

KẾ HOẠCH

Tổ chức Workshop chăm sóc sức khỏe tâm thần cho Đoàn viên - Sinh viên
Trường Đại học Sư phạm - Đại học Đà Nẵng năm 2026

I. MỤC ĐÍCH - YÊU CẦU - NỘI DUNG

1. Mục đích

- Giúp sinh viên hiểu được tầm quan trọng của việc chăm sóc sức khỏe tâm thần trong học tập và đời sống.
- Trang bị kiến thức về các biểu hiện của những vấn đề sức khỏe tâm thần phổ biến ở sinh viên.
- Hướng dẫn cách phát hiện sớm các khó khăn tâm lý nhằm chủ động tìm kiếm hỗ trợ khi cần thiết.
- Giới thiệu và thực hành một số phương pháp giải quyết các khó khăn tâm lý cơ bản, góp phần nâng cao khả năng thích ứng trước áp lực học tập và cuộc sống.

2. Yêu cầu

- Nội dung đảm bảo cơ sở khoa học, tính thực tiễn và phù hợp với đặc điểm tâm lý sinh viên.
- Tổ chức chuyên nghiệp, đúng tiến độ, đảm bảo chất lượng chuyên môn.
- Tăng cường tính tương tác và trải nghiệm nhằm nâng cao hiệu quả tiếp nhận của người tham dự.
- Có sự phối hợp chặt chẽ giữa các đơn vị trong công tác tổ chức và truyền thông.

3. Chủ đề: Workshop “Chăm sóc sức khỏe tâm thần cho sinh viên”.

4. Báo cáo viên

- BS. CKII. Lâm Tứ Trung - Trưởng Văn phòng Hội Tâm lý Trị liệu Việt Nam, khu vực Miền Trung - Tây Nguyên.
- Th.S. Nông Thị Hương Lý - Giảng viên Khoa Tâm lý - Giáo dục - Công tác xã hội, Trường Đại học Sư phạm - Đại học Đà Nẵng.

II. THỜI GIAN, ĐỊA ĐIỂM, THÀNH PHẦN

1. Thời gian: 18h30, ngày 07 tháng 03 năm 2026

2. Địa điểm: Hội trường Hữu nghị, tòa nhà Khuê Văn, trường Đại học Sư phạm - Đại học Đà Nẵng

3. Thành phần: Ban Thường vụ Đoàn trường, Ban Thư ký Hội Sinh viên trường, Ban Chấp hành các Liên chi đoàn trực thuộc và 30 sinh viên/01 Liên chi đoàn.



III. NỘI DUNG CHƯƠNG TRÌNH

Workshop tập trung vào định hướng dự phòng và trang bị kỹ năng cơ bản cho sinh viên, gồm các nội dung:

1. Sức khỏe tâm thần là gì?
2. Tầm quan trọng của việc chăm sóc sức khỏe tâm thần cho sinh viên.
3. Các biểu hiện của những vấn đề sức khỏe tâm thần phổ biến.
4. Cách phát hiện sớm các vấn đề sức khỏe tâm thần.
5. Thực hành các phương pháp giải quyết tâm lý căn bản: quản lý hơi thở; định tâm khi thi cử hoặc trong tình huống áp lực; kỹ thuật grounding giúp ổn định cảm xúc.

IV. KINH PHÍ: Kinh phí tổ chức theo quy chế chi tiêu đã được phê duyệt năm 2026.

V. TỔ CHỨC THỰC HIỆN

1. Đoàn Trường

- Xây dựng kế hoạch chương trình, chuẩn bị về cơ sở vật chất, hậu cần.
- Chỉ đạo Liên chi đoàn Khoa Tâm lý - Giáo dục - Công tác xã hội thực hiện các công việc: xây dựng nội dung chuyên môn, kết nối báo cáo viên, MC, xây dựng kịch bản, điều phối chương trình
- Trực tiếp tham gia chỉ đạo chương trình workshop.

2. Các Liên chi Đoàn

- Triển khai đến toàn thể sinh viên trong Liên chi, phân bổ số lượng theo kế hoạch.
- Lập danh sách và gửi về VP Đoàn trường trước ngày **04/03/2026**.

Trên đây là kế hoạch Tổ chức Workshop chăm sóc sức khỏe tâm thần cho Đoàn viên - Sinh viên Trường Đại học Sư phạm - Đại học Đà Nẵng năm 2026, đề nghị các đơn vị triển khai và tham gia nghiêm túc./.

Nơi nhận:

- BCH LCD Khoa TL-GD-CTXH (t/hiện);
- BCH LCD các khoa trực thuộc (t/hiện);
- Đảng ủy, Lãnh đạo Nhà trường (b/cáo);
- Lưu VP.

TM. BTV ĐOÀN TRƯỜNG



Nguyễn Hoàng Tịnh Uyên

