心理健康教育广播稿 9 篇

心理健康教育广播稿 篇 1

中学阶段是青少年长身体、长知识、长智慧的时期，也是道德品质与世界观逐步形成的时期，在这一时期，青少年面临着生理上、心理上的急剧变化，加上紧张的学习，很容易产生心理上的不适应，引起心理矛盾。归纳起来大概有以下几方面：

1、美好的愿望与心理准备脱节的矛盾。

几乎每个同学都有美好的愿望，对未来充满着憧憬和向往，很多同学幻想着做一个有学问的人、受人尊重的人。而实际上很多同学学习不努力，过一天算一天。虽然愿望是美好的，但追求的全是实现理想后的种种荣誉和享受，而对实现理想需要从现在做起，需要付出艰苦的劳动却想的不多，做的不够，形成了美好愿望与心理准备脱节的矛盾。

20 世纪 90 年代初，我国面向具有一定学习能力的智商较弱的学生开办的职业先修中学才刚刚起步。对智商较弱中学生的心理健康教育的问题研究尚未成熟，本课题研究具有一定的先导性和推广性。

2、浓厚的享受意识与劳动观念淡薄的矛盾。

随着生活水平的提高，一些同学的消费欲望与日俱增。很多同学天天买零食吃，礼尚往来，互相攀比的风气非常严重。但在这些同学中相当多的人劳动观念淡薄，轻视劳动，平时的值日生工作也讨厌。可以说对劳动采取消极态度、厌恶劳动的思想相当普遍。

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。

除了以上情况？你是否还会不愿与父母外出，或长时间看电视，或与父母争吵等情况？请同学讲讲与父母还有哪些地方关系紧张？

以课堂为主渠道，将心理健康教育渗透在各学科教学中。同时开发校本课程，开设心理健康课就心理知识传授而言，主要实质是根据学生年龄特点和心理实际需要，适当介绍与心理健康发展密切相关的常识、自我进行心理训练的方法和自我心理保健的知识。这种课上传授的不是心理科学的系统知识体系，而是将有关心理科学的理论和技术化为学生自我教育的理论和自我心理训练的可操作的方法，帮助学生更好地认识、把握自己的心理更自觉的维护和增进自己的心理健康。

心理辅导不是思想政治教育，心理教育也不等同于德育。心理辅导过程中可能会有一些教导，但倘若只有教导或只在说教，绝对不是心理辅导了。心理辅导也不仅仅是进行逻辑分析，给予忠告与建议，更不是帮助当事人解决问题。心理辅导也不是普通的会见，不是社交式的谈话，更不是指责、批评、游说、嘲讽或恐吓；至于用同情的态度、行为去安慰与开解等，也都不是心理辅导。

3、心理闭锁与渴求理解的矛盾。

由于自我意识的发展，同学们开始把注意力集中在自己的内心师姐上，同时也由于社会生活经验的逐渐丰富，意识到人与人之间存在着心心相印和心理不相容的特点。愿意与知心朋友谈心，不愿同长辈透露内心，实行自我封闭。这些同学把内心的感受隐藏起来，以致常常产生孤独感。其实，这些同学和需要求得别人的理解，但只会抱怨父母师长不理解自己。

4、独立意识与依赖心理的矛盾。

年龄的增大，成人意识的产生，同学们心理日趋成熟，要求从大人的约束中解放出来，个别同学还会发生顶撞师长现象，甚至对学校、社会产生反抗情绪。可以说他们的独立意识十分强烈，但同时又缺乏必要的知识与能力，在经济上生活上都有依赖性。有的同学真正过着饭来张口衣来伸手，只管学习不管其他的不正常现象。

5、情感与理智的矛盾。

中学生充满热情和激情，但情感又容易受外界影响发生冲动和波动。情绪、情感总在两极摆动，不能冷静的控制自己的情绪，很难及时用理智加以控制。

课堂渗透青春期健康教育。充分发挥和挖掘学科德育作用，课堂教学教育中渗透青春期健康教育，尤其是体育、音乐、美术、社会、语文、科学等课，提出了明确的教学目标要求，突出其青春期健康教育教学目标制定。这是我校在近年来及今后德育工作和学生健康教育工作主要开拓发展方向。也是学校德育工作提倡全员德育的切入口。结合学校德育工作的新形势，结合新课改标准，学科渗透德育，应该作为德育工作实效性体现的有效途径。我校坚持全员德育的理念，在全体教师的培训学习会上积极提倡和灌输这一理念，同时经常性向全体教师开展学生心理辅导的培训等讲座。促进学校青春期健康教育的稳步发展。

6、进取心强与自制力弱的矛盾。

大多同学都有积极向上的进取之心，但由于思考问题不周密，往往带有浓厚的情感色彩去看待周围的人和事，因而有时片面的坚持己见，不能控制自己，凭冲动行事，事过之后又非常后悔。说面意志品质的发展还不成熟，自制力、控制立还不强。

7、信息视野的扩大与鉴别能力不足的矛盾。

同学们处在一个信息化的社会，对各种信息都十分热心好奇并积极探究，但由于世界观、人生观还未完全形成，对真善美、假恶丑的辨别力还不强，对事物的认识往往狭隘，容易被表面现象所迷惑，出现认识错误。在这种情况下，一些不健康的思想意识，就很容易进入同学们的心灵，影响青少年的健康成长。

8、成材欲望与厌学心理的矛盾。

大部分同学都希望自己学习成绩优秀，但在学习过程中，又感到学习负担过重，学习太苦太累而难以持之以恒，厌学心理陡增，形成了想学与厌学的心理矛盾。

总之，中学生的心理矛盾是复杂的，其产生的原因有生理的、心理的，有社会的、家庭的、自身的，也有教育工作上的疏忽。正确认识这些矛盾一方面有利于我们同学自我认识和改进，也有利于教师开展心理健康教育，促进青少年学生身心健康成长。

心理健康教育广播稿 篇 2

俗话说：细节决定成败。同学们，让我们一起来聆听并思考几则关于细节的故事吧！

蝴蝶引起的风暴——蝴蝶效应

1960 年，美国麻省理工学院教授洛伦兹在研究“长期天气预报”问题时，出现了疑难问题：她在计算机上用一组简化数据模拟天气的演变，原本是想利用计算机的高速运算来提高天气预报的准确性。但是，事与愿违，多次计算表明，初始条件的极微小差异，会导致错误的结论。

当洛伦兹发现了她在工作中的微小差异所导致的巨大反差时，她用一个形象的比喻表达了这个发现：一只小小的蝴蝶在巴西上空振动翅膀，它扇动起来的小小旋涡与其他气流汇合，可能在一个月后的美国得克萨斯州会引起一场风暴。其原因是蝴蝶翅膀的运动，导致其身边的空气系统发生变化，并引起微弱气流的产生，而微弱气流的产生又会引起它四周空气或其他系统产生相应的变化，由此引起连锁反应，最终导致其他系统的极大变化。这就是著名的“蝴蝶效应”，它用来比喻一件极其细微，看似极其不经意的小事，都可能引发很大的后果。

在我们的生活中，也存在着很多类似的“蝴蝶效应”。曾经有一组漫画是这样画的：一个人在单位被领导训了一顿，心里很恼火，回家冲妻子发起了脾气，妻子无来由地被骂，也很生气，就摔门而去。走在街上，一条宠物狗拦住了去路，“汪汪”狂吠，妻子更加生气，就一脚踢过去，小狗受到踢打，狂奔路过一个老人面前，把老人吓了一跳。正巧这位老人有心脏病，被突然冲出的小狗一吓，当场心脏病发作，不治身亡。

类似的事情在航空、航天、军事方面亦不少见。1986 年 1 月 28 日，美国“挑战者”号航天飞机在第 10 次飞行时，在升空第 73 秒后，由于右侧助推火箭密封装置出现问题，造成燃料外泄，航天飞机发生爆炸， 7 名航天员当场遇难。 2 月 1 日哥伦比亚号航天飞机爆炸（解体燃烧），其失事的根源在外部燃料箱脱落的一块绝热泡沫碎片击中左翼前缘，使热防护层形成裂孔，航天飞机重返大气层时超高温气体进入机体，酿成大祸，机上的七名宇航员，包括六名美国人及一名以色列人全部遇难。正是由于对助推火箭密封装置和外部燃料箱表面材料检验这一细节的疏忽，而酿成了人间惨剧。

同样，在建筑行业也有因细节的疏忽，导致严重后果的。德国某著名理工学院的学生，都有一枚刚制纪念章。因为该学院曾有个毕业生设计了一座大桥，由于微小的疏忽，大桥在刚建成不久便倒塌了，造成了很多人死亡。学院为了使学生永远记住这个惨痛的教训，于是就用这桥的废钢制成纪念章，人各一枚。

古英格兰有一首著名的名谣:“少了一枚铁钉, 掉了一只马掌, 掉了一只马掌, 丢了一匹战马, 丢了一匹战马, 败了一场战役, 败了一场战役, 丢了一个国家. ”这是发生在英国查理三世的故事. 查理准备与里奇蒙德决一死战, 查理让一个马夫去给自己的战马钉马掌, 铁匠钉到第四个马掌时, 差一个钉子, 铁匠便偷偷敷衍了事, 不久, 查理和对方交上了火, 大战中忽然一只马掌掉了, 国王被掀翻在地, 王国随之易主。

细节是构成金字塔的一块块方石，是铺就铁路时自甘居下的一条条枕木。我们只有关注细节，把握细节，演绎细节，才能把握人生和命运。所以：我们必须

改变心浮气躁、浅尝辄止的毛病，提倡注重细节、把小事做细。泰山不拒细壤，故能成其高；江海不择细流，故能就其深。不积跬步，无以至千里，不积小流，难以成江河。我们作为小学生，应该形成关注细节的好习惯，比如每天收拾好书包，不要丢三落四；认真完成作业，减少错误的次数等等。亲爱的同学们，让我们一起努力，做一个注重细节、认真仔细的优秀小学生，好吗？听了这些关于细节的小故事，同学们有什么启发呢？

下面，请大家跟着我一起读下面几句名言：

（1）细节是一种创造，细节是一种功力，细节表现修养，细节体现艺术，细节隐藏机会，细节凝结效率，细节产生效益。

（2）要想比别人更优秀，只有在每一件小事上比功夫。

（3）泰山不拒细壤，故能成其高；江海不择细流，故能就其深。

心理健康教育广播稿 篇 3

亲爱的老师、同学们：

又到了我们红领巾广播站播出的时间了，很高兴与再次您相会。今天的红领巾广播站将给喜爱我们的听众，带来一份惊喜！是的，今天，我们送给大家两则小故事，通过这两则故事传递心理健康的小知识。希望同学们能有所感悟、有所启发。

第一则故事：“误会”

早年在美国阿拉斯加地方，有一对年轻人结婚，婚后生育，他的太太因难产而死，遗下一孩子。他忙生活，又忙于看家，因没有人帮忙看孩子，就训练一只狗，那狗聪明听话，能照顾小孩，咬着奶瓶喂奶给孩子喝，抚养孩子。

有一天，主人出门去了，叫它照顾孩子。他到了别的乡村，因遇大雪，当日不能回来。

第二天才赶回家，狗立即闻声出来迎接主人。他把房门开一看，到处是血，抬头一望，床上也是血，孩子不见了，狗在身边，满口也是血，主人发现这种情形，以为狗性发作，把孩子吃掉了，大怒之下，拿起刀来向着狗头一劈，把狗杀死了。

之后，忽然听到孩子的声音，又见他从床下爬了出来，于是抱起孩子；虽然身上有血，但并未受伤。他很奇怪，不知究竟是怎么一回事，再看看狗身，腿上的肉没有了，旁边有一只狼，口里还咬着狗的肉；狗救了小主人，却被主人误杀了，这真是天下最令人惊奇的误会。

解读：误会的事，是人往往在不了解、无理智、无耐心、缺少思考、未能多方体谅对方，反省自己，感情极为冲动的情况之下所发生。误会一开始，即一直只想到对方的千错万错；因此，会使误会越陷越深，弄到不可收拾的地步，人对无知的动物小狗发生误会，尚且会有如此可怕严重的后果，这样人与人之间的误会，则其后果更是难以想象。

第二则故事：“钉子”

有一个男孩有着很坏的脾气，于是他的父亲就给了他一袋钉子；并且告诉他，每当他发脾气的时候就钉一根钉子在后院的篱笆。

第一天，这个男孩钉下了 37 根钉子。慢慢地每天钉下的数量减少了。他发现控制自己的脾气要比钉下那些钉子来得容易些。

终于有一天这个男孩再也不会失去耐性乱发脾气，他告诉他的父亲这件事，父亲告诉他，现在开始每当他能控制自己的脾气的时候，就拔出一根钉子。

一天天地过去了，最后男孩告诉他的父亲，他终于把所有钉子都拔出来了。

父亲握着他的手来到后院说：你做得很好，我的好孩子。但是看看那些篱笆的洞，这些篱笆能回复成从前。你生气的时候说的话将像这些钉子一样留下疤痕。如果你拿刀子捅别人一刀，不管你说了多少次对不起，那个伤口将永远存在。话语的伤痛就像真实的伤痛一样令人无法承受。

解读：人与人之间常常因为一些彼此无法释怀的坚持，而造成永远的伤害。如果我们都能从自己做起，开始宽容地看待他人，相信我（或你）一定能收到许多意想不到的结果....帮别人开启一扇窗，也就是让自己看到更完整的天空....

心理健康教育广播稿 篇 4

播放开始曲《中国少年先锋队队歌》

主持甲、主持乙：：敬爱的老师、亲爱的同学们：中午好！

主持甲：我是__x

主持乙：我是__x

主持甲、主持乙：：今天由我们为大家广播，希望大家能喜欢。

主持甲：我们都是独生子女，在家里受到家长的百般呵护，因此也使我们的身心存在了一些问题，今天我们就和大家来谈谈有关小学生的心理健康问题。首先请听《小学生心理健康的标准》

根据世界心理卫生协会所提出的心理健康标准，并结合小学生心理健康发展的特点，我们把小学生的心理健康标准确定为 6 个方面，即智力发展水平、情绪稳定性、学习适应性、自我认识的客观化程度、社会适应性、行为习惯。

主持乙：1：智力发展水平：虽然智力发展优秀者并不一定拥有健康的心理，但如果智力发展水平低下，那将毫无心理健康可言。因此，一个心理健康的小学生，其智力发展应属于正常。相反，若智力水平低下，是算不上心理健康的。

主持甲：2：情绪稳定性：一个心理健康的小学生，一般是心境良好，愉快、乐观、开朗、满意等积极情绪状态占主导，但同时又能随事物对象的变化而产生合理的情绪变化。所谓合理的情绪变化是反应，当有了喜事感到愉快，遇到不幸的事时产生悲哀的情绪。此外，还能依场合的不同，适当地控制自己的情绪。

主持乙：3：学习适应性：一个心理健康的小学生通常喜欢上学，觉得学习是一件令人愉快的事，感到轻松；对于学习内容往往抱有浓厚的兴趣，乐于克服学习上遇到的困难；学习效率高。

主持甲：4：自我认知的客观化程度：心理健康的小学生能顺利地从以自我为中心向去自我中心阶段转变；能将自己同客观现实联系起来，主要从周围环境中寻找评价自己的参照点，对自己的认识开始表现出客观性。

主持乙：5：社会适应性：心理健康的小学生往往具有独立生活的能力，自己的日常生活事务能由自己来料理，能适应不同环境下的社会生活，乐于与同学、老师交往，让自己融入集体生活中，自觉用社会规范来约束自己，使自己的行为符合社会的要求，而不是以自我为中心，把自己孤立起来，与周围的人群格格不入。

主持甲：6：行为习惯：心理健康的小学生一般有良好的行为习惯，对外部刺激的行为反应适中，不过度敏感，也不迟钝；他们不会因鸡毛蒜皮的事情而大发脾气，也很少出现让人觉得莫名其妙的举动，其行为表现同他们的年龄特征相吻合

主持乙：对照刚才的标准同学们可以自我检测一下，下面我们进行一个心理小测验，请看题：

主持甲：《当别人得第一》

在一次期末考试中，小博考了全班第一名，而小齐只得了第七。老师多次表扬小博。如果你是小齐，你会怎么做？

1：很生气，不再理小博。

2：逢人就说小博的坏话。

3：大方地走过去，握住小博的手，真诚地祝贺他。

4：虚心向他学习。

5：如果他有困难，真诚地帮助他。

1 和 2：这两种做法不可取。不理他，说明你心胸狭窄。说他坏话就更不应该，这样做损害了他人的利益。

选 3、4、5：这三种做法都很好，说明你有博大的胸襟。你会进步更快，人缘更好。

主持乙：有了好心情生活才会快乐，学习才会有进步，那《如何保持良好的情绪》呢？今天我们交大家几招：

主持甲：1：不对自己过分苛求。有些人把自己的抱负定得过高，根本无能力达到，却在别人面前天高海阔地谈论起来，受到别人嘲讽后，终日郁郁不欢；有些人做事要求十全十美，往往因为小小的瑕疵而自责。如果把自己的目标和要求定在自己的能力范围内，自然就会心情舒畅了。

主持乙：2：对他人期望不要太高。许多人把希望寄托在他人身上，若对方达不到自己的要求，便会大失所望，其实每个人都有自己的优点和缺点，何必要别人迎合自己的要求呢？

主持甲：3：疏导自己的愤怒情绪。当你勃然大怒时，很多蠢事都会干出来，与其事后后悔不如事前自制，把愤怒平息下去。心理健康教育广播稿心理健康教育广播稿。

主持乙：4：偶尔也要忍让。要心胸开阔，做事从大处看，只要大前提不受影响，小事则不必斤斤计较，以减少自己的烦恼。

主持甲：5：暂时回避。在遇到挫折时，应该暂时将烦恼放下，去做些喜欢做的事，如运动、看电影等。

主持乙：6：找人倾吐烦恼。如果把心里的烦恼告诉你的挚友、师长，心情就会顿感舒畅。

主持甲：7：为别人做些事。帮助别人不单是使自己忘却烦恼，而且还可以确定自己的价值，更可以获得珍贵的友谊。

主持甲：我还给大家带来了一条心理调适的妙招：如何拥有快乐的心情呢？试试下面的方法吧：

主持乙：1、早上起来第一件事，告诉自己：“今天我很快乐。”然后，对着镜子笑一笑。

主持甲：2、经常回忆过去美好的时光，比如，过生日的快乐情景，和同学们郊游时的嬉戏。

主持乙：3、经常默念自己的优点。

主持甲：4、看一些有趣的笑话。

主持乙：心情不好的时候，我们可以：

主持甲：1、听一首优美的曲子，或者唱歌。

主持乙：2、去跑步、爬山，或者打球。

主持甲：3、打扫自己的房间或书桌。

主持乙：4、找一个信任的人，把心中的烦恼告诉他她：。

主持甲：5、将一个笑话给别人听。

主持乙：6、把不快乐的事写出来。

甲：在节目的最后，我还想和大家分享一首好听的歌曲，希望大家拥有愉快的一天。

播放歌曲：《美丽心情》：

甲：时间过得真快，本周的红领巾小广播马上就要和大家说再见了，本次播音由五 1：中队主播，下次播音由五 2：中队负责，主题是爱护校园环境，从我做起。

合：我们下周四再见！

心理健康教育广播稿 篇 5

文优选为大家准备了关于小学生心理健康教育广播稿的__,文优选里面收集了五十多篇关于好小学生心理健康教育广播稿好文,希望可以帮助大家。更多关于小学生心理健康教育广播稿内容请关注文优选。 ctrl+D 请收藏!

a：亲爱的同学们，大家中午好！我是主持人__，

b：我是主持人__。

a：很高兴“春蕾”广播站周五播也又与您见面了。

b：今天的新闻袋袋裤，我们一起去回顾上周在我校开展的心理健康教育主题研培活动。

a：10 月 17 日，__县小学心理健康教育主题研培活动“心理绘画在小学心理健康教育中的运用与实践”在华阳锦江小学开展。本次活动由县研培中心心理教研员陈丽老师主持，来自全县各兄弟学校的 30 多名心理健康专兼职教师全程参与了活动。

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：https://d.book118.com/626152042233011003