

# 最新大学生健康调查报告总结与体会(大全6篇)

在当下这个社会，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。那么什么样的报告才是有效的呢？下面是小编带来的优秀报告范文，希望大家能够喜欢！

## 大学生健康调查报告总结与体会篇一

创办30年的.中国大学生运动会尽管越来越不被人关注，然而今天举行的第九届大运会新闻发布会所传达的一个信息却不容人们忽视——调查显示，我国大学生的多项健康指标呈下降趋势。

教育部体育卫生与艺术教育司司长、第九届大运会组委会秘书长王登峰今天在天津说：“现在我们遇到了一个不容回避的现实。”他说，如果普通大学生的体质没有明显提升，建设人力资源强国就无从谈起。

王登峰今天引述了教育部等部门自1985年以来第6次全国学生体质与健康调研结果。这项实施于20xx年的调研发现，相较20xx年，中小学生身体素质下滑趋势得到遏制，但大学生身体素质却“继续呈现缓慢下降”趋势，尽管下降幅度明显减小。

此项调研通过立定跳远、坐位体前屈、握力和跑步成绩等考察学生的爆发力、柔韧性、力量、耐力等身体素质指标，发现19~22岁年龄组的学生除柔韧素质指标外，爆发力、力量、耐力素质水平进一步下降。如与20xx年相比，19~22岁城市男生、乡村男生立定跳远成绩分别平均下降1.29、0.23厘米，1000米跑成绩分别平均下降3.37、3.09秒；城市女生、乡村女生立定跳远成绩分别平均下降2.72、0.92厘米，800米跑成绩分别平均下降3.17、1.87秒。

结语：学校体育仍是教育的薄弱环节，有些地方存在着学校体育“说起来重要，做起来次要，忙起来不要”的现象，投入较少，体制不健全，发展不均衡，必须切实加以解决。目前全国各地在加强学校体育工作方面做了大量工作，希望通过大运会的举办，达到加强高校体育工作、繁荣校园体育文化、激发大学生体育锻炼热情、提高大学生体质的目的。

## 大学生健康调查报告总结与体会篇二

小编为大家搜集了一篇“大学生心理健康问题调查报告”，欢迎大家参考借鉴，希望可以帮助到大家！

对我校大学生心理健康影响因素调查的意义：

“关乎人文，化成天下”，在这里引用红河学院人文学院的这句学院口号。大学生这一社会群体，内部正发生着诸多问题(心理健康问题)，亟待内部调节和社会各界的关注。云南大学马加爵事件，复旦大学投毒案件，南京航空航天大学杀人事件等等一系列事件的出现，让我们不得不关注大学生的心理健康问题，大学生亟需正确的心理引导，故我们选择和制定此活动及活动方案，通过调查问卷和免费发放心理辅导资料等。

我国正面临着一个严重的考验，文化危机，精神层面的东西跟不上物质层面的发展，文化改革浪潮正迎面袭来，站在时代前缘的我们理应接受时代的考验亲身去实践，发扬社会正气，摒弃不良之风，树立一个良好的大学生形象，这不仅有利于我们自身的身心健康，有利于一个学校的发展，从一个大的层面讲，有利于我国和谐社会的构建，所以进行此项内容的调查是非常有意义的。但关键是我们必须去用于实践，而并非是一纸空文，不然的话，“纸上谈兵”最后得到的结果就是沈括的那个失败下场，一句话：纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。

所要达到的预期成效:我们要对大学生心理健康进行一个细致的调查,要将调查中了解到的情况和收集到的材料进行‘去粗取精,去伪存真,由此及彼,由表及里’的加以系统整理、分析研究,而后揭示出本质,寻找出规律,总结出经验,最后充分正确的认识其本质,而后用以指导我们的实践。并且通过此活动引导部分学生转入正轨,调整好心态,愉悦的在大学生活。以下是调查的具体情况:

调查时间:

调查对象:

调查过程:

首先进行调查研究,没有对工作的调研,就形成不了写工作报告的意图,也掌握不到鲜活的一手资料,这也是调查报告写作过程中最为关键的环节。具体实施流程:

一,小组成员进行讨论确定问卷调查内容,制定问卷调查表。(1)调查方式灵活多样,可以是群体型的调查,或是单人型的进行调查,地点也灵活多样,校园或是教室或是宿舍均可。(2)小组成员均要参与本问卷调查,本问卷调查拟定调查容量200人,小组成员共同分担。

二,编辑《大学生心理健康指南》小册子未来有着明确的目标而努力着。许多同学为了应付不得不参加的考试,不能不做事而学习。学习目的不明确,学习动机功利化。市场经济的利益杠杆直接影响着学生的学习,对于学习,学生表现出空前的功利意识。对还没有学的课,学生问的第一个问题是“我学习这门课有什么用?”因而出现了专业课、基础课门前冷落车马稀,而技能类课程如计算机、外语、股票各种各样的证书班摩肩接踵、门庭若市的明显对比。“考证热”正是学习功利化的直接表现。学生充分了解到市场对各种证书的青睐,因而放弃了专业课的学习去追逐各种有用的证书。这

是造成大学生们对大学学习目的不明确的主要原因。

2. 生活开销大。大学生们每个月的生活开销大致在500到1000元中，其消费水平，家里也只能勉强维持。大学生没有经济来源，经济独立性差，消费没有基础，经济的非独立性决定了大学生自主消费经验少，不能理性地对消费价值与成本进行衡量。大学生没有形成完整的、稳定的消费观念，自控能力不强，多数消费都是受媒体宣传诱导或是受身边同学影响而产生的随机消费，冲动消费。21世纪是物质生活与精神生活日益丰富的时代，当代的大学生们已不再满足于宿舍、教室、图书馆三点一线的单调生活。娱乐、运动、手机、电脑以及新型的it产品都成了大学生消费的热点。大学生的消费已呈现明显的多元化趋势。如果经济条件允许，大部分学生会去旅游，去歌厅、酒吧消费，或是购买电脑，手机、mp3反映出大学生具有走出校园、融入社会、拥有高质量生活的渴望。

1, 爱情观。当代大学生对于爱情，从总体上看是能够正确认识和把握的，能够正确地处理学习、恋爱和人生的态度等关系，以及恋爱中所出现的一些问题，诸如恋人之间的误会、失恋等等。大学生对爱情应该持慎重的态度，避免在恋爱问题上把握和处理失当。我们应该客观的吸取恋爱中的益处与避免恋爱中的弊端。不断增加自己的交际能力与语言表达。要有效地提高社交能力、可循两方面入手，一是对社会情境的辨析能力，一是提高对其他人心理状态的洞察力。所谓对社会情境的辨析能力即为社交能力的一个重要部分。2, 亲情观。大多数大学生并不认为父母非常了解自己，与父母倾诉不开心的事仅为少数。在生活，消费，学业或就业方面较易发生沟通冲突，面对沟通问题，大部分学生较积极主动。大学生与父母联系频率适中，联系时长适中与父母发生沟通障碍的原因有哪些?思想观念和价值观不同，还有技巧和方式不当，父母专制严重，独裁。对于大学生来说，建立良好，和谐的家庭关系，还应主动找时间和父母聊天，体验交流。

3, 友情观。人在大学里新交了很多朋友,与高中以前相比人觉得自己进入大学后对待朋友以及对待友谊的观念发生了改变。有人认为要有共同的兴趣爱好,有人认为性格相似也很重要,还有的人认为要互相尊重,或者选择朋友也会因为他,她对自己学习有帮助。还有的人认为年龄相仿也会影响自己的择友。

近年来大学生专业对口率呈下降趋势;大部分人选择的工作与所学专业不是完全对口却与专业有一定关系。面对竞争激烈的就业形势,许多同学都为自己的就业情景感到担忧。作为大学生,我们要具体分析自己的主要矛盾,要明确自己所追求的人生目标,针对主要矛盾,解决主要问题;当然我们不能主观臆断,要分析社会实际情况,一切从实际出发,结合主观符合客观来选择自己的专业和就业岗位。

调查结论和建议:

1、学校要高度重视大学生的心理。加大心理健康的宣传力度,定期举办心理健康讲座。开展积极的、健康向上的文化活动,为同学们心理健康提供良好的文化土壤。

2、高校咨询机构工作人员对于大学生的心理咨询要讲究工作的方式和方法,提高自身服务水平和服务意识,深入同学中去,及时了解大学生的心理状况,关心大学生的心理健康,发现苗头及时给予沟通与辅导。

3、常见人际交往障碍的克服每个人在交往中都或多或少地出现这样或那样的问题,改善人际关系,加强人际交往,对大学生的学习、生活和心理健康都有重大意义。提高认识,掌握技巧、充分实践,改善交往措施、培养良好的交往品质。在人际交往中应尽可能地做到:肯定对方、真诚热情。在沟通时,语言表达要清楚、准确、生动。要学会有效聆听,做到耐心、虚心、会心,把握谈话技巧,吸引和抓住对方。此外,一个人在不同场合具有不同角色,在教室是学生,在阅

览室是读者，在商店是顾客。在交往活动中，如果心理上能经常地把自己想象成交往对方，了解一下自己处在对方情境中的心理状态和行为方式，体会一下他人的心理感受，就会理解别人的感情和行为，从而改善自己待人的态度，这种心理互换也是培养交往能力的好办法。

4、面对当前大学生就业难的现状，一方面政府要继续深化就业体制改革，加快出台相应的政策保证大学生就业，为大学生创业提供政策、财政支持，为大学生进行免费技能培训，另一方面，大学生自己要转变学习方式和就业观念，降低自身期望值，实现多形式就业。“先就业、后择业、再创业，下基层、到西部去、到中小企业就业。

5、当代大学生情感问题的调适策略：引导大学生制定个人的发展计划、用积极的态度来衡量与评价自我、建立大学生心理健康咨询中心，及时疏导大学生情感问题。

作为一个特殊的群体，我们大学生如何面对这些压力？这是我们共同需要面对的问题。我们小组也针对这一问题做了《大学生心理健康指南》，希望通过这次的调查分析，能对大学生今后的工作和学习生活有很大的帮助，认识到自身目前存在的状况，好好调整心态，摆脱心理压力，做一个身心健康的大学生。

## 大学生健康调查报告总结与体会篇三

西安石油大学南区在校学生(100人)，男生占64%，女生占36%，涉及大三大四不同院系的学生。

问卷随机调查(无重复调查对象)

### 1、睡眠方面

对于此问题，我主要从两方面入手，一是对早睡早起的态度，二是对通宵的认识。在早睡早起问题上，大部分学生的认识是健康的，都支持早睡早起，但能真正做到的很少；在对通宵(以娱乐为主)的认识，87%的学生认为弊大于利，应尽量少参加，极少数学生认为那是彰显青春、展现活力的方式，支持通宵。培养合理健康的睡眠习惯是拥有健康生活方式的必备条件。

## 2、饮食方面

(1)水乃生命之源，是体内新陈代谢的动力，经权威数据表明，若以500ml为准，人体每天需要4~5杯。调查结果显示，64%的学生对健康饮水的认识还是不错的，但在实际饮用方面不容乐观，仅有33%的学生达到健康要求，更有甚者每天的饮水量竟不足1杯。喝水有减肥、护肤美容、防止老化及减缓感冒等功效，喝水有益健康。(2)早餐对我们的健康起着很大的作用，调查结果显示，79%的学生能有规律的吃早餐，但是仍有12%的学生很少吃早餐甚至是没有吃早餐的想法。研究表明，不吃早餐容易导致反应迟钝、学习效率降低，更起不到减肥的效果，为了您的健康，请注意养成有规律的吃早餐的好习惯。

相对于主食的零食(多为膨化食品，营养价值非常低)，有15%的人天天吃(全是女孩，而且大部分的身体比例极不协调)，吃零食已成为她们的日常生活习惯，而大部分人不吃或是隔几天吃一次。生活中，尽量做到远离“垃圾”食品，有规律的摄取营养健康食品。

## 3、使用电子产品方面

在这个信息化的社会，手机、电脑mp3mp4mp5横行的年代，如何正确使用电子产品成为不可忽略的话题。大学生作为主要的消费群体之一，情况如何呢?通过调查我们发现100%的同学有经常把手机放在枕边睡觉的习惯，长期这样影响睡

眠质量和健康，手机最好放在离枕边50cm的地方；另外，超过一半的学生经常戴着耳机听音乐，这无疑对我们的听力造成危害。以上结果显示大部分学生对正确使用电子产品的认识和实际行动上存在问题。

#### 4、运动方面

首先从对运动时间的认识看，有48%的学生认为一周的运动时间应该是7小时以上，52%的认为小于7小时。而健康的运动时间应该是每人每天1~1.5小时，所以，大学生一周运动时间应该是大于7小时的。这说明有一半的学生在此问题的认识上存在误区。

进一步从现状上分析，大学生一周运动时间大于7小时的只占15%(全部是男生，运动项目主要是打篮球和跑步)，甚至还有相当一部分学生的运动时间小于1小时，更甚者就不运动。可见，绝大多数学生运动量明显不足。

因此可知绝大多数学生运动意识淡薄，近而在某种程度上导致运动时间过少，让“每天运动一小时”成为我们的日常习惯吧。

#### 5、针对化妆、吸烟饮酒方面

化妆：爱美是女人的天性，俗话说“三分长相，七分打扮”。也许是“外貌至上”，也许人人都是爱“美”人士，于是美女们仿佛越来越热衷于往自己的脸上堆砌化妆品，努力让自己可以不断再美些……殊不知，其实化妆品正在偷偷伤害你本来无暇的脸庞，为了美的化妆可能最后结局令你很受伤。

“如果你每天化妆，一年内将吸收两公斤有害物质。”谁都不能免于衰老的事实，但不当地使用化妆品、保养品，无疑更加速皮肤的凋零。在广告的催化之下，化妆品的使用年龄已下降到十五、六岁，而在二十岁左右就长出黑斑的年轻人，

也有越来越多的趋势。由此可见，化妆品的危害不容忽视。

吸烟饮酒：吸烟危害健康是个老生常谈的问题。吸烟是心脑血管疾病、癌症、慢性阻塞性肺病等多种疾患的重要致病因素，吸烟已成为继高血压之后的第二号全球杀手。尤其是，吸烟是导致肺癌的首要危险因素。吸烟危害健康绝不是危言耸听，希望烟民要正确地认识吸烟的危害，也希望中国的烟民越来越少，中国人越来越健康。杜绝吸烟刻不容缓！

适量喝酒也是有益处的，如果适量地喝酒，又有点好菜，心情舒畅，往往会化害为益，收到意外的好处。因为酒精经肝脏分解时需要多种酶与维生素的参与，酒的酒精度数越高，肌体所消耗的酶与维生素就越多，故应及时补充。新鲜蔬菜、鲜鱼、瘦肉、豆类、蛋类等均可作为佐菜。

但喝酒过多最大伤害是胃，因为胃是酒精吸收的主要场所，其次是肝，身体分解毒素的器官。长时间过量喝酒会造成胃粘膜的一系列问题和我们常说的酒精肝(肝脏长时间被酒精毒化而结构改变和功能大大降低)。喝多了，往往还会涉及胆(胆汁分解毒物)，如果吐酒会使酒精二次经过食管并且同时携带pH值很小的强酸性的胃液以及胆汁(俗话说苦胆水)，对食道粘膜造成一定的腐蚀损害。久之的结果我们可以自己想想。

对《现代生活与身心健康》课程的看法与建议：姚老师您好，美好的时光是短暂的，转眼间就到了结课时间了。当初是被《现代生活与身心健康》这一课程名称所吸引的，当今社会，人们也都越来越注重自己及家人的健康了，以至各种养生类节目甚火。我也是如此，我觉得年轻人不能随便糟践自己的青春与身体，要懂得爱护自己、珍惜自己，只有这样才能更好的爱家人，照顾好家人，所以就毫不犹豫的选了它。每个周末上选修课时我都提前一个或一个半小时来到教室，等待您的面授与指导。就您的教课内容来说，涉及极为广泛，都有健康的一般知识和大学生的健康状况、各种运动的特点及

瑜伽、健康饮食、抱住健康发及元气、心血管系统锻炼法、工作和与人相处、自己与他人、身体的运作、毒素问题、健康方案设计、通过运动获得健康、皮肤病的实质及皮肤的保养、治病和健身的思路、女性身体的特殊性、身体损伤的来源、运动中异常问题的解答、为人做事的准则、健康公式这几个章节。其中有的是关于身体健康的，有的是关于为人处事的，内容极其丰富，而且老师讲课极其认真，联系实际列举实例，听起来更加贴切。并且老师极具有人道主义精神，在我们感觉累的时候给我们播放有教育意义的视频来给大家提神。总之，这样一个好的课程和一个极负责任的老师，不受同学们欢迎实在是不可能的。

以下是个人愚见：您的ppt涉及内容之多，故而在各个章节的内容排版以及课堂讲授上显得欠缺逻辑，内容混乱，凸显不出重点；其次内容有些许累赘，属于赘述之类的。最后您可以加强一点与同学们之间的交流，课堂上您曾说过以往中有的同学交流的内容中涉及到的有用信息太少，有的碍于颜面不好意思半天不出声，反而浪费大家的时间。这里我提一点建议，您可以采用收纸条的形式来交流，让同学们写上自己感兴趣的关于本课程的内容，以后老师可以选择同学们比较集中感兴趣的内容进行部分的讲授。

## 大学生健康调查报告总结与体会篇四

### 大学生心理健康调查报告范文

在经济发展迅速的今天，我们都不可避免地要接触到报告，报告具有语言陈述性的特点。其实写报告并没有想象中那么难，下面是职场本站小编精心整理的大学生心理健康调查报告范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

### 大学生心理健康调查报告范文1

一项针对在校大学生的调查显示，17%的大学生存在心理问题。交际困难、学习就业压力大、恋爱情感波动、人格缺陷成为困扰大学生的四大心理问题。

这项调查结果是6月25日发布的，调查由福州博智市场研究有限公司完成，共访问了福建师范大学、福州大学、福建金融职业技术学院、福建医科大学、福建工程学院、福建农林大学等6所大中专院校的1200名大学生。

调查显示，约有23%的大学生在人际关系上存在一定问题。有的同学有自闭倾向，不愿与人交往；有的同学为交际而交际，不惜牺牲原则随波逐流。

除交际困难外，学习就业压力大、恋爱情感波动、人格缺陷等也是困扰大学生的重要问题。

约有30%的大学生感觉压力很大。他们的压力部分来自于所学专业并非所爱，这使得他们长期处于内在冲突与痛苦之中。另外，课程负担过重、学习方法有问题、各种大小不断的考试、严峻的就业形势等，都会给他们带来压力。

即将毕业的小张，已经参加了4场招聘会，都没有找到合适的职位，心情极度沮丧。“我今年要从医大毕业，却没有办法进入好医院工作，我甚至不敢想明天会是什么样子。我不是瞎子，但却是择业时的盲人。”

还有近35%的大学生存在情感困惑，由恋爱失败导致的大学生心理变异是最为突出的现象，有的人因此而走向极端，甚至造成悲剧。“在大二时，我的前女友突然提出要和我分手。”一名姓黄的学生说，“我始终无法忘记那名女生，至今觉得无法解脱。”

调查发现，14%的大学生出现抑郁症状，17%的人出现焦虑症状，12%的人存在敌对情绪。而且，学生心理问题分阶段各不

相同，一年级大学生集中表现为新生活适应问题，兼有学习问题、专业问题、人际交往问题；二年级出现的问题依次为人际交往、学习与事业、情感与恋爱；三年级集中在自我表现发展与能力培养、人际交往、恋爱与情感问题；四年级则以择业问题为多数，兼有恋爱问题、未来发展和能力培养问题等。而和城镇大学生相比，农村大学生的心理问题要更多一些。

过度的压力使大学生们在情绪上容易失落苦闷。一名接受调查的大二学生说：“我总是有一种难以言状的苦闷和抑郁，感到前途渺茫，对一切都觉得索然无味，老是想哭，但又哭不出来，即使遇到喜事，也毫无喜悦的心情。现在我睡不好，经常做噩梦。”

针对本次调查中显示出来的问题，心理测评师、哲学硕士张小平分析说，从个体身心发展的角度看，大学生处于青少年向成年的转变时期，这一阶段中，会出现自豪感与自卑感的矛盾冲突，强烈交往的需要与孤独感的矛盾冲突，理想与现实的矛盾冲突等一系列问题。这些矛盾冲突如果存在过于强烈和持久，在遭遇某种刺激时，就容易出现心理障碍，影响个体的健康发展。

从现实生活来看，大学生们在中学时形成的优势消失，“中心”地位受到威胁，也会使之产生失落感和恐惧感。此外，当代大学生中，独生子女占了很大的比重。独生子女常常带有强烈的自我中心意识，缺乏社会锻炼，心理较为脆弱，也容易引发上述问题。

## 大学生心理健康调查报告范文2

随着社会的飞速发展，人们的生活节奏正在日益加快，竞争越来越激烈，人际关系也变得越来越复杂；由于科学技术的飞速进步，知识爆炸性地增加，迫使人们不断地进行知识更新；在这种情况下，对人才素质的要求更高，不仅要求人才

具有坚定的政治方向与较高的道德水准，而且还要求人才应该具有与时代发展相一致的现代意识和良好的心理素质，如开拓进取的精神、勇于承担责任、顽强自信、乐观，能够承受挫折与失败等。另一方面它又造就了变化剧烈的社会环境，由此给人们的心理世界带来了巨大的冲击和动荡，人类进入了情绪负重年代，人们的观念意识、情感态度复杂嬗变。作为现代社会组成部分，在学院院校生活和学习的的大学生，对社会心理这块时代的晴雨表，十分敏感。校园里有丰富多彩的大学生活，但在有些同学看来，一切却是那样枯燥无味，缺少生气；大学生生活紧张活泼，有些同学却兴趣索然，萎靡不振。在离开了父母呵护、相对宽松的大学学习环境中，一部分同学空虚、迷惘、玩世不恭，甚至轻生。当代大学生的心理健康状况实在令人担忧。

## 一、心理健康的定义

人是一个身心统一体。人的健康相应地也包括生理健康和心理健康。生理健康是为了保持一个健康的体魄，心理健康则是保持一个健康的心理状态。心理健康能直接地影响着人的生理健康，为此，心理卫生学认为健全的心理寓于健康的身体，而健康的身体有赖于健全的心理。因此，从某种程度上说，心理健康是比生理健康更为重要的一种健康。

## 二、当代大学生心理问题的现状

在大学生中，有人因自我否定、自我拒绝而几乎失去从事一切行动的愿望和信心；有人因考试失败或恋爱受挫而产生轻生念头或自毁行为；有人因现实不理想而玩世不恭或万念俱灰；有人因人际关系不和而逃避群体自我封闭。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障碍，精神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。

## 1、家庭教育的影响

长期以来，在高考指挥棒的调遣下，学校和家长在教育学生的过程中往往采用应试教育的方法，只重视智力教育，而没有将培养学生心理素质渗透到其中，忽略了学生健康人格的培养。同时，在教养方式上，相当一部分家长因为受教育程度较低，多采用简单、粗暴的传统的家长制手段。这种消极的教养方式，容易使子女形成敏感多疑、自卑易怒、抑郁焦虑、偏执敌对等不健康的品质。总之，大学生的心理健康水平与学校、父母的教育观念、家庭教养方式之间存在着不同程度的正相关关系。

## 2、社会现实的影响

市场经济中的激烈竞争在促进社会各方面飞速发展的同时亦造成了一系列的社会问题，紧张的生活节奏和巨大的工作压力使人感到精神压抑、身心疲惫。改革开放给大学生提供了良好的机遇，但随之出现的一系列社会不良现象亦使大学生在心理上产生了诸多矛盾，甚至切身感受到社会转型期的阵痛，这使得大学生人格弱点泛浮出来，形成心里疾患。

## 3、高校心理咨询工作欠缺

学校教育在一个人格的形成过程中起着举足轻重的作用。正值青春期的大学生身心发展趋于成熟，但尚没有形成完全健康的人格。从现在大学生的心理困惑看，许多都是由于人格障碍而导致的。然而，据报道，北大校医院心理咨询中心每周一至周五下午应诊，预约就诊的患者已经排到了两个月以后；北京52.2%的高校至今还未设立心理咨询机构，亦没有经过专门训练的心理咨询教师，学生的许多心理问题仍被混同于一般的思想问题施以不科学的教导。

## 四、对大学生心理问题的教育措施

## 1、拓宽交际范围，提高相处和交际能力。

在与同学相处时，首先要了解自己的优缺点，正确认识和评价自己，有效的协调与控制情绪，在相互尊重的前提下，带着一颗包容的心，友好、主动的与同学们进行沟通和交流。同时，要积极主动参加学院和学校组织的文体活动，掌握人际交往的技能和技巧，扩大自己的交友圈，在真诚、友善的基础上主动沟通交际，增加彼此的信任感，以提高相处和交际能力。

## 2、要有自己的职业规划。

大学生要尽早设计明确的职业倾向，在对自己正确定位的前提下，充分发挥自身的优势，弥补不足，不断提高自己的学习能力、管理能力和实践能力。另外，要正视理想与现实、专业与兴趣的冲突，要学会在现实中重新认识自己，找到理想和现实的差距，实事求是地评价自己，分析自己，不要整日为了忧虑而忧虑，要学会未雨绸缪，利用有限的4年时间达到自己预设的目标。

## 3、快乐的学习和生活。

当前大学生教育的核心是创新教育，因此大学生在找出自身差距的同时，更要找到自己发展的潜力，通过不断丰富自身的综合素质来适应时代发展的要求。要时常保持浓厚的学习兴趣和强烈的求知欲望，善于从学习中寻找乐趣，并时常带着愉快、自信的心情微笑地面对每一天。当自己的学习、生活出现问题时，不要只顾着伤心、苦闷、彷徨，适当的时候来一点阿Q精神，继而保持自信乐观的态度，尽量减少挫折感，缓解外部环境带给自己的种种压力。

## 4、改变观念，及时寻求心理帮助。

过去，由于历史文化等传统原因，对人的个性心理问题的关

注、认识和研究不够，往往把心理问题神秘化，甚至把有心理障碍的人看作是不可理喻的邪恶之人或洪水猛兽，致使有心理疾患的人也不敢张扬、不能就医。大学生作为一个高学历群体，要转变观念、更新认识。心理健康和身体健康都是一个人健康不可或缺的因素，有了心理疾患就像身体不适一样，应该及时去就医，以求得咨询、疏导，也就是说，对待心理问题要有一颗平常心。

优良的心理素质在青年学生全面素质的提高中起着举足轻重的作用，它必将对二十一世纪人才的质量产生积极而又深远的影响。健康的心理是一个人全面发展必须具备的条件和基础。加强对大学生心理素质的教育与培养，全面提高跨世纪人才质量已成为高等学校所面临的迫切任务。二十一世纪是一个思想文化激荡、价值观念多元、新闻舆论冲击、社会瞬息万变、的世纪，面对如此纷繁复杂的世界，未来人才都可能在某一时刻出现心理危机。二十一世纪人才的心理承受能力将经受更为严峻的考验。为此，就要不断加强对青年大学生的适应性、承受力、调控力、意志力、思维力、创造力以及自信心等心理素质的教育与培养，使他们真正懂得：要想占有未来，不仅要作思想品德、智能、体魄的储备，更要作战胜各种困难挫折的心理准备，从而引导他们科学地走出自我认识的误区，更新观念，突破时空，超越自我，唯有如此，方能在搏击中，翱翔自如，走向成熟，参与国际人才竞争，迎接新世纪的挑战！

### 大学生心理健康调查报告范文3

为了充分认识大学生的心理状况，通过资料信息统计，对大学生心理状况做了全面的分析调查，如果您想了解更多调查报告请登录进行查看和咨询。

#### 一、大学生心理现状

#### 二、影响大学生心理健康因素的分析

### 三、解决建议

大学生只有一个健康的心理，才能更好的适应来自社会各方面的压力，更好的处理现在和将来的各种问题，这样，社会才能稳步健康的发展。

大学生心理健康调查报告

大学生心理健康调查报告范文

大学生心理健康问题调查报告

心理健康调查报告

大学生心理健康

## 大学生健康调查报告总结与体会篇五

大学生心理健康调查报告范文

在经济发展迅速的今天，我们都不可避免地要接触到报告，报告具有语言陈述性的特点。其实写报告并没有想象中那么难，下面是豆花问答网小编精心整理的大学生心理健康调查报告范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

大学生心理健康调查报告范文1

一项针对在校大学生的调查显示，17%的大学生存在心理问题。交际困难、学习就业压力大、恋爱情感波动、人格缺陷成为困扰大学生的四大心理问题。

这项调查结果是6月25日发布的，调查由福州博智市场研究有限公司完成，共访问了福建师范大学、福州大学、福建金融

职业技术学院、福建医科大学、福建工程学院、福建农林大学等6所大中专院校的1200名大学生。

有的同学为交际而交际，不惜牺牲原则随波逐流。

除交际困难外，学习就业压力大、恋爱情感波动、人格缺陷等也是困扰大学生的重要问题。

约有30%的大学生感觉压力很大。他们的压力部分来自于所学专业并非所爱，这使得他们长期处于内在冲突与痛苦之中。另外，课程负担过重、学习方法有问题、各种大小不断的考试、严峻的就业形势等，都会给他们带来压力。

即将毕业的小张，已经参加了4场招聘会，都没有找到合适的职位，心情极度沮丧。“我今年要从医大毕业，却没有办法进入好医院工作，我甚至不敢想明天会是什么样子。我不是瞎子，但却是择业时的盲人。”

还有近35%的大学生存在情感困惑，由恋爱失败导致的大学生心理变异是最为突出的现象，有的人因此而走向极端，甚至造成悲剧。“在大二时，我的前女友突然提出要和我分手。”一名姓黄的学生说，“我始终无法忘记那名女生，至今觉得无法解脱。”

二年级出现的问题依次为人际交往、学习与事业、情感与恋爱；

三年级集中在自我表现发展与能力培养、人际交往、恋爱与情感问题；

四年级则以择业问题为多数，兼有恋爱问题、未来发展和能力培养问题等。而和城镇大学生相比，农村大学生的心理问题要更多一些。

过度的压力使大学生们在情绪上容易失落苦闷。一名接受调查的大二学生说：“我总是有一种难以言状的苦闷和抑郁，感到前途渺茫，对一切都觉得索然无味，老是想哭，但又哭不出来，即使遇到喜事，也毫无喜悦的心情。现在我睡不好，经常做噩梦。”

针对本次调查中显示出来的问题，心理测评师、哲学硕士张小平分析说，从个体身心发展的角度看，大学生处于青少年向成年的转变时期，这一阶段中，会出现自豪感与自卑感的矛盾冲突，强烈交往的需要与孤独感的矛盾冲突，理想与现实的矛盾冲突等一系列问题。这些矛盾冲突如果存在过于强烈和持久，在遭遇某种刺激时，就容易出现心理障碍，影响个体的健康发展。

从现实生活来看，大学生们在中学时形成的优势消失，“中心”地位受到威胁，也会使之产生失落感和恐惧感。此外，当代大学生中，独生子女占了很大的比重。独生子女常常带有强烈的自我中心意识，缺乏社会锻炼，心理较为脆弱，也容易引发上述问题。

## 大学生心理健康调查报告范文2

由于科学技术的飞速进步，知识爆炸性地增加，迫使人们不断地进行知识更新；

大学生生活紧张活泼，有些同学却兴趣索然，萎靡不振。在离开了父母呵护、相对宽松的大学学习环境中，一部分同学空虚、迷惘、玩世不恭，甚至轻生。当代大学生的心理健康状况实在令人担忧。

### 一、心理健康的定义

人是一个身心统一体。人的健康相应地也包括生理健康和心理健康。生理健康是为了保持一个健康的体魄，心理健康则

是保持一个健康的心理状态。心理健康能直接地影响着人的生理健康，为此，心理卫生学认为健全的心理寓于健康的身体，而健康的身体有赖于健全的心理。因此，从某种程度上说，心理健康是比生理健康更为重要的一种健康。

## 二、当代大学生心理问题的现状

在大学生中，有人因自我否定、自我拒绝而几乎失去从事一切行动的愿望和信心；

有人因考试失败或恋爱受挫而产生轻生念头或自毁行为；

有人因现实不理想而玩世不恭或万念俱灰；

有人因人际关系不和而逃避群体自我封闭。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障碍，精神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。

## 三、对当代大学生心理问题的原因分析

### 1、家庭教育的影响

长期以来，在高考指挥棒的调遣下，学校和家长在教育学生的过程中往往采用应试教育的方法，只重视智力教育，而没有将培养学生心理素质渗透到其中，忽略了学生健康人格的培养。同时，在教养方式上，相当一部分家长因为受教育程度较低，多采用简单、粗暴的传统的家长制手段。这种消极的教养方式，容易使子女形成敏感多疑、自卑易怒、抑郁焦虑、偏执敌对等不健康的品质。总之，大学生的心理健康水平与学校、父母的教育观念、家庭教养方式之间存在着不同程度的正相关关系。

## 2、社会现实的影响

市场经济中的激烈竞争在促进社会各方面飞速发展的同时亦造成了一系列的社会问题，紧张的生活节奏和巨大的工作压力使人感到精神压抑、身心疲惫。改革开放给大学生提供了良好的机遇，但随之出现的一系列社会不良现象亦使大学生在心理上产生了诸多矛盾，甚至切身感受到社会转型期的阵痛，这使得大学生人格弱点泛浮出来，形成心里疾患。

## 3、高校心理咨询工作欠缺

北京52.2%的高校至今还未设立心理咨询机构，亦没有经过专门训练的心理咨询教师，学生的许多心理问题仍被混同于一般的思想问题施以不科学的教导。

## 四、对大学生心理问题的教育措施

### 1、拓宽交际范围，提高相处和交际能力。

在与同学相处时，首先要了解自己的优缺点，正确认识和评价自己，有效的协调与控制情绪，在相互尊重的前提下，带着一颗包容的心，友好、主动的与同学们进行沟通和交流。同时，要积极主动参加学院和学校组织的文体活动，掌握人际交往的技能和技巧，扩大自己的交友圈，在真诚、友善的基础上主动沟通交际，增加彼此的信任感，以提高相处和交际能力。

### 2、要有自己的职业规划。

大学生要尽早设计明确的职业倾向，在对自己正确定位的前提下，充分发挥自身的优势，弥补不足，不断提高自己的学习能力、管理能力和实践能力。另外，要正视理想与现实、专业与兴趣的冲突，要学会在现实中重新认识自己，找到理想和现实的差距，实事求是地评价自己，分析自己，不要整

日为了忧虑而忧虑，要学会未雨绸缪，利用有限的4年时间达到自己预设的目标。

### 3、快乐的学习和生活。

当前大学生教育的核心是创新教育，因此大学生在找出自身差距的同时，更要找到自己发展的潜力，通过不断丰富自身的综合素质来适应时代发展的要求。要时常保持浓厚的学习兴趣和强烈的求知欲望，善于从学习中寻找乐趣，并时常带着愉快、自信的心情微笑地面对每一天。当自己的学习、生活出现问题时，不要只顾着伤心、苦闷、彷徨，适当的时候来一点阿q精神，继而保持自信乐观的态度，尽量减少挫折感，缓解外部环境带给自己的种种压力。

### 4、改变观念，及时寻求心理帮助。

过去，由于历史文化等传统原因，对人的个性心理问题的关注、认识和研究不够，往往把心理问题神秘化，甚至把有心理障碍的人看作是不可理喻的邪恶之人或洪水猛兽，致使有心理疾患的人也不敢张扬、不能就医。大学生作为一个高学历群体，要转变观念、更新认识。心理健康和身体健康都是一个人健康不可或缺的因素，有了心理疾患就像身体不适一样，应该及时去就医，以求得咨询、疏导，也就是说，对待心理问题要有一颗平常心。

优良的心理素质在青年学生全面素质的提高中起着举足轻重的作用，它必将对二十一世纪人才的质量产生积极而又深远的影响。健康的心理是一个人全面发展必须具备的条件和基础。加强对大学生心理素质的教育与培养，全面提高跨世纪人才质量已成为高等学校所面临的迫切任务。二十一世纪是一个思想文化激荡、价值观念多元、新闻舆论冲击、社会瞬息万变、的世纪，面对如此纷繁复杂的世界，未来人才都可能在某一时刻出现心理危机。二十一世纪人才的心理承受能力将经受更为严峻的考验。为此，就要不断加强对青年大学

生的适应性、承受力、调控力、意志力、思维力、创造力以及自信心等心理素质的教育与培养，使他们真正懂得：要想占有未来，不仅要作思想品德、智能、体魄的储备，更要作战胜各种困难挫折的心理准备，从而引导他们科学地走出自我认识的误区，更新观念，突破时空，超越自我，唯有如此，方能在搏击中，翱翔自如，走向成熟，参与国际人才竞争，迎接新世纪的挑战！

## 大学生心理健康调查报告范文3

为了充分认识大学生的心理状况，通过资料信息统计，对大学生心理状况做了全面的分析调查，如果您想了解更多调查报告请登录进行查看和咨询。

### 一、大学生心理现状

### 二、影响大学生心理健康因素的分析

5、情感因素：很多大学生不能正视恋爱问题，一旦失败就易导致其心理变异，走向极端；

### 三、解决建议

4、正确认识困难和挫折：人生总是会有大小不同的坎坷，没有人的人生是顺风顺水的，一个健康的人就是要能够在挫折中解决问题，而不是逃避。

大学生只有一个健康的心理，才能更好的适应来自社会各方面的压力，更好的处理现在和将来的各种问题，这样，社会才能稳步健康的发展。

中心明确，论据充足，层次分明，文句通顺！

大学生心理健康调查报告

大学生心理健康调查报告范文

大学生心理健康问题调查报告

心理健康调查报告

大学生心理健康

## 大学生健康调查报告总结与体会篇六

在“你希望毕业后的去向是什么”的调查中，33.88%的大学生选择了“在工作中寻找机会深造”，30.69%的学生选择了“继续深造”，只有24.92%的学生选择了“就业”，有10.51%的学生选择了出国发展。《报告》认为，大学生的就业畏惧心理加重。

在“毕业后找什么样的工作”调查中，有55.43%的学生选择“符合自己专长”，52.77%的学生选择了“有发展空间”，34.36%的学生倾向于“社会地位高、收入高”的工作；选择“无所谓，找到先呆着”和“要我就不错了”等较为消极心态的学生比例只占2.66%和2.13%。

过半大学生“自信心不足”

调查显示，45.43%的学生“有时不太自信”，5.60%的学生“不自信”，2.80%的学生“常常感到自卑”，这三者比例占到了53.83%，说明山东大学生自信心的整体状况并不令人满意。

大学生最想改变什么，38.65%的学生选择了“能力”，选择“知识”的只有19.50%，《报告》认为，这与较大的就业压力有很大关系。不过，在“你是否能吃苦耐劳”选项调查中，75.11%的学生选择了“可以，吃苦能够锻炼自己的毅

力”。《报告》认为，敢于吃苦的精神仍然是山东大学生的主流。

山东大学生的心态并不轻松、情绪低落，37.13%感觉压力很大，甚至到了崩溃的程度，大四和研究生的比例明显高于低年级学生，女生高于男生。在“上学后遇到的最大挫折”调查中，43.16%的大学生选择了“就业竞争太激烈”，23.01%的大学生选择了“人际关系微妙”，19.94%的大学生选择了“学习成绩不理想”。

不过，山东大学生对物质条件比较满意，72.98%的大学生生活费“有剩余”。大学生同时拥有“新三件”手机、电脑mp-x系列的比例达44.79%，其中，拥有手机的大学生占97.45%。拥有电脑的占46.91%。

### 约九成“性观念”保守

调查发现，山东大学生的性观念依然传统和保守。在“你大学期间是否有性生活”的调查中，有91.39%的大学生选择了“没有”。在调查的200名研究生当中，也只有10.15%的学生选择了“有”。

在“你从什么途径了解到性知识”的调查中发现，有55.07%的学生选择了“同学谈论”和“旁门左道”，只有44.93%的学生是从课程和书籍中学习得到的。《报告》认为，改革开放30多年来，山东经济突飞猛进，但大学生的性教育依然落后，值得深思。

### 82.94%没上过心理健康课

在“是否参加学校心理健康课程”的调查中，只有8.68%的学生表示经常参加，不知道或者没有参加过的学生比例高达49.20%。在“你是否去过学校的心理咨询机构”的调查中，82.94%的学生表示没听说过或没去过。

在“你认为心理健康课程和机构设置与其他学科有何不同”的调查中，36.28%的学生认为“缺乏明确的要求和统一的规定”。

与此同时，在“如果你遇到不顺心的事，如何解决”的调查中，56.73%的学生选择了“找同学朋友倾诉”，有13.05%的学生选择“找父母倾诉”，而“找心理咨询机构”的学生仅占0.82%。另外，由于交流途径的缺乏，选择“强忍”和“逆来顺受”的学生占到了29.39%。

“上网”是业余生活首选对社会公益活动不够关注

在调查中，36.87%的大学生表示，业余生活主要是“上网”。22.87%的学生主要是“逛街”，“参加兴趣小组”的只占16.19%。

65%的学生感觉学习负担“一般”。在“你对考试成绩如何看待”的调查中，有86.32%的学生选择了“争取拿奖学金”和“争取好成绩”，有13.68%的学生选择了“及格万岁”和“无所谓”。

调查显示，只有9.86%的学生表示经常参加社会公益活动，26.05%的学生表示仅仅参加过，41.37%的学生偶尔参加，有22.72%的学生基本上不参加，《报告》认为，大学生对公益活动不够关注。

在“大学生应该履行哪些社会责任”的调查中，81.70%的学生认为要对得起父母，努力成才；74.15%的学生认为要努力学习专业知识，成为人才报答社会；58.83%的学生表示愿意参加社会实践，帮助他人；57.45%的学生表示热心参加公益活动。

[大学生心理健康问题有哪些]