

最新小学生心理广播稿 小学生的心理健康问题广播稿(大全5篇)

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

小学生心理广播稿篇一

1、(齐)红领巾广播站现在开始广播!

亲爱的老师、同学们，大家好!

我是广播员□xxx□xxx□xxx□以下是我们今天首播的内容。

2、《小学生心理健康的标准》

(a)□我们都是独生子女，在家里受到家长的百般呵护，因此也使我们的身心存在了一些问题，今天我们就和大家来谈谈有关小学生的心理健康问题。请听《小学生心理健康的标准》。

(b)□根据世界心理卫生协会所提出的心理健康标准，并结合小学生心理健康发展的特点，我们把小学生的心理健康标准确定为6个方面，即智力发展水平、情绪稳定性、学习适应性、自我认识的客观化程度、社会适应性、行为习惯。

(c)(1)智力发展水平：虽然智力发展优秀者并不一定拥有健康的心理，但如果智力发展水平低下，那将毫无心理健康可言。因此，一个心理健康的小学生，其智力发展应属于正常。相反，若智力水平低下，是算不上心理健康的。

所谓合理的情绪变化是反应，当有了喜事感到愉快，遇到不幸的事时产生悲哀的情绪。此外，还能依场合的不同，适当地控制自己的情绪。

(a)(3)学习适应性：一个心理健康的小学生通常喜欢上学校，觉得学习是一件令人愉快的事，感到轻松；对于学习内容往往抱有浓厚的兴趣，乐于克服学习上遇到的困难；学习效率高。

(4)自我认知的客观化程度：心理健康的小学生能顺利地由以自我为中心向去自我中心阶段转变；能将自我同客观现实联系起来，主要从周围环境中寻找评价自己的参照点，对自己的认识开始表现出客观性。

(b)(5)社会适应性：心理健康的小学生往往具有独立生活的能力，自己的日常生活事务能由自己来料理，能适应不同环境下的社会生活，乐于与同学、老师交往，让自己融入集体生活中，自觉用社会规范来约束自己，使自己的行为符合社会的要求，而不是以自我为中心，把自己孤立起来，与周围的人群格格不入。

(6)行为习惯：心理健康的小学生一般有良好的行为习惯，对外部刺激的行为反应适中，不过度敏感，也不迟钝；他们不会因鸡毛蒜皮的事情而大发脾气，也很少出现让人觉得莫名其妙的举动，其行为表现同他们的年龄特征相吻合。

(c)请同学们在听了之后结合上面的标准进行自我测试，不好的方面我们要努力改正，好的方面我们要坚持！希望大家都能有一个健康快乐的心情！

小学生心理广播稿篇二

1. 面对现实现实生活对于每个人来说都是相当复杂的，因此，对自我的理想和要求要建立在切合实际、力所能及的基础上，不要过高地制定自我难以实现的目标，否则，目标不能实现

就会引发自卑感和无能感，最终产生抑郁焦虑情绪。一般来说，目标制定得越高压力越大，因此在现实生活中既不要苛求自己，也不要苛求他人，保持一个平常健康的心态，有利于缓解各种压力。

2. 宣泄即将内心的压力排解出去，以减轻或消除心理压力。当一个人反复积累自己的烦恼、痛苦，不愿意暴露于外界，而是压抑或埋藏在心里时，一旦遇到生活中的刺激或压力，就会加剧其自我的苦恼，最后心理失衡，产生心理疾病或心身疾病。当自己有烦恼，自我解决不了的事情时，要向您的亲朋好友倾诉出来，哪怕是痛痛快快地大哭一场，把不良的情绪宣泄出来，释放出压抑情绪，就会心身平衡，有益于身心健康。切记不要采用不健康的宣泄或应对方式，如大量酗酒、打打闹闹、发牢骚、说怪话等，都无济于解决自己心理上的苦闷，反而会加剧心理痛苦。

3. 转移当一个人遇到困难挫折时，如考试失败、与同事关系紧张、任务过重等，一时又无法解决这些问题，就应顺其自然接受所面临的困境和问题，同时把注意力转移到其它方面，如去散心、打球、聊天、娱乐、旅游等，以淡化某种困境，遗忘烦恼之事，使紧张的情绪松弛下来。这种有意识地转移，可使情绪压力得以缓解。

4. 两分法看问题当人面对困境而沮丧时，不妨从两个方面来认识问题，认知正确了，情绪就会相应发生变化。有一个面临高考的优秀学生在模拟考试中语文只得了70分，心里非常焦虑不安，认为一切都完了，不会考上大学了。但心理医生提出这是好事，并解释这是模拟考试，它为你找到了考试中出现的缺陷，提示你在这方面应该加强学习和理解，对高考准备是一次极好的检验，你应该感到庆幸。这个学生听了恍然大悟，从此不再愁眉不展，更加努力学习，使高考取得成功。所以，当我们处于逆境之时，运用一分为二的方法调节自我，从不好之中找出好事，就能减轻压力，摆脱烦恼。

5. 运动运动是最好的放松方式，因为它可以帮助你释放紧张和压力，缓解疲劳，减轻焦虑。运动不但增强体质，而且锻炼人的意志品质，提高对困难挫折的应对能力。

6. 幽默幽默对紧张和压力过大的人是一种松弛剂。当一个人紧张不安时，适当幽默一下，可以应付紧张尴尬局面，使情绪恢复正常。其次，幽默使人开怀大笑，有助于肌肉放松，缓解压力，恢复正常心态，从压力中解脱出来。

小学生心理广播稿篇三

（主持甲、主持乙）：敬爱的老师、亲爱的同学们：早上好！

（主持甲、主持乙）：今天由我们为大家广播，希望大家能喜欢。

根据世界心理卫生协会所提出的心理健康标准，并结合小学生心理健康发展的特点，我们把小学生的心理健康标准确定为6个方面，即智力发展水平、情绪稳定性、学习适应性、自我认识的客观化程度、社会适应性、行为习惯。

（1）智力发展水平：虽然智力发展优秀者并不一定拥有健康的心理，但如果智力发展水平低下，那将毫无心理健康可言。因此，一个心理健康的小学生，其智力发展应属于正常。相反，若智力水平低下，是算不上心理健康的。

（2）情绪稳定性：一个心理健康的小学生，一般是心境良好，愉快、乐观、开朗、满意等积极情绪状态占主导，但同时又能随事物对象的变化而产生合理的情绪变化。所谓合理的情绪变化是反应，当有了喜事感到愉快，遇到不幸的事时产生悲哀的情绪。此外，还能依场合的不同，适当地控制自己的情绪。

（3）学习适应性：一个心理健康的小学生通常喜欢上学校，觉

得学习是一件令人愉快的事，感到轻松；对于学习内容往往抱有浓厚的兴趣，乐于克服学习上遇到的困难；学习效率高。

（4）自我认知的客观化程度：心理健康的小学生能顺利地由以自我为中心向去自我中心阶段转变；能将自己同客观现实联系起来，主要从周围环境中寻找评价自己的参照点，对自己的认识开始表现出客观性。

（5）社会适应性：心理健康的小学生往往具有独立生活的能力，自己的日常生活事务能由自己来料理，能适应不同环境下的社会生活，乐于与同学、老师交往，让自己融入集体生活中，自觉用社会规范来约束自己，使自己的行为符合社会的要求，而不是以自我为中心，把自己孤立起来，与周围的人群格格不入。

（主持乙）：对照刚才的标准同学们可以自我检测一下，下面我们进行一个心理小测验，请看题：

（主持甲）：《当别人得第一》

（1）很生气，不再理小博。

（2）逢人就说小博的坏话。

（3）大方地走过去，握住小博的手，真诚地祝贺他。

（4）虚心向他学习。

（5）如果他有困难，真诚地帮助他。

（1）（2），这两种做法不可取。不理他，说明你心胸狭窄。说他坏话就更不应该，这样做损害了他人的利益。

选（3）（4）（5），这三种做法都很好，说明你有博大的胸襟。你会进步更快，人缘更好。

（主持乙）：有了好心情生活才会快乐，学习才会有进步，那《如何保持良好的情绪》呢？今天我们教大家几招：

（1）不对自己过分苛求。有些人把自己的抱负定得过高，根本无能力达到，却在别人面前天高海阔地谈论起来，受到别人嘲讽后，终日郁郁不欢；有些人做事要求十全十美，往往因为小小的瑕疵而自责。如果把自己的目标和要求定在自己的能力范围内，自然就会心情舒畅了。

小学生心理广播稿篇四

各位老师、各位同学：

大家上午好！

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。然而在日常生活中，人们常常重视身体健康，而忽视心理健康。

现代社会，竞争激烈，学习或工作负担重，生活节奏日益加快，人际关系复杂，越来越多的人由此产生了心理问题，心理健康受到极大地威胁或损坏。有的人程度轻微，有的人程度严重。在我们的周围，有的人脾气暴躁，常常无端发火，因琐碎小事甚至与人争吵；有的人感到孤独寂寞，意志消沉，整天无所事事，迷恋网吧，厌学情绪严重；有的人自卑，心理脆弱，总觉得自己不如别人；有的人目空一切，惟我独尊，认为别人都不如他，对于别人善意的批评和劝告拒不接受。

所有这些都与人的心理是否健康密切相关。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。

一、常见的心理问题：

(1) 学习和升学竞争导致的过度焦虑。

望子成龙，望女成凤，已经成了一些家长的愿望。一些孩子刚刚入学，其家长就把注意力放在孩子是不是能考“双百”上。一旦成绩不理想，就连吓带逼、连骂带损，给你们造成巨大的心理压力，致使有些人视学习如畏途。

(2) 交往中的心理矛盾与冲突。现在的小学生，绝大部分都是独生子女，许多人从小养成了自我为中心，不关心他人，依赖性强、不容他人等不良倾向。而且孤僻、不合群的情况也很严重，这使你们在处理人际关系方面，面临很大的问题。小学生因为人际关系冲突苦恼的比例相当大，由于同学关系紧张和冲突而患病，比如学校恐惧症，或出走、自杀的情况也屡有发生。

(3) 与父母、师长缺乏理解和沟通导致的心理矛盾和冲突。

与父母、师长难以沟通，相互间缺乏必要的理解也是造成你们心理问题的一个重要因素。这种冲突随着你们年龄的增长，使你们普遍感到压抑、苦闷、无助和烦躁。一方面你们特别希望父母、老师理解你们的想法和做法；在教育实践中教师经常遇到因与家长和教师难以沟通而苦恼的学生前来寻求帮助，一些学生甚至痛哭流涕，足见其心理上压力之大。我们现在许多学生在情绪情感方面主要的心理问题有：抑郁、焦虑、易怒、羞怯、嫉妒、恐惧等心理问题。在行为方面存在的主要问题一般是：过失行为、说谎行为、偷窃行为、攻击行为、破坏行为、逃学行为等等。

二、那我们怎样才能拥有健康的心理？

首先，要正确认识自己，不要自卑，不要自负。要相信自己，天生我材必有用，每个人都有自己的优点，不存在差学生，只存在有差异的学生。要正确面对挫折或失败，再漫长的路总有尽头，再绝望的事总有希望，要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，要正确与人交往，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，留己芬香，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，真诚地微笑充满着你的自信，表示着你的礼貌和对别人尊重。

各位同学，让我们在关注身体健康的同时，一起来关注心理健康，做一个全面健康的人，共同营造健康的校园、和谐的校园。谢谢大家！

小学生心理广播稿篇五

乙：二十五中校园之声广播站经过老师的指导和我们广播小组成员的精心策划，将以崭新的面貌出现在大家的眼前，它将容校园好人好事、生活小常识、爱国教育、健康、创卫、安全等知识为一体，陪伴大家度过每一天的校园生活。

甲：我们都是独生子女，在家里受到家长的百般呵护，因此也使我们的身心存在了一些问题，今天我们就和大家来谈谈有关小学生的心理健康问题。请听《小学生心理健康的标准》。

乙：根据世界心理卫生协会所提出的心理健康标准，并结合小学生心理健康发展的特点，我们把小学生的心理健康标准确定为6个方面，即智力发展水平、情绪稳定性、学习适应性、自我认识的客观化程度、社会适应性、行为习惯。

(1) 智力发展水平：虽然智力发展优秀者并不一定拥有健康的心理，但如果智力发展水平低下，那将毫无心理健康可言。因此，一个心理健康的小学生，其智力发展应属于正常。相反，若智力水平低下，是算不上心理健康的。

(2) 情绪稳定性：一个心理健康的小学生，一般是心境良好，愉快、乐观、开朗、满意等积极情绪状态占主导，但同时又能随事物对象的变化而产生合理的情绪变化。所谓合理的情绪变化是反应，当有了喜事感到愉快，遇到不幸的事时产生悲哀的情绪。此外，还能依场合的不同，适当地控制自己的情绪。

(3) 学习适应性：一个心理健康的小学生通常喜欢上学，觉得学习是一件令人愉快的事，感到轻松；对于学习内容往往抱有浓厚的兴趣，乐于克服学习上遇到的困难；学习效率高。

(4) 自我认知的客观化程度：心理健康的小学生能顺利地由以自我为中心向去自我中心阶段转变；能将自己同客观现实联系起来，主要从周围环境中寻找评价自己的参照点，对自己的认识开始表现出客观性。

(5) 社会适应性：心理健康的小学生往往具有独立生活的能力，自己的日常生活事务能由自己来料理，能适应不同环境下的社会生活，乐于与同学、老师交往，让自己融入集体生活中，自觉用社会规范来约束自己，使自己的行为符合社会的要求，而不是以自我为中心，把自己孤立起来，与周围的人群格格不入。

(6) 行为习惯：心理健康的小学生一般有良好的行为习惯，对外部刺激的行为反应适中，不过度敏感，也不迟钝；他们不会因鸡毛蒜皮的事情而大发脾气，也很少出现让人觉得莫名其妙的举动，其行为表现同他们的年龄特征相吻合。

甲：请同学们听了之后结合上面的标准进行自我测试，不

好的方面我们要努力改正，好的方面我们要坚持！希望大家都能有一个健康快乐的心情！

乙：亲爱的同学们，我们衷心地祝愿：二十五中校园之声广播站能成为你的良师益友，愿它能带走你所有的烦恼，为你带去无尽的欢乐；愿它能给你留下美好的回忆，伴随你度过金色的童年。为了使它办得更好，也真诚地希望老师和同学们能给我们提出宝贵的意见和建议，我们将表示衷心的感谢。二十五中校园之声广播站——我们大家的朋友，让我们一起来关心它吧！

乙：本期播音员感谢大家的收听，同学们，下次再见！