

**2020-2021学年第二学期**

**《大学生心理健康教育》期末考核**

**题 目：**

**姓 名：**

**学 号：**

**学 院：**

**专业班级：**

**任课教师：柳玉姣**

**学生工作部**

**2021年 月 日**

吉利学院《大学生心理健康教育》

期末考核论文撰写及提交要求

**一、书写要求**

**1.封面**：包括题目、姓名、学号、学院、班级、任课教师姓名

**2.作业相关要求**：

（1）电子版和纸质版各提交一份；

（2）要求标题用三号黑体，正文小四号（中文宋体、英文Times New Roman字体），全文1.5倍行距，一律用A4纸型打印，文字图形一律从左到右横排，打印文稿左侧两钉装订；

（3）按规定的格式打印，打印出来的作业要求有正式的封面和页码，装订好后交由心理委员（或班长）统一交给任课老师；

（4）写作内容要有层次感、逻辑性，内容真实、真诚，如发现雷同、抄袭、造假等情况，根据实际情况按本次考核结果无成绩处置；

（5）在纸质版最后手动签上自己的姓名和完成日期；

（6）电子版命名为：姓名+班级+学号（发送至邮箱liuyujiao@bgu.edu.cn）；

（7）字数要求：1500字以上，单面打印；

**二、内容要求**

本课程的考核题目为“**心理健康与自我成长分析报告**”，包括以下三部分：

1. 陈述你的成长经历，什么人和什么事影响了你的个人成长？幸福源于什么？你怎样挖掘生活中的幸福？
2. 学习了《大学生心理健康教育》课程之后，你对心理健康的认识发生了什么变化？
3. 结合本学期《大学生心理健康教育》课程的学习谈谈对心理问题、人际交往、恋爱与婚姻、压力与情绪管理等的认识和理解，陈述大学生如何才能维护心理健康？怎样认识与接纳自我？如何处理好人际关系？怎样应对压力及管理好情绪？如何做好职业规划以及对大学生活的理解？