

2023年阳光成长心理健康活动总结 心理健康教育活动总结(通用10篇)

总结是对某一特定时间段内的学习和工作生活等表现情况加以回顾和分析的一种书面材料，它能够使头脑更加清醒，目标更加明确，让我们一起来学习写总结吧。那关于总结格式是怎样的呢？而个人总结又该怎么写呢？下面是小编整理的个人今后的总结范文，欢迎阅读分享，希望对大家有所帮助。

阳光成长心理健康活动总结篇一

一、在配合学校心理健康教育中心的工作。

1、协助做好5.25心理健康节的相关工作。

在我校首届心理健康节中，我们和管理与经济学院共同承办了“心随影动”优秀心理影片展播活动。在活动中，我们选择了《海上钢琴师》等四部心理影片，精心制作海报，联系教室，为大家放映。放映前，我院心里协会广播电视编导专业的学生向观众简要介绍影片内涵，引导同学们从心理角度欣赏影片。此外，我们还组织观众撰写影片观后感，并邀请我院广播电视编导专业老师担任评审，评选出优秀作品。

2、建立心理档案，做好个案咨询

在学校心理健康教育中心的统一指导下，认真做好20—级新生的心理健康档案建立工作。通过..档案数据，我们针对新生普遍存在的问题开展了心理知识普及工作；对于心理问题严重的学生，及时反馈给该生辅导员，并通过于辅导员老师的沟通，寻找该生的症结所在，有针对性地做好个案咨询工作，并关注该生在学校的发展，发现问题及时处理。

二、加大工作力度做好大学生心理健康教育和心理危机预防

工作

由于广大大学生心理健康状况较好，我们主要做的工作是通过抓好心理社团、心理委员和心灵护航员，开展心理健康知识普及和素质拓展工作，从而有效预防心理疾病的发生。主要通过以下工作具体实施：

1、依托组建心理社团，倡导自我服务

2011年6月，为激发学生积极关注心理健康，学院在心理辅导员老师指导下成立了心理协会。协会从成立初就建立了较完备的体制，确定了协会名称“聆心心理协会”及logo，拟定了协会章程，并确定了工作宗旨、机构设置、职能分工等。协会的成员包括各班心理委员、各宿舍心灵护航员及对心理知识感兴趣的同学。协会内根据公平竞争的原则，竞选出秘书、调研、策划等工作小组的负责人。协会自成立以来，常规工作和特色活动有条不紊地展开。调研组定期调研学生心理情况的，并在例会中上报心理辅导员，然后根据老师的指导寻求解决办法。协会还通过“心理活动月”等特色活动，加大心理健康教育的宣传力度，提高同学们对心理健康的关注程度。心理协会的成立为学院心理工作奠定了良好的基础。

2、抓好骨干培训，夯实工作基础

学院的心理工作主要通过心理委员和心灵护航员开展和落实，他们是学院心理工作的骨干力量，其工作是否到位事关学院心理工作。为了提高他们在心理工作方面的专业素质，学院组织了多次心理委员培训讲座。培训中，学院心理辅导员老师介绍我校心理危机干预的四级预防体系及心理委员的职责定位和工作要求，并结合案例介绍如何科学合理地预防与解决大学生常见心理问题，扩展心理委员的心理知识，指导心理委员开展工作的方法及强调保密等工作原则。参加培训的同学专心聆听、认真记录，收效良好。一名心理委员参加培训后说：“作为一名心理委员，很高兴能接受到专业的培训，

这无论是对个人心理素质的提高，还是对班级心理工作的开展，都是一件很有益的事。经过培训，我对自己的工作更加感兴趣了。”

3、注重教育实效，丰富活动载体

学院每学期通过征.问题、张贴海报、主题班会等形式分阶段进行心理知识普及。本学期开学后，为了帮助一级新生更快、更好的适应大学生活的，同时帮助一级、二级同学及时排解心中的苦恼与疑惑，协会向一、一、一三个年级的同学发去了邀请函，邀请大家参与“最困惑自己的心理问题”征.活动。活动得到了大家的积极响应。大家纷纷写下令自己最困惑的心理问题，并及时地反馈给协会。协会通过向心理辅导员老师反映、利用网络资源查询资料、向心理专家请教等多种渠道寻求解决方案，并及时将得到的信息反馈给大家。在团总支的指导下，各班还召开了“感悟生命”、“朋辈互助”、“如何塑造成功心态”、“怎样正确面对考试”等主题班会，帮助同学们进一步提高心理素质。

4、打造特色活动，浓厚心理氛围

学院从2011年11月到12月上旬组织了“心理活动月”特色活动，活动月期间开展的各类活动面向全院同学，得到了同学们的积极参与。系列活动包括“心随影动”优秀电影展播、“心路启航”心理健康培训、“欢乐体验坊”游戏环节、“快乐向前冲”心理知识竞赛四个内容。“心随影动”每周一期，共放映了《美丽心灵》等四部电影，引导同学们从心理学角度观赏影片，引发对人生的思考，并组织同学们撰写观后感。“欢乐体验坊”环节中通过解手链、排生日、说与唱等多个心理游戏，促使个体通过团体的内在交互作用提高团队意识、交往能力和组织归属感，完善自我。在游戏之后，有同学说通过心理游戏不仅能加深同学之间的相互了解，而且能在开心与放松的同时学到很多的心理知识。在“心路启航”讲座中，学院心理辅导员老师为各班心理委员、心理导

航员进行心理知识普及和心理工作培训，以发挥心理委员的专业职能。“快乐向前冲”活动分为室内和室外两部分：室外活动在校园中进行，依靠团队成员的团结协作来完成探路、寻宝等任务，并依据所用时间确定参加室内活动的队伍。室内部分是心理知识竞赛，竞赛中考察了参赛同学较为专业的心理健康知识，让喜欢心理知识的同学得到了充分的展示，并促进了心理健康知识在同学中更为广泛地宣传和普及。心理活动月历时近四十天，活动形式多样，参与同学多，受到同学们的广泛欢迎。

三、科学开展个案心理咨询工作

对于心理异常的学生，各年级辅导员会咨询学院心理辅导员该生的状况及四核的咨询方式，并进行进一步的干预。对于干预后效果不明显者，则由心理辅导员直接进行心理咨询。一年来，共咨询案例二十余人次，涉及家庭贫困、自卑、恋爱、人际关系交流、因身体原因引发心理问题等多方面。咨询后效果良好。

一年来，通过常规工作和特色活动相结合的途径，通过团体活动和个案咨询相结合，传播学院坚持将心理健康教育工作长期性开展，努力提高了工作实效性，同时作为一名心理辅导员，也有一点感触。通过初级心理咨询师的培训，增加了心理辅导员对于心理学的基本理论和基本方法的了解，对于开展心理健康教育工作起到很好的指导作用。然而，随着工作的深入，心理辅导员的水平尚显不足，尤其是诊断、咨询等技能水平较低。希望心理健康中心领导为心理辅导员开设咨询和技巧辅导及推荐书目等参考资料。

阳光成长心理健康活动总结篇二

为进一步普及心理健康知识，加强大学生心理素质，河北工程大学土木工程学院举办了以“和谐心理快乐学习”为主题的心理健教育活动。

1□20xx年11月27日，大一新生各班班长、心理委员参加了我学院举办的心理健康教育知识普及座谈会，各参会人员讲述了他们班级同学目前的学习、生活状况以及遇到的困难。并且，各班班长、心理委员提出了他们关于心理健康教育的若干意见。会后，组织部部长高轩同学就大家提出的问题作了回答，向其提出了解决心理问题的建议，并且就即将在11月28日举办的“和谐心理快乐学习”活动做了详细安排。

2□20xx年11月28日我院大一新生早操结束后，参加了“和谐心理快乐学习”心理健康教育主题活动。虽然天气寒冷，但同学们热情高涨，积极配合。

1、学校、学院领导的重视，同学们的积极参与，是此次心理健康教育活动得以圆满成功的重要保证。

2、同学们的积极参与，同学们敢于说出自己在大学遇到的困惑，说出他们内心真实的想法，让我们第一时间掌握了我院大一新生的学习、生活状况，并且也为我们今后的工作重心指明了方向。

3、本次活动让同学们充分认识到了自身的不足，认识到自己现在所面临的心理问题，并且学会了有效的解决方法。4、本次活动采用游戏娱乐的形式使同学们充分认识到了健康的心理对大学生成才的重要性，充分认识到了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。

阳光成长心理健康活动总结篇三

进入六年级，学生的`学习会比较紧张，特别学习上各门功课的抓紧，使学生的心理压力比较大，通过这次关爱心灵，拥抱阳光的心理健康教育，对学生进行教育取得了以下效果。

平时的学习教师对学生的严格，各科的学习比较紧张，这次活动让学生倾吐心声，说出自己的感受，有利于学生将埋在

心底的心理话说出来。

活动前让学生收集名人故事，收集的同时使学生从名人故事 中有所启发，而活动中的交流，拓宽了故事量，学生的收到的 正能量增加。

学习的紧张情绪需要放松，作为学生平时在教师、家长的要求下，很少有放松的机会，怎么做到调节自己，在本次活动中，学会说出自己的调节方法，通过交流，学生之间互相学习，学习正确的减压和调节方法，更有利于学生学会在紧张中放松心情，以阳光的心态面对学习。这样的学习效果会非常好。

在本次活动中，利用自我调节卡，让学生在安静的环境中，针对平时的表现，对照自己判断自己对学习的态度，有哪些积极的心态，而对于紧张的学习如何自我调节，寻找适合自己的方法，有助于学生自我调节，促进学生以饱满的热情，阳光的心情迎接每天的学习。

阳光成长心理健康活动总结篇四

在校大学生面临适应大学生活的巨大挑战，特别是心理方面出现诸多的不适应，有针对性的做好大学生心理健康教育尤为重要。结合我院的要求和我班特点我们 09 国贸 8 班全体同学于 11 月 5 号在本班教室召开了积极心理的主题班会。现将这次会议总结如下：

本次班会由班里的沈幸丹和唐晓芸同学主持，两位主持人首先放了一首开场曲《月光花朵》，由此揭露了大学生生活中的一些常见的消极现象，引起同学们共鸣，从而引入主题一大学生积极心理主题班会。

看完视频我们对这个班会内容有了大致的了解，接下来我们的主持人别出心裁又进行了一个心理测试，同学们兴趣很高

积极参与测试测试了解自己的梦想与成功指数。

在通过这些小游戏了解了个大概之后，我们的主持人带我们进入今天班会的正题，用 ppt 的形式向我们介绍了“积极心理”的基本知识，加深了同学们对积极心理的了解。并且又用一段新闻视频“大学生自杀事件”，用最鲜活最真实的事例让我们正视社会中存在的大学生心理问题。一个个真实的数字，一条条比花还美好的生命的消失让我们心灵受到震撼，也更加认真严肃的对待了这次的主题班会。

接下来用一个案例分析更加透彻的说明了大学生心理问题的严重性，案例讲述两位热恋的大学生散步，忽然发现女生头上有痰，后来发现是另一个男生作怪，于是两男生厮打，最后女生帮自己男朋友打另一男生并致他死亡的惨剧。班级同学踊跃参与，各抒己见，王鸣鹿、王晓凡，麻建祥等同学都发表了自己的看法，最后主持人分析了此案例。

之后主持人唐晓云向同学们展示了一系列测试心理压力的图片，通过图片正视自己的心理压力。

在进行这么严肃的班会的期间，主持人请上我们班罗雯同学讲述学院合唱比赛的获奖经历，给我们放松了下神经也了解了下学院的大事。

最后，主持人唐晓芸通过“每日心理学”告诉同学们减缓心理压力的措施。最后由班长何文丽做总结发言，肯定了此次主题班会的意义并说以后还要多举办这样的班会。

同学们反映，通过这样的心理主题教育班会使他们更好的认识到了自身所处环境和成长道路上必然存在的竞争和挫折，并且使他们能够在周围同学出现因此类问题所造成的心理失衡时及时给予他们帮助和开导，本次班会取得圆满成功。

阳光成长心理健康活动总结篇五

为进一步加强我校区心理健康教育工作，更进一步促进学生身心健康发展，我校区认真落实□xx市教育局文件□□20xx□x号）精神要求，切实开展以“和谐校园，幸福人生”为主题的心理健康教育宣传活动。取得良好的效果，现总结如下：

为使本次活动更加有效，我校区成立了以颜校长为组长的活动领导小组，召开教师会议，强调心理健康宣传教育活动的意义，并结合我校的实际，做了精心部署，制订了活动方案，明确了责任和分工，并对如何组织心理健康宣传教育活动，提出了明确的要求。

结合本校区实际，积极开展心理健康宣传活动，通过广播站，黑板报和国旗下讲话等多种形式，帮助学生树立心理健康意识、营造浓厚氛围，与全校师生共同推进心理健康教育宣传活动的深入开展。

我校区开展心理健康宣传教育活动的主要内容有：围绕“和谐校园，幸福人生”的主题，紧扣提高学生心理素质、培育学生乐观、向上的心理品质，促进学生人格的健全发展等目标。开展一场学生心理健康知识讲座，组织一次教师心理健康教育专题培训，各班召开一次心理健康教育主题班会。各项活动扎实开展，注重实效。

阳光成长心理健康活动总结篇六

随着近年来大学生自杀、凶杀事件的增多，大学生的心理健康问题成了学校和社会各界关注的焦点。同时为配合我校第十二届5.25大学生心理健康教育系列活动，我班举行了“感悟生命，寻找真我”的主题班会，希望通过此次主题教育活动，提高同学们的心理健康水平，培养其积极、乐观、健康的生活态度，为校园营造良好的学习氛围，同时也让大家在感悟生命的过程中更好的珍惜生命，为美好的明天不懈奋斗！

□XX年X月X日

XXX

“感悟生命，寻找真我”

第一阶段：“感悟生命——生命可以如此美好”

此阶段为大家展示了我们从呱呱坠地到长大成人，从结婚生子到安享晚年这一漫长人生历程的所有美好瞬间，同时让同学们自由发言，诉说自己生命历程中最希望被定格的一瞬间，带领同学们重温生命中的美好时光。意在让大家感受我们人生中那无穷尽的美好，启迪大家感悟生命的真谛，热爱生命，憧憬人生，去体味生命中每一个美好的瞬间。

第二阶段：“感悟生命——生命因坚强而美丽”

此阶段为大家播放了“渐冻人王甲”一只手书写坚强的生命、武汉大学三名女学生为救助重病室友省吃俭用，靠卖废品赚钱的感人新闻、以及为纪念汶川地震四周年制作的感悟生命之100个坚强瞬间的视频，在视频的播放过程中，很多同学潸然泪下，那一刻，他们流下的泪，是对坚强生命的敬畏，是对民族大爱的震撼、也是对生命中那些无法预知的未来的辛酸无奈.....

第三阶段：“生命很坚强，却也很脆弱”

此阶段向大家展示了近年来全国各地高校频发的大学生自杀、凶杀案例，一幕幕残忍的画面绷紧了在场每位同学的心。我们在校大学生这一特殊群体处在踏入社会前的过渡阶段。生活上，从依赖到相对独立；学业上，从填鸭式学习到自主性学习，经历着巨大的身心调整 and 变化。大学生所面临的压力与日俱增，因此大学生群体成为抑郁症的易发人群，抑郁症也成了当下大学生心理的隐形杀手。

在播放过此视频后，我们展示了一组对大学生心理健康教育的研究数据，通过多种方式让同学们了解到心理健康的重要性！

紧接着让同学们做了一项包含40个小题的心理测试，并随机抽查测试结果，结果发现部分同学有一定的心理障碍。为了让同学们更好的缓解心理压力，我们让部分同学分享了自己的减压方法，并向大家展示了大学生心理调节法以及面对心理问题的各种应对措施，鼓励同学们积极面对心理问题，加强交流，培养积极、健康、乐观、向上的心态，正确的认识自我，了解自我，找寻真正的自我。

第四阶段：“珍爱生命——拒绝不良嗜好”

我们大学生中存在的不良嗜好如抽烟、酗酒、聚众斗殴等是影响其健康发展的主要因素，为此向大家播放了拒绝不良嗜好的教育片。通过播放视频以及随后的分组讨论，小组回答等环节，让同学们了解到不良嗜好的危害，让其明确身为当代大学生的使命，帮助其更好的认清自我，拒绝不良嗜好。

第五阶段：展示班级微电影《拥有》

为配合我校第十二届5.25大学生心理健康教育系列活动，我班以“感悟生命，寻找真我”为主题拍摄了微电影《拥有》，此片讲述了一名普通的师大女生捕捉生命美好，找寻真我的故事。通过此电影让同学们对生命的美好有了更深层的了解，启迪同学们以一种健康的态度和方式去面对生活，充实自我。

- 1、提高同学们对心理健康教育的认识水平，引导其树立积极、乐观、向上的心态，培养心理素质，锻造做人的品格。
- 2、帮助同学们纠正不良嗜好，改变不良习惯，认清自身优缺，更好的了解自我，发展自我。

3、引导同学们学会珍惜，学会感恩，珍爱生命，为美好的明天不懈奋斗。

此次活动主要以播放视频的形式进行，在每一阶段的视频展示中都给大家带来了心灵上的洗礼，让同学们进一步体会生命的美好，提高心理健康知识，积极面对心理问题；帮助同学们改正不良嗜好，培养做人操守；引导同学们认清自我现状，明确自身责任。与此同时鼓励同学们写活动感言，微博互动，以现代大学生应有的方式传递温馨，传递感言，为此次活动画上圆满句号！

阳光成长心理健康活动总结篇七

这一系列的主题活动推进了同学们对大学生心理健康教育的认识，提高了学生的心理保健意识，对同学们更好的适应学习生活有良好的促进作用，学生积极响应各项活动，参与性广，活动取得一定成效。现将本次“525”大学生心理健康教育活动情况汇报如下：

认真部署为搞好本次活动，学院成立了由学院党总支副书记、副院长苏兆成老师任组长的领导小组，切实加强组织领导。成立了以各年级辅导员、院学生会成员为主、团总支学生会负责参与的工作团队，具体组织实施。充分发挥宣传作用，做到广泛动员，人人参与。

根据校心理健康教育中心有关安排，全面开展我院学生心理健康活动小组的组建工作，选拔了有责任心、工作能力强的学生担任小组领导工作。定时收集我院大学生心理健康状况和有关动态，为学院开展心理健康教育提供基础材料。

学院学生心理联络员是我院大学生心理健康工作网络的基础，为提高心理委员的助人水平，坚持心理联络员例会制度，认真举行有关心理健康知识和助人技术培训，使学生骨干能及时准确掌握学生心理动态，有效的进行辅导和缓解。

2、“欢乐涂鸦”心理绘画展

4、“一路同行”心理健康教育月系列活动总结会

让学生对此次系列活动的成果有所了解。总结一路同行的点点滴滴，每个人的成长与收获。和谐校园，一路同行，美丽心灵根据大学生的心理特点，有针对性地制定主题方案，开展辅导和咨询活动，深受学生欢迎，活动贴近学生，满足了学生的心理需求，广泛调动学生的参与积极性，推进了同学们对大学生心理健康教育的认识，对于学生认识自我，培养良好的人际关系有着良好的促进作用。从活动的参与情况与反馈信息来看，同学们从内心深处体会到心理健康的重要，尤其是在自身发展过程中，心理健康更重要。他们清醒地认识到，只有拥有健全的人格、愉快的情绪和健康的心理，才能为自身的发展奠定内在基础。

阳光成长心理健康活动总结篇八

心理健康是指个人心理健康方面的良好状态。也就是说，除了没有心理与精神疾病的症状外，其个人任职能力、情感表达、行为表现等各方面都应维持在一个正常且平衡的状态下，使得个人对自己以及对环境的调适能够达到最高且最好的效能。学前儿童心理健康的重要标志是情绪反应适度、自我体验愉悦、社会环境适应良好、心理发展达到相应年龄组儿童的正常水平。

1学习表达和调节自己情绪情感的方式

2学习锻炼社会交往能力的的能力

3学习锻炼独立生活和学习的的能力

4养成良好的习惯

5进行合适的性教育

6预防心理障碍和行为异常

1、榜样示范。幼儿年龄小，需要家长和老师做到言传身教的楷模，树立良好的模仿对象。

2、情景演示。教师和家长更多使用情景演示的手段，使孩子在故事中受益。

3、讲解说理，无论在家或在幼儿园，家长和老师都应该蹲下来观察孩子并试图了解他们的内心世界，在孩子有心理问题的时候，家长和老师能及时进行随机教育。耐心的疏导孩子，为孩子讲解说理。

4、谈论评议，可将班级或家里的片段拿出来，和孩子们一起商讨和评论事例中的是非观，并随时进行换位思考。

(一) 学生、教师、家长对心理健康教育的态度

余小鸣曾在全国26省市采用2阶段整群抽样调查。在学生、教师、家长对待现有学校健康教育的态度方面，96.8%的学生认为有必要在学校学习健康知识；大多数（超过90%）的中小學生都认为学习健康知识很重要。99.7%的教师对心理健康教育持肯定态度；97.7%的家长认为学校/幼儿园有必要为孩子提供健康教育。

(二) 家长、老师对幼儿心理健康教育思想认识不够

从社会发展对人的需要来看：随着市场经济的发展，社会竞争日益激烈，生活节奏日益加快。面对这种高速变革的时代每个人都在快节奏的生活中追求基本的生活素求，而忘记了关心自己的心理健康，更加忽略了对学前儿童心理的培养。同时，幼儿园教师和儿童家长由于工作压力大、生活节奏快，

容易出现职业倦怠、焦虑等心理问题。经过调查，我国80%以上家长和教师对幼儿心理健康教育的思想认识不到位。部分有认识的也因为生活节奏快，没有真正履行教育者的身份。

(三)受升学压力影响，家长对幼儿心理健康教育重视程度不够

从当前3—6岁儿童现状来看，由于他们处在心理发展人格形成的关键期，可塑性大，心理上极不成熟，自我调节控制水平低，极易受环境等不良因素的影响。再加上父母过分注意对孩子生活上的关怀和呵护，很少细心关照孩子的心理感受，使孩子形成了胆怯、自卑、孤独、焦虑等不健康心理。他们在同伴中不合群，做事不自信，缺乏责任感和竞争意识。我国当前因为家庭结构的问题，很多孩子和隔带父母相处的时间较长，父母对孩子情感教育及素质教育重视程度不足。

(四)师资问题（专业师资缺乏，教师缺乏教育教学理论指导，专业师资队伍建设，似乎成了制约目前我国学校健康教育全面、有效实施的“瓶颈”。

除了家长、老师对心理健康教育思想认识不到位，受升学压力影响这两个主要因素之外，学校呼唤更多的教育教学理论工作者，呼唤教育工作者的职业素养，呼唤心理健康教育的理论体系。

幼儿期是人生历程中生理、心理发展速度最快的时期，在这一时期里，如果成人能积极地鼓励儿童独创性和想象力，就有助于培养其正视和追求有价值的目的和勇气。对幼儿进行健康教育是把通往健康的钥匙交给了他们，对他们一生有重要的影响。

(一) 建议加强在职人员培训，建成专业人才培养基地。

教育局作为各幼儿园的直接管理部门，拥有很强的行政执行

力。幼儿园老师在师范学院学习的效果不明显，如果教育部门能聘任专业的教师团队，将培训纳入“幼儿园师训计划”，我想教育部门会向幼儿园输送更多专业的心理健康教育的人才。

（二）不断完善人员资格管理

建议相关部门加强对从业人员资格管理的考证、认证进行规范化管理。借助行政手段，促进各幼儿园对幼儿心理健康教育的重视。并设定从业人员的门槛，为提供专业的心理健康教育服务提供良好的平台。

（三）建议各幼儿园收集“幼儿心理健康教育”的教案、点子等，研发相关的教材，使其形成完整的课程。

建议业界更多的人能开发相关的幼儿心理健康教育的教材，给更多的老师提供规范的教育课程。比如，以前我曾参与“养成教育”的课题研究。后来在短短的几个月后我收到了出版的样书，样书里除了我设计的活动，还有很多其他老师设计的活动。这类的教材对于幼教工作者更加实用、更加便捷。

（四）呼吁大专院校开设心理健康教育专业，培养专业人才

（五）进行课题研究，重视科研成果展示，加强校际之间的学术交流

以科研带教研，教研促科研的两条腿走路，并找到了结合点。我们的心理健康教育在目标具体化、科研课题化、管理规范化管理、责任指标化四个操作层面上展开每位教师参与科研，密切地与保教实践结合起来进行探索、研究。如：“音乐活动与幼儿合群性研究”、“美术活动中的交往、合作”等课题，将教科研融合起来。同时，培养了一批教育科研能力的教师群体。

（六）呼吁社会各界人士投身到学前儿童心理健康教育的行业中来，借助各行业力量为孩子出版适合他们的读物，呼吁各位专家人士进行各种公益讲座等。

幼儿心理健康教育的一体化是指幼儿园、家庭和社区共同关注，形成合力，开张幼儿心理健康教育。幼儿园是生态环境中学前教育子系统的支柱，对学龄前儿童的教育起着导向作用。幼儿园应该主动与社区沟通，优化社区的教育环境，使幼儿从自然的、社会的、规范的环境中，心理得到健康发展。家庭是幼儿赖以生存和发展的社会组织，家庭环境的教育功能会影响儿童的健康发展。我们深知问题表现在儿童身上，根子在家庭。因此，我们依托社区优化教育环境，开展心理辅导，提高家庭的教育指导水平。

- 1、家长学校开设有关幼儿和家长心理的讲座
- 2、开展亲子活动
- 3、开设家庭心理咨询
- 4、周日串门活动
- 5、对有问题儿童的家庭上门治疗、送教
- 6、开展学习化家庭建设活动
- 7、开展“社会模拟活动”，让小区中的中小學生定期来园与孩子们一起游戏活动，或到社区中参与社会活动。通过与不同年龄、不同性别、不同性格的人交往，可以解决独生子女的任性、自我封闭、不和群的问题。
- 8、实现时空开放，积极利用社区心理卫生资源，努力形成一体化的教育网络，提高心理健康教育工作的综合能力。

综上所述，幼儿心理健康教育的一体化是指幼儿园、家庭和社区共同关注，形成合力，开展幼儿心理健康教育。幼儿园是生态环境中学前教育子系统的支柱，对学龄前儿童的教育起着导向作用。幼儿园应该主动与社区沟通，优化社区的教育环境，使幼儿从自然的、社会的、规范的环境中，心理得到健康发展。家庭是幼儿赖以生存和发展的社会组织，家庭环境的教育功能会影响儿童的健康发展。因此建议幼儿园能从实际出发，培养更多的心理健康教育者，投身于更广阔的教育事业平台中！

阳光成长心理健康活动总结篇九

七天的学习，我有幸倾听了各位教授的精彩讲座，受益匪浅。曲连坤教授让我们深入地理解了心理健康教育教师的职业素养及工作定位；田丽主任向我们介绍了多种心理健康课的活动要领；顾群教授让我们对孩子更多了一些理解和关爱；闫教师的心灵工作坊更是震撼人心。在听了讲座之后，更重要的是我们要将知识内化，运用到实践当中，这是一个长期的过程。其实每一天的课，我都有很多的感悟想与大家分享，而田丽主任的讲座让我收获颇多，今日，我只就田丽主任的“心理健康教育课的设计与实施”和大家分享几点感悟。

1. 创设心理情境，激发学生参与。

田教师告诉我们，心理健康课的主旨不在于掌握知识，而是要经过创设必须的心理情境，开展极富启发意义的活动，让学生亲身感受，唤醒和引领学生，以到达实际地影响他们心理健康，提高心理素质的目的。对于个体心理来说，再精彩生动的讲授都无法替代个人的亲身感悟和直接体验，哪怕只是一点小小的启发，也能留下深刻的记忆。可见在“情境”中体验是心理活动课最核心的因素之一。

2. 采用多样形式，激发学生兴趣。

一堂好的心理健康教育活动课，活动的形式应当是根据活动的具体资料、目的和学生的年龄特点而定的。中小学生学习心理活动要形式多样、简便活泼，例如游戏、心理短剧、主角扮演、情景模拟、讨论沟通、行为训练、心理测试等等。在活动中，还能够融入音乐、美术、舞蹈、表演等艺术形式，另外，教师还要根据青少年身心发展的特点，精心地进行科学的设计，体现由易到难，由简单到复杂的层次性。活动过程中，教师只给适当的启发、引导、示范，要让学生自主地进行活动，在活动中训练学生，在自主活动中学会自强、自立、自信，学会独立思考、独立解决问题。

3. 选择恰当资料，贴近学生实际

若想上好一堂心理课，课程资料的选择是极其重要的。对于心理教育课资料的选择，应把握好一个原则，就是要从生活逻辑和问题逻辑出发，根据学生的心理发展特点和身心发展规律，选择与学生的实际生活联系最密切的话题，找到他们最渴望得到解决的问题，这样才能使学生对活动感兴趣，从而使活动起到良好的辅导作用。

心理健康教育的资料是从现实生活中产生的，以学生的成长需求为出发点，做一些课前的调查，或者根据学生来信选题，都不失为一种好方法，仅有来自学生的问题，学生才会觉得真实，教学才会有针对性。

总之，若想上好一堂心理健康教育课，教师就要从学生实际出发，以满足学生的好奇心和强烈的心理需求为出发点，在活动过程中，能让学生获得心理知识，树立心理健康意识，了解心理调节方法，掌握心理保健常识，减少和避免不利因素对心理的影响，构成乐观向上的心理品质，促进人格的健全发展。

阳光成长心理健康活动总结篇十

五月为我校“心理健康教育月活动”，根据昆山市教育局有关文件精神，本次心理健康教育月的主题是“七彩情绪多彩生活”。今天早上，我们利用室内升旗仪式，开展了教育月的启动仪式。让同学们了解本次活动的主题、宗旨。希望通过本次活动能够培养学生良好的情绪管理能力和积极乐观、健康向上的心理品质，促进学生身心和谐可持续发展，为学生健康成长和家庭幸福生活奠基。

我校将在一个月内开展了如下活动：

- 1、利用校园网、大屏幕滚动播出“七彩情绪多彩生活”的宣传标语
- 2、开展“七彩情绪多彩生活”主题班会
- 3、初三年级学生“奋斗的青春最美丽”的团体辅导
- 4、初一、初二年级心理健康教育讲座（班主任会、家长会、校园广播）
- 5、利用校园网平台组织心理影院活动
- 6、班级心理健康教育专刊黑板报评比
7. 校园广播对全体师生进行心理健康教育
8. 利用校园宣传栏宣传心理健康相关知识
9. 排练录制校园心理情景剧等

另外，我们也再次向学生宣传我们的心理咨询室：温馨聊吧。能帮助孩子们解决更多的心理问题，让他们能够在二中健健

康康成长，快快乐乐生活和学习。