

2023年大学生心理健康策划书案例(实用9篇)

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。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

大学生心理健康策划书案例篇一

5月25日是全国大中学生心理健康节，“5·25”即“我爱我”，成为全国高校组织开展大学生思想政治教育、丰富校园文化生活、有效服务青年成长成才的重要载体，在全国范围内产生了巨大的影响。

通过组织设计一系列内容丰富、形式多样、针对性、参与性强的活动，在全院学生中营造一种关注心理健康、懂得心理健康、重视心理健康的氛围，在宣传普及心理健康知识的同时为学生搭建锻炼心理品质、提高心理素质的平台，全方位地加强对我院大学生的心理健康教育。

“关注心理健康、构建和谐校园”

4月——5月

- 1、心理健康橱窗展览
- 2、心理美文征集主题“遇见我”
- 3、心理电影观看
- 4、“我爱我自己”主题班会
- 5、“放心去飞”主题活动

6、心理健康咨询

7、“最阳光的笑脸”展览

全院师生

土建学院心理部

土建学院团委学生会

1、橱窗内容：人际交往，认识自我，亲子交流，自我心态调节，

恋爱问题，压力排解等

任务分配：刘霞蔚、苏立渤负责设计，编排；寇雨敬□xxx

负责印制

经费预算：100

活动时间：五月十日之前展出

2、心理美文征集

主题：遇见我

主题释义：每个人心里都有个领地，其他人不可以随意来去。这些年一个人来来去去，我不禁看看我的天空里，这一边是读不懂的忧郁，那一边是大太阳高挂的画。在记忆的慢车里穿梭，是雨水它让人坚强。路总是越走越远，城市和花园，我自由的标签。在某个阳光灿烂中遇见我。

字剖白自己的内心，闪耀于明媚的青春！

征稿时间：

二等奖2名证书奖品

三等奖3名证书奖品

优秀奖若干证书奖品

经费预算：证书、奖品200元

宣传费用100(传单、海报)

评委组别：学工办周老师詹老师心理部xxx

雨敬等等等

总预算：300

3、心灵电影观看

影片：《美丽人生》《初恋50次》《心灵捕手》

时间：待定

地点：待定

4、心理健康主题班会

主题：5·25做自己

具体要求：每班心理委员写活动报告，须附上照片或影响记录。

5.20日之前交上

5、“放心去飞”主题活动

时间：某个周六周日

地点：起点草坪16:00

具体内容：参与者在风筝上写上自己的心愿或目标，和伙伴合作把风筝放飞

工作组别：

记者站、心理部负责用相机记录活动过程中值得纪念的瞬间，抓拍各种笑脸

宣传部、外联部负责在附近召集参与者

办公室、秘书处、学习部负责招呼询问、参加的同学

实践部、生劳部负责现场的秩序，物品

经费预算：

风筝： $5 \times 50 \times 2 = 500$

宣传：120(传单)

签字笔：20

总计：640

6、心理健康咨询

时间：5·25下午7:30

地点：一食堂旁石凳处

7、“最阳光的笑脸”主题展览

具体内容：挑选“放心去飞”活动中较好的照片，洗出来做成展板放在一食堂前

主要负责：宣传部

时间：5.30之前

经费预算：50

总经费：990

土建学院心理部

20xx/11/29

大学生心理健康策划书案例篇二

近几年来，越来越多的大学生处理不好与同学之间的关系，争吵打架事件比比皆是，校园不和谐现象增多，并且部分同学沉迷于虚拟的网络世界之中，甚至做出一些违法犯罪之事，另一部分同学有来自学习和面临就业的压力，不能很好的处理这些问题，导致心理严重受到损害，借此开开学之处，我院特举办这次大学生心理健康活动，来帮助同学解决问题，为同学们建立一个良好的心理素质，提供一个和谐的校园环境。

为学生搭建起锻炼心理品质，提高心理素质的平台，去拿防伪地加强对我校大学生的心理健康教育。

1、 为学生们创建一个和谐美好校园。心理健康活动可以让同学们意识到校园生活的丰富多彩，并且学会珍惜，减少不和谐因素。

2、为学生以后学习甚至工作提供了精神上的帮助。活动可以让更多的同学感同身受，使自己精神层受到良好的教育，为人更加开朗自信。

20xx年7月10日

诗香苑门口

全体学院学生

a□1□活动一：心灵寄语。打开心扉，常有爱的海洋，一卡片的形式展览，写下自己对人生的感悟，或是某一瞬间的体验感受，内容可涉及立志、感恩、信任、价值追求、理想与情感等各方面；届时将挑选出制作精致和写得优秀的作品进行展览，让全校同学共同分享。

2、活动二：心理图片展和心理知识展。用展报或海报的形式，分别设立心存感恩展板、图片展板、心理健康知识展板等。

3、活动三：心理电影展播。组织同学们观看有关心理健康教育的电影。

1、召开会议，讨论并拟定活动计划，明确项目内容与分工。

2、组织相关人员去各活动场所踩点。

3、进行活动宣传，有关人员画海报、横幅。

1、组织2个队伍，并设定队长。一个队伍进行卡片和展板活动，另一个队伍进行参看电影活动。

2、负责拍照的同学进行拍照。

1、每位参加的志愿者要写一篇心得交给信息部，信息部将发

到微博上。

2、 信息部写新闻稿， 拍摄照片交给信息部上传微博。

宣传海报、 横幅 xx元

1、 活动现场每位志愿者着装统一， 佩戴证件。

2、 进行活动时， 认真负责。

大学生心理健康策划书案例篇三

经研究决定， 启动我校第xxx届心理健康教育文化节暨第x届全省高校“阳光护航” 心理育人宣传季活动。 具体活动方案如下：

阳光护航珍爱生命， 心理育人激扬青春

20xx年x月—x月

（一） 第十一届大学生心理健康教育文化节启动仪式暨环校园接力赛

为了进一步开展我校学生心理健康工作， 全面提升大学生心理健康水平， 扩大心理健康教育覆盖面， 提高学生心理健康教育参与度， 大学生心理健康教育将于20xx年x月15日15:00， 在xx校区xx广场开展第xx届大学生心理健康教育文化节启动仪式暨环校园接力赛活动。

（二） 第三届校园心理情景剧大赛

为了引导学生逐渐养成“善于自助、 勇于求助、 乐于互助” 的心理健康“三助” 习惯， 同时给喜爱心理学和舞台表演的学生提供一个展示自己创作、 表演才华的平台， 更直接、 更

形象地向广大学生传播心理健康知识，为和谐校园添彩增色，大学生心理健康教育中心将举办xx学院第x届校园心理情景剧大赛。具体安排如下：

1. 报送报名表与剧本阶段

各学院于x月30日前将各自的参赛报名表电子版及纸质版报送到大学生心理健康教育中心，并上报完整剧本（电子版）。

2. 排练阶段

4月各二级学院自行组织排练。

3. 评选阶段

5月份统一进行评选，具体安排另行通知。

4. 展演阶段

优秀作品将推选至省上参加陕西高校优秀心理情景剧评选活动。

（三）心理委员与宿舍舍长心理健康培训

为更进一步巩固我校心理健康四级网络，培养心理健康朋辈力量，将心理健康教育工作落到实处，大学生心理健康教育中心将举行20xx级心理委员及宿舍舍长专题培训。具体安排如下：

1. 培训时间

20xx年x月—x月

2. 培训内容

培训内容围绕心理健康知识普及、常见心理问题解析、心理危机干预方法等方面展开，由各二级学院联系心理咨询师对学生干部进行培训。

（四）“新时代·新征程·新绽放”女大学生成长教育专题活动

为提高女生自我保护意识，培育女生“自尊自信，理性平和健康心态”，大学生心理健康教育中心和xx市妇联将在x月期间在全校范围内开展“新时代·新征程·新绽放”女大学生成长教育讲座，并组织各二级学院开展丰富多彩的女大学生成长教育专题活动，帮助女生解决成长中的困惑和问题，促进其身心健康发展。

大学生心理健康策划书案例篇四

心理健康是指具有正常的智力、积极的情绪、适度的情感、和谐的人际关系、良好的人格品质、坚强的意志和成熟的心理行为等。心理健康与一个人的成就、贡献、成才关系重大。心理健康是大学生成才的基础：

1、心理健康可以促进大学生全面发展健康的心理品质是大学生全面发展的基本要求，也是将来走向社会，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层次发展的重要条件。充分认识德智体美劳等方面的和谐发展，是以健康的心理品质作为基础的，一个人心理健康状态直接影响和制约着全面发展的实现。

2、心理健康可以使大学生克服依赖心理增强独立性。大学生经过努力的拼搏和激烈的竞争，告别了中学时代、跨入了大学，进入了一个全新的生活天地。大学生必须从靠父母转向靠自己。上大学前，在他们想象中的大学犹如“天堂”一般，浪漫奇特，美妙无比。上大学后，紧张的学习，严格的纪律，生活的环境，使他们难以适应。因此，大学生必须注重

心理健康，尽快克服依赖性，增强独立性，积极主动适应大学生活，度过充实而有意义的大学生活。

3、心理健康是大学生取得事业成功的坚实心理基础。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、使自己在变幻复杂的社会环境中，作出选择适宜自己角色的正确抉择，敢于面对困难、挫折与挑战，追求更加完美的人格，为事业成功奠定坚实的心理基础。

作为青春的代言人，大学生总洋溢着年轻的活力、充满着狂热的激情，对新奇刺激的大型活动必定会踊跃参与，全程投入。这类的活动必能让主办协会的知名度得到很大的提高，同时也让赞助的商家达到想要的最佳宣传效果，从而大家都得以大丰收。

在这个宣传的黄金月，哪个组织率先策划出极具创意的活动，哪个组织就能在新生中树立良好的公众形象，同样哪个公司能在一个月做最有效的宣传，哪个公司就能树立稳固的校园品牌，更有利地去巩固这一片大市场。本次活动的策划通过了分析讨论，极具权威性。况且本次活动是将会成为最具特色的心理宣传活动、拥有极高的品牌文化，也是本学年的重头戏，因此得到校团委□xx市瓯海区心理学会□xx广播电台□xx都市报等官方组织的高度重视，并给予大力的支持和配合。届时必将能让活动的参与者感到耳目一新，兴奋不已；让赞助商尽情享受投资少回报高的乐趣！

1□xx市瓯海区心理学会是xx权威的心理学会之一，在xx甚至全国都享有盛誉，其广泛的社会覆盖面，以及深远的意义，必将带动石市乃至全国的心理宣传活动。

2□xx广播电台是我市最大的电台之一，是向全国范围播放的节目，24小时全天候播音，收视率在xx电视台名列前茅，且具有广泛的收视群体，因此，对于心理宣传有重要意义。

3□xx医学院是浙江省重点院校之一，在浙江省具有相当知名度，定会受到社会各界人士的关注。

4□xx医学院的学生来源于各地，但和普通公民又不同，其一举一动定会引起人民的注意。

5、学校消费地域集中，针对性强，更适合**行业的巩固与发展，让**及周边产品深入学生群体当中。（**处可写赞助商名称及产品）

6、可次活动可通过电台及广播向全市播报，学生的投稿可在xx都市报发表，以此增大活动的宣传力度及扩大赞助商产品的知名度。

1、 活动总目的：

大学生来源于社会，但又不同于一般社会公民，他们所面临的问题比一般公民更多、更复杂，社会对他们的法律素质要求更高、更严格。这期特殊节目旨在增强在校大学生的心理意识，提高在校大学生的自我保护意识。使大学生真正做到知己、知彼，运用心理知识抵抗不良因素。也可以通过来自五湖四海的大学生将心理知识的宣传落到实处。

通过这次节目可以有效的减少大学生不必要的心理问题，使心理观念深入每一名大学生的心里，并通过此次节目加强大学生的心理意识，提高大学生的自我保护能力。

2、 活动时间： 4月11日~4月28日

3、 活动性质： 一次旨在提高大学生心理意识的公益活动

4、 参加对象： 全体温学生（其它高校亦可参与）及相关教师

5、 宣传方式： 海报（包括商家的兼顾广告），广播，传

单□xx都市报等

大学生心理健康策划书案例篇五

1、为宣传525-大学生心理健康日的主题活动及心健部成立，努力营造积极向上、百花齐放、格调高雅、健康文明的文化氛围，在丰富师生业余文化活动同时加强的精神文明建设，培养大学生的健康心理同时，向全院师生宣传心理健康的重要性。

2、引导以良好、阳光、理智、健康的心态去面对生活中的种种。

□20xx年5月6日--6月5日

1、请各部门要高度重视，根据活动主题和学校活动的安排，积极参与并配合此次活动的举行。

2、加强宣传、营造氛围。充分利用校园媒体(横幅、海报、板报、广播、校园网络等)。营造良好的舆论氛围，以正向宣传为主，强化意识的形成。

3、活动结束后，要广泛征求学生意见、建议，征得反馈信息，以改进本次活动，为下一届活动积累经验。

1、心理健康知识宣传

2、大学生心理健康节活动启动仪式

3、心理电影展播

活动一：心理健康知识宣传(前期)

1、时间：5月25日

2、地点：大学生活动中心

3、内容：心理健康宣传横幅、心理常识和健康简报展

活动二：大学生心理健康节活动启动仪式(中期)

1、时间：5月25日

2、地点：大学上活动中心

3、出席人员：全院师生

4、嘉宾：

5、活动流程：

注：5月6日节目筛选

5月15日四节课前上交伴奏带(暂定t6教室)

5月18日节目表演指导、主持人审核、赛前各部门准备工作

1) 开场手语主题歌

2) 主持人介绍本次活动目的

3) 学校领导致词

4) 学生处领导发言

5) 团委发言

6) 天天天蓝征文颁奖

7) 朋辈优秀心理辅导员颁奖

8) 心理情景剧表演

9) 合唱歌曲《明天会更好》

10) 全体师生放飞系上心愿卡的心型气球预示大学生心理节正式启动

11) 活动结束后同唱明天会更好

活动三：心理电影展播(后期)

1、时间：5月21日--5月25日

2、地点：各班多媒体组织放映

3、将活动情况等发布到心健网，并予以备份

1、宣传方面：

a□前期宣传单200份： $0.5 \times 200 = 100$ 元

b□前期自制海报3张： $5 \times 3 = 15$ 元

c□前期、中期横幅7张： $50 \times 7 = 350$ 元

d□节目单10张： $0.5 \times 10 = 5$ 元

e□邀请函10张： $2 \times 10 = 20$ 元

f:备用制作海报、宣传组刊的用具(纸张、颜料、画笔)50元

2、活动方面：

a□搭台、音响、背景印制

b□嘉宾饮用水一件：30元

c□表演者的奖品若干：300元

d□氢气心形气球(欢庆心健部成立必用)10包：200元

f□备用资金：300元

- 1、领导变更应急方案：如若临场有突发事件，未能按原计划到达直接通知主持负责人进行更改。
- 2、设备应急方案：如若临场出现话筒失灵，有备用活筒跟进。
- 3、节目应急方案：台上一个节目表演时，其后两个节目在后台准备。

大学生心理健康策划书案例篇六

倾听·互助·成长

以班级为单位，每班报送1-2个心理情景剧剧目参赛(大一大二每班必须出一个剧目，欢迎其他年级积极参加)。

- 1、作品内容必须积极向上，有一定的思想内涵和艺术性，紧密联系校园生活实际，真实反映大学生的心路历程，营造一种关注心理健康、懂得心理健康、重视心理健康的氛围；剧情能深刻、充分反映角色内在的心理冲突和心理协调过程，引导学生学会调节自己的心理困扰。
- 2、情景剧演出所需道具、服装自备，如需要音乐□ppt等的应提前准备。
- 3、每个参赛作品的表演时间须严格控制在10-15分钟。

报名时间：月日(请各班班长将“附2”于月日17:00前将电子报名表发送至邮箱：)

比赛时间：初赛：月7日-8日

复赛：月14日-1日

决赛：月2日(如有变动另行通知)

本次大赛共设6个奖项，包括一等奖、二等奖、三等奖、最佳男主角、最佳女主角、最佳剧本奖，获奖班级将颁发证书和奖杯。同时，晋级前六强的班级将有机会代表全校参加泰州市高校举行的情景剧比赛。

心理情景剧要求：

音乐剧，话剧，小品

二、节目要求：

- 1、节目主题突出(节目时间严格控制在1分钟以内)
- 2、鼓励自编自导自演
- 3、尽量减少舞台背景转换，道具自备
- 4、节目新颖，有意义，有亮点，出彩

使用普通话对白，注意控制语速(特殊剧本要求除外)

三、主题要求：

如：

- 1、人际交往人际困难(家长，老师，同学，学会拒绝的方面)

- 2、学习与考试，学业困扰
- 3、择业与就业问题，就业压力(人生价值观)
- 4、恋爱问题，情感纠葛
- 5、网络问题，网络成瘾
- 6、适应大学生生活环境问题
- 7、情绪问题
- 8、珍惜生命

四、表演要求：

表演自然流畅，演员间配合默契；充分表现人物的心理冲突，生动刻画心理问题；简洁明了，在规定时间内完成。

五舞台背景要求：

可自主布置道具、背景音乐，要求准备ppt□衬托该剧主题。

心理情景剧评分细则

本次比赛评分采取满分100分制。

(一)表演内容(0分)

主题明确，能反应当代大学生的心理世界、情感空间以及心路历程(20分)

原创作品(10分)

(二)语言表现(20分)

角色性格鲜明，富有感情，有感染力(1分)

脱稿并熟练表演(分)

(三)表演能力(20分)

表演自然不拘谨，体态大方得体，台风端正(10分)

演员配合默契，舞台结构分明，音乐背景使用恰当(10分)

(四)受欢迎程度(20分)

后援团人数一定，有明显的标志，方便评委打分(10分)

除去后援团的其他观众，对该剧的支持度和现场气氛(10分)

(五)创意(10分)

道具运用得当，表演有创意(10分)

大学生心理健康策划书案例篇七

为了提高大学生对于心理健康的关注，加强心理知识的普及程度，大学生心理健康教育中心决定组织校园心理情景剧大赛，现将具体事宜通知如下：

倾听·互助·成长

以班级为单位，每班报送1-2个心理情景剧剧目参赛（大一大二每班必须出一个剧目，欢迎其他年级积极参加）。

1、作品内容必须积极向上，有一定的思想内涵和艺术性，紧密联系校园生活实际，真实反映大学生的心路历程，营造一种关注心理健康、懂得心理健康、重视心理健康的氛围；剧情能深刻、充分反映角色内在的心理冲突和心理协调过程，

引导学生学会调节自己的心理困扰。

2、情景剧演出所需道具、服装自备，如需要音乐□ppt等的应提前准备。

3、每个参赛作品的表演时间须严格控制在10-1分钟。

报名时间□x月x日（请各班班长将“附2”于x月x日17：00前将电子报名表发送至邮箱：）

比赛时间：初赛□x月x日-x日

复赛□x月x日-x日

决赛□x月x日（如有变动另行通知）

本次大赛共设6个奖项，包括一等奖、二等奖、三等奖、最佳男主角、最佳女主角、最佳剧本奖，获奖班级将颁发证书和奖杯。同时，晋级前六强的班级将有机会代表全校参加泰州市高校举行的情景剧比赛。

音乐剧，话剧，小品

1、节目主题突出(节目时间严格控制在1分钟以内)。

2、鼓励自编自导自演。

3、尽量减少舞台背景的`转换,道具自备。

4、节目新颖,有意义,有亮点,出彩。

5、使用普通话对白,注意控制语速(特殊剧本要求除外)。

与校园生活相关，围绕大学生突现的心理问题；内容必须积

极向上，倡导大学生积极健康的心理卫生，引导学生自觉抵制和克服不良心理行为。内容要求为大学生日常生活、学习、工作、人际交往等方面所折射的心理现象。

如：

- 1、人际交往人际困难(家长, 老师, 同学, 学会拒绝的方面)。
- 2、学习与考试，学业困扰。
- 3、择业与就业问题，就业压力(人生价值观)。
- 4、恋爱问题，情感纠葛。
- 5、网络问题，网络成瘾。
- 6、适应大学生生活环境问题。
- 7、情绪问题。
- 8、珍惜生命。

表演自然流畅，演员间配合默契；充分表现人物的心理冲突，生动刻画心理问题；简洁明了，在规定时间内完成。

可自主布置道具、背景音乐，要求准备ppt□衬托该剧主题。

心理情景剧评分细则

本次比赛评分采取满分100分制。

（一）表演内容（0分）

主题明确，能反应当代大学生的心理世界、情感空间以及心路历程（20分）

原创作品（10分）

（二）语言表现（20分）

角色性格鲜明，富有感情，有感染力（1分）

脱稿并熟练表演（分）

（三）表演能力（20分）

表演自然不拘谨，体态大方得体，台风端正（10分）

演员配合默契，舞台结构分明，音乐背景使用恰当（10分）

（四）受欢迎程度（20分）

后援团人数一定，有明显的标志，方便评委打分（10分）

除去后援团的其他观众，对该剧的支持度和现场气氛（10分）

（五）创意（10分）

道具运用得当，表演有创意（10分）

大学生心理健康策划书案例篇八

活动名称：

525大学生心理健康文化节

活动主题：

关爱你我他，从心做起

活动目的：

在社会飞速进步的同时，人们的压力与日俱增，在今天的大学校园心理问题一直困扰着一部分学生，他们需要给予我们关怀和帮助，而5.25谐音“我爱我”心理健康日，为我们提供很好的平台去关注你我，关注他人。

一、主要活动：

1. 5.25宣传月的开幕式具体内容：

1、开幕式1. 由心理咨询老师以及学校相关领导带领大家参加，另外还有外校的心理协会的代表也参加。5.25宣传月的开幕式剪彩签名活动，请心理咨询老师发表关于5.25相关内容的讲话，号召广大同学关注心理。

2、本次活动承办者（大学生心理协会）制作板块有协会及心理咨询室从开办以来的活动ppt（主持人讲解）

3、由老师带领大家进行签名（格言、感言、箴言）

二、心理文化廊：

2. 心灵手抄报

三、重要板块：

1. 常见的心理问题及解决方法

2. 给心灵洗个澡（心灵故事以及感言）

3. 趣味测试（心理测试）

4. 休闲广场（饮食、脑筋急转弯、经典语句、笑话、智力题）

5. 征稿：“心灵故事”——把你心中的故事以书面的形式给我们，我们将在下期的心灵手抄报中提供几个帮助你解决问题

题的方法（心理咨询老师）

6. 心理宣传单：宣传心理咨询室心灵故事征稿和洗净能力宣传单与心灵手抄报同时进行

四、心灵手语比赛：

与广大高校心理协会联盟，促进各兄弟院校的感情四. 呼唤心灵之旅——孤儿院之行五. 5. 25宣传月闭幕式。

大学生心理健康策划书案例篇九

携手你我，关注健康，让心灵充满阳光

二、活动目的

作为即将进入大四年级的学生，更是面临着学业、就业等多方面的压力，如果不能很好地应对这些压力，及时释放心中的不良情绪，很可能出现各种不良后果。所以希望本次活动让更多大学生了解心理健康实质，培养大学生正确的心理健康观，。通过这次活动，丰富校园文化，丰富学生课余生活，给更广大的学生创造一个锻炼的舞台！

三、主办单位

安徽农业大学经济技术学院(经开校区)学生处

四、协办单位

院学生会、08法学专业

五、活动对象

08级七个专业全体学生

六、活动地点

经开校区

七、活动时间

待定

八、活动可行性分析

(1)随着社会的不断发展心理健康已经越来越受到人们的重视，开展大学生心理健康教育

宣传活动时加强和改进学生思想教育的重要举措，是提高大学生心理健康教育和了解在校学生心理现状的重要途径，是集中普及心理健康教育的重要方式。

(2)现在大学生性格多样化，面对日益复杂的的社会关系，难免会有这样或是那样的问题产生，开展心理健康教育宣传这积极有意义的活动对正确引导学生正确看待心理问题有一定的作用。

(3)本次活动形式多样，宣传时间长，少花销，效果明显的特点，而且很有实际的意义。

九、活动具体安排

心理健康系列活动之一：心理健康讲座

时间：待定

地点：院大学生活动中心(暂定)

参加人员：08级各专业代表(每专业不少于40人)

心理健康系列活动二：心理健康知识教育宣传

具体宣传方式、时间：

(1) (时间待定)以宣传海报的方式张贴“安徽农业大学经济技术学院(经开校区)首届5.25大学生心理健康宣传活动倡议书”

(2) (时间待定)以“5.25—我爱我，我爱我的大学生活”为主题出一期宣传海报。

(3) (时间待定)期间出一期以“关爱健康、呵护心灵、从我做起”为主题的心理健康宣传海报。

(4) 出三条横幅，标语分别为

“5.25—我爱我，我爱我的大学生活”

“幸福源自心灵，理想来自信念，成功始于坚持”

“关注心理健康，构建和谐校园”

将这些标语分别挂与一教、二教前面显眼的地方和校门口。

(注：系列活动一、二同时进行。)

心理健康活动之三：“心灵与和谐共舞 青春与梦想齐飞” 心理健康主题班会

1、活动主题

心灵与和谐共舞 青春与梦想齐飞

2、活动时间

待定

3、活动形式

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)。

4、活动内容

- (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) 世事洞明皆学问——沟通从心开始
- (6) 走出迷惘，树立目标——大学生生涯规划及能力发展

5、活动要求

各专业认真填写《心理健康主题班会总结表》，此表于(时间待定)连同活动照片一并上交学生处存档。

心理健康系列活动四：“进一步加强班级心理委员队伍建设”金点子征集规程

1、征集主题：进一步加强班级心理委员队伍建设

2、征集目的：加强班级心理委员队伍的力量，充分发挥班级心理委员的作用，让更多的学生了解和知道心理委员的工作。使我院心理健康工作水平能上一个新台阶。

3、征集要求

(1)请大家围绕主题，结合我院班级心理委员这支队伍的建设如何建设开展建言献策。

(2)应征计策应言简意赅，主题方案文字不超过100字，可附500字以内的方案说明。

(3)方案应结合我院实际，具有可操作性，切忌空谈。

(4)内容应包括什么是心理委员，心理委员的主要工作和职责已经应该怎样开展工作说说自己的观点。

(5)所有征集方案电子稿于(时间待定)统一交至学生处(在稿件后面注明联系方式包括姓名、年级、联系电话)。

十、“5.25”心理健康宣传活动总结表彰大会

时间：待定

地点：待定

主要参加人员：待定

会议主要内容：

(1)对5.25活动开展的总结。

(2)对活动开展有重要贡献的人员进行表彰。

(3)对在活动中表现突出的专业班级进行表彰并派发奖品。

经费开支：另算

注意事项：

(1) 希望各专业辅导员积极配合，以便顺利地开展本次活动。

(2) 在活动过程中一切遵守学院规章制度，按程序办事。

(3) 活动遵循保密性原则，尊重他人的隐私。

(4) 活动如果遇到不可遇见的事情不能正常进行时活动将改期进行，具体情况等待通知。

一. 活动背景

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。

二. 活动宗旨

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。

三. 策划主办单位：学院心理协会

赞助单位：

四. 活动时间□xx年5月25日

五. 活动地点：学院校区

六. 活动对象：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。

七. 活动目的:

- 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。

八. 活动主题

(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