# 心里委员会工作总结(热门23篇)

来源：网络 作者：风吟鸟唱 更新时间：2025-03-12

*心里委员会工作总结1我们的大一生活的即将结束，而我作为生活的委员以及心理委员。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。现在我将这学期工作总结如...*

**心里委员会工作总结1**

我们的大一生活的即将结束，而我作为生活的委员以及心理委员。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。现在我将这学期工作总结如下：

作为心理委员：

经过一个学年的工作，以及各位同学的帮助配合，对于心理委员的主要职责我已十分了解。

1．每学期，作为心理委员，我都按时参加了学校举行的心理委员培训。及时了解了一些心理方面的知识以及学校在这些方面的措施以及\*\*。

2．本学期，心理方面的主要活动是“525”大学生心理健康活动月。“525”取谐音“我爱我”，针对这个特殊的日子，学院\*\*了看心理电影，开展趣味心理运动会和“525”关注心理健康的现场签名，以及出心理小报等宣传心理小知识等一系列活动。在院团委和心理咨询室\*\*的趣味心理运动会比赛中，我们班共有李云辉，刘美玲，廖飞瑶，唐春红四位同学参加了游戏，班上绝大多数同学也作为拉拉队员参加了运动会。经过全系的共同努力，商贸旅游系获得了团体第一名。杨赛，李云辉参加了心理小报的比赛活动。

3．同时，在本学期，我们也\*\*策划了一次以“自信”为主题的班会。“自信，是一个成功人士必不可少的品质”.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，从心底不断增加自己的自信心。班会举办十分成功。

4．在学院心理咨询室\*\*的心理小故事征文比赛中，我们班的阎婷获得了院二等奖。

5．每个月，心理委员必须填写心理情况的排查表，每个月底交给辅导员。我也定期每月向辅导员汇报班里的个体的心理状况

6，\*时，及时了解班级各位同学的心理状况，透过寝室长了解每个同学，一旦发现异常情况的，立即反映给辅导员。对于这项工作，我本学期我们班一切情况的正常，并未出现任何异常情况的。

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，争取做更好。

**心里委员会工作总结2**

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，我一直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\*\*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\*\*，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\*\*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，并获得老师的表扬。

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，有一些没有得到本质性地解决。有一些工作计划，由于某些原因，也没有得到施行。

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\*\*的发言，气氛也会特别轻松，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，我已经特别了解。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。很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，才能准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。

在接下来的学期，工作中必然免不了有些挫折和缺陷，但我会尽力做好每一件事情，不断完善自己。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，让我们一起把工作做到最好，让我们每个人都拥有一个健康的心灵。

**心里委员会工作总结3**

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\*\*，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，xx年10月30日至11月1日，学校\*\*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。

xx年11月6日，我与两位宿舍心理气象员共同参加了学院\*\*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。

xx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。

xx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\*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\*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\*\*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。

**心里委员会工作总结4**

作为一名大一的心理委员，我和大多数人一样，经验并不是很多。但通过一些工作经历，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。

在这刚过去的半年，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：

>一、鼓励参加心理讲座，净化心灵

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。

>二、多了解，多沟通

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。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。

>三、积极组织参与班级活动

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。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。

>四、自我感想

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。这半年来，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。

大家好！

预祝所有的同学在新的学期开心，健康，幸福。

首先，感谢老师同学们对我在工作上的支持，和对我的信任，这让我十分的开心和激动。

在上个学期，我们班积极的参加了校、院组织的各项活动，在寝室文化大赛获得优秀奖，篮球大赛第二名，NOBODY舞蹈大赛第一名的好成绩。同时，举办了感恩节班会，每个人都积极的准备，致使班会举办的非常成功。同时让我感受到了同学们的热情和班级凝聚力的强大。在扫雪活动中，大家都十分努力的自己的做好分内之事，团结向上，富有朝气。总的来说，我为我们这个班的每一名同学感到骄傲和自豪！

本学期，我将尽最大的努力做好自己的职务，对于同学们提出的要求和建议尽自己最大的努力去完成。同时多多寻找一些心理健康的知识，心理测试等等，以便放松大家的心情，有个宽松的学习环境。积极的配合其他班级干部进行工作，努力的把我们班建设的更好，让大家有个非常美好的大学生活记忆。

**心里委员会工作总结5**

时光飞逝，转眼间已经过了一学年，心理委员工作总结。在这个学期里，我们进行了很多的活动，并获得成功，当然这离不开同学们的支持和帮助，这个集体里我觉得很温暖也很快乐。

这一学期，我们开展的很多活动包括：羽毛球比赛，游抱犊寨，团日活动，运动会等，每一次活动的准备和进行，我们都进行多次的讨论，在一起的讨论中寻求最佳方案，并且进行明确的分工合作，以及活动的举办离不开同学们的积极配合。我印象最深刻的还是运动会，在会上同学们一起为班级加油，运动健儿们为班级争光，每一身影，每一次呐喊声在我心中都留下了深刻的印记。在这个活动中我们取得优异的成绩，当时，我油然而生的自豪感：这就是我们团结的xx电子商务班。

作为一名心理委员我觉得自己的工作还是一般，更多的时候还是辅助其他干部进行工作。但是对于我来说只要对班级有益处的工作，只要需要我，我就会尽自己最大的努力完成工作，工作总结《心理委员工作总结》。因为集体的荣誉就是我们大家的荣誉。

通过这一年来，觉得同学们通过相互熟悉和理解，在学校的学\*和生活也学会了安排，大家一起都有了不少成长，也希望大家能好好调节自己的身心变化，心情不快时可以向朋友们诉说，倾诉也是一种放松的方式，我也希望我能成为大家倾诉的对象。这是我奋斗的目标。

这一年的工作我很开心，在工作中得到了锻炼，也希望能更好的为大家服务。我也会继续努力，一起和大家为我们的09电子商务班奉献自己的力量。

**心里委员会工作总结6**

入学以来，在我己的亲身体验和与同学交往的过程中，我发现我们在适应大学生活中主要有以下几个方面的困难：1学习方式由被动学习变为研究性的自主学习，但好象一下子失去了航标，比较盲目。2课余时间一下子多了许多，成了时间的主人后有时反有空虚的感觉。3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。4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。

学校非常重视学生的心理和思想上的问题，多次组织各班心理委员开会，还开展了一些有关大学生心理辅导的讲座，这些日子以来我深切地感受到，要想干好心理辅导委员的工作，至少要具备四心细心，爱心，真心，热心。我给自己设订了这个工作态度，就在朝着这方面努力。

大家都是大学生了，有自己的想法和思维方式，所以心理辅导委员的工作就要有较好的工作形式才行。有一次，心理辅导老师给我们开会，我给她讲了工作中遇到的困难，她说：“心理辅导委员要做到真正关心集体里的每一位成员，工作方式上要做到‘润物细无声’是最好的境界了。”感觉老师说的很对，我要在无形中提高大家的心理素质，帮助大家共同成长才行。另外，接受了专业的心理辅导委员的培训后，我在策划着一次和其他班级的联谊活动，预计做一些很调动大家情绪活跃气氛的心理游戏，准备让大家认识更多的朋友，更好地展示自己的风采。

这些日子以来，同学们在互相学习\_同进步，在克服困难中体会着成长的乐趣，在互相影响中丰富着自己的内心世界，不少困难已经得到很好的解决。

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10社会工作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！

**心里委员会工作总结7**

不经意间，大一的上半学期很快的过去了，在大一的上半学期中，我很荣幸的当\*\*班级的心理委员。在一开始担任这个工作时，我感觉我自己的心里真的很迷茫，不知道自己应该去做一些什么事情。后来，我为了加强我自己的工作能力，通过阅读了一些有关于心理健康的书籍，我感觉到自己受益匪浅，同时我也学习到了许多关于心理健康方面的知识，因此也让我由一开始的一无所知到现在的对于心理健康有了一定的了解。而且虽然在工作中免不了有一些挫折与缺陷，但我都尽我自己最大的努力做好每一件事情。同时在工作的过程中，我也深刻地认识到心理委员工作的重要性，也开始渐渐的喜欢\*\*这个工作。同时，我也因为这个工作学到了很多我以前并不知道的知识，比如说，我以前从来不知道5月25日是什么日子，但经过阅读了心理健康的书籍后，我知道了5月25日是大学生心理健康日。而且，在这些日子的工作中，我也渐渐的明白了心理委员的含义，同时，在这个工作中，我也多多少少的包含了自己的一些感受。我不仅仅需要时时刻刻的关注身边的同学们，而且我还能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。

在大一的上半学期中，我们班也开过一次有关于心理健康的主题班会，在这次班会中，我很高兴的发现我们班的同学们心理素质都很好，大家都很快乐，心里也都很乐观。因为我自己阅读过许多的有关于心理健康的书籍，我感觉那些书籍对于我来说相当于一次心理培训，一次关于心里的讲座，因此，我想我大概了解到了心理委员的工作主要有下面几个方面，这几个方面也是我自己关于心里方面的总结。

1、协助老师了解、收集同学们的心理信息，及时汇报异常情况。

并且经常关注同学们的心理健康情况，并即使回报给老师。当然我发现我们班没有出现异常的情况，并且，我相信以后也不会出现类似的情况。但我觉得这种方法还是应该保留下来，所以我觉得自己心理委员的这个工作责任还是非常重大的。

2、向同学们普及心理健康知识。我发现现在的许多同学都会觉得自己因为不是心里专业的。

所以并不需要懂得什么关于心理健康方面的知识。我认为这种想法并不是对的。我认为我们每个人都应该懂得一些基本的、解决一般情绪问题的方法，例如：倾听、安慰这些小小的举动都是很有用的。另外我觉得我们学校跟学院也会定期开展一些心理健康知识的活动和讲座。我做得不够好，就希望大家多点去参加一些有关于心理方面的讲座和活动。

3、并且，我觉得这一点所描述的方面是比较可行的，就是疏导和缓解一些同学们的不良情绪，以及不健康的心理问题而且在这方面我还是比较注意的。

不只是我，其实我们班有很多同学在这方面都做得很好。那我的想法就是以后如果有什么不开心的话，你们就找我吧，或者找其他同学，最主要是不要憋在心里，一定要说出来。

不过，我觉得总体上来讲上一学期的心理工作还是比较顺利的，但是我还是发现了许多自身在工作中的一些不足的方面和缺陷，这些方面有待提高和改善。比如说，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。还有，自身的水\*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等等的一些问题。但是，我一定会继续努力。

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的阅读，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\*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。

**心里委员会工作总结8**

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：

1.心理讲座，丰富心灵

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\*\*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。

2.了解同学，心理沟通

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。

3.积极配合，共同努力

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\*\*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\*使得同学们互相帮忙，拉近了我们同学们之间的距离。我们\*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。

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。

**心里委员会工作总结9**

这个学期自己荣幸的担任了班级的心理委员，一开始担任这个工作时，我感觉非常茫然，不知道心理委员该做些什么？经过一学期的工作和学习，我渐渐地开始了解这个工作，也开始接受这份工作，也意识到心理委员在班上的重要性，比如说班上有同学出现了心理问题或是心理压力，这时心理委员就是最好的沟通桥梁，我在这一学年里，也试着努力地与同学们沟通，了解同学们是否存在着心理问题。每月认真了解班级同学的心理状况，关注班级同学的心理行为，参加学校\*\*的心理活动与培训，并按时上交心理健康汇报表。入学以来，在我己的亲身体验和与同学交往的过程中，我发现我们在适应大学生活中主要有以下几个方面的困难：

（1）学习方式由被动学习变为研究性的自主学习，但好象一下子失去了航标，比较盲目。

（2）课余时间一下子多了许多，成了时间的主人后有时反有空虚的感觉。

（3）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。

本着对这些问题的思考我尝试着去做一下事情：

一：通过阅览书籍以及参加学校\*\*的培训提高自己的心理素养和心理委员的工作能力，能够较为正确的解决同学们从在的心理问题。

二：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，成为他们知心信任的朋友。

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。

四；作为心理委员，必须具有强烈的责任感，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\*\*，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和缺陷有待提高。

一：没有充分和每一个同学进行沟通。

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。

三：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。四：我与老师的交流不够，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。

介于以上的经验和不足，在下一工作段作出如下打算：

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；

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，以便更好的与同学们交流，帮助同学们保持健康积极的心态；

三、加强与班委的沟通。一个人的精力毕竟有限，难免顾此失彼，我会加强与班委们的交流，尽量让同学们在日常学习生活中都保持健康\*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\*复；

四、在班级中积极开展心理主题活动：例如，期末迎考阶段，我会准备有关减压的知识主题帮助大家以健康\*和的心态，积极地迎接考试。每次主题完成后会发送qq邮件给全体同学，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\*和的心态。我们的班级qq群已经建立，今后我会不断通过这个\*台与大家分享心理知识的阅读，也欢迎大家积极参与进来，内容形式不限，可以是文档，也可以是优秀的心理电影，有关心理知识方面的讲座，励志的演讲等等；

五、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。

以上就是我自担任心理委员以来的工作总结及计划，虽然在筹划\*\*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精力，但当发现自己的工作对同学确实有所帮助时，我逐渐喜欢\*\*这个职务，总结经验，吸取教训，在以后的工作中，我会积极在商英1301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。

**心里委员会工作总结10**

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：

1、心理讲座，丰富心灵。

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\*\*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。

2、了解同学，心理沟通。

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。

3、积极配合，共同努力。

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\*\*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\*使得同学们互相帮忙，拉近了我们同学们之间的距离。我们\*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。

心理委员工作总结10篇（扩展8）

——学习委员工作总结

学习委员工作总结

**心里委员会工作总结11**

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。

**心里委员会工作总结12**

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，xx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。

xx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。

xx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。

xx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。

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。

在接下来的学期，工作中必然免不了有些挫折和缺陷，但我会尽力做好每一件事情，不断完善自己。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，让我们一起把工作做到最好，让我们每个人都拥有一个健康的心灵。

**心里委员会工作总结13**

转眼间大学生活竟已过了一年多了，在这一年的时间里，我一直担任着班上的学习委员这一职务。刚上大学时，本着为同学们服务，和提高自己的能力的双重目的竞选了这个职务，最终呢，我得到了同学们的信任，当\*\*我们土木二班的学习委员！这件事情使自己备受感激和鼓舞。改选了两次班\*\*，可他们还是我\*\*我的。在这一年的工作和学习中，我的处事能力和工作能力都得到了很大的提高。我和各位老师以及同学们的感情也增进了不少，记得前两天两课老师没来上课，新任的学委问我要老师的电话号码以问没上来课的缘故，可惜我曾经忘了问了，于是发个短信问以前的两课老师，一分钟不到就知道了，同桌很是于惊讶我神通广大的短信，其实这都是当学习委员时培养了我交际的缘故。下面呢，是我对自己工作一年来的总结吧！

学习委员是班上的一个重要的职位，在我当初当上它的时候我就在想，一定要不辜负老师及同学们对我的信任和\*\*，一定要把工作做好。

然而之后我才发现。现实却不是我想向中的那样，虽然有了好的工作计划，但是没有好好去的做，还是没有用的。后来我深深的反省了自己，有的地方确实不是做得很好：在课堂上，没有好好去的维持纪律，因为我想，都是大学生了，应该不用我们多管了吧，再多管的话，就会觉得我很烦了，就没有多管，所以课堂纪律一直就不能算很好，因为一个班中难免有几位活泼点的同学。还有的就是有的\*\*布置下来的一些活动宣传得还不是很到位。我觉得这点是我做得很不够的。毕竟这是和同学们非常的密切相关的，要是我的失误而造成同学们的不便，那我还能算是学习委员吗？另外，在普通话、英语四级考试和计算机二级考试的报名中，一些同学仍在规定的日期范围之外报名，有时候我会很生气，弄得某些同学也不高兴，这是我的不对，不论怎么样我都应该以很好的态度去对待每一位同学的。不过还有些工作是我做得比较满意的。

一、能够积极地配合老师工作，安排课\*\*按时收发作业，传达老师的学习任务。

二、上课虽然有时候开些小差，但还是能够认真听讲，不说与课堂无关的话，做好班级的表率，并及时提醒爱说小话的同学认真听课。

三、积极的去了解同学们的学习情况、生活状况以及思想动态，帮助有困难的同学。

四、认真做好课堂考勤工作，帮助任课教师对班级同学的了解。五、在英语四级考试和计算机二级考试或其他考试的报名过程中，鼓励同学们积极报考，每次考试前，督促同学们用心备考。鼓励本应过计算机二级却还没过的一些同学下次努力准备。

六、针对班上那些不爱学习爱上网，爱玩游戏或不遵守纪律的同学，给他们做思想工作，分析上网、玩游戏的利与弊，上大学的目的及不遵守纪律会带来的严重后果，鼓励他们积极向上，做一名合格的大学生。

七、主动搜集同学们对教学管理方面的建议或意见，并把好的建议及时传达给任课老师。

八、由于学校没有\*\*发作业本，\*\*同学们批发作业本，既让同学们有作业本轻松写作业，也节省了开支。

九、经常鼓动同学们参加一些有意义的课外活动，特别对于个别曾经只关心学习成绩的同学起了很大作用，也让他们体会到了参加这些活动所带来的乐趣。

十、无论何时何地，只要同学们有疑问和困难的，我都会积极回答与帮助，如果我的能力有限，我也会寻求他人之帮助。

经过同学们一年多的努力，我们班的学习成绩有了很大的提高，学风也有改善，报考四级的人数达到了100%，而且我们二班被评\*\*”优秀班集体”，我们班的成绩也是全年级最好的，这种优良学风的形成与我们班所取得的优秀成绩，离不开我们每一名班\*\*的努力，也离不开班上同学们的积极配合和对我们工作的\*\*，前一阶段我们取得了成绩，在今后的班干工作中，但相信他们会更加努力，为让我们班的未来更加美好而努力！

**心里委员会工作总结14**

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\*\*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\*\*，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\*\*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\*\*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。

在接下来的学期，工作中必然免不了有些挫折和缺陷，但我会尽力做好每一件事情，不断完善自己。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，让我们一起把工作做到最好，让我们每个人都拥有一个健康的心灵。

**心里委员会工作总结15**

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\*\*，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：

>一、鼓励参加心理讲座，净化心灵

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、\*\*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\*\*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\*\*。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。

>二、多了解，多沟通

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。\*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。

>三、积极\*\*参与班级活动

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\*\*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\*\*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。

>四、心理突发事件的应急与处理

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！

>五、\*\*\*\*

一个人最重要的是善于发现自己的缺点，懂得\*\*\*\*，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\*\*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、\*\*的环境中朝着自己的目标前进。

**心里委员会工作总结16**

转眼大半年很快就过去了，担任了一学期的宣传委员，我认为对自己的本能工作更有了进一步的了解。作为宣传委员主要负责的是配合班长、团支书指派的任务，策划制作班级里的板报，宣传栏和安排征稿，宣传委员不仅是配合老师做好班级的工作，还是调节班级气氛，沟通同学之间感情的桥梁。在必要的时候做好宣传，使同学们在班会上积极地发表自己的看法和意见，及时的了解同学们的意见 ，适时的解决 他们所提的问题。刚开始，以为只不过是简单的事，没什么好担心的，再后来的工作中才发觉，它其实也有那么一点挑战性。

板报的制作过程是辛苦而又充满乐趣的，随着班规的颁布，当我在台上讲：\_希望大家能踊跃报名时同学们都积极响应，加入板报小组，那时我真的很感动，为他们的\*\*，也为他们的信任。现在板报小组的雏形已形成。这证明了一点，同学们都愿望把我们班级建设成优秀班级而出力。每当看着自己设计的图案在黑板上出现，宣言明亮快活的颜色就是我们的主色彩，是我们勃勃生机的体现。

在系部征稿中，出现过一些小问题，班上的同学都很谦虚说自己文笔不好，我回答说：\_不管好不好能写就行，其实也是缓兵之计。为了保证交稿质量和数量，被分配的同学就必须在专业学习之余挤时间写稿，真的很感谢他们对班级工作的\*\*，这也充分体现了班级的凝聚力。

在这一学期的学习生活中，学校，学院及班里\*\*了许多活动，促进了同学们之间的感情。在活动中，我不论是号召宣传还是参与其中，我都享受到了无穷的乐趣，也放松了心情。同时我懂得了如何更好地做好工作，如何和班委有效地分工合作，如何和同学们沟通交流并且做好他们的工作。但是，我的工作还存在不足之处，如：有时候大家不主动\*\*配合我的工作，同时在沟通与交流方面还存在不足，我会在以后的工作中积极改进，力争把不足之处得到提高。与此同时，我也会将班中存在的不足给同学们指出并一同改进。这个学期快结束了，在下一学期里，我希望我们班继续保持良好的班风，使之能体现我们班的良好风貌。其实每个人都有自己的缺短，我们应该互相取长补短。既然担任了宣传委员的工作，就应该尽心尽责地去做到更好。

心理委员工作总结10篇（扩展7）

——优秀心理委员工作总结3篇

**心里委员会工作总结17**

大学生活已过了一年，在这一年的时间里，我一直担任着班上的学习委员这一职务。首先感谢当初竞选的时候同学们都很\*\*我。在这一年的工作和学习中，我的处事能力和工作能力都得到了很大的提高。我和各位老师以及同学们的感情也增进了不少。以下我对我这一年的工作做一个总结。

有些工作是我做得比较满意的：

1.能够积极地配合老师工作，安排课\*\*按时收发作业，传达老师的学习任务。

2.帮助任课教师对班级同学的了解。

3.当考试时间安排出来时，仔细地记录下来，通知每个补考的同学，并且帮助一些同学找些相关资料复习。

4.在计算机等级考试报名过程中，鼓励同学们积极报考，每次考试前，督促同学们认真备考。

5.经常鼓动并带领同学们参加一些有意义的课外活动，如：汉语书写大赛，书法比赛等等有利于提高学生综合素质的比赛。

6.主动召开班会，鼓励同学们互相交流学习方法、互相帮助，让各位同学更好的融入了良好的学习氛围中。

7.无论何时何地，只要同学们有疑问或困难的，我都会积极解答与帮助，如果我的能力有限，我也寻求其他人帮忙。

8.对于个别一直只关心学习成绩的同学让他们积极与人交流融

入到德智体美劳全面发展的生活中，也让他们体会到了参加集体活动所带来的乐趣。

9. 在考试前\*\*提醒同学们复习，让同学们认真仔细的对待考试，并由学习成绩好的同学讲课，帮助学习有困难的同学通过考试。

10.为更好的完善学习学风建设，我根据班上同学的实际情况在大一第一学期\*\*同学们集体上晚自习，对于不配合的同学给予批评和督促。

11.积极配合班长、团支书以及其他班委，认真工作，全心全意为同学服务，积极主动帮助学\*\*有困难的同学。

12.通知好每次调课或者调课室的安排，还有考试的时间等。选课时尽力把相关信息传达给大家，努力解决期间同学们遇到的问题。使同学们正确及时的选到满意的课程。

13.认真总结计算班级成绩，让同学们尽快获得学习成绩的信息。 在工作中觉得应该要做到以下这些：

1、 用一颗积极、负责任、真诚的心去对待同学和工作。

要做好一件事，如果不负责任，办事漫不经心，这不但不能按时完成学校、班级规定的任务，而且会损害到同学们的利益，耽误同学们的学习，甚至会有损班级的名誉。在学习工作中更要以真诚的心去对待每一位同学，不论成绩的好与差。学习委员是班上的一个重要的职位，在我当初当上它的时候我就在想，一定要不辜负老师及同学们对我的信任和\*\*，一定要把工作做好。到现在，一年多过去了，我也自认为把这个工作做得很好。

2、 以身作则，为大家做实事儿，带动大家好好学习。

何谓班干？班干就是为大家做实事儿，以身为则的人。如果一个人只为虚占其名，为自己利益着想，把其他同学和班级的利益摆在其后，这不但会耽误整个班级成绩提升的进程，而且会辱没了这个职位。我深知自己为什么能得到这个职位，那是因为老师、同学们对我的信任。当我在工作中遇到困难的时候，我都会鼓励自己。做一件事儿，既然做了，就要做好。如果三心二意，还不如把这件事让给别人去做。每一件事儿对我来说都是一次锻炼，没有锻炼何来自身综合素质的提高，经验的积累呢？我在此也感谢老师、同学们给我这个锻炼的机会。

经过同学们一年的努力，我们班的学习成绩有了很大的提高，我相信，在大家的努力下，我们的班集体会更加美好的。我们班的\'学习成绩和学风都会有进一步的提高。

**心里委员会工作总结18**

斗转星移，时光飞逝，不知不觉中大学的第一学期已经结束了，美好的时光总是在稍不留意间就悄悄溜走了。还记得在评选班委的时候，是同学们给了我这个机会。我从来都没有忘记自己身上的责任，我会用我不懈的努力来证明我不会辜负同学们对的期望。

我一直都认为生活委员是一个快乐的工作。既能帮助同学做一些力所能及的事情，又能通过这个过程，更加了解同学们。作为102534班的生活委员，我在王老师的关怀和指导下，以及班委与全体同学全力配合与协助下，努力配合学院及系里的各项工作。并且经过我们成员的共同努力，工作上的创新，顺利的完成了这学期的各项工作。

经过本学期的工作，感触收获颇多，从表面看，生活委员就是干后勤的，如生活上的琐事，管理班级财务等等，但实际却并非如此。作为一个班级的生活委员，我深知自己的基本工作主要有以下几点：

1、寝室的卫生和美化问题

2、同学们的安全问题

3、管理好班级的班费

4、同学们生活上的琐事

5、贫困生的各项问题

6、团结和协助其他班委做好班级其他工作

在很多人眼中，这些事情是微乎其微的，但是如果要秉承“同学眼里无小事”的原则去把它们做好，也是要花一番心思的。比如说管理班费这项工作来说吧，这是个较为棘手的事情，因为这直接关系到同学们的切身利益问题，俗话说得好“谈钱伤感情”，特别是在处理班费分配问题的时候，一定要特别慎重和严谨。同时班上的日常的开销我必须仔细登记核对，以确保无差错，并且定期将其明细表向同学们公布。

这学期在王老师的积极\*\*下主要开展了以下活动

1、美化寝室大赛，在我班的共同努力下，我们班级取得了第三名的好成绩

2、特色寝室大赛，我班的各个寝室都积极参加，最后全部寝室都通过了特色寝室

3、星级寝室评比，我班取得了很好的成绩、全部都是星级寝室、五星到三星不等

4、火车票打折卡的办理

5、安全协议书的签订

6、医保卡和疫苗注射卡发到同学手里及其用法

通过这学期的工作，我发现我还是存在许多缺陷与不足的，工作不到位的地方，也是我在以后工作过程中必须加以该进的，正所谓“知错就改，善莫大焉”，所以希望同学们予以信任和\*\*。生活委员的工作，让自己锻炼了许多能力，使自己思想更加成熟起来，并对做好以后的工作积累了经验，并充满信心。使我更有机会与班上其他同学交流沟通，也是我结交了许多好朋友，使我更好的融入了道桥班这个班集体，学会了怎样与人友好相处，扩展了自己的交际网络，增强了人脉。也使我更加严谨和细心去认真对待每一件事情，不管事情大小否，增强了自己服务同学，服务大众的意识。

所以，回首这学年的历程，我虽圆满的完成了各项工作，但由于时间短暂，工作经验的缺乏，我深知还存在各种各样的缺点和不足。在以后的工作实践中，我将会不断的努力与探索，扬长避短。进一步加强内部凝聚力，增强服务大众的意识，为102534班后方工作打好基础，为三风建设的评选做准备。使我们班的各项工作在稳定中创新，在创新中稳步前进，逐步走向完善，正所谓“长风破浪会有时，直挂云帆济沧海”。我坚信：只要我们以积极认真负责的心态去做好各项工作，无悔的付出，一定能绘出更绚丽的篇章。

**心里委员会工作总结19**

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\*\*，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\*\*就不那么简单了。我认为：一名好的班\*\*不仅要为人谦与正直，对班里工作认真兢兢业业。而且在思想\*\*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，树立正确的世界观与人生观。在这一年半中我认真参加各种学习与活动。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！

在工作中，我认真投入，认真学习。我感到人人都是我的师长，我能学，要学的东西还很多。如：搞维修。在空余时间，我会阅读一些班里订的杂志，去心理办公室翻阅、网上查询有关相关资料，

学生这一年半以来的工作是观察本班的学习与生活，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。

总体来说，上一学年到现在的工作比较顺利的完成了，各项活动的开展也比较成功。但是与学校的要求相比，我自身在工作当中还存在着一些不足与缺陷有待提高，如下：

第一，没有充分与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\*\*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与工作，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。

在接下来的学期，工作中必然免不了有些挫折与缺陷，但是我会尽力做好每一件事情，不断完善自己。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，让我们一起把工作做到最好，让我们每个人都拥有一个健康的心灵，

在后续的时间里我要把工作做得更好！

第一，我将更充分与每一个同学进行沟通。

第二，同学们跟我反映的问题，我会从实质性地去解决。有一些工作计划，由于某些原因，没有得到实施的，我会努力的去实现。

第三，在与各个舍长之间的沟通方面，我尽量做到定期地开舍长会，征求他们的意见。

第四，由于班里缺少一些以“心理健康”为主题的班会。我计划举行一期班会，班会以是一种寓教于乐的形式召开，同学们可以\*\*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。

通过这些日子的工作，我很幸运学到了不少东西，学\*\*努力了。但是这还远远不够，尤其在心理工作方面上还显得稚嫩。我将在未来继续多学，多思、多试努力把工作做的更好。

**心里委员会工作总结20**

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,xx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.

xx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.

xx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.

xx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.

**心里委员会工作总结21**

又是一个\*\*\*\*的季节，弹指一算，进入大学已将近一年，远离了父母远离了家，怀着对知识的追求，对外面精彩世界的向往，与车辆095班58个青年聚在了一起，成了一个温暖的团队，大家一起出去烧烤，一起划船，一起准备考试，长假回来一起谈心，一起……从互不相识到\*\*融洽，我们一起体会到了成长的风雨和乐趣。

而自己也荣幸的担任了班级的心理委员，一开始担任这个工作时，我感觉非常茫然，不知道心理委员该做些什么？经过一学期的工作和学习，我渐渐地开始了解这个工作，也开始接受这份工作，也意识到心理委员在班上的重要性，比如说班上有同学出现了心理问题或是心理压力，这时心理委员就是最好的沟通桥梁，我在这一学年里，也试着努力地与同学们沟通，了解同学们是否存在着心理问题。入学以来，在我己的亲身体验和与同学交往的过程中，我发现我们在适应大学生活中主要有以下几个方面的困难：

（1） 学习方式由被动学习变为研究性的自主学习，但好象一下子失去了航标，比较盲目。

（2） 课余时间一下子多了许多，成了时间的主人后有时反有空虚的感觉。

（3 ）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。

（4 ）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。本着对这些问题的思考我尝试着去做一下事情:

一：通过阅览书籍以及参加学校\*\*的培训提高自己的心理素养和心理委员的工作能力，能够较为正确的解决同学们从在的心理问题

二：更具自己和同学的时间，有正针对性的和同学谈心交流，搞好和同学之间的关系，成为他们知心信任 的朋友。

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。

四;作为心理委员，必须具有强烈的责任感，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\*\*，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和缺陷有待提高

一：没有充分和每一个同学进行沟通。

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。

三：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。

四：我与老师的交流不够，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。

介于以上的经验和不足，在下一工作段作出如下打算:

一：统计大家的e-mail地址及手机，qq号码，建立完整的心理小组通讯库。

二：每周以群邮件的方式为同学们提供心理小测试，小笑话，心理美文以及轻音乐等以缓解同学们的学习压力。

三：建立信息回馈机制，将自己的具体联系方式告知每一位同学，随时接收同学们的回馈信息，同时也鼓励同学对我的工作提出具体的看法和建议。

四：继续增进和同学的交流，和其他班委合作举行一些关于心理方面的活动。

以上就是我自担任心理委员以来的工作总结，虽然在筹划\*\*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精力，但当发现自己的工作对同学确实有所帮助时，我逐渐喜欢\*\*这个职务，总结经验，吸取教训，在以后的工作中，我会积极在车辆095班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！

**心里委员会工作总结22**

在刚刚过去的这一学期里，作为班级生活委员兼心理委员的我学到了很多，然也有很多地方是值得反思的。幸于老师、搭档、其他班委及班上同学的支持与信任，本学期工作开展十分顺利。现我就本学期的具体工作做一个总结与反思，如下：

>一、工作回顾

本学期我与搭档蒋育敏同学所完成的工作主要包括以下几个方面：在班费管理方面，本学期班费支出主要集中于学院排球比赛与足球比赛、兄弟班级联谊球赛、包饺子活动、体育器材及班级海报颜料等几个方面，学期末略有结余，收支基本平衡；在班级爱心基金管理方面，本学年爱心基金捐款合计3180元（上学期2580元，下学期600元），支出集中于班级评优颁奖晚会及上学期班费超支补足，除此之外还有一定班级内部补助，共支出元，年末结余元；在班级贫困生档案管理方面，本学期我班有1人获红河助学金（此项助学金由学院根据上一学年班级综测情况及班级内部奖助学金分配情况直接指定受助人选），其他方面未有变动；在心理委员工作方面，我班在与10历史A班联合开展趣味运动会的同时积极参与了由学校心理咨询中心主办的宿舍长人际交往技能培训及心理健康海报比赛等活动；在宿舍文化建设方面，我班男女生宿舍均积极参与了由学院组织的宿舍装饰大赛，大赛中我班由2个宿舍获奖，此外我班还

有6个宿舍同时参与学院特色宿舍评选，其中有5个宿舍获奖。上述各项工作的开展总体而言十分顺利，但是当我们静心回顾并加以剖析时，我们不难发现工作中很多地方还是必须得反思的。

>二、工作中存在的问题

在刚刚过去的这一学期里，在各项工作中均出现过或多或少的问题，究其原因主要在于学期始工作计划缺少较强的灵活性以至于工作中计划难以适应变数。就整体工作而言，存在的问题有：班费预算不尽合理，学期班费使用重心不定，综合成效相对不太明显；与班上同学交流过少，未能及时发现并处理班级内同学之间存在的.问题及矛盾；缺少全局思考，工作计划安排不够合理造成同学们心理压力过大；工作中缺少与老师及其他班委的有效沟通与协调；对个别同学存在的心里疙瘩未及时予以关注等。从个人角度反思，我存在的问题有：工作激情有所下降；个人行事过于专断；工作执行力不够，缺少与其他班委的有效沟通；思考问题过于片面造成活动开展漏洞百出；处事缺少换位思考，语言太过直接给搭档及班上同学造成心理压力；工作中未能与搭档有效协调开展工作造成信息上传下达不及时；与同学交流过少等。

>三、对解决工作中问题的思考

针对当前存在的各种问题，采取必要措施加以解决十分重要。经过对各种问题进行仔细剖析与反思，我对解决当前面临的问题有如下几点思考：

第一，加强与其他同学的沟通学习以提升信息准确度与精确度；

第二，放低个人心态，注重加强团队合作，通过与其他班委的协调与沟通努力寻求一致目标；

第三，我们应针对具体课程安排及同学的心理承受能力拟定科学合理的工作计划（除基本工作外，其他课外拓展活动的安排特别注重考虑这一问题）；

第四，班费使用应在明确重心与提升实效性的基础上作出合理计划以便发挥其最大效用；

第五，应加强自身能力的培养以提升综合处事能力。

就我个人来说，除做好上述调整外，放低心态进一步提高学习与工作的主动性也是极为重要的，必须重视。

一年时间转瞬即逝，在过去的这一年里，通过与其他同学的交流与学习我明显成熟了

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！