

# 大学心理论文(大全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。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

## 大学心理论文篇一

在二十世纪末期积极心理学在西方优先兴起。积极心理学倡导积极品质，充分挖掘人类自身潜在建设性力量，在社会发展中，发挥个人积极影响和潜在力量，使每个个体走向幸福。积极心理学在当下大学生教育中，发挥积极影响，特别是当下大学生均是家里独生子女，大学生就业压力较大，容易具有性格和心理缺陷，影响大学生自身长远发展，导致其在步入社会后，无法发挥自身积极影响。利用积极心理学，利于对大学生进行引导，疏导大学生身心发展压力，提高心理素质，利用心理调节，在社会中发挥自我力量。

人们建立在自身思想品德基础上，给出相应奋斗与发展目标，监督自己在发展期间行为，自我教育，结合自我教育实践结果，评判自身，完善自身缺点。自我教育实践评判这一过程，就是自我教育体现。依据自我教育这一理论内涵，在大学生心理教育中，把大学生自我教育能力这样理解：大学生在调节自身身心发展和维护心理方面，需具备基础心理能力。详细来说，心理能力体现为，自我实践能力、自身要求能力、自我评价和实践能力[1]。

在心理健康教育期间，大学生自我教育开展，自我认识能力发挥较大作用，自我认识能力决定大学生自身，对心理教育需求程度高低，关系着学生和周围环境关系认知度，也决定大学生对自身认知理解度。自我要求能力，和大学生关系体

现在，大学生是否可以良好建设目标，安排自我时间，安排计划等。自我要求能力是大学生在心理教育期间，自我教育实现关键因素。自我评价能力，是大学生在自我发展中自身成绩评价能力，对自我发展中积极和消极因素客观评判，辩证看自身。这四种心理能力相互联系，互相辅助，促进大学生自我心理教育发展。

### （一）积极情绪理论体验

大学生在自我认识与评价能力中，情绪积极理论体验作为其理论依据，发挥积极影响。依据积极情绪理论，大学生可以良好对周围环境，生活中事物，给出积极心理体验和情绪感受，积极情绪理论在证明积极情绪理论发挥最大作用。详细来说，其发挥积极作用，主要体现在以下两个方面。

其一，大学生可以充分利用社会资源和自身能力，灵活把自身能力与社会资源结合，发挥大学生主观能动性，激发创造能力，形成创新思维，在社会发展中，发挥自身价值。

其二，随着大学生积极情绪体验深入，大学生注意力不断扩散，思维不断激发，大学生思维更为活跃和灵活。提高大学生自我评价与认识能力，大学生可以结合自身身心发展特点、情绪体验全面认知，对自身发展评价[2]。

### （二）积极人格理论体验

积极人格理论体验，是指大学生在生活中，不断积极追求幸福，并在追求过程中，积极去感受幸福和愉悦感觉，同时，也激发大学生潜力和能力。积极心理学研究人员，对心理学特质研究时，构建一整套全面人格系统——via系统，这一系统对人格优势和价值全面分析，包含了24类性格力量和6大核心美德。积极人格力量对大学生来说，其对大学生时间能力和自我要求能力发挥积极影响，培养大学生这两种能力，大学生对幸福和美好理解增强，全面感知到生活的美好。大学

生结合自身能力，为未来发展构建，使大学生具备理想状态，朝向理想方向发展。与此同时，在积极人格理论中，就六大美德来说，卓越、智慧、节制、勇气的力量，利于在大学生面对困难时，理智冷静处理，激励大学生自身朝向自己设定目标发展。六大美德中正义和仁慈，利于大学生与周围环境和谐相处，实现自我调节目标[3]。

### （一）外部环境系统建设，为大学生营造积极外部环境

当下大学生自我教育水平较低，这是大学生出现心理问题主要因素。基于积极心理学视角下，要想提高大学生自我教育能力，需为大学生建立一个积极外部环境系统，利于在自我教育中，满足大学生自身需求，为其营造良好学习条件。详细来说，大学生积极外部环境建设，主要包括两个方面内容。其一，稳定和长期外部环境。如，学校环境，社会环境和家庭环境。其二，多样和短期环境。如，文化氛围、教育氛围、学风等。这两种不同环境相互独立，相互协调运作，是大学生心理自我教育必要基础，是培养大学生自我心理教育主要途径。

### （二）贯彻科学教育取向标准，提高大学生自我教育能力

在大学生心理教育期间贯穿，帮助大学生正确看待自身，对心理变化和发展全面认知，树立积极人格，理解幸福和美好含义。贯彻科学教育取向标准，为大学生在自我心理教育期间，为大学生自我教育做指引，避免大学生没有方向，出现盲目认知问题，自我教育效率低下问题的发生[4]。

### （三）利用科学方法开展自我教育能力培养

在对大学生进行心理健康自我教育能力培养期间，教育人员可以利用合理化手段开展教学。利用教育课程，团体心理活动课，对大学生进行心理教育。

其一，教育人员利用教育课程，对大学生进行心理教育。总的来说，在当下社会众多高校均建立心理课程，但是其教学效果不佳，影响学生自我教育能力培养。面对这一形势，高校教师需把心理学教育课程与积极心理学理念和价值取向结合，把积极心理学、基本课程、大学生实际生活结合，在课程教学期间，积极和学生交流，共同探索社会美好事物，感受积极事物。利于大学生树立良好心态，健全人格，增强自我幸福感与能效感[5]。

其二，利用团体心理活动课，把心理学理论、心理学健康知识，在团体活动中展现。为学生营造轻松和愉悦学习环境，学生可以增加对现实中和自我认知度，分析现实中自我与理想中自己差距，辩证看待自身。在团体活动中，大学生与不同个体可以及时交流和沟通，通过相互学习、体验和观察，来认识自我，完善自身缺陷，改善和优化与其它个体之间关系，激发大学生潜能，提高环境适应能力和协助能力[6]。

综上所述，积极心理学对大学生自我心理教育带来积极积极影响。利于大学生在调节自身身心发展和维护心理方面，发挥积极心理学作用，帮助大学生正确看待自身，对心理变化和发展全面热认知，树立积极人格，理解幸福和美好含义。为了提高大学生心理自我教育能力，培养其具备良好心理素质，正确看待就业和生活压力，在培养大学生自我教育能力时，需做好以下几点工作：建设外部环境系统，为大学生营造积极外部环境，贯彻科学教育取向标准，提高大学生自我教育能力，利用科学方法，对大学生进行心理教育。

参考文献：

[1]周飞燕. 基于积极心理学视域分析高职大学生心理健康教育路径[j]. 亚太教育[20xx]01[269].

[5]王小莉. 浅论高校大学生心理咨询与思想政治工作[j]. 甘肃农业[20xx]11[350].

[6]劉生思, 汪杰敏, 何啸轩, 张薇. 积极心理学视野下独立学院的大学生心理健康教育[j]. 科教导刊(上旬刊) 20xx(12): 241-242+252.

## 大学心理论文篇二

高职大学生的人生观教育是思想政治教育的核心教育内容。人生观教育对于规范高职大学生的基本行为模式起着至关重要的作用。当代心理学经过一百多年的发展, 着力于解决如何让人们更科学地正确认识世界、更好地处理自己与世界的关系, 这与思想政治教育提出的人生观教育的教育目标是一致的。心理学是为教育教学提供最直接的理论支撑和技术支持, 对于高职院校的大学生人生观教育同样如此。

目前, 在高职院校对大学生进行人生观教育主要途径是思政课、班会课、团日活动等。在大学生人生观教育过程中, 既要保证高扬马克思主义基本原理的大旗, 又要保证教育效果, 能让教育内容更加“接地气”, 入耳、入脑、入心。心理学从对实际情境中个体的行为观察入手, 总结人类思想和行为的一般形成规律, 为人们遇到的实际问题提供具体的解决路径。因此, 将大学生人生观教育和心理学相结合, 可以将晦涩刻板的教育主题分解成与大学生生活实际相结合、有趣、易接受的问题步骤, 通过师生共同讨论、探索, 将教育主题潜移默化地滋润到学生的思想之中, 起到更好的教育效果。因此, 大学生人生观教育与心理学相结合具有积极意义。而在所有的人生观教育方式中, 课堂教学始终是作为主要环节存在的, 因此, 如何将心理学同大学生人生观教育教学有效结合起来, 是大学生人生观教育的一个重要课题。

为了考察心理学视阈下大学生人生观教育教学模式与原有的教学模式的效果进行对比, 笔者进行了实践研究。我们选择《思想道德修养与法律基础》教材中第三章第三节“促进自我身心和谐”这部分内容作为教学材料进行实证性的课堂教学实验研究, 并观察最终的教学效果。总体研究方法是: 抽

取两个同质班级□a班作为实验组□b班作为对照组。对a班采用心理学视阈下的大学生人生观教育方法进行教学，对b班则单纯按照《基础》教材中这一部分的内容进行填鸭式教学。经过相同的教学时间后，对两个班级的教学效果进行测评，并使用统计学方法对测评结果进行分析，以验证大学生人生观教育与心理学相结合的可靠性和实效性。

### (一) 研究对象

随机抽取某高校的两个教学班级a班和b班作为实验对象。其中a班142人，作为实验组;b班156人，作为对照组。对两个班级的学生进行前测，结果表明班级内学生总体智力均正常，并且无统计学上的显著差异。

### (二) 教学材料

教学材料分为两种，一种是对实验组学生实施的新材料，一种是对对照组学生实施的旧材料。

两组实验材料涉及到的核心教学内容，都源自《思想道德修养与法律基础》教材中第三章第三节“促进自我身心和谐”这一部分。区别在于，旧材料没有对该部分教材的内容做任何改动，而新材料则是根据心理学视阈下的大学生人生观教育教学模式而重新编排的教学内容。

对教学效果的后测材料是自编调查问卷。问卷由四项封闭式问题组成，分别考察学生对教学四个方面的评价：课程价值、教学方式、教学内容、实际助益。采用五点记分的方式，1为非常不满意，5为非常满意，以此类推。

### (三) 教学过程

对于实验组的学生，采用新材料，同时按照“问题提出-理论分析-理论升华-实践反馈”这一路径进行教学，并将任课教

师的联系方式(手机号□qq号码和电子邮箱)告诉给学生，并鼓励学生在课外与老师联系，对学习和生活中遇到的问题进行交流。对于对照组的学生，采用旧材料进行教学，但不向学生告知任课教师的任何联系方式，不主动提及可以在课外与老师交流。这样，一节课结束后，采用后测材料对两组学生进行施测，并对数据进行统计分析处理。

#### (四) 数据处理

采用spss17.0对统计数据进行分析。

实验组与对照组在后测的四个封闭式问题上的得分平均数和标准差见表1。

将实验组和对照组在每项问题得分上的平均数做独立样本t检验。结果表明，课程价值( $t=14.317$ □ $df=331$ □ $p<0.01$ )□教学内容( $t=0.627$ □ $df=331$ □ $p<0.01$ )□实际助益( $t=10.041$ □ $df=331$ □ $p<0.01$ )□教学方式( $t=8.012$ □ $df=331$ □ $p<0.01$ )两组得分上存在显著差异。这说明，与原有教学方法相比，采用心理学视阈下的大学生人生观教育教学方法，在实际的教学效果上存在显著而全面的优势。

本研究是考察心理学视阈下的大学生人生观教育教学模式与原有的.教学模式相比，在教学效果上是否有显著差异。实验结果表明，与原有的教学模式相比，采用心理学视阈下的大学生人生观教育模式进行教学，在课程价值、教学方式和实际助益等各个方面都得到了学生更强的认可，教学效果有了显著提升。这说明，在心理学视阈下的人生观教育教学模式有着非常光明的应用前景。

根据以往的相关研究，大学生人生观教育教学的效果普遍存在着一定的欠缺，学生认为课程内容大而空，授课方式单调，

这些问题几乎在任何人生观教育教学过程中都不同程度地存在着。归结起来，大学生认为，人生观教育教学的问题主要体现为“无趣”和“无效”两个方面。因此，如何让大学生觉得人生观教育既有趣又有效，是提高大学生人生观教育教学效果的关键。而在本研究中我们发现，在心理学视阈下进行的大学生人生观教育教学模式，在课程价值、教学内容、实际助益、教学方式四个方面的学生评价都比传统的教学模式下学生的评价有着显著提升，我们认为，出现这样的结果，与心理学视阈下大学生人生观教育教学的新理念有关。

以往的大学生人生观教育教学一般只注重对马克思主义基本原理的阐释，即使注重对现实问题的描述，但直接用马克思主义基本原理对这些问题进行解释的效果也不佳，因为马克思主义基本原理非常抽象化和具有概括性，直接用其对大学生的现实问题进行解释，会使大学生产生极大的认知落差。而心理学视阈下的大学生人生观教育教学模式中，我们在马克思主义理论和大学生的现实问题之间，添加进了心理学理论，以心理学理论作为更高水平的理论和实际问题之间承上启下的“缓冲器”，可以极大地缓解学生直接接受马克思主义基本原理的认知落差。这是因为，心理学相对于马克思主义哲学来说，本身就更多地关注个体和群体现实的心理和行为问题的解决并提供直接解决问题的有效技术手段。同时，心理学跟哲学之间的关系非常密切，这使得我们将心理学的原理上升到马克思主义哲学基本原理非常容易。此外，在心理学视阈下的大学生人生观教育教学模式中，我们还增加了实践反馈的环节，这一环节的意义在于，可以使学生在使用心理学原理分析问题的过程中，自觉地形成“现实问题-心理学原理-马克思主义基本原理”的逻辑认知链条，从而进一步加深其对马克思主义人生观有关原理的认识。

在心理学视阈下大学生人生观教育教学模式中，新颖、人性化的教学方式是一个重要特点。以往传统的大学生人生观教育教学，通常都是将“课上”与“课下”截然分开，教师在课堂上教授知识，但课程结束后却在根本上与学生丧失了心



理上的联系，我们认为，这样的教育教学方式，很容易使大学生产生“人生观教育就是在课堂上说说而已”的认识。很显然，一旦大学生形成这样的信念，人生观教育便会从根本上失去意义。教育心理学的相关研究证明，任何跟人的“三观”有关的教育，都不能仅仅靠课堂教育，必须将这种教育融入生活中，才能够真正达到教育的目的。大学生人生观教育作为“三观”教育的重要组成部分，如果仅仅限于在课堂上传授知识，是不可能真正让受众树立起正确的人生观的。因此，在心理学视阈下的大学生人生观教育教学模式，非常强调教育的系统性和延续性，采用各种方式将教育从课上延续到课下。那么，如何在课下依然使大学生接触到人生观教育的知识呢？在课外，我们非常强调教师与学生之间的持续性交流互动，并鼓励采用新的信息交流手段，例如微信和电子邮件等的运用，这些都更符合当代大学生的交流习惯，同时网络身份的隐匿性又非常有助于学生真正向教师敞开心扉。所有这些，都能让学生真正感觉到自己在这门课中有所收获，从而也就能对这门课的存在价值给予较高的评价。

心理学视阈下的大学生人生观教育教学模式与原有的教学模式相比，在教学效果上存在显著差异。在学生对课程价值、教学方式、教学内容、实际助益四个方面的主观评价中，心理学视阈下的大学生人生观教育的得分都明显高于原有的教学模式。这说明，心理学视阈下的大学生人生观教育教学模式有很强的应用价值。而高职教育工作者应该不断加强自身修养，学习心理学的基本知识，掌握心理学视阈下思政主题教学的设计思路和方法，在学生思政教育实践中融会贯通，不断提高思政教育的实效性，为大学生的成长成才保驾护航。

### 大学心理论文篇三

当代大学生心理健康现状是怎样的呢？大学生的心理健康状态关系到国家的未来发展和进步，目前大学生一般都处于18—24周岁之间，而这个年龄段的大学生又是心理健康容易出现的问题时期，一旦大学生心理健康出现问题做出过激的行

为，无论是对自身、家庭、社会都是一个损失。所以当代大学生心理健康现状值得关注和思考。

心理健康指个体能够适应发展着的环境，具有完善的个性特征，且其认知，情绪反应，意志行为处于积极状态，并能保持正常的调控能力。生活实践中，能够正确认识自我，自觉控制自己，正确对待外界影响，使心理保持平衡协调，就已具备了心理健康的基本特征。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。那么当代大学生心理健康现状到底是怎样的呢？一、自我定位出现迷惑：大学生心理渐趋成熟，开始积极地思考人生，不断反省自我，探索自我，经历着种种内心自我评价与认知的矛盾和迷惘。对于学习为了什么，将来想要从事什么样的工作，希望得到什么样的人生等问题的思索使大学生心理起伏很大，如果没有适时的引导，很容易诱发心理障碍。

二、无法承担巨大的`求职和就业压力：就业的双向选择，使大学生面临着巨大的就业压力。许多大学生在毕业前或毕业后都没有找到合适工作，心理问题也就随之凸现出来。

三、恋爱与性心理发生问题：这也是大学生常见的心理困扰，一般包括单相思、恋爱受挫、恋爱与学业关系问题、情感破裂后的报复心理等。随着生理和性心理的成熟，大学生对性给予了更多的关注，在生理发育、恋爱等方面也经常出现心理困惑和障碍。一些大学生因一时冲动，或早婚早恋而荒废学业，或触犯刑法，走上犯罪的道路而留下终生遗憾。

四、对大学环境的不适应：进入大学后，发现成绩优异的同学有很多，他们在高中时代作为佼佼者的优越感消失了。巨大的心理落差使一部分学生无法适应。在思想上，大学生往

往对理想与现实的差距认识不清。学生在考大学前往往被灌输了考上大学就万事大吉、一生无忧等片面的观念。但进入大学后，他们感到学习考试的压力还是那么大，竞争更加激烈，还要面对就业的压力。这种现实与美好理想之间的差距，使很多大学生无法及时调整自己的心态。

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。保持浓厚的学习兴趣和求知欲望。学习是大学生的主要任务，有了学习兴趣就能够自觉地跃入浩瀚的知识海洋里遨游，拼命地吸取新知识，发展多方面的能力，以提高自身素质，更好地适应社会发展的需要；保持乐观的情绪和良好的心境，大学生应保持积极乐观的情绪、愉快开朗的心境，对未来充满信心和希望，当遇到悲伤和忧愁的事情要学会自我调节，适度地表达和控制情绪，做到胜不骄、败不馁、喜不狂、忧不绝；多看些心理书籍，正确引导自己的心理发展方向，不偏道，不出轨。；充分发挥学校心理咨询作用。如果意识到自己有什么心理问题不能解决，就应该找心理老师咨询，寻求帮助，彻底的解决心理障碍。

大学生心理健康性和不可或缺性，我们需要时刻保持乐观开朗、积极向上的态度，不以物喜，不以己悲，适应快节奏的生活，同时在力所能及的范围内帮助下需要帮助的和有心理障碍的同学，让大学充满健康，充满快乐和温馨的气息，远离心理问题。而在生活上，大学生要自己解决生活中的一切问题，如何与同学室友建立起良好的人际关系，更是摆在大学生，尤其是大一新生面前的一大难题。在学习上，学习方法的改变同样困扰着一部分大学生，他们习惯了以往中学里老师手把手的教育方式，对于大学老师的教育方式很不习惯，以致课业落后，出现焦虑、甚至对学习失去信心等心理问题。

文档为doc格式

# 大学心理论文篇四

## 《加强高校大学生心理健康教育》

摘要：为更好地深入学生进行心理健康普及教育，开展各项心理教育活动便成了目前各高校思想政治教育的当务之急。

关键词：高校；大学生；心理健康；教育

加强大学生心理健康教育，是大学生健康成长的需要，是时代发展和社会全面进步对培养高素质创新人才的必然要求。但是，大学生的心理健康教育还存在一些不容忽视的问题，亟须认真加以解决，以推动大学生心理健康教育的健康发展。

### 一、大学生心理健康的总体状况

目前高校大学生心理健康教育的现状不容乐观。一方面，大学生正处于身心全面发展的关键时期，容易引发较多的心理冲突。另一方面，虽然高校日益认识到加强大学生心理健康教育的重要性，但往往是雷声大、雨点小，在大学生中进行心理健康教育的宣传力度不够、方法不当，心理健康教育方案不合理、难操作、措施难到位。各种生理因素、心理因素、社会因素交织在一起，极易造成大学生心理发展中的失衡状态。心理素质差的人自然不能适应高速度、高科技、高竞争的环境，心理负荷沉重便容易导致各种心理疾病。由此可见，在当代大学生中，心理疾病正在蔓延，其增长速度之快，负面危害之大，已经引起了全社会的广泛关注。

### 二、加强高校大学生心理健康教育的意义

(一)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。

(二)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。上大学后，生活的环境改变使他们难以适应。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。

(三)心理健康是大学生取得事业成功的坚实心理基础。面对新形势大学生要注意保持心理健康，培养自强、自立、自律的良好心理素质，锻炼自己的社交能力、使自己在变幻复杂的社会环境中，作出适宜自己角色的正确抉择，敢于面对困难、挫折与挑战，追求更加完美的人格，为事业成功奠定坚实的心理基础。

(四)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。

### 三、对如何处理好大学生心理健康问题的思考

(一)创造良好的校园环境。环境具有潜移默化的教育功能。优雅文明的校园环境，健康向上的文化气息，丰富多彩的文体活动，团结和谐的人际关系，浓厚活跃的学习氛围，奋发向上的精神风貌，生机昂然的校园景象等无疑对大学生起着感化和陶冶作用。

(二)开设系统心理健康教育课。高校应正确认识思想政治理论课和心理健康教育课的重要地位，充分发挥课程的主渠道作用。要大力提高大学生心理健康教育课程的教学质量，课堂教学要注重调动学生学习的积极性和主动性，让学生参与

其中，分析自身和同学中普遍存在的心理问题，探寻解决问题的正确途径。

(三)注重专业师资培养工作。心理健康教育的质量，取决于教师的素质。心理教师要加强思想政治理论学习，掌握思想政治教育的基本原理和方法，并系统地掌握心理健康教育的相关理论知识。只有这样，才能在课堂教学中做到得心应手，取得更好的教学效果。同时，学生管理工作尤其是学生辅导员，更要加强思想政治学习和心理健康教育学习，要从思想和心理方面，了解学生，克服工作方式的单一性、教育过程的简单化等问题，特别是对“问题学生”，不能简单粗暴地加以批评。

(四)丰富和健全多样的心理疏导方式，灵活运用多种教育方法。一方面，思想政治教育工作者要深入到大学生的中去，通过班会、走访学生宿舍、和学生谈心等形式，引导学生自省，让学生客观清醒地认识自己所处的环境以及自己的优势与劣势，明确需要努力的方向。另一方面，要改进过去心理咨询坐等大学生上门的方法，主动、公开、广泛地对大学生进行心理健康教育，理论联系实际，防患于未然。

(五)加强大学生的社会实践活动。学校也应积极开展心理健康教育的课外实践活动，使课堂教育与课外教育有机结合，达到增强大学生心理健康素质的目的。大学生通过社会实践，可以学到书本中、课堂上体验不到的知识。社会实践有利于培养大学生的责任心和实践动手能力，有助于走上社会后人生价值的实现。因此，要创造各种机会让大学生走出书本，走向社会，学会生存，懂得生活，了解别人，融洽人际关系，强化心理受挫的能力和战胜困难的能力，以饱满的精神去迎接时代的挑战。

综上所述，心理因素是影响大学生成才的重要因素，只有心病心治，师生共同努力，让大学生身心健康，才能达到预期的效果，才能使有心理问题、心理障碍、心理疾病的学生走

出阴霾，摆脱困境，以积极的心态、健康的情绪去面对各种挑战。因此，高校德育教师和思想政治工作者都要研究掌握大学生的心理特点，在教育过程中，注意大学生的心理导向，培养他们的心理品质，完善他们的人格，促进他们综合素质的提高，适应社会多元化发展。

## 参考文献

[2]陈素红，胡小红，张西. 加强独立学院大学生心理健康教育，促进和谐校园建设[j].中国论文中心，2009(11)

点击下页还有更多心理健康2500字论文

## 大学心理论文篇五

### 一、对象与方法

测试结果通过读卡机录入计算机，采用stata10.0软件进行数据统计分析，所得数据分别使用t检验、方差分析[anova]进行处理，显著性差异的标准为 $p \leq 0.05$ 。有关评分的影响因素分析采用多因素逐步线性回归分析，量表间评分的关系采用pearson相关分析，用pearson相关系数表示指标间的相关。

### 二、结果

1. 需要关注的大学新生中各项筛查指标的分布情况
2. 需要关注的新生心理健康和适应的相关性

将需要关注的新生ccsmhs12个因子均分与ccsas各分量表及总适应均分进行相关分析，结果显示，除了冲动因子与适应各分量表及总适应均分之间，以及性心理与学习适应、精神病倾向与择业适应之间负相关不显著外[ccsmhs其他各个因子均分与ccsas各分量表及总适应均分之间都具有显著负相关

□ $p \leq 0.05$ 或 $p \leq 0.01$ □

3. 适应高分组与低分组新生心理健康各因子得分差异

4. 需要关注的新生心理健康与适应的回归分析

### 三、讨论

经筛查需要关注的新生共有609人，占新生总数的8.87%，低于薛红丽等人的报道结果，说明南通大学本科新生中存在心理健康问题的人数相对较少。研究结果显示，需要关注的新生心理健康各因子得分与适应各分量表和总适应得分之间多数存在显著的负相关关系，适应高分组的心理健康水平整体高于适应低分组，说明新生的适应状况越好，其心理健康水平就越高，这与司秀玲等人的报道一致。多因素逐步线性回归分析表明□ccsmhs量表中抑郁、依赖、社交退缩以及强迫四个因子是存在心理问题需要关注的大学新生适应的影响因素。在其他因素相同的情况下，抑郁因子得分每增加1分，适应总分平均降低2.47分；依赖因子得分每增加1分，适应总分平均降低1.83分；社交退缩因子得分每增加1分，适应总分平均降低0.55分；而强迫因子得分每增加1分，适应总分则平均增加0.42分。研究显示，需要关注的大学新生心理健康的抑郁、依赖、社交退缩、强迫四个因子对其适应有着直接影响，四者能够共同预测适应总分44.55%的变异量。因此，学校应对需要关注的大学新生给予高度关注，并将该群体新生作为开展心理健康教育工作的重点人群。本研究结果提示，高校心理健康教育工作者在对需要关注的新生群体重点开展心理健康教育辅导时，可以通过针对性地改善其抑郁、依赖、社交退缩、强迫等不良个性特征和情绪状态，帮助新生确立正确的自我意识，培养正确的归因和认知，主动改善人际关系，正确看待自己在大学适应阶段出现的各种心理变化，从而有效地提高其心理健康水平和自我调适能力，尽快熟悉校园新环境，顺利适应大学新生活。



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