# 心理委员班会发言说什么【6篇】

来源：网络 作者：雪海孤独 更新时间：2024-06-09

*心理委员会成员负责班级心理健康知识的宣传普及。 以下是为大家整理的关于心理委员班会发言说什么的文章6篇 ,欢迎品鉴！【篇一】心理委员班会发言说什么　　尊敬的老师，亲爱的同学们：　　大家下午好！　　我是动力工程系热动1229班心理委员潘苗，我...*

心理委员会成员负责班级心理健康知识的宣传普及。 以下是为大家整理的关于心理委员班会发言说什么的文章6篇 ,欢迎品鉴！

**【篇一】心理委员班会发言说什么**

　　尊敬的老师，亲爱的同学们：

　　大家下午好！

　　我是动力工程系热动1229班心理委员潘苗，我很荣幸能够作为全院优秀心理委员的代表站在这里发言。

　　当前，大学生因性格、情感、就业等因素导致的心理问题越来越突出，因此大学生心理健康教育工作尤为重要。为了加强心理健康教育工作，我院建立了专门的工作体系，在院、系成立了心理健康委员会，在班级设立了心理委员。我也很荣幸的成为了其中的一员。我们运用这个完备的体系，成功开展了一些卓有成效的工作，如：每月开展一次的团体心理辅导和心理主题班会、以及5·25大学生心理健康知识宣传月的一系列活动。成为心理委员将近一年了，我主要学到了以下三点：

　　一、肩负责任。作为心理委员，不能觉得自己仅仅是个小小的班干部，肩上没什么责任，我们必须要树立使全体学生健康顺利学习、生活的心理工作目标，要拥有为他人服务的爱心以及责任心。我们学生干部要敢于担当责任，对学生出现的心理问题要采取及时有效的帮助措施。

　　二、注重方法。心理委员是班集体里的心理工作者，时时与同学们在一起，能最直接地了解并掌握每个同学的心理健康情况。与同学们的相处，我们要做到善于观察、积极交流。针对不同学生的困惑，我们可以开展相关的活动，比如

　　团体心理培训，个体心理辅导，哪怕组织我们的同学到户外走走，哪怕组织我们的同学做做游戏，只要给我们的同学提供一个能说出自己心里话的时机和场所，就已经是给他们提供了帮助。

　　三、开展活动。我们要在院领导和各位老师的热心帮助下，通过我院完备的心理健康教育体系，积极开展心理健康的宣传和引导活动，注意加强在班级里的宣传力度，让我们每个同学都能够享受到心理健康的阳光雨露，开心的学习，开心的生活。

　　在发言的最后，我想说，只要有大家的共同努力，一个健康、温暖、阳光的校园心理氛围将会一直环绕在我们四周，带给我们进步的力量！

　　谢谢大家！

**【篇二】心理委员班会发言说什么**

　　各位老师、同学们：

　　上午好！

　　心理健康教育工作是学校工作一个重要的组成部分，与全面发展教育的各个方面都有着密切的联系。心理健康教育在提高学生综合素质、塑造学生完整人格、开发学生潜能和创造力等方面都有着重要的意义。

　　为了进一步加强我校心理健康教育工作，宣传普及心理健康知识，增强我校师生自我心理保健意识，培养健全的心理素质，构建和谐校园，在汲取第一届心理健康教育宣传周活动的经验基础上，学工处和心理健康工作室共同策划了我校第二届“心理健康教育宣传周”活动，此项活动即将在今天拉开序幕。活动主题是“拥抱幸福生活，迎接美好人生”。活动包括：心理健康知识展、主题班会、心理委员培训、团体心理辅导、视频欣赏、“心灵家园”黑板报设计大赛、“阳光播报”心理健康知识广播，校园心理剧大赛等。我校这项活动得到了华师心理学院的大力支持，在此我要感谢华师心理学院的领导和老师们，感谢为这次心理健康教育宣传周积极准备的华师心理学院的六位实习老师。

　　本次宣传周有一个关键词是“幸福”，这是一个十分美好的词语，许多人穷其一生在寻找，幸福的人更倾向于努力的工作和学习；幸福的人更能够为别人着想、维护集体的荣誉和利益；幸福的人更容易维持稳定而乐观的心态；幸福的人更能发挥自己的潜能、找到前行的动力。对于青少年学生来说，积极关注心理健康、学习心理学相关知识，促进身心健康成长，是快乐、幸福度过初中生活的前提和保证。一个人，要想取得成功，需要能力、需要机遇、需要健全而和谐的人格，更需要健康的心理素质！

　　我想，帮助学生获得幸福也是每个老师心中的梦想，对于初中生而言，幸福来自很多方面。初中学段是学生身心加速发展的一个阶段，是最充满激情、浪漫，最富有创造力、思想最活跃的时期。这是他们从幼稚走向成熟、从依赖走向独立的过度时期，也是对人生、社会和未来充满幻想与好奇的“多梦季节”。这个时期的中学生正处在个体发展的特殊时期,伴随者成长的欣喜、生活的苦恼、学习的压力、情感的吸引，种种感情交织在一起，年轻的心变得十分敏感和冲动，内心充满着矛盾，他们渴望友谊但又不知道如何得到友谊，渴望理解但又害怕敞开心扉，渴望自由但又在很多方面依赖父母、老师，想上进，想好好学习但自制力又不强，面临着许许多多矛盾的困扰他们是弱小的、心理是脆弱的，此时的他们非常需要恰当的心理引导。作为老师、家长要适时给予他们心理疏导，帮助他们化解这些矛盾，使他们能正确认识自己，正确认识他人，正确认识社会；正确处理好个人与他人、个人与家长、个人与集体、个人与社会的关系，提高自我心理的调控能力，增强对社会的适应能力，从而提升幸福感。这也是我们策划此次活动的初衷，我们希望能通过心理健康教育宣传周的各项活动，让同学们走进积极心理学，明白幸福的含义；树立自信，发挥潜能；懂得谅解、尊重、感恩；拥有爱心、自信心、责任心。成为一个心理健康的人。

　　最后希望我校广大师生积极关注并参加本届心理健康教育宣传周的各项活动。希望我们每一个人关注自己心灵，让我们以更加积极的心态去面对自己的学习和生活，快乐学习，快乐生活，快乐成长！预祝我校第二届心理健康教育宣传周活动取得圆满成功！

**【篇三】心理委员班会发言说什么**

　　亲爱的老师、同学们：

　　大家早上好！

　　我是学校心理老师，感谢学校给予我与大家交流心理的机会。我今天交流的主题是“全员育心品味成长”，主要包括两个内容：1。掌握一些心理思维和方法究竟有什么用？2。启动我校20XX年心理健康活动月。

　　关于第一个问题，我想和大家分享在教心理课的过程中我看到的同学们的变化。由于校领导对心理工作的重视，我校自20\_年下学期在初一年级开设了心理课，我担任其中13个班的心理教学工作。同学们在第一节心理课提出的问题让我记忆犹新，其中最经典的几个是：“有心理问题的人才需要上心理课，我没问题，那我在心理课上可以学什么呢？”，“学了心理是不是就会读心术，会催眠？”，“心理老师，你一定能洞穿我的心思，你猜我在想什么？”现在，一个半学期已过，同学们和我交流的内容不再是“猜猜我在想什么”，而是：老师，用了您教的番茄钟法之后，我真的能静下心来写作业了；老师，学了气质这一课，我知道我和爸爸都属于胆汁质，明白之前我们很容易闹矛盾的原因了，我们的冲突少了很多；老师，您分享的两可图让我忽然明白了，我之前总是爱抱怨是因为我只看到事物的一个面，等等。

　　从交流内容的变化可以看出同学们对“心理有什么用”的理解越来越正确了。它像一盏灯，在我们难过失意，焦虑不安时，可以借助它找到前行的勇气和方向；它像一座桥，当我们与他人交流、相处时，可以通过它更好地了解彼此，求同存异；它像一扇窗，透过它，我们可以看到世界的丰富，人生的多样，继而对生命中所遇见的一切，包括受到的苦难都怀有一种包容之心。

　　为了让全校师生都能感受到心理的价值与意义，我校将5月份定为心理健康活动月，今天是活动月的启动日。这一个月将有一系列丰富、有意思、有温度的心理活动。例如，心理常识普及、心理健康讲座、心理电影展播、“我手画我心”心理画活动、团体辅导体验活动、心语心愿墙、心理剧展演等。具体的活动事项和时间，我们会借助各种形式提前告知大家。期待大家积极参与，收获心灵的成长。

　　最后，祝愿大家拥有平静之心，接纳那些无法改变的事；拥有勇气之心，改变那些可以改变的事；拥有智慧之心，能分辨二者的不同。因为这三心，将会为你带来你期望拥有的人生。

　　谢谢！

**【篇四】心理委员班会发言说什么**

　　各位老师、亲爱的同学们：

　　大家好！

　　五月，春风和煦，艳阳高照。在这青春似火、激—情四溢的五月，我们迎来了大中学生心理健康节。“525”本是全国大学生心理健康节。这一活动最早是由共青团北京市委、市学联、北京师范大学联合发起。“525”取其谐音“我爱我”，旨在让大学生关注自己学业、关注自己身体健康的同时，关注自己的心理健康，迎接未来的挑战。随后，这项活动在全国多个省市开展起来。

　　同学们，你们爱自己吗？人一生最大的宝藏是自己，最大的事业是如何经营自己。人生虽有终点，生命却是无涯；生活可以轻松，生命却要认真；目标可以一个一个的达到，实现自我却是永无止境。

　　人首先应自爱，爱自己是爱一切的开始。爱自己才能爱别人，爱集体，爱生活。作为时代的骄子、未来社会的栋梁，我们肩负着历史的重任，然而生命的困惑、成长的烦恼、失败的痛苦却如影随形，时刻困扰着我们。关注自身心理健康，增强心理健康意识，提高心理调适能力，是我们走向成熟、承担社会责任的前提和基础。因此，在心理健康周到来之际，我们向全校同学倡导这样一种生活理念：珍爱自己，关爱他人，努力构建和谐心灵、和谐校园、和谐社会。用自己年轻的心去感受生命的活力，感受心灵的宁静，去体会人际交往的和谐，体会人间真情的温暖，去享受身心健康的快乐，享受美好的生活！

　　为此，我们向全体同学倡议：

　　多学习心理保健知识——阅读心理保健的书籍、参加心理健康活动，增强自我调节和自我控制的能力。

　　多进行交流——青青校园，青葱岁月，和老师—父母同学促膝畅谈，分担痛苦，分享欢乐，不论流泪还是微笑，让我们并肩走过。

　　给心灵多一份关注——在人生的旅途中，我们需要不断检视自我、塑造和谐心灵，才能拥有美丽心情、淡薄个人名利、主动关爱他人、积极回报社会、笑对风云人生。

　　勇敢寻求心理帮助——遇到困扰时，勇敢的敞开心扉，让心理辅导这道灿烂的阳光照亮你的心田，帮你拨云见日，迎接新的一天。

　　多听好歌——优美的旋律，清新的歌词，深入我们的心扉，沉淀心中的烦杂，净化我们的心灵。

　　看一本好书，看一部表现拼搏奋斗精神的电影，直面压力，放飞理想！

　　同学们，我们都是只有一只翅膀的天使，相互拥抱才能展翅飞翔！有谁不是一边受伤一边学会长大？让我们的心灵多一份宽容，多一种感动，多一点坚强，让我们对生命充满信心和敬意，让我们越过彷徨，抛掉苦恼，释放悲伤，正视失败；让心坚若磐石，矢志不渝；让心韧若缆绳，百折不挠；让心纯若水晶，涤去污秽；让心烈如火焰，点燃生命！

　　让我们一起来吧，相约“525”！

**【篇五】心理委员班会发言说什么**

　　各位老师、亲爱的同学们：

　　大家好！

　　五月，春风和煦，艳阳高照。在这青春似火、激—情四溢的五月，我们迎来了大中学生心理健康节。“525”本是全国大学生心理健康节。这一活动最早是由共青团北京市委、市学联、北京师范大学联合发起。“525”取其谐音“我爱我”，旨在让大学生关注自己学业、关注自己身体健康的同时，关注自己的心理健康，迎接未来的挑战。随后，这项活动在全国多个省市开展起来。

　　同学们，你们爱自己吗？人一生最大的宝藏是自己，最大的事业是如何经营自己。人生虽有终点，生命却是无涯；生活可以轻松，生命却要认真；目标可以一个一个的达到，实现自我却是永无止境。

　　人首先应自爱，爱自己是爱一切的开始。爱自己才能爱别人，爱集体，爱生活。作为时代的骄子、未来社会的栋梁，我们肩负着历史的重任，然而生命的困惑、成长的烦恼、失败的痛苦却如影随形，时刻困扰着我们。关注自身心理健康，增强心理健康意识，提高心理调适能力，是我们走向成熟、承担社会责任的前提和基础。因此，在心理健康周到来之际，我们向全校同学倡导这样一种生活理念：珍爱自己，关爱他人，努力构建和谐心灵、和谐校园、和谐社会。用自己年轻的心去感受生命的活力，感受心灵的宁静，去体会人际交往的和谐，体会人间真情的温暖，去享受身心健康的快乐，享受美好的生活！

　　为此，我们向全体同学倡议：

　　多学习心理保健知识——阅读心理保健的书籍、参加心理健康活动，增强自我调节和自我控制的能力。

　　多进行交流——青青校园，青葱岁月，和老师—父母同学促膝畅谈，分担痛苦，分享欢乐，不论流泪还是微笑，让我们并肩走过。

　　给心灵多一份关注——在人生的旅途中，我们需要不断检视自我、塑造和谐心灵，才能拥有美丽心情、淡薄个人名利、主动关爱他人、积极回报社会、笑对风云人生。

　　勇敢寻求心理帮助——遇到困扰时，勇敢的敞开心扉，让心理辅导这道灿烂的阳光照亮你的心田，帮你拨云见日，迎接新的一天。

　　多听好歌——优美的旋律，清新的歌词，深入我们的心扉，沉淀心中的烦杂，净化我们的心灵。

　　看一本好书，看一部表现拼搏奋斗精神的电影，直面压力，放飞理想！

　　同学们，我们都是只有一只翅膀的天使，相互拥抱才能展翅飞翔！有谁不是一边受伤一边学会长大？让我们的心灵多一份宽容，多一种感动，多一点坚强，让我们对生命充满信心和敬意，让我们越过彷徨，抛掉苦恼，释放悲伤，正视失败；让心坚若磐石，矢志不渝；让心韧若缆绳，百折不挠；让心纯若水晶，涤去污秽；让心烈如火焰，点燃生命！

　　让我们一起来吧，相约“525”！

**【篇六】心理委员班会发言说什么**

　　尊敬的老师、同学们：

　　大家晚上好！

　　一年一度的“5·25大学生心理健康活动宣传月”如期而至。

　　提到“心理健康”，这不得不让我想起：近日，复旦大学的一名学生对室友下毒，南昌航空大学的一名学生因“性窒息”而死亡，一周内发生两起校园“非正常死亡”事件。这不得不让我们反思。面对生活，为什么有人积极热情，有人消极淡漠？面对失败，为什么有人屡败屡战，有人一蹶不振？面对人生，为什么有人积极进取，有人消极被动？

　　汶川地震、雅安芦山地震，在大灾大难面前，在危机不断的现代社会，作为学生，我们应该以怎样的心态来面对？作为老师，我们又可以通过哪些途径来帮助我们的同学提高心理素质？

　　大学生是一个身体成熟而心理还趋于完善的群体。我们的大学生朋友们认为，可以承担责任、独立自主、自我决定了，然而在现实中，大学生会面临许多的问题，学习、生活、恋爱、交友、择业等等，而心理不成熟致使同学们不知所措，陷入心理困惑。怎么办？我想在遇到困难、挫折时，只要我们有积极的认知方式、积极的情感体验以及积极的意志行动和人格品质，只要我们拥有了“乐观的思考问题”这把金钥匙，我们就一定会找到更好的解决方式。

　　作为老师，我们必须拥有积极的学生观和预防观。以“学生为本”，倡导积极人性，使学生的潜力得到充分发挥。在实践中看到学生是有发展潜力和培养价值的，让学生学会如何获得幸福，如何过有意义和有价值的生活。我们不能把同学们的优点当作克服缺点的工具，而要把培育学生的优秀品质当作教育的根本目标。在同样恶劣的环境下，为什么有人能保持自我，有些人却成了问题人物，到底是什么让人有尊严的活着。我想只有人本身的积极品质，乐观、爱心、勇气、希望、热情才是预防问题的最好工具。

　　在此，我向我们的老师和同学们提出倡议：

　　1、多学习心理健康知识——阅读有关心理的书籍，用知识装扮我们的思想；

　　2、多与周围的人交流——人与人的沟通，便在一次次的交流中更加密切和温馨；

　　3、给心灵多一份关注——我们要大度地去分享别人的幸福，宽容身边的人和事；

　　4、给生命多一点关爱——把握生命，为生命喝彩，我们的生命将不再遗憾。

　　让我们积极行动起来，用爱滋养我们心灵。

　　最后，祝老师们身体健康，祝同学们学业有成，祝“5·25心理健康活动月”圆满成功！

　　谢谢！

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！