

最新大学心理委员工作感想总结(优秀9篇)

总结是把一定阶段内的有关情况分析研究，做出有指导性的经验方法以及结论的书面材料，它可以使我们更有效率，不妨坐下来好好写写总结吧。那么我们该如何写一篇较为完美的总结呢？这里给大家分享一些最新的总结书范文，方便大家学习。

大学心理委员工作感想总结篇一

一转眼，大学生生活已过去一年，我们也已从青涩的新生长为人学长的老生。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，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！

大学心理委员工作感想总结篇二

我们的大二上半学期生活即将结束，而我作为心理委员。本期的工作也即将进入尾声。虽然工作中免不了有挫折缺陷，但我会尽力做好每件事。如果同学们对我的工作有什么不满意的地方，也希望同学们帮我指正。

首先，我想谈谈，在这学期中我参加了学校心理委员培训，学校安排了心理教授来给我们心理委员做讲课，在学后并将所学的知识应用到工作当中去，使班级同学更加了解心理健康和心理卫生知识，更加重视心理健康了解到了心理委员的重要性，同时，我也知道了心理委员是心灵的使者，是朋辈相助的主要传递者。这对于我做心理辅导有了极大的帮助。

想要与同学相互沟通，先要自己以诚相待，用理解对方的态度看待每一个问题。这样，同学们才愿意向你倾诉他们自己的事情。另外，我还积极支持心理健康部在每个班级开展的心理问题调查工作，询求本班成员对学校心理健康部的意见和建议，并及时将我们全体成员中出现的一些情况及这些意见和建议上报给心协部，以便心理健康部更好地为全体同学服务，也便于同学。

总体来说，这一学期的工作完成地比较顺利，各项活动的开展也比较成功。（）但与学院的要求相比，我自身在工作当中还存在着一些不足：

- 1、没有充分和每一个同学进行沟通。

2、有一些工作计划，由于某些原因，也没有得到实施。

3、缺少一些以“心理健康”为主题的班会。因为这是一种寓教于乐的’形式，同学们可以自由的发言，气氛也会十分轻松，有助于增强同学们的自信心，同时还可以促进同学们之间的团结。

不过经过一学年的工作历练，以及各位同学的积极配合，对于心理委员的主要职责和工作，我已经十分了解。一个人只有拥有健康的心理，才能正确的对待每一件事情，才能把每一件事情做好。因此，我依然会认真踏实做好心理委员本职工作。我知道，我现在的工作水平离上级的要求还有很大的差距，但我会不懈努力，缩小这个差距，相信我有信心也有能力当好这个心理委员。

本学期我的工作：

1、通过qq□人人等同学们经常用的工具观察班级同学状态，若有异常，采取相应合理措施。如果是小的情绪波动，就不去介入。如果情绪波动较大，我会以普通同学的身份跟他们进行交流，以倾听为主，建议为辅。至今尚未发现我们班同学在心理上有严重问题，并没有要求助心理咨询中心。

2、通过以往组织心理主题班会等方式首先让自己被同学们熟悉了解，拉近彼此的距离，从而更好地了解同学，发现问题，心灵沟通。

3、动员组织同学参加心理讲座，净化心灵。

4、积极参加心委座谈会，与心理咨询中心的老师及其他心委交流，学习心理知识及其他心委的成功经验。

5、以“助人自助”为宗旨努力做好“朋辈咨询”的相关工作。

工作上存在的不足，需努力改进的方面：

- 1、不断充实心理学的专业知识，更好地做好心委工作。
- 2、多跟其他心委交流，不断学习别人成功经验。
- 3、联系本班实际，不断调整工作方法，更有效地做好工作。
- 4、多组织一些类似于上次心理主题班会的心理主题活动，让大家在游戏之中让自己被别人了解，同时对别人也有跟多的了解，加深本班同学之间的交流。因为我认为，只有了解了，心的距离才会近，只有心近了，班级凝聚力才会增强。

大学心理委员工作感想总结篇三

转眼瞬间，我们都上大二了，在过去的一年里我们有欢喜有忧愁，有收获也有遗憾。但甭管怎样，我们都是有了大学经历的学生，作为心理委员现总结一年所得。

大一一年同学们大体上是以积极向上敢打敢拼的精神状态度过的。初来大学，除了感叹于学校的喇之和美丽，更多的是茫然和困惑。高考目标实现以后，新的目标还没找到。但是我们的导员十分负责，带领着我们一群男生女生去海都餐厅包饺子，通过几个小时的打闹交流我们很明显消除了很多隔阂，彼此变得亲近了许多。之后没多久，我们又聚集在一块一起吃了一顿饭，那个时候，班里每个同学都很high[]我喝醉了，他喝醉了，她也有些醉意了·····酒后吐真言，同学们在经历了更深一交流后感情更进一步。但是，真正鉴定我们的整体观念的是接下来的篮球赛，班里能人辈出，班级啦啦队极其给力，整个班级就像一根拧在一起的`绳子，凝聚力非常强大！这种凝聚力也体现在之后的各种活动中，无论是拔河比赛还是趣味运动会我们都是名列前茅！

但是，事情总有正反两面，和谐的主流之下我们也有些问题。

同学们到了大一下半学期，明显的对于班级事务以及课外的协会的活动缺乏激情。班级同学之间，同学与班委之间，班委之间也都出现了一些问题。俩人之间发生了矛盾冲突，找两个当事人一问，各执一词，再听听别人的看法，有是一种说法，综合自己想法，总的来说就是俩字——误会！你我都没弄清真相就糊里糊涂的闹起了矛盾。即使有时知道是误会又因为各自的个性不愿去解释，这样下去结果只有一个，误会越来越深，矛盾越发不可收拾。

其实，这些事情的发生，有其必然性，因为大家相处久了，都了解了彼此的个性，就变得不想去包容，不愿去倾听，缺乏有效的沟通，误会就容易滋生。

大学心理委员工作总结4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。心理健康与一个人的成就、贡献、成才关系重大。由于心理健康是大学生成才的基础，所以在过去的一年我把目标定为为英教075班的同学们创造一个轻松愉快的学习氛围、为他们提供一个可以倾诉的平台、为他们缓解学习和生活压力。在这个目标的指导下，我着重做了一下几件事情。

由于本学期有一大部分同学晚上还有选修课，所以很难统一一个时间进行小组会谈，所以我采用了单独会谈的方式与同学们进行沟通。我基本是利用上课前，或者课间的15分钟还有晚上的时间与同学聊天。一学期内，基本与每个同学交谈达2次。

每月提交心理报告是学院领导对我们心理委员的要求，每次我处理完一件事就会记下，按照心理报告的模版在每月提交截至时间前就上交报告。

鉴于心理是个挺虚的东西，除了聊一下天，我不能为大家做什么切实的事情，所以我提出了“每周一邮件”活动。在这

个活动中，我每周都上网收集心理故事、心理测验、奇闻轶事、笑话等资料以群邮件的方式发给同学们，让大家在学习之余轻松一下，并通过心理测验多了解自己。这个活动的举行长达一个学期，得到了同学们的好评。

大学心理委员工作感想总结篇四

时光流逝，转眼间又到了我们班委去写自己的工作总结时间。下面是小编搜集整理的大学心理委员工作总结，欢迎阅读。

我很荣幸成为了一名心理委员，同时也很感谢老师的帮助。经过了一次心理委员培训，老师指出大学生常出现的心理问题：新生适应问题、人际问题、恋爱问题、就业问题等等，而且具体地分析了心理疾病的不同区分以及表现。告戒我们心理委员：要及时发现同学出现的心理问题，但不要随便给同学贴心理标签，发现问题要寻求专业帮助，科学地维护心理，所有的这些让我受益良多。

我作为心理委员经过了快一个学期的工作，以及班里同学的配合，对于心理委员的主要职责我已十分了解。知道班级心理委员的日常工作，心理委员的职责。以下是我的工作总结：

这学期学院里开展过一次心理讲座，参加的同学都说自己受益匪浅。12月，我也组织策划了一次以“情绪管理”为主题的心理班会。情绪就是人对事物的态度的体验，情绪的长期压抑对个人的健康有很大的影响。所以我通过班会的形式来向同学传达情绪管理的重要性和情绪管理的一些方法。采取寓教于乐的形式，气氛十分轻松。希望每位同学关注自己的心理健康，能够更好地管理自己的情绪。

我及时了解班级各位同学的心理状况，用心去观察了解每个同学，及时发现班里同学心理和行为的变化。发现异常情况，我会立即反映给辅导员。每周我都有写每周驿站，记录班级的整体情况，也有记录班级的个别同学的一些心理动态。记

录的时候，我会尽量多一些客观描述，少一些主观判断。因为同学的信任，她们愿意来找我聊天。我也按照培训时老师所教导的，多听、少说、不批评、不说教。尊重对方，不说不该说的话，因为我知道一些不合适的话只会使事情恶化。我和同学们建立了良好的朋友关系，这也是我做好心理委员工作的基础和财富。

我积极配合院和系里的心理活动，并做好宣传工作，分配好人员去参加心理活动。)每次的活动我都做好了记录，除了记录人员，更重要的是我去记录参加了的同学们的感想，还有收集同学们在心理健康方面的需求，来协作学校展开更符合学生的心理健康教育工作。我配合好其他班委各种活动，12月我们班还组织过一次爬山。这次爬山不仅是对身体的健康状况的提高，山间道路的坎坷不平使得同学们互相帮忙，拉近了我们同学们之间的距离。我们平时大多是在室内学习，一直做脑力劳动的我们来说，到空气新鲜的野外爬山是一种非常好的积极性休息，可使原来一切紧张的大脑细胞得到放松。这同样有助于我们的心理健康。

作总结就像给自己铸造了一面镜子，通过这面镜子我看到了自己的成绩和进步，但更重要的目的是看清自己身上的不足之处。总的来说，本学期的工作比较顺利，各项活动的开展也较为成功。但是由于经验不足，阅历不够，也存在着一些的不足。在以后的工作中，我将会更加努力，争取做得更好。

时光流逝，转眼间我在成长中又渡过了一年半的大学生活。回首走过的这些日子里，很荣幸能作为班干部，与各位同学共同进步，我在大家的身上学到不少的知识。这些日子我心中最大的感受便是要做一名合格的学生不难，但要做一名优秀的班干部就不那么简单了。我认为：一名好的班干部不仅要为人谦和正直，对班里工作认真兢兢业业。而且在思想政治上、能力上更要专研。我，作为一名班里的心理委员需要学习的东西还很多很多。

作为一名心理委员，要想完成工作的责任，首先必须具备良好的心理素质，树立正确的世界观和人生观。在这一年半中我认真参加各种学习和活动。有句成语是：只要功夫深，铁杵磨成针。是的，作为一名心理委员，我在工作中无意中会考虑不周显得毛毛糙糙，不甚妥当。当意见、建议来临时，现在的我不再不悦，不再拒绝。而是以更高的要求来要求自己，努力告诫自己：换个角度静心仔细想想如何能的好一些。

在学习中我认真听取经验，仔细记录，并在活动后的空余时间认真思考推敲，有目的的在班中进行一些尝试。如：为何我与班里的同学关系很难处理好！

学生这一年半以来的工作是观察本班的学习和生活，听心理知识讲座。参加学校举行的“健康教育月”活动，学生积极参与主题为“珍惜生命”的心理健康征文比赛，并获得老师的称赞。

第一，没有充分和每一个同学进行沟通。

第二，同学们跟我反映的问题，有一些没有得到实质性地解决。有一些工作计划，由于某些原因，也没有得到实施。

第三，在与各个舍长之间的沟通方面，还存在着一些不足之处，没有做到定期地开舍长会，征求他们的意见。

第四，经过与其他班级的心理委员的交流，我发现我班的关于心理方面的活动举办的还不够。缺少一些以“心理健康”为主题的班会。因为这是一种寓教于乐的形式，同学们可以自由的发言，气氛也会十分轻松，有助于增强同学们的自信心，同时还可以促进同学们之间的团结。

除以上外，我与辅导员您的交流是不够，人文关怀还有待提高。自己感觉工作上有时会慌乱，不够有序，说明我的经验还不足，要向其他人请教。不过经过这些日子的工作历练，

以及各位同学的积极配合，对于心理委员的主要职责和工作，我已经十分了解。感谢各位同学对我的信任，让我本学期再次担任心理委员一职。许多人认为这一职务无足轻重，不必太负责认真。我认为这是错误的想法，一个人只有拥有健康的心理，才能正确的对待每一件事情，才能把每一件事情做好。因此，我们每个人都要认真看待这一工作。

在后续的时间里我要把工作做得更好！

大学心理委员工作感想总结篇五

大家好！在咱们班竞选班委时，很荣幸成为咱班的心理委员。

我很高兴能为大家服务。但是这心理委员对我来说是完全陌生的，没有一点经验，我知道我有很多做的不到位的地方，没有进到心理委员的责任。没有与大家沟通，望大家包涵，现在我了解了心理委员的责任：

- 1、宣传普及中学生心理知识，传播心理健康理念，定期在班上开展一些有关心理健康的宣传活动，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、宣传介绍我校心理健康教育工作的进展和心理咨询的相关建设。
- 3、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心理老师做汇报。
- 4、努力学习相关的心理知识，提高对心理健康方面的认识，用相关知识帮助同学，用乐观心态引导同学。
- 5、加强与其他班干部及宿舍长的联系，及时发现问题，善于帮助有心理困惑和烦恼的同学，当发现个别同学有严重心理

问题时，要及时报告班主任和心理老师，并劝说其尽快到相关心理辅导、心理医疗机构寻求帮助。

6、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。

7、协助心理专业老师上好心理健康教育课，做好班级心理普查及相关测试。

8、配合心理咨询室开展的心理健康教育系列工作，积极参加心理委员培训、专题学习和交流活动，不断提高自己的工作能力。

9、按照要求每学期写好工作总结，并上交心理老师。

10、温馨教室建设，通过心理角、心理小报与各种宣传活动等形式，侧重师生、生生和谐人际关系的建立，促进班级软硬环境建设，为建立温馨教室服务。

在我了解自己的责任以后，我的工作有了方向，有了目标。我会努力也大家成为好朋友，尽自己的力量为大家服务，努力引导大家用最积极平和的心态面对生活，学习和工作上的问题。希望老师和同学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。

大学心理委员工作感想总结篇六

又是一个春暖花开的季节，学校的樱花，桃花都开了。不知不觉担任心理委员已经有一年了。在这一年里，有欢笑，有收获。在学校心理部的高明领导下，这一年，同学们生活的都很开心！

大二第一学期很荣幸的担任了班级的心理委员，一开始担任

这个工作时，我觉得很茫然，不知道心理委员该做些什么？该怎么去做？经过一段时间的工作和学习，我渐渐地开始了解这份工作，并且越来越喜欢这份工作，同时也意识到心理委员在班上的重要性。所以，我始终以认真负责的工作态度，较好的完成了去年的工作，下面是我对这一年的总结：

第一，定期的在班上宣传心理知识，向同学宣传学校的心理求助机构和心理应急处理方案。比如，让同学们了解什么是心理咨询：心理咨询是为正常的，健康的，无明显心理冲突的人，更好地认识自己，扬长避短，充分发挥潜能，以提高学习与生活质量。哪些情况需要心理咨询等等。

第二，协助老师了解，收集同学们的心理信息，及时汇报异常情况。所以，每个月都要交一份关于班级情况的心理总结汇报。

第三，及时疏导，缓解一些同学的不良情绪。例如，有些同学与异性交往困惑，经历失恋等情况之后，心灵创伤无法自愈。此时，作为心理委员的我就该出马了。还比如，刚刚进入大学校园，在人际交往上有困惑，不知道如何更好的与室友与同学相处。此时，我就会给他们一些建议，和他们聊天，谈心，走进他们的内心，从而更有效的指导。

第四，举办以心理健康辅导为主题的班会。我们班争对同学们对学习，生活，前途感到迷茫而举办了一次班会。班会上邀请了学校老师来开导。各同学也对自己感到迷茫的事例做了详细的说明以及对为什么感到迷茫和怎样更好更快的走出迷茫各抒己见。从而使这次班会取得了圆满成功！

总体来说，上一学年的工作比较顺利的完成了，各项活动的开展也比较成功。但与学校的要求相比，我自身在工作中还存在着一些不足和缺陷。在接下来的学期，我会尽力做好每一件事情，不断完善自己！

作为班上的心理委员，让每个同学都幸福，开心，快乐是我的责任和愿望。我相信在我自己的努力和同学们的积极配合下，我们班的同学会更加团结，更加幸福，更加快乐！

朱强

09__会计四班__在这短短一年的时间里，在老师的帮助和同学的配合，以及学校的鼎力支持下，我们齐心协力完成了一个个任务，不仅承担起了作为一名心理委员的责任，同时也使自己在很多方面得到了提高。回顾我们的工作历程，苦与乐相伴，泪与汗相融，我们在心理委员这块土地上挥洒着自己的热情，也收获了我们的希望。在校心理咨询中心和校领导的关心和支持下，我们心委配合心协开展了一系列丰富多彩的活动，取得了累累硕果，得到了广泛同学的认可。我们所取得的点滴成绩都得益于领导的备至关怀，老师们的悉心指导，同学们的热情参与。在此，衷心地感谢各位领导和老师的大力支持和关心，感谢同学们的理解认同。

一. 日常工作篇

按照心协的要求，我们按心协的统一安排，每周都结合本班实际情况写每周“晴雨表”，使我们的工作进一步规范化、具体化。每周召开的心委例会，我院心协副会长宋汶芸都能主动按时参与，积极发言，大胆而坦诚地提出自己的看法和见解，会后也能及时指导工作的开展。开会时的气氛也异常活跃，大家在仔细地记录的同时，也非常乐于在适当的时候发表自己的观点，齐心协力地为心协的发展出谋划策，为更好的服务于同学增光添彩。

二. 学习与调研篇

心协在合理的计划的指导下，结合本院学生的实际情况开展了一系列形式多样、内容丰富的学习和调研活动，其中一些主要活动的介绍如下：

1. 连续三周的心委培训

心理中心老师借此机会与各班心理委员相互认识，介绍工作经验和心得，并进一步强调心理委员的职责。为今后工作的顺利开展打下了坚实的基础。学院新闻部也专门派来小记者，对此次活动并行了宣传报道。

2. 开展心理教育讲座

组织心委及09级各班学生代表听池海讲师的“大学生职业生涯规划”讲座以及施琴讲师的“大学生职业能力塑造”讲座。通过此次心理讲座，解除了新生的许多心理困惑，调整新生心理状态，使新生能快速适应大学生活，树立大学学习目标，展开多姿多彩的一页奠定基础。

3. 开展心理素质拓展活动

全体心理委员利用周末在沁园操场进行素拓活动，增进心委彼此之间的交流和感情，培养他们的团队沟通与协作能力，提高心协这个团队的凝聚力，增强心协成员之间的信任感。

三. 宣传教育篇

1. “心委海报展”，以班级为单位，每班交一份心理健康海报，进全员评比，使学生重视心理。此次动很好的调动学生们的积极性，专业心理知识和比赛实践相结合，从而提高专业技能水平，让活动显得更专业更精彩，同学们也通过本次学习活动学习到了不少专业知识，受益匪浅。

2. “微笑、并继续微笑”摄影展，组织各班心委将参展作品发至公共邮箱作为活动前期准备材料，用微笑装点生活点亮心情，激发同学们对生活的点滴感悟。微笑虽小，感动无价。校园一时变为了快乐的海洋，微笑的天堂。为蓬勃发展的南京审计学院增添一道亮丽的风景。

3. “凡人语录”活动，由09级各班心委在班级征集积极向上的原创语录，每周在展板上更新展出，不仅净化学生心灵，陶冶了情操，还体会了原创语录深刻的文化内涵，同时也为学校的校园文化布置做好了准备，营造了良好的校园文化氛围。

以上，我们主要从三个部分总结了09级各班心理委员一年以来的工作。总体来说，我们的工作成功的。我们在工作中学习，在学习中总结，逐渐变成了一个成熟的组织。我们将继续本着为同学们服务的态度，以严谨认真的工作态度，用自己的热情和睿智，不断地总结经验，发扬长处、改正缺点，为明年的工作做全面的准备。我们会在原有的基础上更上一层楼，把以后的工作做的更好，充分发挥我们每个人的能力，团结协作，为把我们心理委员建设成为一个朝气蓬勃的新团体，大家的知心朋友而努力奋斗！