


The background is a vibrant, celebratory scene. It features a large, light-colored sun at the top center. Two strings of colorful triangular bunting flags (in shades of orange, green, red, and grey) are strung across the top. Scattered throughout are various pieces of confetti in green, orange, and red. On the left, there is a red and white striped masquerade mask with green floral decorations. On the right, there is a small, dark brown cake with white frosting and a crown on top. A small red plus sign is positioned above the word '心理'.

大学生心理 + 班会活动



1 活动目标

3 活动时间和地点

5 活动过程及注意事项

7 活动效果评估和总结

2 活动内容

4 活动预算和资源需求

6 活动效果评估和总结

8 活动效果评估和总结

大学生心理班会活动

大学生是人生中充满变化和探索的时期，心理班会活动对于促进大学生的身心健康和成长具有重要意义

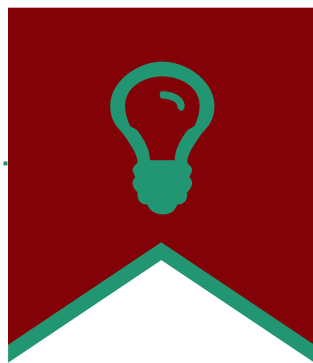


通过开展心理班会活动，可以帮助学生更好地认识自我，提高心理素质，增强抗压能力，促进身心健康

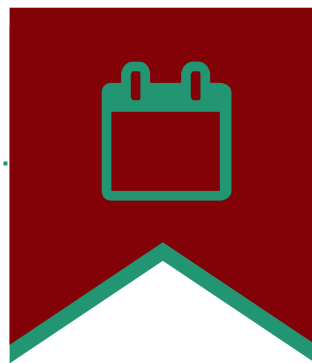
The background features a light green dotted pattern in the top left, a large tan shape in the top center, and a tan shape in the bottom left. A string of colorful bunting flags (orange, grey, red, green, red) hangs across the top. Small pieces of confetti in orange, red, and green are scattered around. Two orange hearts of different sizes are positioned in the bottom left.

活动目标

活动目标



增强学生对 自



提高学生心理素



帮助学生解 决

The background features a light green dotted pattern in the top left, a large tan shape in the top center, and a tan shape in the bottom left. A string of colorful bunting flags (orange, grey, red, green) hangs across the top. Small confetti pieces (orange, red, green) are scattered around. Two orange hearts of different sizes are in the bottom left.

活动内容

活动内容

1. 心理测试

通过一些简单的心理测试，如性格测试、职业倾向测试等，帮助学生更好地了解自己的性格、兴趣爱好和优势。同时也可以让学生了解自己的不足之处，为今后的学习和职业规划提供参考



活动内容



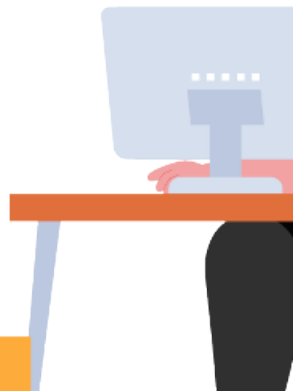
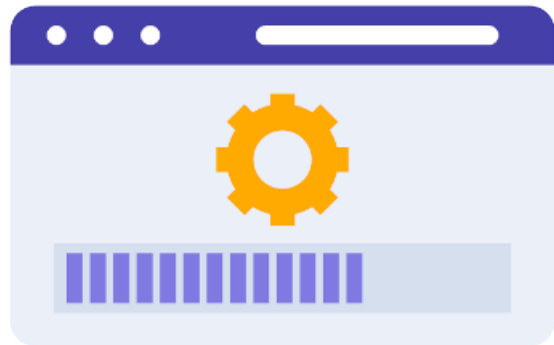
2. 心理健康知识讲

请专业老师或心理医生为学
知识讲座，介绍大学生常见
方法，如焦虑、抑郁、人际
了解这些问题的原因和解决
要的担忧和恐慌

活动内容

3. 心理情景剧表演

选取一些常见的心理情景剧，如恋爱、学业、家庭等主题，让学生进行表演。通过表演，让学生更好地了解自己和他人的情感状态，增强沟通和理解能力



活动内容



4. 分

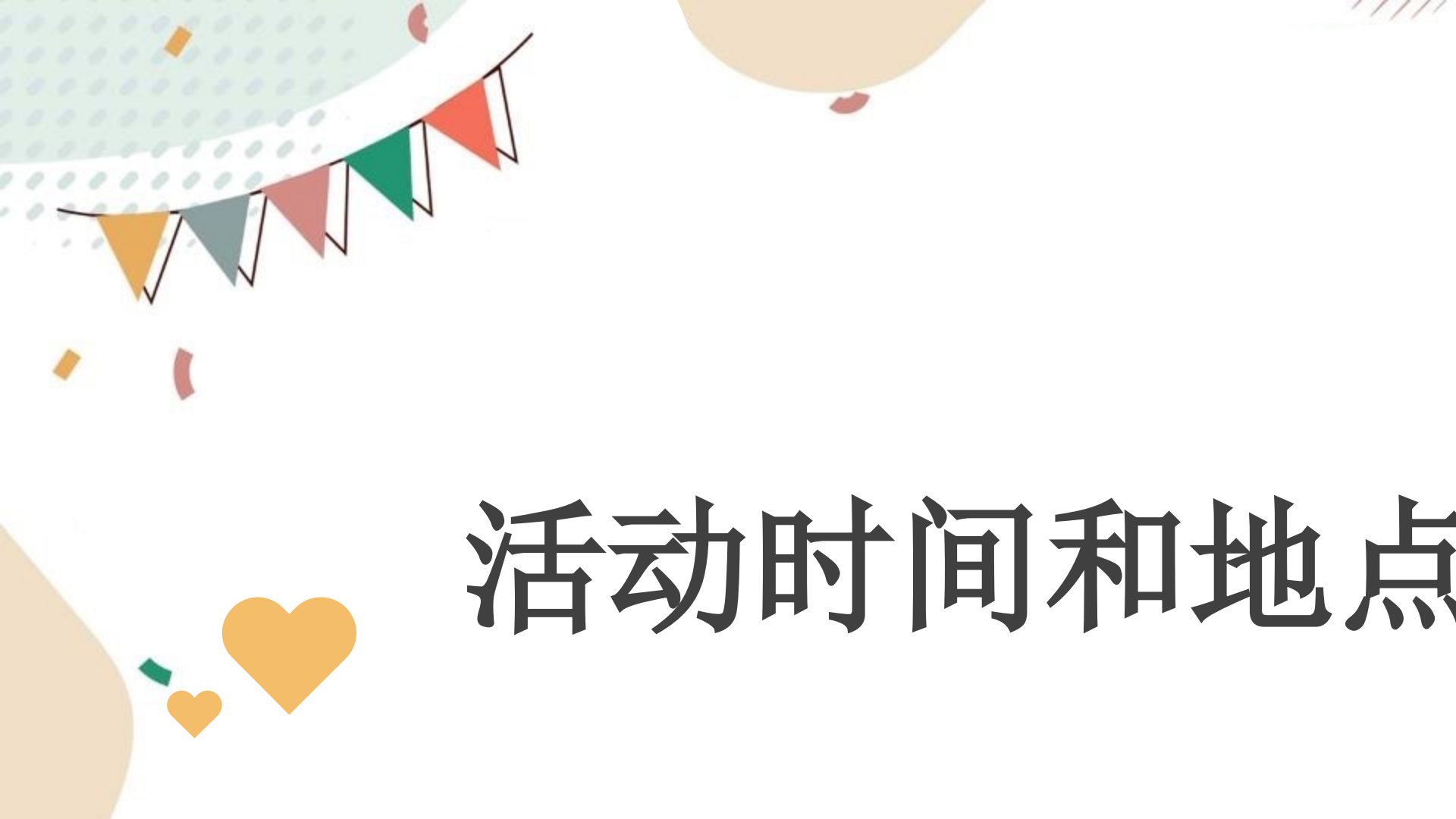
将学
他们
和生
问题
中讨
法，
协作
的能

活动内容

5. 心理电影观赏

选取一些具有心理探索和思考的电影，如《美丽心灵》、《盗梦空间》等，让学生通过电影深入了解人性、情感和思维等方面的复杂性和多样性。同时也可以通过电影放松身心，增加趣味





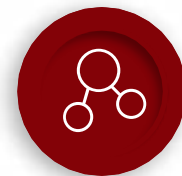
活动时间和地点

活动时间和地点



01

活动时间和地点
实际情况而定



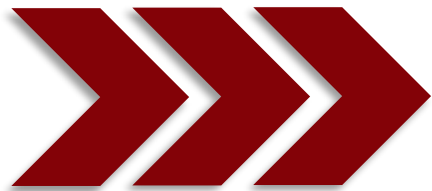
02

通常可以选择在
等空闲时间进行



03

地点可以选择在学





活动预算和资源需

活动预算和资源需求

1. 人员：专业
老师或心理医
生进行指导和
讲座



活动预算和资源需求

2. 物资： 测试题、
奖品、道具等

活动预算和资源需求

3. 场地：会议室
或教室等



4. 餐饮：如果活动时间跨越正餐时间，可以准备一些简单的餐饮

活动预算和资源需求

5. 其他：如果需要请专业人士进行讲座或表演，可能需要支付一定的费用



活动过程及注意事项

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/368062067076006072>