# 心理健康月领导讲话稿5篇范文

来源：网络 作者：夜色温柔 更新时间：2024-06-24

*现如今，需要使用发言稿的场合越来越多，发言稿是在一定的场合，面对一定的听众，发言人围绕着主题讲话的文稿。你所见过的发言稿是什么样的呢?以下是小编精心整理的心理健康月领导讲话稿，欢迎阅读与收藏。心理健康月领导讲话稿1亲爱的老师、亲爱的同学们：...*

现如今，需要使用发言稿的场合越来越多，发言稿是在一定的场合，面对一定的听众，发言人围绕着主题讲话的文稿。你所见过的发言稿是什么样的呢?以下是小编精心整理的心理健康月领导讲话稿，欢迎阅读与收藏。

**心理健康月领导讲话稿1**

亲爱的老师、亲爱的同学们：

大家好!

在这朝气蓬勃、多姿多彩的五月，我们的心理健康节5.25又将如期而至。为了迎接这个特殊的节日，为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，增强全校师生的心理保健意识，培养学生健全的心理素质，构建和-谐校园，我校于今天隆重举行第六届心理健康宣传月启动仪式，本届心理健康宣传月的活动主题是“呵护心灵，与爱同行”。

随着社会的进步和发展，人们越来越意识到：一个人的健康不仅指身体健康，还包括心理健康。心理健康与否，能极大地影响个人的行为方式，影响到日常的学习、生活及工作。中学生正处于身心发展的关键时期，同时学业压力大，在思维、情感及行为方面，易产生各种心理困惑。因此，关注中学生心理健康，积极开展中学生心理健康教育，引导学生健康成长，是心理健康教育工作的重要内容。同时，作为中学生的你们，也要关注自身心理健康，积极调整自己的状态，并学会及时寻求他人的帮助，乐观向上地学习生活。

今年，学校将于5月6日至6月8日开展以“呵护心灵，与爱同行”为主题的系列活动。本次活动形式多样，内容丰富，有心理运动会、黑板报设计比赛、祝福高考、电影赏析、学生心理测量与咨询，还有家长心理讲座及咨询活动。其中，心理运动会上，大家可以在轻松游戏的同时增强自己的团队合作能力;心理黑板报设计大赛，大家可以独具匠心地创造作品，展示与自己生活息息相关的心理健康知识;还有现场心理测量与咨询，以及祝福高考等温情且具有极大意义的活动。我希望各个班级要高度重视此次活动，每位同学要积极参与，力争在全校范围内创造出“人人关爱心灵，处处青春洋溢，彼此互帮互助，共同快乐前进”的氛围!

最后，让我们积极行动起来，人人重视自身心理健康，携手营造良好人际环境，让我们“开心每一天，自信每一天，充实每一天，感恩每一天”!让我们用实际行动拥抱阳光生活，共创和-谐校园!

谢谢大家!

**心理健康月领导讲话稿2**

同学们：

期中考后，我想谈谈“健康”的另一方面的含义，我讲话的题目是“培养健康心理，走向成功人生”。

长期以来，人们的健康观念局限在“身体健康”方面。其实，一个真正健康的人应该是既有健康的身体，还有健康的心理和行为。在我们校园里，很多同学对心理健康的认识还存在误区。我们害怕他人说自己有心理问题，也不愿意承认自己心理上有问题。为防他人误解，不肯接受心理健康教育。甚至有同学发现他人产生了“心理疾病”，便会骂人家是“神经病”的现象。客观上说，真正心理健康的人是少之又少。绝大多数人处于心理相对健康的状态，即亚健康的状态。我们每个人多多少少都有心理问题，每天都遇到心理问题。衡量是否心理健康主要看其心理问题的严重程度，看他能否主动有效应对心理问题。

平时，我们比较重视身体保健，感冒、发烧都知道及时看病吃药，可很少有同学把心理健康与身体健康放到同样重要的位置。目前，学生心理健康现状如何呢?有关调查表明，有心理和行为问题的初中生约为15%，高中生约为19%，大学生约为25%，这些枯燥的数字反映出我们教育工作中一个长期被忽视的问题——学生心理健康欠佳。据了解，我校学生当中也存在着一些不良的心理：如自卑、对学校生活不适应、逆反心理强、以自我为中心、承受挫折能力和自控能力差、容易冲动、学习压力大等，以致出现故意损坏学校公物、迷恋网络游戏、顶撞师长等不良的行为。心理疾病如同生理疾病，若不及时治疗，如同癌症一样，也会夺去人的\'性命，造成严重的后果!高速度、快节奏的现代社会，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。20\_年2月在云南发生了震惊全国的马加爵案。一些媒体，包括马加爵本人，都把犯罪动机归结到他的贫困背景上。其实，这是一个由严重的心理问题所引起的悲剧。真正决定马加爵犯罪的是他强烈、压抑的情绪特点，是他扭曲的人生观，还有“自我为中心”的性格缺陷。这个案例让我们明白：高学历和强健的体魄并不意味着一定能拥有良好的心理状态。可见心理健康是多么的重要!

在西方，有这样一句深入人心的名言：“一切的成就，一切的财富，都始于健康的心理。”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。研究表明：人们能否取得事业上的成功，在很大程度上并不取决于人的智力或客观环境，而是取决于非智力因素，即心理素质方面。20\_年全国有44名省级高考状元被录取到北京大学，一度成为舆-论关注的焦点。这些状元们成功的关键是什么?他们有什么特殊的天赋吗?他们学习的秘诀是什么?中国科学院心理研究所教授、博士生导师王极盛对此进行了专项调研。总结高考夺魁的经验，被访的高考状元们非常强调心理素质的重要性。有的状元说，高考就是两种检查：第一是基础知识掌握及其应用能力的检查，第二就是心理素质的检查。

古往今来，弱者与强者的真正区别，就在于心理素质的优劣。这样的事例不胜枚举。在中国文学史上，中唐有两位著名文学家，一个是因《陋室铭》而著称的刘禹锡，一个是写有《捕蛇者说》的柳宗元。二人是好朋友，都有仕途不顺而被贬官的经历。但刘禹锡性情旷达，人生态度乐观，虽被贬官，却能将陋室布置得“苔痕上阶绿，草色入帘青”，追求高雅的生活情趣，过着谈笑有“鸿儒”，与“素琴”、“金经”为伴的生活，心理保持健康，寿命达70多岁。而柳宗元被贬后却长期心情不畅，生活上的困顿和精神上的折磨，终致英年早逝，仅仅活了46岁。

曾经还有这样一个人：21岁生意失败，22岁参加议员竞选失败，24岁生意再次受挫，26岁时心爱的人去世，34岁时国会竞选失败，45岁时竞选总统受挫，52岁时当选美国总统。这人就是亚伯拉罕林肯。所有成功的故事都伴随着一些失败的故事，两者的惟一不同就在于，那些最终成功的人们能在每次失败之后都重新站起来。

同学们刚刚经历了期中检测考试，你们心中必定有酸、甜、苦、辣，当你的成绩不理想时，你是否像林肯那样意识到这失败之中孕育着成功的种子呢?希望同学们能战胜自我、超越自我。

金秋时节，寒意渐浓，我想起了毛泽东在湖南第一师范读书的时候坚持冬天用冷水擦身，坚持冬泳，下雨天到山上攀登，沐雨栉风，磨炼筋骨，打熬身体，并提出了“文明其精神，野蛮其体魄”的口号，我对此深表赞同。这是对我们今天追求身心健康的最好诠释。

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”已成为许多人追求奋进的励志口号。我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，这些都是一个公民迎接未来挑战必备的优良心理素质。

最后，祝同学们能始终保持健康的心理，养成良好的习惯，走向成功的人生!

望能够帮助到大家。

**心理健康月领导讲话稿3**

尊敬的老师们，亲爱的同学们：大家上午好!

同学们，在平常的生活中，你是否遇到过困惑?比如：因到了一个新的学校新的班级而焦虑不安，因上课总是不能集中注意力而导致成绩不理想，因别人的成就超过了自己而闷闷不乐，因不善交际缺少朋友而心里失落，因沉迷游戏或网络而不能自制，因得不到老师同学家长的肯定而失去自信，因被他人误解而缺乏对人对事的信任，因毕业升学的压力过重而觉得不受理解，因家庭氛围不和-谐而对身边的人和事提不起兴趣……综上所述，都是我们同学在成长的过程中可能会或是必然会遇到的烦恼，有些同学或许被这些烦恼所困扰，又不能自我调控，久而久之便形成了心理问题;而这些问题它们往往又是深藏在我们内心的秘密，我们苦恼，但是又没能找到一个合适的人倾诉，烦恼找不到突破口，使得我们的心灵不能得到及时的抚慰……

那么，告诉大家一个好消息吧!

为了给同学们提供一个倾诉的平台，给大家一个释放心灵负担的空间，为了解除同学们成长的中遇到的种种烦恼，我校于上周四正式成立了“学生心理健康辅导室”。下面我来向大家介绍介绍辅导室的各种情况。

一、辅导室的师资队伍。

1、专家老师：学校特聘请了专门从事心理健康教育研究的大学老师担任校外辅导员，她将定期为同学们进行团体辅导，以疏解普遍存在的心理疑惑;她还将和学校共同策划和开展有益心理健康的丰富多彩的校园活动，让同学们在活动中自觉增强调控自我、承受挫折、适应环境的能力，使同学们学会学习，乐于并善于与人交往。

2、辅导老师：由我校在学生心理辅导、思想行为指导等方面有多年丰富经验的优秀班主任老师担任。她们有爱心、有耐心，有强烈的责任心，工作热情高，知识覆盖面广，她们乐于倾听，善于调解情绪，是能让同学们敞开心扉、为同学们排忧解难的知心朋友。她们的具体工作便是阅读和回复同学们的来信来稿，并对在心理和行为上偏差较严重的孩子进行面谈和跟踪辅导。

二、辅导室的工作项目。

个案辅导、团体辅导和家校通网上辅导。

三、辅导室的工作原则。

“守密”是辅导室全体辅导人员必守的第一原则。辅导室的任何工作人员都将严格遵循，绝不泄露任何个案或是团体中当事人秘密的信息(比如：姓名、年龄、班别、咨询的问题、存在的现象或辅导的内容等等)。

四、重点介绍“心之语——心灵信箱”。

细心地同学也许已经发现了在学校大队部活动室的门口悬挂了一个有着温暖色彩的“心语信箱”，这个信箱便是为了给同学们提供一个倾诉的平台而设立的，同学们平时学习生活中遇到的不能解决的心理困扰，不便向父母老师同学倾诉的烦恼等都可以采用来信的形式投向“心语信箱”。我们“学生心理健康辅导室”每周都会有你们的知心朋友来认真阅读你们的信函，并通过回信的方式极力引导你们走出困扰和烦恼、走向健康和快乐。

老师们，同学们，社会发展的今天，我们平常所指的健康早已不再只是指身体方面了，健康它还包括另一项重要的内容，就是：心理健康。我校适时成立了“学生心理健康辅导室”旨在：培养身心健康，有文化、有纪律、有道德、有理想，爱祖国、爱家庭、爱学校、爱他人、爱自己的阳光少年。那么，让我们一同祝愿，祝愿我校的“学生心理健康辅导室”在大家的共同努力下，真正做到：让同学们身心受益，真正成为：同学们快乐学习、健康成长的知心朋友!

我的讲话就到这里，谢谢大家!

**心理健康月领导讲话稿4**

亲爱的老师、同学们：

大家好!

火红的五月，草长莺飞。\"525\"心理健康节已经微笑着到来!

\"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。20\_年，团中央和教育部已批准将每年的5月25日定为\"全国大中学生心理健康日\",从而使其成为全国性的学生节日。振奋人心的是，我们学校也迎来了属于我们自己的第二届中学生心理健康节!

中学阶段是人生发展的关键阶段，也是心理问题的\"井喷期\"。为了普及心理健康知识，帮助同学们正确地认识自我，同时给自己的心灵解压，享受青春带给我们的美好、希望和快乐，我的青春让我做主!由此，我校第二届心理健康节便以\"为和-谐心灵撑起一片天空\"作为主题。我们向全校师生倡导这样一种生活理念：关注自己的身心健康，享受快乐时光，努力构建和-谐心灵、和-谐人际、和-谐家庭、和-谐校园、和-谐社会，做一名幸福的人。

入学初的迷茫，学业的枯涩，人际的委屈，期盼的落空......中学里有太多的喜悦，也有许多的惆怅，我们有时在失落、焦虑甚至是痛苦中挣扎，所以，我们理应学会爱自己，关注自己的心理健康。用自己年轻的心去感受生命的活力、心灵的宁静，去体会社会交往的和-谐、人间真情的温暖，去享受身心健康的快乐和社会生活的美好!我们应该积极行动起来，爱自己，爱他人，呵护心灵，共同成长。为此，我们向全校同学倡议：

共同关注心理健康，用爱与科学知识塑造健康美丽的心灵，让心的世界充满阳光。

多学习心理健康知识——阅读有关心理的书籍，听有关心理的讲座，参加心理社团及相关活动。

多寻求心理帮助——勇敢地敞开心扉，让你的老师、好友和心理咨询师聆听你的心声，释放你的压力。求助是一种能力，让每个人都因自助而成长，因助人而快乐，因互助而不再孤独。

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。

多与人交流、结交良师益友——菁菁校园，青葱岁月，不论地域，让彼此畅叙衷肠，分担痛苦，分享快乐。

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!

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、主动关爱他人、积极回报社会、笑对风云人生。

亲爱的老师、同学们，有谁不是一边受伤一边学会长大?让我们的心灵多一点宽容，多一份感动!让我们对生命充满信心和敬意，冰雪覆盖的时候，我们需要一团火来取暖;暗夜无边的时候，我们需要一点星光来照明;前途戚戚时，我们需要一次心灵的洗礼。聆听内心，生命就有前进的依托，我们也就有心灵的共鸣。

让我们相约525，爱自己，爱大家，让心灵快乐、健康、和-谐地成长!为自己也为他人撑起一片心灵的天空!

**心理健康月领导讲话稿5**

老师们、同学们：

上午好!

诗人说“一年好景君须记，最是橙黄橘绿时”，在这天高云淡，硕果累累的金秋时节，我们非常高兴的迎来了西安交通大学苏州附属中学第四届”融心杯”心理健康节。

在经济快速增长、社会竞争日益加剧、世界多元文化不断碰撞的今天，高中生的成长面临了巨大的挑战。高一的同学可能会由于环境的`改变，学习要求的提高和青春期的发育等一系列变化而感到焦虑失落;高二的同学分班后也许在时间管理、自我激励方面感到迷惘;高三的同学面对高考的压力，更是会出现情绪的波动。每一位同学都承载着社会和家庭很高的期望，成才欲望非常强，自我定位相对高，心理发展不成熟，面对压力和挫折极易出现情绪的不稳定。近几年来，高中生因为心理问题伤害自己和他人的案例时有发生，引起了整个社会的广泛关注和深刻反思。

总体来讲，我校同学思想和心理状况呈现出的还是积极、健康、向上的良好发展态势，这让我们非常高兴。今后，学校将继续坚持全体预防与个别辅导、心理教育与学科教学、自我调节与文化活动相结合的理念，不断开拓创新，努力使我校心理健康教育工作达到更高的水平，更好地为全校师生服务。

从今天起，为期一个月的”融心杯”心理健康节即将拉开序幕。本届心理健康节系列活动，形式多样、内容丰富。其中，“心愿心语”和心理健康手抄报的评比吸引同学们发挥集体智慧，分工合作，有助于同学们更深入地了解一些实用的心理知识;心理剧的排练和演出可以让同学们在这种生动活泼的形式中接受心理知识的熏陶;“融健杯”三人制篮球比赛让同学们在运动场上挥洒汗水，激扬青春;“快乐秋游”让大家走出校园，亲近自然，放松心情，感悟生活的美好。同时，学校还会在三个年级中分别开展团体心理辅导课，让同学们在别开生面的课堂上更客观地认识自己、评价他人，学会心理调试的有效方法;在各年级家长会上，学校也会对家长进行心理知识解答，接受家长咨询。希望同学们积极参与各项活动，力争在全校范围内营造出“人人心理健康、处处青春洋溢，彼此关爱心灵，共享快乐生活”的和-谐氛围。

同学们，你们是每一个家庭的希望，是未来社会发展前进的生力军。面对挑战，你们必须学会心理的自我疏导和调节，随时随地应对各种变化和压力，承担起时代赋予的重任。

在此，针对如何强化心理素质，我向你们提三点建议：

1、强身健体。加强体育锻炼，提高身体素质，通过运动和娱乐来释放心情、缓解压力、消除疲劳。

2、修炼心境。知识是学习来的，能力是实践来的，境界是修炼来的。你们要做到面对成绩，有淡然的心境;面对压力，有理性的认识;面对挫折，有积极的心态。

3、建立健康和-谐的人际关系。人际关系是影响人格健康发展的主要因素，是适应社会能力和健康人格的综合体现。良好的人际关系，就是用诚实，宽容和友善的态度对待他人，彼此关怀，共同形成融洽的集体关系。

同学们，高中是你们吹响青春号角，实现人生理想的起点，而良好的心理健康则是大家成长成才的关键。希望每一位同学都能拥有快乐的心灵和多彩的青春，能够健康、顺利、开心的度过高中生活，走向更美好的未来。

**心理健康月领导讲话稿**

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！