

心理委员活动总结 大学心理委员工作计划 (大全10篇)

总结是在一段时间内对学习和工作生活等表现加以总结和概括的一种书面材料，它可以促使我们思考，我想我们需要写一份总结了吧。相信许多人会觉得总结很难写？以下我给大家整理了一些优质的总结范文，希望对大家能够有所帮助。

心理委员活动总结篇一

眼睛是心灵的窗户，心灵是改变世界的力量，物质上的富足不能弥补心理上的缺憾，所以在心理问题成为大学生主题的时候，作为机制1班的心理委员，我将作出这学期的工作计划，以帮助每位同学有个健康心理，积极生活。

首先要从自我做起，尽是让自己在同学们心目中的形象是：真实、开朗、乐观和大方，这样班上有心理问题的同学才会和我交流。一定要注意自己的为人处世问题。平时我要把课余时间适当的重点放到心理书籍方面，完善自己的同时有能力帮助他人。

其次，我要多和同学交流，真诚待人，取得大家信任；眼睛是看不到的，得用心去寻找。所以，要做到真正关心同学心理需要用真诚的心去打开他们或抑郁或闷闷的心锁。

另外，我要细心观察，了解大家的心理动态，如果发现有问题心理的同学要尽自己全力去沟通和交流帮助其走出心理阴影，并且定期向班主任和辅导员汇报特殊情况。

还有，在课余时间，无论是现实世界还是电脑的虚拟世界都要多参与聊天和交流，并且展开心理测试等活动，以洞察同学们的心理。如果有时间还要组织大家一起看心理方面的电影和书籍，使同学们能够学会及时的自我调整。

最后我还要配合其他班干部的计划与活动，大家共同在生活和学习上为班级做贡献。

心理不是一时半会就能解决的问题，不同于其他班干部，不仅要在物质方面帮助同学还更要在精神上留心沟通，对于我来说还是一项挑战。所以在本学期我将努力做好，做同学们的知心朋友，让我们机制3101班成为作风，心理，精神都良好的优秀班级！

心理委员活动总结篇二

一转眼，我已经担任心理委员一年了，在上一学期的工作中，在辅导员的指导下，在其他班委的协作下，完成了上学期的工作，这学期在接下来的一个月中，会继续努力，把心理委员的工作做好，计划的工作如下：

第一、在做好本职工作的同时协助班主任完成心理辅导工作，协调各班委，做好班委会会议决定，共创良好的班风出一份力。可能心理委员的工作并不怎么复杂，需要的更多是细心、关心，那么我就有更多时间协助好其他班委的工作，比如协同团支书做好班上的团组织生活。

第二、积极配合、组织全班同学参加各项心理知识讲座，如果条件允许，我可能会和组织委员一起联合播放一些有关于心理知识的视频，让大家更好的了解心理知识。

第三、因为我自己对心理方面的很多专业知识都是完全陌生的，所以我会努力增加对有关心理知识的资料的阅读，丰富自己的知识结构，提高自身的素养，以更好的与同学们交流，帮助同学们保持健康积极的心态。

第四、就是加强与宿舍长的沟通，毕竟一个人的能力还是有限的，难免此失彼，我会加强和寝室长的交流，尽量让同学们在日常学习生活中保持健康平和的心态，我也会通过大家

在qq上发表的心情进行关注，尽最大努力去关注到每一个同学，尽力帮助有需要帮助的同学。

第五、也是比较重要的一点，就是我们马上要组织开展的心理团体活动，将在这一个月底完成，组织班上同学参加心理团体活动，为大家带来一些心理方面的活动，加强班级凝聚力。

第六、一些较大的不能解决的问题我会及时通知其他班委，上报老师和学校心理咨询中心。我会努力不让严重的状况发生，也相信我们班全体同学会团结一致，互相帮助，每位同学都能拥有健康良好的心理素质。

可能我的计划还很片面，不够完善，毕竟这只是我个人的一些见解，我希望大家能多给我建议和意见，我希望通过这个职务，真心的帮助到大家，把我们机械5班的班委工作做得更好！

11级机械五班心理委员李欣语 20xx年4月23日

心理委员活动总结篇三

经过一个学年工作，我对我的工作有了更深的了解，更深的认识，作为生活委员以及心理委员，我知道我的职责除了管理班费外，还要认真了解学生的生活情况，及时解决同学生活中出现的问题，较大的问题不能解决要上报班委，并通过班委讨论商讨解决办法以确保每位同学都能安心的生活，为学习创造良好的基础条件，此外，还要积极组织和开展活动，宣传一些积极思想，搞好班集体的团结。

心理委员工作计划：

1、我将尽力认真做好学生心理辅导及心理咨询工作，积极配合院系心理部的各项工作。

2、定期开寝室长会议，了解每位同学的心理情况以及思想动态。

3、按时上交心理情况排查表

在就职期间，我会先从自己做起，不断完善自我，克服自身性格上的缺陷，同时也会增加一些关于心理问题的资料(material)的阅读，更多地关注同学们的意见与想法，并主动及时进行适当的沟通，从而更好地为大家服务。我会努力引导大家用最积极平和的心态去面对生活、学习和工作上的问题，希望我所作的一切能使同学们拥有更完满更充实的大学生活。

作为班级的生活委员和心理委员，这让我觉得增加的存在更有意义。作为生活委员和心理委员，在完成自己的本身职责工作之外，同时还要帮助其他班委共同开展活动，毕竟一个班级的发展要靠大家共同的努力。

心理委员活动总结篇四

一转眼，大学生活已过去一年，我们也已从青涩的新生长成为为人学长的老生。回首一年的班级心理工作，颇多惭愧。犹记得班委竞选演讲的时候我说过一句话，“希望能和大家成为很好的朋友，也希望有机会由我来给大家输入一些专业的心理知识。”那个时候凭着对心理学的兴趣，以及对心理委员将获得的专业培训的期待，我说出了这样的话，但却并没有很好的践行它，没有做到和同学们(尤其是男同学)足够的沟通，也没有足够的专业知识来丰富同学们的学习生活。

现在，能有机会继续担任班级心理委员，有机会更好的服务大家，我感到荣幸并且十分珍惜。希望以下计划能成为新学期里班级心理工作良好开展的见证：

一，从自我做起，克服自己性格上的缺陷，以真实、开朗、

乐观、大方的形象赢得同学们的信任。一年相处下来，我相信我的性格已给大家以坦率、乐观的印象，但与一些同学的交流仍相对欠缺，这就需要我更积极、主动、大方的与同学们交流，比如通过qq、飞信、校内网留意关注同学们的近期动态，了解他(她)们是否有负面的消极情绪，从朋友的角度，将心比心，转换立场为对方思考，乐于与人也努力使同学们乐于与我分担愁闷忧伤，真正努力做到和大家都成为很好的朋友。

二，努力增加对有关心理知识的资料的阅读，丰富自己的知识结构，提高自身的素养，以更好的与同学们交流，帮助同学们保持健康积极的心态。

三，调整工作方法，加强与室长的沟通。一个人的精力毕竟有限，难免顾此失彼，我会加强与室长们的交流，尽量让同学们在日常学习生活中都保持健康平和的心态，即使遇到不愉快，也能通过自我调整或者寝室内部同学、朋友的开导，尽快获得心情的平复。

四，本学期心理主题活动主要有以下：

1、采取班内组织或者与二班合作的形式开展一至两次心理主题班会，主要通过心理测验和心理游戏使大家获得更多有关为人处世的思考，同时也增进同学间的交流，增强团队的凝聚力。

2、从第二星期开始，二班的心理委员和我会轮流每半个月做一次有关心理知识的主题展示，内容形式包括文字材料、ppt、视频等。例如，期末迎考阶段，我们会准备有关减压的知识主题帮助大家以健康平和的心态，积极地迎接考试。每次主题完成后会发送qq群邮件给cpa全体同学，以使大家更方便地获得对心理知识更多的了解，从而在学习生活中更好地保持健康平和的心态。

五，做好自己的本职工作的同时，尽力协助配合其他班委的工作。

六，较大的不能解决的问题及时通知其他班委，上报老师和学校心理咨询中心。我会努力不让这样的状况发生，也相信我们cpa一班的全体同学会团结一致，互帮互助，每一位同学都能拥有健康良好的心理素质。

我的工作计划还很片面，不够完善，希望老师和同学们能给我更多的意见和建议，让我更好的开展并完成工作。我会努力改正以往工作中的不足，不断调整工作方法以更好的为大家服务。

心理委员活动总结篇五

第一、协助班主任完成心理辅导工作，协调各班委，做好班委会会议决定，共创良好的班风出一份力。

第四、积极配合、组织全班同学参加学院举办的“昆明学院首届大学生心理健康活动月”活动：

4月24日组织参加开幕式；5月8日及15日晚组织观看心理电影；

5月9日及16日参加心理咨询室举办的心理委员户外拓展训练；

4月24日—5月15日组织同学参加心理征文比赛；

4月24日—5月4日鼓励同学参加心理剧的编写；

5月4日—5月25日组织同学参加心理剧的表演及初赛、复赛；

5月25日晚组织参加“我爱我——大学生心理健康活动月”闭幕式；

心理委员活动总结篇六

一转眼，大学生活已过去一年，我们也已从青涩的新生长成为为人学长的老生。回首一年的班级心理工作，颇多惭愧。犹记得班委竞选演讲的时候我说过一句话，“希望能和大家成为很好的朋友，也希望有机会由我来给大家输入一些专业的心理知识。”那个时候凭着对心理学的兴趣，以及对心理委员将获得的专业培训的期待，我说出了这样的话，但却并没有很好的践行它，没有做到和同学们（尤其是男同学）足够的沟通，也没有足够的专业知识来丰富同学们的学习生活。

一，从自我做起，克服自己性格上的缺陷，以真实、开朗、乐观、大方的形象赢得同学们的信任。一年相处下来，我相信我的性格已给大家以坦率、乐观的印象，但与一些同学的交流仍相对欠缺，这就需要我更积极、主动、大方的与同学们交流，比如通过qq□飞信、校内网留意关注同学们的近期动态，了解他（她）们是否有负面的消极情绪，从朋友的角度，将心比心，转换立场为对方思考，乐于与人也努力使同学们乐于与我分担愁闷忧伤，真正努力做到和大家都成为很好的朋友。

二，努力增加对有关心理知识的资料的阅读，丰富自己的知识结构，提高自身的素养，以更好的与同学们交流，帮助同学们保持健康积极的心态。

三，调整工作方法，加强与室长的沟通。一个人的精力毕竟有限，难免顾此失彼，我会加强与室长们的交流，尽量让同学们在日常学习生活中都保持健康平和的心态，即使遇到不愉快，也能通过自我调整或者寝室内部同学、朋友的开导，尽快获得心情的平复。

四，本学期心理主题活动主要有以下：

1、采取班内组织或者与二班合作的形式开展一至两次心理主题班会，主要通过心理测验和心理游戏使大家获得更多有关为人处世的思考，同时也增进同学间的交流，增强团队的凝聚力。

2、从第二星期开始，二班的心理委员和我会轮流每半个月做一次有关心理知识的主题展示，内容形式包括文字材料[ppt]视频，例如，期末迎考阶段，我们会准备有关减压的知识主题帮助大家以健康平和的心态，积极地迎接考试。每次主题完成后会发送qq群邮件给cpa全体同学，以使大家更方便地获得对心理知识更多的了解，从而在学习生活中更好地保持健康平和的心态。

五，做好自己的本职工作的同时，尽力协助配合其他班委的工作。

六，较大的不能解决的问题及时通知其他班委，上报老师和学校心理咨询中心。我会努力不让这样的状况发生，也相信我们cpa一班的全体同学会团结一致，互帮互助，每一位同学都能拥有健康良好的心理素质。

我的工作计划还很片面，不够完善，希望老师和同学们能给我更多的意见和建议，让我更好的开展并完成工作。我会努力改正以往工作中的不足，不断调整工作方法以更好的为大家服务。

最后，让我们共同为建设更加优秀美好的继续努力！！！！

心理委员活动总结篇七

2、负责收集本班同学的心理健康信息，对本班同学的心理健康状况定期向班主任、辅导员做汇报。

3、努力学习有关心理知识，积极参加各种心理讲座和心理委

员培训，用相关知识帮助同学，用乐观心态引导同学。

5、工作遵循保密原则，维护同学的权益，不得随意泄露同学的隐私。

6、协助心理负责做好班级学生心理普查工作。

7、配合学院大学生心理健康教育与指导中心的工作，积极参加培训、专题学习和交流活动，不断提高自己的工作能力。

8、积极参加各项有关心理健康方面的活动，认真完成大学生心理健康教育与指导中心和心理健康协会安排的有关工作。

10、做好自己的本职工作的同时，尽力协助配合其他班委的工作。

心理委员活动总结篇八

春季是精神疾病和心理问题高发期，学生情绪波动比较大。在新的一学期里，主要做好心理健康护航和心理健康教育工作。

（一）进行心理委员危机干预培训

心理委员是班级学生朋辈心理辅导员，是联系学校和同学的纽带。所以心理委员在班级中起着重要的作用，也是在突发事件发生时起带头的作用。通过危机干预培训，心理委员能清楚的知道自己的工作 and 职责。对于危机事件能及时发现问题，及时报告问题，积极配合老师帮助同学消除负面影响。

（二）“春季护航”的开启

校园心理危机事件是严重影响学校正常教学工作、校园平安与和谐的重要事件。而在春季，随着温度的快速变化，人的

情绪也很容易被影响。气温的转暖，代谢进入旺盛期，从而引发心理疾病的概率也逐渐增大。然而，同学们却对此还不了解。所以春季护航起着重要作用。我们要大力宣传心理健康知识，可以通过海报的张贴，电影赏析的开展，心理讲座的举办，心理剧的表演等等。

（三）春季护航的活动开展

对于我们大学生来说，学习也不亚于高中时代，上课、做作业，还要为等级考试、专业证书做准备，甚至大一的还要进行晚自修，所以对于两点一线式的学习，同学难免会感到枯燥、乏味。所以展开心理活动，一方面可以在学习之余放松自己，另一方面可以提高同学的素质。活动以大家自愿报名的方式来参与，让同学们发挥想象力，创造出有意义又值得纪念的活动。

（四）工作总结

学期末召开心委会工作总结大会，对本学期心委会所举行的活动效果做出总结并对表现好的同学进行表彰。

时间事件

2月份拟写20xx年上半年学期的工作计划

队伍人员调整

召开会议

3月份心理委员危机干预培训

教师队伍危机干预培训

心理委员周汇报

心理活动之影视赏析（班级）

看电影献爱心（每月2次）

4月份班级活动设计大赛（生命意义主题）

心理活动之影视赏析（班级）

看电影献爱心（每月2次）

春季护航中期宣传

5月份心理活动之电影赏析

班级活动设计大赛预赛

看电影献爱心（每月2次）

5月25日心理活动之拓展活动（大学生素质拓展游园活动）

6月份春季护航总结

心理活动之电影赏析

班级活动设计决赛

7月份心理委员总结

具体活动方案另行策划。

心理委员活动总结篇九

在这新的一学期里，我担任了我们班的心理委员。虽然我可能在做的过程中会有很多的不足，而且对于性格不是很外向的我来说可能有点负担，但是可以借由这个机会更好的服务

大家，我感到荣幸并且十分珍惜。希望以下计划能成为新学期里班级心理工作良好开展的见证。

1、宣传普及大学生心理知识，传播心理健康理念，定期在班上开展有关心理健康的活动，并作好相应的总结和记录，促进本班同学心理素质的提高。

2、负责收集本班同学的心理健康信息，对本班同学的心理健康状况定期向班主任、辅导员做汇报。

3、努力学习有关心理知识，积极参加各种心理讲座和心理委员培训，用相关知识帮助同学，用乐观心态引导同学。

4、加强与其他班干部尤其是寝室长的联系，及时发现问题，善于帮助有心理困惑和烦恼的同学，当个别同学有严重心理问题时，要及时报告学院领导和老师，并劝说其尽快到学院心理咨询中心寻求帮助。

5、工作遵循保密原则，维护同学的权益，不得随意泄露同学的隐私。

6、协助心理负责做好班级学生心理普查工作。

7、配合学院大学生心理健康教育与指导中心的工作，积极参加培训、专题学习和交流活动，不断提高自己的工作能力。

8、积极参加各项有关心理健康方面的活动，认真完成大学生心理健康教育与指导中心和心理健康协会安排的有关工作。

9、按照要求做好工作计划和总结。

10、做好自己的本职工作的同时，尽力协助配合其他班委的工作。

11、较大的不能解决的问题及时通知其他班委，上报老师和

学校心理咨询中心。我会努力不让这样的状况发生，也相信我们班的全体同学会团结一致，互帮互助，每一位同学都能拥有健康良好的心理素质。我的工作计划还很片面，不够完善，希望老师和同学们能给我更多的意见和建议，让我更好的开展并完成工作。我会努力改正以往工作中的不足，不断调整工作方法以更好的为大家服务。最后，让我们共同为建立起美好的“心灵的城堡”一起努力。

心理委员活动总结篇十

1. 积极负责调查了解本班学生心理健康状况，努力和同学们搞好关系，多和他们沟通，倾听她们的烦恼，并力所能及的帮助他们解决困难。
2. 组织班上各种形式的心理健康知识的宣传工作，定期在班上开展一些有关心理健康的活动，并做好想用的总结和记录。
3. 努力学习心理学的相关知识，用积极乐观的心态去引导其他同学，并应用相应的心理学知识疏导同学的不适和困惑。
4. 定期参加心理健康教育中心召开的心理委员会议，并将会议有关精神传达给同学。
5. 对心理有困惑的同学进行耐心的开导帮助其走出困惑。增强他们适应环境和承受挫折的能力发现在心理上有疾病处于痛苦中的同学，要帮助，劝说，陪同到心理健康教育中心，介绍中心心理专家做出相应的咨询和危机干预。
6. 发现在心理上有疾病处于痛苦中的同学，要帮助，劝说，陪同到心理健康教育中心，介绍中心心理专家做出相应的咨询和危机干预。
7. 及时做好信息反馈，发现有心理障碍的同学，并有可能有偏激行为的同学要及时迅速地上报给辅导员或上报到学院心

理健康教育中心，以便做出及时有效的应对措施。

8. 积极参加各项有关心理健康方面的活动，认真负责完成心理健康教育中心和心理协会安排的有关工作。

9. 严守同学的秘密，保护同学的隐私，尽量避免伤害到同学的心灵。

10. 积极参加培训，不断充实自己的心理学知识，提高自身心理素质和心理服务能力，以便更好地投入到工作中去。

心理委员：