

# 大学生公共卫生心得体会(精选8篇)

心得体会是指一种读书、实践后所写的感受性文字。那么我们写心得体会要注意的内容有什么呢？以下我给大家整理了一些优质的心得体会范文，希望对大家能够有所帮助。

## 大学生公共卫生心得体会篇一

时代的发展，对人的素质提出了更高的要求，因此拥有健康的心理是现代人必须具备的条件和基础。从素质教育的着眼点来看，健康的心理是孕育良好素质的保障。因此，我们教师在引导学生获得知识的同时，更应该责无旁贷地担当起孩子的“心理健康医生”。这次我有机会参加心理健康学习，真实感受颇深！

### 一、教师自己保持乐观的心态

我认为，教师是学校心理健康教育的推行者、具体实施者，一个成功的教师，除了要有渊博的学识和优良的教学技能，还要有健全的人格和高尚的品德。人格健全的教师，能在课堂中创造一种和谐与温馨的气氛，使学生如沐春风，轻松愉快，反之则使学生惶惑不安。所以，教师自身保持一种乐观的心态非常重要。通过学习，我知道了教师要善于做好自身的心理调节及保健工作，了解自我，辩证地看待自己的优缺点：

（一）学习心理卫生知识和心理健康知识，掌握心理调节的方法，学会缓解心理压力，提高心理承受能力。

（二）调整情绪，保持心理的平衡。

（三）善于选择自己心情愉快的角度去思考问题、处理问题，建立起良好的人际关系。

(四) 乐于为工作奉献，并合理安排时间，张弛有度。

(五) 培养多种兴趣与爱好，陶冶情操。

只有这样，才能以积极健康地工作热情投入到教学活动中去。

## 二、以良好的心态感染学生

我们要以积极的情绪状态和较强的感染力，要以对教育事业的满腔热忱对工作的高度责任感、对学生的一片爱心、对所任学科的深厚感情，去感染影响学生。努力做到教态亲切、热情、和蔼可亲，教学语言要生动活泼、富有幽默感。教学方式、方法要直观、形象、丰富多样，富有趣味性。要创设一个团结互助、好学上进的集体风气，使每一个同学在良好的集体环境里成长。

最近参加了肥城市中小学教师健康教育培训，受益匪浅，感受颇多。先听了刘老师的《师德修养》杨老师的发展心理学，周老师的社会心理学。她们都通过不同案例结合理论解决了一些实际问题。过去自己一些百思不解的案例变得眉目疏朗了许多。

通过学习，我懂得了教师首先要具备健康的心理。教师是学校心理健康教育的具体实施者，他不但要有渊博的学识和出色的专业技能，还要有健全的人格。教师的言行对学生有很大影响，在学生的心目中，教师是很神圣的。教师的言谈举止、待人接物的方式，都会让学生受到深刻的影响。一名优秀的教师，会在课堂中营造出和谐与温馨的气氛，让学生如沐春风。因此，教师完善的心理素质，是构建良好师生关系的基础，是实施心理健康教育和情感教育的出发点。新的教育实践要求每一位教师都应不断地完善品德修养，提升自己的人格魅力。

通过学习，我认识到了学生心理健康的重要性。中小学阶段

学生的心理健康对其一生有极为重要的影响。我们常常能在报纸或新闻中看到学生自杀的事例，有学习方面，也有不善于处理人际关系方面的因素。这表明，当代青少年学生承受心理压力的能力有待提高。在这些新现象、新问题面前，心理教师应力求“对症下药”，给予学生鼓励，帮他们重拾信心。要对学生不良心理的成因多加了解，是学校因素，还是家庭或社会因素。当我们感觉无力摆脱社会风气的困扰，就要会同学生家长采取较为科学的方法教育子女。

例如，可以尽量创设健康的教育环境，可以有计划有针对性地开展心理健康教育活动；可以与学生家长沟通思想，相互配合，而且要将其渗透到学校教育的全过程。我们的目的就是教书育人，是素质教育和心理健康教育的推行者和具体实施者。除了要有渊博的知识和优良的教学技能，还要有健全的人格和高尚的品德。还要针对学生关键时期的心理变化进行教育。才能使学生形成健康的心理。这是我们一次很好的学习机会，通过学习，无论在理论知识还是方法技巧上我对心理教育有了进一步了解。为了让学生健康快乐的成长，我会继续认真的学好后面的培训课程，并将所学运用到实际工作之中！

健康的心理是一个人全面发展必须具备的条件和基础，优良的心理素质在大学全面素质的提高中起着举足轻重的作用，它必将对21世纪人才的质量产生积极而深远的影响，作为大学生，首先应该具备这种优良健康的心理素质。

心理健康是指这样一种状态，即人对内部环境具有安定感，对外部环境能以社会上的任何形式去适应，也就是说，遇到任何障碍和困难，心理都不会失调，能以适当的行为予以克服，这种安定、适应的状态就是心理健康的状态。

心理健康是大学生成才的基础，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。

心理健康可以使大学生克服依赖心理增强独立性。大学生经过努力的拼搏和激烈的竞争，告别了中学时代、跨入了大学，进入了一个全新的生活天地。大学生必须从靠父母转向靠自己。上大学前，在他们想象中的大学犹如天堂一般，浪漫奇特，美妙无比。上大学后，紧张的学习，严格的纪律，生活的环境，使他们难以适应。因此，大学生必须注重心理健康，尽快克服依赖性，增强独立性，积极主动适应大学生活，度过充实而有意义的大学生活。

心理健康是大学生取得事业成功的坚实心理基础。目前我国大学毕业生的分配工作已发生了很大变化，大学生都实行供需见面、双向选择、择优录用等方式，择业的竞争必然会使大学生心理上产生困惑和不安定感。

心理健康利于大学生培养健康的个性心理。大学生的个性心理特征，是指他们在心理上和行为上经常、稳定地表现出来的各种特征，通常表现为气质和性格两个主要方面。气质主要是指情绪反映的特征，性格除了气质所包含的特征外，还包括意志反映的特征。当代大学生的心理特征普遍表现为思想活跃、善于独立思考、参与意识较强、朝气蓬勃的精神状态等等，这些有利于大学生的健康成长。

我认为，心理健康是对生活和学习有乐观的心态。有正确的自我主观意识，能很好的把握自己控制自己的情绪，妥善处理同学、师生间关系，积极融入集体，热爱并勤奋学习，更好的适应新环境。

大学生活与中学生活有着很大的不同，然而在大学中仍需要保持浓厚的学习兴趣和求职欲望。学习是大学的主要任务，有了学习兴趣就能够自觉跃入浩瀚的知识海洋中，拼命地汲

取新知识，发展多方面的能力，以提高自身素质。同时也应该积极参加各种创新大赛，这样及开发思维的多向性又锻炼了自己的动手能力。更值得重视的是英语方面，现代社会中英语已经成为了一种趋势，也可以说是每个人必备的素养之一，这样看来口语更显得尤为重要。

大学生应保持积极乐观的情绪、愉快开朗的心境，对未来充满信心 and 希望。积极加入学生会、分团委等，如此既丰富了大学生活又锻炼了自己能力。每个人都渴望得到一个自我展示的平台，让自己成为一个闪光点。积极参加业余活动，发展社会交往。丰富多彩的业余活动不仅丰富了大学生的生活，而且为大学生的健康发展提供了课堂以外的活动机会。大学生应培养多种兴趣，发展业余爱好，通过参加各种课余活动，发挥潜能，振奋精神，缓解紧张，维护身心健康。然而，当遇到悲伤和忧愁的事情时要学会自我调节，适度的表达和控制情绪。

作为21世纪的大学生，我们应该不断加强对适应性、承受力、调控力、意志力、思维力、创造力以及自信心等心理素质的训练，使自己真正懂得：要想占有未来，不仅要作思想品德、智能、体魄的储备，更要作战胜各种困难挫折的心理准备，从而使我们科学地走出自我认识的误区，更新观念，突破时空，超越自我，唯有如此，方能在搏击中，翱翔自如，走向成熟！

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

[点击下载文档](#)

[搜索文档](#)

## 大学生公共卫生心得体会篇二

### 第一段：引言（100字）

新学期伊始，班里举行了一次班会，我们共同商讨了新学期的学习计划和班级目标。这次班会给我留下了深刻的印象，我深切感受到了班级的凝聚力和良好的组织性。在班会中，我也明确了自己的学习目标和个人发展方向。

### 第二段：班级目标和个人学习计划（250字）

在班会上，班主任首先提出了班级的目标，希望我们在新学期中要有更好的学习成绩和更强的团队合作能力。大家纷纷表示认同，并结合自己的实际情况提出了相应的建议。接着，我们分组讨论制定了各自的个人学习计划，明确了学习重点和时间安排。通过互相交流，我发现同学们对知识的渴望和对进步的努力，让我倍感鼓舞和动力十足。

### 第三段：班会的组织和效果（300字）

这次班会的组织得非常周密，班主任充分发挥了引导和组织作用，确保了班会的高效进行。通过提前准备和深入调研，班主任对班级问题了如指掌，并给予了明确的指导。在讨论环节，大家积极参与，相互倾听并提出自己的看法。班会氛围融洽而热烈，每个人都能充分表达自己的想法。同时，班主任也充分肯定了班集体的努力和个人的特长，增强了大家的自信心。

#### 第四段：个人心得体会（350字）

通过这次班会，我深刻感受到了班集体的力量和集体智慧的重要性。每个人都是班级中一个重要的组成部分，都有着自己独特的优势和特点。只有通过集体讨论和交流，才能将个人的力量发挥到极致。同时，在这次班会中，我也学到了班主任的谆谆教诲，他们的经验和观点对我有着很大的启示。从班会中，我懂得了要倾听他人的意见，学会认真反思自己的不足，提升自己的综合素质。

#### 第五段：展望未来（200字）

班会结束后，我感到无比充实，我清楚了自己要朝着什么目标努力，并确立了实现目标的计划。我相信，在新学期的班级大家庭中，我们会团结一致，携手共进，共同创造一个更加美好的明天。同时，我也希望能积极参与到班级和学校的各种活动中，发挥自己的特长，为班级的发展贡献自己的力量。在未来的日子里，我将继续努力学习，不断进取，争取在学习和生活中都能有所突破。

#### 结尾（100字）

这次班会不仅让我明确了自己的学习目标，也让我认识到了班级的重要性和集体的力量。通过班会，我增强了对团队合作和集体协作的认识，相信以后的日子里，我们的班级会更加美好。我会持续努力，积极参与班级活动，为班级的发展尽一份力量。

### 大学生公共卫生心得体会篇三

为进一步推进新乡医学院三全学院崇德书院法治示范校创建工作，引导全校学生做知法守法好公民，10月25日至10月27日，崇德书院全体在校生由各大班班长组织在第一教学楼召开了一次以“学习宣传宪法，推进民主法制建设”的主题班会。

活动伊始，班长通过多媒体并以文字形式向大家展示先讲述了宪法在我们生活中的重要性，并和大家交流了自己的想法。在交流的过程中，同学们兴致勃勃，慷慨激昂的讨论着各自的想法，把班会的气氛成功调动了起来，每个同学都自愿向全班同学交流自己的想法，使主题内容深入人心。在班会总结中，班长的总结性话语引起了全班的热烈掌声。班会紧密围绕“学宪法讲宪法”活动主题，以弘扬宪法精神为宗旨，立足了当代大学生思想，学习和生活实际，进行宣传教育。使广大学生深入了解宪法，尊崇宪法，弘扬宪法精神，增强法治观念，引导同学们形成“学法，知法，守法，护法”的意识。

本次主题班会的成功举办，不仅为同学们普及了相关宪法知识，也为他们了解宪法精神奠定了平台。在培养同学们基本法律意识的基础上，帮助他们树立宪法观念，让他们增强自我保护意识，并知道如何运用法律的武器来保护自己。

## 大学生公共卫生心得体会篇四

2月4日，是法制宣传日。我们是二十一世纪的少年，是祖国未来的希望。学校为了让我们平安健康地成长，特意开展了一次学习法律知识的活动。让我们知道：作为一名少先队员，应该知法、学法、守法，懂法、用法，学会用法律来保护自己的合法权益。遵纪守法，我们要从小做起，从小事做起。

怎样才能做做个知法、守法、用法的好少年呢？首先，我们要知法、学法、守法。法律是任何一个公民都应当遵守的。我们小学生更要从小知法，学法。学习法律的途径有很多：上网、读书、看报、看电视??我们只有做到知法，学法，才能知道什么样的事我们应该去做，什么样的事是法律禁止做的，才能真正做到懂法、守法。

其次，我们要懂法、用法。我们只知法、守法，是不行的。我们还要学会用法律武器保护自己，增强自我保护的意识和能力，增强社会责任感。



在日常的生活中，常常会碰到许许多多违反法纪的事。如：闯红灯、乱穿马路、逆向行驶、乱扔垃圾、随地吐痰，这些违纪违法现象，我们不能视而不见，因为它会给我们带来很大的不便，给社会治安带来的混乱。

那么，我们要及时上前劝阻，还可以叫大人或是民警叔叔来处理，防止小事闹大。

可见，法律是一把双刃剑，他既规范和约束人们的行为；同时也会成为我们的秘密武器，是我们的保护伞，保护我们的合法权益不受侵害。让我们与法同行，摆脱鲁莽，拥有理智；让我们与法同行，远离脆弱，变得坚强；让我们做个学法、守法，懂法、用法的好少年，在法制的蓝天下茁壮健康、快乐地成长！

## 大学生公共卫生心得体会篇五

近年来，随着互联网的飞速发展，各种新型诈骗手段层出不穷，给社会带来了巨大的安全风险。特别是大学生，作为社会的中坚力量，更应该时刻保持警惕，增强防范意识。为此，我们班级召开了一次班会，讨论并总结大家在防诈骗方面的心得体会，旨在让每位同学都能增强安全意识，远离诈骗陷阱。下面，我将分享我们班级的心得体会。

首先，了解常见诈骗手段是防范的基础。在班会上，我们共同梳理了学校周边和网络上常见的诈骗手段，如网络购物诈骗、电话诈骗、微信红包诈骗等。通过了解这些常见的手段，我们能够更加清楚地认识到自己可能会遇到的危险，从而具备一定的识别能力。同时，我们还发现，这些诈骗手段大多数都是以“速度”和“利益”作为诱饵，诱使我们盲目相信并掉进陷阱。因此，我们班级提出了“谨慎、冷静、持有疑问”的防骗原则，为日常生活中的防诈骗提供指导。

其次，网络安全教育的重要性不可忽视。网络作为我们日常生活中不可或缺的一部分，给我们的学习和工作提供了很大的便利。但网络的不安全性也给我们带来了诸多困扰。班会上，老师为我们讲解了网络安全的基本知识和常识，教导我们如何使用网络的同时保护自己的隐私和个人信息。我们了解到，许多诈骗分子通过网络来实施犯罪活动，以假冒身份、涉及非法交易等方式来诈骗我们的财产。因此，我们都要学会保护自己的个人信息，不随便将自己的身份、学校、家庭等隐私信息泄露给陌生人，避免成为诈骗的目标。

另外，提高识别和应对危险的能力也是至关重要的。在诈骗事件中，很多人在意识到被骗后才追悔莫及。为了避免落入陷阱，我们班还组织了一次模拟诈骗案例的角色扮演活动。通过模拟，我们学会了如何识别陌生人的身份，如何从里面敏锐地察觉到蛛丝马迹，从而避免成为受害者。而当我们发现自己可能正处在一个诈骗陷阱中时，要学会及时报警，寻求帮助。班会上，老师还教授了我们应对常见陷阱的方法，如电话诈骗中，可以要求对方提供相关信息以核实其身份，切勿轻易相信陌生人的口头承诺。

最后，班级共同制定了一份班级诈骗防范计划。这个计划规定了班级每位成员的责任和义务，明确了对于发生诈骗事件时的应对措施。首先，每位同学都要了解并遵守网络安全规范，保护好个人信息。其次，班级将组织定期的诈骗防范活动，包括邀请警察、律师等专业人士给我们上课，分享专业的防范知识。并且在发现同学中有受骗的情况时，将进行及时的警示和疏导，帮助受害同学的家长进行报案和追缴损失。通过这个计划，我们班级将形成一个信息通畅、互帮互助的防诈骗网络，共同维护自己的安全。

此次班会，我们班级一起探讨了大学生在防诈骗方面的心得和体会。通过这次班会，我们更加清楚地认识到互联网时代的诈骗风险，了解到了一些常见的诈骗手段，掌握了一些应对的方法和技巧。通过班会下来，我们感觉大家都有了更强

的思想觉悟，更加警惕和冷静了。相信我们班级在防范诈骗的道路上，将会越走越稳，为自己的安全保驾护航。

## 大学生公共卫生心得体会篇六

在大学里，生活要度过三年，在不断学习和生活中，大学生经常会遇到一些问题，虽然不是很窘迫，比例也不高，但是这足以引起我们的重视了。因为大学生受教育多年，心理素质和思想素质都得到不少的提高，出现一点问题我们也要关注。

### 一、活动背景

据调查，在我国，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，心理健康教育主要以咨询、讲座、宣传展等方式来帮助广大同学，这些方式已不能满足广大同学的要求。因此在今年“5.25”大学生心理健康日来临之即，学校心理健康教育中心特组织开展心理主题班会活动，让心理健康教育走进班级。

### 二、活动目的

- 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，了解彼此；
- 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。

三、活动宗旨“不管我们是否熟悉，当我们坐在一个教室，我们就是一家人。”

四、活动主题“打开心扉，畅游爱的海洋”

五、活动形式主题班会；全班互动、交流

六、活动时间xx年4月(具体待定)

七、活动地点具体待定

八、活动策划负责人：机电101班全体班委

赞助单位：

九、活动过程

1、向同学们介绍一下5·25大学生心理健康日的由来。

2、介绍大学生心理健康的`重要性、学校心理健康教育的服务机构以及服务的内容。

3、同学们讨论主题话题

同学们，今天我们要用一节课的时间来聊一个话题，这个话题就是——友情。可以说，朋友在我们的生活中最不可缺少的。余秋雨先生的散文中提到这样一句话：“已过中年，人在很大程度上是为了朋友们活着。朋友无论在何时，都是我们远行万里的鼓励者和送别者。”那么，在同学们拳头大小的的心中朋友又占据了怎样的位置呢?今天我们就来讨论一下友情这个话题。

话题一：什么是友情什么是朋友

如果说友谊是一颗常青树，那么，浇灌它的必定是出自心田的清泉；

如果说友谊是一朵开不败的鲜花，那么，照耀它的必定是从心中升起的太阳。

话题二：友情是广博的，不在乎距离

#### 4、对一些典型案例的思考

北京某大学xx级女学生奚某因涉嫌盗窃同学宝来汽车被海淀检察院起诉到法院，这是近年来北京市最大一起大学生盗窃案。

21岁的犯罪嫌疑人奚某是北京某大学xx级学生，平时与一同学不和，且一向看不惯其平素处处炫耀自己有钱、目中无人的做派。xx年11月11日，奚某利用学校上课收作业的时机，趁同学不备将其上衣兜内的车钥匙偷走，随后将其放在校内停车场的白色宝来1.8t型轿车偷走，该车价值人民币246733元，同时偷走车内现金人民币10000元，美元2100元(价值人民币17408元)，奚某于第二天被查获归案。

据了解，近年来大学生特别是女大学生校园盗窃增多，但是该案盗窃数额特别巨大，居近年来大学生犯罪之首。

5、组织每位同学都讲讲自己的优点，让大家了解彼此。

6、班会满意度调查

7、请班主任总结发言

十、活动意义：

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。懂得人际交往，建立和谐的人际关系。同时在校院里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。

## 大学生公共卫生心得体会篇七

当前社会上的诈骗犯罪屡禁不止，大学生作为社会新鲜血液的代表，也不时成为诈骗犯罪的目标。那些专门针对大学生

实施的诈骗手法层出不穷，因此，大学生班会在防范诈骗方面发挥着重要的作用。通过班会的学习与分享，我们能够提高我们的防骗意识，增加我们的防骗能力。在这篇文章中，我将分享一些大学生班会防诈骗的心得体会。

## 第二段：加强知识学习

大学生班会是一个学习交流的平台，我们可以通过班会学习各种防范诈骗的知识。首先，我们可以请相关部门的工作人员来给我们讲解一些最新的诈骗手法和案例。他们会讲解一些诈骗犯罪的心理特点及操作方法，帮助我们了解诈骗手法的精妙之处，从而提高我们的辨别能力。其次，我们还可以组织大家进行一些诈骗案例分析，通过分析案例找出其中的漏洞，深入了解欺诈罪行背后的逻辑，从而增加我们的警惕性和防范能力。

## 第三段：分享真实经历

大学生班会也是一个分享交流的平台，我们可以分享自己或身边同学的真实诈骗经历，借此提醒大家注意防范。每个人都有可能成为诈骗的受害者，有些同学在和家里人或朋友聊天时可能不经意间透露一些个人信息，这就可能被诈骗犯罪分子利用。通过分享诈骗经历，我们能够从中吸收教训，提高自己的警惕性。同时，通过共同的交流和讨论，我们可以找到更有效的防范方法，为更多的人提供帮助。

## 第四段：加强自我保护意识

预防诈骗不仅仅依赖于知识的学习，更需注重自我保护意识的加强。大学生班会可以通过讨论分享一些诈骗案例，引导大家思考如何增强自我保护能力。例如，我们可以学会保护个人信息，不随意透露身份证号码、银行卡信息等敏感信息，避免盲目参与网络抽奖、投资等活动。我们还可以鼓励大家在收到可疑短信、电话或社交媒体信息时保持警惕，不轻易

点击陌生链接或下载未知文件。通过这些举措，我们可以减少受骗的可能性，保护自己的财产和隐私安全。

## 第五段：积极参与社会服务

为了更好地培养大学生班会的诈骗防范意识，我们还可以积极组织 and 参与一些社会服务活动。通过为社区或学校举办防诈骗宣传活动，我们能够将防骗知识普及到更多的人群中去，提高整个社会的防骗水平。此外，我们还可以与警方合作，开展防诈骗宣传工作，为警方提供一线情报，帮助他们打击诈骗犯罪行为，保护更多的人免受骗害。通过主动参与社会服务，我们将能够全面提高自己的防骗意识和能力。

在大学生班会中，我们不仅可以学习防范诈骗的知识，还可以分享真实的诈骗经历，以此提高自己的警惕性。我们还需加强自我保护意识，注重保护个人信息的安全，以及积极参与社会服务活动，推动防范诈骗的宣传普及。通过班会的学习与分享，我们能够更好地面对诈骗，保护自己和他人的利益，同时为打击诈骗犯罪做出贡献。大学生班会的防诈骗工作不仅仅是个人的事情，更是一项社会责任，我们应该为之付出努力。

## 大学生公共卫生心得体会篇八

在大学里，生活要度过四年，当然也有三年或是五年，这些都是视情况而定的，不过在不断学习生活中，大学生经常会出现一些问题，虽然不是很突出，比例也不高，但是这足以引起我们的重视了。因为大学生受教育多年，心理素质和思想素质都得到不少的提高，出现一点为题我们也要关注。

### 一、活动背景

据调查，在我国，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，心理健康教育主要以咨

询、讲座、宣传展等方式来帮助广大同学，这些方式已不能满足广大同学的要求。因此在今年“5.25”大学生心理健康日来临之即，我院心理健康教育中心特组织开展心理主题班会活动，让心理健康教育走进班级。

## 二、活动目的

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。

三、活动宗旨“提高班级凝聚力，构建和谐班级。”

四、活动主题“打开心扉，畅游爱的海洋”

五、活动形式主题班会

六、活动时间5月x号

七、活动地点体育学院18幢203

## 八、活动过程

1、向同学们介绍一下5·25大学生心理健康日的由来。

思：xx年，由北京师范大学心理学社、心理健康者协会倡议，十多所高校响应，并经北京市团委、学联批准，确定每年的5月25日为北京大学生心理健康日。“525”与我爱我谐音，表明了心理健康节珍爱自我的主题，也充分体现了该活动的宗旨和目的。

鱼：把这样一个意义重大的日子定在5月25日，是用心挑选的。



首先，5月4日是五四青年节，长久以来，5月本身就被人们赋予了和年轻人一样的火力和激情。作为新一代的年轻人，首选的活动当然是5月。其次，鉴于现在的大学生缺乏对心理健康知识的了解，由此导致缺乏的自己心理问题的认识，所以“心理健康日”活动就是要提倡大学生爱自己，珍爱自己的生命，把握自己的机会，为自己创造更好的成才之路，并由珍爱自己发展到关爱他人，关爱社会。

2、介绍我院心理健康教育的管理、服务机构以及服务的内容。

思：体育学院心缘室盛老师心理互助员

3、班主任老师讲话

4、同学们讨论主题话题

鱼：同学们，让我们先用掌声欢迎今天来我们这里做客的朋友和老师们

思：同学们，今天我们要用一节课的时间来聊一个话题，这个话题就是——友情。可以说，朋友在我们的生活中最不可缺少的。余秋雨先生的散文中提到这样一句话：“已过中年，人在很大程度上是为了朋友们活着。朋友无论何时，都是我们远行万里的鼓励者和送别者。”那么，在同学们拳头大小的的心中朋友又占据了怎样的位置呢？今天我们就来讨论一下友情这个话题。

话题一：什么是友情什么是朋友

如果说友谊是一颗常青树，那么，浇灌它的必定是出自心田的清泉；

如果说友谊是一朵开不败的鲜花，那么，照耀它的必定是从心中升起的太阳。

## 话题二：友情是亲密的，要不得距离

### 5、对一些典型案例的思考

北京某大学xx级女学生奚某因涉嫌盗窃同学宝来汽车被海淀检察院起诉到法院，这是近年来北京市最大一起大学生盗窃案。

21岁的犯罪嫌疑人奚某是北京某大学xx级学生，平时与一同学不和，且一向看不惯其平素处处炫耀自己有钱、目中无人的做派。xx年11月11日，奚某利用学校上课收作业的时机，趁同学不备将其上衣兜内的车钥匙偷走，随后将其放在学校内停车场的白色宝来1.8t型轿车偷走，该车价值人民币246733元，同时偷走车内现金人民币10000元，美元2100元(价值人民币17408元)，奚某于第二天被查获归案。