

大学生自我心理分析报告 大学生个人自我成长分析报告(精选5篇)

在当下社会，接触并使用报告的人越来越多，不同的报告内容同样也是不同的。怎样写报告才更能起到其作用呢？报告应该怎么制定呢？下面是小编为大家整理的报告范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

大学生自我心理分析报告篇一

这学期学习了大学生心理健康与自我成长这门课程，感觉从中受益匪浅。的确，从自我认知到与人交往再到融入集体，我对事物的认识又提高了一个层次。从我自己的角度来讲，在学习方面我得到了最大的收益。

这个问题萦绕了我很久，与其说是不知道学什么，不如说是选择什么。因为大学里可以学的东西实在是太多了，面对要眼花缭乱的课余生活，我们没有时间把所有的东西都尝试一遍，只能有所取舍，于是，选择什么就成了最纠结的问题。北京体育大学与其他大学有所区别，这是一所体育院校，所以有很多东西是别的学校所没有的。比如说我们有棒球社，橄榄球社，武术协会等等等等，看上去所有的社团都是那么吸引人，所以我曾经就纠结于选择哪个社团这个问题。但是结合自己课程紧而且要有自己的时间学习别的东西，所以我选择了一个社团，即使这样还是有些不甘心。

还有一点就是书本以外的知识。在这方面我深有体会，在学生会上，我不仅认识了朋友，还学会了一些书上没有的东西。比如说与人交际方面的经验，我想这一点是很重要的，生活里面到处都要与人交际，而要做到愉快的与人交流并且了解别人的观点和看法并不容易，这就需要学会倾听，并且用商量的语气与别人讨论。还有一些礼貌的做法都会给别人留下一个好印象。

怎么学？

明确了学习的目标后就剩下付出努力完成目标了。但是要是学习的时候不注意方法反而会耽误很多时间。上大学后因为时间比较宽裕，所以大大小小的讲座我倒是听过不少，其中不乏一些学习经验交流会。一些好的经验我就会拿来借鉴。比如在学长说过要提高学习效率，集中精力放在当前做的事情上。还有英语学习方面，要多重复，比如单词，单词量是一个逐渐积累的过程，我们最容易出的问题是背的单词第二天忘记了一半，这无疑是个难点，更是对自信心的巨大打击，于是学长就教我们如何背单词，在如何复习，反复看，这些经验让我在英语学习方面少走了许多弯路。

的目标。有一个坚定的目标是指导大学生生活的标准。但我们累了倦了，想想自己的目标，这时就会精神百倍；当我们迷茫了，想想自己的目标，这这时我们就会信心百倍。我想我的目标已经很明确，就是想出国。这样我就要保证我在成绩方面有一个好看的gpa[]每科都取得一个较高的分数，同时托福成绩和gre成绩也要考得很好才能去一个好的大学。每当我抗不住的时候，我总会想想自己的目标，想到了达成目标后的喜悦和热泪盈眶的激动，总是会重整旗鼓投入到学习中。我想着就是学习方面最大的收获了，学习怎么学习应该也是大学四年最应该弄懂的事情了。学习本身不是目的，真正的目的是为了你的目标一直努力下去，而且还要在失败中不断总结教训，找到一个完全符合自己的方法来指导、鞭策自己的生活，我想，在面对一切困难时，我都不会轻易地被打败。再想想心理书上的话：发展，从学习开始。

学习使人一辈子的事，不管自己的地位学识有多高，人需要的也还是不断学习。我很喜欢的学者钱钟书先生就是这样一个人。在学识方面，他可以说是中国第一人，通晓古今，文学造诣极其高深，但是他却是个低调的人。一生都在学习中渡过，从不炫耀自己的学识。七十五岁高龄还奋斗在文学界的一线，出版书籍。钱老一生都在不断学习中渡过，直到八

十八岁钱老去世，在新华社播出的新闻通稿中，出现“永垂不朽”字样。这样的文豪况且如此爱学，我们反而就应该更加努力了。

业精于勤而荒于嬉，行成于思而毁于随。我将不断鞭策自己的学习生活。

大学生自我心理分析报告篇二

1、成长轨迹，重要事件或重要人物对我的影响

在我成长的人生之路上，对我产生最大影响的莫过于我的父母，我的家境贫寒，但人穷志不穷，这是我父母从小就教育我的，他们对我严格管教，只希望我有一天能有所为，而不是像他们一样一辈子面朝黄土，背朝天。所以不管是在学习还是生活上，他们从不松懈对我的监督和鼓励，可以说我成长的每一步都倾注了他们的心血，而我从小就懂得了父母的苦心，多年来的努力也只为有一天能出人头地，让他们过上无忧无虑的生活。

2、兴趣爱好对我的影响

我喜欢打篮球，因为它让我知道了团队合作的重要性；我喜欢赛跑，把别人远远的落在后面而拼命的追赶我是我的目标；我喜欢听歌，因为它能陶冶我的性情，能让我静静的思考人生；我喜欢挑战一些难事，即使失败了，至少它能让我明白，只要努力了，结果并不重要，重要的是参与的过程，乐在其中就好。

3、性格及对我的影响

从小我就乐观坚强，无论遇到多大的难事，我都能勇敢的面对，因为我深知，即使输掉了一切，也不能输掉微笑，只要嘴角上扬，希望就还会有。我始终坚信世上没有绝望的处境，

只有对处境绝望的人，越过那一道坎，前面就是铺满鲜花的康庄大道，前面就是胜利的彼岸，掌声永远只属于那些不甘失败的人。

4、能力与品质

一个孤立存在的个体，要学会与人沟通，待人友善，重视与他人接触，这样才能得到更大的进步。

5、自身的优势、不足与改进

不足：遇事不够冷静，有时行事鲁莽，大大咧咧的。

改进：以后遇事之前要冷静思考，学会分析，制定一定的计划。

6、自我奋斗目标

锻炼自己的组织，交际，领导能力，结交更多的朋友，学习更多的专业知识，拥有一份很好的工作，创造一个美好的未来！

二、职业期望及实现途径

我希望能从事自己喜欢的工作，兴趣是最好的老师，我相信它能让我发挥出自己最大的优势，或许在这份喜悦来临之前，我还要经历更多的曲折，但是我不怕，人生哪有一帆风顺，在逆境中体验不一样的人生，那才是不平凡的人生。

在成功还没有到来之前，我会继续努力做好一切，不断地提升自我，让自己变得更强大，在平凡的生活中做一个不平凡的人。

三、自我总结

人生就是记住该记住的，忘记该忘记的，改变能改变的，接受能接受的。人不会因为做过什么而后悔，更多的时候，是因为没做过什么而后悔，只要尝试了，即使失败，那也是一种经历。所以我要学会用自己的头脑从自己的经历中体验不一样的人生，收获不一样的精彩。

大学生自我心理分析报告篇三

大一的入学军训开始了，我兴奋地踏入了大学的校门，跟同学们一切不如了大学训练营，开始接受训练。

80后大多数都是温室里成长的花朵，我就是典型的一个例子，一开始军训的时候感觉特别不适应，训练令人又累又痛，整天浸泡在自己的汗水中，所做的一切都要听从命令，不能随心所欲，前面一周的训练都让我感觉很烦躁。所幸，中华民族的优良传统让坚韧不肯认输的我一直坚持了下来，在最累的时刻也丝毫没有放松对自己的要求，托强时手和肩膀被压得酸痛，我仍咬牙坚持，保持军姿，积极磨练自己的意志品质。后来，汗流多了，适应了，也就不觉得累了。还能从中体会军人的艰苦朴素的优秀品质，从中寻找乐趣。

军训让我明白做一名合格的军人是多么的不容易，军人要比常人多付出我们无法想像的汗水，做一名军人，就要纪律严明，服从命令。穿上军装的我便是半个军人，通过在军训中严格要求自己，我的体质和意志都被磨练得更加坚强，这种苦与累可能我以后永远不会再遇到，但也可能会遇到更加苦累的挑战。我相信，军训之后的我不会再恐惧任何苦累，我会勇敢面对一切挑战，不论任务多么严峻，我一定会坚持下去完成任务。

军训同时也是一个团队训练，刻苦的训练造就了一支训练有素的连队，行进，端枪，放水壶，我们处处统一行动，我们相互关心，相互指导，交流流经验，让我们的方阵走得更加整齐。十三连，组成这支连队虽然只有短短的十几天，但它

已牢牢得被记忆于每个十三连人的心中，十三连是整个二营的骄傲！我们创造了它的荣誉，我们也因此而感到自豪！

团结就是力量，坚持就是胜利！在未来的日子里，我不能再做一朵温室里的小花，我要做一颗参天大树，茁壮地成长！为祖国的未来作出应有的贡献。

大学生自我心理分析报告篇四

时光飞逝，转眼间20xx年已悄然而过。回顾过去的这么多年，突然发现自己改变了好多。正好通过这次心理健康作业，好好的回想，总结。心理健康是一门很不错的课，通过对它的学习，我学到了很多，心理也较以前健康了些。现在我也明白了自我分析对人是很重要的，只有把问题分析好了，我们才可以反思，进而解决它。

一、 自我分析

(一) 性格及对我的影响

我是一个偏静的人，不活泼，甚至有点孤僻。同时，我属于抑郁质与粘液质的混合体，为人较为沉默，情感不大外露，有点小忧郁，有时有点像红楼梦中的林黛玉，说话也有点直，不太招人喜欢，故我这个人不善于交往，人际关系不太好。我的环境适应能力也不太好，每次到一个新的环境，总要花较长一段时间才可以适应。但这也有好处，就是我可以静下心来，认真的去做一件事，不易受他人打扰。因为这我从小就对文学有兴趣，在高中时几乎没有犹豫就选择了文科，它影响了我的一生。我也可以较好的控制我的情绪，不会像有些人一样冲动，会莫名生气，至少，我不会轻易表现出来。

(二) 兴趣及对我的影响

我的兴趣比较广泛，看书，画画，唱歌等等我都很感兴趣。

但我并不是一个很有艺术细胞的人，只是很喜欢，并从中获得快乐。我觉得人无完人，不一定非要逼自己学好这学好那的，只要从中得到乐趣就够了。我比较喜欢宅在室内做事，故我选了文秘。我原以为文秘就是帮上司做事，听从上司的吩咐，打打字，送送文件，整理文档。直到到了学校，我才发现自己认识的太不全面了。但我不会让自己后悔，我会努力克服一切，学好这个专业的。我对许多名人都很崇拜，也渴望自己可以成功，有一个光明的前程。

(三) 宗教信仰及对我的影响

我的父母都是信仰佛教的，故我也是。但由于学校无神论的影响，我的信仰并不执迷，只是偶尔求神拜佛已求自慰，心安而已。但这个信仰也有好处，它可以让我的心得到片刻平静。虽说这并无法解决实际问题，但至少可以让我多了些信心。

(四) 能力与品质

我的能力不是很强，但是我有上进心，我相信只要有人肯给我一个机会，我一定会好好的去做，争取把事情做好。我做事还是很认真的。

(五) 自身的优势和不足

自身的不足：胆子不大，容易害羞，压力很大时，会过度紧张，甚至产生消极情绪。现实，考虑的东西太多，往往把简单的事情考虑的太过复杂。创造性不强，没什么领导才能。

二、自我奋斗目标

完成学校里老师布置的所有的学习任务，并正确认识自我，加强自我的领导能力，专业学习能力。找一份兼职工作，锻炼自己的能力，减轻父母的负担。好好学习，认真考试，修

满学分，拿到毕业证书。

三、 评价

同学眼中的我：文静、内向、做事认真、观察细致、敏感、没有什么创造性、不具领导才能。

四、 结束语

这就是我，正在成长、逐步走向成熟的我。我希望可以通过这次自我分析，找到我合适的定位，从这里开始奋斗。我知道我还有很多的缺陷与不足，但我会努力改正的，非常感谢老师们对我的教导。

大学生自我心理分析报告篇五

我是西北农林科技大学大三的一名学生，三年的学园生活，使我自身的综合素质、修养、为人处事能力以及交际能力等都有了质的飞跃；让我懂得了除学习以外的个人处事能力的重要性和交际能力的必要性。

这三年我虚心求学、刻苦认真、吃苦耐劳，工作兢兢业业，及时总结；注重理论联系实际，培养自己的自学能力以及分析、解决问题的能力。在丰富多彩的大学生活中，为了扩大知识面和培养自己的业余爱好；积极参加校内外的实践活动，重视团队合作精神。

在日常生活中以积极的态度和与同学们的相处极为融洽，受到同学们的欢迎；同时自身的交际能力随之增强，作为一名有志青年，我坚决拥护中国共产党的领导；坚持四项基本原则。认真学习马列主义、毛泽东思想、邓小平理论和全面贯彻“三个代表”的重要思想，并且已向党组织靠拢。

除此之外，课余时间我经常利用网络带来的便利，关注最新

科学技术动态；尤其是有关本专业的知识。使自己始终紧跟世界最新发展潮流和时代的步伐。因此我学习熟练掌握windows□office等软件的操作和安装系统，熟悉网页设计；一直以“一专多能，全面发展”来严格要求自己，勤奋拼搏、刻苦好学。踏实并系统地学习所开的课程知识，并取得了优异成绩。

大学生涯使我学到了很多知识，更重要的是如何以较快速度掌握一种新事物的能力，思想成熟了很多，性格更坚毅了。如今我有信心接受任何新的挑战 and 考验。我会努力让我的大学生活没有遗憾的。

刚踏进大学校门的我，对于专业知识知之甚少，经过四年的超过常人几倍的努力，我在我的专业课方面有了惊人的进步，丑小鸭已经可以挥着翅膀飞翔了。我希望通过自己的努力以及对自己专业的热爱，在毕业后做一名对社会有用的人。在校读书其间，我始终尊敬老师，热爱母校，无论是对老师还是对学校我都有很浓厚的感情，我遵纪守法，遵守学校的规章制度，从没有违纪行为。我通过各种兼职工作，多次社会实践，培养了我健全的人生观，正确的政治方向，分析问题、解决问题的能力也得到较大的提高。

经过几年的学习与提高，塑造了一个健康，充满自信的我，自信来自实力，但同时也要认识到，眼下社会变革迅速，对人才的要求也越来越高，社会是在不断变化发展的，要用发展的眼光看问题，自身还有很多的缺点和不足，要适应社会的发展，得不断提高思想认识，完善自己，改正缺点。要学会学习、学会创新，学会适应社会的发展要求。相信我能够通过自己的努力在自己今后的人生道路上取得更大的进步。

四年的大学学习生涯是我人生的巨大的一大转折点。我深深地懂得“责任，荣誉，国家”这六个字的含义。作为大学生我最基本的责任是学习。在大学期间我认真学习，发挥自己的特长，挖掘自身的潜力，从而提高了自身的学习能力和分

析处理问题的能力，也获得了大家的广泛认同。

到x大学读茶学是我深思熟虑之后作出的选择，而把专业学好则是我的兴趣以及学业追求。成绩可以带来荣誉和自信。俗话说：“机遇只留给那些有准备的人。”在20xx年的校园文化节之“果蔬知识竞赛“中，我不负众望取得了冠军。

茶学作为一个综合性较强的学科，其中管理和经营就是相当重要的两方面。我深刻的认识到管理学作为一个时代性的热门课题，以后不管作为一个员工还是管理层工作者，都必须懂得现代管理的最新理念。所以我认真钻研，同时在实践中去学习，体验。学期考试时，以优异的成绩获得全班第一名。

除了必修课程之外，我还自学些常用的电脑办公软件。因此，对日常办公软件用得相当熟悉。在英语学习上，我坚持每天听英语磁带，阅读英语书报，全面提高听说读写能力，也取得了一定的成效。

同时，我也积极参加各种社会实践活动。作为应届毕业生，在工作经验方面的确实有所欠缺，因此，在读书期间，我一直利用各种机会做兼职，做暑期工。我也发现，实际工作远比书本知识丰富，复杂。但我有较强的责任心，适应能力和学习能力。而且比较勤奋。所以在兼职中我能圆满完成各项工作，从中获得的经验令我受益匪浅。

在学习之余，我坚持参加各种体育活动，使自己身心始终保持最佳状态，这些都是我将来工作的重要本钱。

良好的人际关系和团队协作能力是我始终乐观自信的重要因素。它是建立在理解和沟通基础上的。我经常主动了解同学，喜欢帮助同学，同时也与大家分享快乐和痛苦。我坚信：作为一个和谐社会的新时代人，应该融入他所在的集体。并且为提升这个集体的活力，作出努力，从而也提升了自己的生活质量。

热爱祖国，拥护中国共产党，坚持四项基本原则，信仰马克思列宁主义，毛泽东思想，政治上积极要求进步；遵纪守法，严于律己；热爱集体，尊敬师长，团结同学，关心他人，善与他人合作；稳重豁达，诚实守信，能吃苦耐劳。

在大学本科学习期间，在努力学好专业课的同时，还选修了《计算机编程》，《心理学》《钢笔及毛笔书法》，《文学鉴赏》，《日语》，《经济管理》等一系列课程。同时积极参与组织学院各项有益的实践活动和组勤工俭学活动，以及学校的多种活动。在假期给高中生辅导生物和英语，到公司打工。在把自己展现给社会的同时，社会也给了我丰厚的汇报，给予了我课本不能给予的东西，开阔了我的视野。提高了我的组织与处理问题的能力。在这些活动帮助我提高自己分析问题、解决问题的能力。对社会的认识也不在片面化，能辩证的看待问题。

两年多来，在导师的悉心指导和严格要求以及自己努力下，各方面都取得了很大的进步。在思想上，进一步深入学习了有关党的知识，对党的各项真政策，制度认识更加深刻。懂得了先做人，后做学问的道理；在生活上，俭朴，积极，乐观；在学习上，勤奋，踏实，掌握了扎实的理论知识和业务技能，具有一定的科研能力、能独立地进行科学研究。在学与读研期间，我一直默默但不无闻的工作者。“零落成泥碾作尘，只有香如故”始终是我的写照。如果世界没有我，那么世界将会少一份独特的芬芳。

此外我也注重体育锻炼，因此我有健康的身体，坚强的体魄；同时注重与同学和老师的沟通，具有较强的团队协作精神及较强的组织能力；本人同时注重专业课及计算机、英语等的学习先后通过计算机二级，英语四六级考试。能轻松的阅读外文文献。通过大学本科和近两年来研究生阶段的学习，我在各方面都有很大的进步，但同时也还有很多不足、有待进一步提高。古人云：“曾经沧海难为水，除却巫山不是云”古人认为沧海之水，巫山之云为美中精品。在我现在和以后

的生活中，我将努力与“沧海之水”比美，与“巫山之云”争雄。用高标准要求自己。