

2023年大学生心理健康宣传稿件 大学生心理健康教育宣传周活动方案(优秀5篇)

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

大学生心理健康宣传稿件篇一

为贯彻落实《中共xx省委高校工委□xx省教育厅关于开展20xx年度全省高校心理健康教育宣传周活动的通知》（教思政□20xx□x号）的精神，我校决定开展第十二届大学生心理健康教育宣传周活动。现将有关事项通知如下：

“不忘初心成就自我”

20xx年10月17日—21日

- 1、加强领导，精心组织。各学院心理健康教育领导小组要高度重视，积极发动本学院学生广泛参与，力争丰富多彩。各学院要借助本次活动的开展，进一步了解和掌握学生的心理健康状况，加强和改善心理健康教育工作。
- 2、加强宣传，营造氛围。各学院要充分利用常规宣传渠道，特别是网络渠道广泛宣传心理健康知识；要充分发挥学院学生会心理保健部和班级心理保健员的作用，结合实际开展心理影片赏析、心理素质室外拓展训练、心理知识培训、参观学校心理教育咨询中心等学生喜闻乐见的活动，营造我校心理健康教育的良好氛围。
- 3、突出主题，务求实效。各学院要紧紧围绕“不忘初心，成

就自我”这一活动主题，教育和引导学生关注自身心理健康，提高心理调适能力。尤其要加强大一新生的心理健康普查工作，使教育新生能以积极的心态和良好的个人素质积极适应大学生活。

4、加强督导，促进交流。许昌学院第十二届心理健康教育宣传周总体工作责任单位是学生心理教育咨询中心。具体活动方案由各学院另行制定并认真组织实施。学生心理教育咨询中心将心理健康教育宣传周活动纳入各学院的工作考评体系。

活动结束后，各学院将活动总结及图片资料于10月1日前上报学生心理教育咨询中心。

大学生心理健康宣传稿件篇二

“5.25”取其谐音“我爱我”，提醒大学生“珍惜生命，关爱自己”。，教育部、团中央、全国学联办公室共同决定将每年的5月25日定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。

一、活动目的

提高大学生的心理健康水平，增强大学生的心理保健意识，在校园里掀起关注心理健康的热潮，让更多人意识到心理健康的重要性。

二、活动主题

“关爱心灵，遇见美好的自己”

三、活动安排

(一) 活动时间、地点：

详见各活动的. 具体安排

（二）活动内容

校级层面：

1、心理健康宣传活动周开幕式

活动主题：牵手5.25，走进心理成长空间

活动内容：全校大学生签名及心理游园活动、“心理知识长廊”展示、有奖知识竞答、心理电影及书籍推荐、派发书签等。

承办单位：学生处大学生心理健康教育中心

2、趣味心理游戏大比拼

活动内容：用心理游戏促进心理健康

承办单位：学生处大学生心理健康教育中心

3、心理电影展播

活动内容：放映经典心理主题电影

时间地点：5月22日19:30□xx校区通惠美食广场

承办单位：学生处大学生心理健康教育中心

4、心理健康教育讲座

讲座题目：爱的真相——大学生的恋爱与成长

主讲人：心理学专业教师（国家二级心理咨询师）

承办单位：学生处大学生心理健康教育中心

5、心理测评与咨询

活动内容：现场趣味心理测试与咨询

承办单位：学生处大学生心理健康教育中心

6、心理话剧汇演

活动主题：演绎绚烂青春，倾听心灵之音

活动内容：心理话剧汇演

时间地点：5月25日18:00□xx校区百会堂报告厅

承办单位：管理学院

院级层面的活动由各学院根据学院情况自行组织安排，并请于5月18日前将活动策划电子版发送至xx@□纸质版交送至学生处230。同时请各学院将活动情况以图文形式总结后电子版发送至xx@□纸质版交送至学生处230办公室。

大学生心理健康宣传稿件篇三

“5.25”是“我爱我”的谐音，对此，发起人的解释是：爱自己才能更好地爱他人。心理健康的第一条标准就是认识自我，接纳自我，能体验到自己存在的价值，乐观自信，这样的人才能用信任、友爱、宽容、尊重的态度与人相处，能分享、接受、给予爱和友谊，能与他人同心协力。选择“5.25”是为了让大学生便于记忆，关注自己的心理健康。如今，“5.25大学生心理健康活动周”已遍及全国各地，成为全国大学生活动的一个著名的品牌，其影响力将会越来越大。

把这样一个意义重大的日子定在5月25日，是用心挑选的。首先，5月4日是五四青年节，长久以来，5月本身就被人们赋予了和年轻人一样的活力和激情。作为新一代的年轻人，首选的活动当然是5月。其次，鉴于大学生缺乏对心理健康知识的了解，由此导致缺乏对自己心理问题的认识，所以，“心理健康日”活动就是要提倡大学生爱自己，珍爱自己的生命，把握自己的机会，为自己创造更好的成才之路，并由珍爱自己发展到关爱他人，关爱社会。

大学生心理健康宣传稿件篇四

亲爱的同学：

五月，山花烂漫、艳阳高照。在这青春似火、激情四溢的五月，我们迎来了属于自己的节日——“5.25”大学生心理健康日。

“5.25”，即“我爱我”。意思是大学生首先应自爱，由爱自己而推广为爱他人，拥有健康的心理，给自己创造成功的机会，充分发挥自己的潜能。因此，信息技术系今年的5.25心理健康月主题是“关注心理健康，构建和谐校园”。

作为社会的精英、时代的骄子，当代大学生肩负着历史的重任，然而生命的困惑、成长的烦恼、失败的苦痛却如影随形，时刻困扰着一颗颗年轻的心灵。关注自身心理健康，增强心理健康意识，提高心理调适能力，是我们走向成熟、承担社会责任的前提和基础。因此，在宣传活动到来之际，我们向全系同学倡导这样一种生活理念：珍爱自己，关爱他人，努力构建和谐心灵、和谐校园、和谐社会。用自己年轻的心去感受生命的活力、心灵的宁静，去体会社会交往的和谐、人间真情的温暖，去享受身心健康的快乐和社会生活的美好！

为此，我们向全体同学倡议：

*多学习心理保健知识——阅读心理保健的书籍、参加心理健康知识讲座以及参与心理健康社团活动。

*多读好书——我们不能掌握生命的长度，但可以挖掘生命的深度；我们不能控制生命的外延，但可以丰富生命的内涵。好的书籍正如一只温柔的手指，为我们的人生指点出一种诗化的神圣。

*多倾听好歌——有没有这样一首歌，能让你轻轻跟着唱和？清新的歌词，优美的旋律绕过我们心灵深处的角落，暖暖栖息在心头，让我们的'心灵得到净化。*多进行交流——菁菁校园，青葱岁月，畅诉衷肠，分担痛苦，分享欢乐，不论年龄，不论专业，不论流泪还是微笑，让我们并肩走过。

*给生命多一点关爱——爱出者爱返，福往者福来，爱在左，情在右，走在生命的两旁，随时播种，随时开花，将这一长径点缀的花香烂漫，使穿枝拂叶的行人，踏着荆棘，不觉痛苦，有泪可落，却不是悲凉。

*给心灵多一份关注——在人生的旅途中，我们需要不断检视自我、塑造和谐心灵，才能拥有美丽心情、淡薄个人名利、主动关爱他人、积极回报社会、笑对风云人生。

*勇敢寻求心理帮助——心情郁闷时，勇敢的敞开心扉，让心理健康教育中心的老师开导你拨云见日。

朋友，有谁不是一边受伤一边学会长大？让我们的心灵多一份宽容，多一种感动，多一点坚强，让我们对生命充满信心和敬意，让我们越过彷徨，抛掉苦恼，释放悲伤，正视失败；让心坚若磐石，矢志不渝；让心韧若缆绳，百折不挠；让心纯若水晶，涤去污秽；让心烈如火焰，点燃生命！

来吧，相约“5.25”，共度心理健康的宣传活动！

大学生心理健康宣传稿件篇五

5月23日下午，李玉霞老师举办了“快乐学习，健康生活”为主题的团体心理沙龙活动，共30多名学生代表参加了此次活动。李老师带领大家从意象对话开始，用优美动听的语言把大家带入一定的情境，让大家把自己想象成一棵树，在放松的状态下与自己的潜意识进行一次对话。然后李老师让大家在一张白纸上把自己心中的那棵树画下来。李老师告诉大家这就是心理学中的绘画分析技术，通过树的外形，树的颜色以及树的情绪来分析绘画者的内心。通过李老师的分析和讲解同学们感到很神奇，的确从一幅画中展现出了自己内心的情绪。通过这次活动好多同学感觉自己内心压抑的情绪得到了释放。本次团体心理沙龙活动取得了很好的效果，同学们纷纷表示收获很多，并希望以后可以多举办此类活动。