

最新心理健康演讲竞赛推文 心理健康的 演讲稿(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。相信许多人会觉得范文很难写？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

心理健康演讲竞赛推文篇一

今年教师节，我收到了现在及以往的很多同学的问候，我很高兴，让我充分体验到为师的幸福。尤其让我印象深刻的是09届的学生，他们今年参加高考，很多学生在给我祝福的同时带来了喜讯，有考上中国科技大学的，有同济大学的，还有华南理工的，让我提供了他们的快乐。让我脑海中又浮现出09届九(1)班那群心态积极，始终充满阳光的同学们。

至今仍清楚记得09年的6月20，那是中考的第一天。当天早上六点多，我接到了一个学生家长的，她告诉我她的孩子昨天晚上发烧烧到40度了，今天早上她不能7：10分到校，她已经带她的孩子6点多就到了医院，现在在打针，如果情况好的话，他们8：30之前将小孩送到(9：00开考)。此时，我真不知该说什么，我只能说：“没事的，身体要紧”。带着不安，我等待着。8点30分，她来了。没等我开口，她远远地就跟我打起了招呼，“老师，等急了把，刚才小睡了一会，现在精神好多了”。看到她那张沉着的面庞，我心中的一块石头落地了，她没让我失望，她凭借自己积极、乐观的心态取得了中考700多分的好成绩。08年我任教毕业班，当时，我的女儿即将出生，既要承当繁重的教学任务，同时自己还要准备参加招调考试，面对多方面的压力，曾经一度的让我觉得难以呼吸，每天下班之后，我都是拖着疲惫的脚步回到家里，饭也不想吃，话也不想说。可每每这样，在第二天早晨，我都会对着前面的镜子，给自己一个笑脸，给自己积极的心理暗示：

今天是个美好的日子。这种积极的心理暗示，给我带来好心情、好状态、好运气！这几年来我一直记着这句话，它使我对每一天都充满美好的向往，用积极的心态去处理各种复杂的事情。这个难忘的经历，让我深深地感受到：在这个世界上，真正能够把握我们心灵的，只有自己；健康、快乐、成功、幸福与否，很大程度上都取决于我们是否具有积极的心态。

其实，积极心态是可以培养的。在这里我向大家推荐一本书，那就是哈佛大学近年“最受欢迎的人生导师”泰勒-本-沙哈尔博士所写的《幸福的方法》，书中介绍了7种让我们心态变得更加积极，感觉更加幸福的方法。希望同学们能从中有所启发，永远以积极乐观的心态面对生活，让自己的人生多一份阳光，多一份幸福。下面由作者为你提供心理健康教育演讲稿的写法。首先，先请大家听一个故事。

他微微一笑，什么也不说，就把他们带到一间黑暗的房间里。在他的引导下，学生们很快就穿过了这间伸手不见五指的神秘房间。接着，弗洛姆翻开房间里的一盏灯，在这昏黄如烛的灯光下，学生们才看清房间的布置，不禁吓出一身冷汗。原来，这间房子的地面就是一个很深很大的水池，池子里蠕动着各种毒蛇，包括一条大蟒蛇和三条眼镜蛇，有好几条毒蛇正高高昂着头，朝他们吐着舌头。就在这池子的上方，搭着一座很窄的木桥，他们刚才就是从那座木桥上走过来的。

弗洛姆看着他们，问：“现在，你们还愿意再次走过这座桥吗？”大家你看看我，我看看你，都不做声。

过了片刻，终于有三个学生犹豫的站了出来。其中一个学生一上去，就异常小心地挪动着双脚，速度比第一次慢了好多倍；另一个学生战战兢兢的站在小木桥上，身子不由自主地颤抖着，才走到一半就挺不住了；第三个学生干脆弯下身来，慢慢地趴在小木桥上爬了过去。

“啪”，弗洛姆又翻开了房内另外几盏灯，强烈的灯光一下

子把整个房间照耀得如同白昼。学生们揉揉眼睛再仔细看，才发现在小木桥的下方装着一道安全网，只是因为网线的颜色极黯淡，他们刚才都没有看出来。弗洛姆大声地问：“你们当中还有谁愿意现在就通过这座小桥？”

大家现在都不怕了，几个学生一个接一个走过了木桥。只有一个人不敢走。“怎么回事？”弗洛姆问道。

“这张安全网的质量可靠吗”一个学生心有余悸地问。

弗洛姆笑了：“我可以解答你们的疑问了，这座桥本来不难走，可是桥下的毒蛇对你们造成了心理威慑，于是，你们就失去了平静的心态，乱了方寸，慌了手脚，表现出各种程度的害怕，可见心态对行为有着多么重要的影响。”

这个故事很好地告诉我们一个道理：心态对一个人具有巨大的影响力。

由于心态能左右一个人的一切，所以，无论情况好坏，都要抱着积极的心态，莫让沮丧取代希望。心态是我们命运的控制塔，事实上，它是我们唯一能掌握的东西。只有我们建立起正确、积极的人生观、价值观，以积极、健康、乐观的心态对待生活，才能获得健全而高品质的生活。

良好的心态是无价的，如果你能拥有一个良好的心态，你就能获得你想要的一切。因为良好的心态能让你树立起必胜的信念，而信念会是你充满前进的动力。它可以改变你险恶的现状，带来圆满的结果。不要因为我们的态度而使我们自己成为一个失败者。要知道，成功永远属于那些抱有积极心态并付诸于行动的人。如果我们想改变自己的世界，首先就应该改变自己的心态。心态是正确的，我们的世界也会是正确的。保持良好心态者能够坚强，能够宽容，能够锲而不舍，最终会走在时代的前面。一个人假设是一生都能持有良好的心态，那么，他人生的路就会越走越宽，生命的景色就会越

来越美，生命的价值就会越来越大。

所以我想说，专心于路，路就不会多难走；专心于事，事就不会太难做。

心理健康演讲竞赛推文篇二

各位领导、老师、同学们：

早上好！

今天我演讲的题目是《创心理特色校，健康心理，快乐人生》。

首先，我们要正确认识自己，接纳自己，探索自己更多的可能性。

我们都是独一无二的个体，有着自己独特的个性，不必过多给自己添框设限，很多同学觉得自己就是这样的，很难改变，无意识地也给自己贴了标签，其实，每一个阶段的你都有不一样的特点与成长，每个人都有自己无限的可能，我们可以不断探索自己，持续不断看到自己的特点与闪光点，进而不断探索未来的可能性。来，跟着老师做一个探索的尝试，如果你正在完成或者曾经有件事情让你觉得自己很有成就感，不妨跟着老师问问自己以下几个问题：对于这件让你感到有成就感的事情，你是如何做到这件事的呢？有没有哪个细节让你印象特别深刻？期间遇到什么困难了吗？你又是如何克服的？最让你引以为豪的是什么？身边的人是怎么评价你的？当你把刚才老师说的的问题一一梳理后，你会发现，原来我有这样或者那样的优势，而这些优势如何更好地运用到自己的学习和生活也是一非常重要的命题。

因此，同学们，从现在起，多去体验，多去尝试，不自卑，不自负，将自己的优势发挥到极致，不断地反思、调整、再

尝试，你会发现你将遇见更美好的自己。

除了正确认识自我以外，我们还要正确与人交往，建立和谐的人际关系。

和谐的人际关系会给予我们一个很好的支持环境，我们会更愿意在这个环境中学习或生活。谈到人际关系，离不开沟通，人与人的沟通是双向的，首先，我们要学会倾听，倾听别人的感受，尊重每个人的看法，这是我们与人建立良好关系的前提；其次，我们要学会表达自己，诚实地表达自己的情绪和愿望。表达自己的感受，是为了让别人了解自己，表达自己的愿望，是让别人知道如何与你相处。最后，我们还可以多给别人力所能及的帮助，送人鲜花，留己芬香，助人会让你感觉自己备有价值，而价值感会让你感到快乐。

同学们，让我们在关注身体健康的同时，一起来关注自己，关注心理健康，做一个全面健康的人，共同营造健康和谐的校园，共创心理特色校。祝愿大家都有一个健康的心理，阳光的心态，快乐幸福的人生！

我的讲话完毕。谢谢大家！

心理健康演讲竞赛推文篇三

老师们、同学们：

上午好！

今天我国旗下讲话的题目是《乐观自信，争做阳光好少年》，同学们，你们知道吗？根据世界卫生组织给健康下的定义，健康包括身体健康、心理健康、良好的社会适应和道德健康。

首先，要正确认识自己。不要自卑，不要自负，要自信，相信自己，天生我材必有用，每个人都有自己的优点，不存在

差学生，只存在有差异的学生，要正确面对挫折或失败，很多我们原本以为迈不过去的坎，其实可能压根只是小事一桩，换一个角度看待它，会有意想不到的转机。

其次，要学会正确与人交往，建立和谐的人际关系。和谐的人际关系来自于对别人的爱心，来自于对别人的尊重。把你的爱心与老师、同学分享，你会得到更多的快乐；把你的意见与别人沟通，你会得到许多有益的忠告；与人分享快乐，快乐会加倍，与人分担痛苦，痛苦会减半。多给别人力所能及的帮助，送人鲜花，留有余香，多尊重别人，多体谅别人，经常真诚地对人微笑，真诚地微笑充满着你的自信，表示着你的礼貌和对别人的尊重。

第三，要正确面对批评。在我们学习、生活中，总会听到批评的语言。有的同学总觉得被批评了没面子，对于别人善意的批评和劝告拒不接受，逆反心理特强，与同学、老师、父母之间对立情绪严重。久而久之就会使自己的心理健康产生问题。我们应当多听取老师、父母、同学的意见，要知道良药苦口利于病，忠言逆耳利于行，最关心你的人，才是最爱你的人，苦口婆心地批评你的人，才是最想帮助你的人。

同学们，让我们在今后的学习和生活中，保持良好的心态，乐观自信，做一个身心健康的阳光少年吧！只有具有积极的人生态度，才能塑造全新的自我！我们的生活才会变得精彩，人生才会有价值！

谢谢大家！

心理健康演讲竞赛推文篇四

尊敬的老师，亲爱的同学：

大家晚上好！今天我演讲的主题是《回首往昔，展望未来》。

xx年，我们珍惜，我们超越，我们期待，我们实现[]xx年，新中国在烈火中涅槃重生，不断战胜风雨，创造奇迹，回首一路走来的岁月，我们看到的是未来的希望。

有人说：“中国的存在本身就注定会成为奇迹，不需怀疑也不必怀疑。”的确，在这短短的xx年间，一场场的灾难给我们带来了悲痛，但是却并没有使我们意志消沉，反而更加团结了我们，凝聚了我们。我们用坚强，用信念，用爱心将灾难统统踏于足下，这股富有勇气的力量来自于一个年轻的国家，来自于一个拥有五千年灿烂文明的民族，更来自于勤劳勇敢的13亿中国人民。

时间，洗不尽历史的铅华，他见证了xx年来的起伏[]xx年间的刻骨铭心。历史早已成为过去，却需要我们去回首，去感悟。昔日的贫穷落后，过去的“东亚病夫”早已不属于我们，现在的我们已用东方神箭放飞gdp[]让它在地平线上以最快的速度上升，在联合国，在经合组织，在博鳌论坛，在金融峰会，世界从未像今天这样，四海静默，一起倾听我们的声音。

记得一位哲人说过：历史的车轮在曲折中前进。经过漫长的摸索，我们渐渐看到了曙光。哪怕雪灾降临，天寒地冻不曾摧毁我们的坚强，我们用爱心为彼此升起了冬日的旭阳。试问：有谁不会为这样一个充满温情的民族所折服。历史已经证明，再厚的冰雪，再大的地震，也会因为我们的手足之情，同胞之爱而战胜，也会因为我们坚韧不拔的信念和共克时艰的力量而阳光重现。

20xx年也是值得自豪的一年。奥运会的成功举办，让世界脊背裂中国人民的微笑，记住了东方文明古国的美丽与宽广；神舟九号的成功发射，再一次到达了国人眼中那个神秘而广袤的宇宙。我们向世界证明了：梦想有多远，我们就能够走多远。

昂首阔步走在20xx年，展望未来，中华民族定能够兴旺富强，

中国人民定会幸福安康。未来的中国，将会以多姿多彩的身影展现在世人眼前，以灿烂辉煌的成就屹立于世界，在历史的长河中留下属于我们的故事。

总结xx年的经验，回味xx年的风雨，赞美xx年的辉煌，铭记xx年的历史。我们幸福地感到自己是一名中国人，一个龙的子孙。回味共和国的xx年。我们感悟太多，感动太多，要感谢的也太多。站在历史的十字路口，回首，展望，我用一颗十七岁的心祝福我的祖国越来越好，越来越强！

谢谢！

心理健康演讲竞赛推文篇五

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家好！

征服畏惧，战胜自卑，不能夸夸其谈，止于幻想，而必须付诸实践，见于行动。建立自信最快、最有效的方法，就是去做自己害怕的事，直到获得成功。具体方法如下：

1、突出自己，挑前面的位子坐

在各种形式的聚会中，在各种类型的课堂上，后面的座位总是先被人坐满，大部分占据后排座位的人，都希望自己不会“太显眼”。而他们怕受人注目的原因就是缺乏信心。

坐在前面能建立信心。因为敢为人先，敢上人前，敢于将自己置于众目睽睽之下，就必须有足够的勇气和胆量。久之，这种行为就成了习惯，自卑也就在潜移默化中变为自信。另外，坐在显眼的位置，就会放大自己在领导及老师视野中的比例，增强反复出现的频率，起到强化自己的作用。把这当作一个规则试试看，从现在开始就尽量往前坐。虽然坐前面

会比较显眼，但要记住，有关成功的一切都是显眼的。

2、睁大眼睛，正视别人

眼睛是心灵的窗口，一个人的眼神可以折射出性格，透露出情感，传递出微妙的信息。不敢正视别人，意味着自卑、胆怯、恐惧；躲避别人的眼神，则折射出阴暗、不坦荡心态。正视别人等于告诉对方：“我是诚实的，光明正大的；我非常尊重你，喜欢你。”因此，正视别人，是积极心态的反映，是自信的象征，更是个人魅力的展示。

3、昂首挺胸，快步行走

许多心理学家认为，人们行走的姿势、步伐与其心理状态有一定关系。懒散的姿势、缓慢的步伐是情绪低落的表现，是对自己、对工作以及对别人不愉快感受的反映。倘若仔细观察就会发现，身体的动作是心灵活动的结果。那些遭受打击、被排斥的人，走路都拖拖拉拉，缺乏自信。反过来，通过改变行走的姿势与速度，有助于心境的调整。要表现出超凡的信心，走起路来应比一般人快。将走路速度加快，就仿佛告诉整个世界：“我要到一个重要的地方，去做很重要的事情。”步伐轻快敏捷，身姿昂首挺胸，会给人带来明朗的心境，会使自卑逃遁，自信滋生。

4、练习当众发言

面对大庭广众讲话，需要巨大的勇气和胆量，这是培养和锻炼自信的重要途径。在我们周围，有很多思路敏锐、天资颇高的人，却无法发挥他们的长处参与讨论。并不是他们不想参与，而是缺乏信心。

在公众场合，沉默寡言的人都认为：“我的意见可能没有价值，如果说出来，别人可能会觉得很愚蠢，我最好什么也别谈，而且，其他人可能都比我懂得多，我并不想让他们知道

我是这么无知。”这些人常常会对自己许下渺茫的诺言：“等下一次再发言。”可是他们很清楚自己是无法实现这个诺言的。每次的沉默寡言，都是又中了一次缺乏信心的毒素，他会愈来愈丧失自信。

从积极的角度来看，如果尽量发言，就会增加信心。不论是参加什么性质的会议，每次都要主动发言。有许多原本木讷或有口吃的人，都是通过练习当众讲话而变得自信起来的，如肖伯纳、田中角荣、德谟斯梯尼等。因此，当众发言是信心的“维他命”。

5、学会微笑

大部分人都知道笑能给人自信，它是医治信心不足的良药。但是仍有许多人不相信这一套，因为在他们恐惧时，从不试着笑一下。

心理健康演讲竞赛推文篇六

各位学长学姐以及亲爱的同学们大家晚上好！我是来自成型__班的心理委员__，我是来竞选心理部干事的，很高兴站在这里为大家演讲！

我的演讲内容有三点：

第一、鼓起勇气，抓住机会。同学们，勇气与机会是并驱前行的，多一分勇气，便拥有多一份机会！很多时候并不是我们没有机会，而是我们缺乏抓住机会的勇气，从而导致机会的流失！所以我们需要鼓起勇气抓住机会，就如现在我站在这里就是一种抓住机会的表现，我知道竞选不一定成功，但如果不站这里你就永远没机会进入学生会这个部门，社会上其他工作单位也皆如此吧，所以同学们请用你的勇气，把握好机会吧！相信这样你的将来会更精彩！

第二、请保持你的梦想！人如果有了切确的目标，就会有强大的动力，你的梦想便是你的目标，为了你能拥有更大的动力，同学们请保持你的梦想！也许奔驰在梦想路上的我们，有时会感到迷茫，但没关系！当我们迟疑不决的时候，不妨向前迈出一小小步，比如现在我站在这里，这也是一种锻炼，这种锻炼不正是为了梦想而奠定基础么？这就是所谓的一小小步，所以同学们请大胆的迈出你们的小小步吧！为你们的梦想进发！

第三、保持乐观的心态，自信的面对生活，这是最重要的一点！生活中我们会遇到许多挫折，很令人头痛，但没关系！同学们自信点！乐观的面对它，因为生活总是难在当下的，回头看看我们走过的路，多大的困难，我们还不是走过来了，所以当我们遇到困难的时候，坚持一下，它就会变成过往！同学们，自信点，乐观起来吧！我们是打不死的小强！

谢谢大家，我的演讲完毕！

心理健康演讲竞赛推文篇七

老师们、同学们：

大家好！

今天是5月25日，5月25日是全国大学生心理健康日，随着心理健康教育的普及，很多中小学将5月定为自己学校的心理健康活动月，5月25日为心理健康活动日。“5.25”是“我爱我”的谐音，确定的意义是爱自己才能更好的爱他人。心理健康的第一条标准就是认识自我，接纳自我，体验到自己存在的价值，用尊重，友爱，信任，宽容的态度与人相处，给予爱和友谊，与他人同心协力。所以，我今天讲话的题目是《关注心理健康,阳光成长》。

心理学家告诉我们：人的健康分为两部分，一半是身体健康，

一半是心理健康。在日常生活中，人们常常重视身体健康，而忽视心理健康。

现代社会，竞争激烈，学习或工作负担重，生活节奏日益加快，人与人的交往日渐增多，人际关系复杂。越来越多的人由此产生了心理问题，心理健康受到极大地威胁或损坏。有的人程度轻微，有的人程度严重，学生中有，教师里也有。在我们的周围，有的人情绪反复无常，时而热情奔放，时而沉默寡言，闷闷不乐；有的人脾气暴躁，常常无端发火，因琐碎小事而耿耿于怀，甚至与人争吵，拳脚相加；有的人感到孤独寂寞，意志消沉，悲观失望，整天无所事事，迷恋网吧，常常迟到旷课，厌学情绪严重；有的人自卑，心理脆弱，总觉得自己不如别人，承受不起挫折或失败；有的人自负，目空一切，惟我独尊，对人苛刻，别人都不如他，对于别人善意的批评和劝告拒不接受，逆反心理强，与同事、老师、同学、父母对立情绪严重。

所有这些都与人的心理是否健康密切相关。心理是否健康，小而言之，影响着一场考试的得失，影响着一场比赛的胜负；大而言之，影响着人的工作、学习和生活，影响着班级、学校的和谐，社会的安定。

我们怎样才能拥有健康的心理？我看主要有两方面：

第一，要正确认识自己。正确认识自己就是不要自卑，不要自负，要自信，相信自己，天生我材必有用，每个人都有自己的优点，我们不存在差学生，只存在有差异的学生，有可能你这方面比我强，另外一方面我比你强。要正确面对挫折或失败，再漫长的路总有尽头，再绝望的事总有希望，要相信失败是成功之母，饱经风霜、历经坎坷的人比一帆风顺的人更能忍受挫折，更能有所作为。大家是否还记得爱因斯坦小板凳的故事，当别人都嘲笑他做的板凳不好看时，他并不气馁，而是积极面对，一次做得比一次好，最终赢得尊重，也成为历史上伟大杰出的科学家。

第二，要正确与人交往。正确与人交往就是要善于建立和谐的人际关系。和谐的人际关系来自于对别人的爱心，来自于对别人的尊重。把你的爱心与老师、同学分享，你会得到更多的快乐；把你的意见与别人沟通，你会得到许多有益的忠告；与人分享快乐，快乐会加倍，与人分担痛苦，痛苦会减半。多给别人力所能及的帮助，送人鲜花，留己芬香，多尊重别人，多体谅别人，多听取老师、父母、同学的意见，良药苦口利于病，忠言逆耳利于行，要经常真诚地对人微笑，真诚地微笑会让你充满着你的自信，也表示着你的礼貌和对别人尊重，最终你也将会获得别人的礼貌和尊重。

老师们、同学们，让我们在关注身体健康的同时，一起来关注心理健康，做一个全面健康的人，共同营造一个健康、和谐的校园。谢谢！

心理健康演讲竞赛推文篇八

各位尊敬的领导、各位致力于儿童心理健康教育的伙伴们：

下午好！

今天代表少华街许许多多关怀儿童心灵成长的老师们发言，既有着无比的荣幸，又充满了使命感。

回顾这四年以来的学习和工作，我深深地感受到作为一名心理健康辅导员的幸福。20~~年的，我参加了徐州市心理健康教育培训班，第一次较为系统地学习了中小学心理健康教育的内容和方法。带着满心的欢喜，满腹的收获，满腔的热情回到学校后，我找到校领导汇报学习体会，并把自己对我校心理教育工作的设想以书面形式呈交上去。在得到学校各层领导的支持后，我校的广播节目“心灵加油站”咨询热线、“知心姐姐热线”相继开通。几年间，学生们从对“心理健康”、“心理辅导”这样字眼的陌生，家长对“心理健康”、“心理辅导”的抵触，到“健康，从心开始”的理

念的悄然到来，我看到了工作的成效，看到了时代的进步给我们心育工作者的推动力量。

随着工作的扩大和深化，来自于学生、家长、老师的需要越来越多，面对他们求助的眼神，我深感个人心理辅导专业技能的欠缺。于是，在20xx年春天，我在市劳动保障局报名并在徐师大参加了国家心理咨询师资格考试的培训班，在这里我有遇到了许多来自学校和医院从事心理健康工作的朋友，既有白发老人，也有残疾朋友，在愉快的学习过程中，我感受到从事“心理健康”工作是健康他人，更健康自己的过程。这期间，学校的工作和我的学习相辅相成。当年7月我顺利地通过了国家心理咨询师三级考试。

从此，我校的心育工作走上了“专业化、规范化”的道路。我以心理健康宣传为重点，心理咨询并举，拓宽心理教育渠道，使我校心理健康教育工作处具规模。下面我就两方面谈谈我校心育工作的实践与探索：

一方面，完善多方位心育组织。

学校心育工作需要有一定的组织机构和严格管理，这是保证心育工作科学性、规范性和有效性所必须的条件。校长室王建校长提出学校心育工作目标，对各级教育成员提出要求，了解并评估学校教育工作。分管校长和领导负责组织辅导员参与业务培训，指导教育研究方案、协调各方面力量。班主任是有效实施心育工作的主体力量。通过课堂教学和班队活动渗透心理健康理念，培养健康的心理品质。心理咨询员负责开展团体辅导和个别辅导，管理心理咨询室。心理活动小组由学生组成，是学生和心理咨询员的纽带，是联络员，向心理咨询员反映学生中出现的普遍心理问题，对所发现的明显存在心理问题的同学提供帮助，向心理咨询员及时反映。心灵加油站——互助小组/我的档案通过这样的一个网络，调动了各方面力量参与学生的心理健康教育，营造了一个健康的心理氛围，给学生以最全面的心理帮助。

另一方面，在心育工作中传递爱心，追求实效。美国人本主义心理学家罗杰斯认为心理咨询人员需要具备以下四种品质，才能胜任心理咨询工作：

- 1、无条件的尊重，就是说，无论我们面对的学生言行怎样，我们都应以一种全面接受的态度对待。
- 2、一致：我们的言语和行为应该是直率的、一致的。
- 3、真诚：我们应当是诚实的、真挚的，不能虚情假意。
- 4、通情：我们应让学生感受到我们懂得他们的心情，能站在他们的角度看待事物。这里，我想加入的一点自己的经验，这就是爱心。心育是心灵的对话，是生命的碰撞。要做好这项工作，我们要用春风化雨般的爱心让学生感到温暖，愿意倾诉，进而获得心灵的成长。

面对一个不适应新环境的学生，告诉他：“我也有过同样的经历，你的感觉我了解……”；面对一个受到批评的学生，告诉他：“我也曾犯过错，你的难过和后悔我也曾有过……”；面对一个在考试中挫败的孩子，告诉他：“我也是在考试中跌跌撞撞一路成长起来的……”。当我们带着爱心最大限度地贴近学生，设身处地、将心比心时，他们能够感受到被尊重、被理解、被接纳，他们的心灵就能自由地释放。就在这样的支持与帮助他人的过程中，我们咨询员自己是获益匪浅的，我们能从中改善我们的心境，让自己先健康起来，我们能改善我们的人际交往，为自己创造良好的心理氛围，我们能改善我们的亲子，使生活在我们身边的人首先获益。你一定会感受到幸福！

各位领导，各位致力于心育工作的伙伴们，开展好心理健康教育工作是时代赋予我们教育工作者神圣而光荣的使命，我们要以培养儿童的健康心灵为己任，踏踏实实做人，任劳任怨工作，以自己的美好心灵感染学生的心灵，以自己健康的

人格塑造学生的人格。让我们一道与孩子们在灿烂的阳光
下成长，去绽放美丽的心育之花！

谢谢大家！