

心理健康保护宣传的总结 心理健康宣传 月活动总结(汇总8篇)

总结的内容必须要完全忠于自身的客观实践，其材料必须以客观事实为依据，不允许东拼西凑，要真实、客观地分析情况、总结经验。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的总结吗？那么下面我就给大家讲一讲总结怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

心理健康保护宣传的总结篇一

为普及心理健康知识，引导新生了解和掌握心理健康的基本知识，丰富大学生的精神生活，促进大学生健康成长。土木建筑学院于20xx年5月至6月期间广泛开展心理健康知识普及教育。根据本院情况，我们结合大学生身心发展特点和个性化成长需求，举办“心理手抄报”、“‘微视频大赛’心理主题班会”两项富有学院特色的心理健康知识普及活动。

为顺利开展活动，达到预期效果，在学院老师的精心指导下，学院心理协会多次开会研讨，制定出了详细可行的活动方案。

1. 心理手抄报

活动时间：5月10日——5月17日

活动对象：大一全体

开展方式：协会组织作品收集，展览评选。

目的及意义：以“心理健康”为主题，以树立心理健康意识，优化心理品质，为主题内容，通过紧密结合我校心理健康教育实际，引发学生关注自身心理健康、珍爱自我、提升心理素质、开发心理潜能意识。此次活动旨在营造一种关注心

理健康、懂得心理健康、重视心理健康的氛围，让同学们更好的学习。

2. 微视频大赛

活动时间：4月27日——5月5日

活动对象：大一大二全体

开展方式：通过秒拍app,以我与我的舍友们、我的大学、我的交友方式等为主题。参赛者可以选择任意一个或多个主题进行创作，要求作品原创，严禁抄袭。参赛微视频作品要求积极向上、思想健康，以反映我校土木建筑学院文化娱乐为主，展现大学生生活的风采。

目的及意义：促进我们协会与同学之间的交流，促进我们协会的更快发展，更促进我们学院学生的心理健康。同时为各位同学的课外生活增添乐趣，增加各个班级的凝聚力，并让同学们进一步了了解微博、微信等工具，同时为同学们提供一个展现自我风采的平台。

两项活动的有序开展，离不开各班心灵使者的辛勤付出与配合，更离不开同学们的积极参与。

1. 齐心协力，全民参与

微视频大赛、心理手抄报活动由心理协会统筹协调，大一各班班委负责，共同合作完成。班长、团支书负责下发通知，收集、整理视频学习委员、心灵使者负责策划、撰写总结等。各位班委商讨如何提高大家积极性以及做出更优秀的作品，积极完成自己任务的同时主动为班内其他成员排忧解难，互帮互助，使得此次主题月活动圆满落幕。当然，此次活动不仅仅属于班委几个人，更是全班同学共同的记忆。能让每个人都感受到自己在班级中是占有一席之地的，也是不容易，

班委的用心良苦我们协会成员都看在眼里，记在心里。班会的乐趣、集体的强大、团结的重要性，在无形中自然而然地增强了班级凝聚力。

2. 寓教于乐，好评如潮

通过此次活动，加强了同学们对心理健康知识的了解，学会了正确调节自己的情绪，感知他人的情绪，与他人和谐愉快的相处；和谐的人际关系，积极向上的班级风气，班级的凝聚力加强。他们将不再闭塞，就像校歌中歌颂的那样，“放飞自己的理想，在济大起航”，就是这样我们相信他们一定会在大学的生活中留下灿烂的记忆，在美好的青春年华里度过难以磨灭的时光。此次心理主题月，各班都搞得气氛和谐，轻松愉快，让出席的心协负责人也频频笑场，各班都其乐融融。同学们不仅听到了许多心灵鸡汤、人生哲理，还从中学到了如何做人做事，懂得了感恩，明白了给予与奉献……每班报纸和视频上传都会给心协工作人员一定的震撼，孩子们用心良苦啊！

3. 收集微笑，收获阳光

同学们通过参加此次活动，了解到要乐观向上，积极面对生活。用微笑驱逐内心的雾霾。

时间上的不足以及准备方面的不充分，导致多个班级上传的视频作品质量参差不齐，还有个别作品相似度高。

各班心灵使者均有班长团支书担当，使得执行力以及活动效果不如前期预想。为了提高效率，下一届的心灵使者可以从班级中热爱做这方面事情的群众中选择，因材施教，培养出更具担当、责任心的使者。

没有热爱便没有激情，没有激情肯定缺乏创造力。活动形式年复一年，枯燥乏味，难以调动大一新生的积极性，导致协

会不受重视。在以后日子中，我们会以身作则，努力办好每一次活动，将经验毫无保留传授，希望协会越办越好。

此次活动进一步加强大学生心理健康教育工作，提高大学生心理健康水平，形成正确的健康观念和健全的人格，加强对心理知识的了解，增进心理交流，提高心理素质，大学生心理健康知识竞赛，使同学们进一步了解和懂得心理健康的重要性，逐步养成健康的心态。从而达到关注自我、关注健康的目的。帮助同学树立正确的人生观、价值观和世界观，倡导积极向上的人生态度，营造愉快和谐的校园文化氛围！

心理健康保护宣传的总结篇二

- 2、静心倾听心灵的声音，用心呵护心灵的幼苗。
- 3、心中冷淡的花儿因心理的健康而绽放。
- 4、倾听内心的声音，寻找健康的路口！
- 5、敞开心灵的窗户，让阳光照进心田，消融心头积雪。
- 6、即使是最微弱的”星星“也会有朝一日迸发出耀人的光芒。

心理健康保护宣传的总结篇三

- 一、迷惘的青春过期不候。
- 二、青少年人生道路的踏脚石。
- 三、心灵之窗，智者远航。
- 四、阳光风雨同行，快乐健康伴你。
- 五、心心相连，智慧共享。

六、耳通心灵，声触心扉。

七、人生高点，随心而远。

八、让我们的心灵在聆听中变得强大。

九、感动启迪心智，快乐塑造未来。

十、用来启迪未来的心智。

十一、向着心的的方向，扬帆远航。

十二、心梦开发，智信到达。

十三、你心灵的导师，你智慧的朋友。

十四、价值与时间同步增长的艺术杰作。

十五、让青少年在学习中的故事有一个完美的结局。

十六、为教育和成功构思。

十七、感悟心灵，智慧人生。

十八、心智，启迪心灵的智慧之音。

十九、我们今天的奉献，你们明天的精彩。

二十、心灵的成长是智慧的累积。

二十一、孩子的心境灰暗了，让心智明亮。

二十二、聆听每一刻的精彩。

二十三、行动从心智开始。

- 二十四、坚强心智，畅享青春。
- 二十五、开启新纪元，关爱心生活。
- 二十六、打开我心，成就我梦。
- 二十七、选择心智，成就未来。
- 二十八、开启新纪元，重塑心生活。
- 二十九、心智，让您的心理再无障碍。
- 三十、心之所向，智取人生。
- 三十一、种下一粒种子，收获一片森林。
- 三十二、美好青春，我与你相伴。
- 三十三、开启心智，年轻的心需要指引。
- 三十四、一心一意，智赢未来。
- 三十五、让生活中的您，为未来产生出力量。
- 三十六、人生初始的导航，伴你共成长。
- 三十七、成长人生，心智可以相伴一生。
- 三十八、点亮心灯，智取人生。
- 四十、关注成长，聆听希望。
- 四十一、让阳光照进孩子的心房。
- 四十二、寻最初的心境，塑智慧的人生。

- 四十三、给人生的路铺满阳光。
- 四十四、启迪心智，大爱无疆。
- 四十五、听进去的是智慧，做出来的是成就。
- 四十六、关注您孩子的心智成长。
- 四十七、疏导心里，睿智人生。
- 四十八、百味人生，心灵鸡汤。
- 四十九、让我们都有一颗勇敢的心。
- 五十、融入关爱，智造精彩。
- 五十一、心心相印，精彩人生。
- 五十二、心灵起舞，智慧人生。
- 五十三、为你点燃心中的圣火。
- 五十四、让孩子的心灵开一扇窗。
- 五十五、精彩启迪心智，感动不同凡响。
- 五十六、成才之路，人生向导。
- 五十七、启迪心灵，把握未来。
- 五十八、让青春的阳光洒满心里每个角落。
- 五十九、以心为名，智在必得。
- 六十、开启孩子快乐成长美一天。

- 六十一、沟通你我，发现未来。
- 六十二、放松心灵，精彩人生。
- 六十三、聆听出心灵深处的智慧。
- 六十四、阳光风雨，快乐伴你。
- 六十五、聆听心灵最深处的. 声音。
- 六十六、智慧的心灵，丰富生命的动力。
- 六十七、启迪心智，导航人生。
- 六十八、心里的智慧园，必须自己种植。
- 六十九、种下一缕阳光，破开成长的迷茫。
- 七十、自信改变自我，智心重塑未来。
- 七十一、心梦呈现，智信无限。
- 七十二、为青少年铺就一条条成功之路。
- 七十三、打开心智，聆听青春，播种希望。
- 七十四、天生一条命，快乐在于心。
- 七十五、心的成长，智的叠加。
- 七十六、引导青少年的心灵。
- 七十七、心智相伴，精彩一生。
- 七十八、聆听心灵花开的声音。

七十九、聆听这里，筑就美好人生。

八十、我们是一把开启心灵智慧的钥匙。

八十一、铸健康心灵，就青春梦想。

八十二、心的关爱，智造精彩。

八十三、美好的未来，从今天的积累开始。

八十四、开启人生，打开智慧之门。

八十五、心声梦想，智信未来。

八十六、心中的阳光，照亮呼吸的心灵。

八十七、抚慰心灵，启迪智慧。

八十八、心灵的鸡汤，人生的导航。

八十九、学会找到真正的自我。

九十、敞开智慧之门。

九十一、开启心智的天籁之音。

九十二、智融我心间，关爱无极限。

九十三、用心，绘“智”人生。

九十五、您的心灵需要一个假期。

九十六、心心相印，智（志）能成功。

九十七、帮助青少年健康成长。

九十八、声情并茂，开启心智。

九十九、开启心智，成功领先。

一百、用心其中，睿智无穷。

一百〇一、希望的人生，我们和你一路同行。

一百〇二、为你开启心灵智慧之门。

一百〇三、让智慧永存心间。

一百〇四、放飞心灵，点亮智慧人生。

一百〇五、开启心灵之窗，让它晒到阳光。

一百〇六、心中沐浴春风，智慧点亮人生。

一百〇七、开启心灵的枷锁，许青春一世承诺。

一百〇八、心系少年，成就未来。

一百〇九、倾听心智，让梦想不再遥远。

一百一十、敞开心扉，春暖花开。

一百一十一、开启心智，关爱成长。

一百一十二、心灵因聆听而澄澈。

一百一十三、点燃心中圣火，照耀非凡人生。

一百一十四、拥抱大自然，心灵更美好。

一百一十五、交流心声，笑赢人生。

一百一十六、爱在温暖在，心灯照耀伟大人生。

一百一十七、心在云端舞蹈，智慧诠释人生。

一百一十八、给青春的大地洒上的光芒。

一百一十九、开启心智，净化心灵。

一百二十、惟有我们才能启发青少年的心灵智慧。

一百二十一、诠释一个从容而淡定的人生。

一百二十二、用心品读，智源于此。

一百二十三、心灵教育，智慧人生。

一百二十四、自主生命，快乐一生。

一百二十五、心灵知音，读出心灵智慧之声。

心理健康保护宣传的总结篇四

当前，随着我国经济、社会的巨大转型，企业改革的不断深入，企业职工队伍的思想观念、认知水平、价值取向都发生了重大变化，企业职工的工作和生活节奏明显加快，来自社会责任、企业管理、工作压力、婚姻家庭等各种精神压力和心理障碍大幅增加，越来越影响着广大职工的心理健康、企业的稳定和谐。因此，收费站要高度重视，统一思想认识，把职工心理健康教育纳入思想政治工作体系，与时俱进，开拓创新，以人为本地开展职工心理健康教育活动，帮助和引导职工正确认识自我，及时缓解心理压力、疏导负面情绪、保持积极健康、敬业乐观的阳光心态，从而更好的立足岗位为收费站的发展建功立业。

(一) 活动主题：“心怀感恩、敬业奉献”

(二) 活动时间□20xx年9月1日-9月30日

(三) 活动内容：

1、开展心理健康调查活动。要求结合收费站实际，关心关爱职工，通过对话、访谈、调研、问卷调查等方式，开展心理健康调查活动，切准职工心理脉搏，提前介入职工心里层面，有针对性的进行心理健康教育，帮助解除消极影响、稳定心态。

2、开展心理健康教育。利用宣传栏、网络平台等，让职工从多角度，多渠道了解、接受心理健康教育，塑造自身健康心理；要充分发挥图书室、阅览室作用，增添书籍数量，增加书籍种类，并向职工宣传“感动人物”事迹，深入挖掘和倡树公司的先进典型，使职工明确价值取向，提高精神境界。

3、开展职工健身活动。组织篮球赛、书画影展、郊游、登山、拓展等活动，吸引广大职工在生活中进一步增强体魄，愉悦身心，陶冶情操，提升境界。鼓励干部职工坚持日常自我活动锻炼，如有条件还可成立各类文体兴趣小组，丰富职工业余文化生活。

为深入开展“心怀感恩、敬业奉献”职工心理健康主题教育月活动，加强活动的组织领导，决定成立“心怀感恩、敬业奉献”活动领导小组。

领导小组工作职责：负责统筹规划部署收费站主题教育活动，研究决定重大事项，协调解决重大问题。

办公室工作职责：负责组织、协调、指导主题教育活动日常工作，制定工作实施方案并组织实施，督察指导主题教育活

动，及时掌握收费站活动开展动态，总结和选树表彰先进典型。

“阳光身心、快乐工作”职工心理健康主题教育月活动是面向全收费站全体员工开展的普遍性教育活动，要坚持经常性工作与集体性活动相结合，坚持将长远目标与阶段性任务相统一，贴近收费站发展实际，贴近员工思想实际，突出工作重点，明确工作目标，增强针对性、时效性，使主题教育活动深入人心。

“心怀感恩、敬业奉献”职工心理健康主题教育月活动从20xx年9月1日到9月30日，共分三个阶段进行。

第一阶段（20xx年9月1日至9日）动员学习，提高认识阶段。

（一）广泛动员，提高思想认识。公司各部门要组织学习20xx年省公司工会工作意见，认真领会省公司工会文件精神。

（二）认真组织开展活动。学习采取集中学习和自学相结合的方式，利用集中学习时间学必读内容，自学时学习推荐的书目资料，还可以利用网络开展深层次的学习；通过对话、调研、问卷调查等方式，开展职工心理健康调查活动。对职工生活心理健康问题进行分析，帮助消除消极影响、稳定心态。

（三）学习内容。学习书籍篇目/光盘：

推荐书籍有：弗洛伊德的《梦的解析》、《群体心理学与自我的分析》、《玩笑及其与无意识的关系》、《论无意识》；班杜拉的《自我效能：控制的实施》、《社会学习和人格发展》；卡耐基的《人性的弱点》、《沟通的艺术》等。

中央电视台百家讲坛——吴瑞华《心理学知识与科学施教》。

第二阶段（20xx年9月12日至23日）座谈交流，开展活动阶段。

（一）广泛开展主题教育活动座谈讨论。

根据第一阶段活动情况，根据实际，结合工作分层适时组织召开心理健康教育方面专题讲座。

讨论题目要与心理健康教育活动相结合，普及心理知识，对出现较严重心理健康问题的职工，要及时进行治疗；帮助职工调适和平衡心态，并向职工大力宣传感动人物事迹，深入挖掘和倡树公司先进典型，以身边事教育身边人，使职工明确价值取向，提高精神境界；完善交心谈心机制，及时帮助职工消除心理疲劳，使其以更加阳光的心态来做好本职工作。

（二）举办“心怀感恩、敬业奉献”专题讲座。

（三）开展职工健身活动，吸引职工进一步增强体魄，愉悦身心，陶冶情操，提升境界。

第三阶段（20xx年9月26日至30日）总结问题，巩固活动成果阶段。

（一）总结前两个阶段主题教育活动开展和查评情况，领导小组办公室对活动进行认真总结，并努力建立长效机制，巩固主题教育活动取得的成果。

（二）继续开展教育活动，进一步建立和完善职工思想的诉求表达机制，打通上下沟通的渠道，保障职工的知情权、参与权、监督权和表达权让职工感受到收费站的关爱和重视，从而得到自我满足，促进心理健康。

心理健康保护宣传的总结篇五

1、微笑能够缩短心灵之间的距离。让心灵沐浴阳光，聆听心

底最真实的声音!

2、过去的痛苦就是快乐!心理的健康就像一道菜，酸甜苦辣咸，全由自己来调味!

3、温暖，微笑，且听风吟，宁静致远，不忘初心!

4、认识生命欣赏生命热爱生命珍惜生命!

5、让阵阵秋雨，洗涤心灵污垢!与你牵手走过，解除心理疑惑!

6、悦纳自我，肯定自我，欣赏自我，发展自我!

7、揭开心结，为心灵找到休憩的乐土!

8、用“心”呵护心的健康!世界上最宽阔的东西是海洋，比海洋更宽阔的是心灵。

9、“珍爱自我，呵护心灵”。助人自助，健康成长!

10、悲观者横向比天下，乐观者纵向攀人生。

11、关注心理健康，构筑阳关心桥。让心理露出八颗牙齿的微笑!

12、倡导和谐心态，崇尚健康心理!架起心桥，共赴成功!

13、我爱我，给心灵一片晴空!倾诉心中烦恼，享受心灵快乐，体验精彩人生!

14、心理健康教育，教育健康心理!真诚相待，包容理解!

15、忍一时风平浪静，退一步海阔天空!

- 16、健康的一半是心理健康。透视心灵，关注成长；触抚生命，助人自助；挖掘潜能，完善自我；心理健康关注你我他！
- 17、每一天健康又开心，简单快乐抵万金！
- 18、“关爱他人，关爱自我，让生活充满阳光”。
- 19、为你推开心灵之窗，让心灵撒满阳光！
- 20、多一点宽容，多一份理解，多一些感动！
- 21、打开心锁，解开心结，为心灵找到休憩的乐土！
- 22、走出心灵的雨季！悦纳自我，做一个快乐健康的人。
- 23、没有天生的自信，只有不断培养的自信！
- 24、打开心灵的窗户，让阳光照进来！

心理健康保护宣传的总结篇六

以“身心健康，快乐成长”为主题的“心理健康宣传日”活动，在学校升旗仪式上拉开序幕。启动仪式由学校心理教研组组长z老师主持，仪式上他强调了心理健康的重要性，呼吁同学们要正确认识自我，保持和谐的人际关系并正确掌握学习的智慧，快乐健康的成长。

校园心理广播《心情驿站》正式起航，该栏目将分为：心理知识直通车、心理故事、趣味心理、疑问解答等板块，普及并宣传心理健康知识。此后，《心情驿站》栏目将在每周三下午5点40分至6点20分准时与大家相会，一起分享成长中的点点滴滴，为同学们的健康成长指引方向。

下午2点10分，教科院心理学专家z女士以及长郡、雅礼等兄

弟学校心理学老师来我校指导心理健康教育工作，会议由z主任主持，z校长和z校长分别对我校心理教育工作的开展情况向各位老师进行了汇报，z女士对我校的'心理健康教育工作给予了高度的肯定，各位老师也一同分享了教学经验，对教学中存在的困惑进行了讨论。

下午2点50分，我校第一期心理素质拓展活动课程由z老师组织，在艺术楼213教室举行。课程以积极合作为主题，以活动的形式，让同学们在体验中，感悟人际交往中合作的重要以及明白有效合作必须掌握的技巧。

在学校教育处的配合下，组织全校召开以“沟通——让幸福更容易”的主题班会，其中k1001班和k1018班班会，分别由z老师和z老师主持，通过游戏让同学们感受良好沟通的重要性，领悟学习生活中有效沟通的技巧。

下午3点40分，我校心理社第一部原创的校园心理剧《沟通从心开始》作品，在国际报告厅首次上演。本次活动得到了同学们和老师们的的一致好评。与此同时，我校心理健康宣传日活动圆满落幕。

最后，感谢学校领导、各班班主任以及音乐组和信息中心的老师们，对此次活动的大力支持！愿我校心理教育工作蒸蒸日上，愿同学们健康快乐成长！

心理健康保护宣传的总结篇七

- 1、交出你心，说出你情，解你之忧！
- 2、快乐吸收好，心灵更美好！
- 3、相互关心，永远开心
- 4、快乐每一天、自信每一天、充实每一天。

- 5、过去的痛苦就是快乐。
- 6、一切都是暂时的，一切都会消逝，让失去的变得可爱。
- 7、十个想法不如一个行动。
- 8、心理健康很重要，老师学生都需要。
- 9、一个人要对昨天感到快乐，而对明天具有信心。
- 11、不求最好，但要更好;不在乎昨天，更看好明天。
- 12、尺有所短、寸有所长，把握生命全过程，展示心中一片天。
- 13、心理健康教育，教育健康心理。
- 14、微笑可以缩短心灵之间的距离。
- 15、诚心诚意，从心做起。
- 16、健康的一半是心理健康。透视心灵，关注成长;触抚生命，助人自助;挖掘潜能，完善自我;心理健康关注你我他。
- 17、悦纳自我、肯定自我、欣赏自我、发展自我，做一个健康快乐的人。
- 18、快乐每一天，自信每一天，充实每一天，感恩每一天。
- 19、倡导和谐心态，崇尚健康心理。
- 20、打开心灵的窗户，让阳光进入;敞开心扉，缔造美丽人生。
- 21、青春不拒绝阳光!

- 22、悦纳自我，做一个快乐健康的人
- 23、敞开心扉，你会拥有美丽人生
- 24、打开心灵的窗户，沐浴明媚的阳光！
- 25、健康的心理，为你添上飞翔的翅膀！
- 26、时代呼唤心理健康，人才呼唤心理健康！
- 27、一切智慧、成就和幸福都离不开心理健康！
- 29、认识你自己，理解你自己，发展你自己！
- 30、多一点宽容，多一份理解，多一些感动！
- 31、了解自我，完善自我，超越自我！
- 32、珍爱生命，美丽心灵！
- 33、完善自我，拥抱健康！
- 34、身心健康，和谐校园！
- 35、助人自助，健康成长！
- 37、天时不如地利，地利不如人和，多多与人交往吧！
- 38、自信让你变成白天鹅，自卑让你成为丑小鸭！
- 39、没有我的同意，谁都无法让我自卑！
- 40、自信产生美，自信的人更快乐！
- 41、幸福是一种能力，让我们学会幸福，学会爱。

心理健康保护宣传的总结篇八

- 1、 透彻的心灵让我们更快乐。
- 3、 关注心灵， 点燃激情， 增强自信 。
- 4、 阳光总在风雨后， 快乐总在倾诉中。
- 5、 普及知识， 调适心情， 健康人生。
- 6、 健康的心灵， 为你添上飞翔的翅膀。
- 7、 与压力“和解”， 和乐观“牵手”。
- 8、 聆听心灵声音， 放飞快乐心情。
- 9、 认识生命、欣赏生命、热爱生命、珍惜生命。
- 10、 心与心的交流， 让生命 更加平等。
- 11、 快乐每一天、自信每一天、充实每一天。
- 12、 微笑的曲线可以抚平所有的困难。
- 13、 实现心理健康， 获得幸福绿光。
- 14、 为心灵打开一扇窗， 给自己多一些阳光。
- 15、 悦纳自我、肯定自我、欣赏自我、发展自我、做快乐健康的人。
- 16、 打开心灵的窗户， 让阳光进入；敞开心扉， 缔造美丽人生。
- 17、 敞开心胸一片天， 放飞心理健康梦。

- 18、 悲观者横向比人生，乐观者纵向攀人生。
- 19、 揭开心结，为心灵找到休憩的乐土。
- 20、 倡导和谐心态，成就健康心理。