# 学校心理健康教育活动总结

来源：网络 作者：静默星光 更新时间：2024-01-15

*学校心理健康教育活动总结7篇学校心理健康教育活动总结你们会写吗？不经意间，一个有意义的活动又告一段落了，我们一定都增加了不少生阅历，以下是小编精心收集整理的学校心理健康教育活动总结，下面小编就和大家分享，来欣赏一下吧。学校心理健康教育活动总...*

学校心理健康教育活动总结7篇

学校心理健康教育活动总结你们会写吗？不经意间，一个有意义的活动又告一段落了，我们一定都增加了不少生阅历，以下是小编精心收集整理的学校心理健康教育活动总结，下面小编就和大家分享，来欣赏一下吧。

**学校心理健康教育活动总结精选篇1**

作为我院进行心理辅导教育的重要而有效的形式，由心理健康辅导站举办的第七届心理主题班会已经圆满落幕。20\_\_年以“悦纳·欣赏·成长”为核心主题的心理班会，汲取了以往各届心理班会举办的经验，对切实解决学生在面临学习生活，人际交往和自我认知等心理问题方面起到了积极的作用。在举办程序、形式等方面都有创新，让心理班会的意义更加突显出来，使主题得到了很好的诠释和升华。

根据20\_\_年上半学期的实际情况，在征求了各班心理委员的意见后，此次心理班会根据各个年级的不同需求制定了不同的主题，旨在切实解决每位学生的心理问题，让学生在轻松融洽的班会气氛中放松自己，正确面对自己的问题。心理班会主题确定之后，我们将心理主题班会的具体要求以书面的形式整理出来并将其张贴于商学院公告栏，使各班心理委员对本次班会的主题有了正确的认识，为各班成功举办心理班会提供了参考和方向。

心理班会顺利完成后，我们要求各班心理委员对本班班会做好总结，并以书面形式按时上交于心理健康辅导站，同时发送电子版到辅导站邮箱。在对各班上交材料进行了整理比较之后，我们根据评比细则认真的进行了筛选，按年级评选出切合主题，内容深刻，具有深远意义的班会并给予一、二、三等奖。我们将最终评选结果以展板的形式公布于商学院大厅并将发放奖状，以资鼓励。

此次活动中涌现出一批优秀的主题班会，现选取一部分表现优异的班级介绍如下：

\_\_工商管理七班的“千帆竞渡，敢于勇者胜”很好的诠释了本次\_\_级心理班会的主题。他们通过召开趣味运动会，以别开生面的形式举办了这次心理班会。在活动中，同学们增强了自信，提升了自己抵抗挫折的能力，也感受到了团队的重要性。活动结束后，他们发布了通讯，制作了展板，对宣传其班会成果起到了很好的作用。

\_\_级金融四班的“互帮互助共成长突破自我创辉煌”。他们进行了充分的准备，于4月17日晚6：00——8：30在学院楼247成功召开了班会。他们先是进行了几个小游戏，在不知不觉中拉近了同学们的距离，增加了同学们交流的机会。随后他们又进行了自我剖析，让同学们加深了对自己和对他人的了解，真正共成长，突破自我，取得了良好的效果。班会结束之后他们采用了展板的形式进行了宣传，并取得了良好的宣传效果。

除此之外，\_\_旅游管理的心理班会也举办的有声有色。他们选取“载着自信飞翔”作为班会的主题。他们邀请了班里的同学同大家一起分享了自己的经验，一起观看了视频《永不放弃》，最后还随机分组在食堂里共进晚餐，加深了彼此的交流。班会结束后，他们也制作了精美的展板，进行了及时有效的宣传。

心理班会结束之后，我站对本次活动的所得所失，经验教训进行了总结讨论，为今后开展相应工作提供了借鉴，要扬长避短，在内容和形式上不断创新，推动我院的心理健康辅导工作步上新的台阶，为广大同学提供一个健康、完善的平台。本次心里主题班会的举办工作在时间安排上略有仓促，导致后续工作过于仓促，没有达到预期的理想效果，产生了或多或少的问题。但是吸收教训，引进先进理念，相信我们商学院包括心理主题班会在内的心理健康教育工作会更加深入人心，再创辉煌！

**学校心理健康教育活动总结精选篇2**

本学期我担任五年级心理学科的教学工作。心理健康教育也称为心理教育，其课程目标主要是受教育者通过教学活动心理素质得到培养，心理机能得到提高，心理潜能得到充分发挥，个性得到较好的发展。作为面向青少年的一种有效的教育途径和教育手段，我校开设了心理健康教育课程，加大了对小学生开展心理教育的力度。在工作中老师注重向学生渗透各种心理学知识，并帮助学生解决一些常见的心理问题。

这是一门很有挑战性的工作。心理教育与其他学科都不同，既没有经验又没有可以学习借鉴的资料。我在本学期的教学过程中一边教学一边摸索，真正是一个教学相长过程中。这其中有艰辛也有不少的收获。为使下一阶段的工作更顺利地开展，现对本学期的工作情况作出总结，希望能发扬优点，克服不足，总结经验教训，促进教学工作更上一层楼。

一、开好、开足心理健康教育课，尤其是中高年级。随着自我意识和独立性的增强，学生的心理困扰也会不断增多，利用课堂教学向学生传授相关的心理学知识，组织学生进行积极的情感体验，让学生掌握自我调适的能力，可以使学生做到悦纳自己，并且经常保持积极乐观的精神面貌。课堂教学的形式采取灵活多变，讲解复杂的心理学理论深入浅出，注意联系学生的实际，激发学生的兴趣和积极性。

二、对于个别心理问题较明显，行为偏常的学生进行了及时、持续的辅导。在整个辅导过程中都是以朋友的身份参与心理辅导，不太强调老师的身份，同时也注意为这些学生保守秘密，让他们觉得安全、可靠，获得他们的信任，使他们更好地把问题拿出来共同解决。

今后会不断努力，将工作做得更好、更出色。

**学校心理健康教育活动总结精选篇3**

心理是人的思维理念，它即来自人的行为惯性累积，反过来又是人的行为指南。因此，心理产生任何的问题时，都需要我们每个人重视并且及时解决。此次主题班会的目的就是为了让同学们能直面自己的心理问题，认识并解决它，做一名健康快乐的大学生。

心理健康教育”是大学生德育的基础同时，社会转型期出现的一些问题，也成为影响大学生心理健康的重要因素。结合我校的要求和我系特点，我班开展了系列心理健康教育活动，现将心理健康教育主题班会总结如下：

通过了解，我发现大学生存在的问题有如下几点：

1，进入新的学期，同学会认为大学和自己想象的不同，会产生失落情绪。

2，同学遇到无法解决的问题时，产生消极和自卑心理。

3，与同学相处时，不能正确处理朋友间的关系。

4，对自己的人生目标不确定，感到迷茫无助。

根据以上问题，我们为这次的主题班会设计了各种形式的内容，就是希望能够给同学们一个直面自己心里问题的机会，并且从中得到倾诉和放松。

班会中，我们组织同学们做了游戏，游戏中大家都热情参与这个游戏不仅促进同学之间的友谊，更增强了我们彼此间的信任与合作。

心理健康的标准是什么?做一个健康快乐的大学生又是何等的重要?相信很多人都想过这个问题，而这次关于心理健康的一个演讲，就告诉了我们大家如何应对大学中的迷茫、失落和学习上所遇到的问题，更让我们明白了如何确定自己的人生规划，做一名健康快乐的大学生。

通过这次心理健康主题班会，我们明白面对丰富多彩的大学生活，依旧会遇到一些问题，他们时刻牵绊着我们无法前进。可是这并不可怕，只要我们保持一个健康的心态，懂得自我调节和适应，我们明天会更加美好。

**学校心理健康教育活动总结精选篇4**

不知不觉，担任我们\_\_班的心理委员差不多两年了。首先我想以一个问题作为开篇：\_\_月\_\_日是个什么日子?让我来告诉大家吧，是“大学生心理健康日”。在这个重要的.日子到来之际，我总结一下我这近一年来的工作和感受。

\_\_-\_\_学年第二学期，我参加了一次心理委员培训。它相当于一次讲座，从那次培训，我大概了解到心理委员的工作主要有两方面。

一.协助老师了解并收集同学们的心理信息，及时汇报异常情况。所以我时常观察同学们的心理，可喜的是目前我们班没有出现心理异常情况，我也相信未来也不会有。

二.向同学们普及心理健康知识。可能很多同学会觉得自己不是心理专业的，不懂得什么心理知识。其实不是这样的，我们每个人都懂得一些基本的、解决一般情绪问题的方法。例如：倾听、安慰。这些小小的举动都是很有用的，另外，我们班级也会定期开展一些心理健康知识的活动和讲座，同学们也积极参与。同时，我们班级也非常注重宿舍文化的培养。

宿舍是我们休息的场所，所以对于宿舍，首先抓的是卫生和安全问题。我们班级通过男女生互访宿舍检查卫生安全评比等活动让同学们都积极的参与到宿舍的环境卫生。另外，对于宿舍文化建设上，我们也不放松。平时，班级经常组织同学们通过宿舍篮球赛、羽毛球赛等活动增强宿舍同学之间的联系和班级集体感，也通过学习小组活动让大家在学习想互帮互助，共同提高。

以上是我的总结，愿自控\_\_班各位同学永远健健康康、活泼开朗，祝我们班越走越好。

**学校心理健康教育活动总结精选篇5**

观澜小学第\_\_届心理健康教育活动周于第8周如期顺利举行。周一的升旗仪式上，以“澜星心情——寻找心钥匙”为主题的升旗仪式发言让同学们初步了解了“学会沟通”就是一把开启心灵窗户的钥匙，同时，还颁发了浦东新区第五届“中小学心理健康教育活动月”活动中“吉祥物征集活动”个人“佳作奖”、“入围奖”和浦东新区心理小故事个人一二三等奖。

周一～周五，心理辅导室预约了部分学生做了“心理危机干预——箱庭游戏辅导”，在老师耐心细致地引导下，每个孩子快乐地游戏，友好地合作，尽情地交流，收获颇多。

围绕“澜星心情——寻找心钥匙”的大主题，各年级又有各自不同的小主题。周三中午12：00——13：00，各年级每班派了一位绘画高手，围绕该年级的小主题，参加了心理绘画比赛。其他同学则在心理午会课上进行专题学习;周五的主题班会上，围绕各小主题各班又召开了主题班会。同学们在老师的引领中学会沟通，学会交流。

活动周中全体班主任进行心理专题学习，“学习习惯辅导”，并结合德育工作按要求完成了相关业务学习笔记;我们还对家长进行了《与孩子进行有效沟通》的心理健康知识宣传，家长们阅读后纷纷写下了深刻的体会。

本次活动使同学们了解到：其实，每所学校是一所花园，每间教室是一座花园，我们每个人的心灵也一座花园。在这充满生机的“花园”里，我们要学会沟通的技巧，学会与人沟通，这样就能更好地去清除“花园”的杂草，翻松“花园”的泥土，让“花园”开满鲜花。因为学会沟通，才能懂得倾听，乐于询问;勤于沟通，才能减少误会，增加合作;善于沟通，才能拥有一颗宽容的心，学会理解他人，体谅他人。

**学校心理健康教育活动总结精选篇6**

为了贯彻落实《诸城市中小学生心理健康教育工作实施意见》，培养学生健康的心理、健全的人格，\_\_小学开展了“四个一”系列活动，对学生进行心理健康教育，主要活动总结如下：

一是组织开展了一次团体心理辅导活动。以班级为单位，通过形式多样、生动有趣的团体活动——“同舟共济”、“心有千千结”、“优点轰炸”、“自画像”等，促使个体在交往中观察、学习、体验，认识自我、探索自我、调整改善与他人的关系，增强学生团队精神、沟通能力，提升团队凝聚力和执行力；增进团队成员之间的互相信任，学会跟他人协作并给予有力的支持，体验被人支持和支持别人的幸福。

二是进行了一次个别心理辅导活动。首先学校委托心理辅导教师对全体学生进行排查。重点关注学习困难学生、家庭生活困难学生、孤儿学生、单亲家庭学生、学习优秀学生。针对他们表现出来的心理方面的问题苗头，及时进行心理疏导，力争使每个学生成为处事乐观、态度积极、能适应班级学校学习环境的心理健康的学生。

三是开展了一次心理健康教育进家庭活动。学校对心理方面表现有问题的学生进行了建档立卡，要求班主任协同心理辅导教师做好问题学生的家访工作。学校还设计了专门的表格要求学生家长进行观察填写，详细记录学生的睡眠、交往、运动、学习、娱乐、饮食等各方面的情况。心理咨询教师针对学生的情况制定了心理健康教育方案，学校与家庭共同促进学生健康心理的形成。

四是组织开展了一次心理健康手抄报评比活动。为普及心理健康知识，增强心理健康意识，提高学生对心理健康教育的关注度和参与度，学校分年级组组织开展一次心理健康手抄报比赛，在学校初步形成“了解心理、认识心理、关注心理”的良好氛围。

**学校心理健康教育活动总结精选篇7**

此次心理健康教育主题班会以“提高班级凝聚力，构建和谐班级”为活动宗旨，以“心灵之源，赢在525”为活动主题，同时，更希望通过此次班会让同学懂交友应注意的误区，通过活动，消除困惑，走出误区；感受人生的欢乐和幸福，从而以一颗积极乐观的心来善待周围的每一个人，善待生命的每一天。

在我们的学习与生活中，大学生经常会出现一些问题，虽然不是特别突出，但是这足以引起我们的重视，所以今天这场班会的召开是很有必要的。这次班会主要以讲述，交流型为主，大家都很积极地配合，现场互动性较强，总的来说，还是比较成功的。

在班会过程中，也存着一些不足的方面，比如一开始现场气氛不够活跃，大家都兴致不是很高，同时也不愿意敞开自己的心扉和大家大胆的沟通交流，这是问题的症结。但随着在班会开展过程中的引导，大家的兴趣稍微有了一些转变，并愿意在自由交流阶段踊跃举手向大家阐述自己的独到的见解，从而使得班会的真正内涵与意义得到凸显。

相信通过本次班会，对于提高我班学生的心理健康知识水平，增强心理保健意识。懂得人际交往，建立和谐的人际关系起到一个催化剂的作用。同时在校院里也掀起关注心理健康的热潮，让更多的人来关注大学生的心理健康问题，让更多的人对心理健康引起足够重视。

心理的健康很重要，一个人生理健康和心理健康都是很重要的，就是怕你在不断的生活中失去了方向，这样才是导致事情悲剧发生的最根本，我们一定要调整好自己的心理，使自己能够做到最好！

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！