

2023年心理班会心得体会(通用6篇)

学习中的快乐，产生于对学习内容的兴趣和深入。世上所有的人都是喜欢学习的，只是学习的方法和内容不同而已。我们应该重视心得体会，将其作为一种宝贵的财富，不断积累和分享。以下是我帮大家整理的最新心得体会范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

心理班会心得体会篇一

第一段：引言（200字）

新冠疫情来袭，生活和工作都发生了巨大的变化。人们需要去适应这种变化，包括调整自己的心态。在这个特殊时期，心理抗疫变得尤为重要。如何通过心理抗疫来应对挑战？在这次主题班会上，我会分享我的经验和观点，希望能给大家带来一些帮助。

第二段：认识疫情与自我调节（200字）

首先，我们需要充分认识疫情对我们生活造成的影响。面对这种不确定性和恐惧感，我们可以采取积极的自我调节方式，如坚持锻炼、保持充足的睡眠，加强我们日常生活中的交流以及维持积极的情感状态。当我们承认现实状况并付诸行动时，我们就能够把疫情所带来的负面情绪降至最低。

第三段：设立目标与调整思维（200字）

其次，我们应该为自己设立既具体又可行的目标。设立目标可以帮助我们保持动力和积极性，也有助于我们集中注意力和培养毅力。同时，在设立目标的过程中，我们也需要调整思维方式。改变我们的思维方式可以缓解焦虑感和抑郁情绪，从而让我们更加有韧性地应对疫情。

第四段：保持善于寻求帮助的态度（200字）

在面对突发事件时，可能会感到疲惫和无能为力。这时候，我们需要培养一种善于寻求帮助的态度。可以与亲朋好友多进行交流和沟通，主动跟老师或专业心理咨询师寻求帮助。在这个过程中，我们也可以认识到自己的弱点和瓶颈，为成长和发展制定可操作的计划。

第五段：总结（200字）

在这个特殊时期，我们需要适应变化和不确定性。而心理抗疫是一项重要的技能，可以帮助我们应对每一个挑战。通过认识疫情和自我调节、设立目标和调整思维、以及保持善于寻求帮助的态度，我们能够更加自信和坚韧地面对可能出现的困难和挑战。让我们共同加油，战胜疫情！

心理班会心得体会篇二

[二]、活动目标：学生经过活动，寻找他人的优点，学会欣赏他人，解决如何与人共处，团结合作的问题。

[三]、活动过程：

一、同学们，看你们这一张张可爱的小脸，就如同一朵朵盛开的童子面茶花，如果你肯笑一笑，相信这朵花会开得更灿烂、绚丽，不信，你试试看！

好美！真心期望你们天天欢乐，笑口常开！

可是，在咱班有不少同学有他们内心的烦恼，而这些烦恼大多来自于同学间的相处，有的甚至提出要求调换同桌、小组、宿舍。那么同学之间究竟应当如何相处，才能消除烦恼，使自我欢乐起来呢这正是我们今日要来解决的问题。

二、首先，请同学们来欣赏一段散文，看看能否从中受点启发。

(展示课件1)学会欣赏一棵树

一棵树，若花不好看，也许叶子好看；花叶都不足观，也许枝干错落有致；花叶枝干皆不中看，也许它生的位置很好，在蓝天白云的衬托下，远远地看起来，流露出几分美感。只要你肯去欣赏它，总能够发现它的美。

提问：1、同学们，这段话什么意思，你怎样理解它

2、从这段散文中你受到什么启发

三、那我们为什么要学会欣赏，欣赏又有何作用呢我再请你们观赏一个精彩的故事。(展示课件2)

《山羊和骆驼的故事》(略)

师提问：看了这段故事，你有何收获，能否跟教师，同学们说一说。(生答略)

四、所以，教师期望你们首先要学会欣赏他人，那到底应当如何欣赏一个人呢教师这儿有几种行为，请同学们谈谈你怎样欣赏他们。(展示课件3)

(1)小刚趁同桌不注意，悄悄地取走了她放在书包里的十元钱后听教师分析这种行为的危害性，他又悄悄地将钱放回原处。(生答略)

师点评：欣赏也是有原则的，小刚偷拿加别人的钱，这种行为极不道德，我们不能欣赏；小刚经过自我教育，知错改错，这一点值得我们欣赏。

(2)考试卷发下来了，欣欣得了“优”，他十分开心，而丽丽

呢，只得了个“良”，她十分难过，悲痛地哭了。（师问：你欣赏谁欣赏他哪一点）

哭过这后，丽丽擦去脸上的泪水，应对自我做错的题，她重新思索，实在弄不明白的，她又去请教欣欣，欣欣呢，也没嘲笑丽丽，而是耐心地为她讲解，一遍又一遍，直到丽丽真正明白为止。（师问：请问你们怎样欣赏他们）

生答略，师随机点评。

五、看来同学们的认识也有所提高，那我们就来看看身边的同学，从他们身上发现闪光点，来欣赏他们，优点大家说，来个优点“轰炸”如何谁先来说。（展示课件4）

1、单个同学举事例说明，师请被欣赏的同学谈感受，谈体会。师适时恰当点评。例如，让学生自悟出，欣赏他人也是自我学习、提高、提高的过程，你尊重、理解别人，就会得到别人的友情，你就会觉得欢乐；欣赏别人的同时，也要欣赏自我，悦纳自我。

2、邀请几位同学做嘉宾上场，请大家来欣赏他们，帮他们找优点，师请嘉宾谈感受与体会。

师点评：被人欣赏是一种欢乐、幸福，能找到自信，会更加努力。

3、小组内交流，互相欣赏。请两个小组上场，演示如何互相欣赏。师点评。

六、同学们找的优点还真不少，优点“轰炸”了我们班，大家说也说不完，其实“金无足赤，人无完人”，我们仅有学会欣赏别人，才会包容他人的缺点，变得宽容，欣赏别人的优点，提高完善自我。欣赏别人，被人欣赏同样欢乐。仅有这样，你才能与人相处愉快。

下头，咱们简便一下，我请三组同学上场，参与一个游戏。

游戏规则：三人一组，分别遮住一人的眼，绑住一人的双手和另外一人的双腿，代表不一样的人自身存在不一样的优、缺点，再给每组两个球，代表贵重物品。要求三人团结合作。将贵重物品运送到目的地。学生游戏过程(略)

师：简便趣味的游戏结束了，你有何收获

生答(略)

师点评：仅有彼此欣赏，团结合作，才能将一件事情做成功。

七、是啊，看来欣赏的确是具有一种神奇的力量。(展示课件5)

《欣赏是一种神奇的力量》

细细地欣赏自己周围的人与事，

你会发现生活本来就很完美。

欣赏是一种神奇的力量，

它会冲洗掉你内心的嫉妒和烦躁。

你能欣赏别人学业的精湛，

你的成绩也会步步攀高；

你能欣赏别人品格的纯正，

你的心胸也会像大海一样掀起波涛。

你能欣赏大地的每一道晨曦，

你能欣赏天空中的每一丝细雨，
你就会有一个明净而清新的头脑。

你能欣赏自我点点滴滴的提高，
你的前程就会被金色的阳光笼罩；

你能欣赏父母遗传给你的各种特点，
你就具有世界上最赏心悦目的容貌。

欣赏是一种神奇的力量，
它使你充满自信，永不烦恼；

欣赏是一种神奇的力量，
它使人铁人生更绚丽，生活更完美！

师总结：这首诗真正道出了欣赏的作用，期望你们从小学会宽容，学会欣赏，培养广阔的胸襟，学会与人共处，团结合作，将来才能成就一番事业。

人生难免会遇到几种烦恼和困难，期望同学们学会自我调节，坚持欢乐的心境，才能有信心，有勇气去战胜困难。世界上风光旖旎，等着你去欣赏，古今中外文化渊博，等着你去欣赏，期望你们笑对人生。

心理班会心得体会篇三

第一段：引言（大约200字）

心理学主题班会是一种以心理学为核心内容的班会形式，旨在帮助学生了解并解决自身心理问题。在参加心理学主题班

会的过程中，我逐渐认识到心理健康的重要性，并且学会了一些自我调节的方法，这对我的成长有着积极的影响。

第二段：了解心理问题（大约200字）

在心理学主题班会中，我认识到心理问题是我們日常生活中不可避免的一部分。无论是压力、焦虑、抑郁还是人际关系等，这些问题都可能影响我们的学习和生活。通过专业的心理老师的指导，我学会了识别心理问题的迹象，并意识到及早寻求帮助的重要性。同时，我还了解到每个人都有心理问题的可能性，这帮助我更加理解并尊重他人的情感需求。

第三段：培养心理健康（大约200字）

心理学主题班会的另一个重要目的是培养学生的心理健康。通过参与各种心理活动，我逐渐掌握了一些自我调节的技巧。例如，我学会了通过呼吸和冥想来放松自己，以减轻压力和焦虑。此外，我还了解到积极乐观的态度对心理健康的影响，因此我开始尝试以积极的心态面对生活中的困难，这使我更加乐观向上。

第四段：增进情感交流（大约200字）

心理学主题班会也为学生提供了一个开放坦诚地表达自己情感的平台。通过参与班会中的小组讨论和互动活动，我与同学们建立了更深入的情感联系。我感受到了他人的关心和支持，并且也学会了关心并倾听他人的需求。这种情感交流不仅增进了我的人际关系，还让我更好地理解自己和他人的情感需求。

第五段：应用与总结（大约200字）

通过参与心理学主题班会，我不仅了解了心理问题的重要性，还掌握了一些自我调节的技巧，并且增进了与他人的情感交

流。这些领悟不仅对我个人的成长有着积极的意义，还让我能够更好地帮助身边需要帮助的人。作为一名学生，我会将这些知识和技巧应用于我的学习和生活中，以提升自己的心理健康水平。同时，我也希望通过自己的努力和影响，能够为班集体和身边的人创造更加和谐、积极的心理环境。

结尾（大约100字）

心理学主题班会是一种帮助学生了解并解决心理问题的有效方式。通过参与班会，我深刻认识到心理健康的重要性，学会了一些自我调节的方法，并且增进了与他人的情感交流。我相信这些经历和收获将对我的未来产生积极的影响，让我成为一个更加健康、更加快乐的人。

心理班会心得体会篇四

活动目标：

- 1、 让同学懂得交友应注意的误区，通过活动，消除困惑，走出误区；
- 2、 感受人生的欢乐和幸福，从而以一颗积极乐观的心来善待周围的每一个人，善待生命的每一天。

活动准备：

- 3、 班会活动前由值周班长负责布置好场地。

活动过程：

主持1：盼望着长大的童年在不知不觉中远去，步入中学的少年陆续受到青春之神的点化，渐渐地拥有了属于自己的“成熟与长大的脸”。

主持2：稚气日颓的身影闪烁着青春的光彩，充满着青春的活力。

主持1：颗颗年轻的心，翻腾着青春着浪潮；

主持2：颗颗年轻的心，品尝着青春的滋味。

主持1：在这花季雨季的岁月里，给我们这些少男少女带来了兴奋和惊喜，也带来了焦躁和烦恼。

主持2：在这五光十色的妙龄里，多了些梦幻，多了些朦胧的“爱”。

合：同学之际，男女之间——《我们都是好朋友》主题班会现在开始。

主持人1：今天，主题班会的主要议题是：“走出同学交往的心理误区”。在本班会召开之前已按要求，由同学们准备话题，按预先设计的程序进行。

主持人2：下面先请班主任老师讲话。

班主任：同学们，非常高兴地看到你们长大了，然而在你们成长途中，竟会有那么多的烦恼。今天特地把你们平时谈论的热门话题——“同学的交往”摆在你们面前，我相信你们一定会正确处理。我只是希望大家说心里话，要实话实说。下面的时间就留给同学们吧。

(每组组长提出话题，集体讨论，组长代表本组小结)

话题一：友情是亲密的，要不得距离

话题的小结：建立良好人际关系的重要条件是心理相容，而促进心理相容的途径之一就是彼此缩短心理距离。从这个角度看，彼此之间心理距离近是件好事。然而物极必反，两人

距离太近了，也会令人不舒服。这是因在人际交往中，每个人都要求独占一定的空间，此空间叫人际空间。由于它像一个大气泡包围这一个人，因此有的心理学家就形象地称之为“人际气泡”。距离太近了，“人际气泡就会相互挤压，其独立的要求就得不到满足，人于是就有了被侵扰得不舒服感。可见，人们一方面需要与他人建立密切得关系，另一方面又需要一定的独享的心理空间。日常学习生活中，很多同学一度关系很好，无论做什么都要结伴而行，甚至入厕也要同行，可结果往往是好景不长，或渐渐疏远，或不欢而散。以致有的同学抱怨说，我对他很好，他为什么疏远我，背叛我？其实，哪里是什么疏远与背叛，很大程度上是对方感觉到“人际气泡”的“拥挤”，想尝试着拉开一点距离，而种尝试一旦得不到另一方的理解甚至被误会，结果可想而知。所以距离实在是很微妙的东西，太远了，不，无法沟通；太近了，也不行。适当地拉开一点距离，不仅可以使双方获得足够的心理自由度，感到舒服和自在，还可以增加距离美感，从而让关系更为融洽和谐。如何亲密而又有间？有人说若即若离，这万万不可，因为它给人的是一种对友谊不忠诚的感觉。但我们可以从调整空间距离入手，来控制与之密切相关的心理距离的远近。当然最重要的还是双方日常活动保持一些独立性，不要你说什么我就说什么，我做什么你就做什么。好友之间多培养些独立性，减少些依赖性，；行动上就自由了，心理上也就自由了，距离感也就恰当了。适度的距离更会使人享受到友谊的快乐。

生硬地回避着，那“疖子”无法出头，友谊只会渐渐霉变。冲突并不可怕，可怕的是冲突发生时我们可能会因无法控制住自己的情绪，无法保持清醒的理智而伤害到友情。对此，我们必须牢记这样的原则，即面对对方突发的言行，不能针尖对麦芒以牙还牙，而应该采取谅解与宽容的态度，驾驭住情绪，让智慧支配言行，让善良支配智慧，善待对方，化解冲突。

话题小结：中学时代是打基础时期，将来从事何种事业还没

有定向，对每个中学生来说，今后的生活道路还很长，各人将来将从事什么职业，在什么地方工作，都是难以预测的，而且随着时间的流逝，生活的变迁，各人的思想感情将不断发生变化。中学时代的山盟海誓往往经不起现实生活的严峻考验，中学时代的早恋十有九不能结出爱情的甜果，而只能酿成生活的苦酒。中学生的早恋往往是情感强烈，认识模糊。相爱的原因往往极其简单，没有牢固的思想基础，比如有的是受对异性的好奇心、神秘感的驱使；有的是以貌取人，为对方的外表风度所吸引；有的是羡慕对方的知识和才能；有的是由于偶然的巧遇对对方产生好感，等等。中学生的早恋好比驶入大海的没有罗盘、没有舵的航路，时隐伏着触礁沉没的危险。因此，可以积极参加一些文娱体育活动，培养自己的阅读兴趣，在这些活动中培养健康情趣，发展爱好特长，使过剩的“青春能量”得到有益有效的利用；还可以在各种活动中促进异性同学间的相互了解，学会如何尊重异性，学会与异性相处的基本礼节和能力；假如收到情信，你不知如何处理，可以去咨询心理健康老师，或者与你信任的老师交谈，让他们帮你出谋划策。

班主任老师：同学们，这次活动组织得十分成功，同学们几乎成了心理健康研究的小专家了。刚才同学们就“同学们交往的三个心理问题”谈话非常切中，道理也说得很对。我想同学们应该明白一个事实：中学时期是个体、人际关系相对单纯的时候，这一时期同学的人际关系交往的对象主要是父母、老师和同龄伙伴，人际之间少有直接的利益冲突。如果此时的每个同学都能以自然、坦诚、平等、友好的态度对待他人，能够理解他人的情感需要，尊重他人的权益、意志，真诚地赞美、善意地批评与帮助他人，一定能与他人保持和发展融洽的关系，并从中获得友谊和生活的乐趣。

活动目标：学生通过活动，寻找他人的优点，学会欣赏他人，解决如何与人共处，团结合作的问题。

活动过程：

一、导语： 同学们，看你们这一张张可爱的小脸，就如同一朵朵盛开的童子面茶花，如果你肯笑一笑，相信这朵花会开得更灿烂、绚丽，不信，你试试看！

好美！真心希望你们天天快乐，笑口常开！

可是，在咱班有不少同学有他们内心的烦恼，而这些烦恼大多来自于同学间的相处，有的甚至提出要求调换同桌、小组。那么同学之间究竟应该如何相处，才能消除烦恼，使自己快乐起来呢？这正是我们今天要来解决的问题。

二、首先，请同学们来欣赏一段散文，看看能否从中受点启发。

(展示课件1)学会欣赏一棵树

一棵树，若花不好看，也许叶子好看；花叶都不足观，也许枝干错落有致；花叶枝干皆不中看，也许它生的位置很好，在蓝天白云的衬托下，远远地看起来，流露出几分美感。只要你肯去欣赏它，总可以发现它的美。

提问：1、同学们，这段话什么意思，你怎样理解它？

2、从这段散文中你受到什么启发？

三、那我们为什么要学会欣赏，欣赏又有何作用呢？我再请你们观赏一个精彩的故事。(展示课件2)

《山羊和骆驼的故事》(略)

师提问：看了这段故事，你有何收获，能否跟老师，同学们说一说。(生答略)

四、所以，教师希望你们首先要学会欣赏他人，那到底应该如何欣赏一个人呢？老师这儿有几种行为，请同学们谈谈你怎

样欣赏他们。(展示课件3)

(1) 小刚趁同桌不注意，悄悄地取走了她放在书包里的十元钱后听老师分析这种行为的危害性，他又悄悄地将钱放回原处。(生答略)

师点评：欣赏也是有原则的，小刚偷拿加别人的钱，这种行为极不道德，我们不能欣赏；小刚通过自我教育，知错改错，这一点值得我们欣赏。

(2) 考试卷发下来了，欣欣得了“优”，他十分开心，而丽丽呢，只得了个“良”，她十分难过，伤心地哭了。(师问：你欣赏谁？欣赏他哪一点？)

哭过这后，丽丽擦去脸上的泪水，面对自己做错的题，她重新思索，实在弄不明白的，她又去请教欣欣，欣欣呢，也没嘲笑丽丽，而是耐心地为她讲解，一遍又一遍，直到丽丽真正明白为止。(师问：请问你们怎样欣赏他们？)

生答略，师随机点评。

五、看来同学们的认识也有所提高，那我们就来看看身边的同学，从他们身上发现闪光点，来欣赏他们，优点大家说，来个优点“轰炸”如何？谁先来说。(展示课件4)

1、单个同学举事例说明，师请被欣赏的同学谈感受，谈体会。师适时恰当点评。例如，让学生自悟出，欣赏他人也是自己学习、进步、提高的过程，你尊重、理解别人，就会得到别人的友情，你就会觉得快乐；欣赏别人的同时，也要欣赏自己，悦纳自己。

2、邀请几位同学做嘉宾上场，请大家来欣赏他们，帮他们找优点，师请嘉宾谈感受与体会。

师点评：被人欣赏是一种快乐、幸福，能找到自信，会更加努力。

3、小组内交流，互相欣赏。请两个小组上场，演示如何互相欣赏。师点评。

六、同学们找的优点还真不少，优点“轰炸”了我们班，大家说也说不完，其实“金无足赤，人无完人”，我们只有学会欣赏别人，才会包容他人的缺点，变得宽容，欣赏别人的优点，提高完善自己。欣赏别人，被人欣赏同样快乐。只有这样，你才能与人相处愉快。

下面，咱们轻松一下，我请三组同学上场，参与一个游戏。

游戏规则：三人一组，分别遮住一人的眼，绑住一人的双手和另外一人的双腿，代表不同的人自身存在不同的优、缺点，再给每组两个球，代表贵重物品。要求三人团结合作。将贵重物品运送到目的地。学生游戏过程(略)

师：轻松有趣的游戏结束了，你有何收获？

生答(略)

师点评：只有彼此欣赏，团结合作，才能将一件事情做成功。

七、是啊，看来欣赏的确是具有一种神奇的力量。(展示课件5)

《欣赏是一种神奇的力量》

细细地欣赏自己周围的人与事，

你会发现生活本来就很美好。

欣赏是一种神奇的力量，

它会冲洗掉你内心的嫉妒和烦躁。

你能欣赏别人学业的精湛，

你的成绩也会步步樊高；

你能欣赏别人品格的纯正，

你的心胸也会像大海一样掀起波涛。

你能欣赏大地的每一道晨曦，

你能欣赏天空中的每一丝细雨，

你就会有一个明净而清新的头脑。

你能欣赏自己点点滴滴的进步，

你的前程就会被金色的阳光笼罩；

你能欣赏父母遗传给你的各种特点，

你就具有世界上最赏心悦目的容貌。

欣赏是一种神奇的力量，

它使你充满自信，永不烦恼；

欣赏是一种神奇的力量，

它使人铁人生更绚丽，生活更美好！

师总结：这首诗真正道出了欣赏的作用，希望你们从小学会宽容，学会欣赏，培养广阔的胸襟，学会与人共处，团结合作，将来才能成就一番事业。

人生难免会遇到几种烦恼和困难，希望同学们学会自我调节，保持快乐的心情，才能有信心，有勇气去战胜困难。世界上风光旖旎，等着你去欣赏，古今中外文化渊博，等着你去欣赏，希望你们笑对人生。

心理班会心得体会篇五

近年来，随着社会压力的不断增大和生活节奏的加快，人们的心理问题越来越受到关注。为了帮助学生更好地了解 and 应对心理问题，我校开展了心理问题主题班会。在这次班会中，我获得了许多有益的启示和体会。下面我将从五个方面详细阐述我的心得。

首先，心理问题主题班会的目的和意义。心理问题主题班会是为了引导学生关心自己的内心世界，积极应对生活中遇到的困难和压力，有助于提高心理健康水平。通过这次班会，我认识到心理健康问题不仅仅是一个个人问题，也是学校和社会问题，关系到教育和社会的可持续发展。只有通过系统的心理教育，才能培养学生良好的心理素质，让他们更好地应对挫折和困难。

其次，心理问题主题班会的形式和内容。心理问题主题班会以讲座和小组讨论的形式展开，内容涵盖了心理问题的基本知识、自我认知和情绪管理技巧以及心理健康的保持。在讲座中，专家详细讲解了各类心理问题的成因、表现和处理方法，让我们对自己可能面临的心理问题有了更清晰的认识。同时，在小组讨论中，我们也可以分享自己的心理问题和经验，相互帮助和支持，并得到心理专家的专业指导。

第三，心理问题主题班会的效果。通过这次班会，我深刻体会到了心理问题的普遍性和严重性。心理问题不仅限于少数人，而是每个人都可能面临的挑战。班会的内容和形式让我们对自己的心理问题能够有更深入的认识和认识，并提供了

具体的解决方法。同时，这次班会也让我们感受到了学校和社会对于学生心理健康的重视，增强了我们寻求帮助和解决困难的勇气。

第四，我个人的收获和感悟。在这次班会中，我意识到了自己对于自我认知和情绪管理方面的不足，也发现了自己在应对压力和困难时的盲区。通过专家的讲解和小组的讨论，我学习到了很多重要的心理技巧，例如情绪调节、积极心态养成和压力释放等。同时，我也意识到，心理问题是需要主动去面对和解决的，不能忽视也不能推卸责任。只有主动关心自己的心理健康，才能更好地应对生活中的各种困难和挑战。

最后，心理问题主题班会对于学校和社会的启示和建议。通过这次班会，我认识到学校和社会应该加大对于学生心理教育的投入和重视。学校可以设置更多的心理辅导师岗位，提供更丰富的心理健康教育内容。同时，社会也可以开展更多的心理健康宣传活动，形成全社会共同关注和关心心理问题的氛围。此外，家庭和个人也要共同参与到心理教育中来，形成“家校社会”共同育人的良好合力。

总之，心理问题主题班会是一次非常有意义的活动，通过这次班会，我深刻认识到了心理问题的重要性和普遍性。希望学校能够继续开展这样的活动，为学生提供更全面的心理教育和帮助，让每个学生都能够健康、快乐地成长。同时，我也将会把在这次班会中学到的知识和技巧运用到自己的生活中，不断提升自己的心理素质，积极应对生活和学习中的各类挑战和困难。

心理班会心得体会篇六

从进入大学到现在，随着学习、工作等各方面压力的不断增大，有些同学们的心理有了一定的变化，摆正心态，迎接新的挑战，已经成为我们班当下不可忽视的问题。有必要开展一节心理主题班会，增强同学们的心理健康意识，提高同学

们心理健康水平。

通过活动让同学们了解健康心理的新概念;让同学们认识到关爱的力量、协助的力量;同时,让同学们在轻松的气氛下调节身心,提高班级凝聚力,构建和谐的设计二班。

摆正心态,圆我大学梦

10级平面设计2班全体学生

12月1日

待定

精美礼品、音响等

(一)活动前期工作:

申请教室、购买活动所需要的物品,安排等“海报制作”各班干具体的工作。

(二)活动开始:

(1)支持人讲话,请班主任为这次活动做重要讲话,宣布活动开始。

(2)请我们班的k王刘一贤同学高歌一曲。

(3)文字接龙。以宿舍为单位分组,进行语言传达。让同学在集体中感受到快乐,增强集体观念。认识到未来的社会合作的重要性。

学小猫、小狗等小动物叫,唱歌,跳舞等】

(5)请我们班的廖俊英同学为我们歌唱。

(三) 心理测验：

(心理健康测试表另外附件)

(四) 请班主任对我们的这次班会举行评点和总结
约35元。

10级平面设计2班班委

二〇一〇年十一月二十四日