

心理健康教育 健康教育活动方案(优秀6篇)

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

心理健康教育篇一

(一) 通过心理活动月系列活动的开展，切实加强心理健康知识的宣传力度，全面提升我校大学生心理健康教育工作的服务意识和服务水平。

(二) 帮助学生树立正确的心理健康观，并提高学生的心理综合素质和自我调适能力，培养学生良好的个性品质，促使学生形成积极、健康、向上的人生观，促进学生的全面发展。

心理健康教育篇二

学校围绕工作指标，通过有计划、有组织、有评价的信息传播和行为干预活动，大力开展以健康教育、健康服务、卫生防病、体育健身等为主要内容的健康校园活动，显著提高学校环境质量，消除或减轻影响学生健康的不利因素，全面提高学生身体、心理和社会的健康水平。

心理健康教育篇三

为庆祝“三八”妇女节,使广大妇女度过一个快乐而有意义的节日,同时进一步贯彻落实《中华人民共和国**婴保健法》及实施办法,宣传基本公共卫生孕产妇保健服务均等化及民生工程政策,计划于3月8日在xxxx路步行街举办大型宣传咨询活动。具体安排如下:

一、活动时间

二、活动地点

步行街广场

三、宣传主题

待定

四、主办单位

XXXX市卫生局□XXXX市妇幼保健协会、市妇幼保健所，区妇幼保健所协办

五、现场布置

市妇幼保健协会与相关部门协调，落实活动场地的设置与安排，并联系广告公司，制备大型宣传背景墙，租赁条桌、椅子，市、区妇幼保健所提供宣传展板，宣传折页及礼品。市妇幼保健院组织医务人员参加宣传。

六、活动内容：

宣传免费婚检、农村孕产妇住院分娩补助等提高妇女儿童健康水平、基本公共卫生服务均等化民生工程项目；咨询妇女、儿童常见病、多发病；现场保健知识有奖问答；发放宣传材料和礼品。

市妇幼保健所邀请市电台、电视台□XXXX日报、大江晚报等各大媒体进行宣传报道，开展提高妇女儿童民生工程宣传，营造全社会参与的.良好氛围。

七、其他要求

市妇幼保健协会负责收集、保存活动的图文影像资料，在活动结束一周内整理好活动资料并形成书面活动总结上报至市卫生局疾控科。

心理健康教育篇四

以教育部下发的《关于加强中小学心理健康教育的若干意见》(xx年9月)及《中小学生心理健康教育指导纲要》(20xx年9月)为指导，坚持育人为本，根据中小学生生理、心理发展特点和规律，运用心理健康教育的理论和方法，培养中小學生良好的心理素质，促进他们身心全面和谐发展。

学校将组成由张家庆校长为组长的心理健康教育领导小组，并逐渐形成以政教处、团总支、少先队、各班班主任以及思想政治课教师为骨干，全体教师共同参与的心理健康教育工作体制。

中小学心理健康教育的直接目标是提高全体学生的心理素质，最终目标是促进学生人格的健全发展。依据教育部及省、市教育部门对心理健康教育的有关精神，运用心理学理论，结合学生实际，确立我校的具体工作目标如下：

1、了解自我，接纳自我

目前普遍存在仅以学业成绩作为评价学生优劣标准的情况，导致不少学生自我形象偏低，自信心不足，严重阻碍着学生的素质成长。针对这一现象，心育工作应注重帮助学生了解自我，接纳自我，对自我的形象进行整体认识，让学生从学业自我形象、社会自我形象、情绪自我形象、体能自我形象等方面进行整体认识，找出自己的优势与劣势；帮助学生自尊、自爱、自强、自立，树立自信心。发挥出自己的潜能，实现人生价值。

2、培养良好的学习适应能力

当前由于学习适应性不强，而沦为学业不良的学生日渐增多，培养学生良好的学习适应能力就显得日趋重要。心育工作应致力于开展协助学生制定学习计划，寻求适合的学习方法，养成独立思考，刻苦钻研，集中精力，心无旁骛的学习品质以及保持浓厚的学习兴趣等方面的工作，以达到促进其有效学习的目的。

3、养成理想的人际交往习惯

理想的人际交往习惯是个体适应社会环境不可或缺的条件，人际交往的适应与否，直接影响着学生人格的发展，也影响着其在社会中的生存和发展，当前学生由于缺乏良好的人际交往习惯，可导致亲子、师生和同伴间的冲突不断增加。所以协助学生掌握人际交往的艺术是重要的。在当今这个多元化、多样化的社会，做到这一点，是尤为重要的事情。

4、促进人格的健全发展

目前的教育比较强调学生智力因素的培养，往往忽视非智力因素的养成；忽视对学生心理素质的全面培养，会严重影响着学生素质的提高。心育工作应注重对学生心理素质的全面培养，促进学生心理素质各方面的谐调发展，使个体在认识、情意和行为三方面达到一个有机的整体。使每个学生的各种潜能得以发挥，日后成为：具备一定的知识技能；具有很强的社会适应能力，对社会能作出积极贡献的人。

1、根据学生心理发展特点和身心发展规律，面向全体学生有针对性地实施教育；

5、面对全体学生与关注个别差异相结合；

6、预防和矫治相结合；

7、教师的科学辅导和学生的主动参与相结合；

8、助人与自助相结合；

9、心理辅导过程对学生所作的“自我暴露”，辅导员应严守秘密，不宜对外公开当事人的姓名和事件。

根据我校的实际，主要通过两个途径来进行：

(一) 心理健康教育

这项教育工作应全面渗透在学校教育的全过程中。在学科教学、各项教育活动、班主任工作中，都应注重对学生心理健康的教育，这是心理健康教育的主要途径。

1、全校协同形式。这种心育工作是在学校各部门的能力合作下进行的。是一个长期的持续的教育工作。因这项工作在我校素质教育是处于起始阶段，我校要利用合适的时间组织全校教师学习教育部印发的《中小学生心理健康教育指导纲要》、《关于加强中小学心理健康教育的若干意见》等有关文件，提高对这项教育重要性的认识；采取集中与自学相结合的形式，系统学习有关心理健康教育的知识，广大教师和各职能处室通过学科渗透、德育处、团委、班主任等方式进行经常地教育工作，达到面向全体学生进行全方位教育的目的。

2、课程辅导形式。偏重于对学生心理品质的全面培养。具体内容包括智能训练、学习心理指导、情感教育、人际关系指导、自我心理修养指导等内容。

3、专题讲座形式。目的在于解决学生中存在的共性问题。例如，以班为单位，定期让学生把自己目前迫切需要解决的心理问题，以匿名信方式告诉辅导员。通过对同学们提出的问题进行分析和归纳后，针对咨询内容举办专题讲座，给学生答疑。

4、学科渗透形式。是指教师在教学过程中自觉地，有意识地

运用心理学的理论和技术，创设积极的课堂心理气氛，激发学习动机，培养学生良好的学习习惯。另外，教师还可以通过充分挖掘教材中所包含的心理素质教育内容，并充分利用这些内容，有机渗透心理教育。例如语文教材中爱国志士和伟大人物的百折不挠，坚强不屈的事迹是对学生进行意志训练，耐挫折教育的极好材料。教学中的非智力因素培养；音乐教学中的审美教育，情感的陶冶，美术教学中丰富的想象力；体育教学中克服一个个困难、接受耐力，毅力考验等等，这些既有对学生心理知识渗透，又有意志磨炼，既有方法的引导，更有榜样的示范。所以，这样的有机渗透起到水乳交融并为学生所喜闻乐见的好效果。

(二) 心理咨询

心理咨询是针对少数有心理问题的学生而进行的心理咨询、心理训练活动，它面向少数学生，立足于矫治。

主要方式：

1、个别咨询。它着眼于少数问题学生、侧重运用行为矫治和心理治疗方法达到辅导疏通心结的作用。个别咨询的程序包括学生自诉、诊断分析、调适矫治和效果反馈四个环节。方式有面谈、电话、通信等途径进行。在我校要成立心理咨询室、开通心理咨询热线、设立心理咨询信箱，配备心理咨询教师。

2、团体咨询。是指对有同类心理困扰或行为问题的学生进行辅导的一种形式。具体地说，就是在心理辅导老师的主持或参与下，小组成员对所存在的问题进行自由议论，利用团体的相互影响、启发、诱导和帮助，形成团体的共识和目标，产生良好的心理暗示效果，使学生对自己的问题有所领悟和理解，进而改进自己的态度与行为。团体咨询的人数一般在6至12人。团体咨询的具体过程一般有成立团体、团体活动，实施矫治和巩固效果四个环节。

3、电话咨询。是指利用通话方式给予学生忠告，劝慰和指导。由于通话具有隐秘性，咨询的学生基本上都能敞开自己的内心世界，寻求解决实际问题的答案。

4、书信咨询。其优点在于不受时间限制，学生可随时通过信件诉说自己的苦恼或愿望。那些不善言辞，或较为拘谨的学生常常选择这种形式。

心理健康教育篇五

二、心理健康教育的组织领

导

学校将组成由张家庆校长为组长的心理健康教育领导小组，并逐渐形成以政教处、团总支、少先队、各班班主任以及思想政治课教师为骨干，全体教师共同参与的心理健康教育工作体制。

三、心理健康教育的实施途径

（一）调查、摸底。4月份，学校将以问卷调查的方式，了解我校学生的心理状况，摸清学生中较为突出的心理问题，为今后的教育工作指明方向。

（二）举办心理健康教育的专题讲座

在调查、摸底的基础上，学校将每月开展一至两次的心理健康知识讲座，参加的对象包括在校学生和家长，以期通过讲座，提高学生的心理素质，解决学生的心理困扰。

（三）组建心理社团

校团委总支将在学生中组建心理社团，对参加的学生进行心理

健康知识的培训，使他们能够成为信息员、小教员。

（四）创办校刊，使之成为心理健康教育的平台。

（五）加强对班主任的培训，提高班主任心理健康教育的工作能力，使之能在班级的日常管理工作中有针对性地开展心理健康教育。

（六）全面渗透在学校教育的全过程中，在学科教学、各项教育活动中，注重对学生心理健康的教育，形成全员育人的氛围。

（七）建立学校与家庭心理健康教育沟通的渠道，优化家庭教育环境，学校将通过家长学校的授课，引导和帮助学生家长树立正确的教育观，以良好的行为，正确的方式去影响和教育子女。

（八）充分发挥校园广播站、宣传栏的舆论导向作用，开展多种形式的心理健康知识宣传，推动心理健康教育的实施。

xx中学

200x年x月xx日

心理健康教育篇六

学生的健康成长和快乐学习，心理健康是基础，身体健康是保障，学生学习快乐的根本是心理的快乐、精神的愉悦和具有强大的学习动力和明确的学习目标。所以，开展心理健康教育，是解决学生心理困惑、心理阻碍（甚至心理疾病），精神不振，厌学、逃学、思想行为偏差及严重违规违纪的根本途径和有效方法，同时，为使心理健康教育不流于形式，使之落实到实处并产生实效，特建立“健康成长、快乐成长”访谈室，作为学校对学生开展心理疏导，精神激励，学

习咨询，教育策划的主要活动场所。开展心理健康教育是开展“健康成长、快乐学习”教育活动的最有效载体和重要抓手，而建立“健康成长、快乐成长”访谈室是实施心理健康教育的主阵地。