

# 最新大学生论文 大学生心理健康论文格式 (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。相信许多人会觉得范文很难写？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

## 大学生论文篇一

摘要:随着我国教育体制改革的不断深入，高等教育已经步入大众教育的阶段，大学生所面临的就业、学习乃至情感问题都已经全面进入竞争化加剧的轨道，对大学生开展适合的心理健康教育可以提升学生直面挫折的能力，同时优化高等教育的心理素质教育，意义深远。

本文分析了当代大学生心理健康教育普遍存在的重视不足、师资匮乏、流于形式、渠道单一、体系不完善、针对性差等一系列问题，并据此对高校的大学生心理健康教育提出了相应的对策。

关键词:大学生;心理健康教育;问题;对策

### 一、引言

当前大学生心理健康教育存在重视不足、师资匮乏、流于形式、渠道单一、体系不完善、针对性差等一系列问题，本文对这些问题进行了系统的分析，并结合具体问题提出了相应的解决办法，以优化当今大学生心理健康教育的不足，提升高校对学生的心理素质培养，为社会培养博学多才且拥有较好心理素质的有用之才。

### 二、大学生心理健康教育存在的问题

## 1. 重视不足，师资匮乏

长期以来，我国教育的重心在于对学生的德与智方面的培植，心理健康领域在以前很长时间内一直是教育的盲点。

改革开放以来，随着我国教育与西方发达国家的接轨，大学生心理健康教育越来越得到重视，但就整体需求而言，这种提升还是远远不足。

目前众多的高等院校对学生的心理健康教育还停留在政策与宣传上，缺乏整体规划，难以实现大学生心理素质培养的要求。

此外，专业的心理健康教师的匮乏也是摆在高校面前的一个普遍问题，就现实情况而言，负责学生心理健康教育的教师往往由辅导员或者其他职能部门的老师兼任，由于专业知识不足以及身兼数职，相应的心理指导职能得不到较好的发挥，不利于大学生心理健康教育的推广。

## 2. 流于形式，渠道单一

目前我国大部分高校都已经建立了心理咨询室，对学生进行心理疏导，缓解大学生的心理压力，但是普遍流于形式，往往有专门的设施而不加以利用，说到底还是对心理教育的不认同。

另外，心理健康教育的渠道往往比较单一，通常表现在问卷调查，心理健康档案，并且往往只针对心理障碍学生的主动咨询，这样就把大众普遍的心理健康教育变成只针对有心理障碍的学生的单一服务，推广效果很差。

## 3. 体系不完善，针对性差

大学生心理健康教育应该是一个成体系的教育过程，然而目

前绝大部分高校是将学生的心理健康教育作为思想教育的一部分来开展工作的，缺乏一套完整的体系。

## 大学生论文篇二

摘要：本文就体育俱乐部教学对大学生心理健康的促进作用展开了探究，详细分析了体育俱乐部教学的相关概念，将体育俱乐部教学分成四个环节，来提升对于大学生心理健康的促进作用，包括在热身活动中融入心理游戏，合作、探究式小组学习，知识分享的交流与展示以及完善的评价激励机制。

关键词：体育俱乐部；心理健康；概念；促进作用

在学生心理品质的形成过程中，学校的体育教学发挥着重要的作用。

通过体育教学，学生不仅能够掌握体育的相关技能，锻炼自身的身体素质，同时还能够培养学生对于体育活动的经济态度，树立终身体育的观念，推动学生身体与心理的共同发展[1]。

然而，在我国目前的体育教学中，往往忽视了通过本学科特征来培养学生的心理品质，也没有通过体育教学活动来促进大学生心理健康的发展。

笔者在下文中，重点就体育俱乐部教学对大学生心理健康的促进作用展开研究。

### 一、体育俱乐部教学的相关概念

体育俱乐部教学指的是将对学生的体育兴趣与能力培养放在首位，强调学生在学习过程中的积极性与主动性，消除学生在体育课堂中的紧张感，促进学生的自我选择与评价，并能够真正掌握几种能够用于终身锻炼的体育技能。

在该教学模式中，将技能与体能教学融为一体，主动对学生体育文化素质的养成，在体育教学中渗透社会体育，为学生的终身体育锻炼打下基础。

## 二、对于发挥体育俱乐部教学对大学生心理健康促进作用的建议

### (一) 在热身活动中引入心理游戏

提升了课堂气氛；“你追我赶”活动能够充分锻炼学生的策划与执行力，能够加强学生的合作能力；“滚雪球”游戏的引入，可以让学生感受到集体协作的力量。

其次，在体育课堂中引入心理游戏[2]。

体育活动自身的功能与魅力非常强大，教师在体育俱乐部教学中，有针对性地为设计心理活动情境，能够吸引学生注意力，引发学生对于体育课堂的兴趣，发挥出体育俱乐部教学对于大学生心理健康教育的重要性。

### (二) 合作、探究式小组学习

在新课改的要求下，教师教学方式以及学生的学习行为都发生了重大的转变，由传统的讲授型变为分享型教学，学生也在学习中表现得更加主动。

在新课改下，分组教学可以说是实现教师和学生这一转变的有效途径。

在俱乐部体育课堂中，利用异质分组法，通过小组内不同学生在兴趣爱好、才能特征以及认知能力等方面的不同，通过合作学习起到互帮互助的作用。

这是对传统体育教学形式的突破，推动了体育教学的进程。

在分组教学中，学生的学习氛围更加轻松，学生在组内探讨问题时能够自由发言，同学之间激发出情感的共鸣，变以往枯燥无味的动作练习为生动有趣的集体活动，很大程度上推动了学生的创造性以及主动性的发展。

在小组合作学习中，同伴教育是其最主要的形式，学生在各自小组中发言机会平等。

通过同学之间的帮助，学生体育学习的信心以及毅力都会显著提升，对于体育活动发挥着导向、动力以及创新功能。

通过教学心理学情感理论的观点可以得出，学生在合作学习中，能够形成一种轻松愉快的学习氛围，该氛围如果得以保持，能够极大激发学生的学习热情，在体育俱乐部教学中培养学生锲而不舍的精神，树立终身体育的理念。

### (三) 知识分享的交流展示

在体育俱乐部教学中，经过了小组合作学习环节之后，各小组汇集了多位同学的经验及思想，然后通过交流展示环节，使得学生的才华得以发挥与展示，同时能够有效培养学生的组织协调、集体合作等能力，形成集体荣誉感，培养其良性竞争的意识。

在体育俱乐部教学的知识分享交流展示环节，往往通过比赛的形式进行，将以往的学生个体之间的竞争转化为现在的小组之间的竞争，同时培养学生的合作与竞争意识。

由于小组成员之间的目标一致，小组竞争中，学生对于失败的恐惧感会大大消除，激发出学生勇于奋斗的精神。

### (四) 完善的评价激励体系

教学评价中，体育俱乐部教学呈现出多元化、开放性等特点，

能够做到注重对学生的改进与激励，淡化甄别和选拔的壁垒，强调对于教学过程的评价，这也是体育俱乐部教学的一大亮点[3]。

由于体育俱乐部教学中的运动项目规则的限制，学生能够自觉约束自身行为，运动规则已经发展成为学生运动的潜在力量，在很大程度上促进了学生严格遵守纪律、实施公平竞争意识的形成。

同时，体育教学中的课堂要求、评价标准等，都能够极大促进学生行为规范意识的养成。

所以，体育俱乐部教学在评价方式中，综合了结果性以及过程性评价，不仅需要对学生进行期末测评，同时也注重对学生日常体育课堂表现的评价，综合考量学生的学习态度、体能锻炼、运动技能掌握等多方面内容。

这种评价方式也能够帮助学生养成终身体育的意识。

参考文献：

## 大学生论文篇三

摘要：主题式案例教学逐渐受到心理健康教育教师的青睐，在大学生心理健康教育课中的地位日益凸显。

在大学生心理健康教育课中，教师要想用好主题式案例教学，必须把握好“五度”取向，即主题选定的適切度、案例选取的积极向度、问题设置的开放度、师生互动的倾心度和教学活动的效度，这样才能充分发挥主题式案例教学的作用，有效完成心理健康教育课的目标。

关键词：大学生；心理健康教育课；主题式案例教学；“五度”取向

当前，大学生心理健康教育课成为开展大学生心理健康教育的主渠道。

大学生心理健康教育课不同于高校中的其他公共课和专业课，因其研究对象的特殊性，使其具有更强的实践意义和应用价值。

为了更好地落实大学生心理健康教育课的课程目标，主题式案例教学越来越受到心理健康教育教师的青睐。

主题式案例教学，是教师根据教学目标要求，编写以某一主题贯穿课堂教学始终的案例并作为情境，引导学生主动参与课堂学习和研讨，从而帮助学生理解知识、建构意义的一种教学方法。

[1]主题式案例教学所具有的情境性和形象性使心理健康教育课程愈加的生活化和实用化，更容易被大学生所接受和认可。

因此，主题式案例教学在大学生心理健康教育课中的地位日益凸显。

然而要想充分发挥主题式案例教学的作用，必须把握其在大学生心理健康教育课中的“五度”取向。

## 一、主题选定的适切度

### (一) 正视存在的问题，走出主题选定的误区

主题式案例教学的首要任务是选定主题。

在大学生心理健康教育课中，关于主题的选定一直存在着来自心理健康教育教师的自上而下的“自命题”式的误区。

有些心理健康教育教师按照自己的主观臆想来选定主题，有些教师高举“经验丰富”的大旗，全靠自己的所谓“主观经

验”来选定心理健康教育课的主题，甚至还有教师完全以自己的专长和兴趣点来确定大学生心理健康教育课的主题，完全忽视学生的心理发展特点和心理发展的实际需求。

可想而知，通过这些完全来自教师的“自命题式”的主题来开展心理健康教育教学活动，无法实现大学生心理健康教育课的应然目标。

## (二)宏观上定方向，微观上选主题

在大学生心理健康教育课中，主题式案例教学要真正走出“自命题”式的误区，主题选定需要把握好适切度，即主题的选定既要适合大学生的实际心理发展特点，又要切实满足大学生的现实心理需求。

## 大学生论文篇四

随着社会的飞速发展，人们的生活节奏日益加快，竞争越来越强烈，人际关系也变得越来越复杂；加之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；“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，在大学院校生活和学习的大学生，对社会心理这块时代的“晴雨表”，十分敏感。况且，大学生作为一个特殊的社会群体，还有他们自己许多特殊的问题，如对新的学习环境与任务的适应问题。对专业的选择与学习的适应问题，理想与现实的冲突问题，人际关系的处理与学习、恋爱中的矛盾问题以及对未来职业的选择问题等等。为使他们避免或消除由上述种种心理压力而造成的心理应激、心理危机或心理障碍，增进心身健康，以积极的、正常的心理状态去适应当前和发展的社会环境，预防精神疾患和心身疾病的发生，必须加强对大学生的心理健康的教育。

特别是对刚进入大学的大学生而言，每一个大学生所面临的



都是一个全新的世界，无论是个人目标还是社会期望，都会发生很大的变化。所以，大学生的心理健康使得人们尤为关注。心理健康教育不仅有利于预防心理疾病，消除心理障碍，而且有利于大学生的良好品质的发展。

有两位来自农村的孩子双双考上了重点大学，在所有人都期望他们能有所作为时，却惊闻其中的一位已退学，为什么呢？原来林同学入校后，由于性格内向，不善于与人交际，因自己来自农村深感自卑，在自我、父母的压力下日渐消沉。最终，精神恍惚，成绩快速下降。在某次考试中，竟有三门功课未及格。于是他不得不向父母提出要求退学。而另一位呢？辰同学性格开朗，待人大方，并且从来不会因为自己是农村出身就低人一等，而是奋发努力，不但考试成绩科科优秀，而且还荣获了国家奖学金二等奖，成了同学、父母眼中的骄子。同样的出身，同样的环境，为何二人的境况会截然相反呢？我想这主要是由于两同学的心理差异造成的。林同学由于内心自卑，受到来自各方的压力而不知化解，积压心头，于是造成他精神恍惚，注意力分散，使自己的学习及生活受到严重影响，最终走向了退学，可见心理健康对大学生成长有多么的重要啊！

每个大学生都希望自己是健康的、幸福的、成功的。谁不期望有坚强的体魄和良好的心态呢？然而，健康、幸福绝不是仅靠生活水平的提高、营养的丰富、科学的饮食，甚至体育锻炼就能完全做到的，健康更多的取决于人的精神状态，取决于人的心灵世界。现代大学生所处的环境中，社会竞争日益激烈，生存压力越来越大，人的心理越来越紧张，也越来越焦虑，困惑越来越多，因此，越来越多的心理问题也凸显出来，所以每个大学生要想取得成功，获得幸福，就必须塑造自己良好的心理素质，去面对来自各方的压力。

大学生应当充分发挥自己的聪明才智创造出属于自己的幸福生活，无数事实表明，一个身心健康的大学生拥有更多成功的机会，拥有更多的幸福。心理健康是人生最宝贵的财富，

每个大学生都希望自己的人生最幸福，最成功，然而没有健康，这一切都只能幻想。所以，健康是幸福的前提，大学生一定要正视心理健康，塑造良好心态。

况且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。作为当代大学生的'我们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，铸造美丽人生！

## 大学生论文篇五

经过几个月的忙碌和学习，本次毕业论文设计已经接近尾声。作为一个本科生的毕业设计，由于经验的匮乏，难免有许多考虑不周全的地方，如果没有指导教师的督促指导，想要完成这个设计是难以想象的。

现在我发现，自身的成长离不开大家的支持和帮助，我很庆幸自己生活在这样的空间。我要向那些帮助过我、鼓励过我的人们致以我最诚挚的谢意。

首先感谢老师，这次毕业设计中，作为我的指导老师，虽然平日里工作繁多，但在我做毕业设计的每个阶段，从选题到查阅资料，还有论文提纲的确定以及中期论文的修改、后期论文格式调整等各个环节中都给予了我悉心的指导。她严谨的工作作风，渊博的知识，还有平易近人的人格魅力将会对我影响深远。除此之外还让我明白了许多做人的道理。

编写毕业论文是一个学习的过程，论文的完成，奠定了我的能力，它会帮助我在今后的工作与学习当中更加有自信。

最后，感谢这两年中陪我一起走过的各位老师和同学们，你们的信任和慰勉是我前进的动力!也要感谢我的朋友们，感谢你们在我失意时给我鼓励，在失落时给我支持，感谢你们和我一路走来，在此过程中我倍感温暖!为了那些支持和爱护我的人，我会更加努力，好好工作!好好生活!

在此我向我的指导老师，和小组的同学们致以真挚的谢意，谢谢你们的大力支持和帮助。