

宜黄县桃陂学校

工作简报

第7期

宜黄县桃陂学校心理咨询室

2024年3月11日

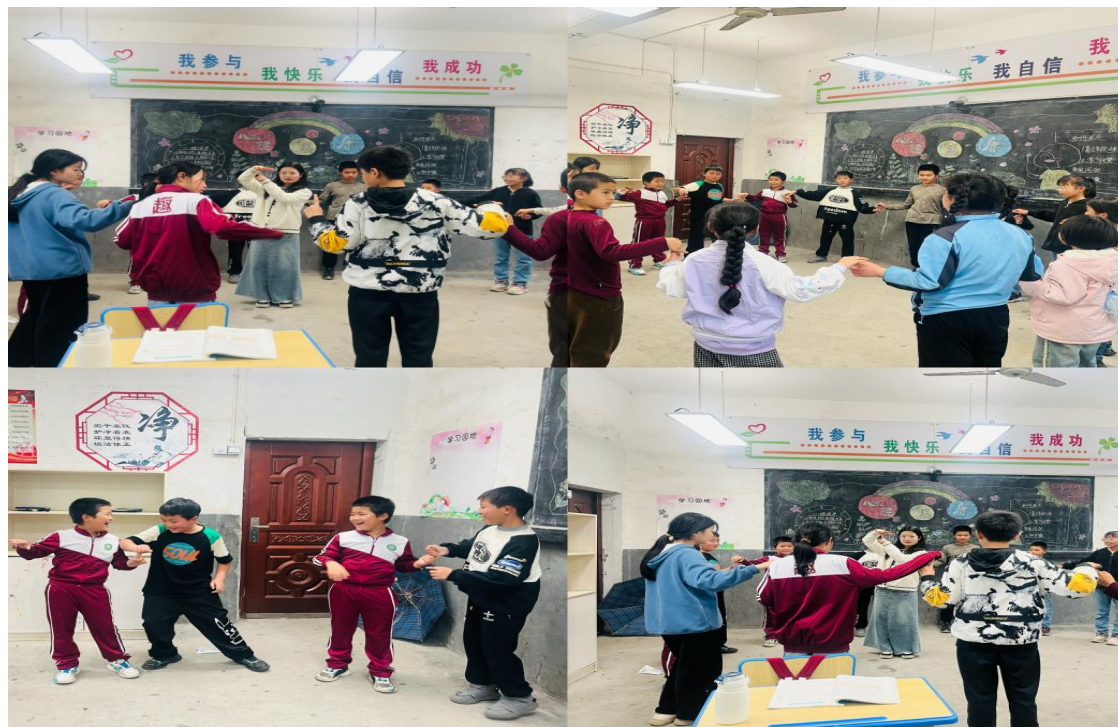
心理活动周——心理健康专题讲座

为推动心理健康教育“八个一”工作举措落地，让学生进一步学会珍爱自己、关爱他人、热爱生活，健强心理素质，提升心理健康自助能力、互助能力和抗挫折能力，避免因心理健康引发个人极端事件，营造良好的心理健康教育氛围。根据《关于集中开展2024年中小学心理健康主题教育活动周》的通知，我校集中开展心理健康主题教育活动周，我校心理教师刘静教师开展一场以“走进心理健康”为主题的心理辅导专题讲座，面向桃陂4-6年级以及中黄小学5-6年级全体学生。

讲座以“抓乌龟”热身游戏开始，同学们积极参与到游戏中，反应很快，气氛活跃。游戏结束，刘老师邀请学生分享自己的游戏感受，学生踊跃表达。学生们愿意参与、勇于表达，在体验中有所收获，在游戏中有所成长，在表达中有所体悟。本次讲座主要内容有四部分。“什么是心理健康”、“心理健康的标准”、“心理问题表现”、“学会自我心理维护”四个方面给学生们进行心理健康科普。讲座最后，同学们互相讨论交流心得，分享自己本节课的收获，同学们都表示收获满满。

“拥有健康的心理，才能拥有健康的人生。”通过此次心理健康讲座的开展，同学们能够清晰地认识心理健康的重要性，明

白身体健康和心理健康同等重要，它们互相制约，互相影响。我们相信桃陂学校和中黄小学的小学同学们在今后的生活、学习中能保持乐观的心态，勇于接受挑战，战胜困难。、



桃陂学校4-6年级讲座



中黄小学5-6年级 “抓乌龟”热身游戏



中黄小学5-6年级 回答问题大PK



中黄5-6年级 讨论与分享