

# 2023年心理健康活动月的手抄报(实用5篇)

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

## 心理健康活动月的手抄报篇一

青春是最美的年华，身为大学生的我们正值芳华，所以我们应该在此芳华年间绽放自我，“不负韶华，出彩青春”。为贯彻全国教育大会和全国高校思想政治工作会议精神切实加强和改进新时代师生心理健康教育工作，艺术设计学院关于开展20xx年秋季心理健康教育宣传月活动总结如下：

20xx年10月12日□20xx服装表演专科一班，二班全体同学在艺术设计学院北楼5001教室召开了“放飞心灵—关注心理健康”主题班会响应了学校“心理健康月”的号召，通过心理健康演讲和健康心理案例分析等形式，让在座的班级人员有了更深层次的了解，也提醒了在座的每一位同学要了解心理健康，关注心理健康！

本次主题班会的成功举办，对于班级成员培养自立、自强、自律的良好心理素质，锻炼自己的社会交往能力提供了一个良好的学习平台，更有利于我们自己在变幻复杂的社会环境中，做出选择适宜自己角色的正确抉择，为事业成功奠定坚实的心理基础。同时，作为青春的代言人，我们大学生更要积极参加类似活动完善自己、充实自己，让自己逐步适应社会，成为一个有利于社会的人。

10月14日晚上□20xx级动画专业、视觉传达设计专业、摄影专

业共200多学生在阶三召开了以“不负韶华，出彩青春”为主题的主题班会。张普老师在班会上为同学们讲述了大学生心理健康的重要性，说道：“成长的路上难免会有挫折，遇到挫折时我们应该以正确的心态去面对，如果发现自己的心理出现了问题，我们应该主动向家人、朋友、老师或者专业人士寻求帮助”。同时老师还和同学们介绍了学校开展的心理健康活动，活动的具体内容，已及活动开办的时间、地点。如果发现身边同学不对劲了，要与她交流，询问她是否需要帮助，要热心的帮助同学。

通过此次班会，学生们认识到了心理健康的重要性，同时更加关注自己和身边同学心理健康状况。在遇到挫折时，要直面挫折勇往直前，不负韶华出彩青春。

20xx年10月19-22日□20xx级环境设计班级开展心理健康成长分享会，这个专业的同学在班级开展人与人之间如何交流和沟通的心理成长分享会，分享会上有些同学主动对个人在学校一年的成长进行讲述，让在场的同学体会到心理沟通的重要性。17环本2班的南浩东同学说：本次的交流会、分享会让我受益匪浅，我感悟到人与人爱的可贵，学会了与人共处，我会将课堂学到的知识运用到平日生活中去，理解爱，报答爱。我还感到自己身上的不足，并下决心改正，我期望学校多开展这样的活动，让每个学生有更多的收获。

透过分享交流会，学生们懂得了怎样尊敬父母，怎样怀有一颗感恩的心，怎样站在别人的角度看待他人，懂得一些道理，在生活中要宽容，学会和家人朋友换位思考，理解体谅他人。更明白怎样去理解父母，爱自己的父母，杨玲老师最后要求学生们要带着一颗感恩的心去回报身边的人。

总之，艺术设计学院在心理健康活动月期间开展了丰富多样的心理健康活动，让学生从心理、生理全方面健康，有一个阳光的心态对待生活中的点点滴滴，健康积极的迎接每天新的太阳。

## 心理健康活动月的手抄报篇二

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。

赞助单位：

□xx年5月25日

：学院校区

：学院所有学生、学校领导、院团委领导以及其他院的同学和社会各界人士。

a.配合全国：五二五心理健康教育日的活动，进行心理健康知识的宣传，增进大学生心理健康。

b.加强校企合作

c.以文艺演出的形式展现大学生的风采，丰富大学生的课余生活。

d.加强学校与社会的联系，锻炼打学生动手实践能力以提高大学生的综合素质。

e.扩大心理协会在学校的影响。

(一)a.5.25我爱我做阳光大学生，给心灵一片晴空大型签名活动。

b.心语传递给他人的祝福。

c.对5.25的理解

1. 时间：5月25日，许下自己的愿望，送出自己的祝福

2. 地点：行政楼前

3. 道具：孔明灯

(二)a.大学生心理健康调查

b.趣味心理测试

c.发送《心理健康知识手册》

(三)心理健康影片赏析

1. 时间：5.25

2. 多媒体教室

(四)心理健康知识讲座

1. 时间：5.24

2. 地点：多媒体教室

九. 文艺晚会

1. 时间：5月25日

2. 地点：行政楼前

## 十. 活动宣传

1. 前期宣传：在学校所有学生宿舍公告栏张贴喷绘海报，海报内容可提及赞助商，海报背景可加入赞助商的商业(注：学校内不允许张贴纯商业广告)

2. 可在校内网上宣传

3. 学校行政楼前设置展示板或张贴海报活动宣传中期：布置场地的气球及其他饰物印上赞助商的商业或其他赞助商所求的其他标志。

4. 晚会进行中的互动环节中赠送小礼品可为赞助商做宣传

## 十一. 效果预测：

此次活动预计包括会员与办会员500人参加与观看。数以万计的师生了解并且关注，我们在整个活动过程中都将标注贵公司名字，相信这必为贵公司带来巨大广告效应，办出我们高水平，高质量，强吸引力的晚会。是观众印象更加深刻，扩大心理协会及公司在学校的影响，拓展贵公司的校园市场，实现双赢。

## 十二. 活动关联单位：

学院所有系部、十大协会、团委联合举办。

## 十三. 经费预算：

1. 服装道具租借350

2. 舞台及音像租借费150元。

4. 宣传成本：宿舍海报

5. 行政楼海报50元

6. 条幅100元

7. 孔明灯50元

8. 现场摄影照片冲洗50元

9. 幸运观众礼品150元

10. 鲜花150元

11. 请柬及节目单费100元

12. 其他费用200元

共计：1500元

十四. 赞助方式：现金(可由多家商家联合赞助)

注意：

1. 策划书不懂部分与策划部及时沟通联系，

2： 文艺晚会各部门相互配合，全体人员对待来宾要有礼貌。

3： 主持人的选拔。

### **心理健康活动月的手抄报篇三**

根据南宁市教科所、南宁市未成年人心理健康辅导中心《关

于开展南宁市中小学第六个心理健康教育月活动月的通知》精神，进一步贯彻落实教育部《中小学生心理健康教育指导纲要》精神，全面提高我校师生的心理健康素质，充分开发学生的潜能，培养学生乐观向上的心理品质，促进向上人格的健全发展。我校于今年10月份组织开展第六个心理健康教育月活动，现将有关活动总结如下：

1、10月8-21日我校充分发挥学生表演的积极性，各班利用班会课组织开展校园心理剧比赛等的活动，通过评比选出优秀的作品《转变，在爱溢满的时刻》参加城区教育局举办的校园心理剧比赛。广大学生通过演出、观看校园心理剧获得健康成长。

2、开展专题讲座。10月16日邀请南宁市教科所耿春华老师到我校对教师开展心理健康知识讲座，引导教师善待自己，学会情绪的自我调适，不断修正自己的认知观念，提高自己的角色转换能力，以积极的心态对待学生、对待成绩、对待家庭，为广大教师营造良好的工作氛围。通过这次讲座教师们对教师心理健康有了更深的理解。

3、10月8-31日学校利用黑板报、宣传栏、校园广播、班会等阵地大力开展宣传心理健康知识宣传，让学生懂得心理健康在人的成长过程中的重要性，学会消除心理困惑的方法，并且让学生学会学习，学会做人，学会合作，学会做事，学会面对困难和挫折，培养学生坚忍不拔的意志，艰苦奋斗的精神，使其健康成长，为将来走向社会打下良好的基础。

4、10月22-30日学校政教处根据学生的年龄特点，搜集合适的心理及法制教育的影片分年级组织学生观看。为了便于学生理解电影内容，真正起到教育目的，心理辅导老师对影片内容进行点评，并组织学生进行讨论，使学生了解更多心理健康常识。

5、10月25日邀请南宁市交警三大队民警到我校进行道路交通

安全及心理教育，同学们更加树立交通安全意识，遵守交通规则。

通过开展这次活动，提高我校师生的心理健康素质，充分发掘学生的潜能，培养学生乐观向上的心理品质，促进向上人格的健全发展。

## 心理健康活动月的手抄报篇四

为进一步推动我校心理健康教育工作，普及我校学生心理健康教育知识，营造我校人人关心心理教育教育的氛围，哈尔滨师范大学心理委员联合会举办了“525心理健康活动月”系列活动。

20xx年4月23日“世界读书日”当天，学生工作部心理健康教育中心组织开展“5.25”心理健康节系列活动之——读书分享会。活动中，10位来自不同学院、不同专业的同学，围绕自己喜欢和感兴趣的书籍，进行了精彩分享和荐书。“一千个读者有一千个哈姆雷特”，通过本次读书分享会，使同学们对推荐的书籍有了更深入的了解，对分享的书籍有了心灵共鸣，对读书更是有了新启发、新目标、新计划。

生命科学与技术学院心理部开展525“寄情自然，放飞心灵”活动，本活动面向全校征集作品，每一个作品的背后都有一个美丽的故事正等待着被掀开。此次活动让我们对大自然有了更加深切的理解，被背后的故事所感动，共同陶醉于大自然的魔力。

微笑是阳光、是良药。

微笑让人心情愉悦，

向别人传递了友善的信息，



净化心灵。

今天你微笑了吗？

在“525”活动期间，哈尔滨师范大学心理委员联合会特举办“最美笑脸”征集评选活动。本次活动在同学们的积极参与下取得了圆满成功，票选出了同学们心中的最美笑脸。

在“525”活动期间，哈尔滨师范大学心理委员联合会特举办“关爱心灵”条幅征集评选活动，大家积极响应本次活动，用精彩的文字来倡导全校师生追求和谐心态，成就健康525。

哈尔滨师范大学心理委员联合会主办，化学化工学院心理健康委员会承办了此次“妈妈，我要向你表白”活动，不需要多么美丽的照片和优美的语言，重要的是那颗真诚的心意，希望在远方的母亲能收到我们这份精致又独特的母亲节礼物！

high起来，前进吧

5月23日，我校心理委员联合会于大篮球场地举办“5.25大学生心理健康活动月”系列活动之“high起来，前进吧”主题活动。我校报名学生以及校心联全体成员参加了本次活动。本次活动也给每一位参与者留下了深刻的印象，丰富了同学们的课余生活，也拉近了彼此之间的距离，让大家在轻松的集体游戏中得以放松，同时也学会了团结协作的重要意义。

为了让同学们更关注自己与他人的心理健康，使同学们从心理剧中学会如何处理自我、自我与家庭、人际交往、情绪管理等方面的问题，培养大学生的坚强意志。哈尔滨师范大学心理健康中心举行了第五届校园心理剧大赛。在这青春与梦想构成的舞台上，同学们演绎着灿烂而美好的梦。

本次活动历经初赛复审和决赛，参赛学院队伍辛苦排练，认真演绎，让我们享受了心灵与视觉的双重洗礼。本次比赛的圆

满结束，对学校的心理健康工作起了极大的推动作用，也促使同学们以后在遇到心理问题能够学会自助，使同学们能够从更深层次上去思考自己的人生，提升自身心理健康水平。

本次“525心理健康活动月”我们体会了大自然的奥秘，感受到了微笑的力量，得到了心灵的洗礼，向妈妈真情告白，通过游戏让彼此更接近，在心理剧中更加深了对心理问题的理解。希望每个人都能在爱自己的基础上，去珍惜每一个陪伴着你的人，去回报每一个爱你的人，去感谢每一个让你成长的教训。

## 心理健康活动月的手抄报篇五

作为也许是在心协最后一个月的活动，心里很矛盾，一方面很多的不舍，一方面不想插手太多，想让小干事更多的机会去锻炼，但又不想让这个想法成为自己逃避责任、偷懒的藉口。在整个活动月，名义上我都没有担任主要负责人，更多的是参与协助，提出建议。在我参与的活动中，我看到，小朋友很有能力，让我很放心。我感觉可以在旁边看着他们指挥若定、认真投入工作的样子很幸福，很喜欢这样看着他们工作。

就我自己工作而言，感觉自己在活动过程中没有起到什么重要的作用，做的都是普普通通，一般的工作。推三轮车，搬物资，贴海报，挂东西等，这都是例牌的工作。在苦力工作面前，虽然有少少不愿意，但我决不能表现出一点的不愿意，因为小朋友都在看着我……这些事情总是需要有人去做的，何必去分你我，大家都是为协会做事的，只是个人的工作不同而已……所以，一直以来都没有表现出厌烦，不愿意的样子，因为我知道，这是我应该做的。

在开幕式的时候场面很火爆，但是当知道了原来是在苏老师硬性要求的前提下才有的反应，难免会好或多或少的失望。毕竟这不是全由于我们的宣传工作，布场等方面做的出色而

出现的，总觉得不能够体现我们的价值。但细想一下，没有老师的硬性要求，我们能保证会有这样的效果吗？的确，我们难保不会出现零丁冷场的场面，毕竟社团活动太频繁了，同学们或多或少都有些厌烦。在第一场电影评析的时候出现了参与者太多，场地不够的情况，当时场面有些混乱，但同事们很快就控制住了场面，虽然不能目击这个过程有些遗憾，但我们有出色的小朋友在，肯定没问题。其他的场次就我参与的而言，都感觉很好，在控制场面，风险准备等方面都作的比较充分。在心理剧的那一天，下着很大的雨，大家中午早早来到中心，冒着大雨，穿着雨衣推车，同样一个场面，让我想起上一年的开幕式收场的晚上，不同的人，同样的感动……一路上有说，有笑，下雨，算得了什么！今年的心理剧工作很轻松，我们的工作就是布一下场，挂挂海报，其他都是表演者的工作。看着台上的表演者，我有着这么一个愿望：有那么一天，在舞台上表演的是心协的成员们……闭幕式上感觉有点乱，工作没有分配清楚，在布场当天感觉没什么准备，个人感觉，好头好尾，应该要好好的准备，感觉就像要解脱了，都急着要结束似的。但对在整个早上或整个下午都在守场、布场的同事，小朋友很佩服，很感谢他们的努力。