在本次 心理小组活动中，我们小组观看了《肖申克的救赎》这部电影，这部电影讲述了人生中的挫折、希望、自由、学习、体制化、信念、勇气、坚持、友谊、力量等主题。

在面对挫折时，我们应该像安迪一样，心怀希望，认真学习，掌握知识，做自己的上帝。电影中的男主安迪执着追求生活的希望与自由，即使生活苦味，他依旧对未来充满希望。他告诉瑞德，他要去一个没有回忆的地方，这也许就是最好的开始，并让他在那棵大树下找到那封信，信中那句“Hope is a good thing, Maybe is the best of things, And no good thing ever dies.”【希望是件美好的事，也许是世间最美好的东西，而美好的事物永不消逝】是全片的主旨。在面对困境时，我们应该运用智慧，信任希望，并且勇敢面对恐惧心理，去打败它。

电影中的男主安迪执着追求生活的希望与自由，即使生活苦味，他依旧对未来充满希望。他告诉瑞德，他要去一个没有回忆的地方，这也许就是最好的开始，并让他在那棵大树下找到那封信，信中那句“Hope is a good thing, Maybe is the best of things, And no good thing ever dies.”【希望是件美好的事，也许是世间最美好的东西，而美好的事物永不消逝】是全片的主旨。在面对困境时，我们应该运用智慧，信任希望，并且勇敢面对恐惧心理，去打败它。

在电影中，安迪和瑞德之间的友谊也是一个重要的主题。他们在监狱里相遇，成为了好朋友。安迪教瑞德读书，瑞德帮助安迪在监狱里生存。他们互相支持，互相鼓励，一起度过了艰难的岁月。这种友谊让他们在困境中不再孤单，也让他们在生活中变得更加坚强。

此外，电影中还有关于自由的主题。安迪一直渴望自由，他不想再被监狱所束缚。他用自己的聪明才智，成功越狱，获得了自由之身。电影中的自由不仅仅是指身体上的自由，还包括精神上的自由。安迪在监狱里学习，读书，写信，这些都是他精神上的自由。他用自己的努力和智慧，打破了监狱里的束缚，获得了自由。

最后，电影中的主题之一是关于希望的。安迪一直相信希望，他相信自己能够获得自由。他告诉瑞德，他要去一个没有回忆的地方，这也许就是最好的开始，并让他在那棵大树下找到那封信，信中那