

2023年大学心理健康报告论文题目 大学生心理健康心理分析报告(大全8篇)

“报告”使用范围很广，按照上级部署或工作计划，每完成一项任务，一般都要向上级写报告，反映工作中的基本情况、工作中取得的经验教训、存在的问题以及今后工作设想等，以取得上级领导部门的指导。优秀的报告都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？下面是小编为大家整理的报告范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

大学心理健康报告论文题目篇一

大学生健康问题是我們大学生目前所关注的重要话题之一，同时大学生心理健康也需要更多的关注和合理疏导，因为大学生作为社会的佼佼者往往背负着更多的心理压力，所以小编整理了大学生心理健康教育学习心得体会，希望同学们多多参考并有所启发和点拨。

大学生健康问题是我們大学生目前所关注的重要话题之一，这学期，我们学习了大学生健康教育这门课程。经过了几个礼拜的学习，我学到了许多有关于大学生健康方面的知识。这些知识的学习，有助于我们更好的认识当前大学生中存在的健康问题。下面就是本人学习之后的心得体会：

大学生是从为数众多的中学生中选拔出来的佼佼者，在心理上有很强的优越感和自豪感。但是与此同时，大学生则承受着更大的压力和挑战。大学生往往自视甚高，很容易受挫折，并随之发生一系列心理卫生问题。相比生理而言，心里健康就尤为重要了，故只谈心理方面的问题。

心理健康可以促进大学生全面发展健康的心理品质是大学生全面发展的基本要求，也是将来走向社会，在工作岗位上发挥智力水平、积极从事社会活动和不断向更高层次发展的重

要条件。充分认识德智体美劳等方面的和谐发展，是以健康的心理品质作为基础的，一个人心理健康状态直接影响和制约着全面发展的实现。

那么，如何消除他们的心理障碍呢其具体的途径和方法如下：

第一，养成科学的生活方式。生活方式对心理健康的影响已为科学研究所证明。健康的生活方式指生活有规律、劳逸结合、科学用脑、坚持体育锻炼、少饮酒、不吸烟、讲究卫生等。大学生的学习负担较重，心理压力较大，为了长期保持学习的效率，必须科学地安排好每天的学习、锻炼、休息，使生活有规律。学会科学用脑就是要勤用脑、合理用脑、适时有脑，避免用脑过度引起神经衰弱，使思维、记忆能力减退。

第二，加强自我心理调节。自我调节心理健康的核心内容包括调整认识结构、情绪状态，锻炼意志品质，改善适应能力等。让学生正视现实，学会自我调节，保持同现实的良好接触。进行自我调节，充分发挥主观能动性去改造环境，努力实现自己的理想目标。所以大学生在学生过程中应学会自我心理调适，做到心理健康。

会交往才能实现思想交流和信息资料共享。发展社会交往可以不断地丰富和激活人们的内心世界，有利于心理保健。

第四，求助心理老师或心理咨询机构，获得心理咨询知识。大学生在必要时求助于有丰富经验的心理咨询医生或长期从事心理咨询的专业人员和心理老师。心理咨询是指通过人际关系，运用心理学方法和技巧，帮助来访者自强不息的过程。

心理健康是大学生掌握文化科学知识的重要保证，有了良好的心态，不仅能取得好的学习效果，而且有益于终身的发展。只有健康的心理素质 and 健康的生理素质相结合，加之其他积极因素的相互作用，大学生成才就有了可靠的内在条件。优

良好的心理素质在青年学生全面素质的提高中起着举足轻重的作用，所以我学习了这门课程后感觉到受益匪浅，对我以后的生活都起到了积极的作用。

大学心理健康报告论文题目篇二

一、主题简介

二、活动日程

1. 7月1-9日：准备阶段

组员集中，分配任务，内部交流，通过各种渠道收集相关资料，谈论自己对大学生心理状况的看法，提出问题，制作调查问卷。

2. 7月10-13日：调查阶段(一)

校内调查：(1)口头询问，在宿舍、班级、同学之间互相交流。作为初步参考资料。(2)问卷调查，在校园内随机派发问卷进行调查。

校外调查：将问卷以邮件的形式发送给其他大学的同学进行问卷调查。

3. 8月16-20日：调查阶段(二)

三、调查情况

1. 调查背景

本校的同学和江苏省其他各高校的一些大学生。

4. 调查方法或工具

心理健康调查问卷问题分析

(1) 您认为您目前所在的大学与高中的整体氛围相差很大吗？

a.特别大 b.很大 c.差不多 d.无差别

(2) 您对目前的大学生活适应状况如何？

a.很好 b.还可以 c.较差 d.差

a.正面影响，学习的动力 b.没影响 c.有点影响，影响情绪 d.负面影响，无心学习

a.经常会 b.偶尔会 c.很少会 d.不会

a.非常有利 b.比较有利 c.一般 d.比较不利 e.非常不利

a.经常有 b.偶尔有 c.很少有 d.没有 e.未考虑过

分析：调查发现15%的同学经常有不满心理，说明他们时常在思考自己，反省自己，但又从未去试图改变现状，改变自己，有50%的同学偶尔会产生不满心理，说明大多数同学是乐观的，只是学习任务 and 不幸偶尔让他们心烦，只有20%的同学很少会出现不满心理，13%的同学从未不满，5%同学从未考虑过这一问题，这说明他们的心理素质非常好。

大学心理健康报告论文题目篇三

21世纪是充满竞争的世纪，敢于冒险，敢于探索，善于竞争，善于合作，富于创造是21世纪对人才规格的基本要求。这些品质无一不与良好的心理素质密切相关。素质教育就是要求学生在德、智、体诸方面的素质全面发展，学生素质发展有多方面的内容，心理素质不仅是其中的重要组成部分，而且

对其他素质的发展有着很大的制约作用。它既是素质教育的出发点，又是素质教育的归宿。柳斌同志在《关于素质教育的再思考》一文谈到素质教育的三要义中，他指出：“素质教育的第二要义，就是要德、智、体、美全面发展……再一个是心理素质，承受挫折的能力。带着什么样的心态来看社会的问题非常重要。”一个学生的心理状态是否正常、健康，在家庭关系、同学关系、学习问题等方面的认识和处理方式的正确与否往往会影响一个学生的学习态度，是关系到学生能否健康成才的重要问题。因此，心理健康是发展良好的心理素质的前提和基础，反之，有了良好的心理素质，人的心理健康水平也会提高。

一、心理健康教育是实施素质教育的目标和核心

首先，心理健康教育与德育工作有着密切的联系。

心理健康教育是教育者运用心理学知识协助学生正确认识自己、认识世界，适应社会、发挥潜能。德育是教育者按照一定社会的要求，有目的，有计划地对学生施加影响，培养学生思想意识和道德品质的活动。二者都是育人，在统一育人活动中各自都能发挥独特的作用，相互借鉴，相互促进。心育对德育有一定影响。心育适当扩充和完善了德育的目标和内容；心育为提高德育的有效性提供了新方法、新技术；最重要的还是，心理健康教育有利于更新教育者的教育观和学生观，对整个教育都带来了积极的影响。

其次，心理健康教育能促进学生文化科学素质的提高。

在一项对475名高中毕业班学生的研究表明：学习成绩并不完全取决于智力因素，高成就者(成就较智商预期为高)、普通成就者(成绩与智商预期相当)、低成就者(成就低于智商预期)差别的产生，与性格特征有关。高成就者工作习惯较佳，对学业兴趣较浓，按时完成作业，关心学习成绩，做事认真负责且有计划。低成就者难自律，难自我规范，较冲动放肆，

喜好玩乐，贪图近利，与同伴关系欠佳，较不合作，较自私，较不尊重与传统，较不合群，在校在家较不快乐，常为己辩护，愤恨他人，对挫折和压力不知所措，较悲观。普通组介上下之间，尚属正常。由此可见，培养积极的情感品质和良好的意志品质和性格特征能促进科学文化素质的提高。

再次，心理健康教育能够促进身体健康和身体素质的发展

心理健康和良好的心理素质寓于健康的身体；身体健康和身体素质的发展也依赖于良好的心理教育。心理学的研究表明，青少年尤其重视自我观念或自我意识，包括对自身形象方面的观察、概念、看法，关注自己外貌美丑、体能强弱、运动机能优劣等，常将自己的形象与理想中的标准进行比较，或与同辈人进行比较。比较结果，或满意或自卑，倘不能正确对待，也对身体发展带来不良影响。以上所述表明，健康的心理是身体健康的心理条件。通过心理教育，维护心理健康，提高心理素质，是提供这种心理条件的重要措施。

不仅如此，良好心理素质对身体素质的发展、体能的充分发挥也具有重要意义。无论是造型美、生气美等身体美的各要素还是力量、速度、耐力、灵敏等身体素质。这些素质的发展无不需要相应的心理条件，如性格外向的人适于力量大、速度快的活动，内向性的人完成目标的动机强，适宜进行精细、准确的任务。同时，身体潜能能通过运动技能的提高得到发挥。

运动技能是习得的能力，表现于迅速、精确、流畅和娴熟的身体运动之中。运动技能中包含任知成分，与智慧技能有联系。运动技能是心因性技能。它既不是不随意的、反射性动作，也不是如同摇头那样简单的肌肉反应，他受到内部心理过程的控制。因此，提高动作技能，发挥人的身体潜能，必须依赖于良好的心理素质的发展。

最后，通过心理健康教育提高心理素质是形成审美素质的基础

和条件。

如苏霍姆林斯基所说的，没有心理上的修养，审美的修养不可想象。此外，许多优良的心理素质既是内在美的表现，也是美感素质形成和发展的条件。例如一个人能正确地认识现实，客观、全面、公允地看待问题，能正确地正视现实，热爱学习和工作，聪明才智得到正常发挥，有自知之明，对自己能正确评价，行为举止得体等，都是理智美的表现。又如对人富有同情心，诚恳，正直，正义，不畏_，乐群，对学习_与工作勤奋、细心认真、有首创性，不卑不亢，严于律己，自信、谦虚，自尊等，都是性格美的表现。通过心理健康教育培养的这些优良的心理素质，既是精神美的成分，又是审美素质形成和发展的条件。

总之，心理健康教育是一项艰巨而伟大的工程，是充满活力的新课题，是实施素质教育的核心。

心理健康报告心得3

大学心理健康报告论文题目篇四

成长是人都必须经历的，回顾自己的成长足迹，发现原来我一直在改变着。二十年来，我品尝酸甜苦辣，感受悲伤欢喜，享受比赛胜利的喜悦，握拳对失败的不气馁。接下来，生活仍要继续，我将继续成长，继续通往仅属于我成功的殿堂！

一、自我成长分析

我来自一个较为繁华的小城市，在那里，几乎见证了我所有的成长过程，在那里，看到了我欢呼、奔跑，在那里，也见到了我伤心、流泪。

小的时候，我在这一方土地之上放肆的玩耍，毫不担心未来的路会坎坷，会遭遇许多的挫折。春天，放风筝、折杨柳枝做杨柳帽；夏天，拽上个游泳圈就敢跳进小水池里扑腾、没事就跑爷爷种的葡萄园中摘葡萄吃；秋天，爬上桂花树使劲倒腾、穿着单衣四处闲逛；冬天，武装齐全跑雪地里堆雪人，爬上院墙摘腊梅。天真无邪的样子，让此时的我，无比想回到那个年纪！

在长大些，我便已入学堂，学习着加减乘除，记背着abcd□诵读着之乎者也，念叨着天文地理。业余，还和同学开开玩笑，打打闹闹，找几个伙伴一起踢毽子，跳牛皮筋，也没有任何的忧虑。

之后，面临中考、高考，我的生活便被许多的补习课程，各门课的考试试题所侵占。一天二十四小时，睡觉休息的时间渐渐压缩，上课的时间变得越来越多，上课的频率也愈加频繁起来。水笔的笔芯一支接一支，空白的试卷渐渐被做题步骤和解题分析占满，肩头的负担也愈加明显！

尤其是在高三这年，最令人记忆犹新！两天一小考，三天一大考，紧张的气氛让人无法喘息，每个人都不能停下来，生怕自己一不留神就被甩在身后。正在此时，我变得敢于担当，觉得自己需要为自己的未来着想，已经成长了！胜不骄，败不馁，考的不错不会飘飘然的，考的不好也不会失落灰心，而是吸取教训，补习欠缺部分继续努力。

经历高考，因发挥欠佳，我考取了南京理工大学紫金学院。不过，我并不觉得这是一件很倒霉、前途无光的事，因为，在任何地方还需靠自己，即使在名牌大学，不努力，过堕落人生也不会有好的出路，不能抵达成功彼岸。相反，在我考取的大学之中，我能奋进，不颓废，不断充实自己，我定能取得满意的结果，享受最终成功的果实。

一年前，我离乡踏上了自己的大学之路，兴奋，紧张，期待，

还有些许小担心。兴奋是即将见到大学的真面目，紧张是在陌生的城市陌生的地点，期待是我即将再此度过四年，担心是生怕对着陌生的环境我不能很好的适应。但事实，老天还是挺眷顾我的，让我在同学之间变成了“开心果”，在班级里成为骨干一员，在辅导员前成为助手一名。相信接下来的日子，我依能较为顺利的做完本职之事，打成自己所拟定的目标！

二、自我性格分析

说起我的性格，我的长辈无不夸我，说我性格脾气很好，不会随便乱发脾气，不会冲着自己占着优势横行霸道。而我，自己觉得，我是一个乐观开朗的女孩，随和、轻松，面对朋友会为她着想，面对挫折不气馁不放弃，面对些许小事还有点儿小固执。

从小到大，我所交的朋友已经早已数不清了。而且，我交朋友不论她成绩与否或是其余什么客观的条件，只要与我性格和的来，我就能与其成为好朋友，并在一定的方面给予帮助，与其一同分享快乐时光。

再来说说的我的不足吧。通过一路走来，我自己也进行了一些总结，觉得在一些地方，我还有待改进。比如，自己的胆量。因为走出了自己所呆的城市，走出了浙江省，我如今生活的一切都需要自己着手进行，需要通过自己的努力达取。就在这其中，我觉得，我的胆量还需多加以锻炼，不能临场还有退缩的想法，不可以因为害怕自己会败落就放弃争取的机会。另外，我还需提高自己的克制力，不可以图一时的享受就将事情先搁置，待到时间紧迫时，又临时抱佛脚的开始猛干。

三、自我奋斗目标

石看纹理山看脉，人看志气树看材。志之所向，金石为开，

谁能御之？

过去的那段记忆如电影般总浮现在脑海，但回眸之后又让我更好的认清自己，让自己再明确自己的目标，并为之努力奋斗。认真完成学业，尽量让自己再此基础上丰富课外生活，并获取些许经验为以后工作所用。我相信自己，我定能成功，定能收获以后幸福生活！加油！

大学心理健康报告论文题目篇五

在“你希望毕业后的去向是什么”的调查中，33.88%的大学生选择了“在工作中寻找机会深造”，30.69%的学生选择了“继续深造”，只有24.92%的学生选择了“就业”，有10.51%的学生选择了出国发展。《报告》认为，大学生的就业畏惧心理加重。

在“毕业后找什么样的工作”调查中，有55.43%的学生选择“符合自己专长”，52.77%的学生选择了“有发展空间”，34.36%的学生倾向于“社会地位高、收入高”的工作；选择“无所谓，找到先呆着”和“要我就不错了”等较为消极心态的学生比例只占2.66%和2.13%。

过半大学生“自信心不足”

调查显示，45.43%的学生“有时不太自信”，5.60%的学生“不自信”，2.80%的学生“常常感到自卑”，这三者比例占到了53.83%，说明山东大学生自信心的整体状况并不令人满意。

大学生最想改变什么，38.65%的学生选择了“能力”，选择“知识”的只有19.50%，《报告》认为，这与较大的就业压力有很大关系。不过，在“你是否能吃苦耐劳”选项调查中，75.11%的学生选择了“可以，吃苦能够锻炼自己的毅力”。《报告》认为，敢于吃苦的精神仍然是山东大学生的

主流。

山东大学生的心态并不轻松、情绪低落，37.13%感觉压力很大，甚至到了崩溃的程度，大四和研究生的比例明显高于低年级学生，女生高于男生。在“上学后遇到的最大挫折”调查中，43.16%的大学生选择了“就业竞争太激烈”，23.01%的大学生选择了“人际关系微妙”，19.94%的大学生选择了“学习成绩不理想”。

不过，山东大学生对物质条件比较满意，72.98%的大学生生活费“有剩余”。大学生同时拥有“新三件”手机、电脑mp-x系列的比例达44.79%，其中，拥有手机的大学生占97.45%。拥有电脑的占46.91%。

约九成“性观念”保守

调查发现，山东大学生的性观念依然传统和保守。在“你大学期间是否有性生活”的调查中，有91.39%的大学生选择了“没有”。在调查的200名研究生当中，也只有10.15%的学生选择了“有”。

在“你从什么途径了解到性知识”的调查中发现，有55.07%的学生选择了“同学谈论”和“旁门左道”，只有44.93%的学生是从课程和书籍中学习得到的。《报告》认为，改革开放30多年来，山东经济突飞猛进，但大学生的性教育依然落后，值得深思。

82.94%没上过心理健康课

在“是否参加学校心理健康课程”的调查中，只有8.68%的学生表示经常参加，不知道或者没有参加过的学生比例高达49.20%。在“你是否去过学校的心理咨询机构”的调查中，82.94%的学生表示没听说过或没去过。

在“你认为心理健康课程和机构设置与其他学科有何不同”的调查中，36.28%的学生认为“缺乏明确的要求和统一的规定”。

与此同时，在“如果你遇到不顺心的事，如何解决”的调查中，56.73%的学生选择了“找同学朋友倾诉”，有13.05%的学生选择“找父母倾诉”，而“找心理咨询机构”的学生仅占0.82%。另外，由于交流途径的缺乏，选择“强忍”和“逆来顺受”的学生占到了29.39%。

“上网”是业余生活首选对社会公益活动不够关注

在调查中，36.87%的大学生表示，业余生活主要是“上网”。22.87%的学生主要是“逛街”，“参加兴趣小组”的只占16.19%。

65%的学生感觉学习负担“一般”。在“你对考试成绩如何看待”的调查中，有86.32%的学生选择了“争取拿奖学金”和“争取好成绩”，有13.68%的学生选择了“及格万岁”和“无所谓”。

调查显示，只有9.86%的学生表示经常参加社会公益活动，26.05%的学生表示仅仅参加过，41.37%的学生偶尔参加，有22.72%的学生基本上不参加，《报告》认为，大学生对公益活动不够关注。

在“大学生应该履行哪些社会责任”的调查中，81.70%的学生认为要对得起父母，努力成才；74.15%的学生认为要努力学习专业知识，成为人才报答社会；58.83%的学生表示愿意参加社会实践，帮助他人；57.45%的学生表示热心参加公益活动。

[大学生心理健康问题有哪些]

大学心理健康报告论文题目篇六

本文针对目前民办高校大学生存在的主要心理健康问题，提出相应的教育对策，为民办高校预防学生心理健康问题的产生和开展心理健康教育提供依据。

民办高校、大学生、心理健康

目前民办高校大学生适应环境困难、学习与发展迷茫、自我认知失调、人际交往障碍、承受挫折心理脆弱、情感方面的困惑、经济状况差异、求职择业竞争带来的压力等常见的心理健康问题，导致高校一些触目惊心的“校园事件”的发生，大学生心理健康问题已越来越成为学校、社会和家长所关注的焦点。因此，加强民办高校大学生的心理教育，提高学生心理健康水平，具有非常重要的现实意义。笔者提如下建议：

要行之有效的开展心理健康教育，首先就必须加强领导。此项工作应当成立由高校领导挂帅，有关部门负责同志参加的心理健康教育指导委员会，并深入分析和把握当前大学生心理健康教育工作面临的新形势、新情况、新问题，想方设法为开展大学生心理健康教育工作提供必要的条件，更好地帮助解决工作中的困难和问题，并从制度上保证工作落到实处。

心理健康教育课程建设是高校实施心理健康教育的核心，心理健康教育课程要从思想政治教育和工作中独立出来，并使之正式地纳入到学校整体教育体系中，成为学校课程建设的有机组成部分。要根据大学生心理健康发展的目标体系，编写出教材和学习指导书，使心理健康教育具有一定的可操作性；要普及必要的心理学与心理卫生知识，提高大学生对心理素质教育的认识，激发他们积极参与心理训练与自我教育的积极性；要帮助大学生认识自我身心的特点，针对不同阶段大学生易于存在的心理问题及时的预防教育。

1、充分利用校报、橱窗栏、广播、板报等方式宣传心理学知

识，提高大学生心理健康的意识，增长心理健康的知识。

2、及时举办各种专题讲座、报告会，如给低年级的学生开设人际交往、如何正确认识自我、学习方法、心理健康标准之类的讲座，给高年级的学生开设恋爱心理、职业生涯规划、如何面对挫折等讲座来解答学生中存在的一些带有普遍性的心理问题。

3、以班级或寝室或兴趣小组为单位开展各种主题班会，使他们在出现心理问题及心理障碍后的调控和求助方法、他人心理不健康时的应激和帮助措施等方面的内容有所了解。

4、在各学科中有意识地渗透心理健康教育的内容。如果说专门心理健康课程是学校心理健康教育的主渠道，那么在各科教学中有意识地渗透心理健康教育内容则是副渠道，它可以发挥潜移默化的作用。必须构建一个由学科课程、心理健康教育课程和活动课程组成的统一的全新的课程体系。把心理健康教育渗透到各科教学之中，将有助于改变各科教学的现状，带动大学生身心素质全面和谐发展。

建立学生心理档案是加强学生心理健康教育工作，推进心理健康教育向纵深发展的重要条件。开展心理健康普查，定期调查研究学生的心理健康状况，及时掌握学生心理方面的普遍性问题，开展有针对性的教育活动，有组织地进行学生心理测试工作，建立学生的心理健康档案，主动进行个别的心理健康指导，对高危人群进行心理干预。

通过开设多种形式的心理咨询服务，针对不同性格的学生及时疏通其存在的心理障碍、心理冲突、心理困惑以及其它心理疾病，帮助他们走出心理困境。

1、开通网上咨询。由于网络的虚拟性很好的保护了咨询学生的隐私，使其更容易袒露心迹，咨询人员能够更有针对性疏导学生的心理问题。

2、设立心理咨询室。心理咨询室是学校心理健康教育必不可少的机构。民办高校应配备专业人士，对咨询人员进行一对一、面对面、有针对性的心理辅导。

3、设立信件咨询室。信件咨询主要针对一些学生比较内向，不善于直接面对咨询人员开设的咨询方式。在实际工作中，咨询人员通过书信交流，在取得咨询学生信任后，鼓励其直接面对咨询人员，以达到问题的彻底解决。

4、开通电话咨询。电话咨询保密性强，学生不必讲姓名、班级，只谈“问题”，咨询人员有针对性地进行心理疏导。

民办学校除了应当投资建设心理咨询室，配备专业器材等硬件设施外，还要组成一支专门的心理咨询师队伍。建议由那些有专业知识、经验丰富，敬业精神强、品德高尚并且热爱此项工作的专担任。构建院、系、学生三级心理健康辅导服务网络，对直接与学生打交道的班主任、学生工作人员等给予心理知识方面的培训；另外，也可以在同学中建立“守门员”体系，即培训一批学生志愿者；充分发挥老师、班主任、学生工作者及学生干部在心理咨询中的作用，一旦发现心理问题特别是心理危机的学生要早报告、早干预。建立健全从学生骨干、班主任到院系、部门、学校的快速危机反应机制，通过健全大学生心理危机干预机制，努力把问题消除在萌芽状态，防止酿成严重后果。

1、营造良好的校园文化氛围。校风、学风、环境是校园文化氛围的集中表现，是重要的环境精神和心理氛围。严肃活泼、松弛有度的作息安排，丰富多彩、生动有趣的业余文化生活，团结协作、宽松友好的人际关系，都可以成为一种心理背景，为大学学生的学习和生活增添情趣和色彩；可以陶冶人的情操、净化人的心灵；可使长期处于紧张的神经得到松弛；使人心情舒畅，获得力量感；有助于消除孤独、寂寞、离群、紧张和压抑，可以促进学习，有利于培养大学生健康的心理素质。

2、创建优美的校园自然环境。学生学习、生活、活动的场所，如教室、图书馆、宿舍、食堂、运动场、花园等校园自然优美整洁的环境能使人奋发向上、充满生机，使人身心愉快，消除疲劳，减轻紧张和焦虑。学校要引导师生共同维护和保持整洁文明的校园环境，创造一个适应学生心理健康发展的自然环境。

教师不但要教学生专业知识、还应指导学生树立正确的学习观、教会其正确的学习方法，充分发挥其心理潜能，减轻学生的心理压力。在学习过程中，对学生给予正确的评价和鼓励，淡化自卑，强化自信，为学生的发展创造更多的机会，同时，教师作为示范的角色，应注重优化自身的心理素质，完善人格，保持良好的情绪状态和精神状态，为学生建立良好的心理素质起到榜样作用。

社会各界要共同努力，创造一个民主法制、公平正义、诚信友爱、充满活力、安定有序、人与自然和谐相处的良好环境，形成扶危济困、尊老爱幼、崇尚科学的良好社会氛围；同时社会各界要加大对网吧、电子游戏厅、歌舞厅等公共娱乐场所的监管力度，努力为青年大学生创造一个良好的社会环境，消除社会阴暗面对学生的消极影响。

社会对民办高校大学生的关爱程度直接关系到学生的心理健康。作为社会一定要改变旧观念，摘掉有色眼镜。个人的能力是不均衡的、有差异的，我们要面对这个事实。国家建设需要大量的人才，民办高校学生同样是国家建设人才的重要组成部分，关键是知人善用，扬长避短，最大限度地发挥他们的潜能。要多给他们一些机会，鼓励帮助他们克服心理上的自卑感，使他们能和公办高校的大学生一样健康成长。

加强民办高校大学生的心理健康教育，预防与消除大学生的心理障碍，不仅能增进大学生的身体健康，而且有利于教育质量的全面提高，有利于良好校风的形成。大学生的心理健康与否，不仅是大学生个人的问题，也是一个社会的问题，

它直接关系到大学生的成长与成才，因此，作为民办高校教育工作者有必要把大学生的心理问题提到议事首要日程。正确认识大学生的心理问题，并采取相应的积极有效的教育措施是每个大学教育工作者的神圣使命，也是新世纪和祖国对每个大学教育工作者提出的新挑战。

大学心理健康报告论文题目篇七

小编为大家搜集了一篇“大学生心理健康问题调查报告”，欢迎大家参考借鉴，希望可以帮助到大家！

对我校大学生心理健康影响因素调查的意义：

“关乎人文，化成天下”，在这里引用红河学院人文学院的这句学院口号。大学生这一社会群体，内部正发生着诸多问题(心理健康问题)，亟待内部调节和社会各界的关注。云南大学马加爵事件，复旦大学投毒案件，南京航空航天大学杀人事件等等一系列事件的出现，让我们不得不关注大学生的心理健康问题，大学生亟需正确的心理引导，故我们选择和制定此活动及活动方案，通过调查问卷和免费发放心理辅导资料等。

我国正面临着一个严重的考验，文化危机，精神层面的东西跟不上物质层面的发展，文化改革浪潮正迎面袭来，站在时代前缘的我们理应接受时代的考验亲身去实践，发扬社会正气，摈弃不良之风，树立一个良好的大学生形象，这不仅有利于我们自身的身心健康，有利于一个学校的发展，从一个大的层面讲，有利于我国和谐社会的构建，所以进行此项内容的调查是非常有意义的。但关键是我们必须去用于实践，而并非是一纸空文，不然的话，“纸上谈兵”最后得到的结果就是沈括的那个失败下场，一句话：纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。

所要达到的预期成效:我们要对大学生心理健康进行一个细致的调查,要将调查中了解到的情况和收集到的材料进行‘去粗取精,去伪存真,由此及彼,由表及里’的加以系统整理、分析研究,而后揭示出本质,寻找出规律,总结出经验,最后充分正确的认识其本质,而后用以指导我们的实践。并且通过此活动引导部分学生转入正轨,调整好心态,愉悦的在 大学学习。以下是调查的具体情况:

调查时间:

调查对象:

调查过程:

首先进行调查研究,没有对工作的调研,就形成不了写工作报告的意图,也掌握不到鲜活的一手资料,这也是调查报告写作过程中最为关键的环节。具体实施流程:

一,小组成员进行讨论确定问卷调查内容,制定问卷调查表。(1)调查方式灵活多样,可以是群体型的调查,或是单人型的进行调查,地点也灵活多样,校园或是教室或是宿舍均可。(2)小组成员均要参与本问卷调查,本问卷调查拟定调查容量200人,小组成员共同分担。

二,编辑《大学生心理健康指南》小册子未来有着明确的目标而努力着。许多同学为了应付不得不参加的考试,不能不做事而学习。学习目的不明确,学习动机功利化。市场经济的利益杠杆直接影响着学生的学习,对于学习,学生表现出空前的功利意识。对还没有学的课,学生问的第一个问题是“我学习这门课有什么用?”因而出现了专业课、基础课门前冷落车马稀,而技能类课程如计算机、外语、股票各种各样的证书班摩肩接踵、门庭若市的明显对比。“考证热”正是学习功利化的直接表现。学生充分了解到市场对各种证书的青睐,因而放弃了专业课的学习去追逐各种有用的证书。这

是造成大学生们对大学学习目的不明确的主要原因。

2. 生活开销大。大学生们每个月的生活开销大致在500到1000元中，其消费水平，家里也只能勉强维持。大学生没有经济来源，经济独立性差，消费没有基础，经济的非独立性决定了大学生自主消费经验少，不能理性地对消费价值与成本进行衡量。大学生没有形成完整的，稳定的消费观念，自控能力不强，多数消费都是受媒体宣传诱导或是受身边同学影响而产生的随机消费，冲动消费。21世纪是物质生活与精神生活日益丰富的时代，当代的大学生们已不再满足于宿舍、教室、图书馆三点一线的单调生活。娱乐、运动、手机、电脑以及新型的it产品都成了大学生消费的热点。大学生的消费已呈现明显的多元化趋势。如果经济条件允许，大部分学生会去旅游，去歌厅、酒吧消费，或是购买电脑，手机、mp3反映出大学生具有走出校园、融入社会、拥有高质量生活的渴望。

1, 爱情观。当代大学生对于爱情，从总体上看是能够正确认识和把握的，能够正确地处理学习、恋爱和人生的态度等关系，以及恋爱中所出现的一些问题，诸如恋人之间的误会、失恋等等。大学生对爱情应该持慎重的态度，避免在恋爱问题上把握和处理失当。我们应该客观的吸取恋爱中的益处与避免恋爱中的弊端。不断增加自己的交际能力与语言表达。要有效地提高社交能力、可循两方面入手，一是对社会情境的辨析能力，一是提高对其他人心理状态的洞察力。所谓对社会情境的辨析能力即为社交能力的一个重要部分。2, 亲情观。大多数大学生并不认为父母非常了解自己，与父母倾诉不开心的事仅为少数。在生活，消费，学业或就业方面较易发生沟通冲突，面对沟通问题，大部分学生较积极主动。大学生与父母联系频率适中，联系时长适中与父母发生沟通障碍的原因有哪些?思想观念和价值观不同，还有技巧和方式不当，父母专制严重，独裁。对于大学生来说，建立良好，和谐的家庭关系，还应主动找时间和父母聊天，体验交流。

3, 友情观。人在大学里新交了很多朋友,与高中以前相比人觉得自己进入大学后对待朋友以及对待友谊的观念发生了改变。有人认为要有共同的兴趣爱好,有人认为性格相似也很重要,还有的人认为要互相尊重,或者选择朋友也会因为他,她对自己学习有帮助。还有的人认为年龄相仿也会影响自己的择友。

近年来大学生专业对口率呈下降趋势;大部分人选择的工作与所学专业不是完全对口却与专业有一定关系。面对竞争激烈的就业形势,许多同学都为自己的就业情景感到担忧。作为大学生,我们要具体分析自己的主要矛盾,要明确自己所追求的人生目标,针对主要矛盾,解决主要问题;当然我们不能主观臆断,要分析社会实际情况,一切从实际出发,结合主观符合客观来选择自己的专业和就业岗位。

调查结论和建议:

1、学校要高度重视大学生的心理。加大心理健康的宣传力度,定期举办心理健康讲座。开展积极的、健康向上的文化活动,为同学们心理健康提供良好的文化土壤。

2、高校咨询机构工作人员对于大学生的心理咨询要讲究工作的方式和方法,提高自身服务水平和服务意识,深入同学中去,及时了解大学生的心理状况,关心大学生的心理健康,发现苗头及时给予沟通与辅导。

3、常见人际交往障碍的克服每个人在交往中都或多或少地出现这样或那样的问题,改善人际关系,加强人际交往,对大学生的学习、生活和心理健康都有重大意义。提高认识,掌握技巧、充分实践,改善交往措施、培养良好的交往品质。在人际交往中应尽可能地做到:肯定对方、真诚热情。在沟通时,语言表达要清楚、准确、生动。要学会有效聆听,做到耐心、虚心、会心,把握谈话技巧,吸引和抓住对方。此外,一个人在不同场合具有不同角色,在教室是学生,在阅

览室是读者，在商店是顾客。在交往活动中，如果心理上能经常地把自己想象成交往对方，了解一下自己处在对方情境中的心理状态和行为方式，体会一下他人的心理感受，就会理解别人的感情和行为，从而改善自己待人的态度，这种心理互换也是培养交往能力的好办法。

4、面对当前大学生就业难的现状，一方面政府要继续深化就业体制改革，加快出台相应的政策保证大学生就业，为大学生创业提供政策、财政支持，为大学生进行免费技能培训，另一方面，大学生自己要转变学习方式和就业观念，降低自身期望值，实现多形式就业。“先就业、后择业、再创业，下基层、到西部去、到中小企业就业。

5、当代大学生情感问题的调适策略：引导大学生制定个人的发展计划、用积极的态度来衡量与评价自我、建立大学生心理健康咨询中心，及时疏导大学生情感问题。

作为一个特殊的群体，我们大学生如何面对这些压力？这是我们共同需要面对的问题。我们小组也针对这一问题做了《大学生心理健康指南》，希望通过这次的调查分析，能对大学生今后的工作和学习生活有很大的帮助，认识到自身目前存在的状况，好好调整心态，摆脱心理压力，做一个身心健康的大学生。

大学心理健康报告论文题目篇八

有关大学新生心理健康问题的报道频见于媒体，“26.7%的学生有严重的心理疾患”的报道，仿佛大学新生已经成为心理疾病的高发人群。难道象牙塔真的失色了吗？上海立信会计学院针对xx年新生的心理测试结果表明，从整体上看，大学新生的心理健康水平还是比较好的，虽然部分新生有心理问题症状倾向，但是只要教育行政部门控制大学新生的活动情境和生活事件安排，让他们尽快适应大学生活，就可以消

除这种倾向。

心理测试结果新生心理问题存在合理

上海立信会计学院从起就为新生建立入学心理档案，这次的新生心理测试涉及的调查对象为2174人，测试结果表明，有诊断意义的“有明显症状“的发生几率最高不超过10%，而且这些症状是新生“主动适应和学习“而必然出现的，是入学这个特殊的事件所引起的必然体验，具有很强的临时性和情境性。这个推测可以被他们大学二年级以后的症状表现水平普遍降低所证实。

常见心理症状神经衰弱、抑郁、焦虑

神经衰弱是多种因素造成的反应过度兴奋或迟缓状态。主要表现为：精神不足和容易疲劳，注意力不集中，记忆减退；情绪不稳定，烦躁不安；头脑昏沉，睡眠不好。

抑郁是由社会心理因素引起的，以持久的心境低落为主要症状的神经症性障碍。常会表现出情绪上的改变，忧郁、易哭泣；对日常活动缺乏兴趣，感觉前途无望；自责，没有自信。也会伴有焦虑不安、躯体不适和睡眠障碍。

焦虑是每个新生都会体验到的，这是对入学事件的本能反应，只有部分同学持续时间较长，形成一种心理症状。主要表现为莫名的恐惧、惶惶不可终日、时时处于紧张应付状态、感觉危机就在眼前等。

引发以上这些心理症状的主要原因是新生在刚刚完成从中学到大学转变时的不适应。新生在应付以前未遇见的事情时持久地处于紧张状态，使神经系统超载；专业志向、经济条件、地域等自身条件上的不如意和挫折总是萦绕在头脑中，增加了思维负荷；个人个性特质，如敏感、多疑、依赖性强、缺乏自信心、任性、急躁、好强等在相对宽松的大学环境中得

到释放，如果学生自我调整能力不强的话，就容易出现心理症状。

缓解的对策三级防护网

上海市东加西人才咨询研究所所长张静琏介绍说，由于目前各高校具体情况不一，市教委暂时还未能设置统一的教材、课程来辅导大学新生的心理问题，不过各高校都设有了专门的心理咨询室，可以为大学生提供心理辅导。而且高校内也开设了心理辅导方面的选修课，向学生们讲解心理问题的症状（如出现消极心态、失眠、人变得消瘦等）该如何克服、如何寻求帮助等等。

张静琏认为，高校学生的心理辅导应通过三个阶段来完成，第一阶段，也是最主要的阶段，就是要学生提高自我意识，认识自己、悦纳自己、调节自己，从自我的'角度来摆脱心理症状；第二阶段，如果自己无法摆脱，可以找好友倾诉，或者进行相关的心理咨询，宣泄后可以缓解心理的压力；第三阶段，就是要寻求心理医生的帮助，进行药物治疗。总之，及早发现自己是否有心理问题是防治的根本。

相关审视不应人为突出心理症状

在迈进一个新的环境时，或多或少总会出现些心理问题，但是现在针对大学新生心理健康水平报道和研究却“水分“过多，主要原因有以下几点。

首先，是社会对新生的不信任。新生都出生在上世纪80年代，那时关于独生子女的个性弊端的讨论对他们的父母和同龄群体影响很深。于是他们的担心很容易转换为“期望“的形式。

其次，心理健康重要性的深入人心。人们通过各种途径了解心理健康成为定义一个人是否健康的必要组件和成分，越来越接受心理学。人们清楚大学阶段生理病变的可能性不大，

而心理健康都和应急事件有关，于是就合情合理地推导出大学新生心理健康是需要关注的。

第三，大学心理咨询部门的呼吁。一般大学都设置心理咨询室或心理中心，但在顺利开展工作上的障碍还很多。于是这些专业人员就有意识在学术上打“擦边球”，突出大学新生的症状指标，以便在理论和事实上呼应社会需求，形成一种社会需要压力。

大学新生的心理调适确实很急迫，但是我們也需要相信事实——大学新生其实只是有点不适应。