

附件 6

“圆梦护航”心理健康教育微视频征集活动实施方案

一、参评对象

全省普通高校心理健康教育与咨询专业教师

二、参评数量

以学校为参评单位，每校限报 3 个作品。不接受个人或团队自行报名。

三、作品要求

（一）内容要求

1. 微视频作品必须主题清晰、情节完整、人物个性鲜明、思想积极向上、画面清晰稳定、配音标准、光线运用合理、文字字幕规范，可以是课堂心理体验活动、户外心理拓展训练等多种形式、具有心理健康教育的意义。

2. 微视频内容应与《大学生心理健康教育》课程相适应，包括新生心理适应、职业心理与生涯规划、自我意识、学习心理、意志与心身问题、情绪情感、人格发展、人际关系与社会支持、恋爱与性心理、压力与挫折、家庭关系、网络心理问题、精神疾病的识别与预防、心理应激与心理危机等。

（二）格式要求

作品须为 AVI、MOV、MP4 格式原始作品，分辨率不小于 1920pxX1080px。作品时长原则上在 10 分钟以内，以 5 分钟左右为宜，画面清晰，声音清楚，提倡标注字幕，同时须附 5 幅以上 JPEG 格式的截图或剧照。电子文

件刻录为光盘。

四、报送要求

请各高校对参评作品进行评选，对作品的思想观点、作品质量和原创性进行审核把关，于 9 月 10 日前将参评材料包括申报表和作品电子扫描件光盘报送汕头大学心理健康教育与咨询中心。

联系人:方盈, 联系电话:15918958966, 0754-82903380, 电子邮箱:yingfang@stu.edu.cn, 联系地址:汕头市大学路 243 号汕头大学学生处, 邮编:515063。