# 心理健康教育活动总结范文(通用8篇)

来源：网络 作者：繁花落寂 更新时间：2025-05-01

*百度百科是一部内容开放、自由的网络百科全书，旨在创造一个涵盖所有领域知识，服务所有互联网用户的中文知识性百科全书。在这里你可以参与词条编辑，分享贡献你的知识。下面是小编精心整理的心理健康教育活动总结范文(通用8篇)，仅供参考，大家一起来看看...*

百度百科是一部内容开放、自由的网络百科全书，旨在创造一个涵盖所有领域知识，服务所有互联网用户的中文知识性百科全书。在这里你可以参与词条编辑，分享贡献你的知识。下面是小编精心整理的心理健康教育活动总结范文(通用8篇)，仅供参考，大家一起来看看吧。

style=color:#006aff>心理健康教育活动总结1

　　为了营造良好的心理健康教育氛围，促进同学们陶冶情操，建立自信，塑造健康自我，提高人际交往能力，增强心理素质，调动学生感恩生活、接纳自我，追求成功的积极性、主动性，拥抱感恩心态，塑造成功模式的信念，促进大学生人格发展，健康成长。

　　充分发挥广大学生在心理健康教育工作中的主体作用，调动学生学会感恩、自我发展、追求成功的积极性、主动性，促进大学生人格发展，根据学校20xx年“5.25大学生心理健康教育宣传月”活动的文件精神，土木与建筑工程学院于5月份开展了以“感恩-成功stlye”为主题系列心理健康教育活动。此次系列活动，在班级同学中产生了较大影响，受到了全院师生的热烈欢迎，收到了理想的效果,取得圆满成功。

　>　一、活动概况

　　（一）开展寻找“最美大学生”活动

　　我院正在开展寻找“最美大学生”活动，通过讲故事、作报告这种直接而有效的方式，让同学讲述自己或身边的人的感人故事，引起同学共鸣，激励学生成长！

　　通过这些方式，让我们身边更多的人意识到“最美大学生”不是很难发现，自己也有可能成为我们的“最美大学生”，让我院学生拥抱感恩心态，塑造成功模式的信念，促进大学生人格发展，健康成长。

　　（二）开展土建院心理主题班会活动

　　我院开展土建院心理主题班会，引导学生感恩生活，追求适合自己的成功style，并进一步增强我院学生班集体凝聚力，促进优良班风、学风创建。

　　首先，各参赛班级在本班自行开展，并做好活动记录，然后各班级的心理委员代表各自班级的开展的班会在5月15日在逸夫楼A201做ppt汇报演讲。我院徐金兰老师，校心理中心主任胡伟煌等人作为现场评委嘉宾，最终xx给排水科学与工程江小罗，xx道路桥梁技术工程1班林增誉，xx土木工程2班吴永才等8人获奖。

　　（三）开展土建院原创微博征集活动

　　我院“原创微博征集活动”，从起初初的征集，到五月底的评比，历时几个月，期间征集了同学们大量的原创微博，唤起我院学生对心理健康、快乐梦想，感恩与成功的关注，增强了学生心理健康意识，促进了学生心理健康发展与人格完善。

　　土木与建筑工程学院辅导员老师徐金兰，万珊等对此次活动进行评比，最终xx建筑学1班黄际升，xx工程管理1班范丽霞，xx城乡规划张小勤等24名同学获奖。

　　（四）举行“跳”出快乐，“毽”康生活活动

　　为吸引更多的人加入到团体体育活动当中，丰富大学生课外生活，锻炼大学生身体素质和心理健康，让大家走出教室和宿舍接受运动的快乐，愉悦身心、陶冶情操。

　　本次活动主要是以跳绳和踢毽子两项比赛项目开展，其中跳绳分大小绳，踢毽子分单踢和盘踢，该活动受到广大同学的欢迎，参加的积极性都很高，达到了本次活动的目的，走出宿舍，走向操场，走出网络，关怀身边的人，学会感恩。

　　（五）开展留级生团体辅导

　　为激发留级生的学习热情，4月2日晚，土木与建筑工程学院邀请我校心理咨询中心武厚老师来开展团体辅导。团辅取得了很好的效果，很多同学都表示会重新振作，好好学习，用成绩来证明自己的实力。

　　>二、出现的问题及对应措施：

　　1、沟通有待进一步加强：活动开展期间，班级心理保健员与学院心理素质发展部干部之间有时沟通不够，出现了工作的重复和间断。

　　2、积极性有待进一步提高：由于活动延续的时间相对较长，到了活动后期，学生的积极性有所下降，尤其是各班心理保健员出现了一些疲于应付的现象。

　　针对以上问题，我们都做了详细的记录并制定了相应的措施，加强沟通，完善激励措施，为今后开展类似工作总结出了宝贵经验。

>　　小结：

　　此次活动开展期间，虽然我们在工作中有一些不尽人意之处，但面对出现的问题，我们及时改进和总结，也不失为一种成长。总的来说，对于20xx年“5.25大学生心理健康教育宣传月”活动，我们学院的同学积极参与，在活动中得到快乐和成长，更让大家懂得感恩，懂得父母、老师、朋友为我们付出的汗水和努力，让我们明白心怀感恩之心，将走向成功的道理。

style=color:#ff0000>心理健康教育活动总结2

　　为响应院大学生心理健康教育与的号召，提高我系学生心理健康水平，营造良好的心理健康教育氛围，按照学院文件要求，我系紧紧以“微笑?微爱?微成功”为中心，于20xx年5月开展了一系列形式多样、内容丰富的心理健康主题活动，鼓励学生用积极乐观的情绪面对生活，助人助己，同时学会从自我的一个微小改变开始，提升自信，优化学生良好的心理素质，树立正确的学生心理发展观。本届心理健康宣传月的活动使我系的大学生心理健康教育工作进一步走向深入。

　　20xx年是我院深化教育改革取得阶段性成果的一年，心理健康教育作为我院教育改革的重要组成部分，也取得了丰硕的成果。在院领导的重视，大力支持下，在巩固己有的成绩的同时，本着促进我系心理健康教育更加深入健康地发展，适应基础教育改革的发展需要，全面推进素质教育的目的，我们在总结过去的成功经验的同时，对工作提出了更高的要求，不仅从提高学生心理素质入手，开发学生的心理潜能，塑造良好的人格，进一步推动素质教育的实施，同时通过心理辅导和心理咨询，对学生进行适当的心理指导，完善了我系心理健康教育的立体网络，还不断加大宣传力度，拓宽心理健康教育的渠道，继续推进我校心理健康教育工作更加健康、系统、全面、有效地展开。

　　心理健康月活动开展以后，我系领导高度重视此次活动，从活动策划、组织安排、活动经费、活动场所、活动宣传、各种关系协调等等具体步骤的实施都充分体现了我系各级领导对大学生心理健康教育工作的重视和支持。此外，本次活动组织认真，准备充分，每个活动从策划到宣传、准备都是经过深思熟虑，在活动决策前系领导和学生会干部进行专题讨论，决定细节。并组织系学生会干部及各班班长、团支书积极学习院大学生心理健康教育印发的《心灵鸡汤》报，开展了形式各样的宣传活动，认真按照文件要求执行并结合我系实际情况进行活动，并且在学生中收到良好反响，充分调动了学生的积极性，开展具有心理健康教育意义的班会，征文，征集照片等活动。所以虽然活动种类节目繁多，但本次活动的各个环节进行有条不紊，秩序井然，组织到位，效果堪佳。现将本月心理健康宣传各项工作总结如下：

　　首先我系学生会宣传部进行了广泛的宣传活动，做到每班每人知晓，积极参与此次活动。通过给11级全体团支部书记，班长开会，要求每班举办心理健康宣传活动，组织同学们学习《心灵鸡汤》小报，并要求各班以开班会的形式，组织学生深入了解心理健康对学生成长的重要性。各班积极响应此次活动，班干部迅速策划活动，组织同学们寻找有关心理健康的实例，每位同学积极参与其中，找到了众多具有代表性的典型实例，接着各班分别在本周召开了“关注心理健康”的主题班会，整个活动过程中同学们的热情都很高涨，绝大多数同学都参与进来了，就一些心理健康方面的案例，同学们主动发言，各抒己见，充分调动了大家对心理健康的重视程度。通过本次主题班会提高了同学们的心理健康知识水平，增强了同学们对心理健康的保健意识。懂得了人际交往和建立和谐的人际关系的技巧。同时大家也开始审视自我，从自我做起，积极帮助同学和同学之间和睦相处。此次心理健康活动让同学们开始从一个健康的角度审视自己，从而以一颗积极乐观的心态善待周围的每一个人，善待生命的每一天。

　　其次，为配合心理健康活动月的总的工作要求，使全体同学们更加深入的体会、感受自己的重要，我系制作了以“阳光心苑”为主题的心理健康宣传展板。展板展出期间，前来观看的同学络绎不绝，很多同学边看边做记录。同学们纷纷表示，宣传板唤起了他们对于自身心理健康的重视，使大家学会了调节心理状态的方式和方法，对同学们提升心理素质，加强心理修养，培养心理调节能力起到了积极的作用。最后，我系面向全系学生开展了以“微笑·微爱·微成功”为主题的征文活动，征集图片工作进行的比较成功，我系学生积极投稿，优秀作品也较多，此次活动在学生中得到了反馈，不仅体现了我系学生较强的动手能力，而且在丰富同学们的课余生活的同时，让更多的同学培养了健康的心态以及健全的人格，鼓励了学生要有乐观的心态又使学生反思自己的行为，改正不良行为与思想，提高了心理适应能力，完善人格全面健康发展，对学生提高心理素质起到了重要的促进作用。

　　通过本届心理活动月一系列内容丰富、有针对性的活动，广泛的宣传了心理健康知识，提高了大家对心理健康问题的重视程度的活动，不仅使学生从中享受到活动带来的快乐，更重要的是，让同学们领会到心理健康工作的重要性，为今后顺利开展心理工作奠定了坚实基础，并帮助大学生坚定理想信念、端正生活态度、缓解心理压力，放飞人生理想。一个月以来，在我系领导的高度重视下，在我系领导及全体学生的辛勤努力下，心理健康月活动圆满结束，取得了一定成效。今后，我系还将再接再厉继续加强心理健康教育工作，努力在全系营造良好的心理健康教育氛围，使学生们在一个充满关怀、热情，充满了理解与爱的环境中成长，为把我院打造成学生心灵的港湾及快乐和谐的阳光校园而不懈努力。

style=color:#006aff>心理健康教育活动总结3

　　为了进一步加强大学生心理健康教育，也为了在学生中营造一种学习、普及、宣传心理健康知识。我院心理部特面向广大经管学院学生于五月份举办一系列心理健康活动。具体活动内容如下:

>　　(一)开展心理健康知识教育、宣传活动

　　在心里健康月到来之际，心理部门积极做好充足的前期准备工作，以饱满的热情和积极的态度投入到准备工作中，通过一系列的宣传让学院学生深入了解到心理健康月的内涵和心理健康对当代大学生的重要性，通过开设心理健康系列主题班会和观影活动，制作心理健康教育系列宣传展板。来提高学生对心理健康教育的重视。

>　　(二)开展心理健康教育主题教育活动

　　5月19日早上，心理部在东操场举办心理健康趣味活动，通过“护球大作战”、“彩球飞舞”、等多个心理游戏，促进同学们的相互信任，并且使得同学们认识到个体通过团体的内在交互作用可以提高团队意识，增强交往能力和组织归属感，从而完善自我。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。

>　　(三)“携心灵之窗伴健康同行”主题征文活动及主题演讲比赛

　　达到关注心理状态，关注心理健康的目的。我部举办“携心灵之窗，伴健康同行”心理原创演讲与征文大赛，传递人文情感，释放心理压力。让我们在快节奏中停下脚步，了解和关心自身和身边的人和物，用文字传递彼此间真挚的情感，得到了院领导一致关注和同学们的积极参与。

　　在过去的一个月中，我部的心理健康工作取得了较大进步，但还是有诸多不足之处，如前期准备活动不够完善，内部成员工作安排存在冲突，后期类似与照片，总结等活动没有及时跟进。同时我们对心理健康教育的观念还要进一步转变，我们仍然有部分学生对心理健康教育的认识与重视还很不够。今后我部要继续提高认识，转变观念，把心理健康教育工作做得更好，真正让每个学生都能在健康、温馨的环境中学习和成长。

style=color:#ff0000>心理健康教育活动总结4

　　为贯彻落实上级要求，进一步推进学生心理健康教育工作的开展，5月份xx初中三措并举，拓展教育途径，创新活动形式，在全校组织开展“心理健康教育月”系列活动，营造了良好的教育氛围，主要活动总结如下：

　　一是加强组织领导，精心设计方案。学校充分认识开展“心理健康教育月”活动的重要意义，建立校长亲自抓，政教处具体抓，心理健康教育教师靠上抓，班主任及导师全面抓的责任体系，将心理健康教育月系列活动与创建和谐文明校园、校园文明礼仪优秀班级评选、文明礼仪标兵评选相结合，制定内容丰富、特色鲜明、操作性强的实施方案，下发到各级部、各班级，进行具体指导。

　　二是关注个体差异，注重教育实效。学校在策划中注意遵循心理健康教育规律，要紧密结合课程及学生实际，开展有针对性的活动。活动紧扣主题，形式生动活泼，确保活动取得实效。在初一、初二年级组织开展以“学会学习，成就未来”为主题的心理健康教育班会，培养学生学习兴趣，激发学习动机，掌握适合的学习方法、做好合理的时间规划，形成良好的学习习惯。在初三年级，根据中考前的心理特点，通过讲座、课堂教学、团体辅导等多种途径，有针对性地开展形式多样的考前心理辅导，帮助学生缓解压力，积极应考。

　　三是正面宣传引导，营造良好氛围。学校充分利用横幅、黑板报、广播、电子屏、宣传栏、微信群等宣传媒介，营造良好的宣传舆论氛围。活动期间，以正面宣教引导为主，强化心理健康意识的培养和形成，同时注意收集整理典型案例。学校要求班与班之间要互相借鉴，互相交流，资源共享，互通有无，及时总结活动经验，形成材料以备后来。

style=color:#006aff>心理健康教育活动总结5

　　>一、指导思想

　　我校心理健康教育工作贯彻“以预防和发展为主，以干预和咨询为重”总体发展思路。通过对特殊学生心理现象的解析，增强宣传普及心理健康知识的实效，进一步推进普及心理常识、传授心理调适方法、介绍心理保健途径的工作，逐步做好“五个坚持”，即坚持心理健康教育与思想教育相结合、坚持普及教育与个别咨询相结合、坚持课堂教育与课外活动相结合、坚持教育与自我教育相结合、坚持解决心理问题与解决实际问题相结合，逐步培养学生良好的心理素质和健全的人格，使我校的心理健康教育工作逐年上一个台阶。

>　　二、主要目标

　　1、树立学生心理健康意识，增强其维护心理健康的自觉性。

　　2、增强学生心理卫生知识，提高他们自我心理保健的能力。

　　3、养成学生心理卫生习惯，形成其良好的心理品质。

　　4、创建有利于学生心理健康发展的良好环境。

>　　三、具体措施

　　1、面向全体学生的心理辅助

　　(1)开设心理健康教育课程，系统传授心理健康的知识与方法。开设心理健康教育课是培养学生良好心理素质的一条主要途径，我校在职业年级开了心理健康教育课程，根据学生的实际问题确定教学内容，设计教案，选择合适的教学方法。

　　(2)举办心理健康教育讲座，有针对性地开展专题教育。比如，针对新生不适应职校生活，脆弱、过分依赖的问题，举办“如何适应学校的新生活”的专题讲座;对学生青春期心理比较复杂的特点，举办“成长中的女孩”、“和女生讲句悄悄话”等讲座等。帮助学生获得心理健康的一些基本常识，掌握一些心理自我矫正方法，有效预防心理问题的产生。

　　(3) 团体咨询：对那些有相近或相似问题、疑虑的同学集中起来，利用团体成员之间心理相近的优势，互诉烦恼，共商对策，减少凝虑，减轻心理负担，让学生在活动中充分体验，助人自助。

　　2、面向个体学生的心理辅助

　　(1)创设心理咨询室，进行心理咨询与心理治疗。学校创建了心理咨询室，整体格调整洁、温馨、舒适。心理咨询室本着平等、尊重、保密、倾听的原则，热情接待每一位来访学生。咨询内容涉及到学习和生活问题、人际交往、情绪与行为、就学与就业、友谊与爱情等方方面面。在咨询教师的帮助下，转化一些学生的不良心理，促进学生心理的健康发展。

　　(2)架设“知心蓝海贝热线”。一些学生对心理咨询存在认识上的误区，认为进了心理咨询室，即存在心理疾病、心理障碍，也有的同学性格腼腆、害羞，生怕进咨询室被其它同学嘲笑。另一方面心理咨询室也会受到时间、地点等条件限制，每次接待来访者的人数毕竟有限。

　　针对这些情况，除加强宣传教育外，心理老师、班主任与学生之间架设起“知心蓝海贝热线”，一个电话，一条短信，让的同学能无拘无束地充分倾吐心中的烦闷，帮助解决心中的困惑。

　　3、面向全体又有助于个体的心理辅助

　　(1)营造良好的“心育”环境，陶冶学生的情操。通过创建温馨教室，彰显班级的个性与努力目标，营造轻松的学习环境;通过宣传窗、黑板报和知心蓝海贝导航广播、环保小队等学生社团的建设，以及体育节、艺术节、游戏节、美食节等的举办，营造浓郁的校园文化;通过师德承诺活动，优化人际关系，营造民主、平等、和谐的师生关系、生生关系、师师关系，使学生在和睦的人际关系中感受自我价值。

　　(2)加强心理健康教育培训，强化“心育”的整体实力。

　　加强对全体教师的心理健康教育培训。一全员培训，采取网上学习、听专家讲座，查阅资料等形式进行。二骨干培训，组织心理教师、班主任和骨干教师等参加业务培训会以及到外校取经学习。通过培训，提高教师的心理健康教育水平，能用学到的知识和技能去教育每一位学生，用良好的心态、人格去影响和感染每一位学生。

　　加强对家长的心理健康教育培训。我校学生家长文化水平普遍不高，有些家长只关心孩子的吃穿，至于孩子的心理品质、困惑、烦恼等却很少关心或不知如何去关心，所以加强对家长的“心育”显得非常重要。利用家长学校、家长开放日、家长座谈会等各种途径，采取不同形式，坚持不懈地向家长提出建议，指导家长开展学生家庭心理健康教育。

　　(3)重视心理健康教育的学科渗透。在学科课堂教学中渗透心理健康教育，是推进学校心理健康教育最基本的途径，也是提高课堂教学实效的保证。倡导教师在所有学科的教学中渗透良好的学习动机、学习态度、学习方法，心理健康教育要随机反映在课堂教学中。通过和谐、活跃、平等、欢快和有激情的课堂气氛，促使学生积极思维，主动活泼地学习。

　　(4)重视心理问题个案的记录与分析，为教育教学工作提供借鉴。心理辅导教师及班主任要重视对日常工作中所碰到的典型个案进行记录、整理和分析，重视日常的工作积累，为教育教学工作和心理教育研究提供典型资料。

style=color:#ff0000>心理健康教育活动总结6

　　5月25日，我校以“新时代，心梦想，心健康”为主题的心理健康教育宣传周活动圆满落下帷幕，此次活动是我校心理健康教育与咨询中心为提高我校学生心理健康素质的一项重要举措。

　　>一、宣传周启动仪式

　　5月21日下午，“新时代，心梦想，心健康”为主题的大学生心理健康教育宣传周活动在我校操场正式启动。心理协会的同学主动承担起发放心理健康知识宣传手册的任务;各系心理老师组织了形式多样的心理素质拓展活动，最后启动仪式在欢快的气氛中结束，大家依依不舍地离开运动场，期待更多此类活动的到来。

>　　二、阳光心灵心理沙龙

　　5月23日下午，李玉霞老师举办了“快乐学习，健康生活”为主题的团体心理沙龙活动，共30多名学生代表参加了此次活动。李老师带领大家从意象对话开始，用优美动听的语言把大家带入一定的情境，让大家把自己想象成一棵树，在放松的状态下与自己的潜意识进行一次对话。然后李老师让大家在一张白纸上把自己心中的那棵树画下来。李老师告诉大家这就是心理学中的绘画分析技术，通过树的外形，树的颜色以及树的情绪来分析绘画者的内心。通过李老师的分析和讲解同学们感到很神奇，的确从一幅画中展现出了自己内心的情绪。通过这次活动好多同学感觉自己内心压抑的情绪得到了释放。本次团体心理沙龙活动取得了很好的效果，同学们纷纷表示收获很多，并希望以后可以多举办此类活动。

　　>三、心理健康知识讲座

　　5月24日下午，心理咨询中心的潘博老师为全校同学主讲“压力与健康”心理讲座。各班心理委员、宿舍长、心理健康联络员和热爱心理学知识的同学参加了本次讲座。潘老师通过理论联系实际，从多个角度，不同侧面，以诙谐幽默的方式向同学们介绍了大学生常见压力的表现、成因和对策。以现场对话、互动等形式将面对压力过大、过重如何保持心态平衡的心理调适方法、心理学知识深入浅出地渗透到在座的每位同学心中。讲座现场笑声连连，掌声不断。同学们纷纷表示，本次讲座令人受益匪浅，会把所学的心理知识用于今后的学习、生活中，并引导自己身边的同学学会心理调适的方法，保持乐观积极的心理状态。

　>　四、大学生心理健康教育与咨询中心开放日

>　　在心理咨询中心老师的认真安排下，各系学生自主报名，分时间段有序参观了咨询中心的团体辅导室、测评室、咨询室、沙盘室、放松宣泄室等各种设施齐全的功能室。咨询中心温馨的布局和先进的仪器设备给同学们留下了深刻的印象。此次参观活动，有效地消除了同学们对心理咨询的恐慌和误解，使接受心理咨询的学生不再受到异样的目光，真正的放下心理包袱，敞开心扉。同时，此次活动也起到了一定的宣传作用，这将有助于学生更好的去寻求心理帮助，进而提高学生们的心理健康水平。

　>　五、线上活动

　　不同于往年的是，今年我校宣传周首次增设线上活动，包括“情书征集令”，“解忧杂货店”，“对我自己说”等。活动开展以来，得到了全校同学的热烈响应。很多同学通过线上平台向亲人、恋人和朋友表白，也有同学在后台向咨询中心的老师倾诉他们的烦恼，老师们积极回应，给予他们满意的答复。通过开展线上活动，充分调动了同学们的积极性，也使心理宣传教育工作惠及面更加广泛。

　>　六、大学生心理协会小活动

　　5月22日中午，在学校餐厅门前，大学生心理协会以“小活动，心健康”为主题，举行了形式多样的心理小活动。“心愿树”的两大块展板被涂画得很满，主要是让大家写下来自己的愿望或者平时很想表达却又不好意思说的话，用笔去记录和表达是很多喜欢安静的同学经常采取的缓解方式，看起来不太起眼，却可能帮助到他们很多。“心健康签名活动”中同学们写下对自己的祝福，通过这个活动领悟到一个人只有会爱自己才有能力爱别人。心协负责人姜一帆及心理协会的其他同学一直在忙前忙后的给同学们解释和进行引导，让大家不只是玩了，还有所收获。大学生心理协会凭借精彩有趣而富有意义的活动，进一步普及了心理健康知识，增强了大学生的心理健康保健意识。在校园里掀起关注心理健康的热潮，使广大学生在悦纳自我、开发潜能、优化人格、全面发展上获得成长的动力与快乐。同时，让更多的人来关注大学生的心理健康，认识到心理健康的重要性。

　　此次心理健康宣传周活动的开展，充分展现了我校心理健康教育的特色，凸显了学生的主体地位，提升了同学们对心理健康教育的认识，对引导大学生树立正确的心理健康观念，培养良好的心理品质，全面、健康、协调地发展有着积极的作用。除学校统一组织安排的各项活动外，各系结合自身特色，制作展板，开展“心理健康班会”，“关爱贫困生心灵沙龙”等等各种丰富多彩的心理健康教育活动。一系列活动的开展在同学中引起强烈反响，受到全校学生的一致好评。

style=color:#006aff>心理健康教育活动总结7

　>　一、主题简介

　　针对大学生心理健康这一问题，我利用班会讨论的方式对我班及其他班级的学生进行了心理健康讨论。作为当代大学生，面对着崭新的生活，无论是在生活上、学习上还是情感上，都存在一些心理困惑及心理障碍。而近年来，关于大学生心理问题引发的悲剧报道也日益增多，所以我们希望通过这次讨论，总结出大家目前存在的一些普遍问题，提出宝贵的意见，向在校大学生们宣传关注心理健康的必要性，帮助身边的同学们调整好自己的心态，健康快乐地度过自己的大学生涯，并为将来步入社会做好准备。

　>　二、活动日程

　　20xx年3月20日星期二，在师专楼110讨论。

　>　三、调查结果

　　大学生心理健康教育是一项复杂的系统工程，心理健康教育是高校德育教育工作的一个重要组成部分。积极有效的心理健康教育能改善学生的不良情绪，减少心理疾病的发生，指导他们采取有效的手段和方法促进健康人格的形成和发展。因此在高校中重视学生德育教育的过程中，对大学生心理健康的教育工作必须向更深的层次发展。把心理健康教育作为一个重要的环节加以实施，坚持以人为本的思想，来培养和维持学生健康的心理，增强他们对社会的适应能力。

style=color:#ff0000>心理健康教育活动总结8

　　一、国旗下讲话：在星期一升旗仪式上，以《热爱生命、善待生命》为题进行国旗下讲话，使学生了解有关生命的来之不易与宝贵，懂得要热爱生命。引导学生不断增强自我保护意识，远离伤害、危险，安全健康地生活。鼓励学生激发生命的潜能，提升生命的质量，努力实现生命的价值，让生命焕发光彩。

　　二、推荐阅览相关书籍：学校广泛利用图书室，学生借阅了有关课外书籍，了解了有关热爱生命、善待生命的健康知识，做好读书笔记。

　　三、创编黑板报：每班创编一期以“热爱生命、善待生命”为主题的黑板报，学校进行评比，评选出了一、二、三等奖，优秀作品在学校宣传栏展示。

　　四、开展主题班会：各班以“热爱生命、善待生命”为主题，召开了一次主题班会活动课。通过活动课，让学生懂得了我们要热爱生命、善待生命，让生命的音符弹奏出更加雄浑的乐章，谱写出一曲灿烂的生命之歌。

　　五、手抄报比赛：高年级举行了有关“热爱生命、善待生命”为主题的征文比赛，中年级举行了手抄报比赛，低年级举行了画画比赛。每年段各评选出一、二、三等奖。优秀作品在学校宣传栏展示。

　　完善健康心理，塑造健康人格。通过系列活动，取得了良好的效果：学生的心理素质增强了，正确的心理健康观念逐步形成，他们理解了生命的真正意义，以生命安全为重。懂得保护自己和别人的身体，珍爱宝贵的生命。学会珍惜今天拥有的幸福生活。用微笑面对人生，给生命一个坚强、勇敢、自信的笑脸，创造一个独一无二的精彩人生!立志从我做起，从身边的一言一行做起，在健康的氛围中幸福成长!

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！