

最新大学生职业规划的新闻稿 大学生心理班会策划书(大全7篇)

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

大学生职业规划的新闻稿篇一

为贯彻我校、学院精神，加强我们的班级文化建设，让我班同学能够进一步增进对自我了解、探索自我，解决在成长、学习上的诸多困惑，以使同学们心理健康成长，保障同学们能够度过一个愉悦的大学生活，做好自己的人生规划，树立明确奋斗目标，进而为今后的社会生活打下坚实基础；同时，开展主题班会，鼓励班级同学写出对家人、老师、同学和朋友的关心、鼓励、祝福、真诚的祝福等话语。

320心理健康周

12级气科三班全体同学

以班级为单位召开主题班会进行探讨

1. 由宣传委员宣传现在我们大学生心理特征及隐患
2. 请部分同学们上台分析自己存在的心理问题
3. 班内同学之间互相分析心理问题的解决方法
4. 与同学讲述自己解决心理问题的过程和方法
5. 制作相关心理题目让同学们竞猜，以便更深刻的剖析大学

生的心里

6、播放关于父母老师同学的视频

7. 心理委员总结

明德楼s201

xx年3月26日

1. 由班长发言宣布主题班会开始

2. 由组织委员进行拍照进行照相

3. 由心理委员将班会内容记录好，再交于12级心理委员负责人

1. 以海报进行宣传

2. 在班级qq群进行资料宣传

海报：20元

宣传单：5元

总计：25元

大学生职业规划的新闻稿篇二

二、班会时间□20xx年xx月xx日

三、班会地点：教室

四、班会参与人员：

全班同学及辅导员

五、班会目的：

进入冬季天气干燥，因此要加强学生的防火意识。

六、班会过程：

首先，强调了消防安全防火的重要意义，提醒大家从生活、学习、工作中的点滴小事出发，形成消防安全保护意识，共同创造和谐安全的教学环境。

(一)公共场所发生火灾的逃生技巧：

- 1、如果大火堵住门口，立即用湿毛巾捂住口鼻，或用水浇全身。
- 2、高层住宅失火，用床单或窗帘做成简易的绳子，挂牢物体，逃生。
- 3、如果火灾上身，就地翻滚，以扑灭火苗。
- 4、如果出口小，要呼救，等待求援。不要輕易跳离，这样危险性更大！

(二)火灾逃生自救十法：

一、要了解和熟悉环境。当你走进商场、宾馆、酒楼、歌舞厅等公共场所时，要留心太平门、安全出口、灭火器的位置，以便在发生意外时及时疏散和灭火。

二、要迅速撤离。一旦听到火灾警报或意识到自己被火围困时，要立即想法撤离。

三、要保护呼吸系统。逃生时可用毛巾或餐巾布、口罩、衣

服等将口鼻捂严，否则会有中毒和被热空气灼伤呼吸系统软组织窒息致死的危险。

四、要从通道疏散。如疏散楼梯、消防电梯、室外疏散楼梯等。也可考虑利用窗户、阳台、屋顶、避雷线、落水管等脱险。

五、要利用绳索滑行。用结实的绳子或将窗帘、床单被褥等撕成条，拧成绳，用水沾湿后将其拴在牢固的暖气管道、窗框、床架上，被困人员逐个顺绳索滑到下一楼层或地面。

六、为低层跳离，适用于二层楼。跳前先向地面扔一些棉被、枕头、床垫、大衣等柔软的物品，以便“软着陆”，然后用手扒住窗户，身体下垂，自然下滑。以缩短跳落高度。

七、要借助器材。通常使用的有缓降器、救生袋、网、气垫、软梯、滑竿、滑台、导向绳、救生舷梯等。

八、为暂时避难。在无路逃生的情况下，可利用卫生间等暂时辟难。避难时要用水喷淋迎火门窗，把房间内一切可燃物淋湿，延长时间。在暂时避难期间，要主动与外界联系，以便尽早获救。

九、利用标志引导脱险。在公共场所的墙上、顶棚上、门上、转弯处都设置“太平门”、“紧急出口”、“安全通道”、“火警电话”和逃生方向简头等标志，被困人员按标志指示方向顺序逃离，可解“燃眉之急”。

十、要提倡利人利己。遇到不顾他人死活的行为和前拥后挤现象，要坚决制止。只有有序地迅速疏散，才能最大限度地减少伤亡。

(三)消防安全知识竞赛(抢答形式)：

- 1、火灾的预防包括哪些?
- 2、易燃物品应该怎样放置?
- 3、平时用电炉取暖对不对?有什么影响?
- 4、蜡烛为什么要及时熄灭?
- 5、年龄小的同学为什么不能自己燃放鞭炮?
- 6、发生火灾时，要拨打什么报警电话?并且要说清楚什么?
- 7、学生能不能参加灭火行动?
- 8、从失火的楼房内怎样逃离危险?

(四) 小结:

1、同学们小结:

通过这次活动，你懂得了什么?

2、辅导员小结:

消防知识我们一定要牢记，平时预防为主，因为生命只有一次，幸福快乐掌握在你自己的手里，希望同学们通过这次班会活动，学会珍惜生命，保护自己的人身安全。

七、班会总结:

通过这次主题班会，同学们不仅提高了安全意识，也收获了必备的急救知识，同时学生们更加深刻的意识到生命的宝贵，安全重于泰山，珍爱生命，安全防火，人人有责。

大学生职业规划的新闻稿篇三

在大学里，我们的生活要度过三年，在不断学习生活中，大学生经常会出现一些问题，虽然不是很突出，比例也不高，但是也足以引起我们的重视了。为响应院团委心理健康教育中心组织开展心理健康教育的主题班会活动的通知，营造良好的校园心理健康氛围，进一步普及心理健康知识，发挥班级在心理健康教育活动中的主体作用，增强班级凝聚力。

- 1、增强同学的集体荣誉感，增强班级凝聚力，构建和谐班级；
- 2、感受人生的欢乐和幸福，从而以一颗积极乐观的心来看待人生，善待生命的每一天。

“加强心理健康教育，珍爱生命；增强班级凝聚力，构建和谐班级。”

“团结友爱、珍爱生命”

召开大学生心理健康教育主题班会

20xx年5月25号、经贸c304教室

- 1、播放心理健康班会主题曲、发放心理健康测试题，主持人向同学们介绍一下5·25大学生心理健康日的由来。
- 2、请班主任讲话并通过ppt向同学们介绍大学生常见的心理问题及调适方式。
- 3、同学们分组（8人/组）讨论以下与主题相关的话题
- 4、小游戏：

口传悄悄话(我早上已经走到寝室楼下了，发现天有点阴，但

是不下雨。我不放心，怕下雨，就回去拿了把伞，没想到后来又是个大晴天)。从第一个人开始以耳语方式传到小组中最后一个人，再请同学们谈感受。

此练习目的是了解真相是如何变成假象的；了解传播的途径越长，失真就越大。所以与人交往是，如果想知道真情，一定不要道听途说；传播和接收信息的人都有责任保证准确。

5、组织每位同学都讲讲班上其他同学的优点

6、观看大学生自杀典型视频案例，并谈谈自己的看法。

7、《如何保持心理健康》、《心理健康与成功人生》讲座视频

8、请班主任总结发言

通过本次班会，提高我班学生的心理健康知识水平，增强心理保健意识。使同学们懂得团结友爱、珍爱生命，增强班级凝聚力，构建和谐班级。让更多的学生关注自身的心理健康问题，及时调整好自己的心理，使自己以后能够生活得更好！

大学生职业规划的新闻稿篇四

1. 总体情况一般：4人挂电分，3人挂大物，9人挂数物，挂科率百分之十四。

2. 目前情况□a本学期课程不多，但周四和周六的实习会占去不少时间，所以希望大家能合理地安排时间，增大必修课程的精力投入。

b要抓紧时间备战计算机二级及英语四六级，请大家务必抽取一定的时间上自习，减少无谓的时间浪费。

c模电内容较多 难度也大，所以按时上课，提高课堂效率显得尤为重要，课堂上真正消化知识能节省大量的时间和精力。

d学习主要还得靠自己，同时也提倡大家相互交流和帮助。

二. 班长化东涛强调寝室文化及气氛的重要性：

a以03级某班为例阐明寝室环境对一个人的发展的决定性影响。

b寝室各员应该提高思想意识，促进全寝室文化的良性发展，互相带动，互相提高。

c全体舍员尽快调整，时刻提醒，使自己尽快进入状态，全力以赴备战计算机二级和英语四六级；全体努力创先进！

三. 学生代表唐斯亮发言：

上学期由于我沉溺于小说耽误了学习，导致挂科。

其实那些垃圾小说没有任何意思，没艺术含量，我却被那些根本不现实故事情节及玄幻色彩所迷惑，上网看小说让我浪费了大量的时间，消磨了我的意志。

却对自己写作没有一丝帮助和促进，反而使我幻想其中缤纷的故事情节，甚至幻想自己成仙。

小说残害了我，让我脑中充满幻想，生活空虚。

我们都应该控制自己，保持头脑时刻清醒，勇敢去面对每件事情，现实一点。

我们要学着改变一些东西。

(唐斯亮同学的发言诚恳，深刻，全班同学都给予尊重与共鸣)

的掌声)

四. 班长强调以下几点 “

a. 古人云 “男才女貌 “。

b. 大家要加强身体锻炼，这学期大家选修课较少，可以利用晚上时间锻炼。

c. 图书馆是我们大家课外知识的主要来源，红粉利用这一资源将会让我们收益匪浅。

五.. 副班长刘洁代表各寝室长总结上学期各寝室的表現：

d. 日常生活中，不论是卫生还是氛围t046012做得最好，寝室普遍存在的问题是缺少有效可行的规章和卫生打扫轮流周期或是打扫力度不够，卫生保持意识也不够强。

e. 整体的学习氛围还是不够浓厚，课堂出勤率较低，10宿舍的同学们. 学习积极性最高，希望其他寝室积极学习，玩游戏须控制一个度(玩游戏未必是坏事)。

望能从小事做起，共同努力创建文明寝室。

f. 各寝室长务必负起责，即使督促检查，使各方面得到提高，为自己营造美好的环境，开心地走完大学的多彩人生。

六. 优秀学生代表郝正闯发言：

生活在我们寝室会有一种明显的压力，但这是快乐的压力。

我们四人有基本一直的观念：我们是学生，不管在哪里学习始终是第一位的。

于是我们基本每天早晨七点就去读英语，而且坚持午休，也不缺乏锻炼，有比较合理的作息时间。

志同道合让我们能在快乐中学习，在健康中成长。

我也希望大家早日找到一条真正适合自己的路，坚持不懈地走下去，大家必将成功。努力吧！

七. 女生代表李东华发言：

我们女生人人爱学习，每天坚持吃早餐，精神文化生活很丰富，卫生搞得较好，几乎每天都上自习。

希望男孩子们能多向女生学习，勤洗被子鞋袜之类的，注意卫生，营造良好的生活环境，使生活富有规律，并努力加强自制力。

八. 班长强调金工实习的有关注意事项。

(具体要求和内容见班级通知栏)

九. 大概计划本小学期班级游玩及文艺活动(具体内容 by 宣传委员会后征集大家的意见加以整理)。

十. 班委选举：

流程：候选人自荐(有意的同学均可)——候选人发言——投票。

(班长宣布会议结束——)

新学期开始了，时间如流水，不知不觉已是大二下学期，时间不会由于任何原因停滞，我们大家要做的只是努力，努力，再努力。

在新一届班委的带领下，全体同学的配合下，我们电讯三班将成为一个更加团结友爱，更加充满战斗力的整体!!

大学生职业规划的新闻稿篇五

为进一步加强学风建设，在即将面临的考研和工作上，帮助同学们掌握更好的备考方法和求职技巧。金融1306班于5月24日上午10:30在11栋506教室举行了“考研、就业经验交流”主题班会。参加本次班会的有：金融1306班全体同学、班主任李萍老师、辅导员王巧凤老师以及四位12级金融毕业生。

此次班会以考研就业为主要讨论话题，旨在为同学们解决当前面临的生涯道路的选择难题。

在考研方面，程俊桦作为跨考成功的代表，就其成功跨考考入中南财大政法大学的经验在复习规划和备考心态上给予了有效指导。另外，在针对本专业的备考上，由分别考入华科和华师金融专硕的镇浩楠和郑光耀为同学们分享他们成功的考研经验，在择校和复习方法当面为同学们给予了良好的建议。他们以自己的成功的经验来告诫考研人：考研的路上，一定要学会忍受孤独，不管前面会遇到什么，考研的决心一旦作出就要义无反顾、勇往直前。

个人分享之后，进行了问答环节，针对每个人在考研和就业当面的问题展开了自由发言讨论。四位学长面向同学们成排而坐，同学们就自己目前所困扰的问题纷纷向他们交流，在吸取经验之中也逐渐明晰了自己的人生方向。最后，团支书武翔宇同学搜集大家的意见，以备召开班委会制定更好的班级和学风建设方案使用。

会后，李萍老师对此次班会进行了总结，她说到，此次“考研、就业经验”分享主题班会的开展，使同学们的学习热情有了进一步提高，同时也更加确立了自己的人生规划，明确了自身未来的发展方向，起到了加强班级学风建设和创建和

谐校园的良好效果。

大学生职业规划的新闻稿篇六

会议时间□20xx年12月20日

会议地点□1a205

出席人员：13级林业技术2班

缺席人员：无

主持人：谢明飞

记录人：王瑞阳

班会内容：

1、谢明飞：这次我们班会的主题是“诚信考试”。的确，又到了期末，这个话题是大家年年讨论的话题，为了将学校诚信考试的要求灌输给大家，让大家能够踏踏实实地考试，我们召开这次班会。希望大家各抒己见，踊跃发言。

2、团支书赵林同学宣读《信阳农专林学系关于对考试违纪和作弊学生处理的暂行规定》。进一步阐述了这次主题班会目的和意义：在期末考试来临之际，为配合学校、院系关于加强考风考纪工作，教育同学们做诚信大学生。

3、同学探讨“如何正确理解诚信考试？”

谢明飞：“诚信”考试能够得到别人的尊重，主张同学们认真复习，诚信考试，而不是弄虚作假在考试中作弊。“诚信”是处理个人与社会，个人与个人之间相互关系的基本道

德规范。诚信是立身的根本，人无信则不立。

王瑞阳：在考前要做好准备，才会有好的心态面对考试，考试只是检验自己学习程度的手段，诚信考试是我们的责任，是保证公平公正的平台。作为一名预备党员，我更要带好头，真真正正起到先锋作用。

赵林：诚信包括“诚”和“信”两个方面。“诚”是讲诚实，诚恳。诚实，指言行与内心思想一致，不虚假；守信用，指信守诺言，说到做到，不失信。“信”是讲信用，信任。诚信是做人的美德。一个人若失去了诚信，就像一个没有灵魂的人，也想同学们提出了要求：诚信面对考试，诚信面对生活，为学校的学风建设做出努力。

张慧娟：不能光是喊出了诚信考试的口号，而是要以实际行动表现出来，做到实际的、真实可见的诚信。

刘智翔：考试的方式越来越多，但唯一不变的就是——诚信考试的要求和规则。诚信考试是做人的意义。

庞明钦：作弊会付出沉痛的代价的，有些错误可以改正，但是在考试中作弊是无法弥补的错误。没有诚信的人见会被社会抛弃，诚信是我们共同的责任。赵雯：诚信是一种做人的原则，诚信是一种人生境界，是一个高品位的人终生最弥足珍贵的精神财富。诚信考试，是事实求事的表现，是表里如一、是尊重生活、尊重知识的表现。

范睁睁：诚信实做人之本，我们应该从生活中的点点滴滴做起，树诚信之新风，拥有诚信者，走遍天下无所顾忌，幸福和成功随时随地会降临。

4、由学习委员王晓慧同学宣读 诚信考试倡议书

5、班长谢明飞同学作总结：

这次班会,达到了我们的预期目标。同学们积极发言,都认识到诚信对于人生的重要性,诚信是做人的一种品质,是个人成就事业的根基。要培养诚信的良好道德品质,就要从身边的每一件小事做起,当下来讲,就是要诚信考试,不作弊,也不帮助他人作弊。应该做到诚实,诚恳,实事求是,重信用,守承诺。相信大家都会在今后的生活和工作当中,做到诚信行事,作一名合格的大学生!最后,预祝大家在这次期末能够取得理想的成绩!

6、由主持人谢明飞同学组织全班同学在《诚信考试承诺书》承诺书上签名。

会议时间□20xx年10月16日

会议地点: 4408

出席人员: 12级林业技术2班

主持人: 谢明飞

记录人: 王瑞阳

会议内容:

班长总结一个月来班内主要活动及班级进步方面:

3. 各班委向全班同学汇报这一个月来自己的工作情况;

二、各班委向全体同学汇报本月来自己的工作情况:

1. 强调班级凝聚力,班委执行力,时间安排能力有待提高;

2. 提醒同学们更应关注学习;

会议时间□20xx年10月23日

会议地点□1a205

出席人员：10级林业技术2班

缺席人员：无

主持人：谢明飞

记录人：王瑞阳

一、班委确立明确职责

- 1、各班委明确自己的具体职责，各司其职，互促互补，形成拳头优势。
- 2、责任到人，以后哪个环节出了问题，就找具体责任人。
- 3、宣读班委成员责任明细表。

二、整顿班风

大家现阶段普遍存在着：懒、散、慢的诟病。具体表现为：行动散漫，思想不统一。没有一个紧张劲。集合散漫，队形散乱。

个人思想严重，集体意识太差，无组织、无纪律，活动不积极，学习太被动。具体整顿：大家有思想是好事。正是少年时，有个人思想是好事。一个民族，一个班级，总要有几个思想独特的人，思想先进的人。带动整个班级整个民族向前跑。只有思想意识提高了，物质生活才能得到提升和保障。但是要坚决抵制个人思想。我在这里明确表态坚决反对。我们班级组织了一个活动，你有三个活动；我们班有一件事，你有三件事。你想一想，如果每一个人都按自己思想去办事，那么35个人还是一个班级吗？一个人有个性叫有个性，一群人

有个性叫疯子。有意见可以向班委提出，班委会认真考虑，尽可能的采取科学有效的方法来治理这个班级。只要你的建议每个人都可以去做，并且每个人都这样去做了之后我们的班级还是一个班集体。有利于班级团结，那么我们会采纳。一次一次将自己打倒就是为了不让自己被别人打倒。

会议时间□20xx年9月5日

会议地点□1a205

出席人员：12级林业技术2班

缺席人员：无

主持人：谢明飞

记录人：王瑞阳

会议内容：

一. 班长对上学期工作总结及布置近期即将展开的工作。

1. 对上学期期末考试作总结并分析以及对需要补考的同学给予相应的提醒。

2. 新学期学费问题。

3. 对学院评比工作而制造成的同学们的作解释。

4. 对学生及财产安全提醒。

5. 提醒同学们更应关注学习。

二. 班委对各自工作做总结：

1. 班长对自己上学期的工作做分析及对新学期的工作做计划。
2. 团支书对自己上学期的工作做分析及本学期相应工作通知大家。
3. 学委对上学期学习方面给予相应的批评和奖励。
4. 生活委员对上学期班级消费作总结。
5. 宣传委员对宣传工作进行相应宣传。
6. 心理委员对同学们的心理健康做出相应的安慰。
7. 体育委员对上学期体育活动做分析。
8. 文艺委员对上学期各方面活动做总结。

大学生职业规划的新闻稿篇七

以下是由本站pq小编为大家收集整理出来的大学生心理健康主题班会，希望能够帮到大家。

为贯彻学校、学院精神，加强我班级建设，合理利用“5·25”心理健康日这一契机。让我班同学能够进一步增进对自我了解、探索自我，解决在成长、学习上的诸多困惑，以使同学们心理健康成长，保障同学们能够度过一个愉悦的大学生活，做好自己的人生规划，树立明确奋斗目标，进而为今后的社会生活打下坚实基础。

具体安排如下：

绘人生蓝图 圆青春梦想

xx年5月20日

待定

x级x班全体同学，倪导师，张辅导员

2、召开班委会议制定详细计划，考虑全面。以使在班会中，心理联络员作主导作用，每位班委协调配合好。调动同学们积极性是尽可能多的同学在其中受益，而不只是一个形式。

1、前期准备

设计并筛选活动流程，确保同学们在快乐的同时学习心理知识，解决学习生活疑惑，做好人生规划。

2、班会序幕

做一个真心大冒险游戏，既可以调动同学们的好奇心，又可以引出本次班会的主题，使班会在轻松而愉悦的氛围中顺利进行。

3、班会开始

讲解此次班会的意义，并对整个健康月的活动做一个总结，把此次班会的安排流程告诉同学，是同学对此次班会有个大致了解，做好心理准备。

4、视频观赏

播放几个同学们感兴趣的而且与本次活动有关大学生心理健康视频。

5、疑惑解答

讨论学习生活中的疑惑，在交流中寻找解决问题的方法，增进同学们之间的相互了解。与此同时，心理联络员为大家讲解一些学习到的心理知识，增加同学们对心理知识的了解，帮助做好人生规划。

6、游戏阶段

(1)心理测试。在娱乐中了解个人性格、交流等方面的优势特点及不足之处。进一步了解自己，探索自己。

(2)文字接龙。以宿舍为单位分组，进行语言传达。让同学们在集体中感受到快乐，增强集体观念。认识到未来的社会仍需要合作。

(3)户外活动。另找时间开展户外活动，譬如，混合篮球，编花篮，兄弟连等各种的娱乐活动，放松同学们的身心，认识到身体是未来竞争的资本。

7、班会总结

与同学们交流此次活动的感受，以书面形式字数不限，重在参与。对最近班级里存在的问题做一些分析，并提出个人的见解，对今后同学们共建和谐班级提出合适的建议。

8、班会结束

班委做后期工作。如，卫生方面，会后保持教室优良的环境。讨论此次活动存在的问题，寻找更加合适的解决方法，为以后开展活动汲取更多的经验，以完善各项工作。

x学院

x级x班

根据调查，我国存在一定心理困惑及轻度心理障碍的大学生比例高达25%~30%，而长期以来，心理健康教育主要从咨询、讲座、宣传展等方式来帮助大学生。这些方式已不能满足广大学生的要求。因此为增强大学生对心理健康知识的了解，引导大学生探索生命的积极意义，思考人生，以积极进取的态度面对学习与生活。我们班级积极响应学校及院系的号召开展这次《关注心理》主题班会。

关注心理健康，创建和谐班级

提高大学生对心理健康问题重要性的认识，同时提高学生们的心理保健意识，以及如何保持一个良好的心理状况，使我们同学都能有一个良好的心理状况，使我们同学都能有一颗积极健康的心态去过好大学四年的每一天。

9月28号(星期三)，

文通楼35

制药111班全体同学及班主任和学长、学姐

主持人致开场白并介绍大学生心理健康节的由来(伴奏轻音乐)

由心理委员根据调查统计，提出同学目前存在的心理问题(以小见大)

做个小游戏悄悄听我跟你说，消除陌生气氛，拉近同学距离(背景音乐：班得瑞轻音乐)

在轻松、愉悦的状态下，由同学讨论，派出代表，发表一下自己对解决此类问题的看法。

主持人给予分析。

到场的老师或学长学姐发言总结。

最后留五分钟让同学写一下此次班会的感悟，或想对自己说的话。（由班长、团支书、心理委员负责收纸条，其他班委员负责监督维持秩序。期间伴奏轻音乐）

主持人：包娟，甘子腾

宣传：张扬，陈青青

策划书：李蒙

会场布置及摄影：李洋，吕正峰，刘笑，等

矿泉水，信纸，多媒体等

由班委组成小队，负责监督、维持秩序及处理突发事件。

十二. 活动总结

心理问题采集由心理委员、班长和团支书在班会前采用各种方式收集同学的心理问题并统计，做好相应的准备。

召开班委会议，制定详细计划、协调、配合完成本次活动，充分地调动同学的积极性，以更多的同学可以在本次活动中受益。

提前联系准备邀请的老师、学长，定好班级，开会前半小时所有班委必须到场，检查会场多媒体等设施。

班委提前准备好本次活动所需的测评、游戏及班会所需的一些东西。

会议中做到处理好一切突发事件，做好应急措施。

会议结束后，班委要与同学保持联系，积极主动地了解同学们的心理问题，真正做到关注心理健康，创建和谐班级！