# 2024年心理委员工作总结(大全13篇)

来源：网络 作者：尘埃落定 更新时间：2025-01-01

*总结是对某一特定时间段内的学习和工作生活等表现情况加以回顾和分析的一种书面材料，它能够使头脑更加清醒，目标更加明确，让我们一起来学习写总结吧。相信许多人会觉得总结很难写？这里给大家分享一些最新的总结书范文，方便大家学习。心理委员工作总结篇一...*

总结是对某一特定时间段内的学习和工作生活等表现情况加以回顾和分析的一种书面材料，它能够使头脑更加清醒，目标更加明确，让我们一起来学习写总结吧。相信许多人会觉得总结很难写？这里给大家分享一些最新的总结书范文，方便大家学习。

**心理委员工作总结篇一**

我担任心理委员的这一个学期，通过努力工作学习，逐渐开始认识到这项心理委员工作在班级当中的重要作用。我已开始逐渐接受这份工作带给我的使命感与责任感，也知道通过日常工作努力化解同学们的心理问题或心理压力。

这一学期以来，我以自己的亲身经历与同学们开展互动交流，过程中我发现了一些工作问题，现在总结以下几个方面：

(1)学习方式由于原先的被动学习转变为自主学习，似乎一下子不能很好适应学习模式的变换，显得比较盲目。

(2)课余空闲时间突然一下子增加很多，成为时间的主人有时反而有空虚感。

(3)个别同学性格稍微内敛，在小组活动当中就发现几个害羞的同学，不愿意表达自己的心理想法。

第一：通过阅读书籍与参加学校组织培训，以提高自身的心理素质与工作能力，尽自己最大努力纠正学生的心理问题。

第二：更多利用自己的时间参与学生心理辅导工作，有针对性得寻学生谈话交流，与同学建立亲密信任，改善同学之间的关系。

第三：开展各项学习交流活动，加强同学之间的学习交流，保持一些学生之间的沟通和理解。

上述摘要是我作为一名心理委员的工作总结，在今后的工作中我将继续发挥我应有的作用，积极帮助所有同学快乐健康成长。

**心理委员工作总结篇二**

暮然回首，自己已站在学期之末。回忆这学期的工作，不知觉得略感失落，时间过的太快了，总是觉得自己在学生会这块令人瞩目的平台上得到的太少了。总是无法动笔写这份总结，但是总结还是要写的，因为只有总结了过去，才能更好的提高自己，以至于来开展以后的工作。

成功、失败，这就好比一对孪生兄妹，与生俱来，浑然天成，他们地位等同。胜不骄，败不馁，也许人在最痛苦的时候，成长的更快，在生活和工作中做个有心人一切都将会好起来的。

我是班上的心里委员，一开始我以为这是一个闲职，但是经过了几次班会之后我渐渐对这个职位有了更深的了解，班上每个人性格不同，众口难调，要想协调好每个人之间的关系不仅需要班长，还需要心里委员从旁协助，让我们每个人都能过一个充实，有意义的大学生活。

在思想成长方面，我很喜欢每一次的例会，在那里我扬长补短，智慧的的思想不断的撞击，因为每一位优秀的人身上都有很多优点，自然每一个成员都是一本使我受益的大书。特别是我们的学长、学姐们，在他们身上永远有我学不完的东西。对“全心全意为同学服务”这句话有了更深的认识，当自己全身心的投入每一次学生会的活动时，我便深深的感觉到我们是同学的公仆，不论工作的哪一个方面都要考虑到同学的利益，也就是这一句话使我的责任感更强了，组织能力也有了很大的提升。在学生会里还有很多的经典语句，都让我受益匪浅。以及老师总结时说的时刻保持一颗进取心、时刻保持一颗平常心、时刻保持一颗忍耐心、时刻保持一颗中（忠）心。每一句话都但是一剂精神良药在工作中我不断的实践，领会，实践，随着时间的推移，我对这些话有了较深的认识，自身素质也提高了很多。每次会议结束后，我都会对其进行编辑，保存到学生会电脑中存档。

经过一个学期的相处，同学们基本上没什么心理问题，每位同学也学会了如何去处理人与人之间的`摩擦。

**心理委员工作总结篇三**

作为一名大三的心理委员，我和大多数人一样，经验并不是很多。但通过三年的工作经历，我由开始的\'一无所知到现在的略知一二，在心理老师的引导和自己的摸索下，渐渐成长起来。

在这刚过去的一年，我们班级的心理工作取得了较好的成绩。班级同学对心理委员的工作一向都很支持，这让我感到由衷的感激，更令我感到欣慰的是，我发现班级里的每一位同学都在成长，都在成熟，大家都在良好的心理环境下，保持着健康的心理状态，向自己的目标努力着。当然，在这喜忧参半的工作中，我也多多少少包含了一些自己的感情，我不仅需要时时刻刻关注身边的同学，而且还在无形中对自己的心理素质提出了更高的要求，最起码，我先要以一种积极乐观的态度去面对生活，去感染他人。在工作的过程中，我有了一些想法和体会，下面请允许我把自己的工作感受和大家一起分享：

随着社会的发展，大学生的压力越来越大，无论是来自家庭的，还是来自社会的，都使得每个大学生的心理承受着煎熬，我们会时不时的听见某某学校有同学跳楼、自杀等发生这是我们每个人都不想看到的结果。但从中我们可以得出一个结论，即心理健康对于每一个人的发展都起着越来越重要的作用。为了创造良好的心理环境，预防是必要的，那么如何才能预防心理问题的出现呢？学校在这方面费了很多功夫。为了让我们保持一种健康的心理状态，在心理老师的组织下，经常会有一些关于心理知识方面的讲座，比如说大学生恋爱、如何处理好人际关系、如何面对生活压力等，这些贴近我们学习和生活的话题为我们的个人成长指明了方向。每逢有讲座时，作为班级的心理委员，我都会让大家最大限度的参加，让同学们听听心理老师的开导与教诲。为了让同学们积极参与，我和班级另外一名心理委员商量，实行一宿舍一名额制度。就是说，无论如何，每个宿舍在有心理讲座的时候最少都要有一人参加。这样不仅对于听讲座的人有一定的促进作用，同时也可以利用同学们之间的交流宣传心理知识，互相开导。（我们要知道，一个宿舍的同学沟通起来要容易的多）在这临近毕业，压力越来越大的一年，很多同学都找到了打开心理健康这扇大门的钥匙，他们跟我说：讲座，真的很有用。

心理问题的发生一般都是潜移默化的，很多同学认为，暴漏自己的心理问题是一件很丢人的事，即使有心理问题，大家也总是埋藏在心底。为了避免萌芽状态的心理问题发生，作为心理委员，与同学多沟通，多了解同学们的心理状态就显得尤为重要。平日里，利用与同学闲聊的机会，去查究每一个同学的心理状态，因为这样同学们不会起戒心，有的时候就会将藏在心底的问题不经意的暴漏，以便于我们可以及时与老师沟通，将问题解决。在与同学沟通时，我会尽力做到多听、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。通过交流，久而久之，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。

作为班级的心理委员，我在恪尽职守，认真做好本职工作的同时，对于班级举行的各项活动也积极的组织和参与，并尽自己最大的努力与其他班委协调一致，安排好班级工作，以往举行过的班级春游、班级捐款等活动都很成功。在进行班级心理委员工作的同时，我也尽力促进班级的和谐与团结，为提高班级的凝聚力不懈努力着。心理委员，不仅仅是心理委员。

20xx年9月21日，我院艺术设计系某学生性情发生变化！经常独自在天台逗留，孤僻不愿意与人交流。周边的同学一下子紧张起来。我知道我该做点什么。我跟同班的密友们私下讨论了，争取他们的意见。第二天我们就分工合作，展开秘密行动。

我们打听了她最近发生的些事，初步了解到她是因为个人感情问题所困惑，虽然有了头绪，这一下子大家更紧张了，我们决定先让她安静下，不对她造成心理压力。

除了每天不经意的接近她，并不说什么，只是说开心点。还准备怎样劝解她，这时候我们想到了学校的心理咨询室，我找到学校的咨询老师，想她详细说明了情况。

20xx年9月22日晚，我们决定陪陪她，就叫她一起吃饭，其实大家知道她很难过，只是她就是不原哭出来，我们也不忍心说出来。

我们想有人陪她总是好的，至少比一个人好的多，饭后我们陪她去了她想去的天台，我们站在那里，可以看见很远，我们拉着她，城市的夜晚有些喧闹，也有些噪杂，不过这不影响我们对她的关心。我们只是静静的陪她，我们用真心，用眼神跟她交流，我们多希望她哭出来，哪怕说说也是好的。

突然间，她一直垂着的头看了我一眼，我知道她有话想说，可是欲言又止，呵呵，总算有反应了，不过，我想还是不问，只是想：小样，告诉你。有大姐在，你想做傻事，没门！那天，我是开心的，因为我觉得那天我们离友谊很近，离这个城市的浮华很远。我想该找个合适的时候跟她介绍我们的那位老师了，不过不能以心理辅导的方式，就说介绍个熟人她认识好了。

20xx年9月23日，我故意要求她请我吃饭，说介绍个人她认识，她没有拒绝，因为她心理还是苦的吧！

吃饭的时候她只是安静的吃，老师问她了，为什么不爱说话，最终还是坦白了。其实知道你不开心，跟你讲个故事吧！

老师讲的故事不长，但我知道她听懂了。

她看看我，有点生气，不过她的眼睛湿润了，她哽咽起来。我们看看她，轻轻的拍拍她的肩膀。

过去很久了，我忘不掉那个在天台的晚上，友谊离我们很近，城市的浮华很远。而现在她呢，是我的好姐妹！

我想生活没有过不去的坎！不是吗？我感激我的老师，庆幸我是一个心理委员！

一个人最重要的是善于发现自己的缺点，懂得自我批评，只有不断的改正自己的缺点才会有进步。这一年来，虽然我在同学的配合与支持下取得了一定的成绩，但我深知自己还存在一些缺点和不之处，主要表现在一下几个方面：

1、做事有时会鲁莽，计划不精细，有的时候在工作中会出现疏漏；

2、偶尔办事会急于求成，不能够脚踏实地，一步一个脚印；

3、想问题有时有过于理想化的倾向，会和现实有较大的差距。

面对以上不足，我会尽最大的努力予以克服，以更加认真和负责的态度做好未来班级心理委员工作，希望经过自己的努力，能够在班级里形成更健康的心理氛围，让同学们在积极、和谐的环境中朝着自己的目标前进。

**心理委员工作总结篇四**

班级心理委员工作总结和新学期工作计划转眼之间，大二的上半学期已经过去。我很荣幸在大一担任了一年心理委员之后，大二又被大家选为心理委员。经历大一一年的学习和工作，我已逐渐了解了心理委员的工作，也开始接受了这份工作。所以一升入大二，我就清楚地知道了自己的职责所在。

刚进大一时，我一直觉得心理委员是个闲差，心想都考上这么好的学校了，还能有什么心理问题啊。但后来我发现，真的不是这样，在同学们心中，真的存在很多心理问题，于是我意识到了心理委员的重要性。心理委员真的能成为很好的沟通桥梁，也真的能帮助班里同学缓解压力。

进入大二，我很快就进入了工作状态，开始了如下工作：

（1）了解班里同学来自那些省份，并将其存入手机，以便以后和同学有话可聊，能很快增进与同学之间的感情。

（2）给班级同学群发飞信，询问大家是否有困难需要帮助，是否有问题需要班委帮助解决。

（3）统计班里同学的生日，每到一个同学生日，我会在他生日的前一天晚上发短信告诉班里其他同学，并让他们在他生日那天给与最大的祝福，这样不仅增进了同学间的友谊，也让同学们感受到了班级的温暖。

（4）由于我是女生，怕一些男生遇到问题不想向我反映，我就叮嘱班长、团支书要多多注意班里男生的心理动态，有什么问题要及时帮助解决，还要通知我。

（5）开展以“交流与沟通”等为主题的班会，让同学们相互了解，减轻心理压力。

（6）每月按时上交班级心理排查表，让学院新协的领导放心。

在这半年的工作中，我也发现了同学们心里存在的一些问题，比如，有的同学课余时间很充足，却不知如何去用，结果让时间荒废，之后心里又后悔；个别同学性格稍内向，集体活动中有点胆怯害羞，不愿表现自己；还有许多同学在中学阶段都是班里的佼佼者，对自己定位比较高，而面对天外有天人外有人的环境，不能很好地调整自己的心态，去面对现实，接受挑战，以取得更好的进步。

这些问题，很多时候也困扰着我，但作为心理委员，我要想办法解决。所以我会通过阅读有关心理学的书籍以及参加学校组织的培训提高自己的心理素养和心理委员的工作能力，这样就能够较为正确的解决同学们从在的心理问题，我也会根据自己和同学的时间，有正针对性的和同学谈心交流，搞好和同学之间的关系，成为她们知心信任的朋友。

作为心理委员，我深知要具有强烈的责任感，所以每次我都按时参加学校举行的心理委员培训，并及时了解一些心理方面的知识，以及学校在这些方面的措施和政策，并且通过培训活动还与其他班级的心理委员交流与学习。

总体来说，上一学年的工作是比较顺利的完成了，但与学校的要求相比，我自身在工作当中还存在着一些不足，还有很多需要改进的地方。

（1）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”为主题的班会和活动。

（2）有时候不能和每一位同学充分交流，没能及时了解他们的心理困惑。

以上就是我对上学期工作的总结，虽然在筹划组织协调的过程中，遇到过这样那样的困难，也投入了自己相当的时间和精力，但能和同学们这么坦诚的交流，能让大家那么信任我，我真的很开心，也会觉得自己的工作是值得的。新的学年，我会继续努力，改进工作方法，帮助大家塑造一颗坚强的心，也会更积极配合学校、学院组织的相关心理活动，向班级同学宣传心理健康常识，鼓励大家以积极的心态面对生活、面对学习。当然，新的学期，我也会更加积极地配合班长、团支书的工作，使我们班更加有爱，更加和谐。

**心理委员工作总结篇五**

心理委员的

工作总结

该怎么写呢?下面是小编搜集整理的心理委员工作总结，欢迎阅读。

担任心理委员已经一年有余，几多欢笑，几多辛酸，几多收获。但无论如何，我始终以认真负责的工作态度，较好地完成了去年的工作。总结起来有以下几个方面：

第一，定期地在班级的内部宣传栏上宣传心理知识，向同学们宣传学校的心理求助机构和心理应急处理方案。

第二，较好地采用了舍长协助心理委员进行班级里同学们心理状况的跟进与了解的工作模式，建立了各位舍长之间相互了解与沟通的机制。

第三，比较密切地和有选择性地与班里一些同学进行沟通了解，及时地了解到班级里一些同学的心理状况，并取得良好的效果。

第四，每月定期地向心理咨询中心的黄老师汇报班级里的整个集体的心理状况和个别同学存在的心理问题，并向老师请教如何处理。

第五，与文娱委员，宣传委员合作，和本院兄弟班级十班进行了一场足球赛，本班自己举行了主题为“我自信，我成功”的联谊活动。通过这些活动，促进同学们的心灵交流和沟通，以及缓解学习上的压力。

第六，作为心理委员，具有强烈的责任感，每次都按时参加学校举行的心理委员培训。及时了解一些心理方面的知识，以及学校在这些方面的措施和政策，并且通过培训活动还与其他班级的心理委员交流与学习。

第七，带领我班积极参加学校组织的关于心理健康的活动。如参加心理咨询中心的黄老师在图书馆学术报告厅的健康心理知识讲座。如学校举行的“健康教育月”活动，我班同学积极参与主题为“珍惜生命”的心理健康征文比赛，并获得老师的称赞。

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，我自身在工作当中还存在着一些不足和缺陷有待提高，如下：

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，我与老师的交流是不够，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。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。

作为一名心理委员，在班上虽然说没有什么实质性的作用，但是却也是班委中不可或缺的一份子。作为同学们与心理指导老师之间的中间人，心理委员这一职务可以说是任重而道远。一名合格的心理委员要懂得去倾听别人的心声，而不是打击与嘲笑别人的缺点。至于该做些什么，该怎么做，心里必须得有杆秤，在做之前多衡量衡量。

一、定期的在班级的博客上面宣传有关心理方面的知识，在网上或书籍中查找相关方面的案例与解决方法，并发表到博客中供大家阅读。

二、有关方面的心理趣味测试是不可缺少的，通过一些趣味的问答，能够让同学们在开心之余了解到更多更有用的知识，这就是在快乐中学习。

三、按系心理部的要求，每两个星期跟同学们做一次心理问卷调查，并在上网时收集心理美文借鉴并写下来交到系心理部，分享给更多的同学，并可以为班级加分。

四、冬天已经渐渐展现出了自己冰冷的一面，而在这样的天气中，很多同学都喜欢在温暖的地方呆着，譬如被窝与开了空调的网吧，这在无形之中对网瘾与颓废情绪的增长起了很大的帮助，因此，让同学们对运动产生兴趣并拥有一个强壮的身体显得格外重要，而我也将在这方面尽自己最大的努力，争取效果更加明显。

五、加强与同学们的沟通，了解同学们的心理需要，主动与同学们谈心，接触性格比较内向的同学并发动开朗的同学去帮助并同化这些不善交际的人。

六、考试随着周末的到来而更加临近了，而我也将针对应试提一些建议，介绍一些减压方法，关注同学们的考前心理，激发同学们考试的潜力，以期能够在接下来的考试中超常发挥，取得更好的成绩。 心理委员本身就是一个需要大量时间和精力的岗位， 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。有一些事情我虽没法办到，但我尽力了，也希望大家给我时间成长和锻炼。心理委员这个独特的职位，如果用心去做，就能做得出色，而且非常出色，不仅可以获取人心，收获友谊，而且助人助己，最终促进自己终生成长。但如果不去努力，可能完全无所事事，其位置可能形同虚设。因此，心理委员是一个具有挑战性的学生干部新角色，能够最大限度地锤炼人的主动性、创新性和应变性。我会积极发挥主观能动性，在这个岗位上做出一番成绩。 还有要谢谢同学们对心理委员工作的支持和鼓励，欢迎大家给我提意见。我会努力改正并完善自己，争取做一个尽职尽责的委员的。

在这学期,我类作为心理委员会成员,为学生心理工作要做出一些贡献,然而,有许多缺点,仍然需要努力改善。

最初,该运动心理委员,是因为你喜欢这个职业心理,也非常希望,通过这个职位给大家解决一些心理问题。我很荣幸,我当眩在一个学期的工作,我深深感到,心理委员会也不放松姿势。它需要足够的耐心,需要保持在敏感的环境变化,需要让你自己保持乐观积极向上,的前提下,试图帮助同学解决学习上的问题在各个方面,同时,还对同学的宣传大学生心理健康知识。这个职位看起来容易,但伟大的责任。我也努力在自己的头寸把工作做好。

学生的心理状态是相对平衡,保持积极的态度,没有重大事件。但在一些时间,每个人的心里或改变。例如,在一个流就开始蔓延到我们这边,一些同学已经发生,但是与学生们的安慰,即流动的知识普及,这种恐慌心理留下。考前焦虑,它仍然是学生更严重的心理问题。如何帮助您解决这个问题上,一方面也一直困扰着我。虽然,我必须尽力帮助球队的学生,但是因为这种影响不大。这也是我仍然需要付出努力下学期的地方。

说,首先,我是企业的一部分,而不是一个很好的引导学生摆脱心理障碍。这主要是由于掌握知识是不够的,和技能是不够的。所以,下个学期,我除了需要添加相应的知识外,还可以与其他类的心理成员沟通、交流经验。当然,如果大学心理健康协会可以给我们提供这个平台,向我们介绍一些例子,这是再好不过了。其次,我不能对你做的所有朋辈心理辅导。这主要是由于学生之间的关系不是很好,尤其体现在男人与女人之间的关系的学生。所以,下个学期,仍然需要加强同学之间的关系。根据我的课程是一个相对安静的类,因此,下学期不需要太多的活动,但是课堂活动是必须举行,具体情况取决于下一学期的安排和决定。和,下学期需要加强作用的心理预测者。学生的心理问题,只有通过心理成员一个人,不是全面的解决方案,因此,长宿舍将强大的心理成员的助理。他们能够直接和深入的解决方案放弃朋友的心理问题,有重要的事情在最初的迹象,或报告。因此,心理上的预测者保持联系,交流是必要的。

这学期已经结束,不过我必须认真地完成任务,但工作或一些缺陷,所以我希望我能弥补下学期自己的缺点,做得更好,并欢迎老师学生的监督。

**心理委员工作总结篇六**

不经意间，一个学期很快即将过去，在本学年里，我很荣幸地被推荐担任了班级的心理委员。一开始担任这个工作，我很迷茫，不知道应该做些什么事，后来经过一段时间，我受益匪浅，学习到很多关于心理方面的知识，也深刻地认识到心理委员工作的重要性，于是我渐渐开始了解这个工作，也开始接受这份工作，最终也渐渐喜欢上这个职位。

在这一学期里，我试着努力地主动与同学们沟通，去倾听他们心里的困惑，去分享他们的快乐，去分担他们的烦恼，为此我做了以下工作：

作为心理委员，必须具备强烈的责任感课余时间主动去图书馆查阅相关书籍，也上网去学习一些心理知识，以此来提升自身的素养，提高服务同学的水平。

虽然这点做得有很多不足，但在来年我会更多地组织班级活动，策划一些看电影、玩心理小游戏等活动。

总体来讲上一学期的心理工作比较顺利，但也发现自身在工作中有一些不足和缺陷，有待改进和提高。

（1）没有充分地与每一位同学交流沟通，可能忽视了部分需要我帮助的同学。

（2）积极主动找我倾诉的同学不多，一般我只是随时的跟他们聊聊天顺便问一下男生那边的状况，这个还需有待加强。

（3）我班举办的心理活动不够多，参与面还不够广泛，有部分同学参加不太积极。

（4）自身的水平还比较有限，有些同学提出的问题我还不能给出合理的回答，处理问题的经验还不足。

鉴于以上问题，我在下一学期的心理工作中做如下打算：

（1）为提高大家对我的信任，我将一贯坚守保密原则。

（2）为方便同学们与我的交流沟通，我将统计大家的e—mail地址、qq号和手机号，建立一个完整的无障碍交流渠道。

（3）每周一群邮件的方式为每一位同学提供心理方面的小知识，小笑话以及一些音乐来缓解同学们的心理压力。

（4）继续主动联系同学，与他们交流掏心，并与其他班委举办更多的更精彩的心理活动。

（5）建立信息回馈制度。将自己和院或校心理咨询的联系方式、地址告诉每一位同学，收到同学们的信息及时给与回复，同时也鼓励大家对我的工作提出宝贵建议。

以上是我担任班级心理委员以来的工作总结，虽然在筹划组织协调中遇到很多困难，也投入了我不少精力，但我发现我的付出是有意义的，我很有成就感，总结教训，吸取经验，我会在以后的工作中更加积极主动服务同学，让我们这个大家庭更加温暖更加温馨，与大家一起快乐阳光成长。

**心理委员工作总结篇七**

非常荣幸，我成为了天津大学软件学院09级动画班的的一名心理委员，在短短的将近一年时间里，我与王开老师以及我校全体的心理委员，校院学生会心理部度过了非常愉快而且美好的时光。在这一年里，在老师的帮助和同学们的配合下，我们齐心协力，完成了一个个的任务，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。

首先当感谢大家的帮助。经过了心理委员培训和心理咨询室值班培训，老师帮我们指出并分析了大学生常出现的心理问题，如人际问题、恋爱问题、就业问题等等，不仅在相当程度上给我们补充了心理学的知识，同时教给我们克服心理困境的方法和途径，让我们受益终生。专业性的指导也让我们认识和喜欢上了了心理健康的世界，利用专业性的帮助来解决问题，科学合理的来维护心理健康，在开展班级工作中我们事半功倍，取得了良好的效果，同时对我们今后的职业发展起到了重要的作用。另外，通过这份工作使我更加的认识别人，也更加的认识自己，继而不断地改善和完善自己，使自己能够在科学的指导下不断进步，不断发展，一下是总结工作的几点收获。

我了解到心理委员的职责：宣传普及心理健康知识，使大学生更好地认识自己，了解心理健康对成才的重要意义，树立心理健康意识；介绍增进心理健康的途径和方法，便大学生[本文来自]掌握科学有效的学习方法，养成良好的学习习惯，能动地开发智力潜能，培养创新精神和实践能力；传授心理调适的知识和方法，使学生学会自我心理调适，有效消除心理困惑，自觉培养坚韧不拔的意志品质，提高社会生活的适应能力，增强承受和应对挫折的能力；解析心理异常现象，便大学生了解常见心理问题产生的原因及主要表现，以科学的态度待各种心理问题或心理疾病。

学会和同学心理沟通。我及时得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。并定期向院心理部汇报状况，也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。

积极配合，共同努力。在心理咨询室里，我认识了很多人，并因此结交了很多朋友，在举办学校的各种心理健康活动中，我们共同努力，和我的师兄师姐，同届以及朋辈的同学们同甘共苦，525大学生心理健康日我们顶着夏天的太阳在火辣辣的操场上开展心理健康节活动，在开展活动为大家排忧解难的同时，也锻炼了自己，这次活动我将终生难忘，也终生难忘我们一起奋斗的兄弟姐妹们。

但不可否认的是我的工作也有不少问题，总感觉自己没有真正把工作做到每位同学，很多工作都还没有到位。但是我想我会努力的！

总结经验，吸取教训，在以后的工作中，我会积极在会计二班这个温暖的大家庭中发挥应有的作用，与大家一起快乐，健康地成长！

最后，我想说的是：我，深爱着这个集体，深爱着这些可爱的伙伴！

**心理委员工作总结篇八**

非常荣幸,我成为了天津大学软件学院09级动画(1)班的的一名心理委员，在短短的将近一年时间里,我与王开老师以及我校全体的心理委员,校院学生会心理部度过了非常愉快而且美好的时光.在这一年里,在老师的帮助和同学们的配合下,我们齐心协力,完成了一个个的任务,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。

首先当感谢大家的帮助。经过了心理委员培训和心理咨询室值班培训，老师帮我们指出并分析了大学生常出现的心理问题,如人际问题、恋爱问题、就业问题等等，不仅在相当程度上给我们补充了心理学的知识,同时教给我们克服心理困境的方法和途径,让我们受益终生.专业性的指导也让我们认识和喜欢上了了心理健康的世界,利用专业性的帮助来解决问题,科学合理的来维护心理健康,在开展班级工作中我们事半功倍,取得了良好的效果,同时对我们今后的职业发展起到了重要的作用.另外,通过这份工作使我更加的认识别人,也更加的认识自己,继而不断地改善和完善自己,使自己能够在科学的指导下不断进步,不断发展,一下是总结工作的几点收获。

我了解到心理委员的职责：宣传普及心理健康知识，使大学生更好地认识自己，了解心理健康对成才的重要意义，树立心理健康意识；介绍增进心理健康的途径和方法，便大学生[本文来自]掌握科学有效的学习方法，养成良好的学习习惯，能动地开发智力潜能，培养创新精神和实践能力；传授心理调适的知识和方法，使学生学会自我心理调适，有效消除心理困惑，自觉培养坚韧不拔的意志品质，提高社会生活的适应能力，增强承受和应对挫折的能力；解析心理异常现象，便大学生了解常见心理问题产生的原因及主要表现，以科学的态度待各种心理问题或心理疾玻学会和同学心理沟通.我及时得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。并定期向院心理部汇报状况,也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。

积极配合，共同努力.在心理咨询室里,我认识了很多人,并因此结交了很多朋友,在举办学校的各种心理健康活动中,我们共同努力,和我的师兄师姐,同届以及朋辈的同学们同甘共苦,525大学生心理健康日我们顶着夏天的太阳在火辣辣的操场上开展心理健康节活动,在开展活动为大家排忧解难的同时,也锻炼了自己,这次活动我将终生难忘,也终生难忘我们一起奋斗的兄弟姐妹们.

但不可否认的是我的工作也有不少问题，总感觉自己没有真正把工作做到每位同学，很多工作都还没有到位。但是我想我会努力的！

总结经验，吸取教训，在以后的工作中，我会积极在会计二班这个温暖的大家庭中发挥应有的作用，与大家一起快乐，健康地成长！

最后，我想说的是：我，深爱着这个集体，深爱着这些可爱的伙伴！

**心理委员工作总结篇九**

亲爱的绵阳师范学院外国语学院级11班的人儿们，作为你们一年以来的心理委员，感觉很荣幸，很感谢你们对我各种工作的支持，在这里做一个小小的总结。

大一生活接近尾声，作为你们的心理委员，确实好像没有怎么为你们服务哈，只是自我感觉你们都可以自己调节的哦，可能是我太自以为是了，你们也许有些自己不能调节的状态，我又没有主动帮助你们调节，在这里说句抱歉哈，我没有很好的履行自己的`职责，确实惭愧，在这一年里，我们一起开过两个班会，都不怎么成功，简直太遗憾了，不知道是什么原因，我感觉自己好像没有能力调动你们的情绪一样，这个班委当得还真不称职。不管怎么说，平时很感谢有些同学积极参加心理方面的各种活动，真的谢谢你们支持！新的一年马上来临，我衷心希望班上有更好的同学来承担心理委员的职责，我愿意向你们学习，慢慢的提高自己，如果以后有同学需要我帮助的，请大胆来找我哈，我会尽我最大努力帮助你们。最后，我希望我们大家团结一心，共同进步，让我们的大学生活多姿多彩！加油！我爱你们！

**心理委员工作总结篇十**

随着大一生活即将落下帷幕，心理健康委员的工作也已经进入尾声。回顾过去一年，有值得继续保持的地方，也有需要继续努力的地方。现将总结如下：

1、启动第二轮心理健康访谈。鉴于上学期心理健康访谈取得了良好的效果，故这学期继续启动了第二轮。我们深入了学生宿舍，以交流的方式，在轻松愉快的气氛下，问了大家关于进入大学的适应问题，对专业学习的看法，以及对班级活动的意见和建议。心理健康访谈使大家更加了解自己，了解班级，促进了同学间关系的紧密，也提升了班级凝聚力。

2、“心理健康与大二适应”征文读后感活动。为了让大家更加适应即将到来的大二生活，能够衔接好大一与大二之间的过渡时期，我们从网上找到一篇贴近实际见解深刻的引导我们如何正确从大一向大二过渡的文章在同学间传阅。大家阅读积极，普遍表示感触良多，并写下了读后感想。此次活动让大家更加适应大学，更加了解自己的未来，为即将到来的大二做好更加充分的准备。

3、心理健康进寝室，愉悦心情小贴士。在每个寝室贴上第二期的小贴士。简短精致，给同学们的学习生活一些小小的提醒。对大家心情的改善起到潜移默化的作用。

4、心理测试。为了让大家更加了解自己，也让心理健康工作更加丰富，我们选取了一些有代表意义的心理测试给大家做，如“当代女大学生魅力测试”等，既达到测试心理的作用又愉悦了大家的生活，轻松了气氛。

5、诚信教育活动。通过前期班级学生心理访谈，询问大家对诚信教育的认识，以及对开展诚信教育活动的建议。以及后期在班级qq群中进行关于诚信教育的讨论，让大家深刻了解诚信是我们每个人义不容辞的责任，要时时讲诚信，事事讲诚信。

6、五特学生心理访谈。根据学校下发的文件分别从学习、生活、思想、性格、身体等五个方面对有特殊问题的学生进行了深入访谈，并做好详细记录。对于有特殊困难的会给与及时帮助。

7、配合大学生心理健康教育中心525“大学生心理健康活动周”的电影，讲座、征文。尤其是“5.25绽放心灵活出真我”征文比赛，积极号召大家参加。

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。我们通过进一步宣传、普及心理健康知识，提高大家对心理健康重要性的认识。同时介绍增进心理健康的方法和途径，提高大家自我调适能力，优化心理品质，使其能够以积极的精神状态面对学习和生活。但是也存在许多的不足，与老师，与同学的交流还不够，人文关怀还有待提高。自己感觉工作相对来说还有些慌乱，不够有序，也说明经验不足，阅历不够。在以后的工作中，我将在这些方面更加努力，争取做的更好。

心理健康委员房凯崔xx

二零xx年六月六日

**心理委员工作总结篇十一**

电力工程系心理健康委员会三月总结在新学期，院领导及各位老师对广大同学心理健康问题尤为重视，为此下发专门文件，在学院范围内开展与心理健康方面的活动。电力工程系心委会为贯彻学院号召，积极配合老师工作，认真开展工作。

以下是理委会在三月份的工作总结：

一、为了普及心理健康知识，宣传心理健康重要性，电力工程系心委会联合院心委会，于阶梯教室举行心理健康知识讲座，并邀请各班心理委员、寝室长列席讲座。讲座指出并分析了大学生常出现的心理问题,如人际问题、恋爱问题、就业问题等等，不仅在相当程度上为同学们补充了心理学的知识,同时教给同学们克服心理困境的方法和途径，受到广大同学的一致好评。

二、电力工程系心委会与院系心委会共同联合，深入寝室进行宣传，通过散发传单的方式普及心理健康知识，告知各寝室长预防心与发现存在心理健康问题的方法，同时认真聆听来自各寝室长的声音，并做出相应处理。

三、为迎接“五月心理健康活动月”的到来，电力系心委会与院心委及各系部心委会多次讨论协商共同策划了一系列以心理健康为主题的活动，目前这些活动正在积极筹备中。

四、电力工程系心委会参与心理咨询室周一至周三的执勤工作，心委会的干事们在工作期间认真负责协助老师接听，做好咨询记录，给前去心理咨询室咨询的同学提供周到的服务。

五、每周四早晨心委会负责执勤工作，在执勤期间对于违反《学生手册》上的行为进行劝阻纠正。在正常完成本部门任务的情况下，心委会还帮助生卫部对晚就寝情况进行了检查。

六、心委会委员每周按时参与电力工程系学生会委员例会，及时汇报部门工作状态，部门内部不定期进行讨论，分配任务，解决部门干事工作上的问题与不足，激励成员们以热情饱满的斗志开展心理健康工作。

力工程系学生会“为同学服务，为老师服务”的工作，做好学生与老师之间的桥梁作用!

**心理委员工作总结篇十二**

在这一学期中，我作为班级心理委员，为同学们的心理工作做了一些贡献，但是，还存在着许多不足，仍需要自己努力改进。当初，竞选心理委员，是缘于自己喜欢心理学这门专业，同时也很希望，通过这个职位为大家解决一些心理上的问题。很荣幸，我当选了。在一学期的工作中，我深刻感受到，心理委员也不是个轻松的职位。它需要足够的耐心，需要保持对身边环境变化的敏感，需要在保持自己乐观积极向上的前提下，想方设法帮助同学解决在各个方面存在的问题，同时，还要向同学们宣传大学生心理健康知识。这个职位看似轻松，实则责任重大。我也努力在自己的岗位上把工作做好。

本学期，20xx年10月30日至11月1日，学校组织了班级心理委员培训。我积极参加，并认真作了笔记。在培训中，老师们告诉了我心理委员的职责与义务，教会了我如何识别大学生心理问题，如何通过朋辈心理辅导解决同学们的问题，等等。此次培训，对我的工作起了一定的作用。

20xx年11月6日，我与两位宿舍心理气象员共同参加了学院组织的心理沙龙——心理素质pk赛。虽未取得名次，但也从中学到了一定的心理知识。

20xx年11月22日，理学院心理健康协会举办了新生训练营——八闽欢乐行。在全班的共同努力下，我班获得了优秀奖。

20xx年12月1日，我同班长、学习委员共同开展了关于半期考总结的主题班会，我负责了考后心理调适的环节。我主要通过查找资料的方式，帮助同学们做好半期考后心理调适的工作，并且向大家介绍了我校心理咨询室，鼓励大家在须要的时候，能够向其主动寻求帮助。由于本学期甲流相对比较严重，我班男女生均有出现被隔离的情况。在被隔离期间，未被隔离的同学有向被隔离同学送出关怀，送去慰问，而被隔离的同学也有以短信的形式表达自己的感谢。这种活动在很大程度上，增进了同学们之间的感情，能够让大家在患难之中见真情，能够把隔离所带来的消极情绪转化为积极情绪，这是处理这种意外事件比较良好的方式。同学们的心理状态相对比较平衡，保持着积极的态度，没有出现重大事件。但是，在部分时期，大家的心理还是有所变化。例如，在甲流刚开始蔓延到我们身边时，部分同学有出现恐慌，但随着同学们的安慰，即甲流知识的普及，这种恐慌心理随之烟消云散。考前焦虑，依然是同学们比较显著的心理问题。如何帮助大家解决这一方面问题，也是一直困扰我的。虽然，我有尝试去帮助身边的部分同学，但自认为效果甚微。这也是我下学期仍需努力的\'地方。

说到不足，首先，我在部分事情上，不能很好地引导同学摆脱心理障碍。这主要是由于自己所掌握的相关知识不足，及技巧不够。因此，下学期，我除了需要补充相应知识外，还可以同其他班的心理委员进行交流，沟通心得。当然，如果学院的心理健康协会能够给我们提供这一平台，并向我们介绍一些实例，是再好不过的。其次，我不能对每位同学都做到朋辈心理辅导。这主要是由于同学间的关系还不是非常融洽，尤其体现在男女同学的关系上。因此，下个学期，还需加强同学之间的关系。基于我班是一个相对比较安静的班级，因此，下学期不需要太多的活动，但是班级活动是必须举办一次的，具体情况要视下学期的安排而定。

还有，下学期需要加强宿舍心理气象员的作用。同学们的心理问题，只靠心理委员一个人，是不能周全地解决的，因此，宿舍长们将成为心理委员强有力的助手。他们能够直接并深入地解决舍友们的心理问题，有重大事情的苗头时，也好上报。因此，与心理气象员保持联系，做好沟通工作是必要的。

助到有需要的朋友。

**心理委员工作总结篇十三**

在过去的一年中，本人担任班级的生活委员兼心理委员。

在大学，生活和学习并重，生活委员也不同于念大学以前，在初高中，生活委员主要负责班费的管理以及协助其他班干部做好班级工作，而大学的生活委员还需要协助同学关系的处理，班级活动的进行。

在刚担任生活委员的时候，由于以前做生活委员的经验，而想当然的觉得大学里的生活委员做起来也不难，后来随着班级活动的举行如团日活动等才意识到自己的不足，我重新明确了自己的工作范围，并及时改变了自己的工作态度，认真协调同学关系，并记下班里每位同学的民族与生活习俗，避免出现问题时因不了解对方的民族习俗而造成同学之间的不和谐，同时积极协助班长及团委组织班级各种活动，如在班级参加篮球赛时，积极认真的为参赛同学做好后勤工作，并组织同学去为他们加油。团日活动时，协助团委做好活动准备事宜等等。

同时我还兼作心理委员，作为一名心里委员要想优质完成工作，首先必须具备良好的心里素质，树立正确的世界观人生观价值观，其次要有良好的沟通能力，以及一定的亲和力，能和来自不同地域，生活习性各异的同学进行良好的交往。为了提升自己的能力，更好的为同学们服务，我经常阅读，查阅相关方面的资料，并在与同学交往过程中参考自己查阅的案例，以便能对同学进行更好的帮助。在班级活动中，及日常生活中，对有需要的同学进行积极的帮助，使他们能更好，更快的融入班集体。

总体来说，即将过去的这一学年我的工作比较顺利的完成了，各项活动的开展也比较成功。但与学校与同学的的要求相比，我自身在工作当中还存在着一些不足和缺陷有待提高，如下：

第一，由于自身经验的欠缺，对同学的心理辅导某些方面还不够成熟。

第二，没有充分和每一个同学进行沟通。

第三，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。

此外，我与辅导员和班导的交流还是不够，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，。

同时在这里我还要感谢老师及各位同学这一年来对我的信任，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。

在接下来的三年同窗时光中，如果同学们有什么问题，我会尽力去帮助解决，让我们一起品过最后的青涩。

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。

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn