

最新学校开展心理健康教育活动总结 学校心理健康教育活动方案(大全18篇)

学习总结不仅可以让我们记住所学知识，还能加深对知识的理解。现在是对一些考试总结范文的详细解读和分析，希望能够给大家带来一些启示。

学校开展心理健康教育活动总结篇一

各学院、部门：

为进一步深化我校学生心理健康教育内涵，经研究，决定举办__学院第十一届“5.25心理健康活动月”系列活动，现将有关事项通知如下：

一、活动主题

青春梦健康心同伴行

二、活动时间

20__年5—6月份

三、组织单位

主办：__学院

承办：学生工作处

协办：教务处校团委后勤处保卫处大健康学院

四、活动内容（相关活动方案见附件）

（一）校级活动

1. 开幕式暨趣味心理运动会
2. “最美心灵使者”选拔赛
3. 青春健康主题辩论赛
4. 关注教师心理健康主题活动（见补充通知）
5. 心理健康教育先进集体与优秀个人评选活动
6. 闭幕式暨总结表彰会

（二）院级活动

各专业学院根据本院学科特色和专业特点，自行组织开展丰富多彩的心理健康知识普及、宣传教育等活动，活动结束后将本院活动相关材料（通讯、简报或总结）及时报学工部心理健康教育中心。

五、相关要求

（一）根据统一部署，各学院、相关部门积极配合，以保证本次活动顺利进行。

（二）各专业学院的活动开展由该院心理工作站牵头、院心理健康部负责具体落实、学校心理健康教育中心专兼职教师为该院提供专业指导。

（三）加强沟通交流，未尽事宜承办方将以补充通知予以告知。

学校开展心理健康教育活动总结篇二

为迎接第__个世界精神卫生日的到来，培养我校学生良好的心理素质，促进他们身心和谐、素质全面发展，现就组织开展“10·10”心理健康教育月活动有关事项安排如下：

一、活动主题

健康心理美好青春

二、活动时间

10月10日-11月10日

三、组织领导

顾问：

组长：

副组长：

成员：

四、活动安排

(一)启动仪式

- 1、时间地点：10月10日7:00运动场
- 2、承办单位：本部(心理中心)、河西(护理学院)
- 3、活动内容：升国旗、领导讲话、宣读活动方案。

(二)主题宣传

- 1、时间地点：10月11日校本部、河西校区
- 2、承办单位：心理健康教育与咨询服务中心
- 3、活动内容：开展心理健康知识现场宣传。

(三) 专题培训

2、承办单位：心理健康教育与咨询服务中心

3、活动内容：新生心理委员心理专题培训。

(四) 电影赏析

2、承办单位：校心理委员联合会、心理健康协会

3、活动内容：组织观看《风雨哈佛路》并交流讨论。

(五) 快乐游艺

1、时间地点：10月18日校本部樟树林

2、承办单位：校心理委员联合会、校心理健康协会

3、活动内容：组织有奖心理游艺活动。

(六) 主题班会

1、时间对象：10月25日各在校班级

2、承办单位：校心理委员联合会

3、活动内容：以心理话题辩论和知识竞答为主要内容，分班组织“心理达人”主题班会，并录制5-10分钟的视频。

4、奖项设置：在全校范围类评选一等奖2个，二等奖4个，三等奖6个，优胜奖若干个，颁发证书并予物质奖励。

(七) 心理普查

1、时间地点：10月底-11月初校本部、河西校区

2、承办单位：心理健康教育与咨询服务中心

3、活动内容：20__级新生心理普查工作及数据处理。

(八) 成果展示

1、时间地点：11月8日校本部、河西校区

2、承办单位：校心理健康协会、心理委员联合会

3、活动内容：心理健康教育月活动各项活动成果展示。

五、河西校区有关活动由护理学院负责组织实施。

学校开展心理健康教育活动总结篇三

依据20__年学生工作要点，发扬我校心理健康教育传统，拟于10月9日-12月11日开展为期两个月的“绚丽生命，从爱我做起”系列心理健康教育宣传活动。

一、活动目标

通过开展系列心理健康宣传教育活动，让大学生了解生命的宝贵，打破思维定势，提高抗压能力，珍惜生命，思考生命价值，拓展生命意义。

二、活动主题

“绚丽生命，从爱我做起”

三、活动组织

校级层面的活动由学生工作处主办，各院系配合组织；院系层面的活动由各院系主办。

四、活动安排

1活动月开幕式暨现场咨询活动

时间：10月9日14：0-17：0

地点：启航阳光大厅

形式：现场心理咨询、团体辅导、素质拓展游戏、展板宣传

参与人员：要求负责心理健康教育工作的辅导员，20__级各班班长、心理委员参加；欢迎广大师生参与。

主办：学生工作处

2心理知识竞赛

初赛：各院系自行举办，9月28日前完成

复赛：10月10日18：0-20：00

决赛：10月22日18：0-20：00地点：启航多功能厅

主办：学生工作处

承办：学校及各院系关爱心灵学生委员会

3、专题讲座和团体辅导

张忠宇：《正念疗愈》团体辅导、《催眠与心理调节》讲座

葛喜平：《爱情与性心理》团体辅导

张丽霞：《成功人生从生涯规划开始》团体辅导、《快乐自我的良方——人际沟通》讲座

王俊红：《让你成为心灵天使——谈危机干预》讲座

4、校园心理剧大赛

初赛：各院系自行举办，11月11日前完成

决赛：11月26日18：0-20：00地点：启航多功能厅

主办：学生工作处

承办：学校及各院系关爱心灵学生委员会

5、“要爱我”学生发展骨干风采展示晚会

时间：12月日18：0-20：00

地点：启航多功能厅

参与人员：全体学生发展骨干

主办：学生工作处

6“心灵成长快乐游园”暨活动月闭幕式

时间：20__年12月11日

地点：启航阳光大厅、学生发展指导中心各功能室

形式：模拟和体验人生发展阶段

主办：学生工作处

承办：学校及各院系关爱心灵学生委员会

五、活动要求

- 1、各院系要充分认识生命教育的重要性，配合学生工作处对学生进行组织，调动本院系学生广泛参与学院和学校活动。
- 2、院系层面活动应指定专人负责，围绕“绚丽生命，从爱我做起”主题，精心策划、广泛宣传、周密组织，通过展板、网络、班会、辩论赛等多种形式，主动创造性地提出实施方案，开展宣传教育活动。
- 3、活动前，要有策划；活动中，要求做好字、图片、录像资料的记录和备案，并在工学周报进行宣传报导；活动结束后要有字和视频总结。
- 4、院系层面活动应在20__年11月28日前全部完成，并于11月28日前将活动策划，图片、字、视频记录，字和视频总结报送校关爱心灵学生委员会（启航448室）。

学校开展心理健康教育活动总结篇四

一、指导思想：

小学开展心理健康教育，既是学生健康成长的需要，也是推进素质教育的必然要求。本着以学生发展为前提，营造校园的心理教育氛围，扩大心理健康教育的影响，打开学校心理健康教育的新局面。为了营造人人关注心理健康、人人参与心理健康教育的良好氛围，促进心理健康教育进一步广泛深入的开展，今年我校结合本校学生特点及环境因素，特制定我校在这次心理健康教育月实施方案。

二、活动时间：

20__年6月

三、活动主题：

“走进幸福的成长季节”

四、活动目的：

- 1、引导学生发现并体验成长的快乐，激发学生热爱生命，热爱生活的健康情感。
- 2、潜移默化地陶冶学生的情操，激发学生的学习兴趣、自信心和上进心，能促进学生身心和谐发展，为学生的成长提供一个和谐发展的平台。
- 3、营造校园心理教育的氛围，扩大心理教育的影响；引导家长参与到心育队伍中来，共同做好学生的心理健康教育工作。

五、领导小组

组长：

副组长：

成员：

六、活动对象：

全体师生、家长、教师

七、活动内容：

宣传发动营造氛围

5月25日——5月31日

- 1、在27日会议上布置安排教育月工作
- 2、轻松驿站广播

4、宣传海报

活动实施阳光心理

6月1日——6月30日

(一) 心理健康教育周活动启动仪式(6月1日)

启动仪式发言动员讲话

宣布活动月安排

校园内挂横幅“关注心理健康、构建和谐校园——戎徐小学心理健康教育月”

(二) 具体活动安排

成长不烦恼(学生篇)

1、学科渗透：

各学科结合学科特点，有意识地渗透心理健康教育内容

2、心理教育主题课

3、咨询访谈

通过面谈方式解决学生的实际心理困惑，努力帮助学生营造健康的人生；

4、青春期教育辅导讲座

活动对象：五、六年级女生

活动时间：6月9日中午12：30—13：10

活动地点：多媒体教室

5、“走进成长季节”诗、书、画比赛

作品要求：以“感悟生命、感谢成长、感恩自然”为主线的诗歌创作、书法、绘画比赛

活动对象：全体学生

6、开展趣味心理游戏比赛

活动对象：全体学生

活动时间：6月15日下午1：20开始

活动要求：

(1)、游戏中最需要注意的问题，就是孩子们的安全，需要辅导员对游戏的充分了解并合理组织。

(2)、听从辅导员安排、摆放桌椅及辅助教具。

(3)、维持好活动纪律。

活动内容：

(1)蜈蚣竞走

活动对象：一、二年级(每个班级8男8女)

目的：培养团体协作精神，合作心理

过程：16人一组排成一列，把双手抱住前面学生的腰，练成一条“大蜈蚣”。全体蹲下，齐步向前走，先到终点组为优胜。

(2) 瞎子过河

活动对象：三、四年级(每个班级10男10女)

目的：培养信任心理

过程：以接力赛的形式，两人一组，一个蒙上眼睛，另牵着他的手，越过种种障碍前进，到达终点。

(3) 车轮大战

活动对象：五、六年级(每个班级5个人)

目的：培养协作互助的心理品质

过程：准备5张晚报大小的报纸、双面胶，制作大纸环。5人都站在大纸环里，一起前进。先到达终点者为胜。(中途大纸环不能断开)

教师心理加油站(教师篇)

1、组织心理教育理论学习。

2、教师心理健康讲座

3、注重对教师的心理的疏导，通过谈心、活动给教师选系情绪，调适身心。

亲子乐园(家长篇)

家长会(结合期末家长会)

主题：——“快乐过暑假预防假期综合症”

活动对象：全体家长

(1) 给家长的一封信

(2) 家长心理问卷

(3) 宣传心理健康知识

(4) 发动征集新一轮家长志愿者

活动总结 长育常新

6月27日——6月30日

1、资料整理

2、总结活动过程中的得失，为下一个活动月做准备

快乐暑假活动延续

1、暑期推荐学生阅读有关感恩他人、和谐相处、感悟幸福，分享快乐的文章，并让学生写心得体会并进行习作评选。

2、心理手抄报比赛

活动对象：全校师生

学校开展心理健康教育活动总结篇五

各学院(部)：

为进一步加强大学生心理健康教育工作，引导大学生树立正确的心理健康理念，掌握相应的心理调试知识和技能，培养健康心理和健全人格，营造关爱、支持、分享的校园氛围，经研究决定，在全校开展20__年“阳光·心”工程心理健康文化节活动。现就有关事项安排如下：

一、活动主题：

分享阳光 拥抱梦想

二、活动时间：

20__年4月20日—6月20日

三、活动内容和安排：

项目一 阳光普照

“20爱您·与您同行”——阳光校园发展心理咨询会

心理健康教育中心的专兼职咨询师将在校本部一、二校区校园内为广大学生提供生活、学习、人际、情绪情感等方面的专业心理知识和心理服务，帮助广大学生解答生活中的困惑，远离情感的烦恼，消除情绪的困扰，释放学习的压力。咨询会现场将向广大学生发放相关宣传材料。活动主题：

4月20日——师爱您

5月20日——我爱您

6月20日——都爱您

项目二 阳光心理训练营

5-6月份，心理健康教育中心的专职教师将以不同主题面向不同需求的学生提供针对性的团体辅导服务。面向全校公开招募，每个团体招募20人。每个团体心理辅导每周一次，连续进行四周。

团体心理辅导主题：

主题一：发展和挖掘你的资源，提升正能量

主题二：寻找自我，放松身心-团体沙盘游戏

主题三：情绪调节和压力管理

主题四：人际交往与个人成长

主题五：托起自信的太阳

项目三 阳光使者评选

为了进一步提升我校心理健康教育工作三级网络中班级心理委员的作用，增强心理委员在广大学生中的阳光健康、积极助人的形象大使形象，鼓励更多的同学加入和谐校园、和谐班级的建设，决定举办优秀心理委员暨哈工大阳光使者的评选活动，具体评选办法如下：

(一) 参评对象：各班级心理委员

(二) 参评条件

1. 拥护党的基本路线、方针、政策，遵守法律法规，无任何违纪现象；

2. 担任班级心理委员工作满一年，心理健康，身心阳光；

3. 接受过心理中心主办的班级心理委员岗前培训和延伸培训；

4. 了解本班同学的心理动态，积极关注周围同学的心理健康状况；

5. 主动参与心理健康知识的学习和活动，不断地提升自己，完善自己。

6. 在学院心理教育联络员和辅导员老师的指导下，有计划地组织开展班级心理健康教育活动的，通过各种形式积极向本班同学宣传心理健康和精神卫生方面的知识，使同学们了解心理发展的规律，帮助他们树立科学的健康观念，掌握心理健康调试的基本方法。

(三) 参评材料报送

1. 优秀班级心理委员申报表(见附件1)
2. 个人事迹材料(不少于1000字)
3. 相关证明和支撑材料(和心理教育活动有关的证书、照片等)
4. 申报表、个人事迹、相关材料打包发到心理健康教育中心邮箱()。邮件主题注明：院系名称+优秀心理委员评选。材料提交截止日期为5月18日。

(四) 评选程序及方法

1. 各学院按照不超过本学院班级数5%的比例进行初评推荐；
2. 心理健康教育中心负责对各学院推荐的候选人的相关材料进行审核，并组织专家进行评审。

(五) 表彰奖励

对获得“优秀班级心理委员暨哈工大阳光使者”称号的学生，学生工作部(处)将颁发“__工业大学优秀班级心理委员”荣誉证书及奖品。

项目四 “阳光心理·快乐我心” 院系承办活动项目

(一) 以学院(部)为单位组织项目申报，鼓励学院联合申报，

各单位至少要申报一个心理健康教育活动的，可根据学生实际需要，策划面向全校学生或面向本单位学生的心理健康教育活动的。

(二) 申报项目请填写《__工业大学心理健康教育项目申报表》(附件2)，请将项目书电子版发送至心理健康教育中心邮箱。邮件主题注明：院系名称+心理健康教育活动的申报，并于5月6日前完成报送。

(三) 学生工作部(处)将在学院报送的项目中选择5个优秀项目给予经费支持。

项目五 阳光你我他——心理健康主题班会活动

为引导大学生树立科学的心理健康理念，增强身心健康意识，提高心理健康水平，要求各院系心理健康教育联络员指导各班级心理委员组织开展心理健康教育主题班会活动，让心理健康教育走进班级。

(一) 班会活动主题

以大学生心理健康教育为主要内容，不同年级、班级、专业可根据实际情况围绕人际交往、情感、学业、考研和择业就业压力等问题自拟主题。如“感恩生活，关注心理健康”、“绘人生蓝图，圆青春梦想”、“提升心理耐挫力”、“走出自卑，拥抱自信人生”等，内容上可丰富多彩，不拘泥于形式。具体可以采取个人主题发言、集体讨论、团体游戏、心理情景剧等形式。

(二) 活动要求及材料上报时间安排

每个班级在5月31日前完成主题班会(活动)，将总结材料(见附件3)提交给年级辅导员，由辅导员汇总到各学院(部)心理健康教育联络员处。

联络员根据各班提交的活动总结，筛选出2-3份班级优秀总结报告打包发到心理健康教育中心邮箱。邮件主题注明：院系名称+心理健康主题班会。总结提交截止日期为6月12日。

(三)表彰奖励：学生工作部(处)心理健康教育中心负责对各学院推荐的心理健康教育主题班会的总结材料进行审核，并组织专家进行评审，对优秀的班会活动给予一定的经费鼓励。

四、相关要求

(一)各学院(部)要高度重视心理健康对人才培养的重要意义，充分利用“5.25大学生心理健康日”和我校心理健康文化节的契机，积极参与、配合学校心理健康教育活动的开展，同时紧密结合本单位学生特点，充分发挥学科专业特色，广泛开展形式多样、各具特色的心理健康教育活动。

(二)在整个活动开展过程中，要广泛动员，精心组织，充分发挥我校心理健康教育三级网络作用，充分调动广大学生的主体性、积极性和创造性，确保活动的覆盖面、针对性和实效性。

学校开展心理健康教育活动总结篇六

随时代的发展，人们对“健康”这一概念的认识发生了根本的变化，正如世界卫生组织提出的：“健康是指身体、心理和社会适应的健全状态”而不是没有病症或虚弱的现象。对于正在生长发育的儿童来说，身体发育与心理发展是生长发育的二个生要方面，然而在现实生活中，家长对孩子的心理健康关注远不及对孩子的高矮、胖瘦、吃的好坏、生活环境那么上心，生活在家庭的保护伞下，孩子的社会适应能力得不到应有的锻炼，有些儿童养成了一些不良的行为。像我们班的王旭辉，刚来幼儿园时，就不喜欢与小朋友、老师交流，学习知识不随老师读，课后自己找一个角落玩，经过我的观察，发现了他在自己玩的时候，说些奇奇怪怪的话：“你是

吹牛大王、你是大胖鸟、不会飞等。继续听下去，发现他说的都是动画片中的对话，当你再向他问起故事的情节时，他就不愿意交流，还有当小朋友与他争抢玩具时，他会发出刺耳的尖叫声，就像动画片中的怪兽一样。

由于上面种种现象，我找到家长进行询问，原因得知，他爸在厂里上班，他妈自己种大棚，忙不过来，从小只有奶奶照顾他，孩子又喜欢看动画片，只有看动画就不吵不闹，只要遇上赶集就买动画片，这样奶奶就好忙其他之类的家务，坐下来与孩子交流的时间很少，这就到了幼儿园里，我针对幼儿的情况向他妈说了，希望你要多抽出时间来陪孩子，每天晚上睡前给孩子讲一个关于良好习惯的故事，减少孩子的看电视时间，购买一些关于美术的书籍，多到外面与孩子交往，不要把孩子整天关在家中，这样经过不长时间的训练，相信他会喜欢与朋友交往的。

3、学习心理健康的相关理论，明确儿童心理健康的重要性

任何研究都是以理论为指导的，在研究时通过学习相关儿童心理健康的相关理论，了解儿童心理特点，帮助我们在实践中把握研究的方向，使我们避免走许多弯路。而理论也能转变我们教师的教育观念，在研究中采用适合于幼儿的方式方法，对幼儿的心理问题加以引导，促进幼儿的心理健康发展。

4、家园配合，共同教育

家庭是幼儿生活中第一个接触到的环境。完善的家庭结构，良好的家庭人际环境，家长本身的素养及对子女的教育观、教养方式，家长之间和幼儿园之间是否要求统一等，都会给幼儿心灵烙上深刻的“印记”，因此，教师和家长要经常沟通，相互交流幼儿在家或在园情况，以便及时纠正幼儿在心理方面所产生的问题。

5、做好幼儿个案的追踪调查

认真观察幼儿在的行为，及时写好个案分析，以提高教师的反思能力，并作好比对、测查资料的收集记载工作。

学校开展心理健康教育活动总结篇七

各学部：

为贯彻落实教育部《普通高等学校学生心理健康教育工作基本建设标准（试行）》和《__高校学生心理健康教育工作基本建设标准实施意见（试行）》精神，进一步加强我院大学生心理健康教育工作，营造良好的校园心理健康氛围，推进和谐校园建设，引导学生树立正确的心理健康观念，帮助大学生健康快乐成才，学院决定举办第x届心理健康教育月活动系列活动。

一、活动主题

你我共成长，21天在行动

二、活动目的

通过大学生的独特视角和全新创意，以“你我共成长，21天在行动”为主题开展心理健康教育月活动系列活动，引导大学生积极参与心理学各类活动，在体验中收获，在坚持中成长，展现当代青年学生奋发向上、锐意进取的精神风貌。

三、活动时间

20__年4月—6月

四、活动对象

全体师生

五、活动内容

- (一) “心理化秀”快闪活动
- (二) “心理老师有话说”大学生成长训练营
- (三) “寻找最真的我”心理技术体验活动
- (四) “温情之旅”定向运动
- (五) “阅读传情”心理书籍阅读——朗读分享
- (六) “全室爱，诠释爱”共建和谐宿舍
- (七) “离别季，忆往昔”毕业生最遗憾的事征集活动
- (八) “你我共成长”21天良好行为养成

六、活动要求

(一) 高度重视，精心组织。各学部按照通知要求，充分调动广大学生参与的积极性和主动性，使学生在活动中感悟成长，使活动取得明显成效；同时，可围绕活动月主题，结合本学部学生特点和专业特色，创新活动形式，务求取得实效。

(二) 加强宣传，建立固定的宣传阵地。开展微展示和微信微博线上线下互动活动，通过线上讨论、心得分享、转发点赞等形式，引导广大师生结合自身经历和体会，传递正能量，全面提高广大师生心理健康素质。

(三) 完善机制，总结提高。要以此次心理健康教育月活动为契机，进一步总结心理健康教育的规律，提高有关教师的专业水平，完善心理健康教育工作制度，建立心理健康

教育的长效机制，不断提高大学生心理健康教育水平。

（四）本次组委会办公室设在学生管理中心办公室2—109，未尽事宜，请咨询组委会办公室。联系人：曾__，联系电话：__。

学校开展心理健康教育活动总结篇八

一、活动背景：一年一度的“5.25”即将来临，以“微笑，微爱，微成功”为核心内容大力宣扬大学生心理健康知识，我院以心理知识竞赛的形式在全校组织“心理健康知识”的普及活动。

二、活动意义：丰富大学生课余生活，普及心理健康知识，拓宽大学生知识面，增强大学生对心理方面的了解及关注，增强大学生综合素质。帮助大学生树立心理健康意识，优化心理品质，增强心理调适能力和社会生活的适应能力，预防和缓解心理问题。

三、活动主题：“解开心灵疑惑，树立良好心态。”

四、比赛概述：

比赛分为初赛和决赛两个部分：初赛采用笔试，本部和榆中校区同时进行，取分数高的6队晋级决赛，决赛分为四大环节，在法学院的模拟法庭举办。

五、活动时间

初赛时间：5月12日(周六)晚上7点

决赛时间：5月25日(周五)晚上7点

六、活动地点

初赛：公教楼302、304;决赛：法学院的模拟法庭。

七、活动宣传

一期宣传：

1、4月24号在清真一门口摆摊，举办大型心理健康测试活动。

2、在现教一楼的宣传栏里贴一张宣传海报。

3、在前清真前摆摊两天，放两张展板

(1)大幅海报挂在清真食堂墙上、贴条幅。

(2)准备六十左右张的“微表情”图片，并由心理专业的同学为观看的同学进行讲解。

4、二期宣传：

七、比赛准备

五月一日前准备好比赛用品，包括条幅，笔试的试卷，决赛比赛用题(纸质版和电子版□ppt版各一份□ppt版用于比赛中)，主持人，主持人词，各个队伍、领导的介绍词，话筒，音响，调音台，嘉宾的水，小蜜蜂，马克笔□a4纸，记分器，彩色卡纸，插排;比赛前的倒计时vcr□联系教室，会场的布置计划□ppt倒计时，人工计分，证书，奖杯，奖状，抢答器，决赛时用笔记本六台，视频心理剧，舞台心理剧，文艺节目。

八、比赛流程策划：

(一)、初赛流程：

榆中校区的初试将在公教楼302和304进行笔试选拔，本部也

将在同一时间进行笔试，每个学院派出8名选手参加；笔试时间为1小时；取8名参赛选手成绩的平均分作为各院的初赛成绩，成绩前6名的学院晋级决赛；比赛保证绝对公平、公正、公开。最后由晋级决赛的学院派3名同学组成代表队参加决赛。

(二)、决赛流程：

观众及亲友团提前三十分入场，参赛选手提前二十分钟入场。

1、开始

主持人开场主持词，结束后介绍到场的嘉宾，并介绍各个参赛队伍(介绍完一个队伍，这个队伍大声喊出自己的口号，再接着介绍下一队)。

2、主持人宣读比赛规则

由主持人宣读比赛规则，各选手如果有问题，可在主持人宣读完毕后，进行提问。

3、开赛

每一个队伍有一百分的基础分。

第一关：志在必得(必答题)10min

规则：必答题共15题，每题十分，共同答题，每题限时10秒，选手同时亮题板，答对加分答错不扣分。题目设计为简单的选择题。

第二关：抢滩登陆(抢答题)20min

规则：本环节共20道题，15道简单题，5道中等难度的题，选

择题，每题10分，答完即终止。主持开始读题后即可抢答，抢答者回答错误后可有其他队伍继续抢答，两次抢答后没有结果则此题作废，答对加分，答错不扣分。

第三关：虎视眈眈(看视频答题)25min

规则：播放一段视频(大概时长5分钟)，然后给选手5分钟时间列举出剧中主人公的心理问题，然后由心理学老师打分，分值为10分、20分、30分、40分、50分、60分不等，请几位心理学老师将分数给相应的队伍，然后再由一位老师进行点评。

文艺节目15min

由文艺部出一个与心理相关的音乐节目，歌舞都可。

第四关：快人快语(判断题)15min

规则：此环节为快速判断题，要求选手在一定时间内答题，选手只需判断“是”或“否”，每队时间1分钟，判断正确即获得相应分数。每题10分，答错不扣分。

中场观众互动[心理剧]25min

第五关：风险提速(陷阱题)20min

规则：本环节共18道题，10分、20分、40分各6道。答对得分，答错扣相应分数，从分值低的题开始回答，答对可以选择是否继续，答错扣分并停止答题，此环节题目将有6种类型可供选择，而且不必拘泥于一种题型(难，中，易每类题目的最长等待时间分别为30, 20, 10秒)

如果四关下来有并列的情况，则进行第五关。

第六关：一招定胜负

_第一种方案：如果出现同分情况，抽签选取一队进行“命运掌控”，即此队有选择自己答题和对方答题的选择权利，如果自己答并且答对则淘汰对方自己晋级，答错对方晋级自己淘汰。如果选择对方答题并且对方答对，则对方晋级本队淘汰。对方答错则本队晋级。

_第二种方案：本关中准备3道题，分别为10, 20, 30分，答题者在抽题前事先不知道题目分数的情况下抽题，三队同时抽题，待答题结束后告知分数，答对加分答错扣分。

本环节有难中易三题，选择题，此题有运气成分，主持人要提前说明)

4、比赛结束由主持人读出各队得分，宣布前三名，然后由嘉宾颁发相应的荣誉证书、奖杯。

5、主持人宣布比赛结束。

九、退场

工作人员组织有秩序退场

现代教育技术学院

外联实践部

学校开展心理健康教育活动总结篇九

为响应学校举行心理健康活动月的号召，一场旨在了解大学生的心理变化，做好大学生心理健康教育工作，同时为了引导、号召大家关注自身健康，正视自身问题，切实提高大学生心理素质，大学生健康中心5月18日积极举办了一场大学生

心理活动展示会。

这次活动旨在集中展示我校各院的心理健康宣传教育活动成果，为大学生们带来一次视觉的盛宴、心灵的洗礼、思想的更新，最终使大学生们能重新认识自己、重新规划幸福美好的人生。本次活动共分四个区，分别是：现场咨询区、展板宣传区、心理测试区、心理游戏区。

这不仅是我校心理健康宣传教育工作的精美缩影，更是我校心理健康教育工作的和谐、稳步发展的真实写照。不同的心理健康宣传与教育活动的精彩展现，必将揭开了我校心理健康教育工作新篇章。

学校开展心理健康教育活动总结篇十

由于人们生活水平的不断提高，以及生活节奏的加快，人们起居、饮食都容易失去规律，亚健康的人越来越多。根据健康教育咨询活动计划，满足广大人民群众对高血压知识渴望了解的要求，计划在浦西社区卫生服务中心健康教育室针对新中社区居民举办一期常见高血压病防治知识健康教育讲座。

1. 活动背景:让社区居民了解一些常见的高血压的病因、诊断、治疗，及

一些预防高血压的方法，和科学地对生活行为方式调整。

2. 活动目的:提高居民的健康素养，增加居民对健康知识的了解，形成健

康的生活方式。

3. 活动的内容:发放健康宣传材料，为居民们免费测量血压，就高血压病

防治知识进行健康教育讲座。

7. 承办科室及参加人员:健康档案室, 章海云、李德贵、仲委、章田田、

钱佳佳、宋莉陈国栋

8. 主讲人:仲委

9. 活动负责人:章海云

10. 活动的准备情况:由章海云主任负责本次活动, 李德贵负责现场协调参加人员。工作人员提前半小时到场, 布置现场。李德贵协调参加人员, 章田田准备好发放的宣传处方及宣传资料。陈国栋提前准备好条幅、桌椅。

11. 注意事项:宋莉于活动前将通知贴于财苑社区公告栏上, 李德贵负责现场布置, 仲委负责现场人员签到及现场活动相关材料的搜集, 章田田负责现场血压的测量, 李德贵负责摄影拍照。

12. 经费预算:

条幅50元

宣传材料印制130元

其他100元

共计:280元

学校开展心理健康教育活动总结篇十一

大学生正处于一生中心理发展变化最为激烈的阶段, 其生理

基本成熟，心理活动正逐渐走向成熟，是人生观、价值观、世界观形成的重要时期。大学生作为国家未来的栋梁，锻造健康的心理显得尤为重要。因此，我们积极响应我院的心理健康活动月的号召，根据各班心理委员对本班学生心理健康状况调查的情况，开展了此次班会，尽可能的让人人都融入到自身心理健康的良好氛围中去。

活动之前，各班的心理委员对同学们进行了问卷调查，了解了同学们的心理健康状况。活动开始，主持人致班会开幕词。首先简述了现阶段大学生存在的三个主要心理问题：压力或焦虑心理、人际交往问题、人生定位问题。并且结合案例对一些同学们普遍存在的心理问题进行讲解。在主持人与同学讨论环节中，大家主动发言，各抒己见，了解了更多关于心理健康的知识。

活动中间穿插了学生才艺表演，如演唱歌曲、吹葫芦丝，使活动增添了趣味性。主持人还与同学一起做了趣味心理测试，和“你画我猜”的小游戏，现场气氛活跃，同学们踊跃参与游戏，增进了彼此的交流。

活动进行到最后，冉洁学姐和吕瑶瑶学姐上台发言，就参加此次活动谈了自己的想法。

然后辅导员徐老师进行总结发言，徐老师谈到：“心理健康教育，是指根据学生身心发展的特点和社会发展的需要，有目的、有计划的通过组织各种活动促进学生心理健康发展的一种教育活动。开展形式多样、丰富多彩、生动活泼的心理健康教育是学校实施心理健康教育的有效途径之一。”

此次班会在同学们热烈的掌声中圆满结束，活动过程中全班同学都积极参与，对心理方面的问题进行了讨论与解答，提高了同学们的心理健康知识水平，增强了同学们的心理健康保护意识。使同学们更懂得人际交往，能更好的去建立和谐

的人际关系。活跃了班级气氛，增强了班级凝聚力。当然此次活动也存在一些不足之处，例如：所提出的问题还不够全面、在对同学们提出的一些问题的解答过程中没有找到的解决方法或者出现偏差。在今后的班会中，我们会尽量全面的探讨每一个问题，并给以的解答。

学校开展心理健康教育活动总结篇十二

为进一步贯彻落实教育部《中小学心理健康教育指导纲要》精神。全面提高我校学生心理素质，充分开发学生装潜能，培养学生装乐观向上的心理品质，促进学生装人格健全发展。学校本着以人为本的思想和对师生高度负责的态度，扎实开展中小学心理健康教育活动的。

学校开展心理健康教育活动总结篇十三

心理健康的含义以及如何培养身心健康，提高自身幸福感：作为社会的精英，时代的骄子，当代大学生肩负着时代的重任，然而生命的困惑，成长的烦恼，失败痛苦却如影随形，时刻困扰着一颗颗年轻的心。在这个充满诱惑、挑战和希望的时代，心理健康，这个迫在眉睫的问题摆在了我们面前，良好的心理素质成了构筑我们绚丽人生的基石之一。因此，培养身心健康，提高自身幸福感，我们应该做到：

一、树立正确的人生观、价值观，要做到以下几点：

(1) 认真学习，不断自我评价、自我反省、纠正错误的思想观点。

(2) 要有正确的观念，把握好自已的言行，反对享乐主义。

(3) 结合自已的实际情况，树立人生目标，制定阶段性目标，并朝着目标不断努力。

二、自我营造积极的自我概念。

具有积极自我概念的人有适度的自信，不矫揉造作；又对自己明确的认知评估，并以肯定的态度接纳自己，不仅能接纳自己的长处，也能接纳自己的短处乃至缺陷。营造积极自我概念的途径是从事实践活动并力争获得成功，成功可以增强人的自我效能感、价值感，提高自信心，有利于对自己做出正面的自我评价，从而使个体逐渐懂得欣赏、悦纳自己，对生活充满感恩。

三、正确认识挫折，并采取积极乐观的应对态度。

大文豪巴尔扎克说过：“困难对于天才是一块垫脚石，对于能干的人是一笔财富，对弱者是一个万丈深渊。”挫折既有消极的一面，也有积极的一面。挫折会给人以打击，带来损失和痛苦，但也能使人受到磨练和考验，从而变得坚强起来，我们应该以大智大勇来接受生活中的挫折与不幸。

四、提高挫折耐受力。

首先，大学生应该具有挫折心理准备。将挫折的出现视为正常的大学生，比对挫折毫无准备的更能接受挫折，正确应对挫折。其次，保持适当的自我期望水平。期望过高使自己总是处于失败折磨中，不仅有损自尊，还可能因为严重的情绪冲突而有碍于身心健康，期望过低，就会泯灭自己的斗志。

此次班会，还有一个心理视频的观看，分享观看后的感想，同学们受益匪浅。收听心理fm电台，也推荐了其他电台音频，解答大学生心理问题非常有帮助。分享自己的小幸福，发现身边的美，爱自己，让世界看到你内心的微笑和阳光！心灵鸡汤，对症下药。

最后，一首正能量音乐伴随总结，给同学们很大的鼓舞，在今后的大学生涯中尽情展现自我！

学校开展心理健康教育活动总结篇十四

以学生为本，以学生的发展为本

自我探索、自我体验、自我感受、自我成长

助人自助

二、活动目标

培养学生良好的心理素质和社会适应能力

三、活动内容

- 1、通过班级心理辅导活动课，对学生进行人格辅导、学习辅导、休闲辅导等，实现心理健康的预防性、发展性目标。
- 2、设立“馨香一瓣”聊天室，让学生倾听心理的烦恼，在轻松愉快的氛围中，开启心扉，调适心理。
- 3、通过“心理驿站”广播节目，对学生来信来电进行解答。
- 4、通过“悄悄话”信箱，了解学生要解决的困难，让学生在无助时能及时得到老师帮助。
- 5、专家讲座，邀请心理专家对学生进行心理辅导。
- 6、通过“心理健康教育”宣传橱窗，向学生宣传心理健康知识。
- 7、通过《英育现代教育》、《蒲公英》、“心理之窗”栏目，引领学生解读心理健康教育知识。

四、活动课理论阐释

1、学习辅导

它着重对学生的技能、学习情绪与动机进行训练与辅导。学习技能辅导主要是指观察力、注意力、记忆力和学习策略的训练，增强学生的这些学习技能有助于他们学业成绩的提高。学习情绪与动机是学生学习中的动力因素。

2、人格辅导

青少年成长发展的一个重要标志就是学会认识自我，学会认识他人，学会与他人沟通交往。人格辅导活动侧重于自我意识与自我控制，以及人际沟通两个方面。自我意识辅导活动旨在让学生对自我有一个全面的了解，要善于发现自己的长处，正确对待自己的长处，同时也要善于发现自己的不足，正确对待自己的不足。自我控制辅导活动着眼于情绪的调控。青少年学生的情绪很不稳定，在个人调节与外界的关系时，情绪是最为敏感，最为活跃的心理成分。学会情绪的自我调节，便于学生驾驭自我，也有利于他们更好地适应环境。人际沟通辅导活动则侧重于与老师、父母、同伴的沟通。同时，与异性同伴的沟通也是青少年期同伴沟通的一个重要部分。

3、生活辅导

生活辅导主要侧重于消费、休闲与应付危机等，这些都是生活在现代社会中的每一个成员不可缺少的素质。教师一方面引导学生如何合理消费、合理安排自己的闲暇生活；另一方面还要帮助他们学会自主地选择消费与休闲的方式。

英育学校政教处

学校开展心理健康教育活动总结篇十五

大家早上好！10月8日—11月8日是宣城市中小学心理健康教育月，主题是“快乐学习，幸福生活”。为推进心理健康教

育系列活动深入开展，今天利用“学生教育日”讲话活动时间，对同学们进行一次主题教育，我讲话的题目是“中学生如何做到心理健康”。

首先心理健康的同学，有着正确的人生态度。正确的人生态度来源于正确的认识，正确的世界观。抱有正确人生态度的人，对周围的事物有较为清醒的认识和判断，既有远大的理想，又有实事求是的精神，因而在不同的成长阶段，都能够跟上时代的步伐，头脑清楚，眼界开阔，立场坚定，既不保守，也不冒进。正确的人生态度使他们在分析和处理问题时比较客观、稳妥，并能做好本阶段应该做好的事情，心态始终保持健康水平。

其次，心理健康的同学，有着满意的心境。满意的心境是健康心理的重要内容，心理健康的人对自己、对他人、对学习、对生活都比较满意，没有心理障碍。满意的心境来源于正确的认识，由于他们能一分为二地论人论事，因而既能接受自己，又能悦纳他人。他们有自知之明，对自己的外貌、德才学识有正确的分析。他们在别人的议论包围中既不会被赞扬、歌颂冲昏头脑，又不会因批评、责备而烦恼，他们能够做到从别人的议论中吸取有益的东西。他们不骄傲自大，也不自轻自贱。对自己的优点与不足有清醒的认识，对父母、老师、同学也有一种客观的、全面的评价，因而他们的心境总是满意的、愉快的。

再次，心理健康的同学有着和谐的人际关系。乐于交往的人往往能在相互交往中得到尊重、信任和友爱。这是因为他们以同样的态度对待别人，因而减少了很多不必要的矛盾。与人为善的人能够与大家互相理解、彼此感情融洽，协调一致，相互配合默契。他们能体谅父母的亲情，能珍惜同学之间的友情，能尊重老师的恩情，因此他们总是受人喜爱而不是令人厌恶的。人际关系和谐了，心情当然就比较舒畅，心理就会处于健康的状态中。

第四，心理健康的同学，有良好的个性，统一的人格。所谓的个性，不是追求怪异的发型，另类的打扮，出格的言谈举止，魔鬼词典里给“另类”下的注解是：成绩差，脑子笨，搞怪出洋相。而良好的个性是健康心理的重要标志，无论在什么情况下都应保持统一的人格，做到自信而不狂妄，热情而不轻浮，坚韧而不固执，礼貌而不虚伪，幽默而不油滑，勇敢而不鲁莽，既有坚持到底的精神，又不顽固执拗，始终保持坚强的意志，诚实、正直的作风，谦虚、开朗的性格。

同学们，通过刚才的分析，看来，要做一个心理健康的人，既难，也不难。如果你已经具备了正确的人生态度，满意的心境，和谐的人际关系，良好的个性，恭喜你，你是个心理健康的中学生了，如果在以上四个方面中还有些小问题，不要担忧，阳光每天都会洒进打开门窗的房间内。那就让我们面带微笑，敞开心扉，迎接她的光临吧！祝老师、同学们健康快乐地过好每一天！我的讲话结束了，谢谢大家！

学校开展心理健康教育活动总结篇十六

阳光成长快乐生活

二、活动时间

三、组织机构

成立“上屋小学心理健康教育宣传周”活动组委会，具体组成如下：

主任：黄伟军

副主任：韩露刘燕玉

成员：崔永忠胡德军皮世平张文清周丽邱绍勇

张志强欧荣辉梅其兴黎春各年段长及班主任

四、活动安排

1、主题征文比赛。

面向全校教师开展心理健康教育征文比赛，比赛分为专职心理健康教师组和班主任、科任老师两组。征文要求：文章符合本次教育活动周主题“阳光成长快乐生活”，涉及的故事、体验、感悟、思考必须是真实的，内容积极、健康、向上。文体形式：文体不限，要求新颖活泼，恰当地表现文章内容。文字组织：主题明确、表达流畅、叙述生动、文笔清新。字数以—2500字为宜。各位教师电子稿传送至德育处崔永忠主任处。（截止时间□20xx年4月24日）

2、播放心理教育主题电影。

电影艺术的独特魅力受到了广大青少年的喜爱，并对学生心理发展起到潜移默化的作用。各班利用主题班会时间，有选择地播放心理电影，通过寓教于乐的方式，对学生进行积极健康的引导。

推荐电影目录如下：

1) 缺乏学习动力：《决战冰河》、《洛奇》、《阿拉伯的劳伦斯》

2) 缺乏信心：《穆里尔的婚礼》、《心雨花露》

3) 自卑失落：《阿甘正传》、《少林足球》、《肖申克的救赎》

4) 交流障碍：《对她说》、《堕落的天使》、《雨人》

- 5) 失败或绝望：《远大前程》、《功夫熊猫》、《小鞋子》
- 6) 厌倦生活：《天生爱情狂》、《凡夫俗女》、《心理游戏》
- 8) 紧张：《虎口脱险》、《小孩不笨》

3、心理健康教育名师大讲堂。

石岩街道将组织一场面向街道教师的讲座。我校结合此次名师大讲堂引导教师如何以积极、健康的心态面对学校工作。

（时间：4月底。地点另行通知）

五、活动要求

（一）高度重视，加强领导。结合石岩街道相关方案要求，对本次活动高度重视，认真组织，切实加强领导，周密制定方案，确保活动健康有序开展。

（二）重在落实，务求实效。要按照既有一定声势、又扎扎实实的要求，采取有效措施，广泛吸引广大市民家长和学生参与。要加强组织协调，建立工作机制，确保宣传教育活动取得实实在在的效果。

（三）认真总结，及时改进。要及时总结工作中的好经验、好做法，并予以及时宣传推广。对工作中存在的问题要及时反思、分析和纠正。

学校开展心理健康教育活动总结篇十七

本学期我校继续开展了《小学生心理健康教育家校互动方式》的课题研究，并利用主题班会时间组织学生进行心理辅导课，针对现在小学生的学习表现和心理现象，如低年级的学生表现得粗心大意，爱发脾气，依赖性强，中年级表现得自信心不足，不敢举手发言，不喜欢和别人说话，就不愿意和别人

交往等，高年级表现得没有责任心，遇事就逃避，做事虎头蛇尾厌学、自私、缺乏爱心、责任心，经不起挫折等严重的心理不健康现象，我校各个班级开展以心理健康教育为主的班队会活动，让学生重新认识自己的心理弱点，自觉纠正自己在心理健康方面的不良表现。

一、达到了预期目的

通过主题活动，宣传心理健康教育知识，明确心理健康教育的意义与作用，培养学生的参与意识和乐观向上的心理品质，促进学生人格的健全发展，在全校掀起维护心理健康的热潮。

- 1、教会了学生管理自己的情绪，使其拥有积极稳定的情绪，避免患各种情绪障碍。
- 2、帮助学生学会正确认识自我和周围世界，从而使学生能与同学、老师、父母融洽相处。
- 3、使学生拥有健全的人格，摆脱自卑、自恋、自闭等不良心态，从而更好地投入到学习和生活中去。

二、主题明确，针对性强

我们紧抓住“从心开始”这一主题，传播心理健康知识，根据小学生的身心发展特点和教育规律，注重培养小学生良好的心理品质和自尊、自爱、自律、自强的优良品格，增强小学生克服困难、经受考验、承受挫折的能力和团体意识。

三、学生互动，形式多样

在本次主题班会教育中，我们为了提高教育的效果，我们采用学生互动的模式，以游戏的形式表现，在游戏的过程中增强集体荣誉感和班级团结意识。注重调动学生的积极性，活跃了班会气氛，大家在娱乐的过程中无形的增强了自身素质，

增涨了心理方面的知识我们也注重发挥大家主观能动性，大家积极参与相关问题，充分发挥学生在学习活动中的潜力，大大提高我们班会的效果。互动的形式，给学生留下的印象更深刻。

四、准备充分，效果明显

各位辅导员老师付出大量的辛苦，在班会召开前做了充分的准备。所以本次活动效果非常好，但也有需要改进的地方。如高年级的同学班会刚开始气氛沉闷，不愿意说出自己的心里话虽然后来有所好转，但队会也快要接近尾声了；如果家长也能参与到队会中去效果会更好。这些不足也激励我们在今后的工作中更加努力，同时更坚定了我们办好下次心理主题班会的决心。

学校开展心理健康教育活动总结篇十八

健康教育工作是社区卫生服务中心的一项重要工作内容，为了更好的贯彻落实《大连市公共卫生服务项目考核办法》相关工作要求，进一步完善我社区卫生卫生服务中心健康教育与健康促进工作体系，在辖区内普及健康知识，提高居民健康水平，制定了20xx年健康教育工作计划，内容如下：

一、主要工作任务

依照健康教育规范要求，做好健康教育与健康促进各项工作任务。围绕甲型流感、艾滋病、结核病、肿瘤、肝炎等重大传染病和慢性病，结合各种卫生日主题开展宣传活动。特别是积极开展“世界结核病日”、“世界卫生日”、“全国预防接种日”、“防治碘缺乏病日”、“世界无烟日”、“世界艾滋病日”等各种卫生主题日宣传活动。继续做好针对农民工、外出打工和进城务工人员的艾滋病防治项目传播材料的播放工作。根据《突发性公共卫生事件应急预

案》，开展群众性的健康安全和防范教育，提高群众应对突发公共卫生事件的能力。加强健康教育网络信息建设，促进健康教育网络信息规范化。加强健康教育档案规范化管理。

二、主要工作措施

(一)、健全组织机构，完善健教工作网络

完善的健康教育网络是开展健康教育工作的组织保证和有效措施。20xx年我们将结合本社区实际情况，调整充实健康教育志愿者队伍，加强健康教育志愿者培训；组织人员积极参加市、区、疾控部门组织的各类培训，提高健康教育工作者自身健康教育能力和理论水平；将健康教育列入中心工作计划，把健康教育真正落到实处。

(二)、加大经费投入

计划20xx年购置新的照相机、电脑、打印机等设备，印制健康教育宣传材料，保障健康教育顺利开展。

(三)、计划开展的健康教育活动

1、举办健康教育讲座

每月定期开展健康教育讲座，全年不少于12次。依据居民需求、季节多发病安排讲座内容，按照季节变化增加手足口、流感。等流行性传染病的内容。选择临床经验相对丰富、表达能力较强的医生作为主讲人。每次讲座前认真组织、安排、通知，在讲座后接受咨询、发放相关健康教育材料，尽可能将健康知识传递给更多的居民。（后附健康教育讲座安排表）

2、开展公众健康咨询活动

利用世界防治结核病日、世界卫生日、全国碘缺乏病日、世

界无烟日、全国高血压日、世界精神卫生日、世界糖尿病日、世界艾滋病日等各种健康主题日和辖区重点健康问题，开展健康咨询活动，并根据主题发放宣传资料。

3、向居民播放健康教育光盘

在输液室设电视及dvd每周定期播放健康教育光盘，光盘内容以居民的需要为原则，做好播放记录、播放小结等。

4、开展居民喜闻乐见的活动

计划上半年、下半年各开展一次居民喜欢的健康知识竞赛，专干提前认真组织，设计试题、配备奖品，让居民在娱乐的同时学习到日常所需的健康知识。

5、办好健康教育宣传栏

按季度定期对中心的3个健康教育宣传栏更换内容。将季节多发病、常见病及居民感兴趣的健康常识列入其中，丰富多彩的宣传健康知识。下一页更多精彩“心理健康教育讲座方案”

6、发挥取阅架的作用

中心大厅设健康教育取阅架，每月定期整理，将居民需要的健康教育材料摆放其中，供居民免费索取。

(四)、健康教育效果评估

对辖区1%的人口科学规范的进行一次健康知识知晓、技能掌握、行为形成情况和健康需求等内容的健康教育效果评估。健康教育专干主要负责设计调查方案、调查问卷、评估总结等工作。

(五)、健康教育覆盖

计划于20xx开展的健康教育讲座、公众健康咨询活动、健康知识竞赛、播放健康教育光盘、发放健康教育材料等工作的受教育人数覆盖辖区人口的70%以上，争取让更多的居民学习到需要的健康知识，从根本上提高居民自身的健康知识水平和保健能力，促进人们养成良好的卫生习惯。