# 2025年大学生心理健康的调查报告 大学生心理健康调查报告(通用13篇)

来源：网络 作者：紫芸轻舞 更新时间：2025-07-28

*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。优秀的报告都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？下面是我给大家整理的报告范文，欢迎大家阅读分享借鉴，希望对大家能够有所帮助。大学生心理健康的调查报告篇一随着社会的飞速发...*

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。优秀的报告都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？下面是我给大家整理的报告范文，欢迎大家阅读分享借鉴，希望对大家能够有所帮助。

**大学生心理健康的调查报告篇一**

随着社会的飞速发展，人们的生活节奏正在日益加快，竞争越来越强烈，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；“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。如何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，加强对大学生的心理健康教育，就成为各高校迫切的需要和共同关注的问题。

随着我国经济水平的整体发展，人们的物质生活水平迅速提高，人们在追求身体健康的同时，也关注着心理健康，作为天子骄子的大学生也不例外。现今的大学生具有开阔的视野，活跃的思维，追求个性化的生活方式，充满着色彩浪漫的情感，但同时也面临着新的心理问题和冲突。

健康是人生的第一财富。对作为天子娇子的大学生来说，心理健康更是学业成就、事业成功、生活快乐的基础。

心理健康是由心理卫生的概念延伸过来的。心理健康通常是指一种积极的心理状态，心理卫生则是指一切维护心理健康的活动及研究心理健康的学问。

心理健康是指具有正常的智力、积极的情绪、适度的情感、和谐的人际关系、良好的人格品质、坚强的意志和成熟的心理行为等。心理键康与一个人的成就、贡献、成才关系重大。心理健康是大学生成才的基础。

心理健康是指这样一种状态，即人对内部环境具有安定感，对外部环境能以社会上的任何形式去适应，也就是说，遇到任何障碍和因难，心理都不会失调，能以适当的行为予以克服，这种安定、适应的状态就是心理健康的状态。衡量心理是否绝对健康是非常困难的。健康是相对的，没有绝对的分界线。一般判断心理是否正常，具有一下三项原则：其一，心理与环境的统一性。正常的心理活动，在内容和形式上与客观环境具有一致性。其二，心理与行为的统一性。这是指个体的心理与其行为是一个完整、统一和协调一致的过程。其三、人格的稳定性。人格是个体在长期生活经历过程中形成的独特个性心理特征的具体体现。而心理障碍是指心理疾病或轻微的心理失调。它出现在当代大学生身上大多数是因心身疲乏、紧张不安、心理矛盾冲突、遇到突如其来的问题或面临难以协调的矛盾等出现，时间短、程度较轻微，随情境的改变而消失或减缓；个别则时间长、程度较重，最后不得不休学甚至退学。心理障碍的表现形式多种多样，主要表现在心理活动和行为方面。表现在心理活动方面如感觉过敏或减退、体感异常、错觉、幻觉、遗忘、疑病妄想、语词新作、意识模糊、紊乱的心理特点和难以相处等等。行为方面和焦虑、冷漠、固执、攻击、心情沉重。心灰意冷，甚至痛不欲生等。

1、进行心理健康教育是提高学生综合素质的有效方式。

心理素质是主体在心理方面比较稳定的内在特点，包括个人的精神面貌、气质、性格和情绪等心理要素，是其它素质形成和发展的基础。学生求知和成长，实质上是一种持续不断的心理活动和心理发展过程。教育提供给学生的文化知识，只有通过个体的选择、内化，才能渗透于个体的人格特质中，使其从幼稚走向成熟。这个过程，也是个体的心理素质水平不断提高的过程。学生综合素质的提高，在很大程度上要受到心理素质的影响。学生各种素质的形成，要以心理素质为中介，创造意识、自主人格、竞争能力、适应能力的形成和发展要以心理素质为先导。在复杂多变的社会环境中，保持良好的心理适应状况，是抗拒诱惑、承受挫折、实现自我调节的关键。正是从这个意义上可以说，大学生综合素质的强弱，主要取决于他们心理素质的高低，取决于学校心理健康教育的成功与否。

2、进行心理健康教育是驱动学生人格发展的基本动力。

心理健康教育与受教育者的人格发展密切相关，并直接影响个体人格的发展水平。一方面，学生以在心理健康教育过程中接受的道德规范、行为方式、环境信息、社会期望等来逐渐完善自身的人格结构；另一方面，客观存在的价值观念作为心理生活中对自身一种衡量、评价和调控，也影响着主体人格的发展，并且在一定条件下还可转化为人格特质，从而使人格发展上升到一个新的高度。同时，心理健康教育不是消极地附属于这种转化，而是在转化过程中能动地引导受教育者调整方向，使个体把握自我，对自身的行为进行认识评价，从而达到心理优化、健全人格的目的。

3、进行心理健康教育是开发学生潜能的可靠途径。

教育的目的之一就是要开发受教育者的潜能。良好的心理素质和潜能开发是相互促进、互为前提的，心理健康教育为二者的协调发展创造必要条件。心理健康教育通过激发受教育者的自信心，帮助主体在更高的层次上认识自我，从而实现角色转换，发展对环境的适应能力，最终使潜能得到充分发展。

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，一项关于当代人主要素质的调查表明，当代人的素质不能适应社会进步和发展的需要，最欠缺的是心理素质，具体表现为意志薄弱，缺乏承受挫折的能力、适应能力和自立能力，缺乏竞争意识和危机意识，缺乏自信心，依赖性强等。究其原因，与教育不重视人的心理素质的培养与塑造有关。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。我校每年对新生进行心理健康状况调查，结果表明每年有大量大学生心理素质不良，存在不同程度的障碍。土木水利学院20xx级学生入学第一年便因心理问题休学4人，他们四人分别因为：

1、追求女生遭到拒绝而情绪不稳定；

2、长时间怀疑同学背后议论自己、鄙视自己，因而不敢面对别人；

3、对生活目标丧失信心，低糜消沉，抑郁；

4、狂躁不安，行为异常。最终都不能继续学业。常见的大学生心理问题还表现为环境应激问题、自我认识失调、人际关系障碍、情绪情感不稳、感情适应不良等。当代大学生心理问题不容忽视。

大学生心理素质方面存在的种种问题一方面是与他们自身所处的心理发展阶段有关，同时也与他们所处的社会环境分不开。大学生一般年龄在十七、八岁至二十二、三岁，正处在青年中期，青年期是人的一生中心理变化最激烈的时期。由于心理发展不成熟，情绪不稳定，面临一系列生理、心理、社会适应的课题时，心理冲突矛盾时有发生，如理想与现实的冲突、理智与情感的冲突、独立与依赖的冲突、自尊与自卑的冲突、求知与辨别能力差的冲突、竟争与求稳的冲突等等。这些冲突和矛盾若得不到有效疏导、合理解决，久而久之会形成心理障碍，特别是当代大学生，为了在激烈的高考竟争中取胜，几乎是全身心投人学习，家长的过度保护、学校的应试教育、生活经历的缺乏使这些学生心理脆弱、意志薄弱、缺乏挫折承受力，在学习、生活、交友、恋爱、择业等方面小小的挫折足以使他们中的一些人难以承受，以致出现心理疾病，甚至离校出走、自杀等。从环境因素看，竟争的加剧、生活节奏的加速，使人产生了时间的紧迫感和压力感；个人对生活目标的选择机会增多，难以兼顾的矛盾加剧了内心的冲突，产生了无所适从的焦虑感。凡此种种，对变化的环境适应不良而出现的各种困惑、迷惘、不安、紧张在明显增加，社会的变革给正在成长着的大学生带来的心理冲击比以往任何一个时代更强烈、更复杂。各种生理因素、心理因紊、社会因素交织在一起，极易造成大学生心理发展中的失衡状态。心理素质低劣的人自然不能适应高速度、高科技、高竞争的环境，心理负荷沉重便容易导致各种心理疾病。

1、客观方面。

与中学比，大学时期的学习、生活、人际关系都发生了很大变化。

1）学习的任务、内容、方法发生了变化。中学学的是基础知识，目的是为今后继续深造或就业做准备；大学学的是专业知识，目的是把学生塑造成建设祖国的高级专门人才。中学课程几年一贯学习仅有的几门高考课程，中学有老师天天辅导，日日相随；大学要有较强的自学能力，独立地思考和解决问题。新大学生往往不适应这种变化了的学习生活，不知道如何适应和支配时间。

2）生活环境发生了变化。部分新生在中学有寄读经历，但多数新生仍然是上学到学校，放学同家人居住在一起。进入大学后，班集体成为主要生活环境，宿舍成了主要的生活区，日常生活全要自理，这对那些平时习惯于依靠父母、家庭的人来说，确实是个难题。这种变化给他们带来了一定的精神压力。

3）人际关系较中学时代要复杂。大部分新生在中学时期居住的比较集中，从小学到中学，都有一些从小在一块儿的伙伴；班主任一任数年，天天相见。熟悉的面孔、相似的语言、习俗，构成自己熟悉的生活环境。跨进大学，周围的人来自不同地区，素昧平生，语言、习俗各不相同；同学间由原来的热热闹闹、亲密无间变得陌生，有想法也难以启齿。这对年龄仅有十七八岁的新生来说，是极不习惯的，因此，每逢节假日就会想家、想同学，会产生孤独感。

4）对待社会工作的态度发生了变化。中学的工作和活动多是在老师指导下开展，由少数同学承担的。大学强凋学生的自我管理，班里事情多，社团活动多，学生除了要搞好自身的学习外，还要担负一定的社会工作，关心班集体建设。新生往往不大适应这种较大工作量的生活，缺乏工作主动性，在其位又不知如何谋其政，感到压力大。

2、主观方面。

新生物质生活的依赖性与精神生活的独立意识发生着矛盾；日益增强的自主自立意识以及主观愿望上的自主自立与客观条件上的可能性及能力之间发生着矛盾。这两方面的原因使那些适应新环境能力不强的新大学生很容易产生如下心理问题：

一是盲目自满与自我陶醉。因为考取了大学，老师表扬，同学羡慕，亲友夸奖，父母庆贺，部分学生在这种自我陶醉中渐渐松懈了斗志，终日悠哉游哉，认为自己是中学的尖子，大学里成绩也不会差，从而放松了对自己的要求，盲目自满。

二是失望与失宠感。有的学生入学前把大学生活过于理想化、神秘化，入学后感到理想与现实差距太大，因而产生失望感，有的学生曾是中学的尖子，是家庭与学校的重点保护对象，进入大学一下子不受重视了，就会产生失宠感。

三是松气情绪与歇脚心理。有的同学认为考上大学就是端上了铁饭碗，长期拼搏的目标已经达到，心理上得到了满足，生理上希望得到休整。加上进入大学后奋斗目标不明，适应能力不强，竞争的气势也有所减弱，便产生了“松口气，歇歇脚”的心理，再也鼓不起前进的勇气了。

四是畏首畏尾。因为环境变化而瞻前顾后畏缩不前，社会活动不参加，运动场不光顾。整日除了学习之外，无所事事，生活单一，有碍个性发展。

我们时常在各种报刊杂志上看到目前大学生中存在较为严重的心理问题，大学生中有心理障碍甚至精神病的人数还在不断增加。

大学生是从为数众多的中学生中选拔出来的佼佼者，在心理上有很强的优越感和自豪感。但是与此同时，大学生则承受着更大的压力和挑战。大学生往往自视甚高，很容易受挫折，并随之发生一系列心理卫生问题。从外部环境看，当前不断变化的思想观念、社会生活环境等都对大学生产生了深刻的影响，大学生必须快速适应紧张的社会生活节奏；就业竞争的加剧所带来职业选择的提前以及与之相关的高强度的心智付出等也使大学生的心理压力进一步加大。从大学生自身看，大学正是人生成长与发展的重要时期，大学生的生理、心理与社会化的协调发展中存在这样或那样的矛盾冲突，理想自我与现实自我往往会发生矛盾。面对这些问题，如果大学生不能很好地适应环境解决问题，就会产生一系列的心理障碍甚至精神疾病。

因此，培养良好的人格品质。良好的人格品质首先应该正确认识自我，培养悦纳自我的态度，扬长避短，不断完善自己。其次应该提高对挫折的承受能力，对挫折有正确的认识，在挫折面前不惊慌失措，采取理智的应付方法，化消极因素为积极因素。挫折承受能力的高低与个人的思想境界、对挫折的主观判断、挫折体验等有关。提高挫折承受能力应努力提高自身的思想境界，树立科学的人生观，积极参加各类实践活动，丰富人生经验。

养成科学的生活方式。生活方式对心理健康的影响已为科学研究所证明。健康的生活方式指生活有规律、劳逸结合、科学用脑、坚持体育锻炼、少饮酒、不吸烟、讲究卫生等。大学生的学习负担较重，心理压力较大，为了长期保持学习的效率，必须科学地安排好每天的学习、锻炼、休息，使生活有规律。学会科学用脑就是要勤用脑、合理用脑、适时用脑，避免用脑过度引起神经衰弱，使思维、记亿能力减退。

加强自我心理调节。自我调节心理健康的核心内容包括调整认识结构、情绪状态，锻炼意志品质，改善适应能力等。大学生处于青年期阶段，青年期的突出特点是人的性生理在经历了从萌发到成熟的过渡之后，逐渐进入活跃状态。从心理发展的意义上说，这个阶段是人生的多事之秋。这是因为，经验的缺乏和知识的幼稚决定了这个时期人的心理发展的某些方面落后于生理机能的成长速度。因而，在其发展过程中难免会发生许多尴尬、困惑、烦恼和苦闷。另一方面，我国正处在建立社会主义市场经济和实现社会主义现代化战略目标的关键时期。社会情况正在发生复杂和深刻的变化，社会竞争日趋激烈，生活节奏日益加快，科学技术急剧发展。这种情况也会在早晚要进入社会的青年学生中引发这样或那样的心理矛盾和心理冲突，例如父母下岗、家庭生活发生变故、学习成绩不佳、交友失败、失恋等。这些心理问题如果总是挥之不去，日积月累，就有可能成为心理障碍而影响学习和生活。让学生正视现实，学会自我调节，保持同现实的良好接触。进行自我调节，充分发挥主观能动性去改造环境，努力实现自己的理想目标。

所以大学生在学生过程中应学会自我心理调适，做到心理健康：

1、保持浓厚的学习兴趣和求知欲望。学习是大学生的主要任务，有了学习兴趣就能够自觉地跃入浩瀚的知识海洋里邀游,拼命地吸取新知识，发展多方面的能力，以提高自身素质，更好地适应社会发展的需要。

2、保持乐观的情绪和良好的心境，大学生应保持积极乐观的情绪、愉快开朗的心境，对未来充满信心和希望，当遇到悲伤和忧愁的事情要学会自我调节，适度地表达和控制情绪，做到胜不骄、败不馁、喜不狂、忧不绝。

人的心理素质不是天赋的，而是取决于后天的教育与训练，教育对心理素质的提高起着决定性的作用。我校在大学生心理素质教育方面进行了许多探索和尝试，开展了一系列工作，并取得良好效果，但同时也有许多不足的地方有待改进。以下是行之有效的教育措施：

1、充分发挥学校心理咨询作用。

学校心理咨询是增进学生心理健康、优化心理素质的重要途径，也是心理素质教育的重要组成部分。随着时间的推移，心理咨询被越来越多的人承认和接受，越来越多的大专院校，甚至中学开始设置心理咨询机构。心理咨询可以指导学生减轻内心矛盾和冲突，排解心中忧难，开发身心潜能。还能帮助学生正确认识自己、把握自己，有效地适应外界环境。近年来，心理咨询机构不断完善，增设了多种形式的服务，已成为大学生心理素质教育最有效的途径。

开展心理素质教育的前提是了解掌握学生心理素质的状态，从而有针对性地提出教育措施与方案。我校每年对新生进行心理健康普查，采用“心理健康问卷”从中筛选出有心理症状的学生，主动约请他们到心理咨询中心进一步通过面谈分析诊断，每年约有10％的新生被约请面谈，根据面谈分析，区别不同的问题类型与程度，采取不同的应对措施，防患于未然，做到了心理问题早期发现、及时干预，使学生在入学之初就能得到具体的心理健康指导。

3、把心理素质教育渗透在各科教学之中。

通过各科教学进行心素质教育既是学校心理教育实施的途径，也是各科教学自身发展的必然要求。各科教学过程都包括着极其丰富的心理教育因素，因为教学过程是经社会历史积淀的文化知识、道德规范、思想价值观念为内容和主导的。教师在传授知识过程中，只要注重考虑学生的心理需求，激发学生学习的兴趣，并深入挖掘知识内在的教育意义，就能够把人类历史形成的知识、经验、技能转化为自己的精神财富，即内化成学生的思想观点、人生价值和良好的心理素质，并在他们身上持久扎根。

4、开设心理教育必修课，增强自我教育能力。

心理素质的提高离不开相应知识的掌握，系统学习心理、卫生、健康等方面的知识，有助于学生了解心理发展规律，掌握心理调节方法，增强自我教育的能力。心理素质教育的效果在很大程度上取决于学生自我教育的主动性和积极性，取决于学生自我教育能力的高低。因此，心理素质教育就是要注重培养学生自我教育的能力。

5、加强校园文化建设，为大学生健康成长创造良好的心理社会环境。

大学生的健康成长离不开健康的心理社会环境，大学生心理素质的培养离不开良好的校园文化氛围。校风是校园文化建设的重要内容，也是影响学生心理发展的重要条件。良好的校风会潜移默化地优化学生的心理品质，如团结友爱的校风是学生形成群体凝聚力、集体荣誉感的土壤，有利于使人与人之间保持和谐的人际关系，促进同学之间相互沟通、相互帮助。丰富多彩的校园文化活动有助于培养学生乐观向上的生活态度和健康愉悦的情绪特征。因此，学校应该花力量抓校园文化建设，开展形式多样的文体活动和学术活动，形成健康向上的氛围、宽松理解的环境，有助于学生深化自我认识，充分发展个性，改善适应能力。

心理健康可以促进大学生全面发展健康的心理品质是大学生全面发展的基本要求，也是将来走向社会，在工作岗位上发挥智力水平、积极从事社会活动和不断向更高层次发展的重要条件。充分认识德智体美劳等方面的和谐发展，是以健康的心理品质作为基础的，一个人心理健康状态直接影响和制约着全面发展的实现。

心理健康可以使大学生克服依赖心理增强独立性。大学生经过努力的拼搏和激烈的竞争，告别了中学时代、跨入了大学，进入了一个全新的生活天地。大学生必须从靠父母转向靠自己。上大学前，在他们想象中的大学犹如“天堂”一般，浪漫奇特，美妙无比。上大学后，紧张的学习，严格的纪律，生活的环境,使他们难以适应。因此，大学生必须注重心理健康，尽快克服依赖性，增强独立性，积极主动适应大学生活，度过充实而有意义的大学生活。

心理健康是大学生取得事业成功的坚实心理基础。目前我国大学毕业生的分配工作已发生了很大变化，大学生都实行供需见面、双向选择、择优录用等方式，择业的竞争必然会使大学生心理上产生困惑和不安定感。因而，面对新形势大学生要注意保持心理健康，培养自立、自强、自律的良好心理素质，锻炼自己的社会交往能力、使自己在变幻复杂的社会环境中，作出选择适宜自己角色的正确抉择，敢于面对困难、挫折与挑战，追求更加完美的人格，为事业成功奠定坚实的心理基础。

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！

参考文献。

《大学生心理辅导》主编苏巧荣苏林雁浙江大学出版社。

《心理学教程》主编王贵林陈洵广东高等教育出版社。

**大学生心理健康的调查报告篇二**

随着高校的不断扩招，就业的困境，大学生面临着的压力可想而知，随之而来的心理问题也凸显出来，大学生心理健康已经成为学校和家长日益担心的问题，如何有效的纾解压力，引导大学生建立积极阳光的心态，是一个急需解决的问题。

一、调查结果。

当问及心理健康的最典型的特征是什么时，处事乐观、热情诚恳排第一位(83%)，其他依次是：是有良好的人际关系(56%)，心平气和、与世无争(51%)，吃的下、睡的香(38%)。

调查结果显示：27%的大学生认为自己经常有心理方面的困扰，66%的大学生认为自己偶尔有心理方面的困扰，仅有2%的大学生表示自己没有心理困扰，另有3%的大学生选择没有想过这个问题。

由调查结果可知，大学生的心理健康状况不容乐观，九成以上的大学生有过心理方面的困扰，应引起教育部门、学校、社会、家长和学生们的足够重视。

(三)人际交往压力、就业压力、处理情感问题能力不强是造成大学生心理困扰和心理问题的重要原因。

调查结果显示：引起大学生心理问题的原因依次是人际交往带来的压力问题(67%)、就业压力(55%)、自我管理能力不强(51%)、情感问题(48%)、人生发展与职业选择上有困难(48%)、对周围环境的不适应(45%)、学习压力(44%)、经济困难(26%)、不适应大学生活(16%)。

大学生心理问题产生的原因是多方面的。人际交往压力、就业压力、自我管理能力不强是在本次调查中反应最为突出的问题，这反应了当代大学生与他人交往的能力欠缺、对未来就业的担心与自身素质的严厉要求。

人际交往：人际问题产生原因是多方面的：一些学生自卑、孤僻、害羞等无法和别人较好的沟通或者不同性格气质的同学处理问题的方式的差异也会引起人际交往的不融洽。有的大学生却常常忽视平等、互助这样的基本交往原则，常以自我为中心，自私自利，从不考虑对方的感受，这样的交往必定以失败而告终。

就业压力：随着大学的扩招和教育产业化政策的推行，大学生人数大幅增长，高校教育与企业的需要脱节，越来越多的大学生面临严峻的就业难问题。

情感问题：大学生情感问题主要是友情、爱情方面的问题。大学生情感困扰主要集中在恋爱困扰。爱情是校园里一个敏感的话题，部分同学通过爱情排解心理压力，有的女同学或者男同学过于腼腆，和异性在一起会觉得不自在，甚至是害怕。正确处理爱情与学业的关系是学生的一门必修课。

(四)38%的大学生遇到烦心事或感到压抑时不向任何人诉说。

调查结果显示：大学生选择倾诉的对象依次是知心朋友(65%)、家人(26%)、男/女朋友(14%)、老师(9%)、学长、学姐(6%)、心理咨询员(5%)，而有38%的大学生选择不找任何人。

调查结果从积极的方面可知，大部分同学遇到心理困扰会他人倾诉，从反面可以看出大学生心理健康意识淡漠。受传统心理观念的影响，部分大学生讳疾忌医，极力掩饰和不愿向他人透露自己的心理烦恼，心理问题长期得不到有效排解，久而久之，负面情绪的淤积将可能导致危机心理的出现，严重的还会影响到学生们正常的学习和生活，甚至出现极端事件。

为什么选择向朋友倾诉而向父母倾诉的人少呢?大学生认为，朋友和自己的共同语言较多，父母和自己有些代沟，自己的一些事他们根本不了解，也不认同。而且大学生已经成年了，能够独立生活、独立解决一些困难与问题。如果碰到一点点问题就向父母倾诉，父母不了解情况，往往干着急，也难以解决问题。

(五)87%的大学生会开导身边存在心理问题的朋友。调查结果显示：当周围朋友存在心理问题时，87%的大学生会开导他、8%的大学生认为事不关己，无所谓、对外宣传他有问题的占2%、仅有1%的大学生认为为了自身安全，能躲多远躲多远。表现了大学生热心、乐于助人的一面。

(六)85%大学生表示自己从来没去过心理咨询室。

在问及多长时间去一次心理咨询室时，12%的大学生表示自己一个学期或更久才去一次，而选择自己从来没去过心理咨询室的大学生达85%。3、高校心理咨询机构发挥作用不大，前来咨询的学生人数不多。

学校心理咨询是增进学生心理健康、优化心理素质的重要途径，也是心理素质教育的重要组成部分。随着时间的推移，越来越多的高校设置了心理咨询机构。

但是，由于学生对心理咨询人员信任度低、咨询人员专业水平不高、学校经费不足等原因，前来高校心理咨询室咨询的学生并不多。

(七)95%的大学生表示会认真对待心理问题。

在问及你认为大学生的心理健康是否应引起重视时，95%的大学生表示要认真对待，根本不用在意的占2%，仅有1%的大学生认为无所谓。调查表明：大学生对自身心理健康的关注。

(八)68%的大学生认为最需要辅导的项目是在面临人生重大选择时提供参考意见。

调查结果显示：大学生认为最需要辅导的项目依次是在面临人生重大选择时提供参考意见(68%)、解答一些思想问题(56%)、介绍一些为人处事的经验(50%)、介绍和开放校内外资源(30%)、在我难以自我控制时给予警醒(39%)。

大学生处在人生的特殊时期，在不同的`年级、性别需要辅导的内容不同，当遇到自身无法解决的心理问题时,渴求专业心理辅导员能对自己提供一些帮助。

(九)近六成的大学生认为心理健康工作者最应该加强的工作是深入学生中多沟通。

调查中：57%的大学生认为心理健康工作者应该深入同学中多与同学沟通，23%的大学生认为应该举行心理健康讲座与咨询，12%的大学生认为心理健康工作者应该进行心理健康知识宣传，仅有7%的大学生认为心理健康工作者应该进行心理健康状况调查。

第一点：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。

第二点：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。

第三点：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。

第四点：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。

第五点：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。

**大学生心理健康的调查报告篇三**

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。

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。

随着社会的飞速发展，人们的生活节奏正在日益加快，竞争越来越强烈，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。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。

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。

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！

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。

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。

**大学生心理健康的调查报告篇四**

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。

**大学生心理健康的调查报告篇五**

随着社会的飞速发展，人们的生活节奏正在日益加快，竞争越来越强烈，人际关系也越来越复杂。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，现在的大学生有着许多自己特殊的问题，如对新的学习环境的与任务的适应问题，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。为了进一步了解大学生的心理健康问题以及更早的对其进行心理健康辅导，我们对大学生心理健康问题作了调查与分析。此次活动主要以大学生为样本，以问卷调查和网上调查为形式，以广东大学生心理健康情况为调查目的，共发放问卷110份，回收100份，回收率相当高。现在，我们将调查结果进行数据分析。

处于青春期的大学生,存在多种心理困扰和心理问题。据我们的调查结果显示，大学生心理困扰主要表现为：一、学习成绩不理想，陌生的学习方法，宽松的学习环境，很多学生不由自主地放松学习的要求，成绩达不到自己原来的目标，因此常常感到焦虑，尤其是考试前表现地特为明显。二、人际关系不适，进入大学，远离原来熟悉的生活与学习环境，面对新的人际群体，学生多少有些不适，部分学生对大学的师生关系、同学关系、异性之间的关系显得很不适应。造成心理负担。三、就业问题，面对社会激烈的就业竞争，茫然充满了心里，肩上的压力也越见沉重。四、感情问题，大学生正是出于风华正茂，激情飞昂的阶段，对爱情充满了美好的向往和憧憬。但是，因为感情的不稳定，爱情的破碎，不少的大学生无法承受，往往会走向了堕落，甚至放弃了宝贵的生命。

1、理想与现实方面。大学生对未来有自己的设想，且一般理想比较高，希望将来能发挥自己的才能成为社会有用之人，然而，在现实生活中往往难以找到实现理想的途径，有时面对前进道路上的障碍没有克服的信心和方法;有的.学生眼高手低，不喜欢“从我做起，从小事做起”，只想做大事而一鸣惊人，这就必然产生理想与现实的冲突。

2、自尊与自卑方面。大学生是经过激烈的竞争才进入大学校园的，他们是青年中的佼佼者，因此容易产生优越感和自豪感，然而，大学里人才济济，许多高中时期的尖子优势不再明显，他们失去了往日的荣耀，易产生心理失衡。有的同学因此就怀疑自己，否定自己，产生了自卑感、挫折感和焦虑感。

大学生活在他们的眼里却黯淡无光，他们对学习来不了兴趣，对活动提不起精神，一些大学生自我意识缺乏稳定性，容易受外界因素左右，不能全面认识和正确评价自己，难以建立自信心，从而缺乏心理发展的动力。

4、学习和创造心理方面。目前大学生反映最大的问题是考试焦虑。他们学习目的不明确、动机功利化，学习动力不足，相当多同学是为了应付不得不参加的考试而学习，面对市场人才竞争的压力，他们内心都有危机感，但真正学起来仍然没劲。加上大学宽松的学习环境，不少同学个人约束力差，自制力弱，学习成绩自然也差了。成绩差反过来又影响了学习心理的健康发展，更谈不上创造心理的发展了。

5、人际关系心理方面。大学时代是一个渴望友情又追求孤独的时代，大学生们既希望有一方完全属于自己的自由角落，又害怕孤独，他们常常处在个体心理闭锁又渴求建立良好的人际关系的心理冲突中，不少同学将人际关系不适列为仅次于考试焦虑的影响心理健康的问题。少数同学甚至产生社交恐惧，部分同学则因与其他同学发生争吵或矛盾，不会处理而十分苦恼。

6、性心理和恋爱心理方面。大学生已进入性生理成熟和趋向成熟的阶段，而他们从校门到校门的学习生活经历导致了他们社会化过程的后延，致使他们的性心理的成熟落后于性生理的成熟，加上性知识的匮乏，他们常常在正常的性幻想、性梦、性冲动后产生罪错感，少数同学甚至因此而影响了正常的学习和生活。大学生不能正确处理爱情中的情感纠葛，或失恋后承受不了压力而轻生的现象也时有发生。

7、高校贫困生的心理问题。高校贫困生作为学生中一个特殊的群体，他们特定的成长环境以及特殊的成长经历所带来的巨大心理压力和心理素质的缺陷，给他们自身的健康成长和成才带来了负面影响。贫困生的主要心理问题表现在：(1)、自卑与自尊交织;(2)、焦虑与抑郁并存;(3)、敏感与孤僻共生;(4)、无奈与愧疚交错;(5)、嫉妒与怨恨相伴;(6)、虚荣与依赖互融。

8、情绪心理和挫折心理方面。大学生的社会情感丰富而强烈，具有一定的不稳定性与内隐性，他们容易受外界和暂时因素的影响，情绪反应很容易被激发且难于控制，因此他们对因考试失败、交友受挫、失恋、择业失败而引起的挫折情绪体验表现出承受力低的倾向。

9、择业心理方面。近年来“大学生就业难”的问题十分突出，面对市场经济的挑战，他们出现了种种不正常的择业心态。诸如：择业恐惧心态，表现在不了解就业政策和社会需求，面对“自主择业”不知所措、甚至恐惧;盲目攀比心态，表现在择业期望值过高;急功近利心态，表现在对职业和单位的选择上过分功利化和经济化;择业过程中的心态失衡，如择业中的自卑、嫉妒、焦虑等。

目前我国大学生的心理亚健康状态是普遍现象，据调查，在校大学生中出现心理障碍倾向的约占20%~30%，有较严重的心理障碍者约占10%，有严重的心理异常者约占1%，且该比例有逐渐上升的趋势，因此帮他们解决心理问题势在必行。

面对压力，学会转移自己的注意力或者顺其自然，自我调整。在学习不理想的情况下，认真查找原因，找到适合自己的学习方法，努力提高自己。遇到自己无法解决的问题，虚心请教。面对问题，保持稳定的情绪，努力寻求解决的方法...这些都体现了当代大学生的良好心理状态和健康的心理。

当代大学生是处在一个继往开来的历史时期，是承上启下的时代。我们现在是二十一世纪的大学生，我们所处的时代正是社会主义现代化建设的关键时刻。只有拥有良好心理素质，健康的心理状态的大学生才能体验到自己的存在价值，对自己的优缺点都能作出恰当的、客观的评价，更好的报效祖国，完成历史赋予我们的使命....心理健康的大学生，才能充分发挥聪明才智和对环境有适应能力。在学业和事业上取得一定的成功。

**大学生心理健康的调查报告篇六**

步入大学校园，所有一切都是新的，学习任务、人际交往及竞争压力等一系列的问题，需要大学生独立地面对和处理，因此也必然会给我们带来一些心理上、思想上的困惑，如：紧张，焦虑，恐惧，孤独，抑郁等，严重的不适应会造成心理障碍。这些心理现象的产生，不同程度地影响了同学们的学习生活。随着现代社会的发展，竞争越来越激烈，人们来自生活和工作的压力也越来越大。作为一个当代大学生，会有哪些心理问题呢？河南工业大学新闻与传播学院广告1103班毛概小组4组的同学对本校在校大学生心理健康问题的现状进行了认真细致的调查，并针对一些具体问题对部分同学进行了调查问卷，并对其中发现的问题，加以思考和研究。

一、调查方法及对象。

采用自编的问卷，对河南工业大学各学院在校大学生（因适逢毕业季大四学生在校较少，无法使调查对象均匀分布于各年级）进行抽样调查，抽取人数共60人，有效问卷57，其中男生31人，女生26人，；另有部分网络调查问卷，受调查的对象来自全国各地的在校大学生，使调查的范围更广泛，问题的回答更具有代表性，数据更为精确，调查结果更为科学；对调查问卷实行不记名填写，保证了资料的真实性。

二、调查结果分析及现状。

抽样调查对象男女所占比重分别为53%和47%，这样能够对男女的心理状况进行分别的分析，必要时还可进行对比，据不完全调查，这种区别分析的方法对于了解男女生各自心理特征有着很大的益处，另外调查的对象也均匀的分布于各个年级，大学生入校时间的长短对于他们心理变化具有很重要的影响，尤其是大三的学生，承上启下的位置，让他们的身份更加的具有代表性和参考性，调查的数据证明，这个阶段的大学生，他们的心理压力最大，心理状况最为复杂，对于各个问题的回答所突出的现象也最能引起注意。

时代的发展把当代青年卷入到了一个洪荒漩涡之中，他们一方面要面临着社会各方面竞争所带来的压力，另一方面还要承担着家庭和父母的期许。在调查中，只有15.38%的同学认为父母没有给他们带来压力而超过44%的同学则表示他们的父母给他们的压力超过了一般的水平，这就不得不警示我们，家庭教育是第一位，父母对孩子的影响是占决定性作用的，在加强学校教育，呵护学生心理健康的同时，我们还需要家庭的配合，家长对孩子的支持与宽容才是他们展翅高飞的最强动力。

从调查发现有47.69%的人经常反复检查自己已经做好的事情（如锁门后反复确定），其中女生占绝大多数的比例，说明他们时常处在一种不确定的状态，一方面是缺乏安全感，另一方面体现了他们在现实生活中经常遇到不确定的状况，导致自身缺乏自信。

社会的进步必然会带来物质生活的极大丰富，五彩斑斓的霓虹灯早已让人眼花缭乱，与此同时爆棚的还有人性深处潜藏的物质欲和虚荣心。从调查发现虽然有64.62%的同学表示他们在看到别人比自己穿戴的更好时表现出无所谓的态度，但是仍然有20%的同学面对这种情况会感到自卑，12.31%的同学甚至还会感到怨恨，这些都表现出了一种不健康的心理状态，他们在面对物质诱惑的时候，并不能很好的控制自己的情绪，由此可能引发的一系列严重后果，我们也是可以预见的，应当及时的给他们灌输正当的人生观和价值观，引导他们走上正确的道路，避免悲剧的发生，至于另外的3.08%会产生嫉妒的情绪，我们就姑且将它视之为人之常情，毕竟嫉妒确实是人性本真的反映。

抛开社会和家庭的影响，在学校，学生最该关系的问题就是学习，在“大学里的排名对你有影响吗？”这一题中，选择影响很大的只有4.62%，选择影响比较大的有29.23%而且其中大部分为女生，而选择基本没有影响和影响一般的分别占26.15%和40%，而其中男生所占的比重较大，虽说素质教育的时代，学生的实践能力在综合能力中所占的比重越来越大，但是也不能说学校的课业成绩就完全不重要，两方面都应该重视。而男生在这个堪称“人生低谷”的阶段，心理尤其脆弱，他们觉得无所谓的原因，可能存在一种自暴自弃的可能。那么学校和社会就更应该给他们多一些鼓励，和正确的引起。

第七题是“你经常和周围的人发生矛盾吗？”从数据上可以得出83.08%的人在生活中很少或偶尔和周围的人发生矛盾，证明大多数人的人际交往还是比较顺利的，在与人交往中没有太大的障碍。13.85%的人经常和周围的人发生矛盾，这部分人在人际交往中也许有点问题但问题不大。3.08%的人经常和周围的人发生矛盾，这部分人也许在人际交往中遇到比较大的困难，可能需要一些心理帮助。

当今社会，大学生自杀的现象越来越多，期间的原因可能也是众多的，家庭社会和学校，各方都负有不可推卸的责任，这个问题也是最能反映大学生心理健康的一个问题，悲剧的产生必然会引发大家的广泛关注和讨论，如何杜绝以及解决是所有人该关注的焦点，现在我们就这个问题展开了调查，了解一下大学生对自杀所持的态度和看法。第八题“你是否想过自杀？”有14.29%的同学选择了a项是，有85.71%的同学选择了b项否。如果没有一个好的渠道去进行缓解，可能就会产生人生比较失败的消极想法。大学生现在面临的压力过大，造成心理的落差比较大，与整个社会发展的形势和家庭的影响是分不开的。这需要学生找准自己的位置，要正确评价和认识自己，无论怎样，知足常乐是不变法则。另外，不要好高骛远，要脚踏实地一步步走好自己的路。

关于大学生对自杀行为的看法，从选项分布中我们能够看到很多大学生都还是有健康乐观的心态，但是选择选项的也占了不少比例，对此我们应该采取一些措施来预防学生的自杀行为，进行心理教育。我们认为大学生自杀的主要原因是心理因素所致。因此，在大学生中宣传普及各种有关心理卫生知识，加强精神文明建设，积极改善大学生的心理环境，设立心理咨询机构。

第十题是“你对自己的外貌满意吗？”选择非常满意的占样本总量的20%，这是很自信的一种表现，选择一般的占样本总量的55.38%，这部分的人一般性格比较中庸，不张扬也不低调。选择不太满意的占样本总量的18.46%，这部分人一般追求完美，可能有些偏执。选择很不满意的占样本总量的6.15%，这部分人很可能不够自信，有些许的自卑情绪。从数据就可以看出大部分的人对自己的外貌还是比较满意的，几乎没有认为自己的外貌感到自卑的程度，但是还有24.61%的人对自己不够自信，这部分的人可能需要周围的人多给些肯定。根据以上数据的分析我们不难看出，大学生的心理是很脆弱的，他们很可能会产生怨恨和逃避等情绪，而造成这种现象的原因也是及其繁多和复杂的，在问到“如果你能改变自己，你最希望改变的是什么？”这个问题上，各个答案所占的比重分别为：知识30.77%，出身35.38%，财富38.46%，性格43.08%，外貌26.15%，每一个所占的比重都不低，可喜的是不少同学还是能够理智的将对自己的不满归咎到自己的身上，可惜的是，认为出生比知识更具有决定作用的人要多，我们不能单方面的归结到社会价值观变形这个问题上，因为同样的环境下，总有为数不少的人，他们能把各方面的问题都出来得很好，为家庭和社会做贡献，所有，在这种复杂多变的社会环境下，对于这种价值观的导向，我们应该更加重视。

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。我校每年对新生进行心理健康状况调查，结果表明每年有大量大学生心理素质不良，存在不同程度的障碍。当代大学生心理健康问题不容忽视。

七、八岁至二十。

二、三岁，正处在青年中期，青年期是人的一生中心理变化最激烈的时期。由于心理发展不成熟，情绪不稳定，面临一系列生理、心理、社会适应的课题时，心理冲突矛盾时有发生，如理想与现实的冲突、理智与情感的冲突、独立与依赖的冲突、自尊与自卑的冲突、求知与辨别能力差的冲突、竟争与求稳的冲突等等。这些冲突和矛盾若得不到有效疏导、合理解决，久而久之会形成心理障碍，特别是当代大学生，为了在激烈的高考竟争中取胜，几乎是全身心投人学习，家长的过度保护、学校的应试教育、生活经历的缺乏使这些学生心理脆弱、意志薄弱、缺乏挫折承受力，在学习、生活、交友、恋爱、择业等方面小小的挫折足以使他们中的一些人难以承受，以致出现心理疾病，甚至离校出走、自杀等。从环境因素看，竟争的加剧、生活节奏的加速，使人产生了时间的紧迫感和压力感；个人对生活目标的选择机会增多，难以兼顾的矛盾加剧了内心的冲突，产生了无所适从的焦虑感。凡此种种，对变化的环境适应不良而出现的各种困惑、迷惘、不安、紧张在明显增加，社会的变革给正在成长着的大学生带来的心理冲击比以往任何一个时代更强烈、更复杂。

（1）培养良好的人格品质。

为达到这一目标，大学生首先应该正确认识自我，培养悦纳自我的态度，扬长避短，不断完善自己。其次应该提高对挫折的承受能力，对挫折应有正确的认识，在挫折面前不惊慌失措，采取理智的应付方法，化消极因素为积极因素。

（2）建立科学的生活方式。

生活方式对心理健康的影响已为科学研究所证明。健康的生活方式指生活有、劳逸结合、科学用脑、坚持锻炼、少饮酒、不吸烟、讲究卫生等。大学生的学习负担较重，心理压力较大，为了长期保持学习的效率，必须科学地安排好每天的学习、锻炼、休息，使生活有规律。

3）加强自我心理调节。

大学生在学习过程中应学会自我心理调适，控制自己的不良情绪，做到心理健康。首先要保持浓厚的学习兴趣和求知欲望。其次，大学生应保持积极乐观的情绪、愉快开朗的心境，对未来充满信心和希望，遇到悲伤和忧愁的事情，要学会自我调节，适度地表达和控制情绪。

（4）鼓励他们积极参加业余活动，发展社会交往。

丰富多彩的业余活动不仅丰富了大学生的生活，而且为大学生的健康发展提供了课堂以外的机会。大学生可通过参加各种业余活动，来培养自己的多种兴趣和业余爱好，充分发挥自己的潜能，以缓解紧张情绪，维护身心健康。另外，通过社会交往可以不断地丰富和激活大学生的内心世界，使他们能够认识到自己的社会责任，养成遵守社会道德规范的习惯。

（5）加大心理咨询的力度。

通过与求询者的交谈、指导，咨询者针对求询者的各种心理问题，进行仔细分析，帮助求询者找出正确认识自身心理问题的根本方法，引导求询者更为有效地面对现实，并为求询者提供建立新型人际关系的机会；同时，帮助求询者改变过去的心理异常，使他们最终恢复健康的心理。

大部分的大学生都怀揣着自己的理想，但对自己和环境总是存在很多不确定不信任，甚至是怨恨不理解的观念，正因为种种的客观和主观的原因，致使很多人对自己未来的不具有充分的信心。从另一个角度来说也是对自身和环境不够了解，缺乏锻炼自己的机会，没去真正地接触社会，不明白自己的优点、缺点，使自己不明白向哪个方向发展才是自己人的长处，才能更好地发挥自己人的才能，学以致用。因此，学校要不断加强对青年大学生的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！总之，大学生要做到心理健康，争取身心健康是关系到成才与否的头等大事，大学生的心理健康不可忽视。只有健康的心理素质和健康的生理素质相结合，加之其他积极因素的相互作用，大学生成才就有了可靠的内在条件，一颗颗人才的新星就有可能升起。“少年强，则国强；少年弱，则国弱。”梁启超先生这一名言震荡着一代代年轻大学生的心灵，我们大学生要以良好的心理素质迎接未来的挑战，为国家的富强奉献自己的青春。

齐斌2025年4月5日。

**大学生心理健康的调查报告篇七**

1.7月1-9日：准备阶段。

组员集中，分配任务，内部交流，通过各种渠道收集相关资料，谈论自己对大学生心理状况的看法，提出问题，制作调查问卷。

校内调查：(1)口头询问，在宿舍、班级、同学之间互相交流。作为初步参考资料。(2)问卷调查，在校园内随机派发问卷进行调查。

校外调查：将问卷以邮件的形式发送给其他大学的同学进行问卷调查。

1.调查背景。

本校的同学和江苏省其他各高校的一些大学生。

4.调查方法或工具。

(1)您认为您目前所在的大学与高中的整体氛围相差很大吗?

a.特别大b.很大c.差不多d.无差别。

分析：12%的同学认为相差的氛围特别大，无论是学习上还是生活上，

a.很好b.还可以c.较差d.差。

a.正面影响，学习的动力b.没影响c.有点影响，影响情绪d.负面影响，无心学习。

a.经常会b.偶尔会c.很少会d.不会。

a.非常有利b.比较有利c.一般d.比较不利e.非常不利。

a.经常有.b.偶尔有c.很少有d.没有e.未考虑过。

a.经常会b.偶尔会c.根本不会。

a.家人b.知心朋友c.专业人士。

a.赞成b.不赞成c.有时好就可以谈了d.完全没有必要。

**大学生心理健康的调查报告篇八**

当代大学生是中华民族实现伟大复兴进程的关键力量，他们朝气蓬勃，奋发有为。从整体上看，我系大学生群体是好的，尽管他们还存在这样或那样的问题。大学生这个随着高教改革日益壮大的青年群体仍保持着强烈的独特性，他们以出色的知识背景和极具魅力的年龄优势吸引着人们的视线，他们以其追求不同凡响的冲动和多梦的青春参与了社会的脉动。现代社会充满着机遇和挑战，竞争的日益激烈，事业的艰辛及生活节奏的加快，给每一个人，尤其是希望获得知识、赢得未来发展先机的大学生提出了很高的心理要求，同时也给他们带来了心理压力。

一切都会从大学开始，大学虽然是人生中不长的几年，但因其汇聚了人们青春最炽热的年华而影响深远，是我们人生的黄金岁月，有人在这里立下了一生的宏愿，也有人在这里走向了永远的迷失。大学生活包含了青春的骄傲和沮丧，也充满了青春的美好与苦恼。大学风景线，永远是最动人的篇章。而大学生群体，永远是社会关注的焦点群体之一。

**大学生心理健康的调查报告篇九**

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，人际关系也越来越复杂。

作为现代社会组成部分，现在的大学生有着许多自己特殊的问题，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。所以，现在的大学生也存在一定程度的心理问题，造成大学生心理不健康，从而导致大学生不能以积极的心态来面对这样的现实。

现在的大学生大多数是因心身疲乏，紧张不安，心理矛盾冲突，遇到突如其来的问题或者面临难以协调的矛盾时出现心理失调。大学与中学相比，大学时期的学习、生活、人际关系都发生了很大的变化。据我了解分析，大学生主要有以下问题：

一、松懈情绪。自认为高中已经很努力了，奋斗了三年，终于考上了大学，这下可以让自己轻松一下了。并且在大学里没有明确的奋斗目标，适应能力不强，竞争观念减弱，便产生了“松口气”的心理。所以，有些同学对自己有所放松。

二、畏首畏尾。因为环境的变化而瞻前顾后，萎缩不前，不敢去参加社会活动，除了学习之外，整日无所事事。不知道自己该做什么，不敢放手去做。

三、对前途茫然。读了几年大学感觉没有学到什么东西，也不知道学习的东西到底有什么用，不知道就业的方向，感觉自己的前途一片黑暗，对未来的路很茫然。

产生这一系列问题的原因可能有以下几点：

一、学习的任务、内容、方法发生了变化，中学学的是基础知识，大学学的是专业知识。中学的课程都是学校安排，且学科固定，每天有老师辅导。而在大学，大多课程都需自己去选择，且学科众多，大多数时间需我们自己安排。所以大学需要我们有较强的自学能力和独立思考解答问题的能力。

二、生活环境发生了变化。中学大多在家附近读书，可经常回家，有父母管着，教导。而大学却要离开家乡去求学，离开了父母的视线，接触了社会的多彩，学生容易经不起外界的诱惑，而变得松懈，颓废。

三、人际关系复杂。在大学接触的人各种各样，没有中学接触的人那么单纯，容易迷糊学生的眼睛，分不清好坏，也容易变得冷漠，再也不会真诚的面对朋友，不会友善的面对路人。

上面是大学生普遍存在的问题，对于我们大三的同学来说，已逐渐适应了大学的方方面面。对于这些问题，大家都可以很好的去处理。现在同学们可以分清事情的轻重缓急，撇开不必要因素，克服了许多困难，对自己有了明确的定位，对自己的发展方向也有了规划。总的来说，我们专业同学们心理健康，但是对于即将毕业这这一现实，也许会有关于生活、情感、就业、前途等多方面的压力。既然存在着这些心理问题，就必须寻找解决的方法。首先要自己调节和平衡心理。若自己不能办到，则需要寻求心理医生的帮助。而对于心理委员来说，我需要随时观察同学的动态，了解同学们的一些心理变化，发现问题，要及时疏导，若自己不能解决，则立刻将情况报到系上心理部，交由心理小组处理，并积极配合心理小组解决问题。相信我们在学校的领导和帮助下，一定能克服这些心理问题。

xx系xx级xx系统。

二〇一一年四月十七日。

**大学生心理健康的调查报告篇十**

小学生正处于各种心理机能不断发展的重要时期,为了了解小学上的心理健康，探索有效的小学生心理健康教育模式。运用《心理健康诊断测验》(mht)69名小学生进行问卷调查，有效问卷66份。结果显示小学生心理健康状况总体水平较好。

一、前言。

近年来，教育部门开始重视学生的心理健康教育问题。教育部关于《加强中小学心理健康教育若干意见》中也明确指出“中小学开展心理健康教育，既是学生自身健康成长的需要，也是社会对人的素质要求的需要。”随着教育改革的发展，人们的`心理压力越来越大，心育日益受到人们的重视。所谓“心育”为心理教育的简称，它是旨在培养发展学生的健康心理，从而促进其个性完善的教育。当今社会中小学生心理健康问题日益严重，其主要表现为无法承受学业的压力造成了情绪困扰，还有到学校学习，环境的突然改变使得学生难以适应。在这样的情况下，学生由于心理健康问题长期得不到疏导，不能及时采取有针对性的引导措施，往往会诱发一些心理问题，有些学生甚至由此产生严重的心理和生理疾患。因此，为了小学学生的健康成长，我们必须来研究小学学生的心理健康教育问题。小学生人际交往问题明显，小学生有比较明显的人际交往焦虑，表现在交往上有自卑倾向，人际交往能力欠缺。他们有心事不愿意倾诉的比例较高，和教师交往不够主动，惧怕家长。农村小学生家庭教育存在问题，农村小学生家庭文化生活比较贫乏，家庭教育能力匮乏，有的家长还存在重男轻女思想。由于大多数家长自身文化水平和经济水平都比较低，很难辅导孩子的作业，当孩子犯错误时，要么放任不管，要么一顿打骂，因此在孩子的心理产生厌学等情绪。

二、调查目的。

有90.5%的学生是健康的，但也有9.5%的小学生存在较明显的心理健康问题，如学习焦虑、冲动倾向、恐怖倾向、对人焦虑和自责倾向等等;从而提出应重视小学生的心理健康教育，尽快由应试教育向素质教育转变，同时需进一步重视家庭教育并特别重视女学生的心理健康教育。

长期以来，我国的学校教育一直沿用传统的应试教育模式，存在着重智轻德、重表(身体)轻里(心理)的现象，学生的心理问题较少受到重视。近几年来，随着社会的发展和教育改革的不断深入，应试教育所带来的种种弊端日益被人们所认识，为此我国已明确提出了由应试教育向素质教育转轨的口号，学生的心理素质受到了越来越多的关注。

三、调查对象。

素质教育是以培养学生在思想道德情操、科学文化知识、身体和心理素质、劳动和生活技能等方面得到和谐发展为宗旨的，学生的心理素质的培养是素质教育的一个核心内容。但现阶段涉及较多的还是心理问题较明显的大中学生，小学生的心理健康问题仍未受到足够的重视。而实际上由于社会的发展、各种竞争的不断加剧以及家庭教育和学校教育的一些失误，许多心理问题都表现出了向低龄化发展的趋势。同时大中学生存在的许多心理问题的成因也常可追溯到他们的小学时代。因此，对小学生开展心理素质教育非常有必要。有鉴于此，我们对小学生的心理状况作了调查，旨在了解小学生的心理现状，分析小学生心理问题的发生率和困扰小学生的主要心理问题及其成因。从而为在本县有效地开展小学生心理素质教育提供参考。

五、调查结果。

小学生心理健康情况:按心理健康测验总分评定，66名小学生心理健康问题的检出率为1.38%。各种心理健康问题总检出率非常高，其中对学习焦虑、对人焦虑、孤独倾向、自责倾向、过敏倾向、身体症状、恐怖倾向、冲动倾向各因子检出率分别为5.49%、5.12%、1.57%、2.35%、3.54%、10.24%、5.91%、40%。心理健康问题以冲动倾向检出率最高。值得注意的是从整体上看，农村女生的心理问题多于男生，这可能与女生受过度保护有关。

同时，根据本次调研样本，小学生的心理健康总标准分的均分为43.6129，心理健康状况较好。最小值为18.00，最大值为67.00。

不同年级的学生各种心理健康问题的检出率不同。以六年级最高，总体上从四年级到六年级呈递增的趋势，其原因有待深入探讨。从调查结果中还发现，农村学校突出的心理问题是“冲动倾向”、“对人焦虑”、“身体症状”、“恐怖倾向”。但不同年级阶段的学生心理健康问题的重点有所不同,如四年级主要以对人焦虑、冲动倾向、身体症状为主;五年级主要以冲动倾向、学习焦虑、恐怖倾向为主;六年级则以冲动倾向、身体症状、恐怖倾向、学习焦虑为主。所以在解决不同年级的心理问题，重点不相同，方法特不同。应制订有针对性的有关措施进行群体心理教育和心理辅导。

六、存在的问题。

小学生心理健康状况总体良好，但还存在不可忽视的问题。学校的小学生主要存在以下一些心理健康问题。最突出的是行为冲动,我行我素。二是学习障碍，缺乏自信心、上进心。三是人际关系障碍，胆小害羞,交往、合作能力差。四是自我意识障碍，逃避困难依赖性强,承受能力差,意志力不强。除了这些还有为人处世较敏感、躯体化障碍等等心理问题。

七、造成心理问题的原因分析。

造成小学生心理障碍的原因很多，其中最主要的有社会原因、家庭原因、学校原因和各种生理原因。

1、社会原因：社会的整体环境恶劣，会导致小学生对生活失去信心。小学生生活的周边环境负面因素太多，使他们对周围的人失去信任，长期以往，在他们的心理上留下阴影。由于社会环境影响面大，对小学生所造成的影响不是点式的，而是面式的，这样就会使一批小学生受到影响，产生心理障碍，对于我们这个人口众多的大国来说，其绝对总数是不可忽视的，其对社会发展的潜在的负面影响也将是巨大的。因此，国家的和平，社会的安宁，人们生活的文明程度，是营造良好、和谐的社会生活环境的最重要因素之一，也是减少小学生心理障碍的决定性因素之一。

2、家庭原因：就家庭教育而言，它具有启蒙性、长期性、感染性、情感性。国内外大量研究表明，残缺家庭对孩子的心理发展是很不利的。残缺家庭是指核心家庭中父母一方因离婚、死亡、出走、分居等原因使家庭成员不全的家庭，亦称单亲家庭。我国心理学者曾对我国28个省、市、自治区1564名1―5年级的小学生的情绪情感进行比较分析(其中离异家庭729名，完整家庭825名)，发现离异家庭的儿童则表现出更多的消极情感，如焦虑、冷漠、自卑、孤僻、萎缩、敌对等，并因此影响到他们的学习生活及社会生活。在双亲不全的家庭中，以双亲不和对小学生有更大的影响，父母长期的分歧、争吵、敌对会使孩子内心产生严重的焦虑、矛盾、神经质，甚至导致心理变态及反社会行为。

另外，在一些家庭中，小学生长辈因自身的心理障碍，在和小学生的交往过程中，有意无意的使其病态心理影响了小学生;同时，一些小学生的长辈，相互关系紧张，他们不注意自己行为对小学生的影响，从而使一些小学生下意识的对自己周边的人或事物，采取敌意的态度。

据调查，我校学生中普遍存在着自理能力较差，独立完成工作的能力较弱，依赖性比较强，脱离家庭、亲人的照顾将寸步难行。产生原因是由于家长只注重智力培养，而忽视能力的培养。父母娇养、过分保护、照料，从而导致学生一切都由家长包办代替，产生依赖性，缺乏独立性，缺少自我服务、自我锻炼意识。这样会给孩子以后参加工作，走向社会带来许多障碍。

调查中，在和小学生的交谈中，了解到个别小学生的心理障碍确是因为家庭原因造成的。有个小学生家庭父母不和，关系紧张，甚至到了快离婚的地步，使这个小学生的心理受到严重冲击，使她的心理健康受到影响，造成这个小学生的心理障碍。

3、学校原因：以往的时间里，由于受应试教育的影响，教师为提高升学率，家庭、学校、社会对学生的考试成绩极为关注，视其为关系到一个学生将来是否有前途的首要问题。所以，教师在课内只抓智育，而课后家长又让学生参加多种补习班，加重了学生的学习负担。学生没有多余的时间来做自己喜欢做的事情。主要表现在考试紧张、厌学、偏科，上课注意力不集中。产生原因主要是教师的教学方法不当，使学生失去学习兴趣和信心;家长对学生的期望值又过高，加上社会给学生造成的心理压力，使学生心理负担过重，认为学习是一件非常痛苦的事情，没有达到快乐学习的目的。

4、生理原因：在调查中，我了解到一些小学生，由于他们的智力超常或者智力底下，他们觉得，自己和其他人往往显得格格不入，所以在心理上，也不能和其他小学生一样得到正常的发展，时间一长就有了某种心理障碍;还有一部分小学生，他们因先天或后天的原因身体残缺，这使他们下意识的产生了自卑感和心理障碍。

八、总结与建议。

1、确立心理健康意识，明确心理健康教育的任务，坚持做到以人为本。由于应试教育的影响，只重视学生的学习，缺乏对学生进行心理健康教育的意识，忽视了学生良好心理素质的培养，致使部分学生的心理发展处于较低的水平，各种心理问题得不到及时辅导解决。现代社会需要学校培养的人，必须具有适应未来社会竞争的良好心理素质。学生心理素质的提高，对学业和考试成绩的提高有积极影响，但不能把学校心理健康教育的任务，当作仅仅为教学、考试服务。学校心理健康教育的根本任务是提高学生的心理素质，开发学生的心理潜能，促使他们的全面素质和个性的和谐发展。

2、对教师进行全员培训，普及心理健康教育的基本知识，提高教师的心理素质。

教师的心理素质影响着心理健康教育的质量，学校开展好心理健康教育的关键在于教师。应重视引导教师学习心理健康教育的基本知识，提高他们的心理教育、辅导水平，加强心理心理健康教育的学科渗透。

3、开设课程，做好预防工作。

有条件的学校，应开设心理健康教育活动课，面向全体学生普及心理卫生常识，提高学生应付各种心理困扰的能力，防止心理疾病的发生，维护身心健康，对学生当前突出的心理问题应及时矫治。

4、建立心理咨询、辅导机构，加强个别辅导。

学校开展心理健康教育，如果没有相应的机构，就不能及时进行指导和帮助学生解决心理问题。所以各学校应积极创造条件，设立心理辅导机构，并在教师中培养兼职的心理辅导员。这样才能开展活动，及时帮助个别学生排除心理困扰和障碍。

5、进行家教讲座，办好家长学校，提高家长素质。

家庭成员之间形成互敬互爱，和睦共处的和谐气氛，是培养青少年的积极心态良好性格的重要基础充满亲情和爱心的家庭环境，才能让少年。儿童体会到家的安全幸福和温暖，产生主动积极向上的情感和学习态度创造轻松愉快的教育环境，可以使少年儿童从心理上顺利地接受家长正面的家庭教育，并在日常生活中转化为具体的行为。

家庭教育的好坏，对孩子的心理问题有着重要的影响。如果父母对子女的溺爱、娇宠、过高期望、过分保护、过分严厉等，会使子女产生各种心理问题和不良行为。另外子女与父母产生分歧、矛盾的最大原因是不能很好的沟通和交流，所以我们乔楼一小社会实践小组代表全体学生希望学校要定期组织家长进行培训，提高家长的素质，使他们具备良好的修养和品行，做到言传身教。做到优化家庭环境，营造一个民族、平等、和谐、信任的家庭氛围，使孩子健康成长。

**大学生心理健康的调查报告篇十一**

随着社会的飞速发展，人们的生活节奏正在日益加快，竞争越来越强烈，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。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。

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。

第三国际及心理卫生大会曾为心理健康下过这样的定义：\"所谓心理健康是指在身体、智能以及情感上与他人的心理健康不相矛盾的范围内，将个人心境发展成最佳的状态。”还具体地指明心理健康的标志是：

(1)身体、智力、情绪十分和谐;。

(2)适应环境，人际关系中彼此能谦让;。

(3)有幸福感;。

(4)在工作和职业中，能充分发挥自己的能力，过有效率的生活。”

基于各种心理学理论和生活实际，综合国内外心理学家的观点和研究成果，特别是马同志、陈同志等的观点，提出大学生心理健康的6项指标：

(1)智力发展正常且能充分发挥;。

(2)能协调与控制情绪，心境良好，悦纳自我;。

(3)具有顽强的毅力，拥有自我调控能力;。

(4)能与他人建立和谐的人际关系;。

(5)正视现实，生活、工作热情高;。

(6)人格完整、稳定、协调。

二、当代大学生心理问题的现状。

南京一项“对大学生心理健康状况的追踪调查”和统计分析表明：1993~1996年新生1908人进行心理测试并建档，发现心理问题发生率为9.2%，高危人群为26.2%。另一项以全国12.6万大学生为对象的调查，发现有心理障碍的人数竟占23.6%。教育部对我国大学生的一项调查发现：大学生中有20.3%的人存在不同程度的心理障碍，且男生比女生更表现突出。

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!

**大学生心理健康的调查报告篇十二**

在本次调查后推出了《中国大学生择业价值观及求职心理调查报告》，富有针对性地重点对大学生的择业价值观和就业压力等内在动因进行了考察。其中主要发现包括:。

发展因素、保健因素和声望地位因素三大要素影响着大学生的择业价值观，其中属于发展因素的“个人发展与晋升空间大”成为大多数大学生择业的首要标准。中华英才网总裁、著名人力资源专家张建国表示，大学毕业生正处于在初次就业时期，未来发展、物质利益等多方面的需要同时支配着大学生的求职行为，对于促成大学生与企业匹配的机构，需要从多层面解释和把握大学生的择业价值观。

大学生就业预期普遍偏高，体现在期望薪金上尤其突出。调查反应出，大学生期望薪金主要集中2025-3000元，硕士、mba和博士则主要集中在5000以上的薪金档位，同时，他们愿意接受的最低月薪中位数为1800元。而对照北京大学教育学院去年12月发布的《高校毕业生就业状况的调查分析》的数据，专科毕业生起薪为1333元，本科毕业生为1549元，硕士、博士分别为2674元和2917元。显然，大学生薪酬愿景仍实际情况存在相当的差距。

中华英才网人才研究中心专家指出，这种情况也印证了美国著名教育学家史密斯.霍尔伯特(smithherbert)的论断:由于大多数大学生都认为自己的资质高于平均水平，从而导致整体收入预期水平的偏高。张建国谈到:“从某种意义上说，我国大学生对自身价值的认识有了很大程度的提升，但是尚未能对自身收入形成一种理性的预期。”

另一方面，张建国还认为，大学生每年接受大学教育的直接方面的直接成本(包括学费、食宿费用等)约10000元，四年就达40000元。这样，大学生只有寻找到高收入工作，才能弥补这高昂的大学成本以保持净预期收益不变。因此，大学教育成本高昂也是大学生就业期望偏高的一个重要原因。

本次调查研究分析了大学生在求职过程中所遇到的压力问题，主要分为两类:一类是客观实际的问题，如求职竞争激烈、家庭需要、爱情与好工作难以兼顾等，张建国认为，这些问题通过训练或者咨询是难以解决的。但针对另一类由主观原因引起的压力，如自我认识不清、缺乏求职技巧和经验、认为自己专业不对口不利于就业等，张建国则表示，这些问题能够通过专业的训练或者深入的分析得到缓解。

值得注意的是，接近一半(49.3%)的大学生自我认识不清，不知道自己适合做什么，对自己的未来感到迷茫。在报告中指出，“从治本的角度来说，或者我们应该反思当前的教育制度。而如果从治标的角度来看，学校和院系的相关部门应该更多的与大学生进行交流，帮助他们弄清楚未来工作的方向。”

报告显示，近八成大学生毕业之际选择就业;而招聘网站是大学生获取招聘信息的第一渠道。但是否有过兼职、实习经验，对大学生的就业有着不小的影响。在调查中发现，在校期间没有兼职经历或兼职时间短的学生对自身的认识相对更模糊，更缺乏求职技巧和经验;而有过一定兼职或者实习经历的大学生的获取渠道相对更为丰富，就业压力相对较小。

张建国认为，这个结论体现出大学生在求职上的积极性以及准备的充分性，也为改善大学生就业压力提供了借鉴依据——兼职或实习就是一个很好的为未来工作的先期准备，在兼职过程中积累的工作经验会在一定程度上给正式求职带来多方面的帮助。

**大学生心理健康的调查报告篇十三**

优秀作文推荐！对于大学生来说心理一词并不陌生，而且这个词语也经常出自他们之口。可是，试问有多少同学真正了解自身的心理状况呢？恐怕真正能做到这一点的并不多，要不然为什么经常会有大学生由于失恋、学习失败、甚至于心理空虚而走向极端呢？近来，一则北京的消息称：一清华学生无故将硫酸泼于四只狗熊身上，造成严重烧伤。大学生正处于一种\"心理断乳期\"，其强烈的心理独立感与其心理的不成熟发生了巨大冲突，特别在大学校园这个特殊的环境中，青年人心理活动频繁，容易出现心理不适，甚至于心理障碍等疾病。一则1999年的社会统计报告指出：我国心理障碍发病率在10%左右，其中有0.07的人迈向通过死亡解脱的大门，有0.15的人因此走上了偷盗、抢劫、杀人、等犯罪之路。这与我校自1999年以来的心理疾病的人数的比例一直保持在10%左右是个十分吻合的。从这一点可以看出，处于心理过渡期的大学生更应该注意了解自己的心理状况，时时调节自我，保持一种健康的心理状态。

(1)关于对大学生活的认识。其中主要表现在：不知道怎样正确处理学习与其他活动的关系。这主要发生在大一新生当中，他们刚刚从那种极其紧张和单调的生活中脱离出来，面对大学丰富多彩的生活，一时显的手足无措，不知道如何是好，于是便分化为三种态度的人。

第一种是仍然沿袭高中那种学习生活方式，专心致志学习，很少参加活动、与人交往，其与大学生活显的格格不入，结果是自己越来越封闭，心理越来越感到压抑，如果任其发展，也会走向心理障碍。第二种是完全摆脱了高中生活的印记，全身心的投入到各种多采的活动之中，结果虽然短期内表现的很开发、开朗，但是由于疏忽学习，结果心理在一段时间后便显得空虚，就像离开水的鱼儿一样难受，有的甚至由于学习成绩不如意而走向生命的误区。第三种是干脆不知道该干些什么，只觉得什么都想干，什么都又不想干。心里面闷的发慌，久而久之，越来越懒散，得过且过，结果浪费了大好时光。针对以上三点，郭教授指出。一方面要学生在课堂上调节自己。不如大一新生都开设了\"思想道德修养\"课，这是应国家要求，加强大学生的心理健康教育而产生的。希望同学们充分利用自己的课堂时间多学些调整自己的知识，在平时的生活与学习中适时的调整自己的心理状态。其中，特别是对于第三类同学，要学习适度的加快自己的生活节奏，这能帮助其在适度的紧张中淡化空虚浮躁的念头。同时，也有利于身体的健康。另一方面，郭教授还提醒大家，以上三种心理不适是新生处于新环境的一种正常反应，不必过分担心，只要能尽量克制自己，一般在一个学期后就会漫漫走上正轨。

(2)关于两性情感问题。这是近年来大学生心理最容易走向误区的一个方面。进入大学的青年由于生理和心理的日趋成熟。特别是性心理的成熟，大学生对两性情感十分敏感，一时间，在大学校园内恋爱之风甚是普遍。但是郭教授认为，大学生在意识、物质、社会角色等方面还不具备充分的恋爱条件。所以奉劝广大同学尽量不要过早的涉足这个区域，尽量用道德、理智来克制自己，同时，要正确处理对待爱情的走向，用一种博大的胸怀去看待它，不要为一时的失败而走向极端。

（3）在人际交往方面。葛教授说当今大学生交友主要出现的问题有以下三个方面：

第一大学生都渴望多结交朋友。但是他（她）一方面都多半将朋友理想化了，所以就会产生希望越大，失望也越大的局面。另一方面，他（她）们在交往过程中，站在别人的角度少，而站在自己的角度多，他们总希望自己的朋友能在任何事情上都于自己保持一致，结果，发现现实并非如此，于是越来越失望。

第二交朋友也是一个较为浪漫的过程，但是许多同学都操之过急，环境变了，离开了从前的同学，就有了孤独寂寞的感觉，于是就希望迅速的寻找新的朋友，这种想法是不现实的，因为，交朋友需要给彼此都多一段时间，正所谓\"心急吃不了热豆腐\"，想\"一蹴而就\"是不正确的。

第三不少同学在人际交往中失败不是由于对朋友的要求过高，而是不能正确的认识自己，也就是过低的评价自身。这主要是由于自己在学习、恋爱、上有过失败的经历或者因为自身长相、身材稍差等原因而引起的一种自卑心理。这类同学一般都采取自我封闭，很少与他人交往、交流，有的甚至觉得自己不配与他人交往，于是久而久之，在人际交往上越来越偏。长期封闭造成心理的抑郁，从而影响对事情的正确认识，影响学习、生活。严重的甚至出现深度的心理障碍，对以后的人生会形成极大的不利。就此，郭教授希望同学们在人际交往中多一些宽容，少一些狭隘，同时要正确的发现自己的个性与优点，不要由于自身某一点不足而整日抑郁，要相信\"天生我才必有用\"，这样才能在人际交往中找到自己的位置，才能精神舒畅，而不影响正常的生活、学习、工作。

在采访之余郭兰教授提醒大家，心理咨询并非一件难为情的事，它是很正常的，能帮助大家及时解决一些心理上的问题，帮助大家了解自己，引导同学们正确的对待大学生活。

最后，笔者引述郭兰教授的关于大学生心理健康的标准，希望能对大家有用：

1能保持对学习较浓厚的兴趣和求知欲；

2能保持和谐的人际关系，乐于交往；

3能保持正确的自我意识，接纳自我；

4能协调与控制情绪，保持良好的心境；

5能保持完整统一的人格品质；

6保持良好的环境适应能力。

7心理行为符合年龄特征。

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找