2023年心理班会的总结 心理班会总结报告（精选10篇）

总结的选材不能求全贪多、主次不分，要根据实际情况和总结的目的，把那些既能显示本单位、本地区特点，又有一定普遍性的材料作为重点选用，写得详细、具体。那么我们该如何写一篇较为完美的总结呢？以下我给大家整理了一些优质的总结范文，希望对大家能够有所帮助。

心理班会的总结篇一

2021年4月17—22日，衢州市组织了教师心理学c证资格培训。真是千载难逢的机会,使我有幸与心理学导师、专家零距离接触。以下我就这次培训活动谈谈自己的一些感想与体会。

一、认识了道德问题与心理问题的区别

以前，一直以为学生在学习过程中做错的事情都是道德上的错误，因此一直教育学生不可以这样或那样，觉得学生来学校学习，完成作业，上课认真听讲，和其他学生和睦相处等都是学生应该做到的，也是必须做到的，而学生不做作业，打架，厌学等都是不应该的，就是学生的错，老师应该批评，教育他们做好。但通过心理辅导后，再来分析这些问题学生，有些是他们存在着一定的心理问题，而不是道德上的问题。因此，我们要根据学生的情况，具体分析，采取适当的方法，解决学生所存在的问题。

二、了解了心理健康辅导的基本技巧

在心理辅导的过程中，有一定的辅导技巧：接纳、倾听、共情等。说说很容易，但真正要做到完全接纳那些有心理问题的学生，很困难。当有心理问题的学生需要帮助时，我们首先要接纳对方，即无条件的积极关注对方，认真倾听困扰着

对方的事情，对其产生共情，感受对方的感受，了解其情况，让对方的情绪得到宣泄，然后一起探讨，最后解决问题。因此，我们做教师的，要改变一下心态，无条件的积极关注，倾听，共情等，真诚地对待每一个学生别人，促进其人格的健康成长。

三、懂得了提高自身素质的重要性

教师自身的素质直接决定着教育的行为。只有掌握关于儿童青少年心理发展的科学知识、按照科学的规律和方法开展教育工作、处理学生日常表现出的心理行为问题和意外事件，教师才能真正做到将心理健康教育落在实处，才能真正促进学生心理健康的发展。

实施心理健康教育，是一项长期而艰巨的工作。我们要在实践中不断探索，不断总结，注重各种教育渠道的整体配合，同时要努力提高自身的理论水平和业务能力，让心理健康之花，结出更丰硕的果实。

心理班会的总结篇二

经过活动，使队员认识一些常见的交通标志，增强交通安全意识，自觉遵守交通规则，注意交通安全，珍爱生命。

二、活动准备：

1、准备有关交通安全教育的录像、课件等。

2、活动用具：道路交通标志(红绿灯)。

3、队员收集各种交通标志(照片或图片)。

三、活动过程：

(一)展开联想，揭示活动主题

出示课件：各种车辆的喧闹声，之后是紧急刹车的声音，然后是人们的尖叫声，屏幕由黑色逐渐变成鲜红色。

队员认真地听着，仔细地看着……

主持人1：伙伴们，刚才你们看到了什么听到了什么想到了什么

队员1：我听到了汽车的嗽叭声，还听到了刹车的声音。

队员2：我还听见了一个人的尖叫声，我看见了血流出来了。

队员3：我好像看到了一场车祸，人被压死在汽车下头。

主持人2：是啊!多么可怕的车祸，为了不让这样的事情再发生，我们必须要注意交通安全。(引出活动主题)

(二)、游戏活动：在活动中体会交通规则的重要性。

1、主持人1：伙伴们，看看我们坐的队形像什么

队员：我们坐的队形像十字路口。

(队员开始活动，车辆和行人任意穿梭。)

2、主持人2：刚才你们看到了什么你们想说什么

主持人2：你的提议挺不错!

队员2：我看见自行车撞到了汽车，我想必须把他们碰疼了。

主持人2：我想也是。

队员3：我看见车子和行人挤在一齐，谁也走不了，那样必须很耽误时间。

队员1：我觉得是他们不遵守规则。

队员2：我认为是因为没有人指挥他们，如果有人指挥他们怎样走，必须不会发生赌车的事情。

主持人1：对啊!要是有人指挥就好了!

队员1：是红绿灯。

主持人2：当红灯亮时我们怎样做

队员2：红灯亮了，车辆和行人就得停下来。

主持人2：绿灯呢黄灯呢

队员3：绿灯亮了，人们就能够走了。

队员4：黄灯亮了，人们要等一等。

主持人2：大家回答真棒!此刻我们开始做游戏吧。谁来演警察谁来演行人

(队员们演一演。)

(三)和交通标志交朋友

主持人1：为了我们不再付出血的代价，为了我们健康地成长，我们要学交通法规，还要和道路交通标志交朋友。

请大家拿出自我准备的各种交通标志(照片或图片)，让其他小队的队员说说这是什么交通标志、有什么作用，并向大家简单介绍。答对了的一组可竖一面小旗。

(四)擦亮眼睛辨是非。

(全体队员分为小队，进行抢答。)

1、看小品表演《踢球》两个小朋友在路边踢球，球不细心踢到了马路中央，一个小朋友因为捡球断送了一条腿。

2、看图片：在未画人行横道的马路上，有人突然改变行走路线、猛跑、后退;有人倚坐在人行道、车行道护栏上休息;有人为了图方便，从车行道的护栏上跨过去。

主持人2：瞧，学了交通法规，大家的交通安全意识加强了，一切是那样井然有序。愿我们每一个少先队员都知交通法规，守交通规则，爱惜生命，因为生命对于我们每个人仅有一次。

六、辅导员讲话：

队员们，今日的中队活动很成功，我们小朋友学做了警察叔叔，学到了很多交通安全知识。愿你们今后能自觉维护交通安全，人人遵守交通规则，注意交通安全，珍爱生命，做交通小卫士。

七、活动结束

心理班会的总结篇三

经过各班委精心准备和同学们的积极配合，主题班会取得了圆满成功。班会分为寻梦、追梦、圆梦三个部分，讨论了同学们生活与学习中遇到的问题，观看了励志视频，分享了追逐梦想的故事，展示了班级成果。此次主题班会上同学们交流了各自的梦想，增进了相互的了解。班会扩大了班级凝聚力，达到了预期目的，具有教育意义和启示性。 本次班会分为寻梦、追梦、圆梦三个部分。寻梦部分团支书与同学们分享了励志视频《马拉松的故事》，由此引起同学们对梦想的

思考。班委事前收集了同学们的困惑与问题，并分为自控力、爱情、提问与学习、自习与学习、生活五个大类，在追梦部分由同学们分为5个小组进行了讨论。讨论结束后，各小组对小组同学的意见进行了汇总，并选出代表上讲台进行了发言。整个过程氛围宽松活跃。之后，班长与大家分享了俞敏洪的励志演讲和乔布斯20xx年在斯坦福大学毕业典礼上的演讲，引发了同学们的共鸣，同学们上台畅谈对于理想的看法和分享自己成长的经历。圆梦部分，同学们互相交换了事先写有座右铭的卡片，让同学们互相激励，并向全班展示。最后，全班一起观看了由所有同学共同参与拍摄的班级视频《我的青春，我的梦》，将班会气氛推向了高潮。视频讲述了个人融入16班这个温暖的集体，追寻梦想的过程，同时还展示了写有同学们梦想的蝴蝶纸，对未来寄予了美好的憧憬和希望。

生活委员庄宇：我们班于11月x日下午开展了以“仰望星空”为主题的主题班会，班会进行的很顺利，在这个过程中我们学到了很多。在班会开始前十多天，我们班班委便开了一个小会议，为了将这次的班会搞好，我们详细规划这次的活动，明确了每个人的任务以及分工，充分发挥了每个同学的特长。为班会拍摄视频可以说是很重要的一个环节，同学们都积极参与，展示自己的风采。在这个过程中我们都增加了对彼此的了解，更加融入到十六班的集体中。从高中过度到大学这个过程我们都很迷茫，不知道自己该做什么？该怎么做？班会的过程中，班长以及团支书为我们找了很多励志的短片以及名人名言，让我们深受感动，让我们更加坚定自己的理想，并为之奋斗。在班会上我们可以根据个人的问题不同而分组讨论，讨论让我们更加清晰的认识到自己的问题所在，同时同组同学还会给出各种方法，虽然不一定全部适用，但起码让我们有了一个具体的方向。同学们之间互相交换卡片这个环节是非常不错的，来自同学的鼓励的话语将一直激励着我们！这次的班会让我认识到，梦想需要坚持！每个人都有自己的梦想，但并不是每个人的梦想都能够实现。通往梦想的路是曲折的，这需要的是我们不懈的努力与追求。还需要我们携手共进，一个人的力量始终是渺小的，我们要学会合作，

这样才能共赢！所以我们在日后的学习与生活中要坚定自己的梦想，同时也要与同学互相帮助，共同进步。找到属于自己的道路，坚定自己的梦想，让自己的青春无悔！

学习委员李旭：我们班在11月10以“仰望星空”为主题的班会，主要就我们进入大学重拾梦想以及其实践中会遇到的问题进行了讨论，这次班会点燃了我的激情，让我对未来又充满了希望！高三刚开始时成绩不太理想，很迷茫，不知道以后会去哪里，那时候，日子过的很单调，每天就是按照学校和老师指定的学习计划不断地重复着枯燥而乏味的复习生活，唯一的目标就是高考尽可能地考高分，将来读个好大学。后来高考考得还不错，来到了北邮，来到了信通，这是我新的家，在这里有来自全国各地的兄弟姐妹，和他们在一起感觉很好，大家亲如一家。但很快，新的问题出现了，大学中，几乎一切都是我们自己安排，习惯了在老师家长安排下生活的我，突然感觉到好迷茫，不知如何是好。每次看到别的同学按照自己有条不紊的忙这忙那，而我却抱着书本翻来翻去，不知道干啥好的时候，都会有一种深深的无力感。幸好此时召开了班会，会上给我影响最深刻的是大家自由讨论的环节，我忽然发现，刚进入大学的我们或多或少的有些迷茫，有些不知所措。我们都很主动的提出了自己应对问题的方法，又听了乔布斯的励志演讲，看了人生就好像一场马拉松的视频短片，对我的启发很大，同学们也都分享了发生在自己身边或自己的亲身经历的小故事，感觉很亲切！在同学们的建议中，我们拍了一个名为《我的青春，我的梦》的视频，在这里，我们大声说出了我的梦想。在大声吼出自己的梦想的那一刻，头脑有一种对自己的未来前所未有的清晰的认识。

11月的班会，我收获了很多。我将不再迷茫，因为我知道了我的方向，我也不会孤独，因为我知道我们的16班会是我温暖的家！

心理委员梁安睿：金秋十一月，我们班进行了“仰望星空”班会，身为一名班委，我观察到了大家为了这次班会而付出

的努力以及班会过后所获得的充实感。身为一名参与者，我从这次班会中，获得了许多，让我摆脱迷茫，向未来迈进。这一次班会中，班委成为这次班会的组织者，我很高兴能够为这个班会做些什么。我们一起拍视屏，写寄语，做了许多很傻但又很温暖的事。尤其是在拍摄“梦想我要大声说出来”这个环节，几乎每个寝室都经历了好几遍ng□那是因为大家都被自己搞笑的行为给笑场了，在这里很感谢拍摄的外班同学，居然拍摄那么多场都能坚持不笑。班会之后我们收到了来自别人的寄语。给我写这份寄语的女生很幽默，却十分令人安心——她说出了自己最诚恳的祝福。班会过程中，我们解决了许多开学期间所遇到的问题，如不想吃食堂怎么办、如何和异性搞好关系……班会无时无刻不充满着欢声笑语，我也在这种轻松的环境下摆脱了迷茫，坚定了自己的梦想。并且我相信自己有十足的底气说出自己的梦想，因为我知道，在我追梦的路上有我的小伙伴们一直陪着我。

1. 全班同学参与拍摄了《我的青春，我的梦》班级视频，面对镜头，同学们大声喊出自己的梦想，点燃了青春的激情。

2. 观看励志视频后，同学们心灵受到了震撼，引发同学们对人生、对梦想的思考。鼓励同学们树立远大的理想，并通过自己的努力去为未来做好准备，实现梦想。

3. 同学们分享了自己的成长故事，交换了写有座右铭的卡片，一起观看了写有自己梦想的蝴蝶纸，大家互相激励，相互陪伴，共同成长。

4. 班会上共同讨论面临的困惑，帮助同学们尽快走出初入大学时的迷茫，为自己的大学生活制定学业计划和以后的人生规划。

5. 本次班会为同学们相互了解提供了一个很好的机会，大家都积极地为班会出谋划策，在这个班集体中展示特长，施展才华，共同致力于将16班建设成为一个温暖的大家庭。这个

过程中，同学们相互理解，相互合作，既培养了团队精神，锻炼了自己的能力，又收获了真挚的友谊。

心理班会的总结篇四

在学校统一布置下，第十二周星期四最后一节课，我班举行了以感恩教育为主题的班会。先将活动情况作一简单总结。

一、活动目的

1、提高我班同学的感恩情怀

2、是同学懂得父爱母爱的伟大

3、通过感恩教育提高学生的认识和端正学生的学习态度，加强对父母的关心。提升班级的综合能力。

二、主题班会流程

(一)在《感恩的心》的歌声中拉开本次活动的序幕。全班共唱《感恩的心》，并诵读歌词。

(二)老师给同学讲述历史上感恩父母的故事，让学生静静倾听。

(三)让学生听后发表自己父母给予的爱的理解。

(四)说说自己身边爱的故事。

(五)谢老师给学生讲述现实生活中的一些感人的故事

(六)学生谈自己对故事的看法

(七)老师现场提问

1、你知道你父母的生日吗?

2、你知道你父母穿的鞋子鞋码是多少?

3、你父母的体重是多少?

4、你父母最爱吃的食物是什么?

5、你父母最喜欢穿什么颜色的衣服?

6、除了感恩父母我们还应该感谢谁?

(八)齐读古诗《游子吟》，再唱《感恩的心》

三、布置任务

为父母做一件表达感谢的小事。

四、活动结束

五、小结

通过这次主题班会同学们深受感动，有些同学在听故事的时候留下了泪水，懂得了父母对自己关爱，懂得了要感谢身边所有关爱自己的人，活动达到了预期目的。

心理班会的总结篇五

20xx年xx月xx号晚7点，护理班所有同学一起度过了一个愉快的夜晚。同时，莅临本次班会的嘉宾有10级年级辅导员李老师，院团委副书记卜xx同学，前青志协会长阳xx同学，前学生会办公室主任杨xx同学，爱心服务队队长谭x同学，社会实践部部长周xx同学等。

班会是在温馨的烛光和动人的音乐中开始的。在心形的烛光中，张xx同学给我们讲了一个心理大师的艰辛的成长道路，大家都被深深吸引了，听得很认真。在张xx同学最后一句“光明照亮人间”时，教室里的灯也亮了，顿时雷鸣般的掌声。接下来，亲爱的辅导员老师给我们致辞，让我们学到了很多做人的道理。而后，卜xx学长和阳xx学长跟我们交流他们在生活和工作中的经验。

整个班会中最精彩的部分就是玩“夹弹珠”的游戏的部分，游戏中所有嘉宾都参与了。其中，李老师和杨xx学长组成的一队输了，便惩罚他们表演节目。在我们的强烈要求下，在他们两的几经折腾下，他们终于合唱了一首刘德华的《今天》。是的，我们要记住今天，这个让人难忘的夜晚。而号称是黄金搭档的卜xx和阳xx学长同样接受了惩罚，他们极富创意的合唱了一首《团结就是力量》，把我们笑得前仰后翻。我们班的同学也踊跃参加游戏，大家玩的很尽兴。

游戏过后，肖xx□黄xx□彭xx□田xx□胡xx□刘xx一起演唱了《爱因为在经常心中》，跟随着音乐，我们的心都聚在了一起。音乐结束后，班会也进入了高潮阶段，在李强老师的带头下，在优美的背景音乐下，我们一个接一个上台在我们班的标志物上签上名字。

最后，全班同学和李老师一起合影，在大家的欢声笑语中，班会圆满结束。

这是一次难忘的体验，通过本次班会，加强同学之间的交流，提高同学们的积极性，加强班级凝聚力，丰富班级文化建设，让同学们掌握科学的心理调节方法，健康快乐的发展。

心理班会的总结篇六

活动由班委作了充分的准备工作，主要包括以下几个方面：

在活动前期，班委于周一上午联系陈老师确认老师参与我们的班会;周二至周三，班委作为组织者写好计划书，并联系好会议地点，及时通知班上同学，做好宣传工作;班会活动前，我们布置好会场，通知好相关人员。因此，我们对各项工作都做了细致的准备。

活动开始后，班委安排好人员，维护好了班会秩序，活跃了会议的气氛，活动结束后，我们欢送老师，安排好学生清理会场。总体来说，我们做好了组织和安排工作。

班会活动的主题是“感受幸福，感受快乐”。这一主题迎合了学生的要求，班委讲得仔细，学生们听得认真，大部分学生都认真做好笔记，并在会上积极提问，气氛非常活跃。所以，此次班会活动的效果是非常显著的，达到了我们预期的效果。

由于被邀老师临时开会，所以班会的时间有所推迟，这是本次班会的美中不足。

总体说来，本次班会从准备工作，组织和安排工作以及活动场面气氛上来讲都达到了很好的效果。我们应该吸取本次活动成功的经验，以便更好的指导今后的工作。

心理班会的总结篇七

我校防灾减灾的宣传氛围，唤起广大师生及家长对防灾减灾工作的高度重视，增强防灾减灾意识，普及推广防灾减灾和自救互救的技能。我校围绕“防灾减灾从我做起”这个主题，精心组织，周密安排，并在校内开展了一系列活动，真正把这个主题教育宣传活动落到实处。

一、加强领导，确保实效

为确保“防灾减灾”主题教育活动的实效性，5月6日下午放

学后，我校组织召开了全体教职工会议，根据上级精神，对各项工作进行了详细部署，并成立了以黄国林校长为组长的“防灾减灾”主题教育活动领导小组，完善“防灾减灾”主题教育活动领导机制。会上，学校领导要求全体教师首先从思想上要引起重视，增强安全意识，在学生中进行安全意识教育，抓住这次机会，提高应对紧急突发事件的能力。学校领导还着重强调，对于这样的活动，一定要注意安全，保障措施一定要到位，以确保这次演练活动顺利进行。

二、加大宣传力度，营造活动氛围

在此次“防灾减灾”主题教育活动工作中，我校把“防灾减灾”主题教育活动的宣传教育，与学校其它安全教育结合起来，有针对性，循序渐进地开展了安全教育工作，增强了全体师生的“防灾减灾从我做起”的意识，积极参与到“防灾减灾从我做起”工作中来。一是在学校悬挂“识别灾害风险，掌握减灾技能”的横幅，使全体师生树立“安全第一”的观念；二是利用国旗下的演讲，做好“防灾减灾从我做起”主题教育宣传工作；三是各班出一期“防灾减灾从我做起”主题教育知识板报，使学生增强防灾避险的能力；四是利用安全教育课，各班开展以“防灾减灾”知识等相关主题教育；五是利用致家长的一封信向全体家长宣传“防灾减灾”知识，普及防灾减灾知识。通过宣传教育，大大加强学生良好行为习惯的培养，克服麻痹思想，让学生牢固树立“时时讲安全、处处讲安全、安全第一”的思想意识。

三、加强隐患排查、确保校园安全

5月9日，我校开展了一次安全隐患大排查，查找安全隐患。针对校园门、窗、栏杆、围栏、教室、活动室、实验室可能存在的问题认真排查，做好记录，发现隐患，及时解决。

四、开展一次应急演练活动

全地进行疏散。学生反应迅速有秩序地按指定路线迅速撤离至操场空地。在撤离过程中，没有不安全现象发生。安全撤离后，各班主任就参加这次演练活动立即进行分析、小结和再教育。这次演练活动既是对我们应急避险的一次检验，也是师生的一次生命体验。不仅再次落实了我校应付突发事件的防范措施，而且也提高了师生实际应对和处置突发安全事件的能力，更进一步增强师生防震安全意识真正掌握在危险中迅速逃生、自救、互救的基本方法，提高抵御和应对紧急突发事件的能力。

总之，通过这次“防灾减灾日”教育活动，学生的防灾减灾意识有了一定程度的提高。我们今后将多方面多渠道继续加强防灾减灾知识和技能的教育，使防灾减灾意识植入每一个人的心中。

心理班会的总结篇八

我班召开了以“感恩”为主题活动。此次班会的目的，是想让大家真正理解感恩的含义，怀着一颗感恩的心去看待社会，孝敬父母、尊敬老师、关心同学，进而提高大家的思想情操。

我们每一个人都应该得到过别人的帮助和支持，我们也应该时刻感受到那些帮助你的人，一个人的成长，要感谢父母的恩惠，感谢国家的恩惠、感谢师长的恩惠、感谢所有人的恩惠。

感恩不仅仅是在于班会时同学们唱歌时候那么简单。感恩是一种形式，更是一种积极的人生态度、感恩生活给予我一切、感恩对手让我认识自己，看清别人；感恩快乐让我幸福，美好生活着；感恩伤痛让我学会了坚强，让感恩走进心灵，感恩需要你用心去体会和报答，感恩父母是我们人生的第一任老师，因为有感恩，才让我们懂得了生命的真谛。

常怀感恩之心，我们便会更加感激和怀想那些有恩于我们却

我们不言回报的每一个人。常怀感恩之心，便会给予别人更多的帮助和鼓励为最大的快乐，便能对落难者或者绝处求生的人们爱心融融地伸出援助之手，而且不求回报。常怀感恩之心。对别人对环境就会减少一分挑剔，而多一分欣赏。

此次班会举办的很成功，大家通过这次班会深深懂得了自己以前从未思考过得某些问题。通过唱一首《感恩的心》唱出了许多同学的心声。让同学们深深的明白了感恩的含义。更加懂得如何去感恩，学会感恩，实现人生的自我价值。

1、有同学们还存在不够认真的现象。

2、有些同学没有开口唱歌。还有的一些同学低着头，在玩手机。

3、时间紧，准备不够充分。

4、还有一些细节没有考虑到。

心理班会的总结篇九

教育目标通过学会感恩主题班会教育，使学生学会与父母平等沟通，正确认识父母对自己的关爱和教育，以及可能产生的矛盾，克服 逆反 心理。今天本站小编给大家找来了感恩主题班会的总结，希望能够帮助到大家。

10月22日晚上7点30分，计算机系11级计1班及2班全体同学在计算机楼108室开展了主题为“大学生感恩教育”的班会活动。此次活动目的是通过开展以“ 大学生感恩教育”为主题的安全知识教育班会，增强学生们的感恩意识，全力营造“感恩”文化，进一步拓展大学生思想教育、传统美德教育、文明礼仪等教育的内涵和外延、积极构建文明校园、亲情校园、和谐校园。进一步增强大学生的社会责任意识，树立报效祖

国思想;让大学生学会“知恩、感恩、报恩、施恩”，深刻理解孝敬父母、尊敬师长、关爱他人;保护环境、勤奋学习、回报社会;珍惜幸福、健康成长的重要意义。班会就大学生的日常生活有关感恩的问题进行了深入的讨论。

此次主题班会采用了(宣传活动的意义，举行感恩活动，以“感恩”为主题布置宣传板，悬挂条幅，创设校园感恩氛围，班级制订感恩活动方案以及召开感恩主题班会等新颖的方式。主要针对大学生的如下现状：如今大部分人都是独生子女，对家长的关怀以为是理所当然的事情，很多时候表现得比较自私。因此，我们可以看到开展“大学生感恩教育”主题班会的重要性。

感恩，是发自内心的一种情感。肯定是感有心生，表现于外。很多人不懂得感恩，是因为他没有对比，没有感受，没有苦与甜的比照。我们进行相关的教育，开展相应的活动，进行有效的宣传和灌输，需要营造一个相对的环境。大家注意否，在先进人物事迹报告会上，很多人感动的热泪盈眶，听过报告后往往表态，要学习那些先进人物，而且这样的感动能够维持一段时间。另外的例子，从教堂做完了弥撒或者观礼，人们往往心境平和，面带笑容和感动，为什么呢?因为刚刚经历了一次心灵的洗礼和感动，人们都能够得到一些精神的升华。

大学生开展感恩教育，主要是通过是多组织活动，让学生们在社会活动中感受别人的辛苦付出，感受生活的艰辛与丰富，逐步发现自己的一份努力，换来心灵的净化，在灵魂的升华上可以得到更多的精神享受。这样这种感恩教育才能够发乎情，止乎礼。恰到好处地完成精神文明建设的重要步骤。

生命只有在感恩中才能永葆活力，幸福只有在感恩中才能永具魅力。感恩构筑了我们美好的家园，成为连接亲朋好友的纽带。通过此次主题班会活动，我再一次深刻的休会到：懂得感恩是一种美德。体会感恩是一种幸福。学会感恩是一种

文明。懂得感恩，才会懂得付出。通过感恩教育，使学生感悟到了：父母养育了我们，老师教育了我们，同学朋友关心我们，他们在某一瞬间给了我们感动，让我们感受到了世界的美好;通过感恩教育，使学生感悟到了：思想和心灵受到了一次洗礼。 许多学生学会了发现爱、感受爱、懂得爱、播种爱、传播爱;通过感恩教育，学生体谅父母的多了，浪费的少了;学习的热情高了，逃课的少了;遵纪意识强了，违纪的少了;同学关系更融洽了，矛盾冲突少了;师生关系更和谐了，相互不理解的事少了;通过感恩教育，达到了培养人、教育人、提高学生综合素质的目的。

然而感恩教育不能流于表面，给父母洗脚固然一个重要的活动，但能不能从内心感激父母的辛劳和奉献，自觉主动地寻机回报，那才是感恩教育有了成效。

“谁言寸草心，报得三春晖”、“滴水之恩，当涌泉相报”，这样的诗词俗语传承着中华民族的感恩情结。然而，处在社会转型期，一些人的感恩意识在逐渐淡化，金钱和利益代替了人与人之间的真情相助和亲情关爱。因此，开展感恩教育是当代大学生思想教育和身心健康成长不可或缺的一课。

开展感恩活动，使我们大学生体会到：拥有一颗感恩的心，我们才懂得去孝敬父母、去尊敬师长、去关心帮助他人、去勤奋学习，去学会包容;开展感恩活动，对大学生起到了提示、启发、引导、教育的作用。他是思想教育新的载体、切入点和着力点;开展感恩活动，对于今天的大学生来说，它更是一种责任意识、自立意识、自尊意识和健全人格的培养;开展感恩活动，使大学生懂得了这个道理，在这个世界上，没有人必须为我们做什么，我们的收获并不都是自己的成就;开展感恩活动，在重要的纪念日、节日进行的效果更好，我们注意了活动的多样性、参与性和实效性。

由于在座的同学积极表现，使这次主题班会开得很有意义，很成功，希望能通过这次活动进一步增强我们的安全意识和

自我保护意识。让安全系着你、我、他;愿我们的生活每天都充满阳光和鲜花;愿平安永远着伴随我们大家!

感恩活动，我们在继续……

“拥抱亲情 感恩父母”的主题班会观摩课，短短的四十五分钟，使我感触很深。以下就是我对该班会活动课的几点感受与体会。

一、从整个班会课的开展来看，流程清晰，环节紧凑。

班会有三环节即“回顾篇——走进亲情、拥抱篇——体验亲情、行动篇——回报亲情”，以“情”带动贯穿始终。同学门积极参与响应，表现形式多样，有小品，有讲故事，有诗文朗诵，有小合唱等，特别是最后同学们用对爸妈的祝福做成的“感恩树”将班会的气氛推向了高潮。表现了同学们对这一活动的重视，展示了他们的内心丰富的一面。

二、从班会课的氛围来看，感情真挚，天地动容。

孟老师把主题转化成任务，并分成了一个个活动，引领学生的认知，提升情感。既重活动生成又重情感体验，体现学生的认知规律。

学生结合自己的实际生活，讲述自己被父母感动的故事，让老师和同学们一起分享他们的感动!从学生们平凡而又真实的故事里，我感受到了这些学生的内心的激动，生活中一向不爱向父母说声谢谢的学生们，这些生活中的琐事，他们却讲述得那么真切，生动，使得在场的同学们都潸然泪这个场面使我们在座的班主任都感到心酸，为之感动，心灵仿佛也受到了一种震撼。让学生在参与中体会父母的恩情，在平凡的小事中接受思想教育，完成感情的升华，从而来端正自己对父母的态度——尊敬孝顺自己的父母。这使我受到了启发和感悟。

三、从班会课的目的与意义来看，切合实际，引起共鸣。

本次班会主题以感恩父母为主，目的要让同学们懂得父母付出的艰辛，学会理解他们，体谅他们，并学会如何感恩父母，从而激励同学们勤奋学习。我相信，通过此次班会，加强了同学们的感恩意识。能够更加全面的思考问题，设身处地地为父母着想。这次班会之后，同学们的思想认识又上升了一个台阶。我们要感恩于父母，是他们赐予我们养育之恩，其实回报于他们的并不一定非要做出轰轰烈烈的大事，从帮他们做家务开始，抑或是平常日子里一句贴心的话语都是最好的形式。感恩不只是口头的，更重要的在于行动，感恩从现在开始。

四、针对这节班会观摩课，说说我的收获与体会。

班会课是学生展示自我的平台，作为班主任应该多些指导，多些鼓励，多些支持学生参与其中，亲身感受。一节好的班会课，不在于排场要多铺张，形式要多丰富，而在于学生能否从中有所体会，有所感受，有所收获。班会课后，班主任应该就该班会进行必要的总结，点出重点，或给学生一个温馨的提示，或给学生一个正确的指引，或给学生一个暖和的祝福，这样会取得更好的效果。

20xx年11月26日，感恩在我心的主题班会活动在水教306举行，虽然只是一场班级规模的班会活动，但是，这着实让我明白了许多。 从外国关于感恩这个词的历史来讲，感恩节的起源是来源于“五月花”号满载清教徒去往美洲开始的，在美洲他们遇到了难以想象的困难，是当地的印第安人帮他们度过了严冬，教他们狩猎，种植，等生活技能。丰收之后的清教徒邀请印第安人来庆祝，规定专门的日子作为感恩节。

看我们华夏的漫长历史，《诗经》中载：投我以木桃，报之以琼瑶。从“木桃”到“琼瑶”，只是一枚感谢的种子而已——却蕴含了一份重要的感恩之情。或许，木桃对他而言，

已是上上之品，你报之以琼瑶，也未必就是倾其所有——譬如就是一声由衷的“感谢”吧。 “涓滴之恩，当以涌泉相报”。书面记载最早为清代的《增广贤文·朱子家训》，原为民间俗语，可见，感恩的传统在中国的历史上有重要的地位，以致在平民中，感恩都作为一种文化来传承。 感恩是个涉及古今中外的话题，在外国有，在中国有，在古代有，在近代有，在现代，我们也要传承其优良的作风。 感恩是荣耀的，因为它是个古今中外的美德;感恩是幸福的，因为感恩，拉近了我们于先贤的距离，缩小了我们与世界的距离。

其次，感恩你的朋友。“朋友不曾孤单过，一声朋友你会懂，还有伤，还有痛，还要走，还有我。”这是《朋友》里的一句歌词。分享你的喜与忧，和你同甘共苦，真正的朋友是值得你感恩的。面对变化万千的世界，每天总有大量的事情需要处理，能够在身边为你出一臂之力的，往往是你的那帮哥们，是你的朋友。感恩你的朋友，急人所急。让你的朋友感到你的力量。

感恩社会，感恩自然，感恩国家，感恩你的战友，感恩你的对手，感恩你的下属，感恩你的领导,,,,感恩的对象是在是太多!

其实，感恩的对象有很多很多，我们是不能一一例举的，拥有一颗感恩的心，让感恩在我心中。这才是最重要的!

心理班会的总结篇十

为了响应学院五月心理月活动号召，提高我班同学的心理健康知识水平，增强心理健康意识。加强沟通，建立和谐的人际关系。同时在学院掀起关注心理健康的热潮，让更多的人来关注大学生的心理健康问题，让更多的人对心理健康引起足够重视，我班举行了主题为“和谐班级，你我共建”的心理健康主题班会。出席本次班会的领导有学院学生处张和平

处长，贸易经济系鲁超基副主任，还有俞雪娇老师，辅导员李标华老师，班主任邹小焱老师以及11市场营销1班的全体同学。

主题班会共分五个环节：

第一个环节：理解万岁，心理知识大普及。

首先，主持人上台就大学生心理健康问题，进行简单叙述，引出本次班会主题；接着由班主任小焱老师给大家讲解“525————大学生心理健康日”的由来和大学主题班会活动“和谐班级，你我共建”心理健康的重要性，并进行心理知识的问答。同学们听得认真，抢答积极。

第二个环节：爱的奉献，关心友爱在派送。由黎志航，黄旭同学表演唱歌，为大家带来精彩演出的同时，更是为本班在家养病的杨丽莎同学送上祝福。

第三个环节：彼此包容，心理状况齐测试。由主持人引领大家做一个心理测试。让抽号软件随机抽出3个学号，抽中的同学上台公布自己的选择，查看答案。通过一个简短的潜意识心理测试，让同学们对加深对自己的了解。测试进行了三轮，大家还意犹未尽。通过以上活动，大家进一步明白了心理健康的重要性。

第四个环节：和谐共荣，美好时光共回忆。由主持人及其工作人员放出本班近一年的照片：“我们的纪念册”，勾起了同学们从开学到现在的每一天的回忆；特别是班委会秘书长宋玲玲同学在本班念出一篇由她默默无闻地为我们记录下我们班级日志……大家感动了。还有舞蹈表演：“舞动青春”，梁雨冰，邓雪莹同学精彩的舞蹈表演更博到了同学们的阵阵尖叫。

第五个环节：关怀常驻，心灵寄语大赠送。班主任再次上台，

写出了本次班会主题：加强沟通、彼此包容、理解万岁、和谐共荣。辅导员也给大家提出了期望。特请学院学生处张和平为我们优秀宿舍颁奖，张处长对于本次给予了肯定。接着贸易经济系鲁超基副主任为本次心理健康主题班会作了总结发言，他提到了，要加深对自己和对他人的了解，真正共成长，突破自我；并鼓励大家，争取在各方面做得更好。工作人员收集爱心寄语卡，在全班同学起立齐唱《朋友》的歌声中，主持人宣布班会结束。

本次活动不足之处：

7人缺席，其中5人无故；主持人对大家情绪的调动还有待提高；心理剧没演成；部分同学纪律观念还要提高。通过这次主题班会，让同学们了解了我院心理健康教育服务机构以及服务内容。让我们更深地认识了心理与个人成长的重要关系。让大家加强了沟通，让大家在11市场营销1班这个大家庭里感受到家的温暖和幸福，使同学们更加团结友爱，让我们的班级更具凝聚力。更希望通过此次活动让我们11市场营销1班的同学们踏上通向人生的正确道路，让各位同学能以崭新的姿态和饱满的热情迎接精彩的生活。克服种种困难，以正确的心态去面对每天的学习和生活。加油，11市营1！