

2023年青少年心理健康教育活动简报 幼儿园心理健康教育活动简报(精选5篇)

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？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。

青少年心理健康教育活动简报篇一

为进一步加强教师的心理健康教育，提升教师职业道德修养，激发工作热情和积极性，增强教师职业的幸福感。4月15日，九龙新城幼儿园在三楼音体室开展专项心理健康教育培训活动，全体教师参加。

培训活动中，保健医生詹淑春从什么是心理健康、如何进行心态调整、如何管理好情绪，以图片、案例等方式教老师们如何保持乐观的心态，如何提升自我。让老师们保持童心，乐于助人，学会微笑、学会宽容、学会放弃、学会感恩、保持乐观积极的心态，提升自我，享受幼儿教师的幸福人生。

人体在运动过程中会使心率加快，促进血液循环，在这种状态下大脑会兴奋，从而情绪变好。

阅读可以有效提高注意力，当注意力高度集中时情绪就会安定下来，忘却烦恼。

碳水化合物具有镇定作用，它可以刺激大脑产生具有镇定和迟缓作用的神经介质，因此通过饮食可以缓解焦虑或烦躁的情绪。

此次培训活动，让教师们学会正确释放压力的方法，进一步

促进了教师身心和谐发展，为构建温馨和谐的教育环境，体验幼儿教育工作的幸福感打下有力的基础。

青少年心理健康教育活动总结简报篇二

从x月21日至x月21日学院开展以“阳光心态、成功人生”为主题的第五届心理健康宣传活动落下帷幕。x月28日，总结表彰大会在南区报告厅举行。学院党委副书记张吉强参加了大会并作讲话。

在会上，学生工作部处长、心理健康预警中心主任高占才宣读了《第五届心理健康月总结表彰通报》，学生代表物业12—301班李爽同学、石油12—302班王凯丰同学分别进行了《我健康我快乐我成功》、《阳光心态成功人生》的发言。大会还对获得拓展运动会、手抄报、摄影比赛、征文获奖的集体和个人进行颁奖。

张吉强副书记在讲话中对第五届心理健康月活动的成功举办，向在心理健康月活动中受到表彰的老师和同学们表示祝贺，向在活动中辛勤工作的老师、评委、同学们表示感谢。张吉强表示，心理健康月活动虽然已经落下帷幕，但心理健康教育工作只有起点，没有终点，希望广大同学能正确认识自己、接纳自己、评价自己，敢于面对现实、面对困难、面对挑战，以礼貌尊重、诚恳谦让、互助信任对待他人，以完美人格、坚定信念、愉悦心情对待人生，每一个同学都有一个阳光、健康的心态。

本届心理健康月活动，通过制作许愿树、心理拓展训练、心理电影赏析、专家讲座、心理征文等一系列精心设计的心理健康教育活动，让同学们在广泛参与的过程中，正确地认识了自己，感受了互动，学会了感恩。我院心理健康宣传月活动已成功举办五届，大会号召全院师生要以实际行动固化活动成果，创新活动方法，缔造和谐的校园，创造幸福的人生。

青少年心理健康教育活动简报篇三

为助力辖区青少年心理健康成长，培养青少年积极乐观的良好心态，2022年8月10日，长沙市芙蓉区东岸街道望龙社区联合至和社工，邀请湖南明心心理咨询讲师在望龙社区开展“快乐嗨嗨烦恼拜拜”活动。

活动中，讲师用轻松、愉快的游戏拉开授课序幕，系统阐述了心理健康的概念。然后讲师化身“心灵导师”，通过故事导入心理健康课题，用互动交流的形式带领同学们从情绪认知、情绪表达、情绪管理等多个方面了解情绪在成长过程中的影响，以“剥洋葱”式一步一步打开同学们内心的窗户，引导大家积极踊跃发言，各抒己见。讲师还结合实际生活中遇到的情况进行互动，让同学们充分认识到心理健康的重要性，引导大家学会自我调节不良情绪，逐步让同学们树立起正确的心理健康观念。

此次青少年心理健康教育活动，现场气氛热烈，青少年们全情投入、意犹未尽。不仅增强了青少年心理健康及精神健康意识，还帮助他们学会正确认识自我，悦纳自身缺点，发挥优势特长，以更加积极的心态去面对、解决学习和生活中的问题，健康茁壮成长。

青少年心理健康教育活动简报篇四

为进一步普及心理健康知识，促进职工身心健康发展，提高工作质效，近日，惠民县孙武街道组织干部职工开展心理健康知识讲座。

心理咨询讲师分别就“公职人员心理健康的识别与调试”为题，从什么是心理、压力是什么、提高个体自我控制、执行自我行为时间管理和目标的设置等几个方面引导干部职工如何预防心理疾病、怎样进行情绪控制，授课案例丰富、语言朴实、课堂互动环节精彩、现场氛围浓厚。

此次心理健康知识讲座，进一步提高了街道干部职工身心健康水平、工作幸福指数，增强了大家科学掌握舒缓心理压力、解决心理问题的方法和技巧，切实帮助了干部职工以更加健康的心态面对生活、工作中的压力。

大家纷纷表示这次培训对自己今后的工作和生活有很大的帮助，他们将会用学到的方法和技巧科学面对压力，积极控制负面情绪，合理调整心态，以新的精神面貌投身到各自工作当中。

青少年心理健康教育活动简报篇五

近日□xx召开中小学心理健康教育工作推进会。各中小学分管副校长及心理教师200余人参加了会议□xx市教科院副院长王xx□xx区教委主任唐xx□副主任李xx出席会议。

会议布置了2015年全区中小学心理健康教育工作。并展示了xx中学渗透着“心育”元素的心理健康教育中心、展板、心愿墙、心理绘画、创特色资料、班级文化、心理手抄报等校园文化环境。观摩了刘x□罗xx两位心理教师执教的初一心理课《划出精彩人生》和高一心理课《我想要的生活》□xx区xx四小□xx学校□xx市实验中学□xx中学4所学校就创建心理健康教育特色的情况作经验交流。

市教科院副院长、市心理健康教育指导与研究中心主任王xx举办了心理健康教育讲座。王院长就如何关注学生人格发展、创建心理健康教育特色学校的由来、标准和策略进行了详细解读。大家从讲座中感悟到，学校教育要适应当前的形势和要求，要关注、激励学生个性的发展，培养具有健全人格的高素质人才。让阳光照亮每颗心灵，这是我们每一个教育工作者的神圣使命。