

# 2023年大学心理健康活动主持稿结束语(汇总5篇)

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？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。

## 大学心理健康活动主持稿结束语篇一

### 一、活动背景：

积极响应我院心理健康教育的号召，迎接“5.25”大学生心理健康节的到来，积极组织，参与活动，加强大学生的.心理健康教育；通过素质拓展训练游戏活动，同学们分享各自的经验，帮助个体进行自我探索，相互启发，解决问题，改善和提高参与者的能力素质。

### 二、活动名称：

让人际交往更简单

### 三、活动时间：

20xx年5月23日晚自习

### 四、活动地点：

j2122

### 五、活动参加人员：

5班（23名同学）

## 六、活动目标：

- 1、通过心理素质拓展的活动，让大家学会人际交往的方法与技巧，加深彼此的友谊。
- 2、旨在通过用这种方式保持本班学生的心理健康。
- 3、培养本班学生团队意识、增强自身责任感相结合。

## 七、活动过程

### 1、“你夸我笑”

要求：全体组合成每8个人一个圈，共4个圈，围坐在草地上。每个队先请一名队员坐到圈中央，依次接受队友们的夸奖，每位队友必须看着“圈中人”的眼睛，当面说出三个优点。依此类推，每位队员必须轮流坐到圈中央接受赞扬，要求队友们的赞美必须真诚，即对方确实有所夸的优点。

### 2、“你写我猜”

要求：每位同学分到一张纸和胶带，将纸反贴在背上，大家互写赠言。

### 3、心理测试人际关系心理测试八、拓展训练总结

人与人之间不仅仅需要沟通，更需要聪明的沟通。如何判断哪些是可以谈的话题、哪些是不可以触碰的话题，需要你思考，特别是站在对方的角度去考虑，将心比心才能达到沟通的效果。

每个人都需要表扬和鼓励。用赞美的眼光去看待别人，别人就会乐意和你交朋友，而且朋友也会用赞美的眼光对待你，你不但拥有的朋友，同时也拥有了快乐。

朋友之间需要相互信任。做人和处事需要协作精神，而协作精神的首要条件就是要信任同伴，同时也要让同伴信任你。

填满了全班同学祝福的贺卡，成为一件永久的纪念品，里面浓缩了这次活动的内涵：尊重，赞美，自信，信任，宽容，以及赢得好人缘的秘密武器。

那么也通过此次的素质拓展活动，加强了本班大学生的心理健康，促进了同学们分享各自的经验，帮助个体进行自我探索，相互启发，解决问题，改善和提高了参与者的能力素质。

## 大学心理健康活动主持稿结束语篇二

一、举办人：

一一药本心理委员

二、活动宗旨：

促进大学生的交流，提高学生心理素质，增强同学们心理的自信，缓解大学生的当前压力。

三、活动主题：

幸福快乐

四、游戏时间：

4月18日下午1点至2点30分

五、游戏地点：

部系楼b—101

## 六、游戏形式：

游戏分为三个项目：

第一是价值拍卖；

第二是发现优势，找出自信；

第三是炫出自己特长。

## 七、游戏内容及规则

### 项目一：价值拍卖

游戏目的：激发学生思考物性价值，体验人生态度，知其所需，给出国留学人生定位

游戏说明：该游戏先将要拍卖的东西写在硬纸板上。每个学生手中有5000元（道具钱），它代表一个人一生的时间和精力。每个人可以根据自己对人生的理解随意竞买下表中的东西。每样东西都有低价，每次出价以500元为单位，价高者得到东西，有一次出价5000元的，立即成交。

（1信任2责任3理解4宽容5坦诚6真诚或同学所珍视的物品（并道出拍卖缘由））直到所有东西都拍卖完为止，然后请大家认真考虑买回来的东西。

并讨论交流为什么想要竞拍这个东西？在拍卖过程中，你的心情如何？

### 项目二：肯定自己

游戏目的：让同学们各自发现自己优点，增强生活中的自信，自信人生方能更具动力。

游戏说明：首先把每个同学的学号或姓名写好，放置黑箱中，由特邀嘉宾（班长或班主任）抽签，抽到者上台并发言，说出自己特长。

接下来由同学互相发言，发掘该生特点（在场的任何人都有发言权，包括两主持人和特邀嘉宾）。

### 项目三：魅力人生

游戏目的：先展现出我班寝室的文化生活，再让单个同学展示自己风采一面，以实际行动炫出自信，引导大家自信生活。

游戏说明：先由几个寝室唱他们的寝歌，再由4——5个人进行才艺表演（唱歌、跳舞、武术、乐器、魔术等）

### 八、特长报名方式：

直接报给本班心理委员或班长、团支书

### 九、报名时间：

4月10日至4月16日

### 十、宣传：

由班长及宣传委员负责。

## 大学心理健康活动主持稿结束语篇三

20xx年2月13日至17日，我校大学生心理健康协会举办了“做你的树洞温暖你的生活”线上活动。此次活动由学生处大学生心理健康教育与咨询中心刘雅老师指导，旨在为提高学生的自我认知能力、解决问题的能力、合作能力，增强学生在自我心理认知方面的能力，关注自身的心理建设提高学生心

理素质。

同学们把自己的‘心事烦恼’发送到大学生心理健康协会公众号上参与活动。“树洞”中的“悄悄话”将被筛选并经过投稿人的同意发送到公众号上，并由热心学生们助力为其想办法去解答。“做你的树洞”活动的举办为大家提供了一个传递快乐，诉说烦恼的平台！

本次活动共收到投稿49条，主要集中于家庭关系问题、朋友相处问题、学习效率问题等，经过筛选，心理健康协会在公众号发布了14条有代表性的问题，收到评论150条，体现了同学们相互之间的关心。希望通过此次活动，让同学们诉说出自己的烦恼，排解在紧张繁忙的学业中产生的低落情绪，提升心理素质，增强抗压能力，互相帮助，解决疑惑，摆脱困境，全身心地投入到学习生活中去。

为了帮助更多同学在疫情期间以良好的心态积极学习、快乐生活，大学生心理健康教育与咨询中心特别建议：在疫情防控期间，可以多陪伴家人，可以听音乐、唱歌、跳舞，可以读自己过去想读而未读的书，可以看一直想看而未看的电影或电视剧，可以举哑铃健健身，可以整理一下家里的物品，也可以规划一下自己新一年的生活，以减少过度关注疫情信息对自己的产生负面影响，找回对生活的掌控感。希望同学们打起精神，坚定信心，调整好心理状态，安排好学习生活。相信疫情终会过去，等待我们的将是春暖花开，美好重逢。

## 大学心理健康活动主持稿结束语篇四

八月晚7点，护理班所有同学一起度过了一个愉快的夜晚。同时，莅临本次班会的嘉宾有10级年级辅导员李老师，院团委副书记卜xx同学，前青志协会长阳xx同学，前学生会办公室主任杨xx同学，爱心服务队队长谭x同学，社会实践部部长周xx同学等。

班会是在温馨的烛光和动人的音乐中开始的。在心形的烛光中，张xx同学给我们讲了一个心理大师的艰辛的成长道路，大家都被深深吸引了，听得很认真。在张xx同学最后一句“光明照亮人间”时，教室里的灯也亮了，顿时雷鸣般的掌声。接下来，亲爱的辅导员老师给我们致辞，让我们学到了很多做人的道理。而后，卜学长和阳学长跟我们交流他们在生活和工作中的经验。

整个班会中最精彩的部分就是玩“夹弹珠”的游戏的部分，游戏中所有嘉宾都参与了。其中，李老师和杨学长组成的一队输了，便惩罚他们表演节目。在我们的强烈要求下，在他们两的几经折腾下，他们终于合唱了一首刘德华的《今天》。是的，我们要记住今天，这个让人难忘的夜晚。而号称是黄金搭档的卜和阳学长同样接受了惩罚，他们极富创意的合唱了一首《团结就是力量》，把我们笑得前仰后翻。我们班的同学也踊跃参加游戏，大家玩的很尽兴。

游戏过后，肖，黄，彭，田，胡，刘一起演唱了《爱因为在经常心中》，跟随着音乐，我们的心都聚在了一起。音乐结束后，班会也进入了高潮阶段，在李强老师的带头下，在优美的背景音乐下，我们一个接一个上台在我们班的标志物上签上名字。

最后，全班同学和李老师一起合影，在大家的欢声笑语中，班会圆满结束。

这是一次难忘的体验，通过本次班会，加强同学之间的交流，提高同学们的积极性，加强班级凝聚力，丰富班级文化建设，让同学们掌握科学的心理调节方法，健康快乐的发展。

## **大学心理健康活动主持稿结束语篇五**

### **5.25大学生心理健康文化节**

## 关爱你我他，从心做起

在社会飞速进步的同时，人们的压力与日俱增，在今天的大学校园心理问题一直困扰着一部分学生，他们需要给予我们给予关怀和帮助，而5.25谐音“我爱我”心理健康日，为我们提供很好的平台去关注你我，关注他人。

### 一、主要活动：

#### 1、5.25宣传月的开幕式具体内容：

开幕式由心理咨询老师以及学校相关领导带领大家参加，另外还有外校的心理协会的代表也参加。5.25宣传月的'开幕式剪彩签名活动，请心理咨询老师发表关于5.25相关内容的讲话，号召广大同学关注心理。

2、本次活动承办者（大学生心理协会）制作板块有协会及心理咨询室从开办以来的活动ppt（主持人讲解）

3、由老师带领大家进行签名（格言、感言、箴言）

4、最后广大师生一起观看心灵电影活动意义：有助于促进师生之间的感情，在老师的带领下，同学们更关注心理，知道心理的重要性。

### 二、心理文化廊：

1、心理健康知识展板（以喷绘形式，内容是关于5.25的起源及意义，解决心理问题方面的知识）心灵图片意义：净化同学的心灵，扩展心灵的视野。

2、心灵手抄报

### 三、重要板块：



1. 常见的心理问题及解决方法
2. 给心灵洗个澡（心灵故事以及感言）
3. 趣味测试（心理测试）
4. 休闲广场（饮食、脑筋急转弯、经典语句、笑话、智力题）
5. 征稿：“心灵故事”——把你心中的故事以书面的形式给我们，我们将在下期的心灵手抄报中提供几个帮助你解决问题的方法（心理咨询老师）
6. 心理宣传单：宣传心理咨询室心灵故事征稿和洗净能力宣传单与心灵手抄报同时进行

#### 四、心灵手语比赛：

与广大高校心理协会联盟，促进各兄弟院校的感情四. 呼唤心灵之旅——孤儿院之行

#### 五、5.25宣传月闭幕式。