

# 2023年大学生创业计划书商业模式分为几部分 大学生创业商业项目计划书(汇总5篇)

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看一看吧。

## 心理健康课说课稿篇一

通过本次班会，使学生懂得同学之间如何相处，培养学生人际交往的能力。

(一)主持人：

孩子们，让生活失去色彩的不是伤痛，而是内心的困惑，让脸上失去笑容的，不是磨难而是静闭的内心世界，没有人的心灵永远一尘不染，让我们的心灵洒满阳光，拥抱健康对于我们每个人来说至关重要。今天，就让我们一起走进心理健康教育课，来探讨研究同学之间如何相处，同学之间如何交往。先来看情境表演：

(二)情境表演《跳皮筋》

1. 小欣、小芳、小英和小红跳皮筋，怎么玩呢？小芳说：我不和小英一组，她那么胖，笨死了！”听到小芳说自己笨，小英顿时火了，他指着小芳的鼻子：“你才笨呢！你又胖又蠢，活像一个小母猪！”小英听到小芳骂她，伤心地跑到一边，哭了起来。

师：小芳她们为什么玩不到一块？小英又为什么会哭呢？谁来说说？(生充分说)

生：小芳不应该说别人的缺点，同学之间应该和和气气。(生充分说)师小结：这几个同学说得很对，同学之间就应该友好相处，不要嘲笑同学的缺点。要学会尊重别人，不侮辱他人，这是我们每个人做人的原则。接下来请大家继续看情境表演《上课铃响了》。

## 2. 情境表演：

上课铃响了，同学们快进教室！王小燕和同学们从外面拥挤着走进教室，这时一位同学不小踩到她的脚后跟，王小燕大叫一声：“哎呀！踩我的脚干什么，你的眼睛长哪去了？”同时跺着双脚，大发脾气，用双手捂住眼睛哭泣，那个同学再三向她说对不起，其他同学都劝王小燕别哭了，王小燕不予理睬，继续发脾气，直到教师从外面走进来，王小燕才停止哭泣，回到座位上，还在生气。

师：孩子们看完了表演，大家来说说，王小燕做得对不对？为什么？(生充分说)

生：她爱生气不好，对身体有害。

生：那个男同学已经说对不起了，她还生气，谁愿意和这样的同学玩呢！师小结：是，我们应该有宽容之心。同学之间遇到了矛盾，不要斤斤计较，要有宽容之心原谅他人，即使别人有做得不当的地方，在他意识到了自己的错误，并向你到了歉，我们就应该原谅他，更何况，常生气对身心健康没有好处，只有与同学和谐相处，你才能拥有更多的快乐。下面(出示)我们一起来看以下同学之间友好相处的正确做法，老师给大家的建议是：(1、师读、2、生齐读、3、男女生读)

同学之间

学会友好，不嘲笑缺点。

学会尊重，不欺小凌弱。

学会宽容，不斤斤计较。

学会理解，不撒娇任性。

师：同学们每天生活在一起，难免磕磕碰碰，有了上面的原则，遇到下列情况，你又该怎样做？相信你会正确处理。（出示）

### （三）说句心里话

（1）你的同桌要在桌子中间画一条“三八线”。

（2）考试时，你的同桌没带橡皮，可是昨天你跟他借笔，他没有借给你。

（3）选班长时，你的好朋友当选，你却落选了。

生：遇到这种情况我会这样做：

生：遇到这种情况我会这样做：

师小结：是呀！同学之间就应该友好相处，你对别人友好关爱，别人也会还你一份友好关爱，奉献一份，收获十份，付出本身就是一种快乐！奉献着，相信你也会快乐着！

## 心理健康课说课稿篇二

心理健康对于一个人的发展至关重要。因此，学校在课程设置中引入了心理健康观课，帮助学生了解和关注自己的心理健康。在我上完这门课之后，我对心理健康有了更深入的理解，并且从中获得了很多宝贵的体验和经历。

## 第二段：了解心理健康的重要性

在心理健康观课中，我首先意识到心理健康的重要性。一个人的心理健康状况会直接影响到他的学习、工作和人际关系。只有拥有良好的心理健康，我们才能更好地应对生活中的挑战和压力。通过互动讨论和案例分析，我学到了很多维持心理健康的方法，如定期锻炼、保持积极的情绪态度、培养良好的人际关系等。

## 第三段：认识常见的心理问题

在心理健康观课中，我还学到了一些常见的心理问题，如焦虑、抑郁和压力等。通过讲座和观看相关视频，我更加深入地了解了这些问题的症状和表现。这让我能够更好地理解他人，并且更加关心和帮助那些可能遇到这些问题的人。此外，学习如何应对心理问题也让我更加清楚地知道如何保护自己的心理健康，同时也向身边的人提供帮助和支持。

## 第四段：如何保持心理健康

通过心理健康观课，我学到了一些保持心理健康的方法。首先，我意识到心理健康需要我们花时间照顾。我们应该给自己留出放松和休息的时间，以确保我们的心理能够得到充分的调整和恢复。其次，我们还要学会积极面对挑战和压力。不要把问题推到一边或者逃避它们，而是要寻找解决问题的方法和途径。最后，建立良好的人际关系也是保持心理健康的重要因素。与家人、朋友和同事建立互信和支持的关系，可以帮助我们缓解压力和教会我们有效地与他人沟通。

## 第五段：心理健康观课的启示

通过心理健康观课，我不仅了解了心理健康的重要性，还学到了保持心理健康的方法。这门课程为我提供了关于心理健康的知识和技巧，使我能够更好地应对挑战和压力，并且帮

助他人。在将来的生活中，我会继续关注和照顾自己的心理健康，为了自己和他人的幸福而努力。我也希望更多的人能够意识到心理健康的重要性，并且通过学习和实践来保持自己的心理健康。只有拥有良好的心理健康，我们才能迎接生活的挑战并取得成功。

## 心理健康课说课稿篇三

当代大学生的心理素质不仅影响到他们自身的发展，而且也关系到全民族素质的提高，更关系到跨世纪人才的培养，大量调查表明，目前我国大学生发病率高的主要原因是心理疾病已成为大学生的主要疾病。具体表现为恐怖、焦虑、强迫、抑郁和情感危机、神经衰弱等。当代大学生心理问题不容忽视，所以重视大学生的心理发展，正确的引导大学生的心理问题已经是迫在眉睫的事情。

为了让成为大学生的我们拥有更好的心理健康，能够更好的适应崭新的大学生活，能够在人际交往方面能有更好的认识，正确的适应大学的生活，特此举办了这次心理健康讲座，来告诉我们什么样的心理才算是大学生应有的心理，以及什么样的心理才算真正的健康心理。

所有大一新生

20xx年10月15日

数学楼505教室

心理健康辅导工作室主任蒋湘祁主任

邀请心理健康辅导工作室主任蒋湘祁主任，并开展一些对心理健康有意义的活动与小游戏

1、要求各班召开以心理健康为主题的主题班会

2、出海报对此次讲座进行宣传

1、要求全体大一新生必须全部到场

2、工作人员提前一小时布置会场

3、安排人员维持现场秩序

1、要求参与此次讲座的同学写一份心理总结

2、对此次讲座进行总结与讨论

3、总结各位同学可能出现的心理问题

4、帮助同学们解决各种心理问题

## 心理健康课说课稿篇四

心理健康在现今社会中备受重视，而讲座是给广大群众提供心理健康教育的主要方式之一。我作为一个心理健康讲座的讲师，通过近几年的讲座，我想要分享一下我对于心理健康讲课的一些心得体会。我希望这些经验可以帮助到其他讲师，提高讲座的质量，更好地传递心理健康的教育。

### 第二段：准备阶段

在进行任何一场心理健康讲座前，前期的准备是至关重要的。首先，要了解受众的背景信息和需求，针对不同的受众制定不同的课程内容和形式。其次，要在讲课前做好充足的准备，包括阅读相关文献、制作PPT、策划案例和教学活动等。最后，还要在场地的布置和时间的安排上提前规划，确保教学环境舒适、氛围轻松。

### 第三段：授课阶段

在讲授心理健康课程时，需要注意以下几点。首先，着重引导学员明确自己的心理需求、意愿和目标，倡导自主学习，鼓励多角度思考。其次，采用互动教学方式，加强信息传递和知识分享，可以采用小组讨论、情景表演等活动形式，让学员更好地理解心理健康知识并将其应用到实践中。最后，讲授课程需要保持平衡，既要注重理论知识的讲解，也要注重生动丰富的个案讲解和实践教学。

#### 第四段：难点瓶颈

在心理健康课程中，会遇到一些难点和瓶颈，难以通过普通讲解来解决。这时需要采取一些特殊的策略来确保教学顺畅。对于学员的问题和疑惑，需要准确辨识，并给出适当的解答和指导。在课程内容枯燥单调的时候，可以通过故事讲述、音乐欣赏等多样化方式来激发学员的兴趣和热情。如果遇到比较敏感的专题，如焦虑、抑郁等，需要讲师具有良好的心理疏导能力，并有充足的应急方案。

#### 第五段：总结

通过多年的心理健康讲课实践，我深刻体会到了好的心理健康讲座对学员的影响是深远的。一场好的讲座能够帮助学员了解自身的问题，学会适当的心理调节方法，提高心理健康水平。同时，作为讲师，也可以从中得到很多锻炼和收获。因此，我想告诉其他心理健康讲师，用心去讲，因为你所传递的知识和方法，将会影响更多人的生活。

### 心理健康课说课稿篇五

近年来，随着人们生活水平提高，越来越多的人开始关注心理健康这一话题。而在校园中，学校也开展了相关的心理健康讲座，在广大师生中引起了不小的反响。我作为一名大学生，也有幸参与了其中的一次讲座。下面，我将和大家分享我对这次讲座的感悟和体会。

## 第二段：对讲座内容进行概述

这次讲座围绕着心理健康这一话题展开，从人们对心理健康的错误认知开始，逐步深入探讨了心理健康的构成、心理健康与工作、学习的关系，以及心理健康的保护和重建等方面。其中，最令我印象深刻的是心理健康保护的一条原则：聆听自己内心的呼声，做内心真正渴望的事情。这启示了我要时刻关注自己的内心需求和心理状态，为自己的生活和发展制定合理的规划和目标。

## 第三段：对讲座的积极意义进行分析

心理健康讲座的举办可以为学生提供正确的心理健康知识，帮助他们增强心理素质，从而更好地适应大学生活和成长。同时，讲座也可以让师生们更好地了解心理咨询的作用和途径，有利于提高学校心理咨询服务的效果和质量。此外，讲座还可以促进师生之间的交流，使教师能够更好地了解学生的心理需求和状况，为学生提供更加贴心的关怀和支持。

## 第四段：对心理健康讲座的问题和不足进行评价

虽然心理健康讲座对于提高学生心理健康意识、增强心理素质，具有十分积极的意义，但是仍然存在一些问题和不足。其中一个突出的问题就是讲座的时间安排不够合理，容易使师生们产生疲劳和无聊的感觉。此外，讲座内容也可能存在单一、生硬等问题，无法让听众真正产生共鸣和反馈。因此，未来应加强讲座内容的调整和更新，提高讲座的吸引力和实用性，更好地实现讲座的教育效果。

## 第五段：总结

总的来说，参加心理健康讲座是一次十分有益的经历。通过听取专家的解读和分享，我不仅感受到了心理健康的重要性，也学会了如何关注自己的内心需求和情感状态。同时，对讲

座存在的问题也应有所关注，不断完善讲座的形式和内容，提高其教育效果，让更多的师生受益。希望今后校园中能够举办更多类似的心理健健康讲座，让我们在学校中度过一个健康、快乐的大学时光。

## 心理健康课说课稿篇六

目标：

1. 能够大胆地根据声音、表情图表达自己的情绪体验。
2. 知道笑和哭是表达情感的一种方式。

准备：

录音机，笑声、哭声磁带；表情图1幅。

过程：

1. 请幼儿听录音，进行联想。
  - (1) 这是什么声音？（笑声）
  - (2) 猜猜看，他为什么会笑？
2. 观察笑的表情，引导幼儿表述自己笑的情绪体验。
  - (1) 人笑的时候，眼睛和嘴巴是什么样子的？
  - (2) 你什么时候会高兴地笑？
3. 听录音机播放哭发声音，观察哭的表情，体验自己哭的情绪体验。（形式同前）
4. 出示表情图，请幼儿对照一下不同情绪时脸部的表情。

小结：我们每个人都会笑和哭，高兴、快乐的事会让我们笑，难过、害怕的事会让我们哭，特别想哭的时候是可以哭一会儿的，但是如果遇到了很麻烦、很难过的事，应该请爸爸妈妈和教师帮助你。笑有利于身体健康。