

项目结项报告

项目名称：共克时艰心连心项目

项目周期：45 天

项目预算：89,546 元

项目报告人与职位：刘雪琪，项目负责人

一、请对照项目书分点阐述项目执行情况

共克时艰心连心项目旨在通过心理知识宣传、心理直播课程与公益疫情心理咨询三个方面，解决部分人群受新冠疫情而产生的心理行为问题。项目期间，共克时艰团队用诚恳、专业的态度，认真高效地执行心连心项目计划，项目运行顺利。

（一）心理知识宣传

1、战“疫”短视频

心连心项目原计划制作并推出六期战“疫”短视频，其中三期视频为动画视频。截至 2020.05.09，心连心项目实际制作并推出了十期战“疫”短视频（包括三期动画视频，分别为《面对疫情常见的心理反应》、《送你一本特殊时期的健康睡眠手册》以及《学生出行返校须知》）。其中，心理防疫视频五期，文案取材、指导、审核均由专业心理咨询师志愿者负责；居家健身防疫视频五期，视频素材由南非专业健身教练 Jaco 提供。制作视频总时长共计 36 分 49 秒，视频总播放量达到千余次。

2、优质心理案例推文

心连心项目共计制作并发出三十七篇推文（三十六篇心理推文+一篇儿童衣物捐赠），包括四期动画视频，七期知识科普，四期案例分析等，推文总阅读量达七千四百余次。

(二) 心理直播课程

心连心项目原计划推出**六期线上直播课程**。截至 2020.05.09，心连心项目实际推出**十五期直播课程**，其中，**心理防疫直播课程七期**，**居家健身抗疫直播课程八期**。一方面，项目与阿里巴巴口碑平台达成合作，获得**口碑直播平台广告位**，另一方面，团队还积极与**湖北当地医院以及社区联系推广**，宣传效果斐然，直播总观看量近**一万三千人次**。

(三) 公益疫情心理咨询

心连心项目共有**二十五位咨询老师**，截至 2020.05.09，已有**两百余人**接受心连心提供的一对一**心理咨询服务**，且后期**回访反馈良好**，心理咨询质量有所保障。此外，由于海外疫情爆发，项目针对留学生群体开展**三期团体心理辅导**，及时有效地满足了留学生求助者的需求。

二、项目执行是否有变更或未按计划开展，请说明原因。

(一) 动画视频制作

1、变更情况

心连心项目原计划在四月中旬完成动画短视频制作工作，但在实际执行过程中，两期动画视频制作时间有所延迟，分别在 4 月 28 日与 5 月 18 日制作完成。

2、变更原因

一方面，心连心项目视频组成员均为兼职志愿者，复工和网络开学后，成员进行志愿活动的时间减少。另一方面，随着四五月份疫情防控步入新阶段，学生返校成为公众最关心的问题，成员讨论后决定最后一期动画视频内容需紧跟时事热点，缓解返校问题对公众造成的负面影响，导致视频出品时间推迟。

(二) 心理推文内容

1、变更情况

心连心项目原计划经心理咨询师与受访者同意，收集心理咨询案例素材，制作心理案例分析推文。在实际执行过程中，心理推文的内容除案例分析外，还涵盖了心理防疫知识科普等方面，

2、变更原因

在与心理咨询师志愿者合作过程中，团队了解到心理咨询师积累并系统地整理了防疫相关心理知识，因此团队决定增加心理防疫知识科普推文，帮助读者了解并缓解心理问题。

（三）衣物捐赠

1、变更情况

4月21日-4月28日，心连心项目对接湖北省孝感市特殊教育学校、黄石市儿童福利院、湖北省孝感市儿童福利院，协助向其捐赠成人上装300件、下装108件，儿童上装209件、下装144件、童凉鞋39双，且运输费用由心连心项目承担。

2、变更原因

由于心连心项目开展顺利，通过视频、推文、直播等方式，项目影响力不断扩大，杭州市江干区慧灵托管中心对接到共克时艰团队，并表明物资捐赠意向。一方面，考虑到协助捐赠行为符合正荣基金会帮助受疫情影响人群的初衷，且心连心项目预算经费有余，另一方面，团队前身为全球物资采购捐赠志愿团体，对接过许多湖北省医院与社区，在寻找受助方和物流运输方面具有优势，因此在征得正荣基金会同意后，心连心项目进行了计划外的协助捐赠活动。

（四）健身防疫内容

1、变更情况

心连心项目原计划围绕心理防疫进行相关知识的宣传和普及。在实际执行过程中，项目在原本心理防疫的基础上，添加了居家健身防疫的内容，推出了健身防疫短视频、公众号推文以及线上直播课程。

2、变更原因

一方面，团队了解到部分受疫情影响居家人群由于缺少锻炼而产生胸闷、气喘等身体问题，存在健康隐患，另一方面，适当的运动有助于消除负面情绪，解决心理问题。因此，团

队决定在心理防疫基础上增加健身锻炼内容，形成身心共同抗疫。

三、请说明项目的受益社区有多少个？覆盖的地理范围？

（一）受益群众涵盖青少年群体、留学生群体与特殊教育学校的学生

“共克时艰心连心”项目针对此次疫情造成的心理困境，主要开展三方面工作，同时为积极配合国内疫情防控，且能惠及更广泛人群，本次项目均为线上执行，无线下受益社区。

项目组制作的宣传推文、动画短视频等在共克时艰官方微信公众号（SMOSA）、学习强国、壹深圳（深圳广电集团官方平台）、B站、微博等多个线上平台共同推出，在国内一定范围内产生了较大影响力。心连心项目仅以公益疫情心理咨询计算，邀请来自河北、湖北、辽宁、四川等全国各地 25 位咨询老师进行免费咨询，累计开展咨询 216 人次。

不仅是海外同胞，湖北地区的青少年特殊群体，亦是该项目所涉及的群体。得益于正荣大力资助，湖北省孝感市特殊教育学校、黄石市儿童福利院、湖北省孝感市儿童福利院三家单位收到了心连心项目协助捐赠的 800+ 件儿童新衣新鞋。

（二）覆盖范围辐射到境内外

覆盖的地理范围包括中国、法国、荷兰、德国、澳大利亚、美国、台湾与香港等地区，打破地域空间限制，横跨四大洲。

四、请说明项目的受益人数多少？他们如何受益的？如果受益对象包括流动儿童、老人、残障群体、等弱势群体等，请详细说明。

（一）受益人数及方式

心连心项目分别通过心理知识宣传（公众号推文+动画短视频）、心理直播课、公益疫情心理咨询的方式实现“面一面”、“点一面”、“点一点”三管齐下帮助需求群体：

心理知识宣传方面，本项目共计制作并发出 37 篇推文，推文总阅读量达 7409 人次，并

配合制作 10 期战“疫”短视频，视频总播放量达到 1279 次，宣传渠道共影响 8688 人次。通过易懂的动画视频与实际的案例分析结合方式向大家分享了疫情下心理调整相关知识，实现“面—面”心理关怀；

心理直播课方面，心连心项目共计开展 15 期心理直播课，其中心理防疫直播 7 期，居家健身抗疫直播 8 期，直播总观看量达到 12891 人次。借助直播形式每次邀请一位专业老师来解答屏幕前大家提出的众多心理问题，实现“点—面”心理关怀；

公益疫情心理咨询方面，我们邀请专业心理咨询老师开展免费咨询，累计为 216 人次提供咨询帮助。通过一对一咨询精准解决每位来访者的心理问题，实现“点—点”心理关怀。

心理相关项目直接帮助人群累计 216 人次，线上传播间接影响人群累计 21579 人次。

（二）特殊受益对象

疫情期间，青少年的身心健康发展是整个社会都重点关注的问题。一直以来，共克时艰团队持续关注青少年群体，相继推出儿童心理画解读原创小动画、熊孩子怎么办直播课、南非外教之居家少年强身健体系列直播课等活动。在正荣基金会的支持下，心连心项目还向湖北省孝感市特殊教育学校（103 名学生，主要为聋哑和智力障碍两大类学生）、黄石市儿童福利院（5-10 岁 30 名孩子）、湖北省孝感市儿童福利院（30 余名孤残儿童）的共计 160 余名同学协助捐赠了 800+ 件儿童新衣新鞋。

综上，本次项目共计直接受益人群近 400 人次，间接受益人群达 2 万余人次。

五、这次项目资助带来的改变或项目成果有哪些？

（一）项目成果

在正荣基金会的项目资金帮助下，截止 2020 年 5 月 9 日，共克时艰心连心项目组的成果有：

1、心理知识宣传

心连心项目共制作并推出 10 期战“疫”短视频。其中《面对疫情常见的心理反应》动画视频主要描述了大众受到疫情影响而可能产生的三种心理反应（常态反应、应激反应与心

理危机)及其相对应的解决方案。视频普及了疫情心理的相关知识,并引起大众对由疫情引起的心理问题的重视。该视频在学习强国、壹深圳(深圳广电集团官方平台)、B站、微博等平台上推出。

《共克时艰 FM——“小天使”的心理告白》取材于广西苍梧沙头镇中心小学为孩子们为前线医务人员录制的加油视频,并加入了专业心理咨询师曹君老师对于孩子们画作的心理解读,在宣传正能量,坚定大众抗疫信心的同时,普及儿童心理的相关知识,加强大众对于疫情中儿童心理的认识。该视频在学习强国、壹深圳(深圳广电集团官方平台)、B站、微博等平台上推出。

《送你一本特殊时期的健康睡眠手册》动画视频主要针对大众受到疫情影响而可能产生的失眠问题,提出相应的解决方案,包括放松训练、腹式呼吸、渐进式肌肉放松,为因疫情影响而失眠的人群提供帮助。该视频在共克时艰官方微信公众号、B站、微博等平台上推出。

2、优质心理案例推文

目前,团队的官方微信公众号 SMOSA 累积制作并发出了 **37 篇推文**,内容涵盖了心理知识科普、心理案例分析、运动健身等内容,累积浏览人次将近 7500 次。

3、心理直播课程

共克时艰心连心团队与阿里巴巴口碑平台合作,供给推出 **15 期直播**。内容涵盖心理防疫、健身抗疫等多方面。为来自全国、乃至全球的妇女儿童、留学生等群体提供了心理知识普及与疏导,好评如潮。

4、公益疫情心理咨询

团队共计拥有 25 位专业心理咨询师、心理医生,累计为 **216 人**提供一对一、一对多等形式的心理辅导,其中多位咨询者在回访中表示,心理压力明显减小;

(二) 心连心项目带来的其他成果

在正荣基金会的大力支持下,团队的影响力不断的增大,不仅仅各项目取得了效果,团队本身还形成了一定的影响力,带来了一定的社会效益。

1、应厦门大学、南开大学等高校专业团支部的邀请,心连心项目组走进象牙塔,为两所高校的 300 余名学子分享了属于自己的心路历程,激起了同学们投身公益、奉献自我的热情。有多名同学在分享后主动与团队联系,为志愿者活动贡献自己的力量。

2、团队的公益壮举受到了各方的支持。在厦门大学,共克时艰志愿者团队更是获得了

厦门大学“优秀青年突击队（预备队）”的荣誉称号，团队的部分成员还受到了所在学校的表扬与肯定。包括厦门电视台、人民网、梨视频等媒体也争相报道，有力的向社会塑造了青年担当、奉献的形象。

六、本次资助有没有帮助你们组织或项目争取到其他资助或支持？请介绍在工作执行过程中所争取到的资助与支持。

得益于本次资助，我们在项目开展中还得到来自德国慕尼黑中国公派学者联合会、杭州市江干区慧灵托管中心、一路有我公益联盟、福州市启航体育小风筝篮球训练营等的支持。

（一）联合德国学联开展跨国心理讲座

由于心连心项目前期开展公益疫情心理咨询及心理知识宣传直播上的成效，德国慕尼黑中国公派学者联合会联系到项目组，合作开展海外留学生群体心理直播课专场，邀请辽宁省本溪康宁医院的闫奇老师为留学生进行心理知识普及与疏导，单场直播观看达 1434 人次。

（二）三机构奉爱心捐赠儿童衣物

一直以来，共克时艰团队持续关注青少年群体，得益于前期正荣基金会的资助，我们顺利开展了直播课等活动，在线上宣传倡导阶段，吸引了众多粉丝，积累了一定的口碑与认可度。

通过我方运营的公众号 SMOSA，杭州市江干区慧灵托管中心主动联系到团队，表示有 800+ 件儿童新衣新鞋希望通过团队来进行捐赠；同时，一路有我公益联盟基于前期与团队共同捐赠医疗物资的深入合作与信任，此次更是表示主动加入其中，积极帮忙协调，最终将衣物，在次日五月一日劳动节送至三家有儿童衣物需求的单位，分别是湖北省孝感市特殊教育学校、黄石市儿童福利院、湖北省孝感市儿童福利院，三家教育机构均出具感谢信以表感谢之情。

再次，特别感谢正荣基金会积极承担衣物邮费，解决了以往衣物公益捐赠难以借由绿色物流通道的痛点。

(三) 福州青少年训练营大力支持居家少年强体直播课

心连心项目在正荣基金会支持下开展的居家少年强身健体系列直播课还吸引到福州市启航体育小风筝篮球训练营与项目组合作，邀请南非专业少儿体能教练举办了一场篮球云 party，教导居家环境下如何通过篮球运动来锻炼身体的多项能力，在线观看达 1309 人次。

七、财务报告

预算编制原则

(一) 预算实行“量入为出，收支平衡，统筹兼顾，保证重点，勤俭节约”的原则，优先确保重要活动正常开支。

(二) 预算编制体现“精细化”的原则，细化支出项目，落实到具体的内容，一事一报，专款专用。

财务管理原则

- 1、在项目执行过程中，乙方应按照实事求是的原则进行财务管理，在做项目支出入账和财务结算时必须按照实报实销的原则进行；
- 2、为了保证项目目标的实现，项目的各项支出可适当根据实际执行情况做相应的调整，但必须在告知甲方并在取得甲方的同意后即可进行调整；
- 3、项目的资金不得挪做它用。项目如有余款，则由双方协商确定解决方案；
- 4、乙方应完整保存全部原始凭证以随时备查，甲方有权查看乙方保存的以下（包括但不限于）信息，但应至少提前两周通知乙方：（1）项目开支情况报告表（2）财务原始凭证；
- 5、凡涉及购买物质的都需要对方提供相关采购证明、物流证明、分发证明；志愿者补贴一律要提供志愿者补助领取表单复印件。

共克时艰心连心项目结项决算表

主要活动	预算明细	预算额度	实际开支	剩余金额	备注
宣传费用	微博推广	30000	-	-	-
宣传费用	抖音推广	30000	-	-	-
宣传费用	宣发材料的制作	2000	-	-	-
视频制作相关费用	制作费用 设备费用 音乐版权费用	21546	22300	-	-

	计算机软件费用 配音费用				
运营费用	直播平台日常运营及维护	1000	2291	-	直播课老师纪念品
管理费用	项目运营期间管理人员支出	5000	479	-	衣物捐赠邮费
小计	-	89546	25070	0	-