# 心理健康节倡议书范文

来源：网络 作者：静水流深 更新时间：2023-12-31

*心理健康节倡议书范文(6篇)心理健康的人认知，情绪反应，意志行为处于积极状态，并能保持正常的调控能力。在当下社会，用到倡议书的地方越来越多，还是对倡议书一筹莫展吗？在写之前，可以先参考范文，今天小编倾情推荐心理健康节倡议书范文，为更多朋友提...*

心理健康节倡议书范文(6篇)

心理健康的人认知，情绪反应，意志行为处于积极状态，并能保持正常的调控能力。在当下社会，用到倡议书的地方越来越多，还是对倡议书一筹莫展吗？在写之前，可以先参考范文，今天小编倾情推荐心理健康节倡议书范文，为更多朋友提供学习指导，帮助大家培养良好学习习惯，激发学习兴趣。

**1心理健康节倡议书范文**

鲜花盛开的五月，春意盎然，今天，我们又一次迎来了 “5·25心理健康日”。 众所周知，心理健康是一个人身体健康不可分割的重要方面，积极健康的生命意识，离不开和谐、温馨的家庭成长环境和开明的家庭教育。今年我校“525”的活动内容主要围绕家庭教育、亲子关系开展，主题是“爱在我们身边”， 目的是通过一系列活动，呼吁学生家长提升家庭教育意识，创建和谐的家庭教育环境，促进学生心智健康发展，让孩子在家庭、学校的共同培育下快乐学习，幸福成长。

我们必须意识到：父母对孩子的教育方式过于溺爱或者简单、粗暴，期待过多，压力过大，就会使大多数孩子或多或少存在依赖、自负、易怒、逆反等心理。如果这些问题长期存在，就会使孩子缺乏积极、乐观的人生态度，处于消极、低迷的人生状态，促成悲剧不断发生！而开明的家长能接受孩子的天性，欣赏孩子，让孩子感到自信和幸福，因而孩子做任何事情时，内心就会具有一种充分调动现有能力的强大动力——克服困难，积极投入。所以，建立孩子与家庭、父母与孩子的爱的纽带就特别的重要。基于此，我们向全体师生、全体家长发出以下倡议：

1．倡议各班学生回家后给父母一个深情的拥抱，给父母准备一顿简单的饭菜，给父母洗一洗袜子，对父母的`照顾说一声“谢谢”……来表达对父母的感恩。同时希望父母给孩子以真诚的反馈，连接爱的纽带。

2．倡议学生和家长一起进行“共绘我的家”亲子心理绘画活动，一起阅读“孩子最喜欢听的40句话、孩子不喜欢听的40句话”，增强亲情，密切亲子关系；欣赏亲子心理电影《疯狂原始人》等，感受家庭中爱的正能量。

3．倡议各位班主任通过班级博客向学生家长推荐525心理网站、亲子心理读物等，推广家庭科学教育知识、心理学知识，营造良好的家庭育人环境。

“525我爱我”，让爱不仅仅在这一天传递，而应该让爱留在三百六十五天的朝朝暮暮。让爱照亮学生成长的路，温暖老师耕耘的心，升华家长智慧的爱。相约“5·25”，爱在我们身边!

**2心理健康节倡议书范文**

亲爱的朋友：

今年4月，春意盎然，第二个5·25大学生心理健康活动以微笑向我们走来。5·25岁，我爱我。“我爱我”是只爱自己，爱他人；只有爱自己，才能让别人更好地爱你。第二届心理健康活动月倡议书爱你自己，从心开始，从心开始。

朋友，世界上，不轻易字段。这个，成长的道路布满荆棘，昏暗，无法忍受的悲伤是孤独，抑郁的不公，不能期待保持和甜的!人生太不能承担着繁重的，让我们经常丢失，焦虑，甚至痛苦挣扎，心理问题学生已成为一个热点话题。出于这个原因，我们对所有学生倡议：

学习更多的精神健康knowledge-cannot掌握管理的生命的长度，但我们可以挖掘生命的深度，无法控制的延长生命，但我们可以充实生活的内涵。阅读关于心理书本去听讲座的精神，参与精神健康协会及其相关的活动，丰富的内涵，我们的生活。

听songs-more比良好的旋律，清新的歌词，转角深度，我们的心灵，第二届心理健康活动月倡议书降水中心的复杂，净化我们的心灵。

寻求心理帮助more-brave打开你的心扉，让辅导教师聆听你的内心，释放你的压力。

与人交流的—这是菁菁校园，缤纷年，无论年龄，无论，大学，让句话说我自己的想法，分享苦痛和一起分享快乐，无论泪水或者微笑，我们都可以手拉手走路。

介意concern-a生活，漫长的道路，我们需要开始从心脏，并不断审视自己，因为生活色彩，塑造健康美丽的心。笑对英雄，勇于接受挑战，乐于分享别人的幸福。

朋友们，让我们的心灵搬到一个越来越宽容，让我们的生活充满了信心和尊重，让我们在流浪，把麻烦，释放悲伤，面对失败，让心灵纯净如果水晶，聚酯污秽，让心燃烧的火焰，点燃生活!!!

让我们用他们的年轻的心感到生命活力，第二届心理健康活动月倡议书反映了温暖的感觉，享受健康快乐!

珍惜生命，打开你的门，相信你我将花费天天开心!

满足5·25!从心开始，从心开始!

桂林山水甲天下职业学院的咨询项目

4月10日的9年

**3心理健康节倡议书范文**

亲爱的同学们：

在这激情四溢的五月，我校第一届5.25心理健康活动月微笑地向我们走来了。5.25，即我爱我，她提醒我们热爱生命，悦纳自己，关爱自己的心理健康。“我爱我”就是只有爱自己，才能爱别人，只有爱自己，才能让别人更好的爱你。

同学们，人之一世，殊为不易，成长道路上布满荆棘，有黯然的惆怅、难耐的孤寂、压抑的委屈、落空的期盼和留不住的甜美！生命中有太多不能承受之重，让我们常常失落，焦虑甚至是痛苦中挣扎，心理问题已成为学生热门的话题。为此，我们向全校同学倡议：

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，丰富自己的内在。

多寻求心理帮助，勇敢地敞开心扉，让父母、老师和朋友聆听你的心声，释放你的压力。

多读好书，不能掌握管理人才的长度，但我们可以挖掘生命的深度，不能控制生命的外延，但我们可以丰富生命的内涵，好的书籍如同一缕阳光，助你化黑暗为光明。

多倾听好歌，优美的旋律，清新的歌词，绕过我们心灵深度的角落，沉淀心中的烦杂，净化我们的心灵。

多与人交流，菁菁校园，缤纷岁月，不论年龄，让彼此畅叙衷肠，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。

给心灵一份关注，人生旅途，漫漫长路，需要我们从心开始，不断地审视自己，为生命彩，塑造健康美丽的心灵。人先自爱，而后爱之。珍爱生命，美丽心灵，笑对风云人物，勇于接受挑战，快乐的分享别人的幸福。

同学们，让我们的心灵多一份感动，多一点宽容吧；让我们越过彷徨，抛掉烦恼，释放悲伤，正视失败；让我们用自己年轻的心态去感受生命的活力，去体现真情的温暖，去享受健康的快乐吧！！

珍爱生命，打开心灵之门，相信你我将快乐的度过每一天！

相约5.25！从心开始，从心出发！！

乐山市实验中学心理健康中心

年5月

**4心理健康节倡议书范文**

亲爱的同学们：

在这鲜花盛开，草长莺飞的季节，在这青春似火，激情洋溢的五月，我们迎来了一个特殊的节日——“525大学生心理健康节”。

525，即“我爱我”，珍爱自己，珍爱自己的生命，把握自己的机会，为自己创造更好的成才之路；关注自己的心灵世界，快乐成长，成为祖国的坚实栋梁；爱自己，而后才能爱他人，爱社会。

成长的过程中，我们都经历过惆怅的黯然、孤寂的寒夜、压抑的委屈、落空的期盼、留不住的回忆……生命之中，有太多不能承受之重。我们的心常常在失落、焦虑甚至是痛苦中挣扎。心理问题已经成为一个不容忽视的话题摆在我们眼前。所以，我们应该积极行动起来，爱自己，爱他人，呵护心灵，快乐成长。为此，我们向全校师生倡议：

1.“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。”

2.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。

3．多寻求心理帮助——勇敢地敞开心扉，让心理咨询中心的老师聆听你的心声，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。

4.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。

5.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。

6.多给生命一点珍爱——生命是一个黑白的问号，需要我们用青春将它填成绚丽的彩色。让我们珍惜生命，为生命喝彩，让每一个生命都如花般绚烂绽放。

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，我们就需要一次心灵的洗礼，聆听内心，生命就有了前进的依托，你我也就有心灵的共鸣。

525，让我们一同共享心灵盛宴，共创和谐心灵、和谐人生、和谐校园！

**5心理健康节倡议书范文**

亲爱的同学们：

鲜花盛开的五月，春意盎然。来源:中华励志网#url#5·25全国大学生心理健康日又向我们走来了。

5·25，谐音“我爱我”，就是要珍爱自己，珍爱自己的生命，把握自己的机会，为自己创造更好的成才之路。

“我爱我”，需要从心开始。只有美丽的心灵，才能感受生命之美。只有自尊、自爱的人，才能分享、接受、给予爱和友谊，才能用积极的心态面对人生。

入学初的迷茫，学业的枯涩，人际的委屈，期盼的落空…大学里有太多的喜悦，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，理应关注我们的心理健康。

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，我们向全校师生倡议：

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!

亲爱的同学们，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。

**6心理健康节倡议书范文**

各位同学：

经过一段时间的准备，校心理辅导室“绿苑心语室”以全新的面貌呈现在同学们面前。在此，我们向全体同学发出倡议：关注心理健康——让心灵停泊于温馨的港湾。

在成长的过程中，你是否碰到过以下的各种情况：

被人误会或欺负；朋友之间关系不和；不能交到知心朋友；

父母要求过多或缺少关爱；学习压力大；考试成绩不理想；

不适应学校学习生活；和班级同学关系不和谐；

……

只要你有以上或其他任何问题，都可以来“绿苑心语室”述说自己的烦恼，我们将给你最大的帮助和关爱，和你一起克服困难，走向心理健康。

这里，我们向大家建议几件可以让自己快乐的小事，你将发现你会有更好的心情。

1．向你遇到的老师说声“老师好”。

2．参加一次自己喜欢的体育活动，活跃身心。

3．向别人讲述你曾经感到自豪的一件事。

4．告诉自己“无论怎样都要以最好的心态去面对！”。

5．面对朝阳深吸一口气，对自己说“今天又是新的一天”。

6．向曾经帮助过你的人说声谢谢。

7．把自己愉快的事与他人分享。

8．列出自己的五大优点。

9．对自己曾经伤害过的人说声抱歉。

10．和每个你熟悉的人微笑着打招呼。

同学们，让我们积极地行动起来，关注心理健康，争做心理健康小卫士！欢迎大家有空到绿苑心语室来坐坐，谈谈你的烦恼，和我们分享你的喜悦！

长峙小学心理健康教育小组

.12.14

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！