# 大学生抗疫精神202\_字论文(通用3篇)

来源：网络 作者：心上人间 更新时间：2024-01-26

*百度百科是一部内容开放、自由的网络百科全书，旨在创造一个涵盖所有领域知识，服务所有互联网用户的中文知识性百科全书。在这里你可以参与词条编辑，分享贡献你的知识。以下是小编整理的大学生抗疫精神202\_字论文(通用3篇)，欢迎阅读与收藏。【篇一】...*

百度百科是一部内容开放、自由的网络百科全书，旨在创造一个涵盖所有领域知识，服务所有互联网用户的中文知识性百科全书。在这里你可以参与词条编辑，分享贡献你的知识。以下是小编整理的大学生抗疫精神202\_字论文(通用3篇)，欢迎阅读与收藏。[\_TAG\_h2]【篇一】大学生抗疫精神202\_字论文

　　摘要

　　古人云：“知己知彼，百战不殆。”在今天社会，知己知彼仍然至关重要，尤其作为一个独立的当代大学生，更应该剖析自我，认清自己的长短、优劣，才能在日益激烈的竞争中把握自己的长处并使其得到充分发挥，才能脱颖而出，走好成才之路。通过大学生心理健康教育的学习，我们了解到如何正确认识自我，并分析自己的性格，由此我们才能解决好各种问题与矛盾。当代大学生面临着巨大的社会压力，所以如何调节好自己的精神、心理压力，解决好理想与现实的冲突问题、人际关系问题及恋爱中的矛盾问题就显得尤为重要。所以，我本着“剖析自我，走好人生之路”的主题，来进行自我梳理，作此论文。

　　关键词：

　　剖析自我心理健康教育成功成才

　　正文

>　　一、心理健康的定义

　　据了解，关于心理健康的定义，国内外不少专家都有过专门的研究和论述。英格里氏认为：“心理健康是指一种持续的心理情况，当事者在那种情况下，能做良好的适应，具有生命的活力，而能充分发挥其身心的潜能；这乃是一种持续的心理情况，不仅仅是免于心理疾病而已。”波孟认为：“心理健康是合乎某一水准的社会行为：一方面能为社会所接受，另一方面能为本身带来快乐。”我国傅连璋强调健康的含义应包括以下因素：

　　1、身体各部分发育正常，功能健康，没有疾病。

　　2、体质坚强，对疾病有高度的抵抗力，并能刻苦耐劳，担负各种艰巨繁重的任务，经受各种自然环境的考验。

　　3、精力充沛，能经常保持有较高的效率。

　　4、意志坚定，情绪正常，精神愉快。

　　而大学生不管是在身体上还是在心理上都有着巨大的变化。尤其是心理上的跨越，学习方向专业化、学习内容多元化、学习的自主性等学习上有了改变，而且在人际环境、角色心理等方面也有着不同程度的变化。那么，究竟要怎么调试自己的心里，从而使自己能够较好的认识自己适应大学生活呢？这首先要剖析自我，给自己定位。

　>　二、自我剖析

　　（一）性格分析

　　总体来说，我是一个性格比较外向的人。平时热衷于参加各种活动，喜欢结识各种朋友，所以给人的感觉一般是大大咧咧、没心没肺的样子。可是，每个人都有着不为人所知的一面。也许是因为表现出来的坚强给我披上了勇敢的外衣，但实际上越是这种看似坚强的人越脆弱，因为坚强的外衣下掩盖的是不为人知的不堪一击。所以有时候会怀疑自己的这种伪装的坚强是否有意义，可总是在下定决心改变自己时发现自己根本做不到，因为自我不能接受自己是个弱者的事实。

　　也许是自我心理因素所致，有时候会觉得因为我的这种外在的坚强会让大家认为我什么都可以做，任何刺激、打击都能扛得住，认为我是一个不需要顾及、不需要保护的人。从小到大，在学校跟在家里的我扮演着迥然不同的角色。在家里我是个处处被保护的小孩子，不管是来自于爸妈还是姐姐，我一直都是什么都不会做的人，所以他们认为我很弱；可是在学校，我却一直扮演着强者的角色，不管是作为一个班干部还是一个普通的学生，同学们总是会认为我是一个足够坚强到扛得住一切的人，我的一切付出轻易不会有什么回报。可是时间长了，我的身心俱疲，我不再再想要让自己成为强者，很少人能明白我是多么的需要被理解、被保护，我想要大声的向全世界呐喊出我心里的委屈，可事实确实总是把这些委屈偷偷藏在心里，表现出来的依然是没心没肺的坚强与乐观，也许这才是真我吧。

　　我不是一个弱者，但我也清楚的认识到自己不是一个强者。在所有人看到的乐观、坚强背后也盈满了心酸、委屈与泪水，只不过这些都是属于没有星星的夜晚。一个粗糙的人不懂得如何将心事付瑶琴，所以只能让委屈随着泪水在黑暗中倾泄，第二天大家看到的依然是最灿烂的我。我不知道这是不是一种压抑的不正确的做法，可我深深的明白一点：不要因为自己不爽就连带别人遭殃，我们改变不了环境到是可以改变心情，改变不了事实但却可以寻找另一种心态对待。总之，不要转嫁自己的情绪，这一点我确信是正确的。

　　（二）学习特点

　　学生的学习是狭隘的学习。冯忠良教授在《学习心理学》一书里对学生学习的特点进行了高度的概括，认为学生的学习与日常生活、工作中的学习区别有三：

　　1、掌握前人的经验是学生学习的主要内容；

　　2、从总体上来看，学生的学习是以间接经验的形成为主，以直接经验的形成为辅；

　　3、由于学生正处于生理和心理不断发展的时期，学生必须在德、智、体、美诸方面全面发展。

　　之所以提到这种特点与区别，我的主要目的是分析我自己的学习特点进而与权威的研究做比较以求异同。

　　我是一个学习比较自主的人，我认为一切你想要得到的知识和能力都应该是一个主动接受的过程而不是被动的，主动接受与学习的效率远远高于被动接受。因此，我习惯在自己规定的时间内完成自己应该得到的知识的学习，不管是做作业抑或是自我补充都是如此。从小到大，我的学习从来没有来自于父母的压力，也许是家庭环境的关系，我一直都认为自己肩负着一种职责，那就是好好学习，考上大学。所以我的学习都会是自己主动接受室的过程。

　　虽然学生的学习很狭隘，但也不仅仅局限于学习科学文化知识，还必然的包括适应社会能力及学习生活的能力。亦如学习科学文化知识，我认为不管是哪方面的学习，都不能脱离主动接受这一中心要点，只有自己感兴趣的东西你才会有想要学习的欲望，才会想要主动学习与接受，因此不管是任何方面的学习，都一定要跟着自己的感觉走，兴趣第一。

　　（三）人际交往能力分析

　　大学生由于自身成长中的固有特点及涉世不深，也必然的对于人际交往有一定的障碍，比如认知错觉、性格障碍、能力缺陷等。大学的同学在生活习惯、性格、过去经验等方面存在很大差异，在校园内交往的主体同为面临艰巨适应任务而又缺乏经验的个体，双方的人际适应困难较为突出。

　　性格决定我的人际交往态度，我认为与人交往贵在一个主动。主动的与人沟通、交流才会让你更快的打入人群，拓宽你的人际关系面甚至人际关系网，只有这样你才会拥有宝贵的人力资源与人际关系。当然，圈子大了，那么冲突也越容易发生，在我看来解决人际冲突的关键是要相信一切冲突都是可以通过理性的建设性协商获得解决的，这也少不了一个主动：主动的弄清楚冲突的原因、主动的认识到自己的错误、主动地面对错误从而主动的提出可能解决冲突的方法。

　　（四）恋爱心理分析

　　恋爱是一种高级的情感交流，是男女双方相互倾心、相互爱慕，以爱情为中心培养爱情的社会心理行为。斯滕伯格认为不论人类的爱情有多么的纷繁复杂，它都是由三个相同的成分构成的：动机、情绪与认知。进而又将动机、情绪与认知三者各自在两性间发生的爱情关系，分别称之为热情、亲密与承诺。我是一个完美主义者，一直相信会有最完美的爱情，即完全拥有亲密、激情和承诺。作为互相吸引的两性，生活中不可能缺少亲密与激情，但是我认为完美的爱情承诺确是最重要的，这种承诺并不是山盟海誓，而是一种基本的对人格、人性以及生活方面的担保，这是我们获得安全感所必需的成分。

　>　三、塑造健全人格，走好成功之路

　　人格，是指一个人区别于他人的、在不同环境中一贯表现出来的、相对稳定的、影响人的外显和内隐行为模式的心理特征的总和，它包括能力、气质和性格等。人格的基本特征就是整体性、稳定性、独特性和社会性。在人格结构中，气质是人格结构的重要组成部分。研究发现人的气质类型包括胆汁质、多血质、粘液质和抑郁质。我是一个多血质为主体的人，平衡灵活善于交际，行为外向容易接受新事物，而且适应外界环境的变化，但注意力容易分散，兴趣多变。要塑造健全的人格，就要努力使自己内部心里和谐发展，能正确处理人际关系，发展友谊；有效的把智慧和能力运用到获得成功的工作和事业上。从而使自己能更全面、主动的融入社会、适应生活。

　　【参考文献】：

　　《大学生心理健康教育教程》熊建玗王巧云上海交通大学,20\_

　　《大学生心理健康素质教程》齐力主五洲传播出版社,200

**【篇二】大学生抗疫精神202\_字论文**

　　“内外兼修”科学“战疫”决胜疫情大考

　　科学是战胜病毒的决定性力量，也是抗疫战斗取得胜利的最有力武器。正如在3月16日第6期《求是》杂志发表的习近平总书记重要文章《为打赢疫情防控阻击战提供强大科技支撑》中指出，人类同疾病较量最有力的武器就是科学技术，人类战胜大灾大疫离不开科学发展和技术创新。全面打赢疫情防控的人民战争、总体战、阻击战，乃至全球疫情防控阻击战，必须发挥科学的力量，“内外兼修”让科学“战疫”贯穿防控全过程，方能书写出满意高分答卷。

　　内修“判、控、治”，科学“战疫”有“良方”，跑出胜利“加速度”。在这场举国之战中，“科学研判、科学防控、科学防治”至关重要。在与时间赛跑、与病毒较量的斗争中，抢得先机，就赢得主动，因此，对疫情的“科学研判”和作出精准部署，事关全局。疫情发生后，习近平总书记高度重视，亲自部署，亲自指挥，科学研判疫情发展形势，做出系列重要指示批示，党中央一道道指令，一份份文件精准发出，全面部署、全面动员、全面排查、全民防控、全力救治迅速在全国各地全面展开，形成了强大的战“疫”合力。在科学研判的基础上制定“科学防控”之策，才能确保应对有力有序有效，铸造战疫必胜利剑。于是，从交通管制、物流管控、信息通报、病例集中收治、疑似病例和密切接触者居家隔离，到军队高效投送疫情防控物资、各地医务人员驰援武汉、火神山和雷神山医院火速建成并交付使用，从掐断病毒传播途径到集中力量全面开战等一系列“科学防控”之策，都展现出了强大的决断力和执行力，为坚决遏制疫情蔓延提供了强力支撑。方法越科学，防控就会越有力有效，“科学防治”是决胜疫情阻击战的关键一环。做好疫情监测、排查、预警等工作;积极运用中西医结合方法开展救治;不断完善更新诊疗方案;加强溯源和病原学检测分析，加快治疗药品和疫苗研发……这些“科学防治”的举措，为打赢疫情防控阻击战构筑了坚实科学的“铜墙铁壁”，为世界提供了宝贵的疫情防控窗口期。

　　从精准部署、科学施策、控制传染源，到切断传播途径、救治被传染者、保护易感人群，正是“科学研判、科学防控、科学防治”的“良方”，让我们面对新冠病毒不再束手无策，拥有了守护生命健康的法宝。当前，正是复工复产与疫情防控“两手抓、两手赢”的关键时刻，更要内修好“判、防、治”的科学“良方”，针对不同地区、不同场所、不同行业等，多一些提早规划、多一些主动应对、多一些周密安排，审慎稳妥地调整防控策略，不留下防控漏洞，才能最大程度不让疫情出现反弹，方能跑出胜利“加速度”，实现疫情防控阻击战与经济发展保卫战的双战双赢。

　　外修“享、援、同”，科学“战疫”献“诤言”，点燃胜利“主引擎”。目前，我国疫情防控工作取得阶段性成效，形势正在积极向好发展。但纵观全球，新发肺炎疫情却不断拉响警报，特别是意大利、韩国、日本、伊朗等国确诊病例快速增加，全球战“疫”进入关键时刻，因此，“成果共享、温暖援助、命运共同”的科学“战疫”方法是我们向世界抗击疫情献出的“诤言”。在疫情发生后，中国始终本着公开、透明、负责任的态度及时通报疫情形势，从第一时间分享病毒基因序列，到邀请世卫组织专家组赴华考察;从中国—世卫组织联合报告的发布，到中国专家向国际学会作视频报告……持续、积极地对世界共享科学成果和经验，为其他国家阻止疫情扩散创造了机会窗口。尽管国内抗“疫”形势进入关键时刻，但仍向其他出现疫情的国家和地区提供力所能及的“温暖援助”，组织分享疫情防控和诊疗方案等科学技术;向韩国、日本等提供抗疫物资和检测设备等援助;向伊朗、意大利等国派出专家组……这些实打实的“温暖援助”，无不表明在全球抗“疫”的关键时刻，科学有效的中国行动从不缺席。病毒是人类共同的敌人，疫情没有国界，抗击新冠肺炎疫情是人类同疾病的一场全新战斗，疫情面前，各国休戚相关，人类命运与共，中国的抗疫努力以及提出的科学“战疫”主张和方案，为全球下一阶段共同抗疫提供了智慧，注入了力量，也是以实际行动践行人类命运共同体理念。

　　积极开展抗击疫情国际合作，积极分享在防控措施、诊疗方案等方面的科学经验做法，探索开展跨国联防联控科学方法……中国向世界各国提供的“成果共享、温暖援助、命运共同”的科学“战疫”方法，能有效防止疫情的蔓延扩散，守护各国人民生命安全和身体健康，共同提升全球公共卫生治理水平。当前，全球疫情越演越烈，我们需要认清，什么才是威胁人类社会可持续发展的真正敌人，更加团结起来精诚合作，秉持人类命运共同体理念，外修“享、援、同”的科学“诤言”，联防联控、联合攻关，方能点燃这场全球疫情防控阻击战胜利“主引擎”。

　　马克思说：“科学绝不是一种自私自利的享乐。有幸能够致力于科学研究的人，首先应拿自己的知识为人类服务”。在这场疫情防控的严峻斗争中，我们要更加自觉地拿起科学这个有力武器，同时间赛跑、与病魔较量，“内外兼修”汇聚起科学“战疫”的强大力量，携手各国勠力维护全球公共安全，共同决胜疫情大考，书写世界团结合作的高分答卷!

**【篇三】大学生抗疫精神202\_字论文**

　　伟大抗疫精神反映了在中国共产党的领导下，全国人民奋力拼搏、与病毒疫情进行顽强斗争的坚毅品格，展示了中国人民在推进新时代中国特色社会主义建设、实现中华民族伟大复兴上的坚定信念，书写了新时代中华民族战胜磨难、勇于进取、敢于胜利的生动画卷。新时代的伟大抗疫精神具有丰富的思想要素，其中最主要的是：

　　爱国主义的家国情怀。中国人素有家国情怀，常思家国天下，常念爱国如家。从精神世界看，爱国是中国人最大的乡愁，也是中华民族亿万儿女最美好的心愿。爱国主义精神在中国历史上绵延流淌、不绝如缕，熔铸了优秀国人的精神品格和中华文明的价值导向。在抗疫斗争中，无数人冒着生命危险，义无反顾地投入抗击疫情的洪流中。他们为挽救患病同胞的生命、为纾国难家愁而放弃对个人安危利害的考量。不少人舍小家为大家，各行业尽其责善其事。全民族奋力抗疫的最终目标，就是要保平安、保健康、保发展，这其中最真实的情操就是爱国主义的家国情怀。爱国主义始终是奔涌于中国抗疫全程的思想主潮，爱国主义精神始终是贯穿抗疫斗争的精神红线。

　　人民至上的政治品格。中华古训说：“夫民者，国之根也，诚宜重其食，爱其命。”党的十八大以来，习近平总书记反复强调要坚持以人民为中心的根本立场，始终不忘人民主体地位。他强调人民是党执政的最大底气，指出：“一切国家机关工作人员，无论身居多高的职位，都必须牢记我们的共和国是中华人民共和国，始终要把人民放在心中最高的位置，始终全心全意为人民服务，始终为人民利益和幸福而努力工作。”在抗疫斗争中，广大人民群众身体健康和生命安全始终是党和国家的第一要著，也始终被置于一切工作之首。总书记在全国两会期间内蒙古代表团谈到人民至上时说：什么叫人民至上?这么多人围着一个病人转，这真正体现了不惜一切代价。我们不惜一切代价救治生命。无论年龄再大、病情再重，我们也决不放弃。由此说，抗疫斗争秉持了为民解困、保民健康的理念，伟大抗疫精神也彰显了人民至上的政治品格。

　　敢上必胜的斗争信念。面对凶险疫情，是逡巡躲避，还是直面困难?是推诿塞责，还是鼓足勇气、坚定信心?这不单单是个选择问题，更是个价值问题。在疫情考验面前，信心比黄金还珍贵，信念比愿望更重要。抗疫之始，习近平总书记就提出要坚定信念，迎难而上。在随后会见外宾、赴鄂调研、在社区视察指导抗疫工作的过程中，他又多次为广大群众和抗疫一线人员加油鼓劲儿、提振信心，屡屡强调要坚定信心，坚持到底、不达胜利不罢休。无论是医护人员还是后方群众，在抗疫中也都展现了不畏艰难、不怕牺牲、敢打硬仗、敢于胜利的必胜信念，这是抗疫斗争取得成功的坚强保障，也是伟大抗疫精神的坚实基调。

　　科学求是的实践精神。抗疫斗争靠的不仅是勇气，更重要的是科学。有科学思想指导，才会有正确决策;有科学救治方法，才会有积极疗效。只有尊重科学规律，用好科学方法，才能够控制住疫情，取得抗疫最佳效果。因此，对于抗疫而言，科学决策、科学布防、科学救治、科学复工复产复学都极其重要，每一个环节都必须科学求是，所有成功也都离不开在实践中尊重科学、运用科学的精神。可以说，离开了科学求是的实践精神，我们是不可能取得抗疫胜利的。

　　团结协作的社会觉悟。新冠病毒传染性强，传播速度快，未知性高，影响面广。从一开始，疫情防控就不是一城一池之事，也绝非一家一院之功。要想有效控制住疫情，必须全国一盘棋，进行紧密团结协作，这就需要全社会个个动员、人人参与、携手并肩、协同布防、联合作战。抗疫斗争中，党政军民学步调一致、齐心协力，全国医护人员同甘共苦、守望互助，全社会空前团结，行动起来共战病毒，这些都是团结协作的社会觉悟的表达。“一方有难，八方支援”反映了社会各界人士团结协作的社会觉悟;联防联控、群防群控体现了社区治理中团结协作的社会觉悟。党和人民群众想在一起、干在一起，风雨同舟、同甘共苦，书写了新时代社会觉悟的新篇章。因此说，抗疫使中国人团结起来，抗疫也使中国社会觉悟起来。

　　担当利世的国际意识。在新冠病毒面前，全人类的命运都受到了威胁和危害。中国所提出并致力于推动构建人类命运共同体的理念，在疫情全球暴发后更显示出其特殊而重大的实践意义和适用价值。在抗击疫情过程中，中国始终及时公布疫情，向世界各国通报抗疫进展，并积极开展国际合作，大力支援罹患国家，承担了携手世界多国共同抗疫的责任，发挥了有担当、负责任大国的作用。中国在全球抗疫中彰显出的担当利世的国际意识，植根于中国国家制度和中国社会肌体的“利天下”精神，既是中国抗疫在国际社会中展示美好形象、赢得赞誉的原因所在，也是伟大抗疫精神在国家对外交往上的表达。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！