# 202\_心理健康主题班会策划范文

来源：网络 作者：梦里花落 更新时间：2024-02-03

*时光在流逝，从不来停歇，一段时间的工作已经告一段落，为了迎接新的工作目标，是不是要好好写一份策划了。是不是无从下笔、没有头绪?以下是小编收集整理的20\_心理健康主题班会策划大全5篇，仅供参考，欢迎大家阅读。20\_心理健康主题班会策划大全1一...*

时光在流逝，从不来停歇，一段时间的工作已经告一段落，为了迎接新的工作目标，是不是要好好写一份策划了。是不是无从下笔、没有头绪?以下是小编收集整理的20\_心理健康主题班会策划大全5篇，仅供参考，欢迎大家阅读。

**20\_心理健康主题班会策划大全1**

一、活动背景及目的

为贯彻我校、学院精神，加强我们的班级文化建设，让我班同学能够进一步增进对自我了解、探索自我，解决在成长、学习上的诸多困惑，以使同学们心理健康成长，保障同学们能够度过一个愉悦的大学生活，做好自己的人生规划，树立明确奋斗目标，进而为今后的社会生活打下坚实基础;同时，开展主题班会，鼓励班级同学写出对家人、老师、同学和朋友的关心、鼓励、祝福、真诚的祝福等话语。

二、活动主题

320心理健康周

三、活动对象

\_级气科三班全体同学

四、活动形式

以班级为单位召开主题班会进行探讨

五、活动内容

1、由宣传委员宣传现在我们大学生心理特征及隐患

2、请部分同学们上台分析自己存在的心理问题

3、班内同学之间互相分析心理问题的解决方法

4、与同学讲述自己解决心理问题的过程和方法

5、制作相关心理题目让同学们竞猜，以便更深刻的剖析大学生的心里

6、播放关于父母老师同学的视频

7、心理委员总结

六、活动地点

明德楼S201

八、活动时间

\_年3月26日

九、活动负责

1.由班长发言宣布主题班会开始

2.由组织委员进行拍照进行照相

3.由心理委员将班会内容记录好，再交于\_级心理委员负责人

十、活动宣传：

1.以海报进行宣传

2.在班级QQ群进行资料宣传

十一、经费预算

海报：20元

宣传单：5元

总计：25元

**20\_心理健康主题班会策划大全2**

为贯彻学校、学院精神，加强我班级建设，合理利用“5·25”心理健康日这一契机。让我班同学能够进一步增进对自我了解、探索自我，解决在成长、学习上的诸多困惑，以使同学们心理健康成长，保障同学们能够度过一个愉悦的大学生活，做好自己的人生规划，树立明确奋斗目标，进而为今后的社会生活打下坚实基础。

具体安排如下：

一、活动主题

绘人生蓝图 圆青春梦想

二、活动时间

\_年5月20日

三、活动地点

待定

四、参于人员

\_\_级x班全体同学，倪导师，张辅导员

五、前期策划准备

1、心里联络员了解同学们生活学习中遇到的疑惑，通过查资料、询问有关老师找到解决方法;

2、召开班委会议制定详细计划，考虑全面。以使在班会中，心理联络员作主导作用，每位班委协调配合好。调动同学们积极性是尽可能多的同学在其中受益，而不只是一个形式。

六、活动流程：

1、前期准备

设计并筛选活动流程，确保同学们在快乐的同时学习心理知识，解决学习生活疑惑，做好人生规划。

2、班会序幕

做一个真心大冒险游戏，既可以调动同学们的好奇心，又可以引出本次班会的主题，使班会在轻松而愉悦的氛围中顺利进行。

3、班会开始

讲解此次班会的意义，并对整个健康月的活动做一个总结，把此次班会的安排流程告诉同学，是同学对对此次班会有个大致了解，做好心理准备。

4、视频观赏

播放几个同学们感兴趣的而且与本次活动有关大学生心理健康视频。

5、疑惑解答

讨论学习生活中的疑惑，在交流中寻找解决问题的方法，增进同学们之间的相互了解。与此同时，心理联络员为大家讲解一些学习到的心理知识，增加同学们对心理知识的了解，帮助做好人生规划。

6、游戏阶段

心理测试。在娱乐中了解个人性格、交流等方面的优势特点及不足之处。进一步了解自己，探索自己。

文字接龙。以宿舍为单位分组，进行语言传达。让同学们在集体中感受到快乐，增强集体观念。认识到未来的社会仍需要合作。

户外活动。另找时间开展户外活动，譬如，混合篮球，编花篮，兄弟连等各种的娱乐活动，放松同学们的身心，认识到身体是未来竞争的资本。

7、班会总结

与同学们交流此次活动的感受，以书面形式字数不限，重在参与。对最近班级里存在的问题做一些分析，并提出个人的见解，对今后同学们共建和谐班级提出合适的建议。

8、班会结束

班委做后期工作。如，卫生方面，会后保持教室优良的环境。讨论此次活动存在的问题，寻找更加合适的解决方法，为以后开展活动汲取更多的经验，以完善各项工作。

七、后期工作

心里联络员对同学们所写感受认真分析，针对不同同学的情况适当的与其交流，让更多的同学了解自我，做好人生规划。

**20\_心理健康主题班会策划大全3**

一、活动主题：

“爱我，爱他，共建班级之家”

三、活动目的：

通过心理主题班会，提高大学生的心理健康知识水平，增强心理保健意识，提高心理耐挫力，解答困扰同学们学习和生活的心理问题，增强班级凝聚力，推进班级心理之家建设。

四、活动时间：20\_年10月29日

五、活动地点：待定

六、活动对象：检测一二班以及新能源全体学生

八、活动流程：

1.活动之前策划书由检测一班写

1.活动开展之前检测二班申请教室

2.布置教室由新能源进行

3.检测二班周康做ppt讲ppt

4.在活动过程中会开展一些小游戏，每个班的班委分别带动各班的同学进行活动

5.小游戏环节

(1)抛气球：准备一个气球，从班级的第一个人开始传递，一分钟后，传到谁，谁就上台接受惩罚，由主持人准备好一些惩罚的措施，由受惩罚的人抽取一个惩罚方法进行惩罚。

(2)收集梦想：请每个人在便利贴上写上未来的梦想，或者自己以后想要改进的缺点和不足，然后贴在黑板上。

6.活动中所需要的一些小奖品由检测一班朱文君购买

7.活动结束各班班委清理掉黑板以及墙上的气球

6.活动结束后由检测二班周康交照片写总结

**20\_心理健康主题班会策划大全4**

一、活动目的

为提升学生身心素质，对学生进行身心素质教育，帮助学生正确认识自我、悦纳自我、超越自我;引导学生了解心理知识，疏通心理瘀积，预防心理疾病，提高心理素质，促进学生健康成长和全面发展,为建设和谐校园做出积极贡献。

二、活动主题

三、活动对象

商学院20\_、20\_级全体同学

四、活动时间

20\_年9月23日

五、活动主办及承办单位

主办单位：黄冈职业技术学院

承办单位：商学院

六、活动地点

群贤阁

七、活动流程

1、本活动分为初赛和决赛，采用评分淘汰制

2、各班开展主题班会，由评委进行打分，分数靠前的6个班进入复赛

3、复赛评选出一等奖一名，二等奖二名，三等奖三名

4、另再评选出一名最佳创意奖

八、活动要求

1、班会主题必须关于心理健康教育方面，充分认识心理健康教育的意义及作用

2、班会时长为45分钟

3、班会内容不限，但须符合大学生积极健康的形象

九、活动评分标准

1、主题突出、立意鲜明、具体，紧紧围绕主题组织班会内容，各部分时间分配合理(班会时间45分钟左右)。(20分)

2、具有教育性，班会的内容有利于促进学生正确的认知、情感、态度、价值观的形成，注重学生主体精神的培养。(20分)

3、具有实效性，班会的形式新颖活泼，丰富多彩，为学生所喜闻乐见，学生积极参与，乐于体验，精神饱满，气氛活跃。(30分)

4、具有艺术性，班会准备充分，会场布置得当，教师、学生的仪表、举止、语言得体。(10分)

5、具有创新性，班会的形式、方法上有合理创新。(20分)

**20\_心理健康主题班会策划大全5**

一.活动背景及活动意义

根据调查，我国存在一定心理困惑及轻度心理障碍的大学生比例高达25%~30%，而长期以来，心理健康教育主要从咨询、讲座、宣传展等方式来帮助大学生。这些方式已不能满足广大学生的要求。因此为增强大学生对心理健康知识的了解，引导大学生探索生命的积极意义，思考人生，以积极进取的态度面对学习与生活。我们班级积极响应学校从及院系的号召开展这次《关注心理》主题班会。

二.活动主题：

关注心理健康，创建和谐班级

三.活动目的：

提高大学生对心理健康问题重要性的认识，同时提高学生们的心理保健意识，以及如何保持一个良好的心理状况，使我们同学都能有一个良好的心理状况，使我们同学都能有一颗积极健康的心态去过好大学四年的每一天。

四.活动时间：

9月28号(星期三)

五.活动地点：

文通楼305

六.参与人员：

制药111班全体同学及班主任和学长、学姐

七.活动过程：

主持人致开场白并介绍大学生心理健康节的由来(伴奏轻音乐)。

由心理委员根据调查统计，提出同学目前存在的心理问题(以小见大)。

做个小游戏“悄悄听我跟你说”，消除陌生气氛，拉近同学距离(背景音乐：班得瑞轻音乐)。

在轻松、愉悦的状态下，由同学讨论，派出代表，发表一下自己对解决此类问题的看法。

主持人给予分析。

到场的老师或学长学姐发言总结。

最后留五分钟让同学写一下此次班会的感悟，或想对自己说的话。(由班长、团支书、心理委员负责收纸条，其他班委员负责监督维持秩序。期间伴奏轻音乐)

八.人员安排：

主持人：包娟，甘子腾。

宣传：张扬，陈青青。

策划书：李蒙。

会场布置及摄影：李洋，吕正峰，刘笑，等。

九. 经费运用

矿泉水，信纸，多媒体等。

十. 应急措施：

由班委组成小队，负责监督、维持秩序及处理突发事件。

十一.附件：

省略

十二.活动总结

心理问题采集由心理委员、班长和团支书在班会前采用各种方式收集同学的心理问题并统计，做好相应的准备。

召开班委会议，制定详细计划、协调、配合完成本次活动，充分地调动同学的积极性，以更多的同学可以在本次活动中受益。

提前联系准备邀请的老师、学长，定好班级，开会前半小时所有班委必须到场，检查会场的多媒体等设施。

班委提前准备好本次活动所需的测评、游戏及班会所需的一些东西。

会议中做到处理好一切突发事件，做好应急措施。

会议结束后，班委要与同学保持联系，积极主动地了解同学们的心理问题，真正做到“关注心理健康，创建和谐班级”!

style=\"color:#FF0000\">20\_心理健康主题班会策划大全

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！