

2023年大学生心理协会举办活动策划(优秀8篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。相信许多人会觉得范文很难写？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

大学生心理协会举办活动策划篇一

5.25取其谐音我爱我，5.25北京大学生心理健康节是由北京师范大学心理系团总支、学生会的同学们发起，于20xx年5月22日正式确立，如今已经发展为全国大学生心理健康日，目的是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。

大学生心理协会举办活动策划篇二

(1) 活动概述：随着学习、工作等各方面的压力不断加大，心理健康问题在大学生中逐渐突出，已经成为大学生生活中不可忽视的一部分。我院心协作为厦门兴才职业技术学院唯一心理方面的社团组织，在5.25期间，有必要在心理健康的指导下，开展系列心理活动，增强大学生的心理保健意识，提高心理健康水平。

(3) 活动内容：

2、心理健康教育系列讲座主讲人：杨素晖教育硕士、国家二级心理咨询师、厦门市委宣传部鹭江讲坛报告人，我院学生心理顾问。时间：第一场5月17日（星期四）晚7：00-8：30

主题： 第二场5月24日（星期四）晚7：00-8：30主题：

大学生心理协会举办活动策划篇三

5月25日，是我们大学生自己的节日——大学生心理健康日，5.25的谐音是“我爱我”。此节日最初由北师大心理学院学生倡导，此后，教育部，团中央，全国学联办公室向全国大中学生发出倡议，把每年的5月25日确定为全国大学生心理健康日。现如今创造良好的社会氛围十分必要。大学的生活已经是一个半开放的社会性的校园生活，形形色色的社会人在校园中寻找着潜在的商机，同时，也将象牙塔里的学生带入社会。所以大学生的心理健康在这个时期显得尤为重要。

- 1、认识自我，接纳自我，能够体验到自己存在的价值，乐观自信；
- 2、学会用尊重、信任、友爱、宽容的态度与人相处；
- 3、能分享、接受，给予爱的友谊，并且能与他人同心协力；
- 4、增强学生相互关怀与合作的意识；
- 5、给学习压力大的大学生提供一个调适的平台，让同学们可以更勇敢、乐观地面对人生。

面向15级全体同学报名（备注：活动分三场，一场三组，一组六人。会计系、能源系、机电系三个系每个系需要报名两组参赛人员；工商系、建工系、汽车系三个系每个系需要报名一组参赛人员。）

时间□20xx年5月12日下午四点（备注：活动拟定时间为5.12（周四），考虑到天气原因，活动时间或活动项目会有所调整。具体情况根据当天天气决定。）

地点：学院操场

（一）活动前期

- 1、整理本次活策划书与广播稿，并上交；
- 2、由宣传部负责做宣传展板，以“525—我爱我”为主题做展板展出；
- 3、面向15级全体同学由系出队开始报名参加；
- 4、由协会组织部准备活动所需道具。（橡皮圈一包，吸管一包。）

（二）活动过程

由5个环节连续闯关游戏组成，活动分三场，一场三组，一组分六人进行环节闯关比赛。

第四关：翻滚吧报纸：各组人员依次站进用报纸粘合的大圈中，凭借每组人员的齐心协力，在报纸圈中依次站立，并行走规定路程，到达终点后敲响警钟。

（三）活动后期

- 1、活动结束后，安排参赛人员有序离场，由心理协会组织部打扫好场地卫生；
- 2、将活动道具收拾好放回心理活动室；
- 3、由咨询部人员写本次活动总结及新闻稿（交于网络信息部发稿）。

报纸若干张、橡皮圈一包、吸管一包，记号球九个

- 1、要确保游戏安全性不要发生意外；
- 2、比赛评比过程要公平公正；
- 3、比赛过程不得作弊。

院心理协会

20xx年5月8日

大学生心理协会举办活动策划篇四

(1) 活动概述：随着学习、工作等各方面的压力不断加大，心理健康问题在大学生中逐渐突出，已经成为大学生生活中不可忽视的一部分。我院心协作为厦门兴才职业技术学院唯一心理方面的社团组织，在“5.25”期间，有必要在心理健康咨询中心的指导下，开展系列心理活动，增强大学生的心理保健意识，提高心理健康水平。

(3) 活动内容：

2、心理健康教育系列讲座主讲人：杨素晖——教育硕士、国家二级心理咨询师、厦门市委宣传部“鹭江讲坛”报告人，我院学生心理顾问。时间：第一场5月17日（星期四）晚7：00-8：30主题：第二场5月24日（星期四）晚7：00-8：30主题：

大学生心理协会举办活动策划篇五

XXXXXXXXXXXXXXXXXX

XXXXXXXXXXXXXXXXXX

XXXX年X月X日

在社会飞速进步的同时，人们的压力也与日俱增，亚健康状况的普遍使很多人都意识到了心理健康重要性。上海，作为中国最繁荣的大都市，快节奏的工作生活步伐确实带来了极高的工作效率和利益，但相应地，人们所承受的心理压力也大的惊人。我们，作为新世纪的大学生，身上肩付的任务非常巨大，近年来在各大高校的学生自杀事件不断增多，最近就听到有个大四学生因为没过四级跳楼自杀。曾经一度令人关注的马家爵事件的发生等等让我们更觉心理健康的重要性。如果有人正确地关注这类人，辅导他们，也许事情就不会发生了。

我校岚风心理社，成立于xx年，指导老师是应用技术学院心理咨询室的朱引芳老师。协会的宗旨是“以人为本”，意在普及基础的心理知识，传承先进共同协作的理念，充实大学生的心灵世界，引导大学生更加关注自己的心理健康，使心理协会成为我校大学生的知心伴侣。为此，心理社准备在上海世纪公园组织一场意义非常重大的心理拓展活动。此活动的主持人是参加过去年由华东理工大学举办的八校心理拓展活动的岚风心理社社长。这次活动将全全用心理游戏的方式举行，在游戏的乐趣中宣传心理知识，并潜移默化地普及一些心理精神，同学们在游戏中通过反复思量，最后在完美地完成游戏的同时也提高了各方面的个人心理素质，包括团队协作，相互信任，创新思维，合作竞争等。另外，活动在这样一个美妙的人间四月天举行也有其特殊的含义，此时正是远足踏青的好时节，长期生活在学习工作压力中的大学生在这个时候出外走走，参加我们的心理社活动，相信对同学们的身心健康有很积极的作用。世纪公园位于浦东花木分区，世纪大道的终端。西北临新区行政中心，东南经国际博览区与内环线相接。规划面积140.3公顷。公园以大面积的草坪、森林、湖泊为主体，体现了东西方园林艺术和人与自然的融合，设置了乡土田园区、观景区、湖滨区、疏林草坪区、鸟类保护区、国际花园区和小型高尔夫球场7个景区，以及露天音乐剧场、会晤广场、儿童游乐场、垂钓等活动场所，建有高柱喷泉、音乐旱喷泉、四季园、世纪花钟、大型浮雕、林

间溪流、卵石沙滩、银杏大道、缘池等园林景观。园内阡陌纵横，丘陵起伏，乔木常绿，湖水清澈，林间小溪蜿蜒流过，人行其中，心情异常平和宁静，是休闲度假、商务交流的绝佳去处，享有“假日之园”美称。这样一个生态景观型城市公共绿地正是进行心理健康拓展活动的好地方。

主持人讲话

进行心理游戏拓展活动，并由心理医师作指导

活动总结

游戏：

1，环环相扣

每组成员手拉手站成排，准备两根打结成圈的绳子，分别放在每组的两边

游戏过程：把两边的绳子分别往中间穿，绕过每组差不多一半的组员，在中间两根绳子汇合，并相互穿过，最后穿过另外一般的组员达到另一边，时间最短的为胜。

2，8盒冰红茶（适用：团队沟通）

在每组前面分别放上8盒冰红茶，红的、绿的。但是先不要喝，待会儿要用它来做游戏的。

30名学员分成4个小组，每两个小组又编成两个竞赛小队。一个竞赛小队中的一个组，背着另一组先将自己桌上的8盒冰红茶摆成任意形状，然后，通过语言描述给同队中的另一组，另一组听到描述后即开始摆放。另一队亦然。10分钟后，哪一组摆放图形最相似，就算哪一队为胜者。

例：大家先一起评判另一队。他们队的两个拼图完全一样，

都是立着的正六边形，汉字标签一律朝外，拼音字母一律向内，红、绿颜色相间，字头咬字尾按顺时针有规律地排列。一目了然。

3，蒙眼五角形（适用：团队合作）

蒙着眼睛做游戏，一个团队还能合作愉快吗？因为我们是一家人，因为我们有着共同的目标，所以我们能行！

目标：使学员互助合作形成共识，完成低难度活动。

规则：用眼罩将所有学员的眼睛蒙上，在蒙上前先观察一下四周的环境。然后，将双手举在胸前，像保险杆般保护自己与他人。目标是整个团队找到一条很长的绳子，并将它拉成正五角形，且有一个顶点必须对着北方。完成时每个人都能握住绳子。

4，杀手游戏：

这是一个非常有趣的心理游戏，比升级，红a更刺激，里面蕴涵了很多饶有趣味的人生哲理，玩完后，会让你有所思考。如果不幸你成为“好人”，那么整个游戏过程完全凭借你的智慧，你必须独立分析和判断，否则稍微犹豫和没有主见就会正中“杀手”下怀。

道具：和人数相等的扑克牌，或以名片代替。

示例：参加游戏人数共13人，选其中1人做法官。由法官准备12张扑克牌。其中3张a□6张普通牌和3张k□众人坐定后，法官将洗好的12张牌交由大家抽取。抽到普通牌的为良民，抽到a的为杀手，抽到k的为警察。

法官开始主持游戏，众人要听从法官的口令，不可作弊。

法官说：“黑夜来临，请大家闭上眼睛睡觉。”只有法官一人能看到大家的情况。等大家都闭好眼睛后，法官又说：“杀手睁开眼睛，可以出来杀人了。”听到此命令后，只有抽到黑色牌的3个杀手可以睁开眼睛，3杀手此时可以互相认识一下，成为本轮游戏中最先达成同盟的群体。并由任意一位杀手示意法官，杀掉所有在座闭眼中的任意一位。

法官看清楚后说：“杀手闭眼。”稍后再说：“警察睁开眼睛。”抽到王牌的警察可以睁开眼睛，相互认识一下，并可以怀疑闭眼的任意一位为杀手，同时看向法官，法官可以给一次暗示。

完成后，法官说：“所有人闭眼。”稍后说：“天亮了，大家都可以睁开眼睛了。”

待大家都睁开眼睛后，法官宣布谁被杀了，此良民即为被杀之人，同时法官宣布让大家安静，聆听被杀者的遗言。被杀者可以指认杀手，并陈述理由。遗言说罢，被杀者在本轮游戏中将不能够再发言。法官主持由被杀者身边一位开始任意方向挨个陈述自己的意见。

意见陈述完毕，会有几人被怀疑为杀手。被怀疑者可以为自己辩解。由法官主持大家举手表决选出嫌疑最大的2人，并作最后的陈述和辩解，再次投票后，杀掉票数最多的那个人。被杀者如是真正的凶手，不可再讲话，退出本轮游戏。被杀者如不是杀手，可以发表遗言及指认新的怀疑对象。

在聆听了遗言后，新的夜晚来到了。又是凶手出来杀人，然后警察确认身份，然后又都在新一天醒来，又有一人被杀。继续讨论和杀掉新的被怀疑对象。如此往复，凶手杀掉全部的警察或良民即可获胜。

补充说明：目前也有不设警察身份玩法，讨论更加激烈，但时间较长，并且坏人容易得逞。游戏的难易、长短，可以

通过改变不同身份人的数量调整。法官的主持水平很重要，诙谐幽默公平执法的法官将使游戏更精彩。

5, 取之有道

游戏设6个障碍物，摆放不规则，每组派两位同学进行游戏，分别蒙上他们的眼睛，一位从一边出发，端着放满水的碗，经队友指导，要绕过障碍物，到另外一头，把水交给另一位蒙眼的队友。时间最短的为胜。

1, 长绳6根，短绳6根（体育部借）

2, 障碍物8个（体育部借）

3, 展板6块（团委借）

4, 碗4个（ $4 \times 2 = 8$ 元）

5, 扑克4副（ $4 \times 3 = 12$ 元）

6, 冰红茶16包（ $16 \times 1.5 = 24$ 元）

7, 蒙眼布10块（6元）

1, 游戏道具（见上：50元）

2, 车费（包车200元）

3, 门票每人3元，50人参加（ $3 \times 50 = 150$ 元）

4, 请心理医师（100元）

附：不是心理社的社员则按每人交5元（车费加门票），交给心理社财务部

大学生心理协会举办活动策划篇六

呵护心灵，健康人生

全体学生

（一）初赛及复赛：

各学院要认真组织、层层选拔，确定2名选手参加决赛，大学生心理协会从复赛优胜者中确定1人，于5月18日前把决赛选手的学院、班级、姓名、联系方式及演讲稿上交到大学生心理健康教育中心（护理学院2219室）。

（二）决赛：

1. 时间、地点：5月25日晚7:00，地点：明德讲堂。

2. 5月19日（周二）上午10:00参赛选手到心理健康教育中心进行演讲顺序抽签。

活动设一等奖1名，二等奖2名，三等奖3名，优秀奖7名，颁发荣誉证书和奖品。

（一）仪表形象：（15分）

1、着装整洁，大方得体；上下场致意，答谢。（5分）

2、仪态端庄大方，举止自然、得体，体现朝气蓬勃的精神风貌；动作适度。（10分）

（二）演讲内容：（50分）

1、主题鲜明、深刻，观点正确，见解独到，符合主题内容。（25分）

2、内容充实、新颖，事例动人，贴近生活，富有鲜明的时代感。（15分）

3、行文流畅，用词精练，结构完整合理、层次分明，详略得当。（10分）

（三）语言艺术：（35分）

1、要求脱稿演讲，因不熟练，每停顿一次减0.1分。（5分）

2、发音标准，声音洪亮，口齿清晰，语速适当，表达流畅。（10分）

3、节奏处理得当，演讲技巧运用自如。（10分）

4、表现力、应变能力强，能活跃气氛，引起高潮。（10分）

大学生心理协会举办活动策划篇七

5月25日是我国的“全国大学生心理健康日”“5.25”取谐音“我爱我”一意为要认识自我，接纳自我，能体验到自己存在的价值，乐观自信，能用尊重，信任、友爱、宽容的态度与人相处，能分享、接受，给予爱和友谊，能与他人同心协力，也就是说爱自己才能更好地爱他人。

在广大学生中营造一种关注心理健康，重视心理健康的氛围，通过组织，设计一系列内容丰富，参与性强的活动载体，宣传大学生心理健康知识，普及建设和谐社会、和谐校园、和谐心灵的理念，为学生搭建起锻炼心理素质，提高心理承受能力的平台，全方位的加强心理健康教育。

20xx年5月23日坡下邮政门口

与心灵相约，与健康同行

全校学生

1. 心理健康知识教育宣传活动

(1) 心理健康橱窗展览

前期由各班委在各班qq群或者微博宣传、进行前期宣传;并征集有关心理健康内容的各种照片、画集和励志警句,供大家参观(道具:宣传展板、活动条幅、气球装饰)

(2) 5.25 “与心灵相约,与健康同行”签名活动

摆摊当天通过现场宣传、音响广播吸引过往行人参与到签名活动当中来,实现制作好10米条幅,条幅内容为“与心灵相约,与健康同行。”

(3) “爱的抱抱”温暖校园行动

同学们可以将心中的烦恼写在吹好的气球上,然后与工作人员或朋友拥抱,挤破气球,驱散烦恼。通过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。活动现场还摆放了包含“感恩”和“祝福”两个模块展板。同学们也可以写下自己对好友、家人、学院的感恩与祝福,或是自己大学四年的心愿和梦想。同学们可以与其拥抱和合影。

(4) “爱因为在心中”有奖竞猜

2. 心理健康主题班会

各班确定班会主题,开展主题班会及评比活动,班会立足校园生活,活动形式不限(如心理座谈会、心理专题讨论、心理电影赏析、知识竞赛、心理游戏等)。初步为各班定了班会主题如下:

- (1) 刻不容缓的心灵关注——大学生心理健康与成才
- (2) 消除烦恼，让生命放出光彩——做一个人格健全的. 现代人
- (3) 学会感恩，推开窗就是满屋阳光——探索人生的意义
- (4) 成功的起点——面对现实，学会适应，接受挑战
- (5) 走出迷惘，树立目标——大学生生涯规划及能力发展

各班级认真填写《心理健康主题班会总结表》，此表于5.25日连同班会活动照片一并上交存档。

大学生心理协会举办活动策划篇八

“5.25”取其谐音“我爱我”，“5.25北京大学生心理健康节”是由北京师范大学心理系团总支、学生会的同学们发起，于xx年5月22日正式确立，如今已经发展为“全国大学生心理健康日”，目的是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。