# 小学生525心理健康教育的国旗下讲话稿

来源：网络 作者：繁花落寂 更新时间：2025-01-30

*小学生525心理健康教育的国旗下讲话稿（9篇）随着心理健康教育的普及,大家对心理健康也越来越重视了,那么525心理健康的演讲稿怎么写呢？以下是小编整理的一些小学生525心理健康教育的国旗下讲话稿，欢迎阅读参考。小学生525心理健康教育的国旗...*

小学生525心理健康教育的国旗下讲话稿（9篇）

随着心理健康教育的普及,大家对心理健康也越来越重视了,那么525心理健康的演讲稿怎么写呢？以下是小编整理的一些小学生525心理健康教育的国旗下讲话稿，欢迎阅读参考。

**小学生525心理健康教育的国旗下讲话稿精选篇1**

尊敬的领导、老师、亲爱的同学们：

大家上午好！

今天我演讲的题目是《以健康的心灵挑战人生》。

同学们，你可曾为一件小事而气恼过？你可曾抱怨生活的不公？你可曾对前方的困难望而却步？如果有，它会让你的心理由平和转向挑剔，最终使人陷入生活的泥潭而不能自拔。

碧水、青山、白瀑、微云，有人看了，心中赞叹自然的生机盎然，美轮美奂，这种人具有一颗纯洁、健康的心灵，他懂得珍爱生活；有人看了，心中抱怨自然的色彩单调、了无生趣，这种人只有一颗挑剔病态的心灵，他只会埋怨生活。残阳、枯藤、老树、昏鸦，会让心中充满希望的人看到凄凉过后的美好，也会让心中抱怨不休的人看到漫长的悲凉。

战争的残酷，众所周知。回想当年，诸葛亮羽扇轻摇，运筹帷幄；斯大林面对强敌，面不改色。这一切，显示出他们的心灵所具有的巨大承受能力。当今的社会其实就是一个没有硝烟的战场，高考的竞争、商业的竞争、事业的竞争……面对如此激烈的竞争，我们只有铸就健康的心灵，才能经得住一次次严峻的考验！

走进生活，你会发现：一个个鲜活的生命，正以健康的心灵挑战人生，向我们展示着他们的风采！舞蹈《千手观音》中美丽的少女们虽然生活在无声的世界里，她们却用优美的舞姿征服了所有的观众。残奥会上，运动员奋力拼搏，激烈的场面常令人感动不已……虽然他们在肢体上有缺陷，但他们有着健康的心灵，有着巨大的承受能力，他们都是在无数次挫折后才明白了生活的真谛——生活是美好的！面对他们，四肢健全的我们为何不能去直面残酷的竞争呢？

健康是一种积累，心灵的健康不会从天而降，它需要锻炼，需要在困难面前经受无数次的洗礼。当我们跨越了失败的深渊，还会惧怕前方小小的沟渠吗？当我们经历了生活中的暴风骤雨，还会向挫折低头吗？当我们走出了忧郁的低谷，看到的还会是阴影吗？

同学们，让我们丢开忧郁，忘记烦躁，铸就一个健康的心灵。

**小学生525心理健康教育的国旗下讲话稿精选篇2**

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家好，今天我国旗下讲话的题目是：《阳光心理 健康人生》。

同学们，你们知道什么是健康吗？

也许有的同学认为，健康就是身体很强壮，不生病，就是健康。其实我要告诉大家的是，这只是健康的一部分，真正的健康应该是身体健康，心理健康。

许多同学一定想问了，那么心理健康到底是什么东西呢？

在此，我们先来分享一个小故事：

一天，一条蚯蚓看见许多美丽的花，就想得到一些花瓣。它对丁香花说：“丁香花，你能给我一片花瓣吗？”丁香花说：“为什么要给你？”它说：“我能帮你松土啊。”丁香花说：“好吧。”蚯蚓帮丁香花松了土。于是丁香花给了蚯蚓一片花瓣。蚯蚓又走到金葵花的面前，它说：“你能给我一片花瓣吗？”金葵花说：“我为什么要给你？”它说：“我能帮你松土啊。”金葵花说：“好吧。”蚯蚓帮金葵花松了土，于是金葵花给了蚯蚓一片花瓣。晚上，蚯蚓累了，它靠在一朵花旁边睡着了。那朵花低下了头，用自己的花瓣为蚯蚓遮风。蚯蚓醒来了，却不知道那朵花帮助过它。可是，那朵花低头的时候，它的花籽一粒粒地掉到地上。一个月以后，花的种子发芽了。

这个故事告诉我们什么呢？

蚯蚓帮丁香花和金葵花松土，丁香花和金葵花分别给蚯蚓一片花瓣。晚上，当蚯蚓在一朵不知名的花下休息时，那朵花悄悄地帮助了它。这种帮助，让花自己的种子种到了地上。所以说：如果我们去帮助别人，别人也会来帮助你，有的时候帮助别人，也就是帮助我们自己！蚯蚓的这种行为就是心理健康的表现。

心理健康从如下几方面做起：

1、正确认识自己，不要自卑，不要自负，要自信，相信自己。正确面对挫折或失败，相信失败是成功之母，饱经风霜、历经坎坷的人比一帆风顺的人更能忍受挫折，更能有所作为。

2、正确与人交往，建立和谐的人际关系。和谐的人际关系来自于对别人的爱心，来自于对别人的尊重。把你的爱心与老师、同学分享，你会得到更多的快乐；把你的意见与别人沟通，你会得到许多有益的忠告；与人分享快乐，快乐会加倍，与人分担痛苦，痛苦会减半。多给别人力所能及的帮助，送人鲜花，留已芳香，多尊重别人，多体谅别人，多听取老师、父母、同学的意见，良药苦口利于病，忠言逆耳利于行，经常真诚地对人微笑，传递快乐！享受快乐！

3、正视现实，勇于解决问题。正视困难与挫折，勇于面对现实，找出问题的解决办法，而不企图逃避，推卸责任。

4、情绪稳定，性格开朗。养成热爱生活、积极向上的生活态度，要树立远大的理想和信念，只有这样才能性格开朗，目光远大，心境愉快，才能胜不骄，败不馁。

同学们，“健康体魄＋健康心理＝美好人生”，让我们打开心灵的窗户，让理智、和谐的阳光滋润我们的心灵，让健康、幸福的阳光沐浴我们的生活。让我们人人都拥有一个阳光心理，拥有一个健康的人生！

最后祝大家身心健康，学习愉快，天天都有好心情。

**小学生525心理健康教育的国旗下讲话稿精选篇3**

各位尊敬的领导、老师、亲爱的同学们：

大家好！我是实小325班的全柯羽，今天我在国旗下演讲的主题是《培养健康心理，走向成功人生》！

首先，我想问大家一个问题，“什么是健康？”

很多人说：“健康就是身体没有病痛啊！”是的，健康是身体没有病痛、没有缺陷，但是还有一点却几乎被大家忽略了，那就是心理的健康，心理没有缺陷！

心理是否健康，小而言之，影响着我们一场考试的得失或比赛的胜负；大而言之，影响着我们的学习、工作、生活乃至前途！一个心理有缺陷的人对他人对社会甚至对国家的危害那都是不得而知的！我时常听到一些这样的话，有人抑郁症自杀了，或什么事一时想不开寻了短见！有人为了点小事就跟人拼命，拿刀砍杀，或对现实不满就肆意伤人，杀人，还有更为恐怖的，某公众场所又出现了恐怖袭击等等！现在已经引起了国家的高度重视，这些悲剧都是心理健康意识淡薄酿成的！那么，我们要怎样去培养健康的心理呢？

首先，要正确认识自己，不自卑、不自负、要自信、相信自己！天生我材必有用，每个人都有自己的优点！要乐观面对挫折和失败，相信失败乃成功之母！

其次，正确与人交往，建立和谐的人际关系。良好的人际关系来源于对别人的爱心和尊重。多尊重别人、体谅别人，多听取老师、父母、同学的意见，良药苦口利于病，忠言逆耳利于行；多给别人力所能及的帮助，微笑待人，收获的是更多微笑，快乐赠人，收获的是更多快乐！赠人玫瑰，手留余香！

再次，要性格开朗，情绪稳定，爱学习、爱生活，培养自己积极乐观向上的精神，树立远大的理想和坚定的信念，科学地安排好每一天，一步步去实现自己的目标！

同学们！健康的心理是我们安身立命的根本，从现在开始，让我们将健康的种子播下去，迎着阳光，乘风破浪，奋力前进，创造奇迹，一起走向成功的人生吧！谢谢大家！我的演讲完毕！

**小学生525心理健康教育的国旗下讲话稿精选篇4**

各位同学，各位老师：

早上好！

今天，我国旗下讲话的主题是“做一个心理健康的孩子”。

同学们，心理学家告诉我们：人的健康一半是身体健康，一半是心理健康。在日常生活中，我们常常重视自己的身体是不是健康，而忽视了自己的心理是不是健康的。

现在社会的竞争很激烈，同学的学习任务也越来越繁重，现在越来越多的人产生了心理问题。我们生活的周围，有的\'同学情绪反复无常，时而热情奔放，时而沉默寡言;有的同学脾气暴躁，经常会因为一些小事而耿耿于怀，与人争吵，甚至拳脚相加;有的同学会感到孤独寂寞，对自己的未来失去信心;有的同学常常上课开小差，做小动作，一点儿也不喜欢学习;有的同学自卑，总觉得自己不如别人，承受不起一丁点的挫折或失败;有的同学自以为是，认为别人都不如他，对于别人善意的批评和劝告拒不接受，与老师、同学、家长的对立情绪严重……这些都是心理不健康的表现。同学们这些现象你有吗?

心理不健康，对你的学习，你的生活都有不同程度的影响，严重的还会影响班级、学校的和谐和社会的安定。

那么我们怎样才能拥有健康的心理呢?

首先要使自己的身体保持健康，身体健康是心理健康的基础，注意加强锻炼，有充足的睡眠;

然后要正确认识自己，相信“天生我材必有用”，要相信“失败乃成功之母”。但是，无论取得了多大的成就，都不能骄傲、自负，要知道“山外有山，人外有人”。没有最好，最强，只有更好，更强。

还要学会与人交往，建立和谐的人际关系。学会尊重别人，体谅别人，多听取老师、父母、同学的意见。古人说的好：良药苦口利于病，忠言逆耳利于行！

你还可以多方面的培养自己的兴趣和积极向上的态度，多想想快乐的事情，这样可以减低你的心理压力。

最后要懂得把握现在，面对现实，不要总是追悔过去，积极展望未来。

我在这里希望各位同学都能做个心理健康的小学生，享受美好的人生，明白知足常乐的道理。

**小学生525心理健康教育的国旗下讲话稿精选篇5**

老师们、同学们：

大家中午好！

今天我们将和大家一起来小学生们怎样保持心理健康。

现在，当个小学生其实挺难的，每天背着沉重的书包上学，还要经历小考、中考、大考以及完成各类名目繁多的作业、练习等等。如果考得成绩好，那么日日的辛苦就算没有白费;如果考得不好，那情况恐怕就有点儿\"惨\"了:老师的批评，同学间的攀比，特别是家里父母亲的责难，就会一股脑儿地扑将过来，让你躲都没处躲。现在，社会上父母们对于孩子的教育都非常上心，可是到底有多少家长真正吃透了那里面的\"机密\"，能够对自己孩子的教育真正做到科学、理智和有分寸，就不知道了。

小学生们怎样保持心理健康呢?

一、首先增强自信克服自卑。

有这样一个小学生，他是个男孩子，在家里是个懂事、孝顺的孩子，会干不少家务活儿，也能关心家里的人。但是他不太善于讲话，上课不敢举手发言，即使会回答的问题，问到他也是一言不发。为此，常常受到老师的批评。这样，时间长了，他就有了一些变化，变得更加内向，不爱与同学、老师打交道，不能按时完成作业，最后发展到作业本也不带的程度。当妈妈的为此着急，和他谈话时，发现他觉得自己什么都不行，老师也不喜欢，甚至觉得活着也没什么意思，还不如死了。这样自卑以至悲观厌世的灰暗想法，出自一个稚嫩的孩子之口，实在让妈妈吃了一惊。

从这个男孩子身上反映出了心理健康上的问题，一种严重的自卑心理。

自卑心理是指一个人严重缺乏自信时的心理，是自信心的大敌。自卑心不是天生而来的，往往是因为自我评价不恰当而逐渐形成的，客观上讲是由于个人的某些缺陷或者屡遭失败而造成的。

自卑心理有以下种种表现:

1.遇到困难时，首先怀疑自己的能力。

2.办起事来优柔寡断，总怕把事情办错而被人讥笑。

3.常拿自己的缺点和别人的优点比。

4.做事总爱后悔，总觉办得不如意。

克服自卑心理，就要建立自信心。

有自信心的表现如下：

1.相信自己经过努力，一定可以把事情做好。

2.对自己的能力有比较正确的估计。

3.不怕挫折，不怕失败，做事能够坚持到底。

当我们树立了自信心，就可以逐步提高学习成绩，并且改善和建立良好的人际关系。

二、其次要意志坚强克服困难。

现在我们很多小学生都是处在父母亲无微不至的关怀下，生活条件优越，个人需求无不得到满足。这样的外界环境很容易让自己感到世界就是这样温暖如春，就是这样风调雨顺，一个人生活的道路从来就像北京的长安街一样，笔直而平坦。任何事物都有其两面性，一方面，好的环境为自己的学习和生活创造了有利条件;另一方面，好的环境又使自己难以体验到困难与挫折。

害怕困难的表现有如下几点：

1.学习成绩不够理想，也不再加劲努力，甘居中下游。

2.做事不能做到底，经常知难而退，或者这山望着那山高，结果什么也做不成。

3.遇到困难，不是积极想办法，而是消极等待。

那么与害怕困难，缺乏毅力，缺乏坚持性相反的一种心理状态，就是有坚强的意志，能够不怕挫折，不怕困难。

意志是什么呢?意志是一个人在想做一件事和做完这件事的过程中的心理状态。在这个过程中，既可以是积极地去完成，也就是有自觉性，有坚持性地完成。也可以是消极的，那就是害怕困难，依赖别人等等。

归纳起来，有意志、有坚持性的表现有如下几点:

1.对自己所做的事，如果已经认定是正确的\'，有价值的，而且是能够做到的，那么就要从开始到结束，坚持到底，把事情做完。

2.不怕困难，并且千方百计地去克服困难。

3.善于总结经验教训，最终达到目的。

不怕困难，勇于克服困难的过程就好比爬山，当一座高山等待我们攀登时，眼望着烟云环绕的山峰，就要鼓励自己，一定要爬上顶峰，山路是靠人一步步走的。当爬至半山，精疲力竭之时，是止步不前，还是咬牙继续前进?有时候，在最想打退堂鼓时，最需要坚持一下的勇气，一旦超越了这个\"极限\"，也就战胜了自己，那么等待在面前的就是无限风光了！

那么我们如何克服困难，培养自己的意志呢?培养自己克服困难的勇气和坚强意志，可以:

1.从短时间开始，向长期过渡。

2.从老师、家长的督促开始，向自觉坚持做事过渡。我们生活在良好优越的环境下，只要自觉地意识到应该主动克服困难培养坚强意志，那么任何艰难险阻都是可以战胜的。

此外我们小学生要保持健康的心理，还要做到:胸襟宽广克服妒嫉、学会克制克服任性、勤劳肯干克服懒惰、富于同情克服自私、合群友爱克服孤僻、要荣誉感克服虚荣、独立自主克服依赖、开朗乐观积极向上！

总之，我们要注意培养快乐的心态去面对人生:改变考虑问题的方式，凡事从好处着想，以\"太好了\"的心态面对一切事物。遇到自己确实一时想不开的事情，可以找位自己信得过的师长、父母或者同伴倾诉，使自己解不开的心结得到放松。学会用微笑和快乐去面对人生。希望我们都能做一个心理健康的小学生。

今天的广播到此结束，下次再见！

**小学生525心理健康教育的国旗下讲话稿精选篇6**

各位尊敬的领导、各位致力于儿童心理健康教育的伙伴们：

下午好!

今天代表少华街许许多多关怀儿童心灵成长的老师们发言，既有着无比的荣幸，又充满了使命感。

回顾这四年以来的学习和工作，我深深地感受到作为一名心理健康辅导员的幸福。20~~年的，我参加了徐州市心理健康教育培训班，第一次较为系统地学习了中小学心理健康教育的内容和方法。带着满心的欢喜，满腹的收获，满腔的热情回到学校后，我找到校领导汇报学习体会，并把自己对我校心理教育工作的设想以书面形式呈交上去。在得到学校各层领导的支持后，我校的广播节目“心灵加油站”咨询热线、“知心姐姐热线”相继开通。几年间，学生们从对“心理健康”、“心理辅导”这样字眼的陌生，家长们对“心理健康”、“心理辅导”的抵触，到“健康，从心开始”的理念的悄然到来，我看到了工作的成效，看到了时代的进步给我们心育工作者的推动力量。

随着工作的扩大和深化，来自于学生、家长、老师的需要越来越多，面对他们求助的眼神，我深感个人心理辅导专业技能的欠缺。于是，在20\_\_年春天，我在市劳动保障局报名并在徐师大参加了国家心理咨询师资格考试的培训班，在这里我有遇到了许多来自学校和医院从事心理健康工作的朋友，既有白发老人，也有残疾朋友，在愉快的学习过程中，我感受到从事“心理健康”工作是健康他人，更健康自己的过程。这期间，学校的工作和我的学习相辅相成。当年7月我顺利地通过了国家心理咨询师三级考试。

从此，我校的心育工作走上了“专业化、规范化”的道路。我以心理健康宣传为重点，心理咨询并举，拓宽心理教育渠道，使我校心理健康教育工作处具规模。下面我就两方面谈谈我校心育工作的实践与探索：

一方面，完善多方位心育组织。

学校心育工作需要有一定的组织机构和严格管理，这是保证心育工作科学性、规范性和有效性所必须的条件。校长室王建校长提出学校心育工作目标，对各级教育成员提出要求，了解并评估学校教育工作。分管校长和领导负责组织辅导员参与业务培训，指导教育研究方案、协调各方面力量。班主任是有效实施心育工作的主体力量。通过课堂教学和班队活动渗透心理健康理念，培养健康的心理品质。心理咨询员负责开展团体辅导和个别辅导，管理心理咨询室。心理活动小组由学生组成，是学生和心理咨询员的纽带，是联络员，向心理咨询员反映学生中出现的普遍心理问题，对所发现的明显存在心理问题的同学提供帮助，向心理咨询员及时反映。心灵加油站——互助小组/我的档案通过这样的一个网络，调动了各方面力量参与学生的心理健康教育，营造了一个健康的心理氛围，给学生以最全面的心理帮助。

另一方面，在心育工作中传递爱心，追求实效。美国人本主义心理学家罗杰斯认为心理咨询人员需要具备以下四种品质，才能胜任心理咨询工作：

1、无条件的尊重，就是说，无论我们面对的学生言行怎样，我们都应以一种全面接受的态度对待。

2、一致：我们的言语和行为应该是直率的、一致的。

3、真诚：我们应当是诚实的、真挚的，不能虚情假意。

4：通情：我们应让学生感受到我们懂得他们的`心情，能站在他们的角度看待事物。这里，我想加入的一点自己的经验，这就是爱心。心育是心灵的对话，是生命的碰撞。要做好着项工作，我们要用春风化雨般的爱心让学生感到温暖，愿意倾诉，进而获得心灵的成长。

面对一个不适应新环境的学生，告诉他：“我也有过同样的经历，你的感觉我了解……”;面对一个受到批评的学生，告诉他：“我也曾犯过错，你的难过和后悔我也曾有过……”;面队一个在考试中挫败的孩子，告诉他：“我也是在考试中跌跌撞撞一路成长起来的……”。当我们带着爱心最大限度地贴近学生，设身处地、将心比心时，他们能够感受到被尊重、被理解、被接纳，他们的心灵就能自由地释放。就在这样的支持与帮助他人的过程中，我们咨询员自己是获益匪浅的，我们能从中改善我们的心境，让自己先健康起来，我们能改善我们的人际交往，为自己创造良好的心理氛围，我们能改善我们的亲子，使生活在我们身边的人首先获益。你一定会感受到幸福!

各位领导，各位致力于心育工作的伙伴们，开展好心理健康教育工作是时代赋予我们教育工作者神圣而光荣的使命，我们要以培养儿童的健康心灵为己任，踏踏实实做人，任劳任怨工作，以自己的美好心灵感染学生的心灵，以自己健康的人格塑造学生的人格。让我们一道与孩子们在灿烂的阳光下成长，去绽放美丽的心育之花!

谢谢大家!

**小学生525心理健康教育的国旗下讲话稿精选篇7**

亲爱的老师们，亲爱的学生们：

大家早上好。让我们的心和清晨清澈温暖的空气一起感受美丽的世界。

心，从我们出生的那一刻起，就以一种强大的生命力跳动着，存在着。它静静地在我们的胸前，带着真实而炽热的存在感。然而，它不仅是我们身体的一部分，也承载着我们的灵魂。它以其独特的力量充满了我们的欢笑、悲伤、困惑和希望。和我们在一起，它从一个幼稚的婴儿变成了今天的我们——一个站在风中眺望远方的\'少年。

今天，我们正处于青春期的敏感时期。我们会突然发现眼前的世界很迷茫，我们的父母是多余的，我们很孤独，我们的心情总是风雨无阻，我们的朋友越来越疏远，现实越来越模糊，我们的内心越来越脆弱。

但是，这不是我们最害怕的，但是当我们发现或者遇到问题的时候，我们不知道怎么去解决，即使我们没有勇气去解决，只是逃避，我们心中的负担只会越来越重！

所以，在这样的一天，我想对你说，让我们用心灵勇敢的说话，让我们勇敢的面对！

我们可以去找父母，真诚的诉说自己的烦恼，真诚的诉说。他们是最爱我们的人，也是最爱我们的人。他们的爱会像灯塔一样照亮你前进的道路。

或者可以寻求老师的帮助，安心的表达藏在心里的一切。老师是倾听者，无私的老师也会像小船一样把你带走。

你可以在操场上跑步和玩耍，你可以听音乐。甚至，面对蓝天绿荫，面对明溪和鲜花，你会用心去感受这个世界的存在，用心去触摸它的美好，用心去感受它的多彩，最终你会发现，你会情不自禁地感到幸福，而你的心又一次温暖起来，仿佛被温暖的阳光照射过。

我们是处在成熟边缘的青少年。我们一定会遇到这样那样的问题，我们一定会遇到这样那样的麻烦。所以一定要学会正视问题，寻求帮助，调整心态，让自己的心健康快乐的成长，让我们一起去追求心中最灿烂的阳光。

**小学生525心理健康教育的国旗下讲话稿精选篇8**

老师们、同学们：

大家早上好！我讲话的题目是《阳光心理健康人生》。

同学们，你可曾为一点小事而气恼过?你可曾无缘无故地感到郁闷不快?你可曾抱怨生活的不公?你可曾对前方的困难望而却步?如果有，请关注你的心理是否健康！心理学家告诉我们：人的健康一半是身体健康，一半是心理健康。现代的人们在重视身体健康的同时，越来越重视心理健康。回想奥运赛场，世界高手云集，竞争异常激烈，由于心理的作用，导致了比赛过程中的各种戏剧花絮，不仅令比赛更加扣人心弦，也令世人回味无穷、感慨万千。射击运动员埃蒙斯在前9枪一路领先的大好形势下，最后一枪仅仅打出4.4环，使得心理素质稳定的中国运动员邱健意外登顶。可以说，雅典噩运已经成了埃蒙斯心中的魔障，他又一次在最后时刻把金牌拱手相让。不是输在射击技能实力上，而是输在关键时刻的心态上。由此可见，良好健康的心理是多么的重要！心理是否健康，小而言之，影响着一场考试的得失，影响着一场比赛的胜负;大而言之，影响着人的工作、学习和生活，影响着班级、学校的和谐，社会的.安定。

我们怎样才能拥有健康的心理?首先，正确认识自己，不要自卑，不要自负，要自信，相信自己。天生我材必有用，每个人都有自己的优点。要正确面对挫折或失败，相信失败是成功之母，饱经风霜、历经坎坷的人比一帆风顺的人更能忍受挫折，更能有所作为。

其次，正确与人交往，建立和谐的人际关系。和谐的人际关系来自于对别人的爱心，来自于对别人的尊重。把你的爱心与老师、同学分享，你会得到更多的快乐;把你的意见与别人沟通，你会得到许多有益的忠告;与人分享快乐，快乐会加倍，与人分担痛苦，痛苦会减半。多给别人力所能及的帮助，送人鲜花，留已芬香，多尊重别人，多体谅别人，多听取老师、父母、同学的意见，良药苦口利于病，忠言逆耳利于行，经常真诚地对人微笑，传递快乐！享受快乐！

再次，正视现实，勇于解决问题。正视困难与挫折，勇于面对现实，找出问题的解决办法，而不企图逃避，推卸责任。

最后，情绪稳定，性格开朗。养成热爱生活、积极向上的生活态度，要树立远大的理想和信念，只有这样才能性格开朗，目光远大，心境愉快，才能胜不骄，败不馁。

同学们，让我们打开心灵的窗户，让理智、和谐的阳光滋润我们的心灵。从现在开始呵护自己的心灵，调整自己的心态，让健康、幸福的阳光沐浴我们的生活。让我们人人都拥有一个阳光心理，拥有一个健康的人生！

**小学生525心理健康教育的国旗下讲话稿精选篇9**

同学们，老师们：

心理健康教育广播又和大家见面了，欢迎您的收听。

同学们，我们生活在社会群体之中，社会交往是必不可少的。在社会生活中我们不仅需要与亲戚、熟人、朋友来往，而且需要与形形色色的陌生人打交道。善于交往的人往往能受到大家的欢迎，解决问题也较容易，而一个不愿与人交往或缺乏交往技能的人往往会感到孤独与寂寞。因此，人际交往是人的重要社会生活之一。

一、什么是\"交往\"、\"人际交往\"、\"人际交往教育\"

所谓交往，就是人们的相互作用、相互交流、相互沟通、相互理解，是人与人之间相互联系的一种基本社会活动。交往是人类生存必备的技能，是传递信息、分享感情的重要手段。

人际交往就是指人与人之间的交流与合作，相互往来、相互影响、相互沟通。人际交往具有多个层面，一是物质层面的交往;二是知识交往，实现思想观念的沟通;三是心灵对话，人格碰撞的无声交往。应强调的是，我们所讲的人际交往是几个层面的相互渗透，更侧重于指全面的心灵对话与人性融会贯通的过程，强调的是尊重个性，理解差异、求得沟通，并协调行为。小学生具有很强的可塑性，是进行人际交往教育，奠定交往基础的绝佳时机。

人际交往教育就是引导学生在特定的情景中，在与他人的心灵对话、人格碰撞中体验美好人生，塑造美好人格，进行小学生人际交往的心理辅导与交往实践指导。

二、小学生人际交往的内容

随着我们年龄的增长，交往范围日益扩大。从与家庭成员交往，扩展到与家庭以外的其他个体进行交际，而年龄相仿，发展水平相近的同伴将成为他们重要的交往对象。

同伴关系是我们除父母及亲属以外的一个重要的社会关系。同伴交往是小学生实现社会化的一个重要手段。一般来说，小学生与成人的交往关系是不平等的，主要是照顾者、教育者与被照顾者、被教育者之间的关系。与之相比，同伴交往更加自由，更为平等，这一特殊性质使得小学生能够体验和探索一种全新的人际关系，从而发展其社会交际能力和社会判断力。

大量研究表明，在学前时期，我们的同伴交往就已经开始了，特别是游戏活动为我们提供了大量的交往机会。进入小学以后，同伴交往的.频率和深度都进一步发展。跨入学校的同时，我们也进入了一个更为开阔的交往世界。我们每天有很大一部分时间是在学校里度过的。我们接触的人和事物更加丰富多彩，在同一个班级里，有来自不同类型、不同家庭的小学生，我们一起从事的活动也更加多样，学习活动、集体活动、娱乐活动、体育活动、劳动等等，使我们进行同伴交往的机会更多，交往形式也更复杂，社会交互作用的形式和内容也日趋复杂多样和深刻。随着年龄的增长，这种家庭以外的交往关系对我们产生越来越大的影响。

小学生的友谊，友谊是和亲近的同伴、同学等建立起来的特殊亲密关系，对小学生的发展有重要影响。它提供了小学生相互学习社会技能、交往、合作和自我控制，以及体验情绪和进行认识活动的机会，为以后的人际关系奠定了基础。小学生已经很重视与同伴建立友谊关系。当朋友在场时，我们会感到学习和活动更加快乐。

什么样的人可以成为朋友?对此问题的认识水平与小学生的社会认知水平相联系。对学前儿童来说，\"住在隔壁\"、\"和我一起玩\"的人可以成为朋友。幼儿与一些外部特征（如年龄、性别、种族等）和自己相似的同伴可以建立相对短时的友谊。在此基础上，幼儿开始认识到同伴有与己不同的动机和情感，这时他们认为朋友就是对自己好、不伤害自己的人。到8--10岁，小学生开始理解友谊是一种相互的关系，双方相互尊重、友好、充满情谊。

我们对友谊的认识是逐渐发展的。对\"什么是朋友\"、\"别人如何向你表示他是你的朋友\"这样的问题，低年级的同学认为朋友就是一起玩耍的伙伴;而中高年级的同学强调相互同情和相互帮助，认为忠诚是朋友的重要特征，朋友关系应该是比较稳定的。我们选择朋友的理由包括他们的积极人格特点（如勇敢、善良或忠诚）及志趣是否相投。我们总是先认识同伴与自己的相似性，大约4岁以后的儿童都能非常准确地说出有关与同伴之间的相似性，而认为朋友与自己的相异之处则要在9岁以后才能达到。

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！