合：尊敬的老师、亲爱的同学们：，大家早上好

今天我们国旗下讲话的题目是《阳光心理 ,健康人生》。

鋐：同学们，你可曾为一点小事而气恼过？你可曾无缘无故地感到郁闷不快？你可曾对前方的困难望而却步？如果有，

汪：可能是你的心理有小情绪啦！

鋐：心理学家告诉我们：

合：人的健康一半是身体健康，一半是心理健康。

尹：现代的人们在重视身体健康的同时，越来越重视心理健康。 心理是否健康，小而言之，影响着一场考试的得失，影响着一场比赛的胜负；大而言之，影响着人 的工作、学习和生活，影响着班级、学校的和谐，社会的安定。我们怎样才能拥有健康的心理？ 　首先，

合：正确认识自己，不要自卑，不要自负，相信自己。天生我材必有用！

尹：每个人都有自己的优点。要正确面对挫折或失败，相信失败是成功之母，饱经风霜、历经坎坷的人比一帆风顺的人更能忍受挫折，更能有所作为。

夏：其次，

合：正确与人交往，建立和谐的人际关系。

夏：和谐的人际关系来自于对别人的爱心，来自于对别人的尊重。把你的爱心与老师、同学分享，你会得到更多的快乐；把你的意见与别人沟通，你会得到许多有益的忠告；与人分享快乐，快乐会加倍，与人分担痛苦，痛苦会减半。多给别人力所能及的帮助，送 人鲜花，留已芳香，多尊重别人，多体谅别人，多听取老师、父母、同学的意见。

合：良药苦口利于病，忠言逆耳利于行，经常真诚地对人微笑，传递快乐！享受快乐！

晴：再次，

合：正视现实，勇于解决问题。

晴：正视困难与挫折，勇于面对现实，找出问题的解决办法，而不企图逃避，推卸责任。

徐：最后，

合：情绪稳定，性格开朗。

徐：养成热爱生活、积极向上的生活态度，要树立远大的理想和信念，只有这样才能性格开朗，目光远大，心境愉快，才能

合：胜不骄，败不馁。

领合：同学们，让我们打开心灵的窗户，让理智、和谐的阳光滋润我们的心灵。从现在开始呵护自己的心 灵，调整自己的心态，让健康、幸福的阳光沐浴我们的生活。让我们人人都拥有一个阳光心理，拥有一个健康的人生！

合：今天我们的讲话到此结束，谢谢大家！