委教育工委、省教育厅《关于组织收看学习“遇见更好的自己”主题心理健康公开课的通知》（教思政函〔2024〕111号）要求，现就组织收看有关事宜通知如下：

## 一、活动安排

主题：遇见更好的自己

时间：2024年3月16日（星期六）19:00

主办单位：中共河南省委教育工委 河南省教育厅

承办单位：河南中医药大学

## 二、主要内容

1. 阅己：认识自我，明确目标；
2. 悦己：接纳自我，闪闪发光；
3. 越己：超越自我，不负青春。

## 三、收看渠道

扫码关注“河南省教育厅”视频号或“豫教思语”视频号，点击屏幕上“预约”待直播开始即可观看。



（“河南省教育厅”视频号）



（“豫教思语”视频号）

#### 四、工作要求

（一）高度重视，全员参与。各二级学院（部）要珍惜学习机会，高度重视，认真组织本院学生全程观看，邀请学生家长观看，扩大受益面与影响力。心理健康教育教研室组织专兼职心理教师观看。

（二）同步开展，持续推进。各二级学院（部）要围绕活动主题，结合实际，不断更新教学理念，充实教学内容，提升教学效果，组织心理健康课程教师开好集体备课教研。

（三）及时总结，做好宣传。活动将通过“河南省教育厅”视频号和“豫教思语”视频号全程直播，请各学院（部）组织收看，报送1位学生学习心得，主要围绕观看公开课的感想收获，300字以内，附个人姓名、学院专业等信息和单人生活照1张；1位辅导员的学习心得，主要聚焦学生心理健康，300字以内，附个人姓名、学院、职务等信息和单人生活照1张；同时提交1-2张现场观看图片。以上材料请于3月17日9点前报送至 [zhailuyu@jyvtc.edu.cn](mailto:zhailuyu@jyvtc.edu.cn)。邮件均命名为“学院（部）全名+心理健康公开课观看学习情况”。

学生处（学工部 心理咨询中心）

2024年3月15日