

心理健康周活动总结 心理健康活动方案(实用6篇)

总结是对过去一定时期的工作、学习或思想情况进行回顾、分析，并做出客观评价的书面材料，它有助于我们寻找工作和事物发展的规律，从而掌握并运用这些规律，是时候写一份总结了。那么，我们该怎么写总结呢？以下是小编为大家收集的总结范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

心理健康周活动总结篇一

良好的心理素质是人的全面素质的重要组成部分。心理健康教育是提高小学心理的.教育，是实施素质教育的重要内容。本着以学生发展为前提，促进学生科学地认识心理健康，了解心理健康知识，掌握必要的心理调试方法，形成正确的心理健康观念，我们策划了我校第五届心理健康教育周活动。旨在通过本次活动，提高学生的心理健康意识，营造校园的心理教育氛围，让我校师生进一步了解心理健康，关注自身的身心健康。具体活动方案如下：

阳光成长快乐生活

20xx年12月8日（星期一）至12月12日（星期五）

为了把活动落实到位，特成立本次宣传周组织机构，具体如下：

组长：

副组长：

组员：

活动一：“心理健康教育活动周”启动仪式

1、时间：12月8日上午

2、地点：操场

3、活动内容：学校领导讲话“正确看待心理教育，提高自身心理素质”，学生代表讲话“爱自己因为我独一无二”，奏响我校20xx“心理健康教育活动周”的序曲。

活动二：心理健康教育知识宣传

心理健康知识专栏、“心灵直通车”广播心灵小故事、大课间心理格言每日诵读、

活动三：心理格言朗诵比赛

1、参加年级：三年级

2、活动程序：

12月5日各班利用班队课时间组织班内的朗诵比赛。

12月9日（星期二）各班选派两名学生代表班级到南教学楼六楼参赛。

3、评委：

活动四：讲故事比赛

1、参加年级：四年级

2、活动程序：

12月5日各班利用班队课时间组织班内的讲故事比赛。

12月10日（星期三）各班选派两名学生代表班级到南教学楼六楼参赛。

3、评委：

活动五：心理健康格言卡制作展示

1、参加年级：五年级

2、活动程序：

作品上交时间：各班于12月8日（星期一）上交15份作品于四楼心理咨询室xx老师。

作品展示时间：12月10日（星期三）至12月12日（星期五）

3、地点：操场

活动六：心理咨询活动

1、时间：活动周期间每天中午一点至两点

2、地点：北教学楼四楼心理咨询室

3、值班教师安排：

周一□xx周二：

周三□xx周四： 周五：

温馨提示：请评委老师提前调好课参加活动。

xx市实验小学

20xx.11.25

心理健康周活动总结篇二

为迎接第17个“5·25”大学生心理健康日，培养我校学生良好心理素质，促进他们身心和谐、素质全面发展，现就组织开展“5·25”心理健康教育月活动有关事项安排如下：

助人自助快乐成长

5月9-31日

顾问：左泽文

组长：汪石果

副组长：

成员：

(一)启动仪式

- 1、时间地点：5月9日中午校本部一教楼前坪
- 2、承办单位：校心理健康教育中心
- 3、活动内容：宣读活动方案、学生倡议书、领导讲话。

(二)主题宣传

- 1、活动时间：5月10日下午
- 2、活动地点：校本部樟树林河西校区教学楼前
- 3、承办单位：校心理健康教育中心
- 4、活动内容：开展心理健康知识现场宣传和咨询服务。

(三) 专题培训

- 2、承办单位：校心理健康教育中心
- 3、活动内容：全校心理干部危机干预知识和技能培训。

(四) 专题讲座

- 1、时间地点：时间待定校本部、河西校区
- 2、主讲人：湘潭市社科联常务副主席刘晓霞、校学生工作处副处长张扬传
- 3、活动主题：心理素质与成长、快乐学习与生活。

(五) 心灵电影

- 1、时间地点：5月13、20、27日晚校本部、河西校区
- 2、承办单位：校心理委员联合会、校心理健康协会
- 3、活动内容：组织心灵电影赏析和有奖知识问答。

(六) 心理自助

- 1、时间地点：活动期间每周二校本部樟树林
- 2、承办单位：校心理委员联合会
- 3、活动主题：5月10日我知我心;5月17日排除烦恼我有方、破镜重圆;5月24日心理糖果party缘来于此;5月31日美丽心情。

(七) 微笑心灵

1、活动时间：5月9-31日

2、承办单位：校心理健康协会

3、活动内容：以班为单位申报作品，要求拍摄微笑照片配简短美文，设置一等奖2名、二等奖4名、三等奖8名等。

(八)触动心弦

1、活动时间：5月9-31日

2、承办单位：校心理委员联合会、校心理健康协会

3、活动内容：以班为单位申报作品，要求5分钟左右心灵美文的音频，设一等奖2名、二等奖4名、三等奖8名等。

(九)团体辅导

2、承办单位：校心理健康教育中心

3、活动内容：组织心理委员集训，分班开展团体辅导。

各二级学院要高度重视、营造氛围，积极配合学校5.25心理健康教育系列活动开展；同时，要根据本单位学生特点，精心组织针对性强的`心理健康教育活动，并于5月31日前报送总结材料。

心理健康周活动总结篇三

：全校学生

：各班级

学生自找素材并设计制作一期以“阳光心灵幸福校园”为主题的心理学黑板报。通过黑板报的设计，制作，让学生主动

学习心理健康知识，为今后进一步推进我校心理健康教育工作打下坚实的基础。25日，学校将组织评比小组进行检查评比，各年级评出一等奖一名、二等奖二名、三等奖三名。获奖作品照片将通过宣传栏给予展示。

心理健康周活动总结篇四

阳光成长快乐生活

xx年12月8日（星期一）至12月12日（星期五）

为了把活动落实到位，特成立本次宣传周组织机构，具体如下：

组长：

副组长：

组员：

活动一：“心理健康教育活动周”启动仪式

1、时间：12月8日上午

2、地点：操场

3、活动内容：学校领导讲话“正确看待心理教育，提高自身心理素质”，学生代表讲话“爱自己因为我独一无二”，奏响我校xx“心理健康教育活动周”的序曲。

活动二：心理健康教育知识宣传

心理健康知识专栏、“心灵直通车”广播心灵小故事、大课间心理格言每日诵读、

活动三：心理格言朗诵比赛

1、参加年级：三年级

2、活动程序：

12月5日各班利用班队课时间组织班内的朗诵比赛。

12月9日（星期二）各班选派两名学生代表班级到南教学楼六楼参赛。

3、评委：

活动四：讲故事比赛

1、参加年级：四年级

2、活动程序：

12月5日各班利用班队课时间组织班内的讲故事比赛。

12月10日（星期三）各班选派两名学生代表班级到南教学楼六楼参赛。

3、评委：

活动五：心理健康格言卡制作展示

1、参加年级：五年级

2、活动程序：

作品上交时间：各班于12月8日（星期一）上交15份作品于四楼心理咨询室xx老师。

作品展示时间：12月10日（星期三）至12月12日（星期五）

3、地点：操场

活动六：心理咨询活动

1、时间：活动周期间每天中午一点至两点

2、地点：北教学楼四楼心理咨询室

3、值班教师安排：

周一□xx周二：

周三□xx周四： 周五：

心理健康周活动总结篇五

为推进我校心理健康教育工作的开展，提高广大师生的心理健康意识，营造和谐的'校园心理氛围，扩大心理健康教育的影响，以“5?25”心理健康日为教育契机，我校将于20xx年5月25日至5月31日举办心理健康周活动。

关注心理健康，预防心灵感冒

罗明智、王文斌、张伟

（一）心理健康周启动仪式

活动时间：5月25日上午课间活动

对象：全校学生

地点：教学楼前

（二）心理健康知识手抄报大赛

活动时间：5月30日上午检查

活动形式：由各班班主任指导，各班创办“关注心理健康，预防心灵感冒”为主题的手抄报，每班两张，用红纸或剪纸等装饰成展板，在校园展出并由团委打分评比，选出一等奖、二等奖、三等奖和参与奖，分别给予班级量化加8分、6分、4分、两分的奖励。

（三）心理健康主题黑板报

活动时间：5月30日上午课间检查

活动对象：初一年级

活动形式：各班创办“珍爱生命，呵护心灵”为主题的黑板报，由政教处检查打分评比，选出一等奖、二等奖、三等奖和参与奖，分别给予班级量化加8分、6分、4分、两分的奖励。

（四）心理健康知识讲座

活动时间：5月30日（具体时间另行通知）

活动对象：七年级全体学生

活动形式：现场讲座

心理健康周活动总结篇六

以学生为本，以学生的发展为本，自我探索、自我体验、自我感受、自我成长、助人自助

培养学生良好的心理素质和社会适应能力

- 1、通过班级心理辅导活动课，对学生进行人格辅导、学习辅导、休闲辅导等，实现心理健康的预防性、发展性目标。
- 2、设立“馨香一瓣”聊天室，让学生倾听心理的烦恼，在轻松愉快的氛围中，开启心扉，调适心理。
- 3、通过“心理驿站”广播节目，对学生来信来电进行解答。
- 4、通过“悄悄话”信箱，了解学生要解决的困难，让学生在无助时能及时得到老师帮助。
- 5、专家讲座，邀请心理专家对学生进行心理辅导。
- 6、通过“心理健康教育”宣传橱窗，向学生宣传心理健康知识。
- 7、通过《英育现代教育》、《蒲公英》、“心理之窗”栏目，引领学生解读心理健康教育知识。

1、学习辅导

它着重对学生的技能、学习情绪与动机进行训练与辅导。学习技能辅导主要是指观察力、注意力、记忆力和学习策略的训练，增强学生的这些学习技能有助于他们学业成绩的提高。学习情绪与动机是学生学习中的动力因素。

2、人格辅导

青少年成长发展的一个重要标志就是学会认识自我，学会认识他人，学会与他人沟通交往。人格辅导活动侧重于自我意识与自我控制，以及人际沟通两个方面。自我意识辅导活动旨在让学生对自我有一个全面的了解，要善于发现自己的长处，正确对待自己的长处，同时也要善于发现自己的不足，正确对待自己的不足。自我控制辅导活动着眼于情绪的调控。

青少年学生的情绪很不稳定，在个人调节与外界的关系时，情绪是最为敏感，最为活跃的心理成分。学会情绪的自我调节，便于学生驾驭自我，也有利于他们更好地适应环境。人际沟通辅导活动则侧重于与老师、父母、同伴的沟通。同时，与异性同伴的沟通也是青少年期同伴沟通的一个重要部分。

3、生活辅导

生活辅导主要侧重于消费、休闲与应付危机等，这些都是生活在现代社会中的每一个成员不可缺少的素质。教师一方面引导学生如何合理消费、合理安排自己的闲暇生活；另一方面还要帮助他们学会自主地选择消费与休闲的方式。