# 心理活动策划书活动背景(12篇)

来源：网络 作者：蓝色心情 更新时间：2024-07-30

*在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。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。心理活动策划书活...*

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。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。

**心理活动策划书活动背景篇1**

大学生心理活动策划

1.活动好处：

长久以来，5月本身就被人们赋予了和年轻人一样的火热和激情。作为新一代的年轻人，首选的活动当然是5月。并且，鉴于此刻的大学生缺乏对心理健康知识的了解，由此导致缺乏对自己心理问题的认识，大学生的心理健康问题越来越受到社会的广泛关注，所以“心理健康日”活动就是要提倡大学生珍爱自己，把握自己的机会，为自己创造更好的成才之路，并由珍爱自己发展到关爱他人，关爱社会。作为一名大学生，我们就应要有自强自信，永不放下的精神去迎接我们的未来。

心理健康日首先是由北京师范大学于20xx年倡议的，后经北京市团委，学联批准，确定每年的5月25日为北京大学生心理健康日。到了20xx年，教育部和团中央才正式确立每年的5月25日为“全国大学生心理健康日”。“5·25”即“我爱我”，这也是选定这天为心理健康日的原因之一，证明了心理健康节珍爱自我的主题，也充分体现了该活动的宗旨和目的。

2.活动主题：和谐校园，健康心灵

3.活动目的:

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，全方位地加强对我系大学生的心理健康教育。

5.活动对象：工商管理学院全体师生

6.活动时间：20xx年5月

7.活动地点：F楼东门各班自习室

具体活动资料及时间安排：

活动一：心灵寄语

活动时间：20xx年5月卡片制作5月25-29号好展出

活动主题：打开心扉，畅游爱的海洋

活动形式：以卡片的形式展览

活动地点：F楼东门

活动资料：写下自己对人生的感悟，或是某一瞬间的体验或感受，资料可涉及立志、感恩、信任、价值追求、理想与感情等各个方面（100字以内）；届时将挑选出制作精致和写得优秀的作品进行展览，让全校同学共同分享。

活动二：心理图片展和心理知识展

活动形式：展板或者海报

活动主题：关爱生命，快乐生活

活动时间：20xx年5月22号做成，23号（周末）展出

活动资料：心存感恩展板、图片展板、心理健康知识展板2、纪念5.12两周年和情系玉树展板

活动流程：由心理咨询部搜集材料；由宣传部设计并制作海报或者展板

活动三：心理电影展播（心随影动）

活动目的：培养同学们的职责感、奉献意识、爱的意识及独立和锲而不舍的精神，引导他们树立正确的价值观，营造良好的学习和生活氛围，建立和谐校园。此外，也能够丰富同学们的大学生活。

活动主题：励志乐观拼搏努力

活动时间：20xx年5月25-29号

活动过程：1、由团总支申请多媒体教室

2、由心理咨询部搜集好与此相关的资料，由宣传部做一期主题为“大学生心之路程”电影节的宣传，宣传此次电影节。

3、向各班下发通知。

4、看电影过程中由自律部维持好秩序，保证现场的安静，保证活动顺利举行

活动要求:

1、活动期间，请大家持续安静，认真做好记录。

2、要求观后感感情真挚，思想深刻。

3、电影节结束后，要求每位同学根据所看电影写观后感。(对于优秀作品将有机会被刊登到系刊《心灵驿站》上)

播放电影：《当幸福来敲门》《2分20秒》

活动四：心智拓展运动会策划方案

一活动目的：培养同学们勇于去展现自我，实现自我，挑战自我的意识；使同学们有一个明确的人生目标。

二活动主题：我爱我，放飞理想，规划人生

三活动对象：工商管理学院团总支学生会所有成员

四活动时间：20xx年5月22-23日（周六、周末）或25号（周二）

五活动地点：塑胶操场

六活动过程：

活动一美女色狼英雄

参赛队员：每组五人，男女不限。

规则：各组指定美女、色狼、英雄的代表动作，比赛时可事先约定好出什么动作，然后两个比赛组同时喊出各自的动作名称并做出动作，其中美女胜英雄、英雄胜色狼、色狼胜美女。胜者晋级下一轮继续比赛。

活动二套圈活动

参赛队员：每队八人，男女不限。

规则：每队自己选取方法使自己的队员依次从头到脚透过一个软圆圈，每轮用时最少者为胜者。最后一名的队伍派一名代表说明自己失败的原因。

道具：软圆圈若干。

活动三海底传月

参赛队员：每队十人，男女不限。

规则：每对依次面向同一方向排成一列，间距为一米。第一名队员双手持篮球，其余队员弯腰，双腿分开，当听到裁判发令后，有第一名队员将球从胯下传给第二名队员，依次类推，第一名队员将球传出后立即跑向第十名队员身后继续接传球，直至十名队员全部跑过终点，用时少者获胜，其中在传球过程中球没落地一次加罚两秒。最后一名的队伍向第一名的队伍鼓掌祝贺。

道具：篮球若干。

活动四踢毽子

参赛队员：每队六人，男女不限。

规则：每队六人站立围成一个圈，由其中一名队员开始踢毽子，队员可选取自己一向踢，也可将毽子踢给队友，但毽子不能落地，队员可用身体任意部位（手臂除外）接毽子，每位队员若没接住毽子自动退出，五分钟后剩下的队员最多的队伍获胜。

道具：毽子

活动五心灵感应

参赛队员：每队五人，男女不限。

规则：无人中分为两组，三人一组为A组，另两人为B组，两组队员对立站好，持续必须距离，裁判在B组队员身后拿一张纸，上面写一个词，B组队员不能看，A组队员看后用一系列动作表示这个词语，让B组同学猜，活动过程中任何人不许说话。

道具：A4纸。

（以下活动没部门出两组人员）

活动六：两人三腿谁最快：两个参赛者把两条腿绑在一齐前进100米，统计所有组合的时间，按到达终点用时多少排行得分，第一名得5分，第二名得4分，第三名得3分，第四名得2分，第五名得1分.

活动七：两个参赛者同时用背夹住一个气球前进30米，其间气球爆了或飞了重新回到起点再来。各组按到达终点的时间得分，得分规则同上

其他活动：1.条幅（大学生心理健康节5.25）

2.报纸

20xx年5月4日

心理咨询部

时间安排：

促进心理健康方面的材料5.11（下周二）上交每个班至少十份

卡片制作5.18号（下下周二）上交每个班至少十份

电影播放暂定5.25-28

拓展训练暂定5.22-5.23或者5.25

展板5.23展出

**心理活动策划书活动背景篇2**

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讲座。

扬起自信之帆，搏击人生风浪

此次活动主要是为了帮助同学们建立自信信念，用自信的帆来战胜学习之海、生活之洋中所遭受的挫折。

做传钥匙游戏；

宣读10条增强学生自信心的建议。

李文周（心理委员）、解佳龙（班长）

3月17日晚上

附一：

游戏内容：通过传钥匙来选同学，被选中的同学要上台讲一件最令自己感到骄傲的事情，不讲者要被罚表演一个小节目，例如唱歌、讲笑话等。

游戏规则：由班长解佳龙背对着大家计时，开始后随机喊停，钥匙停到某同学手中，该同学即被选中。

附二：

10条建议：

1、每天照三遍镜子。清晨走出宿舍之前，对着镜子修饰仪表，整理着装，务必使自己的外表处于最佳状态。午饭后，再照一遍镜子，修饰一下自己，保持整洁。晚上就寝前洗脸时再照照镜子。消除对自己的仪表的不必要的担心，更有利于你将注意力集中到工作、学习上。

2、不要总想着自己的身体缺陷。每个人都有各自的身体缺陷，完美无缺的人是不存在的，对自身的缺陷不要念念不忘，其实，人们往往并没有那么在意你的缺陷。只要少想，自我感觉就会更好。

3、你感觉明显的事情，其他人不一定注意得到。当你在众人面前讲话感到面红耳赤时，你的听众可能只是看到你两腮红润，令人愉快而已。事实上你的窘态并没有那么容易被其他人发现。

4、不要过多地指责别人。如果你常在心理指责别人，这种毛病就可能成为习惯。应逐渐地克服这种缺点，总爱批评别人的人是缺乏自信的表现。

5、多数人喜欢的是听众。因此，当别人讲话时，你不要急于用机智幽默的插话来博得别人对你的好感。你只要认真地倾听别人的讲话，他们就一定会喜欢你。

6、为人坦诚，不要不懂装懂。对不懂装懂的东西坦白地承认，这不仅不会损害你的形象，还会给人以诚实可信的感觉；对别人的魅力和取得的成就要勇于承认，并致以钦佩和赞赏。

7、在自己的身边找一个患难相助、荣辱与共的朋友。这样在任何情况下你都不会感到孤独。

8、不要试图用酒来壮胆提神。如果你害羞腼腆，那么就是喝干了酒瓶也无济于事。只要你潇洒大方，滴酒不沾也会受到大家的欢迎。

9、拘谨可能使某些人对你含有敌意。如果某人不爱理你，则不要总觉得自己有错。对于有敌意的人，不讲话虽不是最好的方法，但却是唯一的方法。

10、一定要避免使自己处于一种不利的环境中。否则，当你处于这种不利情况时，虽然人们会对你表示同情，但他们同时也会感到比你地位优越而在心理轻视你。

**心理活动策划书活动背景篇3**

从进入大学到现在，随着学习、工作等各方面压力的不断增大，有些同学们的心理有了一定的变化，摆正心态，迎接新的挑战，已经成为我们班当下不可忽视的问题。有必要开展一节心理主题班会，增强同学们的心理健康意识，提高同学们心理健康水平。

通过活动让同学们了解健康心理的新概念；让同学们认识到关爱的力量、协助的力量；同时，让同学们在轻松的气氛下调节身心，提高班级凝聚力，构建和谐的10平面设计二班。

摆正心态，圆我大学梦

10级平面设计2班全体学生

12月1日

精美礼品、音响等

（一）活动前期工作：申请教室、购买活动所需要的物品，安排等“海报制作”各班干具体的工作。

（二）活动开始：

（1）支持人讲话，请班主任为这次活动做重要讲话，宣布活动开始。

（2）请我们班的k王刘一贤同学高歌一曲。

（3）文字接龙。以宿舍为单位分组，进行语言传达。让同学在集体中感受到快乐，增强集体观念。认识到未来的社会合作的重要性。

（4）听音乐猜歌名接歌曲：a.由主持人放出音乐，用抢答的形式猜出这首歌的名字或者接唱歌曲；b.让猜对歌曲名字或者接上歌曲的同学，可以获得班委准备的精美礼品一份，猜错歌曲名字或者接不上歌曲的同学也可以获得班委准备的精美礼品一份同时需要表演一个节目【例如：学小猫、小狗等小动物叫，唱歌，跳舞等】。

（5）请我们班的廖俊英同学为我们歌唱。

（三）心理测验：略

（四）请班主任对我们的这次班会举行评点和总结。

约35元。

**心理活动策划书活动背景篇4**

大学阶段是人在其人生道路上的关键时期，作为我国文化层次较高的年轻群体，大学生是理性、敏感、激情的代表，他们敢于创造、敢于挑战。但是面对瞬息万变的社会、日趋激烈的竞争以及来自学习、专业、就业、经济和情感等诸多方面的问题，他们往往不知所措，容易产生各种不定的心理反应。近年来，我国当代大学生的心理健康状况并不尽如人意，且有相当数量的在校学生存在不同程度的心理健康问题，有的甚至已经出现了非常严重的心理障碍。当代大学生的心理健康问题越来越引起人们的关注，这也对我国高等教育提出了严峻的考验，对社会造成了极大地负面影响。

为使大学生能够主动关注自己的心理健康，引导其认清心理健康的重要性，了解心理健康的概念及心理健康的标准，结合自身的实际情况，正确认识自己的心理健康水平。让“我爱我”不仅仅只是成为一个口号，而是做到每个人都可以关爱自己、善待自己，熟知自己。只有关爱自己，才会更好地去关爱他人，也才会更加去爱每天的生活及养育我们的这个世界。

1、院部下达相关通知后，各系部需通知到各班，每班至少排演一个节目，复选时各系部按指定数目上交一定节目，需交待节目简介、节目负责人、节目形式等。

2、晚会节目内容形式不限，节目可以是小品、相声、歌舞、话剧等，鼓励同学们能够不断创新，节目亮眼的同时也应切记节目主题需吻合“525”相关主题。

1、活动总时间：20xx.3.15——20xx.5.24

2、具体活动时间：

(1)3月中旬向各系部下达通知,各班开始准备;

(2)4月中下旬各系部进行初选，按各系人数比例上交节目数量;

(3)5月上旬院部进行复选(复选分三天进行：5月8日：教科系、数学系、思政部;5月9日：中文系、音乐系、信工系;5月10日：外语系、经管系、体育系、美术系)按比例及节目质量淘汰一定数目的节目;

(4)5月中旬排练走场;

(5)5月24日院部进行决选,当场评分颁奖证书及奖品。

院部复选地点：实B206前坪 院部决选地点：科技楼演播厅

(一)前期准备工作

1、3月上旬活动总负责人将策划书写好交至院部审核，围绕“525”主题初步规划好本学期相关活动。之后召开内部成员会议，将本学期具体工作分配到个人;

2、3月中旬召开系部会议，下达具体通知，做好初步宣传工作，各系也可通知到班开始进行节目收集工作并于4月中旬上交一定数目的有关心理健康教育的文章，要求原创以便刊登至本学期的心理健康报; 3、3月中下旬与校外联部详谈本学期具体活动计划，希望校外联部能拉到对“5.25晚会”的一定赞助(负责人郭梦洁：电话);

4、4月上旬初步规划好舞台设计(负责人：符媛)，4月中旬制作好评分细则表(负责人廖蓉君：);

5、5月初安排好晚会当天的具体布置事项，负责到各系部各人;

6、5月初与校语工部协商确定好“5.25晚会”主持人，(负责人吴慧：电话)。5月上旬确定好邀请嘉宾的名单，买好邀请函(负责人李新华：电话);

7、5月中旬到院部批好奖状、证书等。

(二)中期进展工作

1、3月开展“走进自己”观影活动(具体活动策划见附1)，为本学期525活动拉开序幕;

2、4月上旬进行5.25专题海报制作大赛(具体活动策划见附2);4月中旬各系部节目自行初选，按节目质量及相应比例筛选一定节目;

3、5月初各系部自行组织召开525主题班会，时间地点确认后通知院部助理进行检查，院部将评选出优秀班级，颁发奖状(具体活动策划见附3);

4、5月初院部进行复选，进一步筛选出高质量节目(复选名单及评分表见附4);

5、5月初院部对系部上交的心理健康教育的征文进行筛选，并依照文章的大致内容划分版块，确定每个版块的主题，送至科技楼打印室进行排版及出版，5月22日按各系人数比例将分发报纸，通知系部人员前往科技楼打印室领取报纸;

6、5月24日晚院部于科技楼演播厅进行决选(决选名单及评分表见附5);

7、5.25晚会具体安排：

(1)5月上旬各系部出好相应主题海报张贴于校园各宣传栏处，进行海报宣传;与院广播站协商，不时播报“5.25晚会”的相关信息;通知院记者站成员，“525晚会”当天到场记录实时信息并写成通讯稿;晚会组织人员挂好提前准备的横幅(负责人杜峪峪：)。

(2)5月中旬确认好所需物品是否准备齐全,落实比赛节目道具、服装等的到位情况以及节目串联词。

(3)5月中旬确定灯光及音响设备是否完好，若有不足及时修整。有伴奏节目的节目负责人上交伴奏并试音。落实场地申请并了解容纳人数、彩排问题、设备控制问题、是否有备用设施。

(4)5月20日将节目单整理好并复印150份，节目单内容包括次序、系部班级、名称以及节目时长。(负责人郭梦洁：电话)

(5)5月中下旬进行两次彩排，主持人及节目排演人员都需到场，力求保证比赛节目的质量及效果：

时间：5月17日12:00 地点：实B206前坪 时间：5月24日14:00(带妆)

地点：科技楼演播厅

(三)比赛倒计时

1、准备阶段具体时间安排(09:00——18:00)

09:00 找老师拿钥匙，入场。(负责人吴慧：电话) 09:30——11:30 组织部门成员开始布置会场，完成背景布置及舞台装扮、道具的搬运及摆放。(总负责人符媛：电话)。

10:00——12:00 调试灯光音乐(负责人李景荣：电话) 14:00——16:30 主持人配合话筒试音、音乐踩点组织所有节目进行最后一次带妆彩排。(负责人周凡：电话)

16:00——17:00 主持人换服装，化妆，摆放各项活动所需小件物品，如统分表，荧光棒，水等。(负责人杜峪峪：电话)

17:30 清场，备齐所需活动物品，整理话筒，准备电池，对讲机。(负责人廖蓉君：电话)

2、具体工作人员安排：(具体人员安排见附6)

(四)比赛流程

领导嘉宾及学生干部、观众入场(提前半小时)—主持人宣布晚会开始—介绍到场嘉宾—领导讲话—比赛开始—节目表演—节目表演—3月“走进自己”观影活动及4月525主题海报比赛颁奖典礼(主持人宣布第一个及第二个节目结果)—节目表演—节目表演(主持人宣布第三个节目结果并依次类推)—最后一个节目表演—嘉宾节目表演—主持人宣布最后一个节目结果—领导嘉宾颁奖—晚会结束—欢送嘉宾—观众按秩序退场—演出及工作人员合影—现场清理(搬走道具、乐器等、打扫现场)

1、做好道具统计工作，归还借用物品

2、整理活动资料(活动策划、活动照片以及主持词、通讯稿等)总结并做好存档。

3、对参与活动的人员给予加分：

(1)院部工作人员加个人德育分2.5分/人;

(2)系部工作人员加个人德育分2分/人;

(3)主持人加个人德育分2.5分/人。

一等奖(2个)：演员加2分，奖品为大号奖杯; 二等奖(3个)：演员加2分，奖品为中号奖杯; 三等奖(5个)：演员加2分，奖品为小号奖杯。

(略)

湖南第一师范学院第六届5·25心理健康节文艺比赛评分细则： 每个节目总分100分，其中：

1、主题(30分)：紧扣活动心理主题，展示我校大学生积极上进，健康阳光的心理状态。主题明确新颖，有教育、启示意义，适合学生表演。以表现心理冲突、困惑或问题，展示心理转变的过程，宣传心理学相关知识和调适、求助途径为佳。

2、内容(20分)：内容健康积极向上，真实再现校园生活场景。能体现学生的心理世界，健康生动。

3、方法(20分)：用恰当的形式表现主题和内容。以心理问题表现清晰，解决方法生动、实用、有效者为佳。

4、表演(30分)形象逼真，配合默契，应变灵活，能很好地展现心理活动，表演艺术与心理学的知识相结合。道具、服装恰到好处，态度认真，举止大方，动作得体。

1、若节目在演出时无法顺利进行时，根据情况，由主持人及比赛负责人迅速组织重演或放弃此节目

2、在节目表演时，后两个节目应于后台准备，若上一个节目放弃，下一个节目及时上台

3、比赛有关节目方面出现紧急情况时，部门内部成员共同商议解决，且应分清轻重进行选择处理

4、比赛开始前对灯光，音响设备再做一次做详细检查，若音响设备或灯光出现问题，看是否大大影响比赛质量，通知专业人员来进行处理，故应记有专业人员号码，保证随叫随到

5、准备带伴奏节目音乐的备份，彩排时各节目也应随音乐走场，比赛前一个钟头再检查一次音乐

6、第一次彩排前必须确定节目顺序及时长

**心理活动策划书活动背景篇5**

活动目的：xxxx

活动地点：xxxx

活动对象：xxxx

活动时间：xxxx

活动项目：xxxx

⒈将参与者分成若干组，每组至少五人，依次站好。

⒉第一个人从主持人手中抽一个纸条来决定该组传真的内容，然后用肢体语言来向其他成员表达，有最后一位成员讲出他所看到的内容。

⒊小组成员只能用肢体语言来传达，不能有语言交流。

⒋速度最快的一组获胜。

道具：纸条

游戏规则

⒈每人左右脚上均捆绑三至四个汽球。

⒉游戏者互相踩对方的汽球，并保持自己的汽球不破，或破得最少。

⒊在规定的时间内，脚上留下的汽球最多者获胜。道具：汽球，绳

游戏规则

⒈两人一组进行游戏。

⒉参与者背靠背将汽球夹住，从起点跑向终点再跑回起点，最快的一组获胜。

⒊游戏中不能将汽球夹破，夹破为输;中途汽球掉落的，游戏者需在掉落汽球的地方重新将气球夹住，再继续游戏。道具：汽球，绳

游戏规则

⒈两人一组，可以若干组一起进行游戏。

⒉一个人充当“传达者”，一人为“倾听者”。

⒊主持人给传达者看一幅图，传达者传达自己所看到的内容给没看画画的倾听者，倾听者根据听到的内容画画。⒋在规定的时间内看谁的画与原图最相符。道具：纸、笔、原图

活动注意：注意自身的安全即可

**心理活动策划书活动背景篇6**

一、活动名称:

外国语学院08公二班就业心理学习活动

工作，我能行!

20xx年4月27号

教室

1、在教室举办一场关于创业和找工作辩论赛，通过辩论赛，让同学对就业方向有一个更好的了解。

2、做一个关于自主创业的调查分析的presentation，让同学了解就业趋势。更好的把握就业方向，找准路子。

3、播放学长学姐关于就业的见解的视频，更直观的把握在就业时，应如何表现。

通过辩论赛的形式，让同学们切身感受不同同学对就业的想法，是同学能够对自己的就业心理，思路有一个更好的把握。

教室可以利用

1、准备阶段:

a、需要物品:奖品(调动同学的活动积极性)，摄像机(拍摄学长学姐关于就业的视频)

b、提前告知同学辩论赛流程、分类，使同学能够做更好的准备。

c、上网查找就业分析的材料，做成ppt。

2、展开活动

时间:20xx年4月27日星期三

地点:语音教师

步骤:

a、辩论赛

b、班级同学感悟点评

c、presentation

d、播放学长学姐视频

3、活动评价及总结:

1、图片展及解说

首先以一系列有关“生命的精彩”的图片并加以解说，引出活动的主题。

2、ppt展示

以ppt的形式，穿插演讲、音乐和心理情景剧视频于其中，展现生命的精彩之处，呼吁同学们热爱生命，享受生命，追求生命的价值，活出生命的精彩。

3、心灵图书展

文字的力量是伟大的，阅读到一本好书是人生最幸福的事情。推荐同学们一些相关书籍，将书内的精华字句向同学们展示出来。

4、畅所欲言

最后，随机提问一些同学对本次活动主题的看法，将活动的主旨由被动转为同学们的主动，为此次活动画上一个句号。

**心理活动策划书活动背景篇7**

（一）筹备阶段：XX年4月1日－－XX年4月31日

（二）报名时间：XX年4月18日－－4月22日

（三）比赛时间：

XX年4月28日

XX年5月14日

本次大赛分为初赛、决赛二个阶段。

1、初赛

各位参赛选手进行面试介绍自己（从姓名自己的梦想在大学最想做的事最喜欢的音乐和电影等一些阳光可爱的介绍方式，要求内容积极向上健康活泼幽默风趣）在介绍完之后并由评委即兴点评再出题目要求选手进行即兴回答或表演。在经过一轮初赛后，选出最佳的20位进入决赛

2、决赛

a、超级“自我”选手个性自我介绍，突出展现自我个性

b、超级搭档选手邀请自己亲友团的一位好友和自己共同进行才艺展示和进行默契大比拼

c、超级心保各位选手抽签选择开导别人的题目（例如失恋了，家里闹矛盾了，考试挂科了，没钱了等一些问题）对评委席上的某位评委进行开导要求语气温和语言幽默大方健康向上

最后评委点评各个选手表现并选出获奖者

时间：XX年5月14日19：00—21：00

1、江西中医学院在校生，热爱校园，热爱生活，阳光有活力。

2、行为端庄大方，形象良好，有亲和力。

3、符合大学生心理健康标准，有良好的交际及语言表达能力。

4、男女不限。

1、班级推荐：各班级通过考核推荐至少2名同学参赛；

2、自由报名：承办方将在食堂过道设立现场报名，并填好报名表

横幅50\*2=100元

水晶奖杯50\*1=50元

吹风机45\*1=45元

电风扇30\*1=30元

空调被50\*1=50元

证书4\*12=48元

饮用水1\*20=20元

报名表0。1\*50=5元

音响2\*50=100元

彩喷1\*80=80元

总计528元

**心理活动策划书活动背景篇8**

指导大学生对心理学专业知识的学习和心理健康知识的宣传、普及。心理剧剧本创作及表演必须结合表演艺术(音乐、舞蹈、声乐等)心理学与心理健康理论，以丰富大学生的第二课堂活动内容。

把大学生微妙的心理活动搬上舞台,帮助同学们感悟生活,学习心理调适方法,锻炼学生的心理素质,提高大学生的适应能力。

：

“与阳光做伴、和健康同行”

xx班

(1)活动时间：xx年x月x日下午：14：10-15：30

(2)活动地点：xx学院休闲草坪

(3)参与人员：有关教师及全体学生

前期准备：

xx-x年x月x日：提交策划书。

xx-x年x月x日通知各班班长进行校园心理情景剧剧本创作。

xx-x年x月x日-x日：校园心理情景剧剧本创作阶段。

xx-xx年x月x日晚上十点之前在学生宿舍上交心理情景剧剧本(打印稿)。

xx年x月x日-x日：各班心理情景剧排练阶段，由应电五班查找好有关心理学专业知识的资料和心理健康知识有奖问答的题目并确定好相应的奖品。

xx-x年x月x日之前申请好活动场地。四个班的生活委员一起采购好布置会场的材料。

xx-x年x月x日晚上x点在x栋xx教室进行心理剧彩排，由各班组织委员负责审核(罗江图谷福军李金波毛智炜)。

活动开展：

13：00由各班班委会成员齐力布置好活动场地，由二班班长直接负责。

14：00各班学生进场，由各班纪检委员共同维持入场秩序，三班肖华虎负责。

14：10主持人宣布活动正式开始

15：30活动结束，各班学生有秩序的离常

活动流程：

一、主持人介绍到场嘉宾、心理剧评委和活动主要流程，宣读心理健康知识

二、机电一班情景剧表演

三、应电五班节目

四、第一次心理知识竞答

五、机电二班情景剧表演

六、机电三班节目表演

七、心理游戏

八、应电五班情景剧表演

九、机电二班节目

十、机电三班情景剧表演

十一、第二次心理知识竞答

十二、机电一班节目

十三、统计出比赛结果,由主持人对比赛分数和名次进行公布

十四、进行颁奖仪式(一二三名、优胜奖)

十五、主持人致闭幕词

六、剧本要求

1、剧本创作：主题围绕“爱”，如爱心、爱情、关爱、友爱等等，注重教育性、趣味性、知识性、艺术性。

2、心理剧表演：班级应不少于一个节目进行排练、表演，每个剧目表演时间在x—x分钟;

3、宣传活动：各班应进行心理剧宣传海报制作。要求有独创性、新颖性，能抓住校园心理情景剧剧本的主题并使之得到深化，宣传学院特色。

七：经费预算:

物品数量单价总计

条幅1条x元x元

海报1张x元x元

会场布置无无x元

摄影及冲印无无x

奖品、奖状无无x元

总计:x元

八、资金来源

四个班每班申请x元班会，由机电一班生活委员管理

九、活动标准:

1,活动前准备工作协调一致,无影响活动进程的差错.

2,主持人熟练把握节目表演进度,无明显错误及冷场现象.

3,后勤人员能将举目所需道具准备到位,比赛过程无中断现象.

4,评委以\"公平,公正,公开\"的原则评选出参加比赛的剧目.

5,观众对比赛的满意度超过x%.

**心理活动策划书活动背景篇9**

一、活动主题：我和我的心灵之约

二、活动背景：大学阶段是人一生中“心理发展”最为重要的关键时期之一，是大学生的心理志向成熟，人格趋于完善和稳定，价值观，人生观的塑造的重要时期、这段时期的心理具有快速度，复杂，多变，不稳定等不易把握等特点。大学生对各种需求呈现不断增长形趋势，而且不断产生新的含义，当内在的心理支持和这种需求，以及理想和现实出现很大的距离，出现不平衡时，这种心理落差的产生就会引发心理问题，导致心理疾病的产生，主要表现为困惑、迷茫、冷漠、自闭、抑郁、焦虑、偏执、强迫、困惑、苦闷、寂寞和心理冲突、神经衰弱，精神分裂等。大学生存在的心理问题已日益严重，状况令人担忧，大学生在面临各种各样的问题时的自我调节潜力有待提高

三、活动目的：本次活动旨在透过心理知识的竞答让心理问题进入大学生的视线，让心理知识在大学生身边传播，提高大学生的心理素质和处理问题的潜力四、活动时间:6月13日，星期一五、活动地点:大活第一活动室六、活动对象:针推院大一大二学生

七、主办单位：针灸推拿学院科技创新协会心理部

八、活动形式：将以团队的形式参赛，同学自己组队，每队不超过三人，各队有自己的口号(与心理有关的)九、活动流程

1、报名：在各班心理委员处报名，注明小组人员，专业，电话，及心理口号2、开场：将以心理情景剧的形式开幕，我们会写好剧本，找适合的人演出。各个团队将会在主持人的介绍下登台亮相，并喊出自己口号3、比赛流程：

A.必答(答题板模式，所以队伍同时进行)B.景表演(模拟剧情)/发泄箱

C.选答(口述，一个队伍一个队伍的来)累计分数，自己选取答题数目，对一

题加10分，错一题扣20分，可选继续或停止【有一次求助现场观众的机会】此过程穿插发泄箱或情景表演

D.中场休息(可进行舞蹈表演)，统计各选手得分E.淘汰

F.才艺表演---复活赛(委根据表演者的才艺进行合理打分)

G.问答题(主持人提问问题，每队选出一代表，进行问题的回答，委根据现

场的表现，语言的表达等方面进行打分)

H.根据最后得分，出一二三等奖，其余为最佳参与奖，最佳组合奖十、活动要求及准备:

1)主持人两名，会在部内挑选适宜的人2)部内自制PPT，做好各环节的衔接

3)活动将会邀请辅导员老师等院内领导，学生会及个协会主席部长4)会场的布置及活动过程中的拍摄需要办公室的协助5)以海报，班内通知，食堂门口或图书馆B区宣传6)

证书以及奖品准备注：1根据报名人员的多少，决定是否再采取其他方式约束人数，如人员过少将会思考采取硬性措施，如人员过多将会在正式比赛前就行笔试，保留适当的人数2、正式比赛前会对参赛人员进行一次小型培训

**心理活动策划书活动背景篇10**

刚进入大学生活不久，同学们都有自己的烦恼，希望可以通过此次活动来解决同学们的问题，以便在未来的生活中能保持一颗平稳良好的心态，度过一个愉快充实的大学生活。

一切从心开始

让各个班级的同学增强凝聚力，克服和缓解大学生活中的烦恼和压力，增进同学之间的了解，同时也让他们更加了解他们自己。这有助于一个班级的发展，更有助于个人的成长。

10月30日

院足球场

以活动交流和游戏为主，以班级为单位，进行活动。各班同学与监察部同学为参与人员。是一场全系参与的大型活动。

主持人：院监察部部长和副部长

小组负责人：每位干事负责一个小组

活动前期：

通知各班同学自带纸和笔，监察部部干事提前到场布置好舞台，准备好活动中要用到的材料（纸箱，答题卡片），当所有学生进场后,找到自己所在班级位置坐下。

活动中期：

1.参与人员：大一全体同学。

让每位同学写下自己在大学生活所遇到的开心或烦恼的事，或是想要写给某某同学和老师的话可以留上自己的姓名，也可以不留然后投入抽奖箱。由主持人或嘉宾随机抽出并念出来，其中的一些问题再由老师提供解决的思路和方法，供大家参考。

做心理测试题，由监察部干事播放PPT。

活动目的：刚踏入大学的校门，同学们肯定会遇到各种各样

烦恼，此活动的目的就是让同学们说出自己的困扰让专业老师来为大家解答，让同学们能够有一个愉快的心情来面对大学的生活和学习。

2.参与人员：大一全体同学

所有学生写下自己的姓名放在抽奖箱中，主持人从抽奖箱中随机抽出一位同学的姓名条，抽中的同学可选择真心话或大冒险（真心话让同学自己选择，大冒险在由心理部提前想好要做的事件中选择)被抽到的同学可以分享一个自己进入大学之后做过或经历的最难忘的一件事也可以选择才艺表演(可以邀请同伴一起），该同学表演完毕后进行第二次抽奖，抽到的同学同上，以此类推。(被抽中的每一位同学都可以获得小礼物一个）

1、各班同学有序进场，进入场内不得喧哗。

2、请不要乱丢垃圾，离场时注意清理。

3、人员到齐，有个班班长进行点名签到。因特殊情况不能到场者，因由负责人出示假条 ，交由监察部人员手中。

4、活动结束后，监察部人员留下清理现场。

5、活动后，每个班要交3份活动感受。

项目数量费用奖品20份80元水10瓶20元道具若干20元现场布置20元打印若干10元总计：150元

二零xx年九月二十日

**心理活动策划书活动背景篇11**

为积极推进我院师生心理健康教育工作的科学化与专业化发展，提升我院师生开展心理健康教育活动的积极性、创造性和自主性，呼吁大学生关注自己的心理健康。进一步贯彻落实教社政[20xx]1号、云教德[20xx]33号等文件精神，提高我省大学生对心理健康教育活动的参与性，丰富心理健康教育工作途径。学生处拟定在20xx年5月开展学院第三届“525”大学生心理健康节系列活动。

健康心灵，为爱点赞，为青春担当

20xx年5月

全院在校师生

（一）心理情景剧大赛

1.活动时间：

20xx年4月10日--4月30日剧本征集

20xx年5月4日--5月7日优秀剧本评选

20xx年5月8日--5月17日剧本排练

20xx年5月18日--5月22日比赛并选报送省上

2.具体事宜已另发通知。

（二）编制并印发大学生心理健康知识宣传手册

大学是心理健康教育工作的重要阵地，心理健康教育工作的重要任务之一就是宣传普及心理健康知识，而心理宣传手册因制作小巧精致，深受广大学生的喜爱。本届心理健康节活动将进一步完善宣传手册内容，并印制成册，供广大师生宣传学习。

20xx年3月--20xx年5月上旬，完成修改印制，印制300余册，于525活动节发放至师生手中。

（三）现场心理咨询与测试活动

心理咨询是心理健康教育工作的重要手段，为了进一步使学生了解心理咨询的魅力，加强师生关爱自身心理健康的意识，学会采取咨询的正确方式，本届心理健康节特设现场心理咨询和心理测验活动，心理咨询和测试人员为我院经过心理咨询师培训的在校学生。具体安排如下：

1.活动时间：20xx年5月20日-21日

2.活动地点：学院乒乓球桌旁小树林

3.内容：情绪测试、性格测试、气质测试、职业能力倾向测试等，以及现场心理咨询解答，同时发放精美小礼品。

（四）心理健康讲座

邀请云南省著名心理健康、精神卫生方面专家到学院开展讲座。

活动时间：20xx年6月上旬

（五）手抄报主题评比活动

为使本次心理健康教育活动全员知晓，共同关爱，进一步增强心理健康知识方面的科学性与专业性，本届心理健康节将组织全院在校班级开展手抄报评比活动。届时将挑选部分优秀手抄报作品在学院公共活动场所张贴展览。

活动时间:20xx年5月20日--25日

（六）“不抱怨〃唯感恩”现场签名赠书活动暨“小小心愿墙”许愿活动

活动时间：20xx年5月25日

活动地点：学院公共活动区域

**心理活动策划书活动背景篇12**

当我们离开家乡，踏入青岛酒店管理学院的那一刻起，我们就已经不再是小孩子了。我们不仅要学会照顾自己，更应该学会照顾室友、朋友，同学 然而向来在避风港中长大的我们，很不适应这种急剧的变化，同学们在学习和生活中主要出现以下一些问题：

1、一些同学还处于被动学习状态，不知道怎样来安排自己的学习时间和生活时间，有些盲目。

2、个别同学性格内向，集体活动中会胆怯害羞，不愿意表现自己。

3、很多同学在高中时是班里的佼佼者，对自己定位较高，面对天外有天人外有人的环境，不能很好调整自己的心态。

4、现阶段，班里的同学很难融到一起，大家在宿舍里都玩得很开心，但是与班里其他同学交流较少。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找