# 大学生心理健康游戏活动总结

来源：网络 作者：空山新雨 更新时间：2025-06-07

*大学生心理健康游戏活动总结优秀7篇活动已经告一段落了，想必大家都有了很深的感触吧，需要好好地写一份活动总结总结一下了。你想知道活动总结怎么写吗？以下是小编整理的大学生心理健康游戏活动总结，欢迎大家借鉴与参考!大学生心理健康游戏活动总结篇1我...*

大学生心理健康游戏活动总结优秀7篇

活动已经告一段落了，想必大家都有了很深的感触吧，需要好好地写一份活动总结总结一下了。你想知道活动总结怎么写吗？以下是小编整理的大学生心理健康游戏活动总结，欢迎大家借鉴与参考!

**大学生心理健康游戏活动总结篇1**

我校心理健康活动在全校领导的大力支持下，广大师生的积极参与下，于4月15日圆满结束。

本次心理健康教育月活动以“健康心理，和谐校园”为主题，以“了解自己，接纳自己，肯定自己”为口号，讲座上老师对同学们进行心理健康知识的宣传和教育，有效提高学生的心理素质水平。通过开展心理健康为内容的主题活动，培养学生乐观向上的心理品质，促进学生人格的健全和发展，老师为学生安排了许多心理健康游戏，大大地丰富了同学们的课余文化生活，放松心情，缓解紧张学习带来的压力。

一张张填满心灵话语的心理健康小报画出了孩子们成长的\'快乐；一张张心理健康贺卡做出了孩子们的快乐生活；围绕的心理健康月的主题，我们还为家长搭建了网上家长心理培训学校，让家长在学校的“阳关心灵小屋”里学会关注自己孩子的心理健康。最后同学们一起观赏了心理健康影片《阿甘正传》，这部影片全校师生心灵上的震撼，孩子们也从这位智商并不高的残疾人身上学到了诚实、守信、勇敢、真诚。

本次心理健康教育月活动围绕学校的各项工作，有组织、有针对性地开展心理健康教育活动，从而有效提高全校师生的心理素质水平，培养学生乐观向上的心理品质，促进学生人格的健全和发展，丰富广大同学的课余文化生活，建设文明积极的校园文化，为我校良好校风的形成作贡献。

**大学生心理健康游戏活动总结篇2**

随着社会的发展，竞争压力也越来越大，各种社会问题也越来越多，学校心理健康教育已经成为现代学校重要标志之一。开展形式多样，丰富多彩，生动活泼的生理健康活动是学校实施心理健康教育的有效途径之一。也是目前我们发展心理健康教育的最佳切入点。为此,我系在\_\_月25---30日开展了一系列成长成材，树立自信的心理健康教育活动，以心理征文、心理漫画、播放相关影片的\'方式进行,另外各班级也纷纷开展主题班会，这些活动均取得一定成效。具体总结如下：

一、广泛宣传，认真部署

为搞好本次活动，学院成立了以系学生处宣传部负责参与的工作团队，具体组织实施。充分发挥宣传栏、海报、网站等舆论阵地的作用，做到广泛动员，人人参与。

二、“温暖你我，心灵起航”主题活动

1、心理健康征文、心理漫画征集活动

时间：\_\_月22日―\_\_月26日

活动通知发出后，我院各班级团支书以及寝室信息员积极响应，踊跃投稿，通过文字及图画的形式表达自己在学习、工作中的真实感受，助人与自助的真实体验;讲述自己在人际交往、学习与生涯规划、情绪调节、挫折应对等方面的成长历程、人生体悟;从所见所闻中总结出对心理健康方面的思考、感想，本次征文在全系范围内共收到文章30多篇，漫画10余幅，通过这些文章漫画可以了解了部分同学的心理动态，及时进行分析和总结，并予以指导关注。

2、心理影片放映活动

时间：\_\_月28日―\_\_月30日

根据学生处心理健康教育活动的整体部署安，在我系学生中播放系列相关影片，营造良好心理健康主题教育氛围。活动期间共播放《放牛班的春天》、《美丽人生》等3部影片。同学们在静静地欣赏影片的同时，也在进行着心理健康的自我反省和矫正，为塑造一颗至诚至善之美的健康心灵而默默努力。

这一系列的主题活动非常成功，它推进了同学们对大学生心理健康教育的认识，提高了学生的心理保健意识，对和谐寝室人际关系有良好的促进作用，学生积极响应各项活动，参与性广，活动最终取得圆满成功。

**大学生心理健康游戏活动总结篇3**

第一部分：热身环节

1.教练带领同学们宣读活动契约

2.找零钱游戏

队员随机拉手，女生代表一元，男生代表五角。在教练员的指挥下，大家围圈走动起来。根据教练员口令：“找啊找啊找零钱，找到1.5块钱……”队员自行组合达到要求，失败者要接受小惩罚。游戏结束后，教练带领同学们领悟游戏内涵，并总结出：游戏里每种面值都很有价值，在班级里每个人都一样重要；不起眼的每个小零钱可以汇总成大额票值，团队即班级团结起来可以一起成长。

第二部分：相逢是首歌

大家围圈而坐，前两个人产生后，就这个人开始，以第二个人的\'顺序依次请每个人用一句话介绍自己，这句话中必须包含三个内容：

姓名、所属地、自己与众不同的特征，当第一个人说完后，第二个人必须从第一个开始讲起：“我是来自\_\_地区的，喜欢\_\_的\_\_旁边的……”游戏结束后，教练带领同学们领悟游戏内涵，同学们认真领悟思考，总结出：

要学会向别人介绍自己，这本身就是一种能力，尽早记住新同学的名字，能拉进距离。

第三部分：解开千千结

教练将全体队员分为两组，分别拉手围成圆圈站立。并让队员牢记自己左右两边的队员，然后松开双手，将圆圈彻底打乱，使左右两边队员不再相邻。保持后续队形同时再用双手寻找最初左右两边队员并握好双手。所有的队员手牵手结成了一张网。队员们此时是亲密无间紧紧相连的，但是这个时候的亲密无间紧紧相连却限制了大家的行动。我们需要的是一个圆，一个联系着大家，能让大家朝着一个统一方向滚动前进的圆。

游戏结束后，教练带领同学们体会游戏深意，总结出：

领袖的产生与责任，树立团队的制度是很重要的，个人首先明确并关注好自己的职责，这样才有利于团队的沟通和协作。

第四部分：无敌风火轮

每组利用报纸和胶带制作一个可以容纳全体成员的封闭式大圆环，将圆环立起来全队成员站到圆环上边边走边滚动大圆环，向前行进8米，期间如果报纸断开需回到起点重新开始。率先到达终点的队伍胜利。游戏结束后，同学们积极主动回答出这个游戏主要在于培养队员团结一致，密切合作，克服困难的团队精神；提高团队计划、组织、协调能力；树立队员服从指挥、一丝不苟的工作态度，增强队员间的相互信任和理解。

第五部分：传球夺秒

每个组员都要用手接触小球，但前后接触球的人不能是相邻者，以每个成员均接触过球的总时间计算，用时短的一队即为胜利。通过这个游戏，也让大家理解到：团队进度由弱势队员决定，但任何人都会有优势，也会有弱势，只是评价标准的不同，优势和弱势有时可以相互转换，尊重生命中的每一个人，感谢生命中的每次陪伴。

活动总结：

通过本次活动促进了大一新生的快速成熟，增进了对彼此的相互了解和信任，在游戏中增强了同学们的集体荣誉感，形成了良好的班级意识，使同学们认识到了团结就是力量，促进了班级成员的融合。让刚刚告别父母的大一新生感受到了来自新集体的温暖，使他们更快地适应新的生活环境，更好地融入集体，帮助他们成长。

**大学生心理健康游戏活动总结篇4**

本学期x月份以来，我校心理咨询室为全校学生组织开展了丰富多彩、形式多样的活动，增强了心理健康教育的实效性，有助于学生培养良好的心理素质，营造健康、乐观、积极向上的学校氛围。起到了宣传和普及心理知识的作用，增强了广大学生的心理素质，到达了预期的目的和效果，取得了圆满成功。下头简要进行这个月的活动总结:

一、领导关心，组织策划，学生会工作人员协作配合，进取互动。

校领导十分重视这次活动，按照学校的规定和要求，和学校政教处主任共同关心指导、精心策划组织了这次活动，顺利完成了前期准备工作，以橱窗、展板等形式针对性展示高中生生活、学习等心理健康相关知识，让学生了解更多的心理健康知识信息，能有效地应对此刻，应对未来。

二、活动总结，成效创新

x月x日午时，我校在篮球场举行了现场心理咨询、测评及心愿墙活动。此系列活动由4个区组成，分别为:心愿墙区、测试区、咨询区、以及心理趣味图片展示区。咨询区由专业的心理辅导教师主持，其余三个区则由受过相关培训的学生主持。活动现场的趣味心理图片区吸引了众多眼球，很多同学认真分析了图片的涵义;更有大批同学纷纷涌到心语墙区写下自我的完美愿望，将自我的真心话传达给自我和朋友，很好的激励自我，表达情感;也有很多同学乐于做心理测评，更好的了解自我的性格和气质类型，为以后的职业生涯规划做好准备。虽然测试的人较多，但同学门仍旧很耐心地等待结果的解释。活动中同学们积极参与，也有教师加入活动互动中。

x月21日高一和高二年级部分学生的团体心理辅导活动顺利开展，经过此次团体辅导活动，促进彼此的交流沟通和了解，提高学生人际交往的本事，增进同学之间的友谊，构成团结互助，相互关心、友爱的学校氛围。经过自我探索，更好的认识自我、悦纳自我。

x月28日高三部分学生参加了考前缓解心理压力的团体辅导活动，有效的缓解了他们学习压力，放下思想包袱，简便应对高考。

x月24日，关于“让心灵沐浴阳光”心理健康手抄报评比活动也已开展完毕，已于月底前评比并交给学校政教处留存备案。可是不足之处就是有些班级上交材料不进取，以后工作中，我们需要注意研究好时间安排。

三、认真交流，总结表彰

x月31日整个活动月开展完毕，对活动中做得比较好的进行了表扬，公示相关获奖情景，对活动中做得还不够好的地方进行了认真的总结，收到了良好的效果。

总之，在过去的一学期中，在学校领导的关心和支持下，我校的心理健康教育工作取得了很大的提高。今后我们要继续提高认识，转变观念，异常是广大教师要转变观念，把心理健康教育工作做得更好，真正让每个学生都能在健康、温馨的环境中学习和成长。心理健康教育工作任重而道远，需要每一位教育工作者不懈努力，需要我们不断探索前进、积累经验，力争使我校的心理健康教育工作更有成效。

**大学生心理健康游戏活动总结篇5**

5月25日，我校以“新时代，心梦想，心健康”为主题的心理健康教育宣传周活动圆满落下帷幕，此次活动是我校心理健康教育与咨询中心为提高我校学生心理健康素质的一项重要举措。

一、宣传周启动仪式

5月21日下午，“新时代，心梦想，心健康”为主题的大学生心理健康教育宣传周活动在我校操场正式启动。心理协会的同学主动承担起发放心理健康知识宣传手册的任务;各系心理老师组织了形式多样的心理素质拓展活动，最后启动仪式在欢快的气氛中结束，大家依依不舍地离开运动场，期待更多此类活动的到来。

二、阳光心灵心理沙龙

5月23日下午，李\_\_老师举办了“快乐学习，健康生活”为主题的团体心理辅导活动，共30多名学生代表参加了此次活动。王老师带领大家从意向对话开始，用优美动听的语言把大家带入一定的情境，让大家把自己想象成一棵树，让大家在放松的状态下与自己的潜意识进行一次对话。然后王老师让大家在一张白纸上把自己心中的那棵树画下来。王老师告诉大家这就是心理学中的绘画分析技术，通过树的高矮不同，树的颜色以及树的情绪来分析绘画者的内心。通过王老师的分析和讲解同学们感到很神奇，的确从一幅画中展现出了自己内心的情绪。通过这次活动好多同学感觉自己内心压抑的情绪得到了释放。本次团体心理辅导活动取得了很好的效果，同学们纷纷表示收获很多，并希望以后可以多举办此类活动。

三、心理健康知识讲座

5月24日下午，心理咨询中心的潘x老师为全校同学主讲了“压力与健康”心理讲座。各班心理委员、宿舍长、心理健康联络员和热爱心理学知识的同学参加了本次讲座。潘老师通过理论联系实际，从多个角度，不同侧面，以诙谐幽默的方式向同学们介绍了大学生常见压力的表现、成因和对策。以现场对话、互动等形式将面对压力过大、过重如何保持心态平衡的心理调适方法、心理学知识深入浅出地渗透到在座的每位同学心中。讲座现场笑声连连，掌声不断。同学们纷纷表示，本次讲座令人受益匪浅，会把所学的心理知识用于今后的学习、生活中，并引导自己身边的同学学会心理调适的方法，保持乐观积极的心理状态。

四、大学生心理健康教育与咨询中心开放日

在心理咨询中心老师的认真安排下，各系学生自主报名，分时间段有序参观了咨询中心的团体辅导室、测评室、咨询室、沙盘室、放松宣泄室等各种设施齐全的功能室。咨询中心温馨的布局和先进的仪器设备给同学们留下了深刻的印象。此次参观活动，有效地消除了同学们对心理咨询的恐慌和误解，使接受心理咨询的学生不再受到异样的目光，真正的放下心理包袱，敞开心扉。同时，此次活动也起到了一定的宣传作用，这将有助于学生更好的去寻求心理帮助，进而提高学生们的心理健康水平。

五、“健康从心开始”主题班会

为提高各班同学心理健康知识水平，发挥学生的主观能动性和自主创新意识，增强心理保健意识，各系各班均自行举办了丰富多彩各具特色的心理健康主题班会活动。各班学生积极响应、踊跃发言，营造了广泛动员全班同学、人人参与的气氛。

六、各系自主开展的活动

在宣传周期间，各系心理老师自主开展了形式多样的团体沙龙，帮助大家培养自信、积极、乐观的心态。

(一)医疗系开展沙龙活动

医疗系的\_\_和\_\_两位老师在新老校区分别举行了沙龙活动，分室内和室外两部分。室内活动有怎样进行人际交往、室外部分有怎样树立自信心、分发励志卡片等小活动。参加活动的同学们不仅学到了一些心理学知识，而且增强了自信心，树立了战胜贫困的勇气。当活动结束时，同学们脸上漏出了满满的笑容。

(二)口腔医学系开展团体辅导活动

口腔医学系的肖璇老师利用“优点轰炸”的游戏，让在座的每一位同学都进行自我赞美说出自己的优点。通过自我肯定让学生发现自己的优点增强自信，促进贫困生的心理健康教育与自我教育，培养学生乐观向上、积极进取的精神。

(三)药学系开展团体辅导活动

药学系詹\_\_老师在心理咨询中心举办了“人际关系与大学生活”为主题的心理健康教育活动。詹老师通过寻找道具橙子的不同来发现自己与他人不同的地方;接着詹老师带着大家一起画画，来发现自我的闪光点和减压放松，并以亲身经历来指导大家如何更好的与他人相处。提高了同学们和他人沟通交往的能力，对营造健康、乐观、积极向上的校园氛围产生了积极影响，给同学们以后步入社会打下了基础。

(四)食品系开展团体辅导活动

食品系心理老师段x利用素质拓展训练游戏指导学生互动，教大家如何体会生活的乐趣和分享生活中的快乐。在游戏中同学们掌握了实用的缓解消极情绪的方法，逐步建立起积极向上的阳光心态。

(五)护理系开展心灵沙龙活动

护理系由潘x老师组织开展心灵沙龙活动，通过活动将同学们的心拉近，大家勇跃参加，乐在其中。活动的开展非常非常顺利，各成员间互帮互助，亲密友好，充满了欢声笑语。

七、线上活动

不同于往年的是，今年我校宣传周首次增设线上活动，包括“情书征集令”“解忧杂货店”“我对自己说”等。活动开展以来，得到了全校同学的热烈响应。很多同学通过线上平台向亲人、恋人和朋友表白，也有同学在后台向咨询中心的老师倾诉他们的烦恼，老师们积极回应，给予他们满意的答复。通过开展线上活动，充分调动了同学们的积极性，也使心理宣传教育工作惠及面更加广泛。

八、大学生心理协会活动

5月22日中午，在学校餐厅门前，大学生心理协会以“小活动，心健康”为主题，举行了形式多样的.心理小活动。“心愿树”的两大块展板被涂画得很满，主要是让大家写下来自己的愿望或者平时很想表达却又不好意思说的话，用笔去记录和表达是很多喜欢安静的同学经常采取的缓解方式，看起来不太起眼，却可能帮助到他们很多。“心健康签名活动”中同学们写下对自己的祝福，通过这个活动领悟到一个人只有会爱自己才有能力爱别人。心协负责人姜\_\_及心理协会的其他同学一直在忙前忙后的给同学们解释和进行引导，让大家不只是玩了，还有所收获。大学生心理协会凭借精彩有趣而富有意义的活动，进一步普及了心理健康知识，增强了大学生的心理健康保健意识。在校园里掀起关注心理健康的热潮，使广大学生在悦纳自我、开发潜能、优化人格、全面发展上获得成长的动力与快乐。同时，让更多的人来关注大学生的心理健康，认识到心理健康的重要性。

此次心理健康宣传周活动的开展，充分展现了我校心理健康教育的特色，凸显了学生的主体地位，提升了同学们对心理健康教育的认识，对引导大学生树立正确的心理健康观念，培养良好的心理品质，全面、健康、协调地发展有着积极的作用。除学校统一组织安排的各项活动外，各系结合自身特色，制定开展了丰富多彩的心理健康教育活动。一系列活动的开展在同学中引起强烈反响，受到全校学生的一致好评。

**大学生心理健康游戏活动总结篇6**

我校的心理健康教育工作，以《中共中央国务院关于进一步加强和改进未成年人思想道德建设的若干意见》和教育部《中小学心理健康教育指导纲要》为指导，以完善学校心理健康教育的组织机构和工作机制为保障，以提高教师的心理健康水平、促进学生健全人格发展为目标，紧密结合新课程改革精神，不断加强学校心理健康教育工作，努力提高了学校心理健康教育的质量和水平。总结如下：

一.组织管理

成立了以校长为组长的心理咨询领导小组，由接受过心理咨询培训的孙玉川老师担任心理咨询老师，定期开展心理咨询工作。

二.心理咨询

心理咨询是心理咨询室的主要工作之一，我们积极开展针对学生和老师的个体咨询和针对学生的团体咨询。做好学生的个别辅导工作，为来访的学生提供咨询，对学生在成长，学习和生活中出现的心理行为问题给予指导，帮助他们排解心理困扰，对于个别有严重心理障碍和心理疾病的学生，应及时识别并转介到专业诊治部门。每周二、周三咨询室有咨询老师值班，开放时间为：中午12：00到13：00，下午15：00到17：00。通过同伴互助，促进班级心理卫生工作的开展。心理咨询室对各班知心姐姐进行定期的心理培训。由孙玉川老师负责。周二“知心姐姐”活动,及时进行信件回复。对个别存在心理问题或出现心理障碍的学生及时进行认真、耐心、科学的心理辅导，帮助学生解除心理障碍。

本着家校合作的理念，“成功父母成长讲堂”对一年级，四年级，五年级开放，协同德育处办好家长学校，及家委会工作。积极动员与争取家长的配合与支持，建立有利于学生发展的家校合作教育系统。热心真诚地为家长们在家庭教育中出现的困惑提供帮助，并且与教师配合，对相关学生进行疏导，同时帮助改变家长一些不合理的家教观念，使学校教育工作得到全面的稳固，全方位启发学生自己认识自己，自己接纳自己，自己帮助自己，自强自立，健康快乐的成长。

与家长合作，为学生个人心理健康发展提供了十分重要的条件，建立学生心理档案，记录每一个学生心理成长的轨迹。发现学生有心理问题时，就可以积极给予心理辅导和心理咨询，通过一段时间的调整或矫治，仍可以通过心理档案考察效果。因此心理健康档案能对每位学生个人的心理成长、心理潜能开发提供帮助，为通过心理辅导和心理咨询解决学生心理问题和心理障碍提供了重要保证。同时，学生心理档案还可以揭示教师教育教学工作中的问题，家长在家庭教育上的问题，揭示学生共性心理品质的问题，能促进学校和教师与家长更新教育观念、转变教育思想、改革教育方法、创设良好的学校、家庭心理环境，从而提高学生的心理品质，促进学生心理的健康发展。

针对少年儿童活泼好动的年龄特点，开展丰富多彩的教育活动，为他们创造良好的教育情境，培养健康向上的`班风，学风;积极推进班级管理和教育方式的民主化，充分发挥学生自主管理能力。面向全体学生，立足于学生发展性、预防性的心理健康教育，做到预防、疏导为主，干预、治疗为辅。加强每周心理健康课的指导与研究工作。密切与班主任的联系，更好地与学校德育工作有机结合。发挥了班级知心姐姐的作用，并对他们进行培训。认真细致地做好个别咨询辅导工作，在个案上有所突破。

三、课程开设

每周一次的心理辅导活动课是我校心理健康教育的一大特色，是针对全体学生进行的心理健康教育活动。本学期要让心理课成为培养学生积极心理品质，促进学生健全人格发展的主阵地。根据低、中、高不同年段学生的特点开展系列性、主题性的心理健康教育辅导活动。

心理讲座是有效的心理教育途径，特殊的空间和环境能起到积极的放大式的教育效果，互动与沟通多种思想的融合是讲座的优势，所以应该加强校园心理讲座。本学期从以下几个方面开展了工作：(1)针对一年级新生的适应学校生活的心理教育。(2)针对五年级学生开展青春期的心理教育。(3)开展针对班主任的心理讲座。从学生的心理特点、心理发展规律、心理诉求等进行介绍和讲解，促进师生关系的改善，促进和谐班级建设。(4)利用家长学校授课宣传家庭心理教育的有关内容。开办《成功父母成长讲堂》培训班。

举行“教师心理成长工作坊”活动。老师们兴趣盎然的进行了“口香糖”、“肢体语言”、“扶棒”等互动活动。在活动中主动了解他人，与人沟通，发现同事的兴趣爱好。在团队合作中体验领导、配合，服从等角色，悦纳自己，欣赏他人。教师心理成长工作坊，已经成为学校提高教师队伍建设的一项不可缺少的部分，它能使老师们在活动中不断反思，对于缓解工作压力，提高自己的工作效益起到积极的推动作用。

积极利用校园广播，网络，板报，宣传栏等形式，广泛宣传普及心理健康知识，培养学生的心理健康意识，从而营造积极，健康，向上的校园文化氛围和心理健康教育环境。

四、心理健康师资队伍

目前，我校仅有孙玉川老师接受过心理咨询的培训。远不能满足学校的心理咨询工作。 “工欲善其事必先利其器”。学校的心理咨询室要想真正的发挥好作用，心理咨询教师的选配至关重要。心理咨询专家们认为：500名学生以下的学校，至少应该配备两名专职心理老师，然后按照每增加250名学生增加一名心理老师增加配比，同时还要注意性别、年龄等搭配，从而让学生有自然地选择。

在政府加大投入的基础上，学校要在优秀教师中选择师德高尚、有责任心、特别是有爱心和耐心的老师参加心理教师的培训。心理辅导的成效主要取决于心理教师的专业水平。通过对心理教师的培训，使其自身心理健康、懂得心理学专业知识,掌握心理辅导技巧和心理训练方法。只有这样的教师，才能以极端的工作热情，不厌其烦的态度对学生进行心理上的疏导。

**大学生心理健康游戏活动总结篇7**

大学是成才的地方，但这只是对少数充满自信的人来说的，对于大多数人来说，或多或少都会有些自卑。

在大学的校园生活中，人总会有失意的时候，因为佼佼者实在太多了，因此，难免会缺乏自信。

一个人，一量缺乏自信，就会背上思想包袱，就会附上心理阴影，对自己和未来感到一片茫然，缺乏理性认识，最终可能会导致不良后果。基于以上原因，因此有必要对同学们开展一次增强自信心的活动。通过本次心理健康主题班会，同学们懂得了积极自信的重要性。以前，健康的标准是身体状态是否正常。这一标准的界定基于两点：健康是一个纯粹的生物学概念；人的生物属性与其他属性没有联系。

随着各种学科的深入研究，人类对自己的认识越来越全面、越来越深刻：刚来到人间的婴儿，是一个只有生物属性的“人”；经过人与人，人与文化的相互影响，只有生物属性的婴儿逐渐成长为具有社会属性、心理属性的人；真正的人应该具有生物属性、心理属性和社会属性；人的生物属性、心理属性和社会属性互为条件，互为因果；人的健康，包括了身体健康、心理健康和生活质量；人的\'身体健康、心理健康和生活质量，互为条件，互为因果。

当前高校所面临的大学生心理健康问题是十分严峻的,这应该引起我们的足够重视。只要我们能切实把握大学生的实际情况,尊重大学生的情感需求,积极引导,注意沟通,运用科学的思想政治方法,就一定能够在大学生人生的重要关口,引导他们树立个人发展目标，树立自信心，通过团体力量激发个体内在发展动力。

因为上学期一学期都没有开过心理班会，考虑到大家平时的生活都比较忙，闲下来沟通的时间不多，所以我们班干部商量讨论后决定了开展这次的心理班会，确定以“大学生心理健康”为主题，之后就是选择内容，筛选游戏，确定分享内容。采纳了同学们的建议，设计了后半部分的散文分享环节。其实作为大学生的我们，大家都已经具备很强大自我管理能力与理解能力了，我们应该更多的注重思想上的沟通与情感上的相互理解，这样的一篇文章《活在当下》，更能够唤起同学们的共鸣，增强大家的自信心，起到的效果是极好的！

首先我觉得我们的主题和内容的选择是没什么问题的，游戏内容和我们的主题都比较吻合。在游戏的过程中，大家一开始有点放不开，后来也就积极的参与进来了，活动氛围非常热烈。活动最后的分享，大家畅所欲言，积极分享自己的一些所思所感，让大家来个面对面的交流，各自发表自己的感想，达到我们班会促进同学们间的沟通交流的目的。

总的来说，此次“心理健康教育”主题班会活动是成功的，不仅有利于正确的树立个人发展目标、增强自信心，还有利于通过团体的力量激发个体内在发展动力，对于增强班级凝聚力也起到了重要的作用！

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn