

2023年大学生心理班会会议记录(精选5篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

大学生心理班会会议记录篇一

寻找缓解和消除消极情绪的方法。

- 1、认知方面：认识消极情绪对学习、生活所带来的危害，懂得消极情绪是可以克服的，了解调节情绪的几种方法。
- 2、情感方面：激发和强化调节自己消极情绪的动机。
- 3、行为方面：寻找并初步掌握适合自己的情绪调节方法。

小品表演，讨论交流。

- 1、重点：使学生掌握用“改变认识”来调节情绪的方法，即“理性—情绪”自我调节方法。
- 2、难点：如何引导学生用合理的想法来代替不合理的认识和想法。

1、指导学生排练小品：“他落入了情绪的深渊”

2、准备录音机和音乐磁带“内心和平曲”、歌曲磁带“幸福拍手歌”。

1、引入课题。

(1) 小品中的人物表现是什么情绪?

(2) 这种情绪给他的学习和生活(行为)带来了什么影响?

2、认识消极情绪的危害。

(1) 小品表演：“他落入了情绪的深渊”

(2) 学生讨论，教师启发引导，并板书。

学生讨论以上两个问题，教师引导学生讨论，启发学生认识小品中人物表现的情绪是消极情绪，并把消极情绪比喻为落入了深渊。伴随这种消极情绪的行为往往是不良行为，不良行为必然导致不良后果，并将学生的发言归纳成板书。

大学生心理班会会议记录篇二

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。

二、活动主题：

关注心理健康，创建和谐班级

三、活动目的：

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。

四、活动时间：

9月28号(星期三)

五、活动地点：

文通楼305

六、参与人员：

制药111班全体同学及班主任和学长、学姐

七、活动过程：

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)

八、人员安排：

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。

九、经费运用

矿泉水，信纸，多媒体等。

十、应急措施：

由班委组成小队，负责监督、维持秩序及处理突发事件。

十一、附件：

省略

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”！

大学生心理班会会议记录篇三

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理

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

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

大学生心理班会会议记录篇四

以“中秋·月·诗”为主题，庆祝中秋节。

20xx年9月xx日下午第二、三节课

高一(4)班教室

1、弘扬中华优秀传统文化，了解中秋传统典故，培养学生的传统观念。

- 2、通过古代诗歌朗诵，培养学生的文化素养。
- 3、为学生提供展示自己、锻炼自己的平台。
- 4、借助活动，让学生在集体活动中感受到快乐，使学生互相了解，增进友谊。
- 5、通过活动，增进师生间的情谊。

1、“中秋·月·诗”专题讲座

2、“中秋·月·诗”主题班会

班会形式：猜中秋灯谜，中秋古诗词朗诵比赛，含“月”字的歌曲接龙比赛。

(一)准备：

- 1、学生活动前搜集中秋有关的典故、文化常识、诗歌及与“月”有关的歌曲。
- 2、团委做好相关的准备工作，布置会场。

(二)过程

- 1、班长(xx)致开幕词。
- 2、中秋讲座：中秋节的来历(xx);中秋节典故(xx);中秋节诗词欣赏(xx)
- 3、组织委员(xx)宣布中秋主题班会开始。
- 4、主持人(xx□xx)报幕、宣布比赛规则。

- 5、中秋灯谜竞猜。
- 6、中秋古诗词朗诵比赛。
- 7、含“月”字的歌曲大联唱比赛。(以十秒为计数，如十秒内没有人再站出来唱，比赛结束，看哪个组唱得又多又好)
- 8、班委统计各组得分。
- 9、主持人宣布获奖名单。
- 10、颁奖。
- 11、班主任致辞。
- 12、班长致闭幕词。
- 14、碰鸡蛋比赛，分吃月饼。

这是一次有意义的活动，通过讲座，同学们了解了中秋节的来历，中秋节典故及与中秋有关的古诗词，弘扬了中国传统文化，陶冶了同学们的文化素养。而主题班会竞赛的形式使更多人积极地参与了活动，给了同学们展示自己的平台。而最后，碰鸡蛋和分吃月饼的活动，把气氛推向了高潮。通过这次活动，让学生在集体活动中感受到快乐，使学生之间、师生之间增加了了解，加深了情谊。

大学生心理班会会议记录篇五

一、做好毕业生就业前的心理健康辅导工作。

教育学生树立正确的就业观念，先就业后择业，低位进入。要有吃苦的思想准备，以诚待人，主动工作，要从自己的实际出发，在实践中磨练自己，克服过高的欲望，以免错过机

会。同时，择业时要有安全心理准备，不要被陷阱蒙蔽，以防上当受骗。

二、做好新生入学后心理健康的教育辅导工作。

在学生军训和入学教育中，要针对大学前后学习中的巨大落差、生活需要完全自理、人际交往上的障碍、与异性交往的困惑等常见心理问题，通过开展班会个别谈心等活动，克服学生心理障碍，进行有效的教育辅导。

按照学院要求，要认真组织学生参加各种形式的心理咨询和辅导，及时了解和掌握学生心理状况。新生入学后仍要完成这方面的心理辅导工作。

四、建立健全学生心理档案。

对心理测试过的学生，及时了解和掌握学生的心理状况，特别要对孤儿、单亲、贫困生、有心理障碍、心理冲突、心里困惑以及其他心理疾病的同学及时发现，做好心理咨询和沟通，帮助学生走出心里困境。同时，要建立学生心理档案，将心理咨询、谈话记录、家长来访等记录在案。

五、积极组织学生参加学院心理健康活动。

凡学院举办的心理测试、咨询、演讲比赛、观看教育电影等活动，要做好宣传、组织学生按时参加。同时，要联系本专业、班级的实际，举办心理讲座、召开主题班会，来提高学生心理健康素质。

六、建立心理健康制度。

各班建立心理委员，每周召开专门会议，了解掌握学生心理状况，及时解决有关问题。

七、除开设普通讲座外，全年将定期有针对性地举办2-3次大型专题讲座。

八、指导各班级有计划地开展好心理健康教育主题班会。