

# 2023年心理健康的教育倡议书(精选8篇)

发言稿要求语言简练、条理清晰，能够引起听众的兴趣并激发共鸣。在编写发言稿时，我们应该围绕主题展开，突出重点，避免内容过于冗长和琐碎。这里有几篇颇具影响力的演讲稿，其中表达出了许多深刻的观点和思考。

## 心理健康的教育倡议书篇一

各位家长：

孩子是祖国的未来，民族的希望，天下父母无不望子成龙，望女成凤。各位家长在关心孩子的生活及学习的同时，是否关心过孩子们的心灵和情感，可曾关注过孩子的心理健康？心理健康是指个体认知正常，情感协调，意志健全，个性完整和适应良好，能够充分发挥自身的最大潜能，以适应生活、学习、工作和社会环境的发展变化需要的一种高效、持续、良好的心理状态。据有关研究表明：目前我国有心理和行为问题的小学生约为13%，初中生约为15%，高中生约为19%，其中九成孩子心理问题与家长教育教养方式直接相关。

向学生家长发出倡议：

- 1、树立科学的成才观。当前，很多家庭教养方式存在误区：重身体素质的培养，轻心理素质培育；重智力开发，轻非智力因素培养；重知识传授，轻能力培养，把考试分数当成衡量孩子成才的唯一标准，这种成才观对孩子人格的形成将产生巨大的消极影响。
- 2、营造和谐的家庭氛围。家是孩子成长的港湾、精神的家园，父母的工作和生活无论有多大的压力和烦恼，都不应该把情绪转嫁给孩子，要多关注孩子的情绪变化，主动和孩子交流和沟通，做孩子的“暖心被”。

3、丰富孩子的社会交往。交往与沟通、分享与合作是孩子生存和发展所必需的品质。作为家长，要创造条件和机会，鼓励孩子参加心育活动和丰富多彩的社会活动，让孩子在活动中释放消极的情绪，培养自信心，发展兴趣爱好，提升交往能力，丰富他们的内心世界，塑造健全完美的人格。

4、培养孩子与人为善、乐观向上、追求卓越的`心理品质。与人为善就会光明磊落，乐观向上才能执着奋斗。作为父母，要用积极的思维方式，去发现和欣赏孩子身上的闪光点，培养孩子阳光的心态，谁为孩子塑造了一个健康美好的心灵，谁就为孩子铺就了一条幸福之路。

各位家长，孩子在青少年时期可塑性很大，是人格发展的关键期，关注孩子的心理健康是每一位父母的必修课。幸福成长，从“心”启航，愿我们多一份理解，多一份沟通，多一份关爱，携手托起孩子幸福的明天。

倡议人□xx

时间□xx年xx月xx日

## 心理健康的教育倡议书篇二

亲爱的同学们：

5·25是大学生心理健康日，这个节日是1992年由世界精神病学协会发起，并于xxx年时由北京师范大学心理系团总支、学生会倡议，十多所高校积极响应，并经有关部门批准后成立的专属于大学生的节日。

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，更要做到关爱自我，了解自我，接纳自我。然而，许多在校大学生因缺乏对心理健康知识的了解，进而对自己存在的心理问题也缺乏深层次的认知。所

以心理健康节的宗旨便是提醒广大学生要珍惜生命，关爱自己，把握每一次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。

为了进一步普及心理健康知识，帮助同学们正确地认识自我，了解自身存在的问题，形成正确的心理健康观念，引导学生快乐学习、快乐生活、快乐成长。为此，我们向全校师生倡议：

给心灵多一份关注——在人生的旅途中，我们需要不断审视自我、完善自我，才能拥有纯净的心灵、美好的人生。一本好书，一首好歌，一部好电影……让我们用心去挖掘心灵深处的感动与震撼，为我们指点出一种积极的人生态度。

给生命多一点关爱——爱在左，情在右，行走在生命的两旁，随时播种，随时开花，菁菁校园，青葱岁月，我们相伴同行，畅诉衷肠，分担痛苦，分享幸福，用我们彼此的爱心浇灌生命之花，弥散花的芬芳，绽放青春的亮丽。

给自己多一些勇气——勇敢地面对自己，面对他人，敞开心扉，让心理健康教育的阳光洒满你的心灵，带你拨云见日，赶走心灵的阴霾，迎接灿烂的生活。

自xxxx年承德医学院心理学系举办第一届心理健康节以来，“5·25”已经陪着承医莘莘学子走过了7个春秋□xx年5月25日即将到来之际，我们将利用所学到的心理健康知识，奉献我们的一腔热情来引领全校师生体验一次“心灵之旅”。让我们相约5·25，伸出温暖之手，让我们的校园充满爱，让我们的生活处处开满真、善、美的花朵。

倡议人□xx

时间□xx年x月x日

## 心理健康的教育倡议书篇三

亲爱的同学们：

5·25是大学生心理健康日，这个节日是1992年由世界精神病学协会发起，并于20xx年时由北京师范大学心理系团总支、学生会倡议，十多所高校积极响应，并经有关部门批准后成立的专属于大学生的节日。

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，更要做到关爱自我，了解自我，接纳自我。然而，许多在校大学生因缺乏对心理健康知识的了解，进而对自己存在的心理问题也缺乏深层次的认知。所以心理健康节的宗旨便是提醒广大学生要珍惜生命，关爱自己，把握每一次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。

为了进一步普及心理健康知识，帮助同学们正确地认识自我，了解自身存在的问题，形成正确的心理健康观念，引导学生快乐学习、快乐生活、快乐成长。为此，我们向全校师生倡议：

给心灵多一份关注——在人生的旅途中，我们需要不断审视自我、完善自我，才能拥有纯净的心灵、美好的人生。一本好书，一首好歌，一部好电影……让我们用心去挖掘心灵深处的感动与震撼，为我们指点出一种积极的人生态度。给生命多一点关爱——爱在左，情在右，行走在生命的两旁，随时播种，随时开花，菁菁校园，青葱岁月，我们相伴同行，畅诉衷肠，分担痛苦，分享幸福，用我们彼此的爱心浇灌生命之花，弥散花的芬芳，绽放青春的亮丽。给自己多一些勇气——勇敢地面对自己，面对他人，敞开心扉，让心理健康教育的阳光洒满你的心灵，带你拨云见日，赶走心灵的阴霾，迎接灿烂的生活。

自20xx年承德医学院心理学系举办第一届心理健康节以来，“5·25”已经陪着承医莘莘学子走过了7个春秋。xx年5月25日即将到来之际，我们将利用所学到的心理健康知识，奉献我们的一腔热情来引领全校师生体验一次“心灵之旅”。让我们相约5·25，伸出温暖之手，让我们的校园充满爱，让我们的生活处处开满真、善、美的花朵。

倡议人□xx

时间□20xx年x月x日

## 心理健康的教育倡议书篇四

亲爱的同学们：

在这鲜花盛开，草长莺飞的季节；在这青春似火，激情洋溢的五月，海口经济学院第xx届5.25心理健康教育月活动拉开帷幕。5.25，即“我爱我”，取意“爱自己才能更好地爱他人”，由爱自己而推广为爱他人。本届心理健康教育月的主题为：5.25心灵之旅，健康同行。让我们用年轻的心去感受生命的活力、享受身心健康的快乐、拥有阳光健康心态，让青春绚丽绽放！在此，心理健康教育与咨询中心向全校师生发出以下倡议：

- 1、畅享心灵之旅。积极关注心理健康，多阅读有关心理健康的书籍，多听有关积极心理的讲座，多参加心理健康教育月相关活动，让心的世界充满阳光。
- 2、多给心灵一份关注。人生漫漫长路，需要我们不断地探索自我审视自我完善自我，为生命喝彩，与健康同行，用青春将它填成绚丽的色彩，让每一个生命都如花绽放。
- 3、多寻求心理帮助。求助是一种能力，让我们都因自助而成长，因助人而快乐，因互助而不再孤独。在心灵陷于困顿时，

请不要独自挣扎，勇敢地敞开心扉，主动寻求心理帮助，扫去心间阴霾，拥有晴朗心空。

让我们一起畅享5.25心灵之旅，让绚烂的青春，给我们带来美好希望！让我们一起畅享5.25心灵之旅，让放飞的心灵，给我们带来无穷喜悦！让我们一起畅享5.25心灵之旅，让七彩的生活给我们带来无限精彩！

畅享5.25心灵之旅，携手健康同行！

从心开始，从心出发！

倡议人□xx

时间□xx年x月x日

## 心理健康的教育倡议书篇五

亲爱的老师们、同学们：

5.25取自我爱我的谐音，意为关爱自我心理的成长和健康。最初是在xx年5月，由北京师范大学心理系团总支、学生会首先倡议，驻京的十几所高校积极响应，在高校学生中引起了广泛的影响。此后，教育部、团中央、全国学联办公室向全国大中学生发出倡议，把每年的5月25日确定为全国大中学生心理健康日。我校从xx年开展第一届5.25大中小学生心理健康日活动，活动主题：关爱心灵拥有健康快乐成长□20xx年开展第二届5.25大中小学生心理健康日活动，活动主题：快乐成长快乐成长快乐。今年是我校第三届5.25心理健康节，活动主题为呵护生命拥抱生活感恩社会，为了进一步普及心理健康知识，帮助同学们正确地认识自我，了解自身存在的问题，使同学们朝着积极向上的健康心理发展，在此向全校师生发出如下倡议：

感恩社会山感恩地，方成其高峻；海感恩溪，方成其博大；天感恩鸟，方成其壮阔。感恩之心，可以帮助我们度过莫大的痛苦和灾难；感恩之心，可以温暖千千万万善于奉献的'心。经过各种考验洗礼的我们，更应该心怀一颗感恩的心：感恩社会！

我校心理教研组和阳光心社在这个特殊的节日里将开展一系列特色活动：我爱我，让心灵插上翅膀签名活动(珍爱生命的人是懂得生命内涵的人，是个文明的人；珍爱生命的社会是个文明的社会。让我们用行动珍爱生命，去营造美丽人生。)、团体心理辅导(菁菁校园，青葱岁月，畅诉衷肠，分担痛苦，分享欢乐，不论年龄，不论班级，不论流泪还是微笑，让我们并肩走过)、心随影动心理电影赏析展等都期待着你的参与！

让我们一起迎接心理健康活动，让生命给我们带来希望；

让我们一起迎接心理健康活动，让生活给我们带来喜悦；

让我们一起迎接心理健康活动，让社会给我们带来欢腾！

倡议人：

时间□20xx年xx月xx日

## 心理健康的教育倡议书篇六

友爱的同学们：

在这鲜花盛开，草长莺飞的季节；在这青春似火，激情洋溢的`五月，海口经济学院第\_\_届5.25心理健康教育月活动拉开帷幕。5?25，即“我爱我”，取意“爱自己才能更好地爱他人”，由爱自己而推广为爱他人。本届心理健康教育月的主题为：5.25心灵之旅，健康同行。让我们用年轻的心去感受

生命的活力、享受身心健康的欢乐、拥有阳光健康心态，让青春绚丽绽放！在此，心理健康教育与询问中心向全校师生发出以下倡议：

1. 畅享心灵之旅。乐观关注心理健康，多阅读有关心理健康的书籍，多听有关乐观心理的讲座，多参与心理健康教育月相关活动，让心的世界布满阳光。

2. 多给心灵一份关注。人生漫漫长路，需要我们不断地探究自我端详自我完善自我，为生命喝彩，与健康同行，用青春将它填成绚丽的颜色，让每一个生命都如花绽放。

3. 多寻求心理关心。求助是一种力量，让我们都因自助而成长，因助人而欢乐，因互助而不再孤独。在心灵陷于困立刻，请不要独自挣扎，英勇地放开心扉，主动寻求心理关心，扫去心间阴霾，拥有晴明心空。

让我们一起畅享5.25心灵之旅，让绚烂的青春

给我们带来美妙盼望！

让我们一起畅享5.25心灵之旅，让放飞的心灵

给我们带来无穷喜悦！

让我们一起畅享5.25心灵之旅，让七彩的生活

给我们带来无限精彩！

畅享5.25心灵之旅，携手健康同行！

从心开头，从心动身！

倡议人□xxx



20xx年xx月xx日

## 心理健康的教育倡议书篇七

亲爱的同学们：

“5·25”的谐音即为“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。大学生对心理健康的概念模糊，甚至有误解，不到了药物治疗的程度，就不承认自己存在心理障碍。例如：大学新生的心理问题是适应性和与人沟通的问题，二、三年级学生则以情感人际关系和自我成长等问题为主，而毕业生主要是就业压力等问题。

所以引导他们增强心理健康意识，提高自我调适能力更有意义。1992年，“世界心理健康日”是由世界精神病学协会发起的，定在每年的10月10日。20xx年，由北京师范大学心理系团总支、学生会倡议，随后十多所高校响应，并经有关部门批准，确定5月25日为“北京大学生心理健康日”。

“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。20xx年，团中央学校部、全国学联共同决定将5月25日定为全国大中学生心理健康节。

倡议人□xx

时间□20xx年x月x日

## 心理健康的教育倡议书篇八

亲爱的同学们：

5·25是大学生心理健康日，这个节日是1992年由世界精神病学协会发起，并于20x年时由北京师范大学心理系团总支、学生会倡议，十多所高校积极响应，并经有关部门批准后成立的专属于大学生的节日。

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，更要做到关爱自我，了解自我，接纳自我。然而，许多在校大学生因缺乏对心理健康知识的了解，进而对自己存在的心理问题也缺乏深层次的认知。所以心理健康节的宗旨便是提醒广大学生要珍惜生命，关爱自己，把握每一次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。

为了进一步普及心理健康知识，帮助同学们正确地认识自我，了解自身存在的问题，形成正确的心理健康观念，引导学生快乐学习、快乐生活、快乐成长。为此，我们向全校师生倡议：

给心灵多一份关注——在人生的旅途中，我们需要不断审视自我、完善自我，才能拥有纯净的心灵、美好的人生。一本好书，一首好歌，一部好电影……让我们用心去挖掘心灵深处的感动与震撼，为我们指点出一种积极的人生态度。

给生命多一点关爱——爱在左，情在右，行走在生命的两旁，随时播种，随时开花，菁菁校园，青葱岁月，我们相伴同行，畅诉衷肠，分担痛苦，分享幸福，用我们彼此的爱心浇灌生命之花，弥散花的芬芳，绽放青春的亮丽。

给自己多一些勇气——勇敢地面对自己，面对他人，敞开心扉，让心理健康教育的阳光洒满你的心灵，带你拨云见日，赶走心灵的阴霾，迎接灿烂的生活。

自20x年××学院心理学系举办第一届心理健康节以来，“5·25”已经陪着承医莘莘学子走过了7个春秋□xx年5

月25日即将到来之际，我们将利用所学到的心理健康知识，奉献我们的一腔热情来引领全校师生体验一次“心灵之旅”。让我们相约5·25，伸出温暖之手，让我们的校园充满爱，让我们的生活处处开满真、善、美的花朵。

倡议人□xx

时间□xx年xx月xx日