

最新中学心理社团活动策划方案(优质5篇)

为了确保我们的努力取得实效，就不得不需要事先制定方案，方案是书面计划，具有内容条理清楚、步骤清晰的特点。那么我们该如何写一篇较为完美的方案呢？下面是小编为大家收集的方案策划书范文，仅供参考，希望能够帮助到大家。

中学心理社团活动策划方案篇一

- 1、发挥所有文学社成员的特长，拓展学生的第二课堂，丰富学生的课外生活，活跃院校文学创作，配合建设浓烈的教院校园文化氛围。
- 2、组织学生积极参加校外公益活动，增强学生的人际交往能力和实践能力，培养他们的自信心和爱心。
- 3、在有关老师的指导下，定期开展活动，提高学生的文学理论水平和欣赏水平。

二、活动内容

为了让我们的文学社在新的一年里能够具有更大的吸引力，取得更大的进步，同时真正的提高同学们的文学综合能力，在这一年里，我社将主要开展以下6个主题的活动，活动的具体内容如下：

活动一：

活动名称：太阳升起篇

活动主题：献出我们的爱，关心老人儿童

活动方案：

组织全社成员到校外附近的养老院和孤儿院去慰问，并为他们带去一些必须的生活用品和小礼物。在8：00—12：00的这段时间里，为他们整理衣物、表演节目，并为他们做一顿丰盛可口的午餐；在3：00—5：00的这段时间里，陪他们聊天、谈心，了解他们的生活状况，并力所能及的解决一些他们的生活困难，让他们感受到太阳般的温暖。

活动时间：20__年10月

活动二：

活动名称：雨露纷飞篇

活动主题：积极募捐助学金，关注贫困大学生

活动方案：

组织全社成员在校内外进行一场募捐活动，把募捐所得资金全部捐助给我院的贫困大学生，为我院的贫困大学生解决一些生活、学习上的困难，让他们能够全身心的投入到学习当中。

活动时间：20__年11月

活动三：

活动名称：文学翱翔篇

活动主题：提高文学素养，彰显知识魅力

活动方案：

由于当代大学生缺乏对文学知识了解，为了提高我校大学生

的文学素养，我们可以在校内举行一场文学常识比赛，鼓励全院学生积极参加，同时针对同学们文学知识面狭窄的情况，文学社将邀请老师开设一次有关主题讲座，促进学生对文学知识了解的同时，也丰富了学生的课外生活。

奖项设置：

一等奖：1名二等奖：2名三等奖：3名优秀奖：4名

活动时间：20年1月

活动四：

活动名称：社团展翅篇

活动主题：提高社团知名度，凝聚社员向心力

活动方案：

太阳雨文学社在学校的知名度并不高，所以在去年招新的时候遇到了一些阻碍，为了避免同样的'情况再次发生，我们有必要通过一些活动来提高自己的知名度；同时，在新的这一年来，太阳雨文学社的学生干部全是由新的成员组成，要想把我们的文学社真正的办好，就必须增加文学社成员的团结力、凝聚社员的向心力。因此我们可以与学校的其他社团联合主办一次有关时代热点的知识竞答比赛，并邀请部分学生代表、老师参加本次的活动。这样既能够增加各个社团之间的交流，又能够和谐并加强社团成员的人际关系。

活动时间：20年1月

活动五：

活动名称：文化欣赏篇

活动主题：欣赏经典文化，回顾峥嵘岁月

活动方案：

中华民族有着五千年的文化历史，在过去的历史岁月里，流传下来的经典文化不计其数。作为当代的大学生，一定要了解自己民族的文化历史。因此我社决定在校内举行每学期两次的经典电影观赏活动，让学生通过观看电影的形式，了解我们民族在过去五千年的文化历史，以提高自己的文化知识面。

活动六：

活动名称：经典诵读篇

活动主题：诵读经典诗篇，秉承文化理念

活动方案：

在校内举办一场经典文学诗歌的朗诵比赛，即让学生重温经典文学诗歌的魅力，又让我国的文学诗歌文化得到进一步的秉承。

奖项设置：

一等奖：1名二等奖：2名三等奖：3名优秀奖：4名

活动时间：20年5月

三、活动经费预算

活动一：1000元活动三：200元

活动四：300元活动六：200元

四、活动总结

我社一定尽全力主办好所有的社团活动，让我社成为我校学生的一个交流平台，力争将我社的“提高学生能力，增强文学交流”的宗旨发扬光大！

中学心理社团活动策划方案篇二

随着时代的发展和社会的进步，健康的概念已发生了深刻的变化，健康已不再是生物学意义上的“没有疾病和营养不良，以及虚弱状态”，心理健康是身体健康的重要组成部分。今天，数学与计算机科学系的师生们再次行动起来！选出我们心目中的超级学生尽我们的微薄之力，大力宣传心理保健的重要性，唤起当代大学生的心保意识，争取点燃更多人的激情，保护我们的心灵净土。活动具体安排如下。

(1) 通过此活动选出健康自然的超级学生，引起广大师生对心理健康的高度重视，增强了师生的心理保健意识，吸引大众对心理的关注。塑造阳光，充满活力的当代大学生的形象。

(2) 以此活动为契机，向大家宣传心理保健知识、倡议心理保健行为，呼吁大家共建健康心理校园，从身边做起。

“我心我秀。超级学生”

数计系全体同学

(1) 筹备阶段□20xx年10月17日--20xx年10月21日

(2) 报名时间□20xx年10月23日--10月27日

(3) 比赛时间：初赛□20xx年11月1日决赛□20xx年11月8日

本次大赛分为初赛、决赛二个阶段。

(1) 初赛各位参赛选手进行面试介绍自己（从姓名自己的梦想在大学最想做的事最喜欢的音乐和电影等一些阳光可爱的介绍方式，要求内容积极向上健康活泼幽默风趣）在介绍完之后并由评委即兴点评再出题目要求选手进行即兴回答或表演。在经过一轮初赛，选出最佳的20位进入决赛。

(2) 决赛a□超级“自我”选手个性自我介绍，突出展现自我个性□b□超级搭档，选手邀请自己亲友团的一位好友和自己共同进行才艺展示和进行默契大比拼□c□各位选手抽签选择开导别人的题目（例如失恋了，家里闹矛盾了，考试挂科了，没钱了等一些问题）对评委席上的某位评委进行开导要求语气温和语言幽默大方健康向上，最后评委点评各个选手表现并选出获奖者。

坚持公平、公正、公开的原则；

(1) 初赛采用评委现场点评，即淘汰的方式；

(2) 由“超级学生”大赛评委会评审评选出超级学生一等奖一名，二等奖二名，三等奖三名，优秀奖若干。

中学心理社团活动策划方案篇三

健康心理，快乐学习

通过活动使师生了解一些基本的心理健康知识；增强学生承受挫折、适应环境的能力；勇于面对现实，勇敢挑战困难，以良好的心态快乐学习、生活。

12月

1、问卷调查

由学生处心理辅导办公室向每个级部发放问卷进行抽样调查，

以了解学生在适应高中生活、承受挫折、学习困惑等方面的基本情况与突出问题。区分年级进行结果统计，以便更有针对性地进行教育辅导活动。

2、心理健康知识宣传

根据调查结果，由心理辅导老师提供心理健康教育学习资料和辅助方法。各年级组织班主任先学习基本资料，然后班主任针对本班情况开展班级教育活动。

3、心理辅导与咨询

以心理辅导老师和班主任为主，为学生提供一对一心理咨询与团体辅导，以解决学生个体心理困惑，提高心理素质。

中学心理社团活动策划方案篇四

为了确保活动能有条不紊地开展，常常需要提前进行细致的活动方案准备工作，活动方案其实就是针对活动相关的因素所制定计划类文书。这次帅气的小编为您整理了中学生心理活动策划方案【优秀8篇】，希望大家可以喜欢并分享出去。

旨在提高我校学生的心理健康水平，普及心理健康知识，引导学生认识心理健康的重要性，学会正确面对心理问题以及掌握基础的心理自我调适方法，培养良好的心理品质和健康的人格，在全校学生中营造一种关注心理健康、健康积极向上的氛围，在宣传心理健康知识的同时为学生搭建起塑造心理品质、提高心理素质的平台。通过一系列主题教育活动，切实加强我校学生心理健康教育工作。

呵护心灵，美丽人生。

20××年5月2日—5月30日

全体学生

专题心理讲座、团体辅导、专题黑板报评比、主题班会、开心笑脸征集、感恩活动等。

1、“心理健康活动月”启动仪式

时间：5月6日星期一国旗下讲话，宣布心理健康活动月启动。

2、母亲节感恩活动

时间：5月10日地点：广场

在5月12日母亲节到来之际，为表达对母亲最真挚的祝福与谢意，感恩母亲的养育之恩，唤起学生感恩之心，将于5月10日第七节课在尚学广场举行“感恩母亲，传递祝福”的签名留言活动。

3、心理健康主题班会评比主题：呵护心灵，美丽人生

时间：5月7日—5月22日任一班会课

4、专题黑板报评比活动

时间：5月7日—5月23日评比时间：5月24日各班以“关注心理健康，共建和谐校园”为主题出一期黑板报并进行评比，目的是宣传心理知识，营造健康氛围。

5、开心笑脸征集

作品主题健康向上，能反映中学生心理成长轨迹，作品来源可以是相册里笑着的照片，也可以用手中的摄像工具记录我们最灿烂的笑容，可以是自己的笑脸或者是身边朋友、同学的笑脸；参赛作品必须为原创作品，严禁后期ps作品和网上

的作品，可以个人或集体的名义参赛；参赛作品要紧扣校园生活主题，充分体现心理健康的中心思想；用一句话概括拍这张照片时的心情，也可以用一个小故事来细细描述这张照片背后的故事。作者需将这份心情故事统一用word排版；作品均以电子版形式（rar格式）参赛，上交内容包括：“开心笑脸”（jpg格式），心情故事（word格式），并在word文档中明确标注作者的班级、姓名。数量要求：各班上交6份作品（多者不限），由负责人统一上交至学生会。

6、专题知识讲座

主题：冲破迷雾，我们必赢——九年级学生考前心理调适

时间：5月6日班会时间

将相关活动开展情况（文字、图片等资料）上报德育处处存档。

蓝海豚寻宝及游园活动

育才高一级

三月中旬

育才心理社

育才社团联盟

- 1、宣传心理社及心理健康知识。
- 2、活跃校园气氛。
- 3、增强班集体团结意识。

4、与育才各社团建立良好互助机制。

（争取周二下午自习课时间举办）（本策划社内每人一份，稍后游戏细则将发至所有参与的工作人员。）

1、以班为单位，每班派出一支10人队伍参加寻宝活动。

2、设六个关卡点，每关卡派两位心理社社员守关。

3、每班心理科代作为本班的向导，根据游戏细则与关卡社员共同帮助本班同学完成游戏。

4、派2~3心理社人员作为摄影，跟随队伍拍摄。（要求拍摄出的影片清晰明了，能让人看懂本次活动。）

5、除参与寻宝活动的队伍外，其他人员均留在操场参与游园活动。

6、游园的游戏需包含心理测试，心理图片展视，许愿树等以心理有关的项目至少5个。

7、游园其他游戏可由其他社团人员共同参与，但需心理社人员参与。

8、游园时派发宣传心理社的传单以及对活动的调查问卷。

【秘书部】

宣传文稿（包括活动前宣传单张，以及新版报内容。）2月24日前交齐。

调查问卷设计。下次会议交齐。

礼物的购买。

（寻宝要有大奖品，游园要有大量的奖品，经费稍后定，便宜为原则。）下次会议带回来。

【宣传部】

宣传单设计（包括活动前宣传单，心理社宣传单，电子版）下次会议交。

宣传版报（关于活动月）3月6日前完成。

【策划部】

寻宝游戏的游戏细则（需讲明游戏细则，将发给每个参赛队和寻宝工作人员）2月24日交。

游园的游戏安排（至少5个与心理有关的）2月24日交。

注：需安排关卡位置，设计寻宝图并编排各组的顺序。将游戏规则说明整理成章，3月份发给参与活动的工作人员。

【戏剧部】

试拍视频短剧（为活动跟随拍摄做准备）

活动横幅。下次会议带回。

为避免影响各位太多午休时间，以后会议尽量加快速度，以提高效率，下次会议时间订于3月3日。希望各位配合，能准时出席并完成分配的工作。不用一件事重复多次，浪费大家时间。游戏时负责岗位由3月3日会议抽签决定。

方案一、以铜像广场为中心，在附近展开心一系列游园项目，体育类的可以在操场或校道展开活动。寻宝游戏关卡则安排在校内各点。

方案二、在操场摆开摊位，一系列的游园活动集中在操场。寻宝游戏关卡则安排在校内各点。

1、增强团队合作能力，让每班队伍认识合作的重要性。可在稍后心理课总结并进一步加深团队合作理解。

2、宣传心理健康知识，增加心理社知名度，活跃校园气氛。

3、加强与其他社团的联系，协助育才社团联盟提高知名度。

4、争取以后逐步成为蓝海豚的招牌活动，通过拍摄记录活动，记录下第一次蓝海豚三月活动月。

1、时间拟定于3月10日（未确定），如遇雨则改至下3月17日。

2、如游园过程中有人受伤及时送医务室。

3、如遇突发情况，不要与在场老师同学争执，尽量想办法解决以免影响活动顺利进行。

1、保持游戏秩序，避免拥挤。

2、礼物发放要注意，不要一下就发完了，如真不足则速去补充。

3、在游戏区中派发心理健康传单，以及做调查问卷。

4、游戏结束后及时清理场地垃圾。

5、活动进行当天中午全体会议，活动后中午总结会议。

为了防患于未然，加强对我校大学生心理健康状况的关注，电子商务系心理辅导站特举办此次“心语计划”活动，旨在以同学们自己的笔触和角度去叙述心情变化，记录大学生活的一点一滴，释放同学们的心理压力，防止心理问题的产生

与发展，帮助同学们以积极健康的心态迎接生活、面对生活。

心声

新声

校历第八周至第十七周

电子商务系大一、大二各班教室

电子商务系大一、大二全体同学

（一）前期准备

召开大一、大二各班心理委员会议，安排各班布置心语角。

（二）活动流程

1、各班同学记录自己的心理动态。

2、由各班心理委员负责整理选出比较优秀的作品，于每周日晚自习下后交到心语室。

（三）活动收尾

1、学期末由心理辅导站老师及成员整理交回作品并对其进行评比。

2、给获奖班级和个人颁奖。

集体奖：

一等奖

一名

二等奖

二名

三等奖

三名

优秀奖

一名

1、版面分（40分）

（1）突出主题

20分

（2）美观

20分

2、内容分（60分）

（1）能清楚表达心理动态

30分

（2）贴近生活

30分

随着时代的发展和社会的进步，健康的概念已发生了深刻的变化，健康已不再是生物学意义上的“没有疾病和营养不良，以及虚弱状态”，心理健康是身体健康的重要组成部分。今

天，数学与计算机科学系的师生们再次行动起来！选出我们心目中的超级学生尽我们的微薄之力，大力宣传心理保健的重要性，唤起当代大学生的心保意识，争取点燃更多人的激情，保护我们的心灵净土。活动具体安排如下。

一、活动目的：

(1) 通过此活动选出健康自然的超级学生，引起广大师生对心理健康的高度重视，增强了师生的心理保健意识，吸引大众对心理的关注。塑造阳光，充满活力的当代大学生的形象。

(2) 以此活动为契机，向大家宣传心理保健知识、倡议心理保健行为，呼吁大家共建健康心理校园，从身边做起。

二、活动主题：“我心我秀。超级学生”

三、活动对象：数计系全体同学

四、活动安排：

(1) 筹备阶段□20xx年10月17日--20xx年10月21日

(2) 报名时间□20xx年10月23日--10月27日

(3) 比赛时间：初赛□20xx年11月1日决赛□20xx年11月8日

五、大赛说明：本次大赛分为初赛、决赛二个阶段。

(1) 初赛各位参赛选手进行面试介绍自己（从姓名自己的梦想在大学最想做的事最喜欢的音乐和电影等一些阳光可爱的介绍方式，要求内容积极向上健康活泼幽默风趣）在介绍完之后并由评委即兴点评再出题目要求选手进行即兴回答或表演。在经过一轮初赛，选出最佳的20位进入决赛。

(2) 决赛a□超级“自我”选手个性自我介绍，突出展现自我个性□b□超级搭档，选手邀请自己亲友团的一位好友和自己共同进行才艺展示和进行默契大比拼□c□各位选手抽签选择开导别人的题目（例如失恋了，家里闹矛盾了，考试挂科了，没钱了等一些问題）对评委席上的某位评委进行开导要求语气温和语言幽默大方健康向上，最后评委点评各个选手表现并选出获奖者。

七、评选方式：坚持公平、公正、公开的原则；

(1) 初赛采用评委现场点评，即淘汰的方式；

(2) 由“超级学生”大赛评委会评审评选出超级学生一等奖一名，二等奖二名，三等奖三名，优秀奖若干。

活动背景：在外的生活中，我们会有被忽略的时候，会有受委屈没有人诉说的时候，会有没有人理解的时候，会有和朋友闹矛盾的时候。这是一个让我们互相沟通，互相理解的机会。

让我们放开心扉，互相理解，心与心相互接触，让彼此更理解对方，感受更多的爱。

活动时间□xx年6月—7月

1. 采取团体报名的形式。凡是想要与身边人更亲近均可报名。
- 2、统计报名人数，按照报名先后顺序安排活动
- 3、每组以一星期为活动时间，可多组同时进行。主要利用晚上的课余时间参加活动。
- 4、租用教室或体育馆，玩团体游戏和交流心灵相结合：多组一起参与。

5、征集活动志愿者

游戏有：

1、五毛一块

2、你画我猜。一人比画一人猜，不能说话

3、推手游戏

两队分别派人出来，面对面站，只能碰到对方的手，谁先离开原来的地方谁输。

4、。地雷阵

道具：报纸，两条绳子，石头，头巾

准备：用绳子设定区域，里面铺上报纸，用石头压住作为地雷。每组派一个蒙上眼睛进入地雷阵，由队友指挥，通过的多的队赢。

5、打绳结

道具：一根绳子

两个组，一个组发一条绳子

开场白：很久以前，有一个著名的魔术师，她非常善于解决各种难题。一个好事者颇不服气，便想出了一个古怪的问题来考她。他给魔术师一根绳子，问魔术师能否在两手抓住绳子的两端。不许松开的前提下，打出一个绳结。请你们以小组为单位，帮助魔术师打出这个绳结。

先想出答案的队赢。

答案：一名队员折叠双臂，使之交叉于胸前，另一名队员将绳子穿过其双臂形成的环，然后将绳子的两端放在她的手上。这样，她打开双臂后会自动形成一个绳结。

6、抢凳子游戏：在中间的空地上围一圈椅子（椅子越多一次游戏参与的人就越多，椅子数=一次参加人数-1），放音乐，大家围着椅子转圈，裁判不定时把音乐暂停，大家就马上抢椅子，会有一个人没抢到，这个人就出局了。然后撤去一把椅子，把现在的椅子摆好，继续放音乐，依此类推，最后一个人就赢了。

7、心脏病：将一副扑克牌给酒桌上的每个人平均分发，但是不能看自己和他人手里的牌。然后以酒桌上的人为序，按照人数排列。例如，酒桌上有5个人，可编为1-5的序号。如果该人出的牌和自己的序号相同，那大家的手就是拍向那张牌，可以手叠手的拍，最后拍上去的人是输家。

8、开火车：在开始之前，每个人说出一个地名，代表自己。但是地点不能重复。游戏开始后，假设你来自北京，而另一个人来自上海，你就要说：“开呀开呀开火车，北京的火车就要开。”大家一起问：“往哪开？”你说：“上海开”。那代表上海的那个人就要马上反应接着说：“上海的火车就要开。”然后大家一起问：“往哪开？”再由这个人选择另外的游戏对象，说：“往某某地方开。”如果对方稍有迟疑，没有反应过来就输了。暂定为这些游戏。

在这些游戏里选几个，增进团队精神。游戏玩累了就开始谈话。每个人必须遵守规则，必须等一个人说完下一个人可以说，整个过程必须平静安稳的进行，不许嬉笑打闹不认真。

周五，请心理老师参加，每个人把自己的困惑说出来，彼此交流。

经费预算：饮料，零食，奖品，道具，共计：每纽约100元

注意事项：必须全组人一起参与

活动负责人及主要参与者：负责人：205宿舍全体舍员及志愿者

参与者：广州民航学校学生

班级：

一、活动主题：健康心理，快乐学习

二、活动目标：

通过活动使师生了解一些基本的心理健康知识；增强学生承受挫折、适应环境的能力；勇于面对现实，勇敢挑战困难，以良好的心态快乐学习、生活。

三、活动时间：

12月

四、活动内容

1、问卷调查

由学生处心理辅导办公室向每个级部发放问卷进行抽样调查，以了解学生在适应高中生活、承受挫折、学习困惑等方面的基本情况与突出问题。区分年级进行结果统计，以便更有针对性地进行教育辅导活动。

2、心理健康知识宣传

根据调查结果，由心理辅导老师提供心理健康教育学习资料和辅助方法。各年级组织班主任先学习基本资料，然后班主任针对本班情况开展班级教育活动。

3、心理辅导与咨询

以心理辅导老师和班主任为主，为学生提供一对一心理咨询与团体辅导，以解决学生个体心理困惑，提高心理素质。

活动主题：爱要大声说出来-主题心理活动

活动目的：为同学们提供展示内心世界以及与他人心灵交流、沟通的平台，通过多种形式展现亲子情、师生情、同学情，促进学生的心理健康。

活动形式：以班级为单位，在各网络平台（微博□qq□微信朋友圈等）鼓励同学积极向父母、亲人、朋友（各种意义上的）进行表白，可以匿名，也可以采用其他形式（如团体辅导、主题班会）等，活动形式不限。

活动对象：计算分院全院学生

活动时间□xx年5月4日—xx年5月28日

活动地点：各班自选

活动总结：活动结束后，由各班心理委员进行总结展示宣传，请各心理委员于5月30日下午5点前将相关总结资料（照片、图片、摄像资料、总结材料等）交学工办冯老师处，或随心理周报表形式一起上交到邮箱□31301089@email□

围绕大学生在成长过程中普遍存在的心理困惑，以“给力心灵，团结互助，共同成长”为主题开展形式多样的心理健康教育活动，引发大学生关注心灵，积极营造有利于大学生身心健康和谐发展的校园氛围，引导学生正确面对各种困惑，并主动探求解决途径，健康成长。

学生工作处心理咨询中心

院系心理健康部，心理成长协会

20xx年5月3日（5月3日—31日）

全体学生

1、横幅宣传：出一条横幅（一式两份），宣传本届心理健康节主题。

承办单位：院宣传部、院心理健康部

横幅内容：团结互助，给力心灵，共同成长——湖铁职院第八届大学生心理健康节宣（暂定）

横幅位置：南院悬挂于j1教学楼前，东院悬挂于篮球场

2、板报宣传：出一期板报，宣传本届心理健康节主题、内容、时间安排等。

承办单位：六系心理健康部

活动要求：六系各出一期板报

板报摆放：南院篮球场、东院教学楼前

3、报纸宣传：出一期报纸（心之桥特刊），宣传本届心理健康节主题、内容、具体活动安排等。

承办单位：大学生心理成长协会《心之桥》编辑部

活动时间：5月份编辑、印刷完成。

4、海报宣传：各系各出3张海报，宣传本届心理健康节

承办单位：各系心理健康部

活动要求：（1）正确悬挂于南院和东院篮球场上；

（2）纸张大小标准（与院宣传部统一标准）

5、广播宣传：宣传本届心理健康节各项活动安排，心理健康知识。

承办单位：院心理健康部、院团委广播站

资料提供：院心理咨询中心

注意事项：六系挂好海报后须通知院里进行拍照留影。

1、“团结互助，给力心灵，共同成长”大学生征文征画比赛

具体细则如下：

（1）活动对象：全院学生

（3）活动方式：以投稿形式讲叙大学生生活中“团结互助，给力心灵，共同成长”的心情故事，再对参赛的作品进行评选，我们将对优秀作品选登到心理健康报中。

（4）活动分为两个程序：第一轮：各系分配到班级征选（篇数不限）

第二轮：院里征选

（5）备注：5月4号到7号在篮球场设立心理健康节活动咨询台，发放心理健康节活动安排表；征文必须贴近生活、内容丰富，积极向上；参赛文章不得抄袭，否则将被取消比赛资格。

（6）奖项设置：

(1) 活动目的：给同学们鼓励与拥抱，让同学们对自己坦诚，对身边的人坦诚，释放心情，说出对朋友、家人、学校的感谢。

(2) 主办单位：学生工作处心理咨询中心

(3) 承办单位：院心理健康部

(4) 协助单位：院心理成长协会

(5) 活动内容：两名成员分别穿着卡通人物服装，给路过的同学送去“爱的抱抱”。此外，活动现场还摆放了“感恩”和“祝福”两块展板。不少同学也可以写下自己对好友、家人、学院的感恩与祝福，或是自己大学三年的心愿和梦想。同学们可以与其拥抱和合影。

(6) 活动流程：设立一个服务台，准备便利贴和笔，同学领到笔和纸再写上自己的话后贴在指定的板报上。每位真诚地写出“感恩”与“祝福”的同学将获得一份小小的礼物。

(8) 活动地点：南院篮球场

(1) 活动目的：

通过心理话剧表演反映大学生生活的方方面面与点点滴滴，让同学们关注自己与他人的心理健康，使同学们从话剧中学会更好地处理自我、自我与家庭、人际交往、情绪管理等方面的问题，更懂得享受生活，珍爱生命，构建和谐心灵，健康成长。

(2) 话剧主题：毕业n年以后，我们相聚湖铁

(3) 主办单位：学生工作处心理咨询中心

(4) 承办单位：院心理健康部

(5) 协助单位：院治保部、体育部、院秘书处

(6) 参赛队伍：6系及心理成长协会各派一支代表队，加心理成长协会共7支队伍参加比赛。

(7) 活动流程：4月2日之前各参赛单位交校园心理剧剧本初稿至心理咨询中心，4月6日之前心理咨询中心将修改意见反馈至承办单位，4月11号前剧本定稿，4月至5月上旬排练，彩排时间是5月18日。

(8) 比赛时间：5月19日下午15:00（暂定）。

(9) 评分标准：

(1) 评分方式：总分10分，取平均分。

(2) 根据服装，表演的发挥与创新等相应得分

(10) 奖项设置：一等奖1名；二等奖1名；三等奖2名；优秀表演奖1名；最佳团体奖2名；最佳获奖队将获得奖金和（集体）奖金。

(11) 比赛地点：南院篮球场

(12) 场地设置、纪律、安全工作安排：由院心理健康部、院体育部采购材料，布置场景，由院学习部负责计分，院治保部、院宿管部维护现场纪律、安全。

(1) 活动目的：通过本次活动，让同学感受到做沙盘游戏的乐趣，感受到自己的内心世界，同时鼓励同学前往心理咨询室体验沙盘游戏。

(2) 活动简介：一粒沙是一个世界，反映着智者的思考和智

慧；沙盘中展现出美妙的心灵花园，则是沙盘游戏治疗的生动意境。把无形的心理内容以某种适当的象征性的方式呈现出来，从而获得治疗与治愈，创造与发展，以及个性化的体验，便是沙盘游戏的无穷魅力和动人的力量所在。

(3) 主办单位：学生工作处心理咨询中心

(4) 承办单位：院心理健康部

(5) 协助单位：院心理成长协会、六系心理健康部

(6) 参与人员：本院学生

(7) 活动流程：各系学生在4月底之前做完沙盘游戏，将每个作品拍照留影，写上相应的名字，班级，作品名，并以系为单位将照片电子稿上交院里。院里选择部分作品，征得该同学同意，并由该同学对作品进行一定的描述（即：沙盘的名字、故事）后统一冲洗进行展出。

(8) 图片展览时间：5月25日（三）9：30-5月26日（四）18：00

(9) 展览地点：南院篮球场

(1) 活动目的：通过影片引导同学关注自己与他人的心理健康，努力构建和谐心灵，和谐人际，健康成长。

(2) 主办单位：学生工作处心理咨询中心

(3) 承办单位：院心理健康部

(5) 活动要求：露天电影，心理咨询中心负责提供影片和宣传资料、播放设备

(6) 放映时间：第一场-5月6日（五）第二场-5月13日（五）

(7) 观看形式：各系组织观看

(8) 负责单位与地点设置：

第一场：南院篮球场--机电系心理健康部负责

东院篮球场--电气系心理健康部负责

第二场：南院篮球场--人文系心理健康部负责

东院篮球场--轨道系心理健康部负责

(东、南院各设置一个场地)

(1) 活动目的：呼吁大学生关注自己的心理健康，并以此掀起社会关注心理健康的热潮。为提高我院大学生的心理健康水平，增强大学生的心理保健意识，在我院掀起关注心理健康的热潮，让更多的人来关注大学生的心理健康问题，让更多的人意识到心理健康问题的重要性。

(2) 主办单位：学生工作处心理咨询中心

(3) 策划承办单位：院心理健康部、朋辈心理咨询员

(4) 协助单位：院学生会

(5) 活动流程：

(1) 领导就“5.25大学生心理健康日”致词；

(2) 两个团体竞赛活动，由各系选派队伍参加总决赛；

(3) 现场朋辈心理辅导活动，横幅签名活动。

(6) 活动宣传：“我爱我——团结互助，给力心灵，共同成

长”横幅一条以供签名；各系于5月24日19：00以前出横幅、海报宣传（每个系5张）置于南院篮球场；准备525宣传资料。

（7）活动形式：团队形式

（8）比赛地点：南院篮球场

（10）活动内容：

（1）项目类型：团队协作竞技型

（2）道具要求：报纸、胶带

（3）活动场地：南院篮球场

（4）游戏时间：10分钟

（5）游戏详细玩法：12人一组利用报纸和胶带制作一个可以容纳全体团队成员的封闭式大圆环，将圆环立起来全队成员站到圆环上边走边滚动大圆环；到达指定的目的地，时间最短的为胜利者。报纸破坏的不能再进行比赛。

（6）活动目的：本游戏主要为培养学员团结一致，密切合作，克服困难的团队精神；培养计划、组织、协调能力；培养服从指挥、一丝不苟的工作态度；增强队员间的相互信任和理解。

（7）参加人员：各系各派出二支队伍，每个队伍十二人。

（8）奖项设置：设立一等奖1项，二等奖2项，三等奖3项。根据不同名次分发奖品，参赛队伍均获小礼品一份。

（9）活动流程：每个系选2支优秀队伍参赛，在到院里进行总决赛；每支比赛队伍在进入总决赛都给自己的队伍取好组名，定好组歌，并在比赛之前进行团队的展示；总决赛时，

分3场进行比赛，比赛顺序通过抽签决定，发挥团队精神，友谊比赛，安全第一。

(1) 游戏类型：益智型、团体合作型

(2) 游戏目的：增强组员的团体合作能力

(3) 游戏人数：各系2个小组，每组10人

(4) 游戏道具：小纸条、笔（工作者提前准备）

(5) 游戏规则：

第一轮：小组成员派一个代表抽出一个工作者提前准备的26个字母中的两个，然后用最短的时间摆出这个字母。

第二轮：小组成员派一个代表抽出一个工作者提前准备的一个单词（单词由3-4个字母组成），然后用最短的时间摆出这个单词。

在10分钟内完成单词数最多为胜利的一方。

(6) 游戏时间：10分钟

(7) 参加人员：各系各派出2支队伍，每个队伍10人。

(8) 奖项设置：设立一等奖1项，二等奖2项，三等奖3项。根据不同名次分发奖品，参赛队伍均获小礼品若干。

(9) 活动流程：由各系到班级选优秀队伍参赛，在到院里进行总决赛；每支比赛队伍在进入总决赛都给自己的队伍取好组名，定好组歌，并在比赛之前进行团队的展示；总决赛时，分3场进行比赛，发挥团队精神，友谊比赛，安全第一。

(10) 活动场地：南院篮球场。

来源：网络整理免责声明：本文仅限学习分享，如产生版权问题，请联系我们及时删除。

content_2());

中学心理社团活动策划方案篇五

当代大学生普遍存在心理问题的情况受到了社会的广泛关注。因大学生心理调节能力不强而导致的悲剧举不胜数。如何帮助大学生走出心理问题的阴影，远离心理疾病是目前社会讨论的一个热门话题。

班级心理健康知识交流

观看反映大学生心理问题的相关资料片，并由同学发表观后感言，由组织者宣读相关的心理知识背景。

值此“五·二五”心理健康月来临之际，开展心理健康活动有助于大学生了解心理健康问题，丰富健康知识，以健康的身心投入学习和生活。

5月20日晚，综合楼教室

无经费支出

活动负责人：陆庆庆，杨秋怡

参与者：09经济学（一）班全体同学