

小学生心理健康校园红领巾广播稿 (精选7篇)

篇1：小学生心理健康校园红领巾广播稿

大家好，欢迎收听今天的心理健康广播节目。在这个快节奏的社会中，我们经常忽视了自己的心理健康。然而，心理健康对于我们的整体健康和幸福感来说至关重要。在本期节目中，我们将探讨心理健康的重要性，并提供一些实用的技巧来改善你的心理健康。

1.心理健康的重要性

首先，让我们来了解心理健康的重要性。心理健康不仅仅是缺乏心理疾病的状态，它是指一个人在认知、情感和行为方面的健康状态。心理健康对于个人的幸福感、工作效率、人际关系和生活质量都起着关键作用。

良好的心理健康可以帮助我们更好地应对压力和挫折。它使我们能够更好地管理情绪，建立积极的自我形象，并与他人建立更加健康的关系。心理健康也有助于提高专注力和思维能力，提升学习和工作的效率。

2.提升心理健康的方法

那么，要如何提升自己的心理健康呢？以下是几个实用的方法：

(1)建立良好的自我关爱习惯

经常在忙碌的工作和生活中，我们常常忽视了自己的需求和身心的健康。建立良好的自我关爱习惯是提升心理健康的重要步骤。这包括保持良好的饮食习惯、充足的睡眠和适度的运动。还可以尝试一些放松的活动，如冥想、阅读或与朋友交流，以缓解压力和焦虑。

(2)寻求支持和交流

在面对问题和困惑时，不要孤军奋战。寻求他人的支持和交流是非常重要的。和亲友聊天、寻求专业心理咨询或加入社交团体，都能帮助我们减轻负担，获得新的观点和建议。

(3)培养积极的思维方式

积极的思维方式对于心理健康的改善至关重要。学会认可自己的成就、设定合理的目标并持久地追求它们，对自己进行积极的自我对话，都能帮助我们建立积极的自我形象和增强自信心。同时，要学会转变消极的思维习惯，采用积极的应对策略来面对挑战。

(4)培养兴趣爱好和放松的活动

培养兴趣爱好和参与放松的活动有助于减轻压力和焦虑，提升心理健康。找

到那些让你开心和放松的活动，并适当地安排时间来享受它们。这可以是运动、音乐、艺术或其他你感兴趣的领域。在忙碌的工作和生活中，给自己留出时间来放松和享受生活是非常重要的。

3.结语

心理健康是一个持续关注和改善的过程。通过建立良好的自我关爱习惯、寻求支持和交流、培养积极的思维方式以及参与放松的活动，我们可以提升自己的心理健康，并在日常生活中更加幸福和满意。

希望通过本期节目，大家能够更加重视自己的心理健康，学会关爱自己。谢谢大家收听，祝愿大家心理健康，快乐每一天！

篇2：小学生心理健康校园红领巾广播稿

心理健康广播稿老师们、同学们：！

大家中午好今天我们将和大家一起来了解一下有关心理健康的常识。心理健康大致分为一般常态心理、轻度失调心理、严重，是一种持续的心理健康状态重病态心理三个等级

一般常态心理表现为经常有愉快的心理体验，适应能力强，善于与别人相处，能较好地完成同龄人发展水平应做的活动，具有调节情绪的能力。生活中大多数人属于一般常态心理者。轻度失调心理表现出不具有同龄人所应有的愉快，与他人相处略感若主动调节或通过心理辅导专业人员的帮助，困难，生活自理有些吃力。就会消除或缓解心理问题，逐步恢复常态。严重病态心理表现为严重的心理适应失调，不能维持正常的生活、工作。如不及时治疗就有可能恶化，成为精神病患者。精神病是严重的心理疾病。良;适应良好情绪稳定、意志正常智力正常学生心理健康的标准是:好的自我意识。

现在，当个小小学生其实挺难的，每天背着沉重的书包上学，还要经历小考、中考、大考以及完成各类名目繁多的作业、练习等等。如果考如果考得不好，那情况恐怕就;得成绩好，那么日日的辛苦就算没有白费了：老师的批评，同学间的攀比，特别是家里父母亲的责难，”“惨有点儿就会一股脑儿地扑将过来，让你躲都没处躲。现在，社会上父母们对于孩子的教育都非常上心，可是到底有多少能够对自己孩子的教育真正做到科学、，”长真正吃透了那里面的“机理智和有分寸，就不知道了。

小学生们怎样保持心理健康呢首先增强自信克服自卑。有这样一个小学生，他是个男孩子，在家里是个懂事、孝顺的孩子，会干不少家务活儿，也能关心家里的人。但是他不太善于讲话，上课不敢举手发言，即使会回答的问题，问到他也是——一言不发。为此，常常受到老师的批评。这样，时间长了，他就有了一些变化，变得更加内向，不爱与同学、老师打交道，不能按时完成作和他谈话时，业，最后发展到作业本也不带的程度。当妈妈的为此着急，发现他觉得自己什么都不行，老师也不喜欢，甚至觉得活着也没什么意思，还不如死了。这样自卑以至悲观厌世的灰暗想法，出自一个稚嫩的孩子之口，实在让妈妈吃了一惊。从这个男孩子身上反映

出了心理健康上的问题，一种严重的自卑心理。自卑心理是指一个人严重缺乏自信时的心理，是自信心的大敌。自卑心不是天生而来的，往往是因为自我评价不恰当而逐渐形成的，客观上讲是由于个人的某些缺陷或者屡遭失败而造成的。自卑心理有以下种种表现：遇到困难时，首先怀疑自己的能力。

1.办起事来优柔寡断，总怕把事情办错而被人讥笑。2.常拿自己的缺点和别人的优点比。3.做事总爱后悔，总觉办得不如意

克服自卑心理，就要建立自信心。有自信心的表现如下：1.相信自己经过努力，一定可以把事情做好。2.对自己的能力有比较正确的估计。3.不怕挫折，不怕失败，做事能够坚持到底。当我们树立了自信心，就可以逐步提高学习成绩，并且改善和建立良好的人际关系。其次要意志坚强克服困难。现在我们很多小学生都是个人需求无不得到满足。生活条件优越，处在父母亲无微不至的关怀下，这样的外界环境很容易让自己感到世界就是这样温暖如春，就是这样风调雨顺，一个人生活的道路从来就像北京的长安街一样，笔直而平坦。任何事物都有其两面性，一方面，好的环境为自己的学习和生活创造了另一方面，好的环境又使自己难以体验到困难与挫折。害怕困难；有利条件难的表现有如下几点：

1.学习成绩不够理想，也不再加劲努力，甘居中下游。经常知难而退，或者这山望着那山高，结果什么做事不能做到底，2.也做不成。遇到困难，不是积极想办法，而是消极等待。3.那么与害怕困难，缺乏毅力，缺乏坚持性相反的一种心理状态，就意志是一个？是有坚强的意志，能够不怕挫折，不怕困难。意志是什么

人在想做一件事和做完这件事的过程中的心理状态。在这个过程中，既可以是积极地去完成，也就是有自觉性，有坚持性地完成。也可以是消极的，那就是害怕困难，依赖别人等等。归纳起来，有意志、有坚持性的表现有如下几点：而且是能够有价值的，1.对自己所做的事，如果已经认定是正确的，做到的，那么就要从开始到结束，坚持到底，把事情做完。2.不怕困难，并且千方百计地去克服困难。3.善于总结经验教训，最终达到目的。不怕困难，勇于克服困难的过程就好比爬山，当一座高山等待我们攀登时，眼望着烟云环绕的山峰，就要鼓励自己，一定要爬上顶峰，山路是靠人一步步走的。当爬至半山，精疲力竭之时，是止步不前，还是有时候，在最想打退堂鼓时，最需要坚持一下的勇气，一咬牙继续前进那么等待在面前的就是无限风光，极限且超越了这个“ ”也就战胜了自己，培养自己克服困难的勇气？那么我们如何克服困难，培养自己的意志呢！和坚强意志，可以：1.从短时间开始，向长期过渡。2.从老师、家长的督促开始，向自觉坚持做事过渡。我们生活在良好优越的环境下，只要自觉地意识到应该主动克服困难培养坚强意志，那么任何艰难险阻都是可以战胜的。此外我们小学会克制克服任性、要保持健康的心理，还要做到：胸襟宽广克服妒嫉、勤劳肯干克服懒惰、富于同情克服自私、合群友爱克服孤僻、要荣誉感！

克服虚荣、独立自主克服依赖、开朗乐观积极向上总之，我们要注意培养快乐的心态去面对人生：改变考虑问题的方遇到自己确实一太好了”的心态面对一切事物。“凡事从好处着想，式，以时想不开的事情，可以找位自己信得过的师长、父母或者同伴倾诉，使自己

解不开的心结得到放松。学会用微笑和快乐去面对人生。希望我们都能做一个心理健康的小学生。

篇3：小学生心理健康校园红领巾广播稿

甲、乙：敬爱的老师、亲爱的同学们：大家好？

（甲）：我是主持人。

（乙）：我是主持人。

（甲、乙）：今天由我们为大家广播，希望大家能喜欢。

（乙）：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。

（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。

（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。

学习适应性：一个心理健康的小学生通常喜欢上学校，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。

自我认知的客观化程度：心理健康的小学生能顺利地由以自我为中心向去自我中心阶段转变；能将自我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。

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。

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

(甲):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:

(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。

(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,

(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。

(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。

(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。

(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。

(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。

(乙):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:

- 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。
- 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。
- 3、经常默念自己的优点。
- 4、看一些有趣的书。

心情不好的时候，我们可以：

- 1、听一首优美的曲子，或者唱歌。
- 2、去跑步、爬山，或者打球。
- 3、打扫自己的房间或书桌。
- 4、找一个信任的人，把心中的烦恼告诉他(她)。
- 5、将一个笑话给别人听。
- 6、把不快乐的事写出来。

想一想，你还有什么方法，把它们记在你的小本子上。

(甲、乙)：今天的红领巾广播到此结束，谢谢收听

篇4：小学生心理健康校园红领巾广播稿

大家好，我是XX学校的广播站主持人。今天我要给大家带来的是关于小学生心理健康的重要性以及红领巾活动的报道。

一、小学生心理健康的重要性

作为小学生，同学们在学习之余也要关注自己的心理健康。心理健康对于一个人的成长至关重要。一个心理健康的小学生，能够更好地适应学习和生活中的各种挑战，同时也能够更好地与他人进行良好的交流与合作。

1.心理健康与学习成绩的关系

心理健康与学习成绩息息相关。只有在良好的心理状态下，同学们才能更好地集中注意力、高效学习，从而取得更好的成绩。同时，一个心理健康的小学生也会对学习充满兴趣，积极参与各种活动，提高自己的综合素质。

2.心理健康对人际关系的影响

心理健康对人际关系同样非常重要。一个心理健康的小学生能够更好地与同学们、老师们以及家人们进行沟通和交流，解决问题时更加冷静、理性，从而建立良好的人际关系。同时，他们也能够更好地理解 and 尊重他人，培养团队合作意识，形成良好的班级氛围。

二、红领巾活动对小学生心理健康的重要意义

红领巾活动是小学生中非常重要的一项活动。通过参与红领巾活动，同学们

能够培养良好的品德和习惯，进一步提升自身心理健康水平。

1.培养集体荣誉感和归属感

红领巾是小学生们的象征，也是一种荣誉。通过佩戴红领巾，同学们能够感受到自己作为集体一员的归属感，激发对集体的责任感和荣誉感。这种归属感和荣誉感能够促使同学们积极参与学校活动，主动维护校园的整体形象。

2.培养团队合作意识和竞争意识

红领巾活动也是培养团队合作意识和竞争意识的良好契机。在红领巾活动中，同学们要共同努力，互相支持，达成团队目标。同时，每个同学也可以通过参加红领巾活动来锻炼自己，提升自己在团队中的竞争力。

3.培养责任感和自信心

红领巾活动要求同学们勇于承担责任。每个同学都要在自己的岗位上认真履行职责，树立起责任感。通过参与红领巾活动，同学们也能够不断尝试与挑战，提升自己，在努力中获得成长，培养自信心。

三、小学生心理健康的培养途径

小学生心理健康的培养是一个渐进的过程，需要我们共同努力。以下是一些培养途径，希望同学们能够积极参与。

1.亲师交流

家长和老师是孩子们最亲近的人，他们能够引导孩子们正确处理学习和生活中的问题。同学们要积极与家人和老师交流，将自己遇到的问题和困惑与他们分享，获得正确的建议和指导。

2.合理安排学习和生活

同学们要学会合理安排自己的学习和生活，不要过分追求成绩，给自己太大的压力。要找到适合自己的学习方法和学习节奏，保持良好的生活习惯，保证充足的休息和运动。

3.参与有益活动

参与有益活动是培养心理健康的重要途径。可以选择自己感兴趣的社团、实践活动等，积极参与其中，结识新朋友，丰富自己的社交圈子，培养自己的兴趣爱好。

四、总结

小学生心理健康是一个必须重视的问题。通过加强对心理健康的关注，积极参与红领巾活动，同学们能够提高自己的心理健康水平，为自己的成长打下坚实的基础。让我们共同关注小学生的心理健康，共同努力创造一个良好的学习和成长环境。

感谢大家的收听，祝大家心理健康，学业有成！

篇5：小学生心理健康校园红领巾广播稿

大家好，我是XXX同学，今天我来给大家分享一篇关于小学心理健康的校园广播稿。希望通过这篇广播稿，能够让大家更加了解心理健康的重要性，并且能够在日常学习生活中注重自己的心理健康。

一、开场白

亲爱的同学们，你们好！我是XXX同学。在我们的日常学习和生活中，心理健康是非常重要的一个方面。一个心理健康的人能够更好地适应学习、生活的压力，更好地与他人相处。所以，我们要注重自己的心理健康，保持一个积极、健康的心态。

二、心理健康的定义

心理健康是指一个人在精神、情感和社会适应等方面的良好状态。它不仅仅是患有心理疾病，还包括积极地面对压力、良好的情绪调节能力以及良好的人际关系。所以，一个心理健康的人能够更好地面对生活中的各种困难和挑战。

三、心理健康对学习的影响

心理健康对我们的学习有着重要的影响。一个心理健康的人能够更好地集中注意力、保持良好的学习状态，更好地理解 and 吸收知识。而如果我们的心理健康出现问题，会严重影响我们的学习效果。所以，同学们一定要重视自己的心理健康，保持一个积极的学习态度。

四、保持心理健康的方法

1. 积极参加体育锻炼

体育锻炼可以让我们释放压力，调节情绪。每天多参加体育锻炼，可以增强我们的体质，提高抵抗力，同时还能增强我们的自信心。

2. 与他人沟通交流

与他人分享自己的感受和困扰，可以减轻压力，获得支持和理解。所以，同学们要善于与他人沟通交流，不要把问题都埋在心里。

3. 培养一项兴趣爱好

兴趣爱好是我们生活中的一大乐趣，它能够让我们放松心情、忘记烦恼。所以，同学们要培养一项自己喜欢的兴趣爱好，让自己的生活更加丰富多彩。

4.合理安排学习和生活时间

学习和生活时间的合理安排，能够有效避免学习压力过大、生活紧张等问题。同学们要严格遵守作息時間，合理分配时间，不要整天埋头苦学。

5.关注自己的情绪变化

同学们要关注自己的情绪变化，及时调整自己的情绪状态。如果遇到问题、困扰，要善于寻求帮助，不要让问题积压。

五、总结

同学们，心理健康对我们的学习和生活都非常重要。所以，我们要注重自己的心理健康，保持积极、健康的心态。同学们要积极参加体育锻炼，与他人沟通交流，培养兴趣爱好，合理安排学习和生活时间，关注自己的情绪变化。相信只要我们注重心理健康，我们的学习和生活会更加顺利、愉快。

谢谢大家！

篇6：小学生心理健康校园红领巾广播稿

同学们，老师们：

心理健康教育广播又和大家见面了，欢迎您的收听。

同学们，我们生活在社会群体之中，社会交往是必不可少。在社会生活中我们不仅需要与亲戚、熟人、伴侣来往，而且需要与形形色色的生疏人打交道。擅长交往的人往往能受到大家的欢迎，解决问题也较简单，而一个不愿与人交往或缺乏交往技能的人往往会感到孤独与孤独????。因此，人际交往是人的重要社会生活之一。

一、什么是"交往'、"人际交往'、"人际交往教育'

所谓交往，就是人们的相互作用、相互沟通、相互理解，是人与人之间相互联系的一种基本社会活动。交往是人类生存必备的技能，是传递信息、共享感情的重要手段。

人际交往就是指人与人之间的沟通与合作，相互往来、相互影响、相互沟通。人际交往具有多个层面，一是物质层面的交往;二是学问交往，实现思想观念的沟通;三是心灵对话，人格碰撞的无声交往。应强调的是，我们所讲的人际交往是几个层面的相互渗透，更侧重于指全面的心灵对话与人性融会贯穿的过程，强调的是敬重共性，理解差异、求得沟通，并协调行

为。学校生具有很强的可塑性，是进行人际交往教育，奠定交往基础的绝佳时机。

人际交往教育就是引导同学在特定的情景中，在与他人的心灵对话、人格碰撞中体验美妙人生，塑造美妙人格，进行学校生人际交往的心理辅导与交往实践指导。

二、学校生人际交往的内容

随着我们年龄的增长，交往范围日益扩大。从与家庭成员交往，扩展到与家庭以外的其他个体进行交际，而年龄相仿，进展水平相近的同伴将成为他们重要的交往对象。

同伴关系是我们除父母及亲属以外的一个重要的社会关系。同伴交往是学校生实现社会化的一个重要手段。一般来说，学校生与成人的交往关系是不公平的，主要是照看者、教育者与被照看者、被教育者之间的关系。与之相比，同伴交往更加自由，更为公平，这一特别性质使得学校生能够体验和探究一种全新的人际关系，从而进展其社会交际力量和社会推断力。

大量讨论表明，在学前时期，我们的同伴交往就已经开头了，特殊是嬉戏活动为我们供应了大量的交往机会。进入学校以后，同伴交往的频率和深度都进一步进展。跨入学校的同时，我们也进入了一个更为开阔的交往世界。我们每天有很大一部分时间是在学校里度过的。我们接触的人和事物更加丰富多彩，在同一个班级里，有来自不同类型、不同家庭的学校生，我们一起从事的活动也更加多样，学习活动、集体活动、消遣活动、体育活动、劳动等等，使我们进行同伴交往的机会更多，交往形式也更简单，社会交互作用的形式和内容也日趋简单多样和深刻。随着年龄的增长，这种家庭以外的交往关系对我们产生越来越大的影响。

学校生的友情，友情是和亲近的同伴、同学等建立起来的特别亲热关系，对学校生的进展有重要影响。它供应了学校生相互学习社会技能、交往、合作和自我掌握，以及体验心情和进行熟悉活动的机会，为以后的人际关系奠定了基础。学校生已经很重视与同伴建立友情关系。当伴侣在场时，我们会感到学习和活动更加欢乐。

什么样的人可以成为伴侣?对此问题的熟悉水平与学校生的社会认知水平相联系。对学前儿童来说，"住在隔壁"、"和我一起玩"的人可以成为伴侣。幼儿与一些外部特征(如年龄、性别、种族等)和自己相像的同伴可以建立相对短时的友情。在此基础上，幼儿开头熟悉到同伴有与己不同的动机和情感，这时他们认为伴侣就是对自己好、不损害自己的人。到8--10岁，学校生开头理解友情是一种相互的关系，双方相互敬重、友好、布满情意。

我们对友情的熟悉是渐渐进展的。对"什么是伴侣"、"别人如何向你表示他是你的伴侣"这样的问题，低班级的同学认为伴侣就是一起玩耍的伙伴;而中高班级的同学强调相互怜悯和相互关心，认为忠诚是伴侣的重要特征，伴侣关系应当是比较稳定的。我们选择伴侣的理由包括他们的乐观人格特点(如英勇、和善或忠诚)及志趣是否相投。我们总是先熟悉同伴与自己的相像性，大约4岁以后的儿童都能特别精确地说出有关与同伴之间的相像性，而认为伴侣与自己的相异之处则要在9岁以后才能达到。

篇7：小学生心理健康校园红领巾广播稿

甲：黄兴学校新苗广播站。

乙：黄兴学校新苗广播站。

合：现在开头播音。

甲：我是主持人邹****；

乙：我是主持人杨****。

甲：今日的节目有《新闻串串烧》、《音乐新视听》。

乙：首先，我们进入《新闻串串烧》，今日我们来说说儿童心理健康的话题。

甲：儿童的成长过程是生理和心理成长、成熟的过程，成长中的儿童能否保持健康的心理状态，不仅关系到他们的现在，更影响到他们的将来。因此，儿童心理健康问题越来越为人们所关注。

乙：什么样的儿童才能称得上是心理健康？目前还没有公认全都的标准，我们参照成人心理健康的十条标准，认为心理健康的儿童应具备以下六种心理品质。

甲：一是智力发育正常，智力是个体观察、领悟、想象、思维、推理等多种心理力量的综合体现。智力随年龄增加而提高。正常发育的智力指个体智力进展水平与其实际年龄相称，是心理健康的重要标志之一。依据我国标准，大多儿童智商在90-109之间。

乙：二是心情稳定。心理健康的学校生，在乐观、满足等乐观心情体验方面占优势。偶也会有悲伤、困惑、失败、挫折等消极心情消失。他们能够适当表达和掌握自己的心情，使之保持相对稳定。

甲：三是正确熟悉自己，心理健康的学校生自尊、自爱、自重，他们能正确地熟悉自己，评价自己和把握自己。对自己的优点能发扬光大，对自己的缺点也能充分熟悉，并能自觉地努力去克服。

乙：四是人际关系良好。心理健康的儿童能敬重他人，理解他人，擅长学习他人的特长补己之短，并能用友善、宽容的态度与别人相处。他们在别人面前能做到真诚坦率，从而简单得到别人的信任，并建立起融洽的人际关系。

甲：五是喜爱生活，心理健康的儿童喜爱生活，能深切感受生活的美妙和生活乐趣，乐观向往美妙的将来。能在生活中充分发挥自己各方面的潜力，不因遇到挫折和失败而对生活失去信念。

乙：六是心理活动符合年龄特征。心理健康的儿童，无论在学习、嬉戏、社会活动基本符合他们所处的班级段，如幼儿阶段，学习以嬉戏为主，思维形式以形象思维为主，在学校高班级，表现出社会化学习，思维逐步向抽象思维为主要形式过渡。

甲：心理学家经过长期讨论认为，儿童时期是培育健康心理的黄金时代，各种习惯和行为模式，都在这时奠定基础，假如有一个好的开头，将来可使孩子们的品德智力得到健康的进展。

乙：所以，作为父母应非常重视用正常的心理原则来训练儿童。那么，我们应当留意些什么呢？

甲：一、留意不要过分地关怀孩子。这样做简单使孩子过度地以自我为中心，认为人人都应当敬重他，结果成为自高自大的人。

乙：二、不要贿赂孩子。要让孩子从小知道权利与义务的关系，不尽义务不能享受权利。

甲：三、不要太亲近孩子。应当鼓舞孩子与同年龄人一起生活、学习、玩耍，这样才能学会与人相处的方法。

乙：四、不要牵强孩子做一些不能胜任的事情。孩子的自信念多半是由做事胜利而来，强迫他们做力所不能及的事情，只会打击他们的自信念。

甲：五、不要对孩子太严峻、苛求甚至打骂。这样会使孩子养成自卑、害怕、躲避等不健康心理，或导致抵抗、残暴、说谎离家出走等特别行为。

乙：六、不要哄骗和无谓地恐吓孩子。恐吓孩子会丢失父母在孩子心目中的权威性，以后的一切告诫，孩子就不会听从了。

甲：七、不要在小伙伴面前当众批判或称赞孩子。这会造成孩子怀恨和大方的心理，大大损害孩子的自尊心。

乙：八、不要过分夸奖孩子。孩子做事取得了成果，略表赞许即可，过分夸奖会使孩子沾染沽名钓誉的不良心理。

甲：九、不要对孩子喜怒无常。这样会使孩子敏感多疑，心情不稳，胆小畏缩。

乙：十、要关心孩子去分析他所处的环境。关心孩子解决困难，而不是代替他们解决困难。应教会孩子分析问题、解决问题的方法。

甲：当然，要让孩子的心理健康进展，不但要赐予他们良好的教育，每一位做父母的更要给他们做出良好的榜样。

乙：最终进入《音乐新视听》，让我们观赏一段音乐吧!

甲：新苗广播站今日的播音到此结束，下周三再见!

合：拜拜。