

最新大学生心理班会活动内容 大学班会 策划书(模板7篇)

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。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

大学生心理班会活动内容篇一

在大学如何学习

1、让同学们明白大学学习生活的重要性；

3、希望同学们能够树立

1、让同学们明白大学学习生活的重要性；

3、希望同学们能够树立远大理想，并为之不懈努力奋斗，能够克服困难，有针对的提高自己的。

初等美术教育，也就是小美班的学生年龄均在15—17岁之间，正处于从少年后期到青年时期过渡的青春发育期，情绪行为和心理波动性较大，观念上、道德上容易产生错位和倾斜。加上学生生源文化素质较差，自我约束与自我控制能力差，缺乏良好的行为习惯，没有紧迫感和忧患意识，更缺乏科学的学习方法。面对高中年龄的大学生，如何去进行思想工作、如何使五年制专科生顺利的度过青春期，掌握高中应具备的知识储备、完善世界观、人生观、价值观。而且大学和高中不同的教学方式，更让本来就松懈的大学生更感觉我无所事事，感到空虚，另外第一次远离了父母，没有了家长的督促，许多学生很容易迷失方向，究竟如何度在大学里学习生活，成为一个很沉重的问题。

给自己一个目标，竭尽全力去实现它

系部分干部，10小美全班同学

李美朋吴雯

主持人开场白引出班会主题，

女)：大学五年，对我们每一位大学生来说，都是人生中一段重要的经历。在此期间，你选择了什么，做了什么，都直接影响着今后的发展方向。可以说，从刚入校的那一刻起，每个人都面临着这样的选择：是埋头苦读还是张扬个性？而无论选择了其中的哪一种，都将意味着从此把自己置入了一艘可以承载五年大学生生活的生命之舟。

诗朗诵：青春飞扬（宋婷婷）

男) 首先我想我们应该明确自己的责任，不错，我们确实担负着父母的期望，带着我们的理想进入大学了，我们可以简单算一下：一年带学费和生活费得二万吧，也就是说一天就要消费70元……这样的高消费我们在无所事事，那真成了败家子了，所以我们必须肩负一种责任感，这才能给我们更大的动力的去奋斗，每天都不虚度，都有所为。我想说的是我来学校的第一天……我的父母对我的期望很高，所以我要进取……在座的同学我想你们都不是来这高消费的，父母对你们都抱有不同的期望，你们也应该都有自己的奋斗目标，现在大家谈谈自己的心里感受和想法。

同学发言

女) 人生的目标有大有小，大的可谓理想；小的目标是为理想服务的，学业成绩的追求，四、六级英语、计算机考级，有其他爱好的如唱歌、跳舞、体育发展的等等都行只要有那方面的才能，天生我材必有用嘛，365行，行行出状元，只要

能实现自己的价值都行。不同的人目标有不同的组合，但无论大目标、小目标你都应当有。那么就请我们来讨论一下自己是如何给自己定位的。谁能说一下自己的人生规划呢（如果没人回答，就以小组为单位进行回答）

歌曲：壮志雄心（吴承泽）

女）说道学习，我想有的同学很想知道一些好的学习方法来提高自己的学习效率，那么谁想谈谈自己的一些学习方法来供大家参考呢。（如果没人愿意谈就请辅导员谈）

同学们发言

最后辅导员总结

谈话内容：

1， 调整学习方法

进入大学后，以教师为主导的教学模式变成了以学生为主导的自学模式。课堂讲授知识后，学生不仅要消化理解课堂上学习的内容，而且还要大量阅读相关方面的书籍和文献资料。自学能力的高低成为影响学业成绩的最重要因素。

2， 正确对待专业课、公共课和选修课？

一、对专业课的学习，应目标明确具体，主动克服各种学习困难，不断提高学习兴趣。不同专业的大学生有不同的专业课，但不同专业的大学生对待本专业课程的学习态度应该是一致的：那就是不管喜欢与否，都要尽力把专业课学好。在学习专业课的时候，学习目标要明确具体，不断提高学习动机和学习兴趣，主动克服各种学习困难，做到直接学习兴趣和间接学习兴趣的结合。

二、对待公共课，要认识到其实用的价值，努力把对公共课的间接兴趣转化为直接学习兴趣。总的来说，大学生对公共课的学习积极性普遍不如专业课，有相当一部分学生持消极应付的态度，学习目的不明，目标不清，动机不强，学习兴趣主要看老师的教学水平，如果老师的课讲得生动活泼，他们愿意听，有兴趣学。但这种学习兴趣主要是直接学习兴趣，而且大多停留在较低水平上，只限于上课认真听讲，把听课当成了一种享受或是对专业课的调剂。因此，大学新生要端正对公共课的态度，要充分认识到公共课的实用价值及对自己的意义，努力把学习的间接兴趣逐渐转化为直接学习兴趣，部分实用性强的公共课（例如外语）要当成专业课来学习。

三、对选修课的学习，应注意克服仅仅停留在浅层的了解和获知的现象。大学生对待选修课的学习一般说来兴致较高，认为选修课可以开眼界，长见识，扩大自己的知识面。而且选修课的学习要求不严，大学生较少产生逆反心理。但选修课在大学生心目中的地位和分量毕竟不如专业课和公共课，大学生真正投入学习的不多。学习目的较模糊，学习动机不强，学习既不消极也不太积极，上课时注意力集中程度不高，认识能力也较少充分发挥。因此，大学新生对选修课的学习，应注意不要仅仅停留在浅层的了解和获知上，更要杜绝为了捞取学分才选修某些课程、“选而不修”的不正常现象。

四、最后请同学上台合唱歌曲相亲相爱一家人结束今天的班会

大学生心理班会活动内容篇二

让脸上失去笑容的，不是磨难，而是禁闭心灵的缄默。

没有谁的心灵是一尘不染的。战胜自我，拥抱健康。

沟通，消除隔膜；交流，敞开心扉；真诚，融化壁垒。

自从踏入大学，我们每一个人在心中就筑起了属于我们自己的大学。大学的一切都让我们憧憬，我们带着我们的憧憬开始了我们的大学生活。

大家晚上好，今天我们班会的主题是：社交学，人生的第一课。

社交，指社会上人与人的交际往来，是人们运用一定的工具传递信息、交流思想，以达到某种目的的社会活动。当今时代，经济和社会环境的变化使得人与人之间的交往显得更加重要。因为我们只有不断地与各类人员进行交往和信息沟通，才能不断地丰富自己、发展自己。

下面，就有请一班心理委员白乐雪跟我们讲解一下社交以及简述当代大学生社交方面的几个误区。

首先，宿舍你我他讲了宿舍的矛盾，也举了我们可能会采取的解决方式，如口舌之战，暴力倾向，排挤孤立等等；我的情绪我控制，我们了解了情绪abc理论和四不原则：不责备，不逃避，不遗忘，不委屈求全；优秀教师没人缘，虽然讲的是教师，但是也给我们很大的启示；不要再孤单，通过谢阿姨与高阿姨的对比，我们明白了如何去交朋友；朋友的边界，通过杨帆和娟子的事例，让我们知道了朋友也是有界限的。至此，五个视频，我们学到了很多。那我们又该如何去做呢？下面，就有请二班心理委员唐燕群讲讲我们应该怎样正确与人交往。

听完了二班心理委员的讲解，不知道大家是否懂了呢？下面，以寝室为单位进行讨论，讨论之后派代表讲讲你们今后会怎样做。

大家都讲的非常好，也都提到了自己以后的社交之路要如何走。大家无聊的时候有没有做过什么测试题之类的啊？今天，我们就来做一组心理趣味测试，测试一下你是一个怎样的人。

请大家一定要认真做哦！

做完了这个测试，不知道大家对自己是否有了更深刻的了解了呢？

通过这个班会，我们应该要学到什么，我们学到了什么，大家在心里都会有自己的想法。希望大家能够真正的好好吸收这次班会的内容，在以后的人生道路上交到更多更知心的朋友！

此次班会到此结束！

大学生心理班会活动内容篇三

(播放学生在军训、学习等平时拍的一些照片，背景音乐，唤起学生心中的美好回忆，为下面的主题做好情感铺垫。)

学生自由说。

1、诗朗诵《放习理想》

2、齐唱《最初的梦想》

3□

主持人：时间过得可真快，下学期就要离开学校了，同学们现在就请每位同学都说一句话，这句话就作为你在毕业前夕对母校、老师、或同学的临别赠言。那么现在，就是你们表达自己感情的时候了，我希望同学们响亮地把属于你自己的一句话说出来。

学生事先准备一句话，按号数进行。

给每位同学发一张卡纸，每人在纸上写出自己的理想和为自

己为同学加油的话！并把它折成幸运星，放到水晶瓶中。

如果你不思考未来，你便不会有未来。

自信是生命的动力。

不你面对太阳时，阴影总是落在你的背后。

主持人：同学们，今天你们的表现再一次地感动了我，相信这会是我们又一个美好的记忆。谢谢同学们，今天的主题班会到此结束。

大学生心理班会活动内容篇四

诚信待人、诚信做事、诚信学习、诚信立身

21世纪是信息社会，信息化浪潮汹涌而至，加速推进信息化进程已成历史必然，而社会的全面信息化又是建立在良好的社会诚信体系之上，没有诚信，信息化无从谈起。时代的进步推动着观念的更新。随着社会主义现代化的发展，社会生活巨大而深刻的变化赋予诚信这一传统美德日益丰富的时代内容，的范畴提升到制度建设的层面。

此次以诚信教育为主题的班会意在使同学们认识到诚不仅是一种道义，更是一种准所以我们一定要——诚实守信发扬下去。也促使人们对诚信的理解从*道德信的重要性的培养同学们诚信的意识，并初步学会将诚信融入日常生活中的每一件小事，真正做到诚实守信。让每位同学认识到诚信对于人生的重要性，诚信是做人的一种品质，是职业道德的根本，是个人成就事业的根基。要培养诚信的良好道德品质，就要从身边的每一件小事做起。作为当代大学生，我们应该做到诚实，诚恳，实事求是，重信用，守。

电子商务二班全体同学

20xx年6月

四教108

谢建彪、李蓉

商讨活动详细安排，确定活动方案。

2. 撰写活动策划书，确定活动细节

4. 提前三天通知蹲点干部和班主任老师

5. 活动所需相关设备的准备与物品的购买（相机、演话剧的道具、礼品等）

6. 活动记录与活动总结的撰写

1. 6月11日下午四点，同学们按时到达教室，主持人准备就绪。

2. 4: 30准时开始，主持人致开幕词

3. 2个诚信小故事的讲解，由王慧、文亚群同学为我们带来了她们的诚信小故事，同学们在轻松愉快的氛围中真正学到了有关诚信方面的知识，大家都受益匪浅。

4. 话剧欣赏《推销风波》，由李蓉、黄明、余经武、罗泪江等同学演绎，他们搞笑的表演赢得了台下观众的一片片的掌声。

5. 游戏[成语接龙]，李江同学主持了成语接龙环节，在这个环节大家都参与了进来，在活跃的气氛中，感受到了中国古代文化的博大精深。

6. 话剧欣赏《诚信考试》，此话剧由陈欧、黄敏、杨季、喻少丰等同学表演，话剧在幽默、搞笑的气氛中说明了我们必

须要在考试中讲诚信，否则只能得到可悲的下场。

7. 游戏《您瞅准了》，由李蓉同学主持，同学们在玩的过程中气氛很活跃，因为没有猜对的同学要表演节目，这个节目真正调动了大家的积极性。

8. 相声表演，由李娜和刘爱丽讲相声，她两的北方味的相声给我们带来了不一样的感受，精彩极了！

9. 王小乔老师进行点评，她说她真的很震撼，我们会给她带来这么多的惊喜，她说我们真的在进步！

10. 蹲点干部进行点评，张骥明学长对我们的班会给予了很高的评价，他说这是他所见过的的一次班会，所以他给我们打上了满分。

道具、小纸条：20元钱，不可预计费用：10元钱

通过这次班会，同学们都充分的认识到了诚信的重要性，大家都会在以后的工作与学习中以诚信的优良传统美德指导自己的一言一行。古往今来，凡是品德高尚的人，都是诚实守信的人。

孔子说：“人而无信，不知其可也。”只有有了诚信，你才能在社会立足，才能得到别人的尊敬，才能使他人信服，因为谁都不喜欢被欺骗。因此，做一个诚信之人是我们的责任和义务，以及一个做人的最起码的原则！要想做到诚信，就要从生活中每件点点滴滴的小做起。今天，我们重温我们优秀的道德文化传统，并在这丰富的道德资源中，汲取到中华民族腾飞的持久动力。希望同学们能牢记这一点，在今后的学习生活中，处处做到诚信。

大学生心理班会活动内容篇五

诚实守信是中华民族的传统美德，是我们每个人的立身之本。时光飞逝，转眼一学期的学习又将告一段落，我们也迎来了20xx—20xx学年度第一学期期末考试，我们要面临的既是一次学习成果的检阅，更是一场道德与诚信的考验，面临期末全校已经进入了备考阶段。严肃考风考纪成为普遍关注的问题。本次活动意在使同学们认识到诚信的重要性和培养同学们诚信的意识，并初步学会将诚信融入日常生活中的每一件小事，真正做到诚实守信。让每位同学认识到诚信对于人生的重要性，诚信是做人的一种品质，是职业道德的根本，是个人成就事业的根基。要培养诚信的良好道德品质，就要从身边的每一件小事做起。

1. 全面贯彻、认真学习考场纪律要求。
2. 指导大家的认真复习，做好考试准备。
3. 加强诚信意识教育，塑造良好道德品质

咸阳职员医学系全体学生。

20xx年12月

个班教室

1诚信意识教育

班长 团支书首先向同学们传达学习有关考试的规章制度，详细阐述考试过程中诚实守信·认证仔细·沉着冷静的重要性。接着要求同学们围绕即将到来的期末考试，结合自身实际阐述自己所理解考试的含义。让同学们明白考试只是检测所学知识的手段，是平时努力程度的集中反映。优异的成绩要靠自己的真实智慧·辛勤奋斗来争取。因此大家一定要遵守学

校的校纪校规，用严谨的考试作风，严明的考试纪律和良好的心态迎接期末考试的到来。

2 请几位成绩优秀的同学讲讲自己的复习方法和平时学习的经验。

3 “诚信考试，诚实做人”的签名活动

组织全班同学在“倡导诚信考试，建立和谐校园”的横幅上签名，以便提醒同学们要诚信考试，杜绝一切作弊行为。

4 活动最后由班长和团支书总结性发言再次强调迎接复习的注意事项及考试的注意事项。并祝同学们在考试中获得优异的成绩。

通过策划举办这次活动，同学们都充分的认识到了诚信的重要性，大家都会在以后的工作与学习中以诚信的优良传统美德指导自己的一言一行。古往今来，凡是品德高尚的人，都是诚实守信的人。孔子说：“人而无信，不知其可也。”只有有了诚信，你才能在社会立足，才能得到别人的尊敬，才能使他人信服，因为谁都不喜欢被欺骗。因此，做一个诚信之人是我们的责任和义务，以及一个做人的最起码的原则！要想做到诚信，就要从生活中每件点点滴滴的小做起。今天，我们重温我们优秀的道德文化传统，并在这丰富的道德资源中，汲取到中华民族腾飞的持久动力。希望同学们能牢记这一点，在今后的学习生活中，处处做到诚信。为将来的人生道路打下坚实的基础。

1、在组织过程中负责人要注意时间的分配，尽量避免由于时间过短和问题过偏而效果不佳。

2、会场气氛要活跃，但保持会议的纪律；负责人要调动班内气氛，注意保持会场安静。

3、通过灵活方式，让同学更投入到会议，正面认识考试纪律的严肃性，让所有同学都有所收获。

4、每个班干部都要积极配合负责人工作，帮助维持会场次序。

策划部门：学习部

策划人：

策划时间□20xx年12月24日

随着物质生活水平的提高，以及越来越多的独生子女的涌现，现在的中学生一代，不缺吃，不缺穿，因为生活的安逸，他们少了对未来的打算，往往只是得过且过，很少有学生明确求学路上的真正目的是什么，因而培养他们对未来的憧憬显得任重而道远。通过本次班会，让学生体会大学的美好，树立要考上大学，期望美好生活的愿望。

1. 播放视频国际知名大学哈佛大学(校园建设，知名校友，学校成绩)

2. 图片国内知名大学(校园建设，知名校友，学校成绩)

活动思路：

由故事《料理鼠王》引入

1. 观看视频图片，介绍国内外著名的大学

2. 故事群英会(同学们讲自己知道的关于理想的故事)

4. 我的理想(在纸条上写上各人的理想，可匿名)

背景音乐：《我的未来不是梦》

5. 观看励志视频“我的大学梦”，教师总结，表明理想的重要性和实现理想要付出努力。

1、观看《料理鼠王》电影片段，引入主题：

主持人发言：

《料理鼠王》就是这样一个故事，美妙真诚但却并非完全是童话式的非现实。透过一只老鼠的奋斗和努力，作为人类的我们得到了太多的感动和激励。虽然本片依然走的是大众化的主题路线，一只老鼠和一个普通人类的友谊，一份不可能完成的任务，在反对声中任毅然坚持自己的梦想。

2、播放国内外知名的大学视频照片

哈佛大学

牛津大学

剑桥大学

清华大学

北京大学

3. 故事群英会(同学们讲自己知道的关于理想的故事，老师可以自己先讲，带动气氛)

哈佛故事

27%的人，没有目标；

60%的人，目标模糊；

10%的人，有清晰但比较短期的目标；

3%的人，有清晰而长远的目标。

以后的25年，他们开始了自己的职业生涯。

25年后，哈佛再次对这群学生进行了跟踪调查。结果是这样的：

大学生心理班会活动内容篇六

“心理健康教育”是大学生德育的基础。同时，社会转型期出现的一些问题，也成为影响大学生心理健康的重要因素。特别是刚进校的大学生，面临适应大学生活的巨大挑战，特别是心理方面出现诸多的不适应，有针对性的做好大一学生心理健康教育尤为重要。结合我校的要求和我班特点，我班开展了系列心理健康教育活动。

一、活动主题：

“让阳光湮没阴影。”

二、活动时间：

20xx年5月5号

三、活动内容：

在的竞争和挫折，并且使他们能够在周围同学出现因此类问题所造成的心理失衡时及时给予他们帮助和开导。

四、活动意义：

根据大学生的身心发展特点和教育规律，注重培养大学生良好的心理品质和自尊、自爱、自律、自强的优良品格，增强大学生克服困难、经受考验、承受挫折的能力。

大学生心理班会活动内容篇七

有这样一把钥匙：它没有重量，却可以让人有泰山之重，又决不会如云彩，漂浮不定；它没有体积，却可以让人有大海般的广阔，又决不会如小草，弯曲脆弱，范文之教案：诚信考试主题班会。它若掌握在人手上，会让太多的是是非非，顿时暗淡，进而失去存在的理由。它平凡而又高深，简单而又复杂，于是，上帝让它担负起了开启成功之门的重任，可曾有多少人怀疑它被藏在了天使的翅膀里，他们总是仰望天空去寻找它，殊不知它就在地上，就在每个人身边，只不过有人把它看作是一种装饰品罢了。

这把钥匙就是“诚信”。

为积极响应人文学院本次开展的“诚信学习，诚信考试”班会活动，我班班委会和团支部结合本班同学特点认真开展此次活动。

- 1、使同学明确“诚信”的含义，理解“诚信”对学生自身发展和为人处世的重要意义。
- 2、使同学崇尚诚信，远离虚伪欺诈，把诚信作为同学之间、师生之间、家庭成员之间相处的基本原则。
- 3、使同学重视学习，重视考试，懂得诚实守信必须从我做起，从现在做起，落实在日常的学习生活中。

20xx年12月6日

xx学院401

1□xx学院08新闻班全体同学（两人因假缺席）

2、会议主持及记录、拍照人员

3、主持人□xx□xx

4、记录人员□xx

5、拍照人员□xx

班会流程：

1、到会者签到，再次通知没来的人员。

2、介绍“校风学风督察月”活动，宣读部分考试条例。

3、学习委员陈倩代表全班发言，谈谈对“诚信学习，诚信考试”主题的认识。

4、男女生分别展现自己准备的四个节目。

5、根据陈倩的发言和同学的节目，分组讨论本次班会主题。

6、各小组选出代表表达讨论要点和心得。

7、全体起立，唱校歌，宣誓。

8、班主任周立华老师总结发言。

“人无信而不立”，这是每个大学生都知道的箴言，诚信也是每个大学生应有的道德基础，但是，面对社会上的造假和贪腐等一些不良风气，被视为一方净土的大学校园也出现了诚信缺失的问题。

对于当代大学生来讲，明礼诚信是立身处世之本，是走向社会的“通行证”。加强大学生诚信教育，为社会主义现代化建设输送德能兼备的合格人才，已是大学思想政治教育的当务之急。诚信自古有之。通过本次主题班会，我们取得了预

期目标。大学里要学的不仅仅就是书本知识，我们更重要的是学会做人。考试成绩不能说明一切，一味地因追求高分而忽略道德，这不仅是对其他同学的不公平，更是对自己不自信和不负责任的表现。孟子曰：“车无辕而不行，人无信则不立。”树立道德新风，立诚信之本，做文明公民，既是时代的需要，也是做人的道德底线。

诚信象路，随着开拓者的脚步延伸；诚信是智慧，随着博学者的求索积累；诚信是成功，随着奋进者的拼搏临近；诚信是财富的种子，只要你诚心种下，就能找到打开金库的钥匙。诚信，是一股清泉，它将洗去欺诈的肮脏，让世界的每一个角落都流淌着洁净。作为大学生，学习和考试是大学生活里至关重要的两项活动，我们班的同学能又一次加深对诚信的理解，用于面对从前的缺点，战胜困难，是值得纪念和尊敬的。同学们对诚信的认识得到拓展。通过他们积极参与讨论，更加认识到诚信在当今社会当中的重要性。

本次班会还存在不足之处，如形式不够多样化。由于班委的筹备工作还是不够完善，班会的形式比较单一，能主动参与的同学还比较少，下次应当集思广益，调动更多同学参与其中才好。