

# 最新八段锦简报(模板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。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？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。

## 八段锦简报篇一

随着我校心理素质教育的发展，同学们的心理健康意识逐步提高，大家更关心自己心理素质的健康。为了进一步提高同学们的心理素质，20xx级临床乙班于20xx年xx月xx日下午7、8节课在第二教学楼2503教室举办了关注大学生心理健康、说说咱们身边事的“心理健康交流会”，活动在热烈高涨的欢快气氛中圆满结束。

本次心理健康交流会以解决本班同学的心理困惑为中心，将自我成长、关爱他人、责任在我等理念融入到活动当中；拟以“人际关系处理不当”、“彷徨，不知所措”、“恋爱的烦恼”、“自卑”、“如何减压”5个不同的专题展开了活动，以讲解、现场测试、小组活动、心理视频、心理咨询在我校等形式帮助同学认识自我、认识他人、认识社会，开发自我的潜能，提升自信，充分了解、认识到自己的价值观，以获得个人的更好发展。

本次交流会不再局限于仅为个别同学服务，而是把服务范围扩大到全班同学，以致全校同学，进行多方位、多渠道的心理健康知识宣传，提高更多同学的心理健康意识，增进同学的实践能力，促进自我成长。

### 1、讲解

在讲座活动中，由本班受过特殊心理健康培训的刘俊同学为大家

进行了“心理健康辅导”的讲解□xx同学从多方面向大家介绍了心理健康调节等方面的影响人生成功的因素，并为同学们指出了人生成功的条件及方向；刘俊同学从大家熟知的、广为传颂的一些常识中解释了心理问题的症结及其具体表现；心理能力的差异及其对现实生活的不同影响，让同学们看到了心理健康的重要性，澄清了同学当中认为有心理疾病的人才去看心理医生等问题的误区，在讲解中，同学们踊跃发言，积极参与，活动气氛异常高涨。

## 2、小组活动

由本班80名同学积极参加，主要通过心理游戏、心理测试等互动式活动来带领同学探索自我、认识自我、接纳自我，在短短的两节课的时段里，主持人带领80位同学在一定程度上，感悟人生、汲取真谛，沿着成长的脚印一步一步的体会人生百味，在对过去苦楚的咀嚼中，对现在的感受中，对未来的畅想中得到了成长，在不经意间“长大”在参与同学的心中轻轻划过，两天内进出教室的心情变了，他们觉得学会了面对成长，面对以后的责任。本班班长梁崧激动地说：“从中，我体会到了心理健康的重要性，以后我一定会用更多关于心理学的更加科学的方式去管理班级，更好的为大家服务，以使大家有更好的发展。”同学们说通过这次活动增加了对心理学及心理健康的认识，觉得很有用，有同学甚至表示今后要考心理学方面的研究生。

本次交流会除了保留既往深受同学欢迎的一些活动如讲解，现场测试，心理视频等，还增加了多个利于身心发展的小游戏；同时还遵循心理活动的规律，灵活掌握活动的组织形式，在活动中根据需要对活动对进行灵活调整，如在小组活动中，主持人会根据参与对象对内容进行调整，以满足参与对象的需要，也得到了参与人员的好评。

## 1、现场心理测试

本次交流会在学校本部举办了现场心理测试，于是同学们参与的热情都非常高，有80人次进行了心理抑郁的测试；同学们的问题主次活动，同学们对心理测量的认识及接纳程度明显增加，更加认识到科学心理测量的重要性。

## 2。心理视频

纷纷反映通过放映心理视频这种形式来了解心理学常识更直观、更通俗、更有趣，印象也更深刻，大家都嫌3部短片太少了，希望以后增加放映场数。

## 3。心理游戏

“有错你就说”活动后，大家纷纷反映方位辨别能力更加强了，与此同时，更加敢于直面自己的错误并及时承认错误。

同学们反映这次交流会举办得很好，他们觉得参加活动不但对心理学知识有了新的认识、感受到了温暖、找到了归属，而且在一定程度上，还学会了提升自信心、解决了学习压力、情绪压力、人际交往失败、恋爱烦恼、环境适应问题、就业问题等，懂得了人际交往的原则和技巧，他们希望这样的活动继续举办。

我们深刻认识到团队力量的重要性，大家互相协助的必要性，

继续深入学习的必要性。我们一定会从中汲取经验，以期待在以后的学习机工作中做的更好，为大家贡献自己的绵薄之力。

本次活动得到了基础医学院田书记、卢老师的指导与帮助，班长及其他班委的大力协助。在此，对他们深表谢意！

## 八段锦简报篇二

5月25日是全国大学生心理健康日，“525”的谐音为“我爱我”，提醒大学生“珍惜生命，关爱自己”。核心内容是：关爱自我，了解自我，接纳自己，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。

做为一名优秀的大学生，不但要拥有顽强拼搏的精神和较强的专业技术，更重要的是有一个健康的心理。在竞争力如此之大的现在社会，因就业难、前程不明朗和竞争压力等等原因下大学生中患忧郁症、夸大妄想症等精神疾病的患病率正在猛增，引发轰动社会的事件多的不胜数，杀人、自杀、迫害等罪错屡有发生，社会学家和有关专家也已经注意到了这些问题，所以大学生心理健康教育工作在各大高校都不可忽视。因此，为贯彻落实学校精神，为迎接“5.25”全国大学生心理健康日，进一步加强我校的心理健康教育工作，紧扣学生实际，倡导传递心灵正能量，营造健康和谐的校园氛围，引导同学们传递心灵正能量，让大家在班会活动中更新观念，反思自身，增进友谊，在互动中实现思想与情感的提升，增强自身心灵正能量及人际交往的能力，提升心理健康水平，充分营造团结友爱、奋发向上、健康和谐的班级氛围，依照策划，我们班顺利开展了以“和谐人际，沟通你我他”为主题的心理健康教育主题班会。其中同学们都积极参与，班主任也起到了主导作用。

现将心理健康教育主题班会总结如下：我们的此次班会由班长主持，是以师生互动、观看相关视频、游戏互动、心理测试、同学发表看法等形式来展开的。

观看完关于近期高校大学生出现的一些因心理问题和不和谐的人际关系所导致的各种案例的相关报道之后，同学们纷纷发表了各自的看法。接着主持人根据视频内容向同学们提出怎样衡量心理健康，然后一起交流并学习了衡量心理健康的标准。

有的同学认为如果在人际交往时出现问题，可以通过向同学、朋友、老师、父母等倾诉自己的心声，倾听他们的意见。其实，最好的医生还是自己，自己如果能调整心理状态，主动与他人沟通交流，这样效果最好！

当进入到第七个流程时，即游戏环节，教室里立刻沸腾起来，同学们迫切地想参与游戏，待班长宣读完第一个游戏规则后，大家争先恐后地举起手来。就拿“口传悄悄话”这一游戏来讲吧，在游戏开始前，两个小组的同学的脸上都呈现出认真激动的表情，都在期待着会被同伴告知什么悄悄话；游戏过程中，两个小组都井然有序地传悄悄话，各个小组的同学都很积极配合，最后，班主任所在的小组赢得了本次游戏。过后，班长告知大家这一游戏的目的是为了了解真相是如何变成假象的，了解传播的途径越长，失真就大。所以与人交往时，如果想知道实情，一定不要道听途说；传播和接收信息的人都有责任保证信息准确。

游戏一：合力吹气球

游戏二：口传悄悄话

心理小测试

游戏环节过后，紧接着的是班会的第八项流程，全班同学在班长的带领下一起做了趣味心理测试，这个测试在给大家带来欢乐的同时，也使得同学们学到从不同角度来了解、分析自己。通过以上诸多流程，班长再次强调了心理健康对于当代大学生的重要性，并与全体同学一起交流、学习了人际关系的原则、技巧及秘诀，在此环节中，同学们受益匪浅。

通过开展本次班会，提高了我班学生的心理健康知识水平，增强了心理保健

意识，懂得了如何进行人际交往，建立和谐的人际关系，同

时在班级里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，让更多的人对心理健康引起足够重视。心理的健康很重要，一个人生理健康和心理健康都是很重要的，就是怕你在不断的生活中失去了方向，这样才是导致事情悲剧发生的最根本，我们一定要调整好自己的心理，使自己能够做到最好！

最后，全班同学及班主任一起合唱《让世界充满爱》，本次班会在我们的欢笑与温馨的歌声中结束，回顾整个过程，我们相信开展本次班会是具有重要意义的，同时希望同学们在今后的学生工作中，友善的与人相处，发展和谐的人际关系，营造一个团结友爱，奋发向上，健康和谐的班集体。

## 八段锦简报篇三

为了进一步加强小学生心理健康教育工作，全面提高全体学生的心理素质和心理健康水平，营造积极向上的健康和谐的校园文化氛围，招远市xx镇xx学校多举措加强学生心理健康教育。

一是开展团体心理健康辅导课与“知心屋”相结合，解决学生心理问题。xx学校结合本校教育教学实际情况，开设心理健康教育课，加强专题教育，向小学生普及各种心理健康知识，引导他们自测、自控、自我调节。

二是积极加强与家长的沟通联系，防患于未然。学校及时与学生、与家长沟通联系，联合社会各方力量积极预防和解决学生心理行为问题。

三是积极开展各项心理活动，强化学生的心理素质。通过召开主题班会、举办校园心理剧展演、开通校园心理咨询室等形式对学生开展心理健康教育，提升环境育人功能。四是做好对心理辅导室的管理和使用，引导学生正确认识自我，提高心理自愈能力，培养学生健全的人格和良好的个性心理品

质。

活动开展以来，促进了学生心理的健康成长，让全体同学在这个团结友爱的大家庭中更健康、快乐地成长！

## 八段锦简报篇四

为贯彻落实中共中央文件，落实学校今年学生工作要点，在学工处和校团委的领导下，物流工程学院认真地组织和落实了本次活动，起到了宣传和普及心理知识的作用，增强了广大学生的心理素质，达到了预期的目的和效果，取得了圆满成功。现对我院第四届“心灵之路”心理健康教育月活动作一小结。

一、学院领导非常重视这次活动，按照学校的规定和要求，在学院领导和老师的关心和指导下，学院心理协会精心地组织了这次活动，按时地向学工部心理健康教育中心上报了活动的详细活动计划，顺利完成了前期准备工作。

二、4月10日晚，按照预定计划准时地组织和开展了学生寝室座谈活动。在活动中，每个寝室的活动开展时间均未少于60分钟，在活动结束后，每个寝室也都写了一篇以“寝室友谊之心灵感悟”为主题的总结文章，按时上交到学院心理协会。本次活动得到了老师的大力支持和同学们的积极配合，学工办主任郑贤俊老师亲临现场指导工作，与同学们一起交心谈心，气氛融洽，收到了良好效果。

三、4月15日，学院心协对此次寝室座谈活动作了详细的总结。

四、5月1日，关于寝室友谊座谈的心灵感悟文章已全部交齐，已于5月9日前上交给学院学工办留存备查，且从中选取了10篇优秀作品准备参加学校“寝室友谊之心灵感悟”的征文比赛活动。各班“心灵之声”手抄报活动也已开展完毕，每班一份的手抄报已全部如数按时上交学院学工办留存备查，经

过学院评选，选取了其中的6份优秀作品，参加学校的评比，学院准备报送学校参加比赛。

五、5月13日整个活动开展完毕，学院心协对此次活动作了认真地交流和总结，对活动中做得比较好的进行了表扬，对活动中做得还不够好的地方进行了认真的总结，收到了良好的效果。通过这次心灵与心灵的碰撞和交流，同学们一致认为，同学之间应该多交流、多沟通，只要大家之间能够坦诚相见，互谅互让，就没有化解不了的隔阂和矛盾，只要大家能够彼此相互关心，相互帮助，相互学习，取长补短，我们就能够认识缺点和不足，建设一个团结战斗的班集体，校风和学风就能够根本好转。

物流工程学院心理协会

20xx年5月12日

## 八段锦简报篇五

孩子的健康关系到我们每一个教育工作者，从小就预防和减少儿童口腔疾病发生，培养少先队员的自我保护意识，是我们本次活动的目的。通过一周活动的开展，我们深刻地感受到孩子自身所发生的一种变化，一种良好行为习惯的养成，一种口腔健康行为习惯的理念的一种形成，所以说，我们的这次活动是成功的。下面就具体活动进行简要总结：

20xx年10月，区教育局组织学校保健教师进行口腔卫生保健培训，并分发高露洁公司的“儿童健康套装”教学材料，我回校后就本项工作向领导小组汇报，并负责定出了学校的实施计划，组织了一年级健康教育教师的专题培训，就如何开展口腔与个人卫生健康教育授课问题组织了集体备课。学习了vcd上的“口腔健康教育示范课”以后，各班教师随即按计划开展了本次活动。

本校一年级共有4个班，在10月份先后利用健康教育课时间，上了口腔或个人卫生健康教育课一节，并向所有学生发放了“儿童健康套装”。各班分别以牙防五步曲和卫生四部曲为重点，通过多种形式，开展了活动。利用牙模和牙刷做了正确刷牙方法的示范，让学生识记并实施到生活中去。利用“卫生四步曲”和“洗手方法歌”挂图，让学生学会了正确的洗手方法，建立了良好的个人卫生习惯。结合“聪聪王子牙防历险记”和“除菌小勇士”的vcd进行了授课。课堂教学效果良好，学生兴趣浓厚，积极性很高。

课后，教师通过联系本班学生，要求学生和家长在二周内完成家庭作业，并在联系本上签回条，了解学生回家后的表现，收集家长反馈意见。对作业完成得好的学生给与表扬，并发给奖票或奖章，鼓励学生坚持不懈，养成良好的口腔及个人卫生习惯。

学校保健教师还在全校进行了“健康自信、笑容传中国”的广播讲座，并办了一期“口腔、个人卫生健康教育”专刊，还将本次活动的情况在校园网上进行了发布，收到了良好的促进作用。

## 八段锦简报篇六

20xx年5月份心理健康月系列活动，在教育院校领导的支持和专业老师的指导下圆满结束了，教育学院大学生咨询中心及属下七彩阳光心理协会通过举办一系列丰富多彩的活动，来引导大学生树立正确的心理健康观念，提高大学生的心理健康意识。

再继壹心理主办的“爱自己爱出色”人人网红视频征集大赛后，充分调动了我校学生的积极性，在接下来的微笑征集大赛中，每班的心理委员充分发动本班学生，参与活动比赛，在与我们分享微笑照片的同时，自己也更加理解到微笑让人更有魅力，另外，也纷纷在“微笑，让生活更美好”的宣传

横幅上展现自己的个性签名；通过不同的角度的宣传和参与，让他们更加了解到给微笑让我们的生活变得更简单、更快乐。通过微笑征集大赛活动，在为学生创造一个良好的校园氛围的同时，也更好为同学们的人际交往提供服务。

525，我爱我，在心灵寄语中，同学们随意书写着自己的忧伤与快乐，温馨的心灵寄语中，满载着他们对朋友、对自己的祝福和心愿；最美的情话写给自己听，让我们去聆听自己内心深处的声音。从而看到自己的生活状态，有目的的进行合理调整；明信片返还活动中，写给一年后的自己，在收到明信片的同时，更多的是惊喜和感悟，通过这次活动，让她们看到自己一年的进步和改变，有更多的信心，去面对未知的未来。

525心理健康月大型活动展中，我们结合放下手机的主题，让同学们放下手机，走向操场的同时，更好的来参与我们心理健康月活动中。另外在进口外，通过一分钟心理学趣味内容展的展示，意象火柴、笔迹分析、沙盘的摊位，都让我们更好的了解生活中的心理学，让心理学更加接近同学们的生活，从而让她们无论从生理还是心理上，都能够更健康的成长。

总之，通过开展“大学生心理健康月”的系列活动，进一步深化了教育学院大学生心理健康教育工作，促进了大学生形成良好心态，从而健康成长的生活状态。同时，通过形式多样，丰富多彩的心理健康教育宣传活动，提高全院师生对心理健康教育重要性的认识，普及了心理健康教育知识，提高了学生心理素质。

## 八段锦简报篇七

5月18日下午，我校邀请省教科所教育专家和兰州电视台少儿频道《天天教育》栏目组专家，在学校会议室给全体班主任和部分做了《教育艺术的心理原理》的讲座。

下午2时30分，30多位班主任和几十位非班主任老师仔细聆听了省教科所何宝平主任的报告。何主任从“心情感觉类”、“个人行为类”、“应用方法类”三个方面给大家分享了37个著名的心理学效应。何主任每讲到一个效应，都能拿鲜活的实例来帮助各位老师从理性到感性，再从感性到理性有深入的理解和体验。

主题分享结束后，老师们从工作实际出发提了好多问题，诸如有学生经常睡觉不听课还顶撞老师、不服从管理的学生如何处理的问题、学生反复撒谎的问题、手机依赖、上课回答声音很小的问题等等。

就这些问题，何主任一一做了耐心细致的解答。其间何主任特别强调发展学生社团的重要性。

这些讨论引起了很多老师更加深入的思考，大家讨论的热情很高，不知不觉两个多小时过去了。

通过这次培训，大家不仅思考了很多理论问题，还掌握了很多实用的方法，更重要的是对心理健康教育的重视程度提高了。

## 八段锦简报篇八

20xx年四季度我社区在星沙街道党工委、办事处的正确领导下，经过全体干部的共同努力，全民健康教育和除害防病工作不断巩固，卫生管理工作的经常化、制度化、规范化、科学化发展水平不断提高，辖区内卫生面貌和绿化、美化工作有了很大的改观，现将我社区20xx年四年度巩固创卫工作总结如下：

### 一、积极响应号召，广泛宣传

我社区的爱国卫生活动季度以“全民动手”为主，广泛动员

全体干部职工参与治理环境脏乱差，重点清除死角、垃圾池周围、办公地的公共厕所、公共场所等地进行全面彻底地除四害活动，防止疾病传播，保障了人体健康，促进两个文明建设，我社区利用广播电视台资源以拉底字幕的形式宣传卫生月标语和爱卫条例。如“迎峰会、讲卫生、促健康”，“动员起来，讲究卫生，减少疾病，提高健康水平”，“人人参与爱国卫生月活动”，“全民动手，创建卫生城镇”等标语进行反复宣传，激发广大市民的城市荣誉感，促使群众爱护城市环境，自觉做到不乱扔、乱倒、乱吐、乱画、乱张贴，提高全民爱卫意识。从而营造人人爱卫生、讲卫生，人人爱垫江，人人争光的良好氛围。

## 二、抓环境卫生制度管理

1、制定了卫生管理制度，落实责任，进行定期检查，我社区在年初制定了爱国卫生工作意见，并成立了领导小组，主要领导全面负责，分管领导具体抓爱卫工作，社区、台、网各科、股、室具体负责各办公室及门前的卫生工作，专职清洁工负责公共场所等的清洁卫生，并进行了社区办公室组织定期和不定期检查，保证了全社区清洁卫生工作有人管，有具体的人员做，保持社区的良好环境。

2、有开展爱国卫生活动的经费投入，积极参与辖区爱卫会组织的活动。我社区安排一定的经费投入开展爱国卫生活动月，保证了宣传月活动的顺利开展，积极参与爱国卫生活动月的活动。发动群众组织开展创建卫生城市、卫生县活动，促进文明城市建设，深入开展健康教育活动，提高公民健康意识和自我保健能力，树立社会卫生观念。

## 三、深入开展爱卫工作

1、我社区以冬季灭鼠为重点，开展了在全社区范围内统一灭鼠活动。购灭鼠药100斤，按照《长沙市统一灭鼠活动技术方案(试行)附件》要求实施灭鼠活动，采取科学灭鼠投药程序，

确保使用安全，使灭鼠工作在我社区范围内取得了较好的实效。

2、在重点灭鼠的同时，开展了春季灭蚊、灭蝇活动，有效地预防了疾病的发生和流行。

3、认真贯彻《公共场所禁止吸烟规定》。开展了“世界无烟日”活动，认真开展了《公共场所禁止吸烟规定》。

我社区在活动中，虽然取得了一定的成绩，但也存在一些不足。今后，我社区将要加大爱卫工作力度，进一步实干，争取在工作效率和工作质量上取得更大的成绩，更好地宣传爱卫工作和开展社区爱卫工作，为全县的经济发展服务，为全县人民的身体健康水平做出我们应有的贡献。