# 心理健康教育国旗下讲话 小学国旗下讲话稿

来源：网络 作者：静谧旋律 更新时间：2025-05-14

*第一篇：心理健康教育国旗下讲话 小学国旗下讲话稿心理健康教育国旗下讲话 小学国旗下讲话稿尊敬的老师、亲爱的同学们：我讲话的题目是《阳光心理 健康人生》。同学们，你可曾为一点小事而气恼过？你可曾无缘无故地感到郁闷不快？你可曾对前方的困难望而...*

**第一篇：心理健康教育国旗下讲话 小学国旗下讲话稿**

心理健康教育国旗下讲话 小学国旗下讲话稿

尊敬的老师、亲爱的同学们：

我讲话的题目是《阳光心理 健康人生》。同学们，你可曾为一点小事而气恼过？你可曾无缘无故地感到郁闷不快？你可曾对前方的困难望而却步？如果有，请关注你的心理是否健康！心理学家告诉我们：人的健康一半是身体健康，一半是心理健康。现代的人们在重视身体健康的同时，越来越重视心理健康。

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？

首先，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。要正确面对挫折或失败，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。

其次，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，留已芳香，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，经常真诚地对人微笑，传递快乐！享受快乐！

再次，正视现实，勇于解决问题。正视困难与挫折，勇于面对现实，找出问题的解决办法，而不企图逃避，推卸责任。

最后，情绪稳定，性格开朗。养成热爱生活、积极向上的生活态度，要树立远大的理想和信念，只有这样才能性格开朗，目光远大，心境愉快，才能胜不骄，败不馁。

同学们，让我们打开心灵的窗户，让理智、和谐的阳光滋润我们的心灵。从现在开始呵护自己的心灵，调整自己的心态，让健康、幸福的阳光沐浴我们的生活。让我们人人都拥有一个阳光心理，拥有一个健康的人生！首页12尾页

下面是赠送的年度工作总结，不需要的朋友可以下载后编辑删除！！欢迎再度光顾

XXXX年度工作总结

尊敬的各位领导、同事们：

XXXX就快结束，回首XXXX年的工作，有工作成功的喜悦，有与同事协同攻关的艰辛，也有遇到困难和挫折时惆怅。不知不觉中紧张而有序的一年就要过去了，一年以来，在公司领导的悉心关怀与指导下，在同事们的支持和帮助下，通过自身的努力，各方面都取得了一定进步，较好的完成了本职工作。为以后更好的工作，总结经验，吸取教训，现将工作情况作简要总结。

一 要不断加强学习，提高自身综合素质。具有良好综合素质是做好本职工作的前提和条件。一年以来始终把学习放在重要位置，努力在提高自身综合素质上下功夫。不断学习专业技能，向周围工作经验丰富的同事学习，用知识充实自己，扩大知识面，努力提高自身综合素质。

二 做到尽心尽力，严格履行自己的岗位职责。树立公司现象，使客户对公司产品的满意度最大化，做好技术服务工作，同时也是对公司产品宣传。以及对公司产品性能的收集，以便作出及时改进，使产品更好的满足现场的使用要求。

三 要学会善于沟通交流，加强协助协调。现场技术服务人员不仅要有较强的专业技术，还应该具有良好的沟通交流能力，一种产品很多时候是由于操作不当才出现问题，而往往不是客户反映的质量不行，所以这个时候就需要我们找出症结所在，和客户进行交流，规范操作，从而避免客户对产品的不信任乃至公司形象的损害。在过去的工作中得到了一些体会，在工作中心态很重要，工作要有激情，保持阳光的微笑，可以拉近人与人之间的距离，便于和客户沟通。在日常的工作中做到较好跟客户沟通，做到令客户满意，每次优秀的技术服务，代表了客户对本公司产品多了一份了解和信任。

四 要继续学习专业知识，做到实际掌握，熟练操作。一年来，通过不断学习和摸索，学习了气体的产生、收集及方法，逐渐熟悉和掌握了本公司推出的燃气机的工作原理、操作方法。在部门领导和同事的帮助下，熟悉并掌握了公司推出的科迈控制系统的原理、调试方法，并且到武汉陈家冲垃圾电厂对燃气机控制系统改造，学习调试，积累了一些经验.总之，一年来，干了一些工作，也取得了一些成绩，但成绩只能代表过去，工作中也存在着一些不足，不能达到更高要求。在今后的工作中，我一定发扬本人优点，改正不足，扬长避短，争取更大的成绩。展望XXXX年的工作，我会更加的努力下去，在自己的工作岗位上不断的进步，取得更大的成绩。每一年我都有进步，相信不断的成长就会得到更大的回报，我会为公司的发展作出我最大贡献，相信自己在下一年做的更好！

祝大家来年工作学习都进步！

**第二篇：心理健康教育国旗下讲话**

关注心理健康，塑造阳光心态

各位老师、同学们: 大家好！大家知道，人的健康包括两个部分：身体健康和心理健康。现代社会，人们的心理负担也越来越重。调查显示，中国1/4上班族存在心理健康问题，只有27.8%的学生心理健康状况较好，64.8%的学生一般，13%的青少年存在明显的心理和行为问题，并且还有上升趋势。52.9%的学生将学习压力大、情绪不稳定列为自己最常见的心理问题。联合国世界卫生组织曾提出过一个响亮的口号：“健康是人类第一财富，健康的一半是心理健康！”并把每年的10月10日定为世界精神卫生日。那么，阳光的心态、健康的心理有没有一个标准呢？

多数专家认为，心理健康的判定标准有以下几条： 1.心态正常，乐于学习和工作。

2.情绪稳定，能使心境持久的处于轻松和愉快的状态。

3.人际关系和谐，与所接触的人，无论是家人亲戚，街坊邻居，还是老师同学，领导同事，都能保持良好和谐的关系。

4.正确认识自我，对自己有全面的了解，能正确地评价自己。5.人格健全，生理年龄与心理成熟程度相一致。

6.积极地适应和改造现实环境，能与现实环境保持良好的接触，能适应各种环境并具有改造环境的愿望和能力。

一般说来，心理健康的人都能够善待自己，善待他人，适应环境，情绪正常，人格和谐。心理健康的人并非没有痛苦和烦恼，而是他们能适时地从痛苦和烦恼中解脱出来，积极地寻求改变不利现状的新途径。他们善于不断地学习，利用各种资源，不断地充实自己。他们会享受美好人生，同时也明白知足常乐的道理。他们不会去钻牛角尖，而是善于从不同角度看待问题。曾经，有个少年认为自己最大的缺点是胆小，为此他很自卑，没有朋友，常常觉得自己的前途没有一点希望。一天，少年鼓起勇气去看心理医生。医生听了他结结巴巴的诉说，握着他的手笑着说：“这怎么是缺点呢？分明是个优点吧！你只不过非常谨慎罢了，而谨慎的人总是很可靠，很少出乱子的。”少年听到心理医生这么说，有些疑惑了：“那么勇敢反倒成为缺点了？”医生摇摇头：“不，谨慎是优点，而勇敢是另外一种优点。只不过平时人们更重视勇敢这种优点罢了，就好像白银与黄金相比，人们更注重黄金。”少年听后内心颇为宽慰，眉头有些舒展。医生接着说：“所谓的缺点，至多不过是个营养不良的优点。如果你是个战士，胆小显然是缺点；如果你是个司机，胆小肯定是优点。在篮球场上，胆小显然是缺点；在过马路时，胆小肯定是优点。与其想办法克服胆小，逼自己扮演一个勇士，还不如善用胆小，增长学识与才干去弥补胆小，成为既勇敢又谨慎的自己！”

初中阶段，我们正在进行心理健康课程的学习，国家针对不同年级学生的特点，对初中生提出了不同的学习目标：就初二学生而言，你们面临的最大挑战分别是思维方式的转变，自我意识发展带来的亲子关系和师生关系的冲突。在自我意识方面，学会深入了解自己的优势，肯定自己，悦纳自己，培养自信心。在学习心理方面，从记忆方法入手，认识学习策略的重要性，在学习中主动运用一些学习策略提升学习效率。在人际交往方面，能够意识到良好师生关系对自身发展的重要意义，建立良好的师生关系。在情绪调节方面，学习合理表达消极情绪和传递积极情绪做好，做情绪的主人。在社会适应方面，科学合理使用网络资源，避免网络伤害等事件的发生。初三同学则是在学习心理方面，通过合理归因，激发并保持高度的学习动力。在人际交往方面，通过自我察觉和倾听他人，化解人际冲突；同时，学会适当适度合理的与异性交往。在情绪调节方面，学会通过调整自己的心态，追求幸福生活。在自我意识方面，学会积极看待他人评价，克服过度关注自我的习惯，促进自我成长。

当代社会，关注心理健康，预防和减少心理疾病已经变得刻不容缓。但我们也不必谈心理问题而色变，适度的心理异常也不见得完全是坏事，比如，轻度的心理焦虑，就是人积极应激的一种本能，它能够促使你鼓起勇气，去面对眼前的困境。在生活中，我们要学会接纳自己的缺点和不足，乐于承认并欣赏自己的优点和长处，做一个积极乐观、自信阳光的中学生。

**第三篇：国旗下讲话心理健康教育**

国旗下讲话心理健康教育

主讲人

马赪瑜

讲话内容

老师们、同学们，早上好!今天我国旗下讲话的主题是心理健康教育。

说到健康，大家想到的就是身体健康，其实这是不全面的。心理学家告诉我们：人的健康一半是身体健康，一半是心理健康。

在我们的周围，有的同学脾气暴燥，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，；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。

那么，我们怎样才能拥有健康的心理？

首先，就要学会沟通。说到沟通让我想起了一个寓言故事。

一把坚实的大锁挂在铁门上，一根铁杆费了九牛二虎之力，还是无法将它撬开。钥匙来了，它瘦小的身子钻进锁孔，只轻轻一转，那大锁就“啪”的一声打开了。铁杆奇怪地问：“为什么我费了那么大力气也打不开，而你却轻而易举地就把它打开了呢？”钥匙说：“因为我最了解他的心。”“因为我最了解他的心”，这话可谓一语中的。小小的钥匙之所以能打开坚实的大锁，凭借的不是它的蛮力，而是它对锁心的了解。我们与人相处也该是如此。沟通从心开始。那么如何打开心灵通道呢？简单说来，一是要向他人敞开心扉——与人相处，要懂得尊重理解，或是适当的赞美鼓励，或是及时的建议纠正。二是向自己敞开心扉——自我暗示，自我欣赏，只有爱自己的人才能真正地爱上生活。其次，是要学会信任和理解。

信任，先是要自信，正确认识自己，不自卑，不自负，相信自己天生我材必有用，每个人都有自己的优点；正确面对挫折或失败。再是要信任老师、父母。老师，培育你成长的人。师者，父母心。老师和养育你们的父母一样，都是这个世界上最关心你们的人。父母的人生经验比我们多，我们也应该向他们倾诉心中的烦恼。任劳任怨的老师父母，就是你们的肩膀。理解是心灵之间架起的桥梁。每一个人都渴望得到理解，但在此之前先要学会理解别人。理解是一场春雨，滋润友谊的鲜花；理解是一盏明灯，照亮前进的方向。高尔基曾经说过：“如果人们不会互相理解，那么他们怎么能学会默默的相互尊重呢？” 同学们，就让我们一起来关注心理健康，做一个全面健康的人。谢谢！

**第四篇：心理健康教育国旗下讲话（定稿）**

培养健康心理,走向成功人生

老师，同学们：

早上好！

今天我讲话的题目是“培养健康心理,走向成功人生”。如果我问大家一个问题:“什么是健康 ？”多数人一定会说:“健康就是没有病呗!”的确,长期以来,人们健康的观念局限在“生理疾病”方面.其实,健康的人既应是“生理健康”的人,又应是心理健康的人.积极的情绪,顽强的意志,清晰的认知,健康的人格共同构成我们迎接未来社会必须具备的优良心理素质.人们常常把心理疾病同思想问题混为一谈,许多心理疾病被当成是思想认识问题去解决,结果必然是适得其反.那么什么是心理呢 心理,泛指人的思想,感情等内心活动.是人,便有心理,便会产生心理疾病,而中国人却往往不愿承认自己有“心理疾病”,因为观念中,我们常把“心理疾病”同“人品”等同起来,发现有人产生了“心理疾病”,便会骂人家是“神经病”.错之,错之;缪之千里.在美国,一个成功者身边总有两个人,一个是律师,一个是心理学家.这足以说明美国人是很重视心理问题的.世界卫生组织报告说：全世界抑郁症患者已经达到2亿人，已经成了世纪病；有30%至40%求医者有精神卫生问题；20%人口存在心理卫生问题和精神障碍；据联合国统计，自杀居意外死亡之首。

科学研究发现，有很多疾病都与心理因素有关，如冠心病、高血压、心绞痛等，统称为心身疾病。心理健康对一个人事业的成功也起着重要作用。1989年，一日本青年报考一家大公司，公布考试结果，名落孙山。得知这一消息，深感绝望，顿生轻生之念。幸抢救及时，自杀未遂。忽传来消息，他被录用了。原来统计出了差错，实际是名列榜首。还没来得及高兴，很快又传来消息，说他被公司解聘了。理由是：一个人连如此小的人生打击都承受不起，曲折的奋斗之路上建功立业呢？

心理健康不仅与疾病、事业的成功有关，还与我们的生存息息相关。杭州有个9岁的孩子张毅，小学三年级，学习优秀，班长、中队长，1989年2月2日上午，被全票通过评为“三好学生”。当天中午，姐姐张萍把茶话会上的4块糖果带回家，分给张毅两块，留给妈妈两块，可张毅不干，坚持全要，并大发脾气，踢姐姐，然后跑到楼上，反锁在屋内，用红领巾吊死在窗框上。

多么惨痛的教训啊！

美国心理学家卡耐基调查了各界许多名人之后认为，一个人事业的成功，只有15%来自于学士和专业技术，85%靠良好的心理素质和善于处理人际关系。1976年奥运十项全能冠军詹纳说：奥林匹克水平的比赛，对运动员来说，20%是身体方面的竞技，80%是心理上的挑战。

同学们,“大浪淘沙”是社会演进和人生长河永恒不变的规律,“不相信眼泪”已成为许多人追求的励志口号。只有那些拥有积极的情绪,顽强的意志,健康的人格的人，才能更好的迎接未来社会的挑战.最后,祝愿同学们能保持健康的心理,走向成功的人生.２０１１年１１月７日

三、心理健康条标准

心理健康有诸多标准，马斯洛提出了10条标准：

1、有足够的自我安全感；

2、能充分的了解自己，并能对自己的能力作出适度的评价；

3、生活理想切合实际；

4、不脱离周围现实环境；

5、能保持人格的完整与和谐；

6、善于从经验中学习；

7、能保持良好的人际关系；

8、能适度地发泄情绪和控制情绪；

9、在符合集体要求的前提下，能有限地发挥个性；

10、在不违背社会规范的前提下，能恰当的满足个人的基本要求。

最后衷心地祝愿同学们健康、快乐地成长！

我国现在也非常重视心理问题了.特别是非常重视青少年的心理健康教育.2025年国家教育部就下达了中小学心理健康教育的一系列文件.我们学校的心理咨询室早在2025年就建成开放了……本期学校把心理咨询室又迁到了办公楼一楼靠南,两头的第一间房子,这说明学校对学生的心理健康教育是高度重视的.心理疾病既然称之为疾病,便具有生理疾病的一般特点,即普遍性,传染性,可治愈性和复发性.1,普遍性:《中国青年报》曾搞了一份关于心理健康的调查:承认最近自己心理状况不佳的比例相当高,如焦虑,头痛,失眠,对人敌视,猜疑,嫉妒,自卑,烦躁,悲观等.我们所面对的现代社会是高速度,快节奏的现代社会,它充满了竞争与挑战.在社会压力日益增大,竞争日益激烈的今天,人们的心理疾病也必然会愈益严重.2,传染性:我曾在“特长班”跟学习优秀的同学开会时问到:现在学习较忙,较累,作业量也大,考试又多,你们烦吗 他们说不烦呀,我们都在“比着干”呢!而在普通班中则不然,叫苦的,说难的,比较多,一个一个的都“烦”着呵!对比之下说明情绪,心理是有传染性的,良好的心理会极大的提高同学们的学习热情,反之不良的心理会极大的降低同学们的学习热情.特别引人注

目的,而一生和孩子们在一起的老师,由于长期受孩子们活泼向上的心理影响,许多人虽已到中年,老年,但仍童心未泯,充满朝气.3,可治愈性:心理疾病按程度可分三个层次:最轻的是心理障碍,心理脆弱;严重的便发展为精神神经症,如强迫症,恐怖症,忧郁症,神经衰弱等;再严重就是精神失常.既然心理疾病也是一种病,当然就是可以治愈的.心理健康是一种能力,当然同其他能力一样是可以在理论的指导下培养的.这种病的高发病率年龄段有一特点,即棱形分布,孩子(幼童阶段),由于没有什么大的挫折,压力,可以说没有多少心理疾病.青少年学生中,据资料有40%-50%的人有心理问题.记得有一部外国电视剧《英俊少年》中有一首歌是这样的:“小小少年,很少烦恼,眼望四周阳光照;小小少年,很少烦恼,但愿永远这样好.随着年龄由小变大,他的烦恼增加了.”这是由于这个阶段的孩子年龄小,社会阅历浅,常不能很好地进行心理调整,以至于背上沉重的心理包袱.这阶段,同学们的周记中,言谈里反映学习压力过大,与父母的矛盾,同学相处的烦恼等的话题是特别多的.到了大学,虽有了文化知识,但仍然缺少社会阅历,心理问题变的更加严峻,有一句说得好:“精神世界越丰富,在现实生活中就越悲痛;精神世界越高尚,在现实生活中反而变得愈加不幸!”到了老龄,由于阅历丰富,见多识广,一般的人生挫折是很难击倒他们的,他们可以很好的进行心理调整.所以人们常说:儿童美在天真,青年美在朝气,老年美在洒脱.尽管多数有心理疾病的人可以随年龄的增长和外界环境的变化而不治自愈,但为了青少年的健康成长,心理健康教育仍是势在必行的.4,复发性:潮起潮落,冬去春来,花开花谢,日月穿行,生生万物都在循环往复的变化中.人的情绪也不例外,波澜起伏,时好时坏.只要人与外界接触,便总会有种种不顺,心理上一个问题解决了,又会产生新的问题.某一个心理疾病治愈了,一但有了适合的条件,便又会复发.那么当代中学生中存在哪些主要问题呢

①,闭锁和不信任心理.由于现在一些中小学生家长总认为他们的孩子比较幼稚,较少肯定他们的见解,还有些不大和谐的家庭,使孩子得不到家庭必要的温暖和关怀,也有的是家庭对于子女漠不关心,从小对孩子缺少耐心和爱抚,生活上飘忽不定,使孩子对家庭失去依恋,产生不信任感;加之学生负担较重,缺少交流机会,使同学间相互了解不够多,不够深,而实行自我封闭,甚至以有色眼镜看待人和社会以及周围事物.②,压抑和畏惧心理

由于有些家长教育要求严而不当,动辄批评,打骂,惩罚;有些因学校教育方法的问题,(教师不讲究方式方法,个别的甚至讽刺,挖苦,严重挫伤了学生的自尊心)这样使部分较差的学生产生了自卑感,产生了心理压抑和心理畏惧.他们性情抑郁,喜欢独处,上课干坐,下课一声不吭,甚至连上学也是因害怕教师和家长不得已而为之.③,情绪时涨时落

中学生较重感情,充满热情和激情,容易感情冲动,而感情又极易波动,激动时兴高采烈,气馁时垂头丧气.这种“急风怒涛”式的两极状态,是一种失调的缺乏自控力的情绪表现.④,放纵心理

由于家长有较高的地位,较多的钱财,较大的社交能力,认为学历,职业都无所谓,对孩子的今后总有办法安排,这就容易使他们滋长“放纵心理”.⑤,依赖心理和意志脆弱

由于社会生活的日益提高,独生子女的增多,绝大部分家长对孩子关怀备至,成了孩子各方面的保姆,缺乏自立能力以及战胜困难的心理准备和承受能力.⑥,自我中心倾向

由于独生子女增多,出现了一部分只知“受爱”而不知“授爱”的学生,他们只求别人关心自己,而当别人有困难时,却表现出冷漠.一切事情为自己考虑,以“我”为中心,心地自私.这些心理问题是我们健康成长道路上的严重阻碍.我们怎样搬掉这些“绊脚石”呢 请去心理咨询吧,那里可以为们解忧排难,王 恬老师与你共同创造快乐.同学们也可以上我邮箱发信给我或写信给我,我会替你保密并及时给你回信.同时希望同学们都把“心理咨询室”也就是“快乐创造室”当我们的快乐之家,多提建议.例:讲座,小报…

同学们,“大浪淘沙”是社会演进和人生长河永恒不变的规律,“不相信眼泪”已成为许多人追求的励志口号.同学们要努力培养积极的情绪,顽强的意志,清晰的认知,健康的人格,这些都是一个人迎接未来社会必备的优良心理素质.具备了这些积极健康的心态,才能更好的迎接未来社会的挑战.最后,祝愿同学们能保持健康的心理,走向成功的人生.

**第五篇：心理健康教育国旗下讲话**

心理健康教育国旗下讲话

各位老师、同学们：

早上好。今天我的国旗下讲话的主题是“正确看待心理教育，提高自身心理素质。”

心理学是一门既古老又年轻的学科。在古希腊的德尔菲神庙里立着一块碑石，上面刻着一句神谕：“人，认识你自己。”这句话被认为是古代朴素心理学的起源。古希腊神话中的狮身人面的怪物给过路行人出了一个谜语：“什么东西早上是四条腿走路，中午是两条腿走路，晚上是三条腿走路？”这就是著名的斯芬克斯之谜。答案是人类。正说明了古人从很久以前就开始了对自我的探索。简单地说，心理学是研究人的学问。

关于“心理健康教育”的理解，曾经有这样一个故事：有三个“打鱼人”，聚在一个河潭边钓鱼，钓鱼时他们发现有人在上游被冲进水潭挣扎着求救。于是，有一个打鱼人便跳入水中把落水者救上来，但在这时，他们又见到第二个、第三个落水者被冲下水，尽管他们全力抢救，终因落水者太多而顾此失彼。此时，有一个打鱼人想到了一个办法，他在上游的入水处插上一块木牌以示警告。可是，仍有无视警告者被冲入水潭，三个打鱼人仍然不得不忙于救人。最后，一个打鱼人最终似乎醒悟过来，他去教人们游泳，并让他们掌握自救的技能。

这个故事也印证了医学上的一句名言：“治标更要治本”。如果以此来比喻心理学，那么第一步跳入水中抢救落水者就好比心理治疗，但心理治疗往往需要花费治疗者相当的时间和精力，被治疗的人往往感受到深刻的痛苦和不安。第二步有一个打鱼人去上游插告示牌，这就好比是心理咨询，但一般来说，它也只是对来咨询者发挥影响。第三步，那位去教人们游泳的打鱼人所做的工作，就好比是“心理健康教育”。如果一个人能很好掌握水下自救的技巧，即使被卷入急流，也能脱离危险。我们心理健康教育的目的也是如此，就是教会大家一些心理调试的技巧和方法，使大家在遇到问题的时候能及时调整自己的心态，来面对困难。

我们生活在一个竞争激烈的社会，我们所要面对的巨大压力使得我们必然在学习、生活、人际关系和自我意识等方面会遇到心理失衡的现象，而这时就需要有专门的疏导途径，也就是心理咨询。我校的心理咨询室自成立以来，也受到了不少同学的关注。同学们反映出的问题除了学习、与父母沟通的障碍以外更多的还在于与同学交往、自我认识等方面。心理咨询本着“助人自助”原则，即通过

启发、疏导等方式引导同学们走出心灵的困境，当遇到问题除了学会主动求助之外，更重要的是要学会如何自救，因为每个人“救世主”只有一个，那就是自己。只有改变自己、战胜自己，最终才能超越自我，达到理想目标。毕竟，无论是心理咨询还是其他形式的心理健康教育，最终的目的都是让大家能拥有良好的心理素质，这样在面对各种压力和困惑时，就如故事中有好的水性的人一样在不小心落水时，能适当有效地帮助自己脱离困境。在咨询中，我们将会做到：对所拥有的学生来访记录及其它相关资料档案履行保密的义务和责任。

良好的心理教育有利于自我的身心健康发展，而品德教育有助于自我人生观价值观的完善，在自我成才的道路上，作为学习主体的我们应该坚持心育德育共同完善，共建我校和谐奋进自强不息的校园人文环境。

2025-10-14

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！