

最新心理健康教育节活动 心理健康活动方案(优质5篇)

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

心理健康教育节活动篇一

以立德树人为根本，以“关爱自我，了解自我，接纳自我，体验自己存在的价值，关注自己的心理健康和心灵成长，提高自身心理素质，进而爱别人，爱社会”为核心内容，普及心理健康知识，帮助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适应能力，预防和缓解心理问题，提高学生心理健康水平，促进学生德智体美等全面和谐发展。

心理健康教育节活动篇二

经过影片引导同学关注自我与他人的心理健康，努力构建和谐心灵，和谐人际，健康成长。

学生工作处心理咨询中心

院心理健康部

机电系心理健康部、电气系心理健康部

经贸系心理健康部、轨道系心理健康部

露天电影，心理咨询中心负责供给影片和宣传资料、播放设备

第一场-5月6日(五) 第二场-5月13日(五)

各系组织观看

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)

心理健康教育节活动篇三

当今社会变革引起了人际关系、生活节奏的改变，学习压力，心理危机成为困扰社会、困扰当今大学生的重要问题。为丰富同学们的课余生活，关注心理健康，提升大学生心理素质。心理健康是大学生全面发展的基本要求，也是将来大学生走向社会，在工作岗位上发挥智力水平、积极从事社会活动和不断向更高成次发展发展的重要条件。为此，我们在五月“我爱我”心理健康活动月中举办以“悦纳自我，我爱阳光烂漫的生活”为主题的团日活动。

悦纳自我，我爱阳光烂漫的生活

心理健康月活动旨在提高同学们对心理健康教育的关注，丰富学生的课余生活。使同学们进一步认识自我，接纳自我，释放压力，抛却焦躁、自卑、忧郁，收获坦然、自信、惬意。心理健康月活动旨在培养当代大学生自立、自强、自律的良好心理素质。锻炼自己的社会交往能力，使自己在变幻复杂的社会环境中做出适合自己角色的正确选择。是当代大学生敢于面对困难、挫折、与挑战。追求更加完美的人格，为未

来发展奠定坚实的心理基础。

综合楼415

1. 经济与管理学院工商系人力资源管理17-2班全体成员
2. 大学生心理健康任课老师xx(待邀)
3. 经济与管理学院工商系人力资源管理17-2班副班胡振鹏
4. 经济与管理学院心理健康活动部部长兰润林

1. 制作若干卡片，在卡片上写下心理健康小常识及解决心理小问题的方法。

2. 用麻绳把卡片串上挂在综合楼、图书馆、一号楼、二号楼、东西区食堂宣传栏处。

1. 参与者在心愿卡上写下自己近期的小愿望。

2. 把二十五个男生编为1到25的编号，由女生随机抽取编号。

4. 最后交换心愿卡，在近期内互相完成对方的小愿望。

全体参与者跳小舞蹈，进行放松，释放。

做击鼓传花的游戏，被传到者上台，可以在大家面前做任何不违道德、法律的事情。

1. 组织者(xx)总体调度分配工作)

2. 活动组(xx)准备喜剧小片；小舞蹈的音乐(ppt的播放)(xx)收集心理健康常识及排解压力的小方法)

3. 道具组□xx□准备：卡片，编号纸条，麻绳，花)

4. 制作组□xx□制作卡片—绘画卡片，在卡片上写心理健康小常识及排解压力的方法)

5. 机动组□xx

6. 会场设计□xx

7. 摄影组□xx□负责摄影，宣传)

1. 到场人员都能参加到活动中。

2. 关注参与者的情绪变化，及时发现情绪异常的加以积极引导。

1. 通过qq,微信等网络平台进行活动主旨宣传。

2. 编写新闻稿，进行活动成果宣传。

用品	数量	单价/元	总价/元
卡纸	25张	1	25
记号笔	5枝	3	15
签字笔	5枝	2	10
彩色铅笔			
	1盒	12	12
总计		62	

心理健康教育节活动篇四

： 全校学生

： 各班级

学生自找素材并设计制作一期以“阳光心灵幸福校园”为主题的心理学黑板报。通过黑板报的设计，制作，让学生主动学习心理健康知识，为今后进一步推进我校心理健康教育工作打下坚实的基础。25日，学校将组织评比小组进行检查评比，各年级评出一等奖一名、二等奖二名、三等奖三名。获奖作品照片将通过宣传栏给予展示。

心理健康教育节活动篇五

我爱我——团结互助，给力心灵，共同成长

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，进取营造有利于大学生身心健康和谐发展的学校氛围，引导学生正确应对各种困惑，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

(一)宣传篇

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

横幅资料：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、资料、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、资料、具体活动安排等。

承办单位：大学生心理成长协会《心之桥》修改部

活动时间：5月份修改、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

资料供给：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。

(二)活动篇

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”的心境故事，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、资料丰富，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：