# 最新小学5.25心理健康月活动倡议书范文5篇

来源：网络 作者：梦回唐朝 更新时间：2025-05-14

*生活是一面镜子，你对它笑，它也对你笑;你对它哭，它也对你哭。生活更是一个绚丽多彩的舞台，每个人都是导演、编剧和演员，而最忠实的观众其实就是你自己。以下是小编为大家整理的关于的内容，供大家参考，希望能够给大家带来借鉴或帮助。篇一：小学5.25...*

生活是一面镜子，你对它笑，它也对你笑;你对它哭，它也对你哭。生活更是一个绚丽多彩的舞台，每个人都是导演、编剧和演员，而最忠实的观众其实就是你自己。以下是小编为大家整理的关于的内容，供大家参考，希望能够给大家带来借鉴或帮助。

**篇一：小学5.25心理健康月活动倡议书**

亲爱的家长们、老师们、同学们：

五月，山花烂漫，艳阳高照，在这青春似火、激情四溢的五月，我们迎来了一个特殊的节日——“5.25”心理健康节。5.25”谐音“我爱我”，意为关爱自我、了解自我、接纳自己，关注自己的心理健康和心灵成长，提高自身心理素质，进而爱别人、爱社会。

尊敬的家长：

健康是人的基本权利，是幸福快乐的基础，是国家文明的标志，是社会和谐的象征。孩子是祖国的花朵、是我们的未来，保障孩子生命安全和心理健康是每位家长义不容辞的责任。为进一步加强学生生命教育、安全教育、心理健康教育和思想道德教育，并配合好学校落实好有关管理制度和教育举措，及时掌握学生异常行为，采取相应干预措施，切实杜绝极端行为发生，切实履行监护人职责，现特向各位家长提出如下倡议：

一、严格作息时间管理

上午上课时间8：00.放学时间11：50;下午上课时间2：30.放学时间5：50.请家长监督学生按时作息，不得过早到校。中午学生务必在家午休，家长务必监管。监督学生按时回家，严禁路途逗留，严禁学生到网吧、游戏厅等不适合儿童的场所上网和玩耍。

二、注意防溺水安全

请家长做好学生防溺水教育和监管，不得私自下塘堰河洗澡、游泳、捉蝌蚪，远离水边，让孩子牢记防溺水“六不准”：不准私自下水游泳;不准擅自与他人结伴游泳;不准在无家长或老师带队的情况下游泳;不准到不熟悉的水域游泳;不准到无安全设施、无救护人员的水域游泳;不准不会水性的学生擅自下水施救。并牢记“游玩莫到水边、救人莫用手牵”十二字提醒口号。

三、注意防交通事故

教育孩子遵守交通规则，主动安全避让行驶车辆，按照学校制定的放学排队走斑马线秩序及相关“护学岗”要求过马路，不闯红灯，不在公路上游玩嬉戏，过交叉路口注意过往车辆。坚决不乘坐拼装车、报废车、农用车、货运车、无牌无证等非法运营车辆、超载车辆以及其他不符合安全标准与规定的社会车辆，未满12周岁不得骑自行车及共享单车。

四、与孩子建立良好的亲子关系

家长一定要与孩子平等交流，包括学习、生活、困惑、苦恼、烦恼、见闻等;孩子在家的时间，应尽量多陪孩子;在教育孩子的方法上尽量采用关爱(达到暖其心)+民主(达到交其心)+权威(达到正其行)的方法。

五、帮助孩子树立积极向上的人生观

家长有计划地与孩子讨论人生的价值和意义，诸如对生活、人生、生死、成绩、社会消极因素的态度，抓住典型的人和事，引导孩子追求进步、追求发展、追求一流，让理想、信仰、追求伴随孩子人生的每天。

六、关注孩子的学习状态和品质

家长要给孩子灌输学习是享受的理念，包括听课是享受、做题是享受、考试是享受、学习成功是享受、暂时失败也是享受(失败是成功之母)，让孩子知道一分辛苦一分才，拼搏是成功者永远的专利、勤奋永远是成才的钥匙，一流人才都是通过拼搏获得成功的，树立吃苦耐劳的精神和拼搏意识。

七、让孩子保持阳光心态

一是要快乐，告诉孩子成功需要一颗快乐的心态支撑，快乐才会有学习效率。二是要自信，引导孩子放大自己的优点，要相信自己的实力和潜力。三是要大气，有胸怀有气度的气才有成功的本钱，要学会宽恕、大肚，教育孩子把悲观和怨恨抛在身后，才能有自己的幸福和快乐。四是要坚强，让孩子认识到挫折和困难是他们一生的必修课，引导孩子笑对切困难挫折，学会驾驭自己的情绪，做情绪的主人，始终保持乐观阳光的心态。

八、让孩子学会处理人际关系

引导孩子学会与同学友好相处，用平和的方式解决与他人的矛盾和冲突;对孩子产生的对异性的好感、爱慕、暗恋和早恋行为要注意观察，及时引导、科学引导处理;引导孩子学会与老师相处，尊师学本领，善于向老师请教和交流沟通;引导孩子学会与家人相处，学会换位思考和感恩，让孩子体会到母爱的宽容和热烈，感受到父爱的深邃与厚重。

**篇二：小学5.25心理健康月活动倡议书**

各位家长和亲爱的同学：

“5.25”心理健康节又如约而至。“5.25”谐音“我爱我”，也就意味着关爱自我、了解自我、接纳自我，关注自己的心理健康和心灵成长，提高自身心理素质。在鲜花盛开、春意盎然的五月，我们应该积极行动起来，关注自己的心理健康，爱自己，爱他人，呵护心灵，共同成长。因此，在心理健康日来临之际，我们向全校老师、同学以及家长们倡议：

一、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，积极参加心理相关的活动。

二、多寻求心理帮助

勇敢地敞开心扉，让你的老师、好友或父母聆听你的心声，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。

三、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。

四、多欣赏悦纳自己

每个人身上都有自己的闪光点，要学会从多个角度丰富对自己的认知。每个人都是不完美的，但是找到自己的闪光点，允许自己身上存在不足，正确的认识自我才能够积极悦纳自己。

五、亲子互动多一点

亲子之间良性互动多一点幸福感能够加倍，正能量也能够加倍。让我们行动起来，给我们的心灵多一份感动，多一点宽容吧，让我们对生命充满信心和敬意，让我们越过彷徨，抛掉烦恼，释放悲伤，正视失败!

在“525我爱我”这个特殊的节日里，让心灵插上翅膀，学会表达自我，真诚赞美他人，让我们一起营造理解、宽容、接纳和互助的温暖氛围，相约525.伸出温暖的手，让世界因我们而更加美丽。

**篇三：小学5.25心理健康月活动倡议书**

\_\_年前教育部、团中央、全国学联办公室向全国大中学生发出倡议，把每年的5月25日确定为全国大中学生心理健康日。“5·25”谐音“我爱我”，意为关爱自我、了解自我、接纳自己，关注自己的心理健康和心灵成长，提高自身心理素质，进而爱别人，爱社会。虽然5.25是大中学生心理健康日，但心理健康提示同样适用全体师生与家长朋友。

为进一步提高我校全体师生的心理健康水平，倡导广大师生、家长关注自我的身心健康，珍爱生命、共克时艰、积极进取、幸福成长。在此，我们向全体师生、家长发出如下倡议：

5·25心理健康节倡议书

给心灵多一份关注

在人生的旅途中，我们需要不断审视自我、完善自我，才能拥有纯净的心灵、美好的人生。一本好书，一首好歌，一次活动……让我们用心去挖掘心灵深处的感动与震撼，为我们指点出一种积极的人生态度。

给自己多一点勇气

勇敢地敞开心扉，让你的同学、好友、老师聆听你的心声，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。

给友谊多一点珍爱

用我们彼此的爱心浇灌生命之花，互相分担痛苦，分享幸福，珍爱生命，珍视友谊，为绚丽的青春喝彩。

给心灵多一份关注

在人生的旅途中，我们需要不断审视自我、完善自我，才能拥有纯净的心灵、美好的人生。一本好书，一首好歌，一次活动……让我们用心去挖掘心灵深处的感动与震撼，为我们指点出一种积极的人生态度。

希望全体师生积极行动起来，坚持做到：

1、多学习心理健康知识——阅读心理健康方面书籍、观看心理健康影片，积极参加学校组织的心理健康活动;

2、多读好书——好的书籍如一盏明灯，为我们指点积极的人生态度;

3、多听好歌——有没有那么一首歌，带给你心灵深处的共鸣，滋养你前进的动力;

4、多进行锻炼——强身健体，培养坚强的意志，提高自信心，同时宣泄不良情绪;

5、多参加活动——锻炼团队协作能力，培养集体荣誉感，丰富生活阅历，增长见识;

6、多关注自我——发现自我的优势，用正向乐观的眼光看待自己，不断检视自我、塑造和谐心灵，才能拥有美丽心情;

7、多关爱他人——关心你的老师和同学，让你与老师和同学在相互关爱中变得更加温暖，用行动传递正能量。关心家人，让家人感受到你对他们的爱。主动关爱他人、积极回报社会;

8、多进行交流——美好校园，青春岁月，畅诉衷肠，分担痛苦，分享欢乐，不论流泪还是微笑，让我们并肩走过，为绚丽的青春喝彩;

9、多接触自然——课余时间置身在大自然中，汲取生命能量，焕发青春活力;

10、多寻求帮助——心情郁闷时，勇敢地敞开心扉，让心理健康老师为你拨云见日，守护心灵的阳光。

亲爱的家长、老师和同学们，让我们相约“5·25”，越过彷徨，抛掉苦恼，释放悲伤，正视失败!让我们一起，感知心灵的温度，感受生命的绚烂，感恩生活的美好，从我做起，自觉践行，以青春之我，同心跟党，一起向未来!

**篇四：小学5.25心理健康月活动倡议书**

亲爱的同学们：

大家好!

阳春三月，春意盎然，鲜花盛开。在这美好的季节，我们迎来了主题为“积极情绪，快乐成长”的心理健康教育活动月。

成长的路上，有幸福快乐，也有苦恼忧伤。积极的情绪，可以让我们感受生活的美，善于发现身边的美好和感动，体会幸福的点点滴滴，赶走心灵的阴霾。为此，学校在这里向全校同学发出倡议：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。

1、多关注自己的心灵。心理健康和身体健康一样重要。心灵健康的人，朝气蓬勃，开朗乐观，学习效率会大大提高。

2、多学习心理健康知识。阅读有关心理的书籍，聆听有关心理的故事，学会自我调适。

3、多参与“心理健康”活动。从微笑做起，从自我的微小改变开始，感受成功，提升自信。

4、多寻求心理帮助。勇敢地敞开心扉，让家长和老师倾听你的心声，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。多与人交流、结交良师益友，让彼此畅叙衷肠，分担痛苦，分享快乐。

同学们，让我们积极行动起来，共同守护我们的心灵健康。最后，祝所有同学快乐学习，幸福成长!

**篇五：小学5.25心理健康月活动倡议书**

亲爱的同学、尊敬的老师及家长们：

阳光明媚的五月，鲜花盛开，我们即将迎来\_\_县第二实验小学第一届“心理健康月”活动。“5·25”取其谐音“我爱我”，旨在让学生关注自己学业和身体健康的同时，关注自己的心理健康，顺利迎接未来的挑战。

也许，在成长过程中，我们都会经历黯然惆怅，难耐的孤寂、压抑的委屈、落空的期盼……生活中有太多失落，让我们常常彷徨、焦虑甚至是痛苦挣扎。能否拥有良好的心态决定了我们能否面对生活的挑战，良好的心理素质是笑对人生各种挫折和失落的先决保证。如何让自己心灵健康，已成为我们不可回避的话题。

因此，本届心理健康活动月将以“珍爱生命拥抱阳光心向未来”为主题，开展面向全校师生、家长参与的丰富多彩的心理健康宣传教育活动。为此，我们发出如下倡议：

一、拥抱生活，悦纳自己

生活是一面镜子，你对它笑，它也对你笑;你对它哭，它也对你哭。生活更是一个绚丽多彩的舞台，每个人都是导演、编剧和演员，而最忠实的观众其实就是你自己。

二

重视人际交往，多与人交流

菁菁校园，缤纷岁月，让我们勇敢地敞开心扉，彼此畅叙衷肠，分担痛苦，分享快乐，无论流泪还是微笑，我们都可以携手一起走过。

三、多学习心理健康方面的知识

阅读有关心理的书籍，聆听有关心理的讲座，参加心理健康知识讲座以及参与心理健康的各种活动。

四、勇敢寻求心理帮助

当遇到自己解决不了的困难，勇敢地敞开心扉，让你的父母、老师、同学、朋友聆听你的心声，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。

五、多读好书，多听好歌

用先贤的品行砥砺我们的志气，让优美的旋律沉淀心中的烦杂。我们不能掌握生命的长度，但可以挖掘生命的深度;我们不能控制生命的外延，但可以丰富生命的内涵。好的书籍正如人生的灯塔，为我们的人生指明方向。

六、懂得感恩，乐于奉献

永怀感恩之心，常表感激之情，才能收获更多的人生幸福和生活的快乐。学会了奉献和担当，人生才会有意义、有价值。让我们主动关爱他人，积极回报社会，笑对风雨人生。

人生旅途，漫漫长路，让我们从心开始，共同关注心理健康，用爱与科学知识塑造健康美丽的心灵。让我们期待明天的美好!

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！