

大学生心理报告大学生心理问题 大学生心理问题统计报告(实用8篇)

在撰写开题报告时，需要遵循学术规范和科研伦理，确保研究的可信度和可靠性。在这份整改报告中，我们将对企业的财务管理问题提出相关改进方案和建议。

大学生心理报告大学生心理问题篇一

当前干扰大学生情绪和学习的因素非常多，使他们总是有各种各样的烦恼和问题。本研究通过对这类问题学生的心理机制进行分析，并通过认知调整，尤其是让其通过换位思考，并借助放松训练，对一名大学生的问题进行心理干预，收到了显著的效果。

目前大学校园里能真正静下心来认真学习的学生很少，有太多的东西诱惑他们，也有太多的干扰因素影响他们的情绪，使他们无法静下心来专心学习。其实他们中的大部分人还是希望把学习搞好的。当学习和朋友、工作等发生矛盾时，他们的内心也是非常矛盾和痛苦的，但最后往往还是放弃学习。长久下去，他们的学习没有搞好，心情也很焦虑，甚至抑郁，而这些又会影响到他们对周围人和事的态度，觉得是他们让自己耽误了很多时间没有把学习搞好，严重的到最后什么也没有落下，成为孤家寡人一个。那么如何才能避免这些问题，使学习、工作和交际都不误呢？笔者对一名在校大学生进行认知调整，并辅以临床干预，效果显著。

1. 背景资料

李某，某大学2008级学生，父亲在李某小时候去世，与母亲相依为命。其母早年对李某的管教十分严格，因此他一直很怕事情做不好，达不到令母亲满意的效果，性格也有些优柔寡断。与母亲的沟通也较少，做事总是自己闷在心里不停地

思考，很少主动征求母亲的意见，害怕母亲批评。初中时曾患抑郁症，高考结束后主动去求助心理医生。之后咨询师告诉了李母李某的问题根源，使李母很后悔自己的失误，以后母子的沟通增多，李某也觉得原来母亲也有很多很好的意见，母子感情加深。上大学后，由于对所学的专业不感兴趣，所以成绩在中等水平以下，大二上学期英语四级顺利通过。大一时，担任班长，感觉十分艰难，领导能力不够强，尤其是与寝室担任班委的舍友关系不是太好，大二换届选举之后，寝室成员包括来访者都是普通学生了，关系反而比以前好了，心情也好了。

2. 症状表现

病人来访时，诉说自己每天早上起床之前都要想很多事情，反复思考。比如，想一个问题就要把所有关于它的情况都要想清楚，一定要将所有的因素都找出来，否则大脑就无法停止。心情不好时，要理顺自己的心情，找到所有影响自己情绪的因素，然后再将所有的解决方法都找到，但是却又在选择何种方法去做时陷入困境。因为解决问题的方法太多了，难以取舍，因而越陷越深，常常因为一个问题，哪怕是一件很小的事情，使自己的心情在很长的时间内都是很消沉烦乱的。更为严重的是，由于初中时抑郁症的影响，李某很怕自己回到初中时的状态，因而只要自己心情不好，就开始担忧、焦虑，害怕回到以前的状态，心情更加焦虑。病人来访的主要目的是要笔者帮他找到影响他心情的所有因素，因为他自己陷入这种状态有两个星期了。他很怕自己患上强迫症或者抑郁症。同时认为自己的情绪是周期性的，一阵好一阵坏，这也是他很担心的一件事情，觉得那样的话，就无法控制了。

同时病人也有一些人际问题，自己不知道如何解决，老是陷入矛盾之中。经了解得知，李某性格比较敏感，遇事比较悲观，总是往坏的方向去想，越想心情越不好，并且将自己的喜怒哀乐写在脸上。作为业余排球队的主力，五一时和师兄一起去外地打比赛，不愿意总是让师兄照顾自己，尤其是在

金钱上，因而觉得与师兄的关系不如以前好了，似乎有一些隔阂。回来后心情一直不好，感觉挺郁闷，一直在试图理顺自己的思路 and 情绪，让自己好起来，认为只有将所有的东西理顺以后，心情才会好。但是结果适得其反，心情越来越糟了。

李某还有失眠的问题。当他想睡觉而别的同学不睡时，只要有一点声音也睡不着；但当所有的同学都睡了，他依然睡不着，甚至更清醒了，看着同学一个个熟睡，心里越来越焦虑，直到最后实在是困了，大脑中没有意识了才睡着。在早上醒来之后，心情会很不好，觉得昨晚没有睡好，今天肯定没有精神。

在学习时，他也经常分心，只要大脑中一有别的想法闪现，就必须暂时停止学习，直到搞清楚想法为止，但是这往往意味着他不能再继续学习了，因为他根本就停不下来，也理不清思路，只会使自己的心情更烦。本学期基本上没有到教室学习，就是去也会很快回来，因为总是分心。对自己的专业也不感兴趣，没有学习的积极性。觉得本学期基本上是荒废了，过得很无聊，什么都没有学到，想到这些心情更加烦躁。

受童年丧父及母亲严厉教育方式的影响，李某的性格有比较敏感的一面，对他人的态度、评价比较敏感，很害怕得不到他人的承认。加上他有完美主义的倾向，使他的情绪很容易受外界的影响，情绪波动较大。李某也对自己情绪的不稳定很担忧，害怕自己会一直这样下去，心理一直都处于焦虑状态。这种焦虑更加剧他对自己的认识错误，并使他对他人的态度更加敏感，如此恶性循环。当他的焦虑状态达到很高程度无法忍受时，会对自己丧失信心，甚至患上抑郁症。

当李某知道自己四级顺利通过之后，在本学期就没有给自己定学习计划，每天在娱乐之中度过。在刚开始时感到心情很好，很放松，但随着时间的推移却觉得很无聊，心里又很烦躁了。然而当他想学习的时候，却会经常分心，他总是想把

问题理清清楚之后再学习，但总是越理越乱，到最后无法继续学习，心情也更糟。

导致他所有问题的关键原因就是你看问题只会从一个角度去思考，并且是比较极端、比较悲观的角度。比如在球场上当同学不传给他球时，会想是不是对他有意见，并在很长的时间里都会这么认为。当一个人认为别人对自己有意见时，也就是把对方推到一个敌对的位置，在一个敌对的气氛里，人的心情是很焦虑的，并且有一种不安全感，这种消极的情绪更会使人的思维向错误的认知方面发展。

1. 认知调整

在对李某的心理机制进行分析之后，笔者决定从调整他的认知入手，着重解决他看问题的角度，使他在遇到问题时能换位思考。首先告诉他很多人有时对他的态度不好，或许是因为他们当时心情不好，或者由于自己无意识中确实做错了什么，导致他们对自己有意见。当然也并不一定是自己的错，只是由于每个人的经历和曾经的生活环境不同，才会对事情的看法不同而产出冲突。李某明白原来对问题还可以这样理解，并说当他知道对方可能不是专门针对自己时，感到很高兴，心情轻松了很多。但是另一个问题也随之出现了，当他体验到高兴的情绪之后，马上被另一个焦虑情绪所替代：下次还能做到这样吗？当想到这个问题时，愉快的情绪就一扫而光了。笔者通过他每一次所取得的进步，向他证明每一次都比前一次有进步，而且都是在强化前次的进步，而没有倒退，只是由于我们一次只能解决一个或几个问题，出现的问题会继续解决的，所以他只会越来越好，而不是一次性的。李某思考后点头表示同意，认为确实每次都在进步，表示对自己的问题不再担忧，相信会好起来的。并且明白遇事换个角度想，心情很好，很久没有这种体验了。但是一想到良性循环时，心情还是不好的，想象不到那是一种什么样的体验，因为自己从来没有过心情一直很好的时候，总是有个周期似的。心情不好的时候，会想是不是又要回到从前。考虑到他

可能是太想好了，而且以前没有这种体验，所以给他举了关于左倾主义错误的例子，告诉他任何事情都有自身的发展规律，我们只能按规律办事，而不是看到一点进步就急于求成，加快速度，最后只会导致像那样的错误。由于他的问题积压太久，而且咨询时间很短，所以他不可能一下子彻底痊愈。李某表示理解并有信心彻底改变自我，不会复发。

针对李某失眠的问题，笔者告诉他失眠并不可怕，关键是情绪在起作用。在第二天醒来之后，如果他根本就不在乎的话，告诉自己虽然我的深度睡眠时间很少，但是由于我一直躺在床上休息，所以也已经达到生理睡眠的程度了，根本就不会影响我今天的状态，我相信自己会把今天的任务完成的。同时也引出来另一个问题，对李某来说，他之所以每天没有精神，起得很晚，是因为他没有合理的学习计划，那么他现在就要给自己定一个长期和短期的学习计划，让自己每天的生活充实而快乐。如果他早上起来之后，知道自己要去做什么，并且是必须做的事情，有一种紧迫感，让大脑处于高度兴奋状态，是不会感觉到困的，昨晚的睡眠问题或许都已经遗忘了。恰好在此发生了两件事，形成鲜明的对比，使李某对此理论深信不疑。在第一天晚上，寝室同学看世界杯比赛看到很晚，当同学都睡着之后，他依然睡不着，并没有采取任何有助于睡眠的措施，直到凌晨4点看到外面的天亮了，听到鸟叫的声音，那一刻心情糟到极点，想：“完了！明天一天又白费了。”后来迷迷糊糊睡到第二天11点半之后起来，心情一直都是不好，沉浸在失眠和浪费时间的悲伤之中，下午的学习可想而知。接着第二天晚上，寝室一个同学受伤，他将同学送到医院包扎，一切处理妥当之后，已是凌晨2点半，由于第二天还有很多事要去做，所以躺下就睡着了，第二天7点多起来，一直忙到下午2点与笔者见面咨询，依然没有困意。笔者让他仔细地体会这其中心态和情绪的不同，他说他根本就没有考虑睡眠的问题，只想着怎么样完成任务，心情也是很愉快的，觉得时间没有虚度，相信原来失眠并不可怕。

2. 临床干预

在笔者对他进行认知调整的过程中，鉴于他的焦虑情绪较高，并且在很多方面没有良好的经验和体会，笔者决定通过假想的情感先行组织者对他进行临床干预，使他能更好更快地体会到积极愉悦的情绪。

笔者先后对李某进行4次放松训练，在每一次放松训练之后都让他回去仔细体会一下有什么不同的感受。记得在第一次训练之后，李某告诉笔者他在刚开始时想象不出来心情好时是什么样子的，因为多年都没有心情轻松愉快的感觉了。但是随着放松的深入，他的心情开始好起来，自己以前没有这种良好的体验。第二天来咨询时很兴奋地告诉笔者他在早上起床时体会到了笔者向他叙述的那种轻松愉悦感觉，在以后的咨询和训练中李某都十分配合，作业也完成得非常好。

3. 其他辅助技术与干预

主要是教给李某一些控制情绪的方法，如深呼吸等，并要求他回去之后自己坚持做放松训练。

在每一次咨询结束之后，李某都觉得学到了新的东西，有一些新的体会，感觉到自己在一点点的进步，心情与刚来时相比，也有很大的不同，很久都没有或者说以前也很少有这种愉快的感受。他觉得咨询给他最大的收获就是他的思想观念发生了彻底的改变，考虑问题不会再去往坏的一面想，哪怕刚开始还会有那种念头，但是一会就会自觉地从另一个、能理解他人的角度去考虑问题，发现情绪波动时能主动去调整，知道是自己的情绪在起作用，心情也慢慢变得好起来。在最后一次来访时，李某告诉笔者，虽然当天又有很多事情要做，但是他还是将学习计划完成了一半多，因为他所用的时间也少了一大半。当有事情刺激使自己很烦恼时，知道怎么去调整自己的情绪，在10分钟后居然忘了烦恼的事情能够继续高效学习，而以前只会越陷越深。不怕失眠了也不再失眠了，学习的兴趣也提上来了。本来同学说下午5点要打球，当时已经是3点了，他告诉同学自己要先去学习再过来，以前就会和

他们一起聊天了。这使李某感到很高兴，这似乎是这个学期以来第一次主动去学习，并不在乎别人对自己的评价了。

鉴于李某已经能自己去调控情绪，遇到问题时也能自觉地换位思考，心情一直也是不错的，笔者觉得他已经有能力自己去解决问题，因此决定结束咨询关系。李某也相信自己以后能处理好问题，不再担心复发，也明白引起情绪波动的心理机制，知道自己不会陷入周期性的怪圈。

在新学期开始后的某一天，笔者遇见李某，他很高兴地告诉笔者现在已经非常好了，给自己定了目标，假期还找到一份兼职，并作为辅导员助理带大一新生。可以看出，他对自己这种很充实的生活很满意也很有信心。

笔者在一个多月的时间里对李某先后进行了10次咨询（包括放松训练），使他的思想观念发生了彻底的改变。此案例之所以取得良好的效果，笔者认为就是在每次咨询中都对李某所感到困惑的问题进行换位思考，让他逐步学会站在对方的角度看问题，既理解别人，也解放了自己。当然临床放松训练也起到推波助澜的作用，因为人在放松的状态下特别容易接受新的知识，而且是程序性的知识，使来访者自己能自觉地去实践。

大学生心理报告大学生心理问题篇二

张某，女，广西人，家庭成员结构相对复杂，系离异再重组家庭。在张某很小的时候，母亲便带着她改嫁到了另一个离异家庭。该生体型瘦小，性格非常的内向，在同学中朋友较少，是一个专业成绩不错，但不爱说话的同学。

在大学入学后，同宿舍的同学反映，张某在宿舍生活中，总是不敢一个人走出宿舍阳台的现象。刚开始同学们并没有特别在意，认为张某只是不适应大学的生活。但在接下来的两个月里，张某身边的同学渐渐发现，张某不仅是不敢走出阳

台，就是进入食堂或与同学共同参加在室内举行的众人活动。这些人多的场合，她也会表现出不适应的状态。渐渐的，同学们都觉得奇怪，也就和她越走越远。但在班上，还有班长和小菊两位热心的同学，还总能出现在她身边，和她在一起。

有一天，张某终于和小菊说出了自己在生活上，有这些不适的原因：因为她总是感到有人在说自己的坏话，特别在男生多的场合，总会感到有男生在议论她，说她笑起来很傻；自己在阳台洗漱的时候，会感觉到有人在偷看她，并安装摄像头拍摄她，上传至网上，让她出丑。

辅导员通过同学了解到这一情况后，立即与其进行了谈话，在谈话中，辅导员并没有感觉到该生的任何异常。相反的是，感觉到张某特别的有礼貌。与此同时，张某在生活上，朋友却越来越少，小菊成了那极少中的一个。“小菊，我又听到那种声音了”，张某对小菊说。张某说的那种声音，指的就是感觉到有人在骂她了。

又有一次，张某坐班车回家，在张某的后排，坐着一位与张某并不认识的先生，张某感觉到这位先生也在骂自己，并且从上车骂到了下车。回到学校，她把这件事情告诉了小菊。小菊也感到很不理解，却没有办法与她沟通。

（一）案例分析

案例中张某的心理症状属于偏执性精神病症状。偏执状态以突出偏执妄想而无幻觉为特点。它既无偏执狂那样的系统性妄想，又与偏执型精神分裂症的妄想分散和荒诞离奇、伴有幻觉，且发生人格衰退等不同。有学者认为偏执状态似乎是介于偏执狂和偏执型精神分裂症之间的一种状态。

偏执状态的患病率比偏执型精神分裂症少，而比偏执狂多，目前尚没有该病的确切发病率。该病病人可照常工作，甚至可圆满完成任务，往往不去求医。

偏执状态的病因，是在一定个性缺陷的基础上由长期持久的精神紧张所引起。急性精神创伤可作为诱发因素。偏执状态的诊断和鉴别诊断与偏执狂类似，本病的妄想虽多呈持续慢性形式，但也有短期内消失的。

案例中的张某之所以出现偏执性精神病症状，是由多种原因导致的。就辅导员所了解到的，主要由以下几个方面的原因：

第一，该生家庭系离异再重组家庭，成员构成较为复杂，其继子女较多，据其继父称，儿女中既有副厅、正处级的干部，也有某高校的副教授。其母亲早年做生意，人生经历较为丰富，有重大交通事故史。复杂的家庭组成情况，在生活中，就难免有相对一般家庭更加容易产生口角等家庭矛盾，极易在该生成长的过程中形成一些影响，这时小孩一旦出现情绪管理方面的问题，就极易形成一些不利于成长的复合情绪。

第二，张某在高三的时候，曾经因为有男生向其示爱，由于示爱的方式比较猛烈，因而受到了一些惊吓。因此在男生多的环境下，容易产生对示爱场景的回想和幻想。

第三，个性自卑，遇事较为敏感。研究表明，心理敏感的人往往害怕与别人交往，害怕暴露自己真实的想法而受到别人的嘲笑，此例中，张某甚至不敢在别人面前笑，害怕别人看到自己笑的样子很傻，害怕被别人拍成视频放到网上去。

（二）解决方法

结合该生日常生活表现及辅导员所了解的情况，辅导员主要开展了以下几项工作：

第一，把握事件发展态势，理清事件发展脉络，有条理的将事件上报学校相关职能部门及分管领导，同时安排与其关系较好的同学细心的观察她的日常行为，并做好记录，为日后

辨别其心理健康状态作依据。

第二，积极联系其家长，将该生的情况与其家长作通报，了解其以往的心理情况并告知其在校表现的具体情况，争取家长对处理此事的配合。此案中，辅导员虽然积极联系了其家长，但其家长开始矢口否认一切不利于小孩的事实，并隐瞒该生过往的一些经历，这为事情的解决增加了很大的难度。经过一段时间的沟通与交谈，告知了学校对该生的关心，其家长才放下包袱，来到了学校，试探性的配合了学校的工作。

第三，在符合相关法律法规有关条款的前提下，寻求正规医疗机构的帮助与诊断。心理疾病的诊断往往需要患者敞开心扉的配合治疗，才能得出较为准确的诊断。在此案中，张某在心理出现异常初期（寒假前）及寒假结束后在家人和老师的陪同下，在专业的脑科医院分别做了两次针对偏执型精神病的治疗。然而，初次治疗和第二次治疗的结果却相差甚远。初次治疗，张某就医生的提问，都能够认真的回答，从整个心理咨询过程及各项数据的综合反映来看，医生给出了疑似偏执性精神病的诊断，希望张某能去其它三甲医院的专科门诊进行复查。第二次治疗是该生希望能回到学校学习时，再次做的诊断治疗，但第二次的各项数据，却均显示一切正常，整个心理咨询过程，她也回避了（下转第151页）医生的大部分提问。究其原因，是因为第二次的治疗，张某开始有意识的封闭了自己，所有的选项都选择了否定的答案，在答题时间上，也比第一次减少了很多。

经过一段时间细致而有节奏的工作，最终该生家长同意了学校的休学建议，并在一年的休学调整后，和学校协商，让该生采用在家自主学习，相关指导老师视频指导的方式，完成了余下的学业。

在此案例的处理中，虽然因辅导员心理健康知识欠缺，在处理中略显力不从心；学生家长对事情的处理也未能充分理解和配合，但在学校相关部门、心理健康教育中心及系部的合

理分工，通力合作，密切配合下，还是取得了双方较为满意的工作效果。

大多数的辅导员毕竟不是专业学习心理学的，在学生的心理健康教育及学生心理问题处理上，只能做到发现与关注，更深层次的心理问题的判断及处理，还有待专业的心理临床咨询师或心理医生指导、执行。因此，大力发展校内的心理健康教育机构，形成一定的层级机构，明确每个层级的责权及所扮演的角色，通力协作，才是处理好学生的心理问题，促进学生心理健康的正确渠道。但是辅导员作为学生工作的一线队伍，对学生有着深入的了解，在学生心理健康出现偏差初期，还是大有可为的：

第一，加强宿舍长、班级心理委员、辅导员的三级防控机制建设，制定适合自己所带班级的信息反馈机制，并通过学校心理健康教育部门，对心理方面的学生干部进行系统的培训，使学生骨干真正起到辅导员眼线的作用。

第二，对出现异常行为的同学，要加强对其日常的言行的记录，找专人对其进行跟踪与反馈，了解其心理变化规律，更好的为其总结出行为规律，为日后的工作作依据。这对后期争取学生家长的配合，也是颇有裨益。

第三，一旦启动事件的处理程序，辅导员一定要有耐心，因为此类疑似病例的确认和处理，注定是漫长而又充满挑战的，保持良好的心态，是解决此类事件的关键。

第四，辅导员应加强心理健康相关知识的学习，学习常见心理疾病、大学生常见心理问题基本特征，能心理病症能作出初步的诊断，从而对其日常行为作初步的判断和诊断，能更及时的使疑似病例能更好的接受相应的治疗。

第五，加强心理特殊群体的排查工作。在入学之初，利用专业心理测试软件为每一位新生做心理普查，对有心理问题趋

势的同学要做深入的了解，掌握学生的全面信息。全面信息包括：

(1) 学生家庭及各家庭成员的信息。

(2) 学生本人过往的生活经历，特别是一些特殊的经历。

(3) 除家人外，第三方对其的综合评价等。只有了解了全面的信息，我们在后期的事件处理决策中，才能尽可能做到胸有成竹，心中有数。

大学生心理报告大学生心理问题篇三

大学生心理健康教育是高校思想政治工作的重要内容。我校按照教育部党组印发的《高等学校心理健康教育指导纲要》要求，坚持育心与育德相统一，加强大学生人文关怀和心理疏导，规范发展心理健康教育与咨询服务，更好地适应和满足学生心理健康教育服务需求，扎实推动心理育人工作落到实处。

某某同学，女，20岁，连续两年担任学生干部，深受老师喜爱，同学尊重。在同学们眼中是阳光开朗、热心助人的班干部，在老师心中是有想法、有个性的好帮手，在父母眼中是乖巧的女儿。但这位如此阳光的女孩有长达15年的抑郁，因为过早被家长要求独立，导致缺乏安全感，小学时开始出现幻听，初中抑郁难熬时主动向家长求助，家长不以为然，并予以斥责，后来某某同学开始伪装，成了我们心中的阳光女孩。大学期间，某某同学担任学校某中心主任时，因与某些学生干部不合，进而人际关系紧张，加之本学期11门课程的学习压力，导致某某同学病情越发严重，从而出现在上课期间上网搜索自杀方式的行为，后被网络引导前往就医。

此案例反映的是在人际关系紧张和学习压力大的双重影响下，因家庭教育方式不当而长期存在抑郁倾向的学生产生自杀想法的心理问题事件。

- 1、如何尽快找到该生，确保该生的人身安全，防止意外事故发生。
- 2、如何帮助该生解决当前人际关系紧张和学习所带来的压力，帮助该生营造较为舒适的环境。
- 3、如何协助医生、学校心理咨询中心开展心理治疗，促进该生的健康成长。

首先，立即采取保护措施，确保该生的人身安全；其次，跟领导和家长汇报情况，妥善安排；再次，帮其规避压力源，缓解焦虑情绪；最后转介到学校心理咨询中心和医院进行系统治疗。

1、找到学生，确保安全

考虑到该生病情严重，且拒绝住院治疗，当前安全无法得到有力保障，因此我以关心身体为由电话联系该生前往学院谈心，要求其亲戚护送到校。该生到校后，立即启动“学校心理咨询中心—学院党委副书记—辅导员—朋辈心理辅导员”四级心理危机干预机制，采取保护措施，确保该生人身安全。

2、汇报情况，寻求配合

在确保该生当前安全后，立即将初步情况汇报领导，请求指

示；向校心理咨询中心寻求帮助，请求专业指导；联系家长，告知学生当前情况，要求家长当天赶往学校配合工作；立即联系该生所在班级的心理委员、所在寝室的朋辈心理辅导员赶往学院听候安排。

3、用爱关心，用情沟通

该生到校后，以关心学生为前提，了解和掌握该生抑郁症的形成过程。一是关心身体，询问病情。在得到该生的同意后，查看该生病历本以及各项检查报告，熟悉病情，做好分析。二是探究原因，分析提炼。与该生的深入谈话，让我了解到该生之所以产生自杀想法，主要有以下几方面原因：第一，家庭教育方式不当导致长期存在抑郁倾向，并日积月累无法排泄，病情越发严重；第二，担任学生干部后工作不愉快，人际关系紧张；第三，当前的学习课程过多，学习压力大。三是提出解决方案，努力帮扶。我引导该生正确看待病情，对自己要有信心，引导该生住院治疗，按时服药，接受学校心理咨询中心的心理辅导，多向他人倾诉，学会排泄。四是安排心理委员和朋辈心理辅导员陪其聊天，直到其家长赶来学校。

4、暖心陪伴，全员帮扶

考虑到该生强烈拒绝住院治疗，家长请求学校允许孩子一边学习一边治疗的情况下，制定以医院医生治疗为主、学校心理咨询中心心理辅导为辅的治疗方案，做好以家长为首、辅导员和同学为辅的暖心陪伴，建立领导—辅导员—系主任、专业老师—同学的全员帮扶机制，全员、全方位对该生进行帮扶。一是家长的暖心陪伴，安排家长在校陪读，照顾孩子的饮食起居，为孩子提供良好家居环境；做到每天接送孩子上下课，保证孩子校外安全；带孩子定期就医，督促孩子按时服药，保证有效治疗。通过家长贴心、暖心地陪伴，让孩子感受父母的爱意，家庭的温暖。二是学校心理咨询中心的辅导，采用定期和不定期相结合的方式，做好该生及时有效

地心理辅导。

1、深入学生群体，掌握学生状态

只有切实地深入到学生之中，持续地关注学生，才能洞察学生每个时期的状态，也才能发现问题，及时做到心理危机预警和干预。辅导员通过线上线下相结合的方式，掌握学生方方面面的信息，做到心中有数。线下辅导员可通过下寝卧谈、下课堂听课、下场地参加活动等掌握学生状况；线上辅导员可通过qq动态，微信朋友圈、微博等方式关注学生网上动态，全方位关注学生、关心学生。

2、加强专业素养，提高鉴别能力

学生心理问题往往具有隐蔽性，而辅导员、朋辈心理辅导员、心理委员对学生的心理健康鉴别能力，是进行心理危机预警与干预的重要前提，因此，加强辅导员、心理委员、朋辈心理辅导员的心理专业素养必不可少。一方面辅导员需自我提升，经常去参加各类心理专业相关培训讲座，加强心理学相关知识的学习，掌握一些大学生常见的心理健康问题鉴别能力和处理方法，提升业务水平。另一方面，对心理委员、朋辈心理辅导员等的专业信息队伍进行专业培训。首先进行岗前培训，帮助心理委员、朋辈心理委员明确工作职责和工作内容；其次进行理论培训，将开展心理咨询方面理论知识培训，从心理委员、朋辈心理委员的沟通和陪伴技巧、危机预防和转介以及班级心理活动辅导等方面展开。最后为实践培训，注重心理委员、朋辈心理辅导员的倾听、共情等专业知识实际操作，帮助心理委员、朋辈心理辅导员更好的将理论和实践相结合。

3、加强家校联系，齐心协力解决

大量高校心理健康教育实践表明，大学生心理健康问题往往来源于家庭，过往的生活经历，特别是一些特殊经历会直接导致心理问题的产生。家庭力量在高校心理危机干预工作中具有不可替代的重要作用，家长的积极配合能够有效改善孩子心理健康状况。学生在校出现任何异常行为和心理健康问题需及时和家长沟通，争取家长配合，必要时联系家长到校，与他们进行深入细致沟通交流，做好思想工作，合力解决问题，形成以学校为主、家庭为辅，以学生为主体的心理危机干预机制。

大学生心理报告大学生心理问题篇四

对于大学生来说心理一词并不陌生，而且这个词语也经常出自他们之口。可是，试问有多少同学真正了解自身的心理状况呢？恐怕真正能做到这一点的并不多，要不然为什么经常会有大学生由于失恋、学习失败、甚至于心理空虚而走向极端呢？近来，一则北京的消息称：一清华学生无故将硫酸泼于四只狗熊身上，造成严重烧伤。大学生正处于一种“心理断乳期”，其强烈的心理独立感与其心理的不成熟发生了巨大冲突，特别在大学校园这个特殊的环境中，青年人心理活动频繁，容易出现心理不适，甚至于心理障碍等疾病。一则1999年的社会统计报告指出：我国心理障碍发病率在10%左右，其中有0.07的人迈向通过死亡解脱的大门，有0.15的人因此走上了偷盗、抢劫、杀人、等犯罪之路。这与我们校自1999年以来的心理疾病的人数的比例一直保持在10%左右是个十分吻合的。从这一点可以看出，处于心理过渡期的大学生更应该注意了解自己的心理状况，时时调节自我，保持一种健康的心理状态。

为此，笔者特专访了我校负责大学生心理研究的郭兰教授，并针对大学生多发的心理不适方面进行了分析，希望大学生能为广大学生，特别是大一、大二的学生提供一些参考，使同学们能够更顺利的走过大学难忘的四年。郭教授认为：大学生心理不成熟主要表现在三个方面，第一，对大学生活的

认识，特别是如何正确对待学习和自身地位问题；第二，两性感情问题；第三人际交往问题。以下笔者将对其作如下分析

(1)关于对大学生生活的认识。其中主要表现在：不知道怎样正确处理学习与其他活动的关系。这主要发生在大一新生当中，他们刚刚从那种极其紧张和单调的生活中脱离出来，面对大学丰富多彩的生活，一时显的手足无措，不知道如何是好，于是便分化为三种态度的人。

第一种是仍然沿袭高中那种学习生活方式，专心致志学习，很少参加活动、与人交往，其与大学生生活显的格格不入，结果是自己越来越封闭，心理越来越感到压抑，如果任其发展，也会走向心理障碍。第二种是完全摆脱了高中生活的印记，全身心的投入到各种多采的活动之中，结果虽然短期内表现的很开发、开朗，但是由于疏忽学习，结果心理在一段时间后便显得空虚，就像离开水的鱼儿一样难受，有的甚至由于学习成绩不如意而走向生命的误区。第三种是干脆不知道该干些什么，只觉得什么都想干，什么都又不想干。心里面闷的发慌，久而久之，越来越懒散，得过且过，结果浪费了大好时光。针对以上三点，郭教授指出。一方面要学生在课堂上调节自己。不如大一新生都开设了“思想道德修养”课，这是应国家要求，加强大学生的心理健康教育而产生的。希望同学们充分利用自己的课堂时间多学些调整自己的知识，在平时的生活与学习中适时的调整自己的心理状态。其中，特别是对于第三类同学，要学习适度的加快自己的生活节奏，这能帮助其在适度的紧张中淡化空虚浮躁的念头。同时，也有利于身体的健康。另一方面，郭教授还提醒大家，以上三种心理不适是新生处于新环境的一种正常反应，不必过分担心，只要能尽量克制自己，一般在一个学期后就会漫漫走上正轨。

(2)关于两性情感问题。这是近年来大学生心理最容易走向误区的一个方面。进入大学的青年由于生理和心理的日趋成熟。特别是性心理的成熟，大学生对两性情感十分敏感，一时间，在大学校园内恋爱之风甚是普遍。但是郭教授认为，

大学生在意识、物质、社会角色等方面还不具备充分的恋爱条件。所以奉劝广大同学尽量不要过早的涉足这个区域，尽量用道德、理智来克制自己，同时，要正确处理对待爱情的走向，用一种博大的胸怀去看待它，不要为一时的失败而走向极端。

(3) 在人际交往方面。葛教授说当今大学生交友主要出现的问题有以下三个方面：

第一大学生都渴望多结交朋友。但是他（她）一方面都多半将朋友理想化了，所以就会产生希望越大，失望也越大的局面。另一方面，他（她）们在交往过程中，站在别人的角度少，而站在自己的角度多，他们总希望自己的朋友能在任何事情上都于自己保持一致，结果，发现现实并非如此，于是越来越失望。

第二交朋友也是一个较为浪漫的过程，但是许多同学都操之过急，环境变了，离开了从前的同学，就有了孤独寂寞的感觉，于是就希望迅速的寻找新的朋友，这种想法是不现实的，因为，交朋友需要给彼此都多一段时间，正所谓“心急吃不了热豆腐”，想“一蹴而就”是不正确的。

第三不少同学在人际交往中失败不是由于对朋友的要求过高，而是不能正确的认识自己，也就是过低的评价自身。这主要是由于自己在学习、恋爱、上有过失败的经历或者因为自身长相、身材稍差等原因而引起的一种自卑心理。这类同学一般都采取自我封闭，很少与他人交往、交流，有的甚至觉得自己不配与他人交往，于是久而久之，在人际交往上越来越偏。长期封闭造成心理的抑郁，从而影响对事情的正确认识，影响学习、生活。严重的甚至出现深度的心理障碍，对以后的人生会形成极大的不利。就此，郭教授希望同学们在人际交往中多一些宽容，少一些狭隘，同时要正确的发现自己的个性与优点，不要由于自身某一点不足而整日抑郁，要相信“天生我才必有用”，这样才能在人际交往中找到自己的位置，

才能精神舒畅，而不影响正常的生活、学习、工作。

在采访之余郭兰教授提醒大家，心理咨询并非一件难为情的事，它是很正常的，能帮助大家及时解决一些心理上的问题，帮助大家了解自己，引导同学们正确的对待大学生活。

最后，笔者引述郭兰教授的关于大学生心理健康的标准，希望能对大家有用：

- 1、能保持对学习较浓厚的兴趣和求知欲；
- 2、能保持和谐的人际关系，乐于交往；
- 3、能保持正确的自我意识，接纳自我；
- 4、能协调与控制情绪，保持良好的心境；
- 5、能保持完整统一的人格品质；
- 6、保持良好的环境适应能力
- 7、心理行为符合年龄特征。

大学生心理报告大学生心理问题篇五

面对学业与就业的问题，大学生的心理压力也逐渐的增加。为了进一步了解大学生心理健康问题以及更早的对其进行心理健康辅导，我们对大学生心理健康问题作了调查与分析。此次活动以人文学院学生为样本，进行抽样调查，以问卷调查为形式，以青岛农业大学学生心理健康情况为调查目的，共发放问卷96份，回收90份，回收率为93.75%，其中有效问卷81份，有效率为90%。。报告从有效问卷采取抽样的方法，选取20份作为样本进行分析，现将结果公布如下：

在此次调查中，学习问题是同学最为关心、也是反应最为突出的问题。例如，问题中“考试前后您会有心情紧张吗？”，其中有44%的同学认为，考试所造成的心理压力最大。这说明刚刚进入大学生活，有近一半的同学对大学生活不适应，尤其对大学学习方式不适应，感到心理压力很大。从紧张的高考中走过，许多同学不能适应大学开放宽松的学习方式和生活方式，或过于精神紧张死扣书本，不能从高中应试教育中解脱出来，或感觉生活空虚，整日无所事事，荒废了学习，虚度了年华。

在所调查的学生中，有45%的同学感觉大学生活自由开放，同学也比较重视学习，学习自觉性较高，其中56%的同学在业余时间上自习或听课，与此相反，只有10%的同学网玩游戏或谈恋爱。但这也从侧面反应了同学心理上的学习压力依然很大。

如今大学生在经济生活方面基本没有太大困难，在第6题“你每个月的生活费用够用吗？”中，有67%的同学基本够用，更有11%的同学有剩余，与此同时，在第12题中“你的生活费用最大支出在哪两个方面？”有60%的同学用在饮食和娱乐。以上都说明随着社会的发展进步，人们生活水平的不断提高，大学生生活水平也在提高，由于经济生活造成大学生心理压力情况明显下降。

人际交往问题是在本次调查中反应较为突出的问题。对于“与一群朋友在一起，你常感到孤独或失落吗？”有79%的同学选择“是”或“有时是”，这反应了当代大学生与他人交往的能力欠缺。

大学生中，有相当一部分同学来自农村地区。在以前的日常生活中焦急范围较窄，与人交往的机会也较少，初到大学，面对如此开放自由的环境，面对如此多的同学。面对如此多的公共场合，一下子不知所措，乱了阵脚，于是羞于表达形成内向性格。而在城市中长大的同学，来自独生子女家庭，

难以体会农村地区同学的情况。于是形成隔阂。与此同时，在第12题“你觉得大多数人都不可信任吗？”有78%的同学认为“是”或“偶尔是”。这更反映了大学生人际交往中出现了一些问题。

通过这次调查，不难发现当代大学生在心理健康方面还是有欠缺的。针对这一问题，我校与院也都设立了心理咨询办公室，希望能帮助有困难的同学早日心向阳光！调查数据也为学校心理健康教育提供了真是、丰富的资料和鲜活的事例，达到了此次活动的目的，活动较为成功。本次活动得到了各个方面的大力支持，特再次向参加此次调查的同学表示衷心感谢！

大学生心理报告大学生心理问题篇六

题目：

姓名：

专业：

学号：

授课教师：

学期：

学习是大学学生的主要任务，学习知识、增长才干、掌握本领是大学学生的重要职责。只有学校和学生双方共同努力，才能推动学校教学质量的稳定提升。作为学习的主体，学生的学习状况从根本上决定了学校教学质量和社会对学校的认可度。从这个意义上讲，对学生学习状况的关注就是对高等教育的关注。近年来，在校大学生中普遍存在着高逃课率、高不及格率等现象，在高等教育大众化、教育国际化、教学手段信

息化、学生就业市场化等复杂背景下，如何抓好大学生的学风，已成为众多高校关注的共同问题。大学生的学习是一种特殊的认识过程，这个过程必然伴随着学习主体的一系列心理活动。其中智力因素直接影响他们的学习效率并使学习活动得以顺利完成；而非智力因素，如学习动机、学习兴趣、学习态度等以学习动机为核心，共同构成一个动力系统，对大学生的学习起着始动、定向、引导、维持、调节和强化的作用。

为了全面了解在校大学生的学习状况和他们对教学的要求，以找出问题，探索解决方开展了一次抽样调查。对调查结果的分析，其反映出的问题有一定的代表性，对本校加强和改进学风建设、制定相关的教学管理措施有一定的参考价值。

以本校金融学院的学生为对象，采取随机抽样方法。从200多名在校生中抽取样本50人。主要采取问卷调查方法。调查内容包括教育价值观，学习态度，学习目的及学习习惯，通过qq群等方式宣传调查问卷。

调查结果如下

学习价值观，大部分学生有较为正确的价值观，73%的学生认为学习的作用是为了提高自身的素质，9%的学生认为学习的作业是为了继续深造，18%的大学生没有考虑过。

学习态度方面，65%的学生对学习的热情比较高，27%的学生对热情中等，8%的学生害怕学习，值得注意的是，90%的学生都有自己讨厌的学科，调查结果显示，学生对现实生活联系紧密，实用性强的课程学习兴趣较高。同时学生认为学习态度对学习的效果影响比较大，目前学生的学习动力绝大多数是为就业做准备。

学习目标，70%的学生具有明确的学习目标，但是，通过对比发现学生学习的目的具有明显的不协调性。学生对自己的学

习目标有大致想法的占绝大多数，其次是对短期目标清楚，没有明确目标的学生很少。

学习习惯，学生的积极性主要是比较主动和一般主动，非常主动和不主动的所占比例较小，在学习时，学生有时制定学习计划的比较多，无计划的所占比例很小。

从调查结果中。我们获取了许多有用的信息，

进入大学后，多数大学生会有一种从过于繁忙劳累的高中学习中获得解脱的感觉，缺少学习的计划性与自主性，学习过程中盲目地顺从他人，产生懈怠、惰性的心理，没有创新。在我们所调查的学生中，有的缺乏学习的自觉性，没有明确的学习目标和计划，成天惰性十足。有的缺乏坚持性，缺乏学习的决心和恒心，在学习过程中难以保持充沛的精力和毅力。有的难以坚持执行自己所制定的学习计划，知难而退。有的学生缺乏自制力，难以自觉灵活地排除干扰学习的不利因素，大学生的学习反思可能很难达到这个标准他们通常只对学习结果进行简单反思，难以对学习目标、方法策略和过程等进行深层反思，难以提出有效的改进措施。学习态度的不稳定性，每个大学生进入大学后，由于学习环境和学习方式的变化，需要他们调节自己与环境的关系，调整自己所处的位置，适应新的角色，进入大学，面临新的挑战，旧的平衡被打破，新的平衡还未建立起来，新的竞争就要开始，面对这一变化，一部分人意志坚强，暗下决心，调整自己适应变化，重新树立自尊心和自信心，以积极的态度对待学习。另一部分人，意志较为薄弱，一时难以适应变化，常感到苦恼不安，他们课上胡思乱想，课下坐立不安，夜里辗转难眠，学习日益被动，甚至失去学习的信心。

针对调查中发现的问题，我结合当前大学教育实际，经过分析，在此提出一些建议，以供商榷。

（一）加强对大学生形成正确的学习动机和目的

要对大学生进行教育，必须使之正确认识学习是为了怎样一个目的。我们要善于正确树立学习目标，消除盲目心理，克服不良价值观的影响，确立学习与生活的目标，勇敢地面对现实，为学习和生活、理想去拼搏和努力。

（二）加强对学生的自我认识教育

要正确认识和评价自己，学会控制自己，培养坚强的意志，学习是艰苦的劳动，没有坚强的意志、克服困难的决心是学不好的。要学会控制不良情绪，保持心理平衡，逐渐培养良好的学习心理，尽可能地保持一种积极、愉快、舒畅的情绪来面对学习和生活。要把追求健康、高尚的物质满足和精神满足统一起来，高度重视大学生的人生观、世界观的教育。

（三）帮助学生巩固专业思想，培养专业兴趣

所谓专业兴趣就是对所学专业的特别关切与喜好的情绪，是力求学习掌握接触知识，研究探索专业知识及其发展状况的心理状态。大学生的专业兴趣是大学生力求认识世界、探索真理的带有情绪色彩的意向活动，是学习动机中最活泼、最积极的因素，也是学习的重要动力之一。

因此，学校应加强专业思想教育，帮助学生解决专业兴趣问题，以正确的态度对待自己的专业。当所学专业与自己的兴趣爱好一致时，刻苦努力，奋发进取；当所学专业与自己的兴趣爱好不一致时，要培养专业兴趣，更加刻苦努力，奋发进取，绝不能怨天尤人，消极敷衍，浪费大好时光。这样，就能够突破个人兴趣的小圈子，去热爱所学专业，并形成对专业长久而专注的感情。

这次调查只是调查部分学生的情况，但是这些情况确实存在，这就要求我们大学生自己严格要求自己。大学是自由的，但这自由只是相对而言。虽然不再有人催着你学习，但这并不意味着你可以放松学习了。这只是代表着你要更加努力地学

习，同时这学习不止是书本上的知识，更是修养和素质的学习。这才是大学生活的真谛。作为一个21世纪的大学生，要想抓住机遇，迎接挑战，就必须做好学习与生活规划。充分利用我们大学美好的时光，创造一个美好人生。人生就像一盒巧克力，你永远不知道下一口是什么味道。

大学生心理报告大学生心理问题篇七

3、人际关系问题。如何与周围的同学友好相处，建立和谐的人际关系，是大学生面临的一个重要课题。同高中阶段相比，大学生对人际关系问题的关注程度超过了学习，也成为大学生心理困扰的主要来源之一。人际关系问题常常表现为难以和别人愉快相处，没有知心朋友，缺乏必要的'交往技巧，过分委曲求全等，以及由此而引起的孤单、苦闷、缺少支持和关爱等痛苦感受。

4、恋爱与性心理问题。大学生处于青年中后期，性发育成熟是重要特征，恋爱与性问题是不可避免的。一般包括：单相思、恋爱受挫、恋爱与学业关系问题、情感破裂的报复心理等，而性心理问题常见的有：由婚前性行为、校园同居等问题引起的恐惧、焦虑、担忧等。

5、性格与情绪问题。性格障碍是大学生中较为严重的心理障碍，其形成与成长经历有关，原因较为复杂，主要表现为自卑、怯懦、依赖、神经质、偏激、敌对、孤僻、抑郁等。

6、求职与择业问题，是高年级大学生常见问题。在跨入社会时，他们往往感到很多的困惑和担忧。如何选择自己的职业，如何规划自己的生涯，求职需要些什么样的技巧等等问题，都会或多或少带来困扰和忧虑。

7、神经症问题。长期的睡眠困难、焦虑、抑郁、强迫、疑病、恐怖等都是神经症的临床表现症状。

大学生心理报告大学生心理问题篇八

大学生的. 就业形势在今天的时代背景下其严峻性日益凸显, 就业岗位和就业方式的多样化也为大学生就业提供了更多的机遇和更大的自由度, 但是在就业过程中又难免出现种种心理问题, 如何正确认识并进行科学有效的自我调适, 对大学生群体和整个社会都具有重要意义.

作者: 尚玉峰刘超赵彦军作者单位: 尚玉峰(河北科技师范学院学生公寓管理中心, 河北, 秦皇岛, 066000)

刘超, 赵彦军(河北科技师范学院党委办公室, 河北, 秦皇岛, 066000)

刊名: 中国电力教育英文刊

名□chinaelectricpowereducation年, 卷(期): “” (1)分类

号□g64关键词: 大学生就业心理问题自我调适