# 最新心理健康周活动方案(3篇)

来源：网络 作者：独酌月影 更新时间：2024-10-09

*为了确保我们的努力取得实效，就不得不需要事先制定方案，方案是书面计划，具有内容条理清楚、步骤清晰的特点。优秀的方案都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？以下就是小编给大家讲解介绍的相关方案了，希望能够帮助到大家。心理健康周活动方案篇一相亲相爱...*

为了确保我们的努力取得实效，就不得不需要事先制定方案，方案是书面计划，具有内容条理清楚、步骤清晰的特点。优秀的方案都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？以下就是小编给大家讲解介绍的相关方案了，希望能够帮助到大家。

**心理健康周活动方案篇一**

相亲相爱一家人

开展心理健康教育月系列活动，营造相亲相爱一家人的团队氛围，引导教师更新理念，关注学生心理状态，关心每一个孩子的发展，创设宽松、和谐、温馨的心理健康教育氛围，促进师生科学地认识心理健康教育、了解心理健康教育知识，掌握必要的心理调适方式，形成正确的心理健康教育观念，增强承受挫折、适应环境的能力，尽情享受学习、工作、尽责与助人的快乐。

团结友爱，互助分享。

12月2日-12月31日

全校教师、学生、家长

组长:z

副组长:z

成员:z

本届心理健康教育月将通过四个系列活动让全体师生感受学校是一个充满爱的温馨家园。

[系列活动一] 主题宣传

（一）第一届心理健康教育月活动启动仪式

时间:12月8日（星期一）晨会时间。

主持:z

内容:1.心理辅导站授牌仪式（胡校）

2、四(6)班学生国旗下讲话《团结友爱共同进步》。

3、心理社团团员带领全校师生手语表演《相亲相爱一家人》

4、准备退场背景音乐《让世界充满爱》。

（二）心理宣传专栏

12月2-10日在校门口海报展示第一届心理健康教育周活动安排；

12月2-10日参观心理活动室、咨询室和感统训练室

12月下旬心理手抄报和心理漫画在校门口和团体辅导室走廊展示；

12月下旬各项活动照片在校门口专橱和团体辅导室展示。

注意事项:各班主任在教室张贴活动安排表，并提醒学生和家长按期参与各项活动。

（三）心理健康辅导课

3-6年级相关主题心理辅导课

（四）心理健康教育周闭幕颁奖会。

时间:12月29日（星期一）晨会时间。

主持:z

内容:宣布活动月闭幕，宣读各项评比获奖名单，请每班代表上台领取本班获奖证书。

[系列活动二] 专题讲座（教师）

（一）《每一个孩子都是一朵为你盛开的玫瑰》

时间:12月8日（星期一）下午第二节课后校本培训时间

对象:全体教师（要求做好记录并写感悟）

地点:四楼会议室

主讲:温州教师教育院吴郁葱老师

（二）《学校对随班就读的思考》

时间:12月15日（星期一）下午第二节课后校本培训时间

对象:全体教师（要求做好记录并写感悟）

地点:四楼会议室

主讲:温州市教育局基教处杨昌奎老师

[系列活动三] “相亲相爱一家人”团体辅导

（一）教师团体辅导《长大后我就成了你》提升教师职业幸福感

时间:12月22日（星期一）下午第二节课后校本培训时间

对象:全体教师

地点:四楼会议室

主讲:z老师

（二)学生团体辅导“寻找温暖的记忆”(感恩教育）

时间:12月10日下午

对象:全校师生

地点:操场

主讲:关工委宣讲队

（三）心理游戏辅导

1、教师游戏:人椅游戏、解手链（心有千千结），谈游戏感悟

2、学生游戏:

一年级:百合花开

二年级:蚕爬行

三年级:同舟共济

四年级:背靠背夹球

五年级:巨龙翻身

六年级:履带战车

注意事项:由级段长把游戏规则发给各班主任，各班主任利用课外活动课组织学生进行心理游戏，并引导学生说游戏感悟。

（四）阅读心理故事

1、教师阅读:《拒绝长大》《鸟笼逻辑》《温暖》《鸭子只有一条腿》

2、学生阅读

五年级:《苏东坡与佛印的故事》、《好人与坏人》

六年级:《卵石和宝石》、《驴的哲学》

注意事项:由级段长把心理故事发给各班主任，各班主任利用阅读课组织学生阅读心理故事，并引导学生说阅读感悟。

（五）感统训练

时间:每周三午间

对象:1-2年级随班就读孩子

地点:感统训练室

辅导老师:张鸣宇

[系列活动四] “相亲相爱一家人”主题评比活动

（一）心理咨询室名称征集

要求:每班（包括老师和家长）征集1-2个名字，并附注解。

时间:12月20日截止

对象:全体师生及家长

（二)心情故事(或心情语录）征集

要求:各班主任组织全班学生写自己的心情故事或心语，选出5幅作品（故事至少一个）上交给年级负责老师。作者、班级写在作品背后。

时间:12月20日（星期五）截止

对象:全体师生及家长

(三)ab剧本征集评比

要求:各班主任组织学生根据班情改编或创作ab剧，选出1-3幅作品上交给年级负责老师。作者、班级写在作品背后，字数在1500字以内。

时间:12月20日（星期五）截止

对象:五、六年级学生

1、第一届心理健康教育月活动启动仪式

12月8日

全校师生

2、海报与网站宣传

12月2-10日

3、心理橱窗、长廊活动照片展示

12月下旬

全校学生

4、心理健康教育月闭幕并颁奖

12月29日

全校师生

**心理健康周活动方案篇二**

“5.25”取其谐音“我爱我”，提醒大学生“珍惜生命，关爱自己”。 20xx年，教育部、团中央、全国学联办公室共同决定将每年的5月25日定为全国大学生心理健康日。目的是呼吁大学生关注自己的心理健康，并以此掀起社会关注心理健康的热潮。

提高大学生的心理健康水平，增强大学生的心理保健意识，在校园里掀起关注心理健康的热潮，让更多人意识到心理健康的重要性。

“关爱心灵，遇见美好的自己”

（一）活动时间、地点：

详见各活动的具体安排

（二）活动内容

活动主题：牵手5.25，走进心理成长空间

活动内容：全校大学生签名及心理游园活动、“心理知识长廊”展示、有奖知识竞答、心理电影及书籍推荐、派发书签等。

时间地点：5月20日11:30-17:30，xx校区通惠美食广场

承办单位：学生处大学生心理健康教育中心

活动内容：用心理游戏促进心理健康

时间地点：5月21日11:00-13:00，xx校区通惠美食广场

承办单位：学生处大学生心理健康教育中心

活动内容：放映经典心理主题电影

时间地点：5月22日19:30，xx校区通惠美食广场

承办单位：学生处大学生心理健康教育中心

讲座题目：爱的真相--大学生的恋爱与成长

主讲人：心理学专业教师（国家二级心理咨询师）

时间地点：5月23日18:00-20:00，xx校区教学楼a-114

承办单位：学生处大学生心理健康教育中心

活动内容：现场趣味心理测试与咨询

时间地点：5月24日11:00-16:00，xx校区通惠美食广场

承办单位：学生处大学生心理健康教育中心

6、心理话剧汇演

活动主题：演绎绚烂青春，倾听心灵之音

活动内容：心理话剧汇演

时间地点：5月25日18:00，xx校区百会堂报告厅

承办单位：管理学院

院级层面的活动由各学院根据学院情况自行组织安排，并请于5月18日前将活动策划电子版发送至xx@，纸质版交送至学生处230。同时请各学院将活动情况以图文形式总结后电子版发送至xx@，纸质版交送至学生处230办公室。

**心理健康周活动方案篇三**

各系团总支：

为深化我院心理健康教育工作，广泛宣传心理健康知识，拓宽心理健康教育途径，培养学生健全人格和良好心理素质，促进学生健康成长成才，学院将于近期举办第七届“5.25我爱我”心理健康周活动，现将相关事宜通知如下：

一、活动主题：关注自我成长，活出真我风采

二、活动时间：5月19日—5月26日

三、活动内容及要求

1.5月20日中午13:00在多功能视听室召开08、09、10级全体心理委员座谈会，统一部署心理健康周工作，所有的心理委员务必准时参加。心理委员要在心理健康周期间开展班级心理素质拓展活动，此为素质教育“五项工程”的重要内容，将记入学分。

2、心理健康教育中心将围绕本次（）活动的。主题，认真组织开展系列宣传教育活动（具体安排见附件），请各系密切配合，积极组织学生参与相关活动，以扩大活动的覆盖面。

3、各系要结合本单位实际，自主开展1-2项心理健康教育活动，内容要求积极向上，形式不限。如心理健康讲座、团体心理活动、心理主题班会、征文比赛、演讲比赛、心理沙龙等。

3、充分利用报纸、宣传栏、广播、板报等宣传媒体，广泛宣传心理健康知识。各系要围绕活动主题，结合本单位活动开展情况，制作1块图文并茂的宣传板，并于活动期间统一摆放在主干道两侧展出，营造良好的教育氛围。

4.6月10日前，各系要将本次活动的总结及相关材料通过电子邮件报送心理健康教育中心。

学生工作部

20xx年5月18日

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找