

# 2023年村级身心健康培训活动记录 心理健康部的工作计划(模板10篇)

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

## 村级身心健康培训活动记录篇一

为进一步加强我系大学生心理健康教育工作，提高学生心理健康水平，促进我系学生全面发展，特制定xxxx-xxxx年度第二学期经济系心理健康部心理健康教育工作计划如下：

### 一、指导思想

紧紧围绕“宣传心理健康知识，增强心理健康意识，推进心理健康教育，营造和谐校园环境，促进学生健康成长”的总体目标，扎实做好大学生心理健康教育与咨询的各项工作，为培养高素质专门型应用人才提供服务。

### 二、主要工作

（一）开展形式多样的心理健康宣传教育活动。

- 1、利用橱窗、展板、海报等阵地广泛宣传心理健康知识。
- 2、邀请校内心理专家、学者或教育科学系学生开展心理健康教育专题讲座与活动。
- 3、指导各班级有计划、有针对性地开展心理健康教育主题活动。

4、将心理健康教育贯穿于各项教育教学活动之中，注重心理健康教育与思想政治理论教学相结合，与辅导员、班主任工作相结合。

5、加强与校心理健康咨询室的联系，积极引导同学做好心理健康咨询。

## （二）组织开展“525大学生心理健康月”活动。

1、积极组织“525大学生心理健康月”活动，积极开展各种丰富多彩的心理健活动。

2、举办班级心理委员心理健康教育培训，指导他们开展学生心理健康教育工作。

3、开展心理专题影片展播与赏析活动。

4、举办心理健康体验日活动。

5、开展心理健康话剧大赛，提高我校大学生的综合心理素质从侧面了解同学们的人生观、世界观、价值观，及时发现同学们所出现的问题，及时上报解决同时也发掘学生自编、自导、自演的创作能力，此外同学们亲自参与了解角色的具体性格和心理特点，有助于同学们自我发现自身问题，及时反思，改正。

## （四）做好心理健康教育工作与校心理咨询室的联系工作。

1、继续开展心理健康专题教育讲座，普及心理健康知识，树立心理健康意识，提高我系大学生的心理健康水平。

2、针对上学期对新生进行的大学生人格调查问卷的情况，与有自杀倾向或者与有严重心理问题的学生进行谈话沟通工作并与其所在班级班主任取得联系请求配合工作，若学生愿意

应邀请学生到心理咨询中心进行评估与心理咨询。

## 村级身心健康培训活动记录篇二

在大力提倡素质教育、推动教育改革的今天，心理健康教育日益显示出其特殊的重要性。近年来随着社会经济迅猛发展，社会变化的日新月异，学生的心理也随社会环境变化产生了许多波澜。他们的心理问题已经成为社会所关注的重要问题。学校加强心理健康教育，帮助学生解决心理问题，培养学生健全的心理素质，既是学生健康成长的需要，也是我校推行素质教育的重要内容，是培养高素质人才的重要保证。对于我校要实现一流的学校，一流的教育目标，学校心理健康教育应该说是一项基础的教育工作。本学期，我校将继续对学生开展心理健康教育，及时做好学生的心理疏导工作，使全体学生保持心理卫生，健康成长。从小培养学生良好的心理素质，开发学生的潜能，塑造学生的健康人格，这对于提高中华民族的整体素质，提高未来人才的质量，有着极其深远的意义。

小学二年级心理健康课，按“学会生活、学会学习、学会做人、学会发展”这个小学素质教育培养目标，从生活心理辅导、学习心理辅导和人格心理辅导三个方面安排内容。通过故事和事例让学生感受学习，为提高学生心理素质提供良好的教育。

### 知识与技能

通过心理健康教育，引导学生认识自己，提高对学习环境和  
社会环境的适应能力。

### 过程与方法

通过心理健康教育，培养学生乐观自信，友善合群，负责守信，开拓创新，追求卓越，不畏艰难的健全人格。

## 情感态度价值观

通过心理健康教育，使学生善于控制调节自己，排除心理困扰和行为偏差，树立人生理想，并具备个人发展能力。

### 村级身心健康培训活动记录篇三

20xx年的第一学期已经开始，回首上一学期心理健康权益部在学院党委副书记唐泽良，心理辅导员李理老师的指导下，以及部门成员的共同努力下，部门的各项规章制度逐渐完善，部门工作逐渐走向正规。同时存在的问题不容忽视、我们的工作还有相当多的漏洞，根据目前的学院心理健康状况、以及结合目前学院、学生特点，特制定如下工作计划：

联合其他学院开展一到两次围绕以心理健康热点为主题的解读活动；不定期的针对校园存在心理健康的形式和热点，进行网络信息、例会、资料发布等形式进行宣传。

对外联系上，加强与其他学院的相关职能部门的联系，进行工作经验的交流；工作制度上，制定队员的相关绩效考核制度，对队员的工作进行客观公正的评估。

定期找队员聊天，了解队员思想动态；在第四周举行一场与其他一到两个学院相关职能部门的篮球友谊赛；在5月份举行一次部门内的ktv活动。

新学期体育学院心理健康将继续以最多的行动来诠释她的工作，来体现她的意义、实现她的价值；使部门的每一个成员得到锻炼，成为老师学生工作的一支重要力量。体院心理健康权益部，我们一直在行动！

### 村级身心健康培训活动记录篇四

随着炎热的暑假的结束，我们又迎来了新的一学期，我们也

以崭新的面貌开始了全新学习和生活，为了使心理健康部工作在新学期有个良好的开始，特制定以下计划：

## 1. 迎接新生

又到了新生入学的时候，我部要积极配合系里做好迎新生准备，使每一个进入我系的新生都能感受到大学这个大家庭的温暖。

## 2 . 新生心理健康教育

使大一的同学真正学到什么是心理健康问题以及解决办法，加强了同学们安全防范意识和心理保健意识，另一方面加强了同学们之间的相互了解和彼此友谊也培养了同学们积极乐观的心态，同时也使我们比较全面把握到同学们的心理动态，从而为我们以后工作的顺利开展提供了保障。所以开此主题班会。

## 3 . 新生心理健康问卷调查

响应学校新的要求，在新生军训期间协助学校完成20xx级新生心理健康问卷调查，以便了解同学们的基本心理状况。

## 4 . 心理电影展播

每周五晚上继续在316教室放映有关心理健康方面的电影。

我部会在做好本职工作的前提下，继续加大对大学生心理健康重要性的宣传，并在校学生会领导老师的领导下落实好每一项工作，为我院的心理健周的成功举办贡献自己的力量。

蒋震机电工程学院心理健康部

20xx年9月6日

# 村级身心健康培训活动记录篇五

## 一、指导思想：

认真贯彻上级关于学校心理健康教育的有关精神，根据小学教育的特点和小学生心理发展的规律，通过各种途径继续认真开展多种多样的心理健康教育活动和指导，帮助学生获取心理健康的初步知识，促进学生人格的健全发展。

通过心理健康教育，不断转变教师的教學理念，改进教育、教學方法，改进班主任方法，提高德育工作的针对性，学科性和实效性，为学校实施素质教育营造良好的心理气氛。

## 二、工作目标：

培养良好的文明习惯、学习习惯、生活习惯、劳动习惯和卫生习惯，坚忍不拔的意志品质，自立自强的生存、生活能力，有强烈的爱国意识和社会责任感。帮助学生学会正确对待自己、接纳自己，化解冲突情绪，保持个人心理的内部和谐。矫治学生的问题行为，养成正确的适应学校与社会的行为，消除人际交往障碍，提高人际交往的质量。

## 三、工作原则

- 1、以尊重、理解学生为前提。
- 2、面向全体学生。
- 3、学生主体性原则。
- 4、预防矫治与发展养成相结合。

## 四、具体措施：

（一）做好教师心理培训工作。

让教师了解什么是心理健康，什么样的心理才是健康心理。让教师能认识到身体、心理、社会功能三维度。学会初步判断自己或同事的健康状况，并能区分心理健康、心理不健康和精神疾病等概念，正确认识心理问题，形成求助的意识。

（二）继续开设心理健康教育课，保证心理健康教育活动的时时间；各班开展形式多样的心理健康活动，提高班级凝聚力，集中解决班级中存在的普遍问题。

（三）在课堂教学中渗透心理健康教育，把心理健康教育和教学研究结合起来；结合学科教材内容，渗透有机专题教育，如语文课，课文中丰富的思想内涵可以直接成为心理健康教育素材；体育课竞技项目教学同样可以帮助学生提高心理品质。

（四）阅读整理相关心理健康教育相关材料，集中教师学习；可以通过召开讲座、团体辅导、个别咨询、自学材料、外出培训等途径提高教师理论水平和实践能力。

（五）把心理健康教育和班会、队会结合起来，落实发展与预防功能；尝试以队会的形式、班会的内容来进行心理健康教育，在学生喜闻乐见的形式中，春风化雨地渗透心理健康教育。

（六）充分利用国旗下讲话、太阳花广播站、宣传栏、黑板报等宣传途径，让更多的人正确认识心理健康教育，多渠道开展心理健康教育。

（七）对少数有心理困扰或心理障碍的学生进行科学的、有效的心理咨询和辅导，使他们尽快摆脱障碍，提高心理健康水平，增强自我教育能力。

## 五、具体安排

9月：

- 1、安排四年级团队沙游，每周一个班级2-3个团队。
- 2、安排二年级同学观看智慧的心理影片。
- 3、教师心理培训《优点大爆炸》
- 4、个案辅导

10月：

- 1、安排四年级个体沙游，每周一中午开放。
- 2、安排一年级同学观看残疾人奋斗的心理影片。
- 3、个案辅导

11月：

- 1、安排三年级团队沙游，每周一个班级2-3个团队。
- 2、安排一年级同学观看助人为乐的心理影片。
- 3、教师心理培训《测测您的健康指数》

12月：

- 1、安排三年级个体沙游，每周一中午开放。
- 2、安排二年级同学观看坚强生存的心理影片。
- 3、个案辅导



# 村级身心健康培训活动记录篇六

## 本学期工作要点

一加强教师的心理健康教育培训工作。

1、对教育心理学的教师经常举行心理健康教育学习活动，认真学习教育学、心理学理论及新课程标准，把心理健康教育与学科教学有机地融合。

2、学校根据情况委派心理学教师进行学习培训，不断提高心理辅导教师的专业水平。

3、聘请心理健康教育专家来校讲座时间另定，提高教师心理健康教育意识。

二开展心理健康教育活动课。

1、教务处、政教处本学期要适当安排心理辅导活动课，着眼于学生的发展，面向全体学生充分开发学生的心理潜能，促进学生人格健全发展，根据不同年级开设相应课程。

2、教育学科老师之间平时应互相听课，互相学习，共同提高。

3、学科应组织听课、评课，逐步掌握心理辅导课的原则、要求和辅导技巧，为今后将心理辅导课纳入规范化、制度化管理打下良好的基础。

三认真开展好心理咨询室工作

1、由具体负责开展学生的心理辅导工作的老师，对每一位来访的学生做到真诚倾听、详细记录、认真分析、助人自助、过程保密等要求。

2、做好热线电话的咨询工作

3、认真做好个别来访辅导。时间安排：每周五晚

四健全心理辅导档案管理。

制定心理辅导方案，及时了解、掌握辅导效果，总结各类学生的心理问题的成因及辅导方法。对典型案例及时整理、讨论。

五加强对相关课题的研究力度。

加强科研工作力度，培养心理辅导老师的教科研精神，要踏实、有效地进行研究，预防学生意外伤害健康，为学生营造安全健康的成长环境。

## 村级身心健康培训活动记录篇七

1. 根据学校的工作要求，结合学生的实际，安排好本学期以下教学内容：

第一章：融入新环境，适应新生活

第一课：一切从“新”开始；第二课：结识新伙伴；第三课：走近新老师

第二章学并快乐着

第一课：记忆攻略；第二课：专心必胜技；第三课：学习永动机

第三章与自我对话

第一课：这就是我；第二课：做个最好的自己；第三课：学

会整治自己的草地

2. 针对学生的实际情况，备好每一次课：上好每一节课。

在教学过程中，学生是主体，让学生学好知识是老师的职责。因此，在每节课充分了解学生的实际情况和心理需求，保证学生在学习时保持的学习兴趣。

在教学中要尊重学生的感受，有意识地以学生为主体，教师为主导，通过各种游戏：测试：问卷等教学形式，吸引学生的注意力，充分调动学生的学习兴趣和积极性，保证课堂教学的有序进行和和谐气氛，让学生在融洽的师生关系中：和谐的教学气氛中学习心理健康知识，促进自身心理的健康发展。

3. 继续做好心理健康知识的宣传工作。

编辑心理小报，不定期向师生发放，做好心理健康知识的宣传工作，提供一个师生互动交流的平台，实现资源共享，为建设和谐校园贡献一份力量。初步拟定将心理小报分为教师专刊：学生专刊及家长专刊三部分。学生专刊主要介绍一些心理健康知识：学生中存在的常见心理问题及解决方法：学生在学习生活中的心理体会：心理信箱中有共性问题的解答等。教师专刊主要针对教师自身容易出现心理问题及在处理学生问题中常出现的情况提供一些简单的测试：应对办法，从而更好地服务学生：健康自我。家长专刊主要针对家长在子女教育方面存在的问题提供一些建议，促进家庭教育的良性发展。

4. 开设心理健康专题讲座。

利用月末或考前时间，有针对性地进行心理健康专题讲座，让尽量多的学生接受心理健康教育的大课资源，对心理健康小课形成补充和充分发挥师生互动性，解决学生目前面临的

心理困惑与问题。

5. 进一步建立健全学生心理档案。

建立完整的学生心理档案，无论对于学校的管理还是对于学生自身的发展来说，意义都十分重大。档案主要包括学生基本情况，平时心理课的测试问卷以及学生心理素质发展综合报告单等内容。

6. 进一步完善心理咨询和辅导工作。

做好日常的心理咨询工作，接待好来访的每一位学生，努力解决其心理问题，促进学生心理的健康成长。

努力做好各种迎检工作，辅助杨彤完成好各项工作，使我校的健康工作有长足进展。

以上只是对本学期工作的初步设想，还很不完善。在今后的工作中，我会努力完善，使自己的工作取得令领导满意：同事认可的成绩。

## 村级身心健康培训活动记录篇八

为进一步提高教师的心理健康水平和教育能力，以适应新的基础教育课程改革的需要，培养学生良好的心理素质；根据旗教育局的有关规定，从20xx年9月起，我校将对全校教师进行心理健康教育培训活动。

全体在职教师

（一）组织与管理：

组长：倪丽荣校长

副组长：高智、张翠英副校长

（二）培训形式：

主要采取听讲座，研究讨论、自学和实践的方式，以及开展心理健康教育辅导活动，撰写心理健康教育辅导个案。

（三）培训时间：

根据旗教育局培训时间具体安排。

（4）培训内容：

- 1、教师心里减压
- 2、如何克服教师职业倦怠
- 3、如何识别有心理问题的学生
- 4、教师与学生的心理沟通技巧
- 5、教师人际关系疏通

（五）培训方式

- 2、自学《中学生心理健康教育》

## 村级身心健康培训活动记录篇九

为了更好地促进学生健康成长，推进素质教育，贯彻教育部颁发的《中小学心理健康教育指导纲要》，本学年度我校心理健康教育工作计划如下：

提高学生的心理素质，提高学生的心理健康水平是教改的重要内涵，国家教委新制定的中小学德育大纲中已明确将心理

健康教育作为中小学德育的重要组成部分。因此要通过多种方式对学生进行心理健康教育和辅导，帮助学生提高心理素质，健全人格，增强承受挫折、适应环境的能力。

1、坚持以人为本，根据学生的心理特点及发展规律，运用心理健康的理论和方法，开展丰富多彩的活动，培育学生良好的心理素质，促进他们的身心全面和谐地发展。

2、立足教育，重在指导，遵循学生身心发展规律，保证心理健康的实践性和实效性，面向全体学生，关注个别差异，尊重学生、理解学生。

3、提高全体学生的心理素质，充分开发他们的潜力，培养学生乐观的、向上的心理品质，促进学生人格的健康发展。

4、对少数有心理困扰或心理障碍的学生进行科学的、有效的心理咨询和辅导，使他们尽快摆脱障碍，提高心理健康水平，增强自我教育能力。

## 1、学校心理健康教育队伍建设

我校有经过教育局培训的国家心理健康辅导教师一名负责学校的心理健康教育工作，但是学校心理健康教育不是心理健康教师一个人的事，是所有学校教育工作者的事，所以学校成立以心理健康教师为主，班主任教师为辅，其他教师为基础的学生心理健康教育战线，为全体学生的心理健康保驾护航。

## 2、学校心理健康教育的开展

(1) 心理课辅导。本学期由心理健康教师不定期为各年级学生进行团体辅导。同时，各班在班内进行心理健康主题的班队会，为学生提供全面的帮助，主要为塑造班级集体良好的氛围和集体的良好行为，激发群体向上的精神。

(2) 心理咨询室。开设“知心小屋”，接受以学生个体或小组为对象的咨询。心理咨询室有专任教师负责，固定的开放时间，固定的场所。心理咨询室建设的环境布置除了符合心理辅导的要求，还要考虑儿童的审美特点。

(3) 办好“知心信箱”，以便个别学生羞于启齿，可以利用写信的方式和学校的心理老师进行沟通、预约咨询。

(4) 以“点”带“面”，利用学校宣传阵地

开展心理健康主题手抄报设计比赛，在学生中大力宣传心理健康的重要性。

(5) 指导家庭进行心理健康教育

小学生的心理健康教育仅仅由学校实施是不够的，在更重要的意义上讲，小学生心理健康教育主要依靠家庭教育，因为家庭才是学生的来源与归属，小学生心理健康最后要归结于此。因此，学校、家长应该合力重视小学生的心理健康教育，我们的教师坚持不懈地向家长提出各种建议，指导家长开展小学生家庭心理健康教育。

(6) 指导小学生进行自我心理健康教育

指导小学生学习简单有效的自我心理健康教育的方法：

a□学会放松。要使小学生知道紧张是正常的心理反应，是可以通过想象、转移注意力、调整呼吸、体育活动、听音乐、唱歌、阅读、睡觉等方法调节放松的。

b□与人谈心。要使小学生知道有问题要学会求助，在学校可以找老师、心理辅导老师谈心；在家里可以找长辈、亲友谈心；在社会上也可以有谈心的对象，如心理咨询电话等等。无论何事何时都可以与人谈话，学会与人谈心一辈子受益。

c□学习写日记或周记。小学生要学习用笔与自己谈心，把心灵的轨迹用文字描绘下来，这对心理健康成长有很大的帮助。教师和家长要尊重孩子的隐私，公开日记要得到本人的允许。小学生也不用过分担心自己的内心秘密被他人知道，要学会坦然地对人与对己。

本着“成长比成绩重要，成人比成才重要”的理念，我们全体教育工作者全心投入，重视小学生自我心理健康教育，利用一切资源开展小学生心理健康教育，促进全体学生的健康发展，为孩子的心理健康保驾护航是我们为之努力的目标。

## 村级身心健康培训活动记录篇十

健康是人类生存极为重要的内容，而心理健康是人的健康不可分割的重要部分。下面是有学校心理健康工作计划，欢迎参阅。

### 一、指导思想

在新学期认真贯彻学校心理健康的有关精神，积极配合院阳光心理工作部的各项工作，推动我系心理健康教育工作的开展。

### 二、工作思路

以扎实开展心理危机预警工作为基础；

以朋辈辅导和心理委员辅导相结合为辅导模式；

以寝室信息员、班级心理委员以及朋辈心理工作部为信息链做好日常工作；

重点以“新生适应”为主题全面开展心理健康教育课外活动。



### 三、工作要点

- 1、做好心理危机干预的常规工作，严格落实“五早”信息预警机制，做好学生心理危机干预工作的月通报和周通报工作，确保心理预警学生稳定。
- 2、配合学校院系，认真开展xx级新生心理健康教育系列活动，认真做好心理普查、心理访谈、心理档案的建设工作；完成新生班级心理委员、寝室心理健康信息员的选拔和培训工作；完成新生心理拓展训练活动等。
- 3、加强对我系新进学生辅导员和新任心理委员的培训与指导，通过座谈会、案例交流、知识讲座等形式，提升我系心理健康教育工作专业水平。
- 4、加强班级心理委员和寝室信息员的队伍建设，围绕主题，召开朋辈辅导员经验交流会，构架沟通、交流的平台，加强对新生班级心理健康教育工作的指导。
- 5、进一步加强班级心理委员建设，通过严格考核等形式，增强朋辈辅导员的角色归属感和责任感。

九月份：1、制定本学期我系心理健康工作计划。

2、准备系阳光心理部招新工作。

3、上交《9月份心理健康月报表》和《心理危机排查表》。

4、做好系朋辈心理工作部招新宣传工作。

5、建立好心理委员和寝室信息员的飞信群。

6、做好节假日心理危机干预和辅导工作。

- 十月份：1、组织系朋辈心理工作部干部干事招新。
- 2、召开10月份班级心理委员和寝室信息员例会。
- 3、开展第一期朋辈辅导员小讲坛。
- 4、做好“新生适应”的前期准备工作。
- 5、开展“新生适应”活动。
- 6、开展新生心理健康主题班会，组织各班进行评比。
- 7、配合院阳光心理工作部完成新生心理拓展训练。
- 8、上交《10月份心理健康月报表》和《心理危机排查表》。

- 十一月份：1、配合学院做好xx级新生心理普查。
- 2、配合学院做好xx级新生心理回访工作。
- 3、在本系做好“朋辈辅导员有约”座谈会和心理情景剧活动的宣传工作。
- 4、开展第二期朋辈辅导员小讲坛。
- 5、召开11月份班级心理委员例会。
- 6、上交《11月份心理健康月报表》和《预警库表》。

- 十二月份：1、更新预警库的信息。
- 2、召开12月份班级心理委员例会。
- 3、组织好本系新生参加班级心理委员、寝室信息员心理健康知识培训

4、上交《12月份心理健康月报表》和《预警库表》。

5、对本学期开展的各项心理健康工作进行总结。

一月份：1、召开1月份班级心理委员例会。

2、做好心理预警学生的寒假辅导安排工作。

根据学院及学部工作安排及要求，现将20xx年度心理健康工作计划如下：

一、心理工作日常化、基础化，做好心理健康教育日常宣讲工作

心理工作是与我们的日常工作结合在一起的，继续做好面向全体学生开展预防性和发展性的心理健康教育。开拓宣传通道，从网络、寝室等多渠道介绍心理健康的一些小常识，让同学们能从不同方面了解心理知识，也帮助学生们认识自己、了解自己、悦纳自己，提高学生们对心理知识的兴趣，将心理健康教育进寝室工作真正做到实处。

二、健全心理工作机制，加强学部心理工作领导小组建设

明确学部心理协会职责，积极动员心协成员，将心理工作做实做细，同时定期开展读书会活动。充分调动教师与辅导员参与心理工作的积极性，对教职员工、班团干部、学生党员等开展心理健康教育，加强培训工作，增强其对心理危机的预防意识和敏感性。

三、完善心理健康活动体系

积极组织学生参与学院心理健康月、心理委员培训、心理委员风采秀等活动，同时结合学部特点，通过多种形式，如心理书籍分享、心理电影赏析、心理讲座开展，利用网络媒介

与多媒体等现代科技手段，开展立志励志教育、感恩教育、女生教育、职业生涯规划教育等心理健康教育活动的。为调动心理委员工作积极性，定期对心理委员进行考核，为10月份学院心理委员风采秀做好准备。

#### 四、加强心理危机干预体系建设

根据20xx级新生心理普查分析结果，做好重点学生访谈工作。对全学部学生进行心理健康定期排查工作，及时关注重点学生，建立心理健康档案，做好监控，并有详细处理过程记录。

#### 五、全员参与，开辟经管心理工作特色

积极动员辅导员参与学生学习心理、人际交往心理、生涯规划等的调查研究，从理论和实践角度出发关注学生心理健康成长。在8栋和10栋定期出版心理板报，并指导心理协会编辑经管心理刊物，以便分享心情故事、常见心理现象、心理书籍等。力争做到每周一版，每月一期心理刊物。

一. 3月初，开展学生心理讲座：请老师伟大家讲解如何在新的一学期中，以更健康的方式迎接忙碌的生活。

二. “心理影院”电影放送：为了充实同学们的课余生活，并且给同学们的心灵提供放松的机会，外院心协在每周六进行心理电影展播，播放有助于我们大学生心理健康发展的电影获得大家的积极称赞。同学们在娱乐中接受心理教育，在教育中让我们的心理更健康的发展。

#### 三. 趣味心理活动

本次趣味心理活动以“携手参与、促进身心和谐健康发展”为主题，让本次趣味心理活动增添了校园文化生活乐趣，增进了同学们之间的友谊，激发了同学们的团队合作精神。

#### 四. 关注毕业生

大学毕业生面对择业这一重大人生选择，在“双向选择”、“自主择业”的激烈竞争过程中，理想与现实的矛盾、高期望值与低能力的矛盾、竞争与求安的矛盾十分突出，心理压力较大。针对此现象，我院协会将关注毕业生心理，推出“关爱”活动。

#### 五. 四月出游户外素质拓展活动：

xx年4月27日星期天，心协成员组织到集美后溪悦神休闲农庄进行野外素质拓展训练。这次出游丰富了成员的生活，开拓视野，使身心得以放松；由协会成员共同参与，锻炼了成员们组织能力，强化实践能力；同时通过这种轻松活泼的方式有助于加强成员间的交流，更好地了解对方，形成更好的默契，激励成员团结合作落实计划工作，营造心协新气象。

#### 六. “525” 心理健康活动

5月25日为大学生“心理健康日”，谐音“我爱我”，意为大学生关爱他人先从关爱自我开始，爱自己才能更好地爱他人。

活动的主题为：大学生心理健康

活动的宗旨为：在全院学生中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，通过组织设计一系列内容丰富、形式多样、参与性强、针对性强的活动，在宣传普及心理健康知识的同时为学生搭建起锻炼心理品质、提高心理素质的平台，全方位地加强对我校大学生的心理健康教育。

常规活动：

1. 加强月汇报制度的完善。

2. 进一步完善我院心理健康协会的博客。
3. 协助心理健康教育与咨询中心的工作。
4. 每月两次定期出海报宣传心理知。