

# 最新心理班会报告 心理班会策划书(优秀5篇)

在当下这个社会中，报告的使用成为日常生活的常态，报告具有成文事后性的特点。报告对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇报告。下面是小编带来的优秀报告范文，希望大家能够喜欢!

## 心理班会报告篇一

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。

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。

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。

xx年4月（具体待定）

具体待定

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`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

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。

心理的健康很重要，一个人生理健康和心理健康都是很重要的，就是怕你在不断的生活中失去了方向，这样才是导致事情悲剧发生的最根本，我们一定要调整好自己的心理，使自己能够做到最好！

活动策划人□xxx

## 心理班会报告篇二

力成了至关重要的一点。大学生是宝贵的资源，是一个国家未来的栋梁，作为社会活动的主要推动力量，大学生不仅要做到“德智体美”全面发展，还应锻造健康的心理。大学生的心理正趋向成熟，是人生观，世界观，价值观形成的重要时期，大学生的情绪不甚稳定极易产生心理矛盾，心理冲突，因此大学生需要心理健康教育以提高学生的心理健康水平，优化学生心理素质，促进其人格成熟，而人际关系又是组成心理健康的重要指标。为此我们班召开此次班会，让更多的同学树立健康的心理意识。

授同学人际交往的技巧。促使本班学生了解心理健康的价值和意义，让本班学生充分认识到接受心理咨询不等于有心理疾病，让本班同学自我调节，采取有效途径解决心理问题的意识，解答一些同学生活和学习中的实际问题，增强班级凝聚力，本次班会对于破除同学对心理问题及心理咨询的误解，让同学们能正确对待心理问题及心理咨询，帮助同学们树立维护心理健康的意识，预防心理疾病，增强班级凝聚力，有重大意义。

1. 主持人上台，全体同学鼓掌表示班会开始。

2. 主持人发言，介绍心理健康的概念及标准，并请同学讨论生活学习中

心理不健康的表现及注意事项。

3 • 请辅导员 介绍大学生人际交往影响因素，互动同学们对身边人进行第

借班会机会抽签请另一个同学与其进行沟通，增加交流的机会。

5 • 找出一位或几位班级认为最具影响力的学生，告诉大家如何建立良

好的人际关系，真实，深刻的告诉大家生活中应该如何掌握交往技巧，并且获得良好的人际交往能力。

6 • 将大学生人际关系在大学中的应用推及至上班后的社会，人际关系是关

系心理健康的关键因素，进而会影响人一生的幸福。

7 • 进行游戏环节

8· 辅导员总结班会情况，给予意见与建议。

主持人：向芳，向术

策划书：心理委员

费用：纸张若干（抽签用品）

装饰用品：班级用品已购买

班级布置：2611110班委会成员

后勤及善后工作：2611110班委会成员

附件：

主持人发言稿及游戏环节：向芳（芳）向术（术）以下皆用简称。 芳：亲爱的廖老师····大家晚上好！

术：可爱的同学们····大家晚上好！

芳：哎，向术，今天的班会是开学以来的第一次心理班会吧？

术：对啊，向芳，我问你个问题啊。

芳：什么问题问吧，我可是很博学的哦。

术：你觉得怎样的人才算是健康的呢？

芳：这个啊，应该是心理和身体同样没有疾病吧。

生。

什么样的印象？

一件自己认为最糗的事，让我们来评判够不够糗，不够糗我们怎么办？~~~！ 术：当然是，表演节目了~~~~~！

.....

芳：我想做一件事。

术：什么事说出来我们帮你参考一下。

芳：我一直都蛮佩服几个人的。

术：能让你佩服不容易啊，说一下谁啊，不会是我吧。

台传授经验~~!!!

术：掌声有请~~!!!

.....

芳：谢谢以上同学的发言。

术：接下来就是我们最喜欢的游戏时间了。

己以外的班里同学的) 第二组写形容词，第三组写赞美词。然后随意收集到一起，分类放好随意抽取。组成一句话，交给抽到名字的人来读。

术：第二个游戏微笑握手。在一分钟内，尽可能的和自己认为想要深刻了解的人微笑握手，一分钟结束后，将自己握手人数告诉主持人。

游戏三：优点轰炸。选出一位同学站在讲台中间，其余少部分的同学围着这位同学讲出那位同学的优点，可以是关于样貌，性格，人际交往等等..... 芳：都听明白了吗？那

么游戏正式开始。

.....

能的多握手，可以提高自己的人际交往能力，优点轰炸，让你明白自己看得见以及看不见的那些优点，更加深刻了解自己~~~！！

芳：掌声送给我们今天上台的勇士。

术：开心的时光总是短暂的，很快的我们的班会今天就要到此结束。

芳：让我们请廖老师来为我们做一下班会总结，来结束我们今天的班会。 术：掌声有请~廖老师~！！

廖老师： . . . . .

## 心理班会报告篇三

绘人生蓝图圆青春梦想

20xx年5月20日

待定

xxxx级x班全体同学，倪导师，张辅导员

2、召开班委会议制定详细计划，考虑全面。以使在班会中，心理联络员作主导作用，每位班委协调配合好。调动同学们积极性是尽可能多的同学在其中受益，而不只是一个形式。

1、前期准备

设计并筛选活动流程，确保同学们在快乐的同时学习心理知识，解决学习生活疑惑，做好人生规划。

## 2、班会序幕

做一个真心大冒险游戏，既可以调动同学们的好奇心，又可以引出本次班会的主题，使班会在轻松而愉悦的氛围中顺利进行。

## 3、班会开始

讲解此次班会的意义，并对整个健康月的活动做一个总结，把此次班会的安排流程告诉同学，是同学对此次班会有个大致了解，做好心理准备。

## 4、视频观赏

播放几个同学们感兴趣的而且与本次活动有关大学生心理健康视频。

## 5、疑惑解答

讨论学习生活中的疑惑，在交流中寻找解决问题的方法，增进同学们之间的相互了解。与此同时，心理联络员为大家讲解一些学习到的心理知识，增加同学们对心理知识的了解，帮助做好人生规划。

## 6、游戏阶段

(1) 心理测试。在娱乐中了解个人性格、交流等方面的优势特点及不足之处。进一步了解自己，探索自己。

(2) 文字接龙。以宿舍为单位分组，进行语言传达。让同学们在集体中感受到快乐，增强集体观念。认识到未来的社会仍需要合作。



(3) 户外活动。另找时间开展户外活动，譬如，混合篮球，编花篮，兄弟连等各种的娱乐活动，放松同学们的身心，认识到身体是未来竞争的资本。

## 7、班会总结

与同学们交流此次活动的感受，以书面形式字数不限，重在参与。对最近班级里存在的问题做一些分析，并提出个人的见解，对今后同学们共建和谐班级提出合适的建议。

## 8、班会结束

班委做后期工作。如，卫生方面，会后保持教室优良的环境。讨论此次活动存在的问题，寻找更加合适的解决方法，为以后开展活动汲取更多的经验，以完善各项工作。

心里联络员对同学们所写感受认真分析，针对不同同学的情况适当的与其交流，让更多的同学了解自我，做好人生规划。

## 心理班会报告篇四

为提升学生身心素质，对学生进行身心素质教育，帮助学生正确认识自我、悦纳自我、超越自我；引导学生了解心理知识，疏通心理瘀积，预防心理疾病，提高心理素质，促进学生健康成长和全面发展,为建设和谐校园做出积极贡献。

商学院20xx□20xx级全体同学

主办单位：黄冈职业技术学院

承办单位：商学院

群贤阁

- 1、本活动分为初赛和决赛，采用评分淘汰制
- 2、各班开展主题班会，由评委进行打分，分数靠前的6个班进入复赛
- 3、复赛评选出一等奖一名，二等奖二名，三等奖三名
- 4、另再评选出一名最佳创意奖

2、班会时长为45分钟

3、班会内容不限，但须符合大学生积极健康的形象

1、主题突出、立意鲜明、具体，紧紧围绕主题组织班会内容，各部分时间分配合理（班会时间45分钟左右）。（20分）

2、具有教育性，班会的内容有利于促进学生正确的认知、情感、态度、价值观的形成，注重学生主体精神的培养。（20分）

3、具有实效性，班会的形式新颖活泼，丰富多彩，为学生所喜闻乐见，学生积极参与，乐于体验，精神饱满，气氛活跃。（30分）

4、具有艺术性，班会准备充分，会场布置得当，教师、学生的仪表、举止、语言得体。（10分）

5、具有创新性，班会的形式、方法上有合理创新。（20分）

商学院团总支学生会

女生部

20xx年7月7日

# 心理班会报告篇五

1. 帮助学生认识倾听的重要性。
2. 体验不同的倾听态度和倾听习惯带给别人的不同感受，领悟不同的态度和做法在人际关系中的不同影响。
3. 对学生进行倾听训练，提高他们的人际交往技巧。

: 1课时

## 一、游戏导入：

游戏活动：我说你听

1、请大家听一个故事，故事中会多次出现“白天鹅”和“黑天鹅”这两个词。当听到“白天鹅”时，女同学起立；听到“黑天鹅”时，男同学起立。男生起立的同时，女生要坐下；同样，女生起立的一瞬间，男生坐下。

2、提问：为什么有的同学会在活动中反应既快速又准确？有的同学出错较多？指名说一说。（因为没有听清规则，或者没有听清文字的内容而出现错误。）

教师小结过渡：通过这个游戏我们发现，只有听清听懂才能得到正确的信息，才能反应既快速又准确，今天我将和大家一起来学会倾听（出示课题）

谁来说说你理解的“倾听”是什么意思？（板书：倾听 学生根据自己的理解来解答）

师：倾听就是认真地听、用心地听。

## 二、倾听的作用

过渡：为什么要认真地听，用心去听呢？倾听有什么作用呢？你能结合生活中的体验来谈谈吗？（可引导：什么时候需要倾听，不倾听会怎样？如：上课不认真听课；不仔细听别人说话，造成误会等。）

（根据同学总结，适时出示课件：倾听的作用前两条：1能获取信息，学到知识；2能更好地理解对方的意思，避免误会。）

有同学说，倾听是对别人的尊重（板书：尊重），其他同学有这样的感受吗？我们来进行一个活动，身临其境去体验一下。

游戏：你说我听

1、 游戏规则：

请一个同学当a角色——讲述者，可以给同学们讲一件有趣的事，也可以讲讲你的烦恼，话题不限。（到室外准备2分钟）

教室内的同学来扮演b角色——不认真倾听的人（课件出示要求）：当a同学一开口讲述，我们将扮演不认真听别人讲话的人，直到老师喊“活动结束”。

具体做法可以按老师发的卡片上的建议去做。（发红色卡片）

游戏结束后，请讲话的a同学谈谈不被倾听的感受。

2、请其他同学也来体验一下不被倾听的感觉，同桌为一组，一个当a□一个当b□活动开始！

3、谈感受

活动结束后，请同学们谈谈自己的感觉。

学生谈感受，从学生的谈话中总结出倾听的重要作用。

（出示课件：倾听的作用后两条：3是对说话者的尊重；4可以使朋友间的关系更密切……）

同学们，我们希望别人尊重自己，那我们就要先尊重他人；我们希望自己讲话的时候别人认真听，那我们就要做一个会倾听的人。既然倾听这么重要，那我们该怎样做到更好地去倾听呢？你有什么好的方法或建议。

### 三、倾听的技巧

1、师生交流倾听的方法。

2、（课件出示）倾听时注意事项

1专注，不东张西望，不做小动作；

2面对说话者，用合适的动作、表情、语言等鼓励对方说下去；

（播放“鲁豫有约”视频，让学生直观感受怎样做个优秀的倾听者。）

师：说到合适的表情、动作，老师想给大家看一段视频。有个访谈节目叫《鲁豫有约》，开播近10年了，受到大家的欢迎，主持人陈鲁豫可谓是一个优秀的倾听者。（播放视频）这位主持人就是陈鲁豫，我们来看一下鲁豫阿姨是怎样倾听的，大家注意观察鲁豫阿姨在倾听时的表情、动作、语言。这段视频访问是超级爸爸，曾经的跳水冠军——田亮。

师生交流：鲁豫阿姨在倾听的时候，哪些地方值得我们去学习？

如：点头，身体微微前倾；适当的提问；适当的表情反应如：微笑。（在与他人交流时，体验对方的感受，并对对方的感

情作出恰当的反应，心理学上叫做“共情”也叫“同理心”）

3 不随意打断说话者，听对方把话说完。

除了合适的动作表情语言，倾听时还需要注意什么呢？请同学们听个故事（讲美国主持人和小男孩的故事）

如果你是小男孩，你当时有什么感受？很钦佩这位主持人，说说原因。

#### 四、反思评测

想一想 评一评

刚才我们一起交流了许多倾听的方法，请同学们想一想：在听别人说话时，自己哪些地方做得好，哪些地方需要加强；或者你发现我们身边的哪位同学很善于倾听，也可以谈一谈，让大家学习一下。

#### 五、练习倾听

其实倾听行为也需要不断练习，这样才能养成良好的倾听习惯。下面我们就来运用学到的倾听方法，来练习一下，做一个善于倾听的人。

1请一开始上讲台的同学继续完成刚才的讲述，要求同学们做一个善于倾听的人。（讲完给予掌声）

请这位同学来谈一谈，与上次相比你有什么感受。

2请同学们两人一组，一个当讲话者，一个做善于倾听的人；讲完后两个人可以互换一下角色，都来练习做一个善于倾听的人。

请讲述者谈谈自己的感受，也可以说一说同伴在倾听时哪些

地方做得较好，哪些地方需要改进。

3请同学们谈这节课的收获。

## 六、教师寄语

这节课，我们通过一些活动会学了倾听，希望今后大家在与他人交往的过程中，能做一个善于倾听的人，大哲学家苏格拉底说过：上帝给我们两只耳朵，一个嘴巴，就是让我们多听少说！（出示）

愿我们都能做一个良好的倾听者。