

# 自我鉴定心理健康(模板8篇)

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看一看吧。

## 自我鉴定心理健康篇一

性别：女

出生年月：1986年9月

工作经验：应届毕业生

毕业年月：7月

最高学历：研究生

毕业学院：广州大学

所修专业：心理学

居住地：广东省广州市番禺区

籍贯：河南省南阳市新野县

求职概况/求职意向

职位类型：全职

期望月薪：面议

期望地点：广东省广州市天河区，广东省广州市黄埔区，广东省广州市黄埔区

期望职位：培训师分析师销售

意向概述：期望的职位是，有挑战性，能不断提高自己，并有较大的晋升空间

教育经历

时间院校专业学历

9月-206月广州大学心理学研究生

9月-206月许昌学院应用心理学本科

9月-207月新野县第一高级中学文科高中

工作经历/社会实践经历

时间工作单位职务

9月-7月广州市未成年人心理咨询中心咨询员

年9月-202月广州市番禺区大学城商业中心蜜语服装店代理店长

2009年8月-208月sharp夏普商贸(中国)有限公司销售员

2009年2月-2009年4月厦门申航塑胶有限公司质检员

9月-2009年10月漯河市第四高级中学心理咨询老师

206月-年8月志诚食品公司检验员

9月-月许昌市第十二中学辅导老师

校内奖励

获得时间获得奖项学校

4月最佳运动员新野县第一高级中学

2008年3月和谐校园征文比赛教育学院

5月综合表现奖学金教育学院

校内职务

担任时间职务名称学校

2009年9月-年6月文体部部长广州大学

年9月-2009年6月体育委员教育学院

自我评价

优点：自信、坚强、积极向上、适应性强、良好的团队合作精神，缺点：敏感、直爽

证书

心理咨询师二级证书英语六级高中教师资格证

## 自我鉴定心理健康篇二

性别：男

出生年月：

婚姻状况：未婚

政治面貌：党员

民族：汉族

身高：175

体重：65

最高学历：大学本科

所学专业：应用心理学

毕业学校：四川大学

最高学历：硕士

特长概括：学习能力强基础扎实

户籍：河南省

现所在地：广东省广州市白云区

自我评价：责任心强

求职意向

职位性质：不限

到岗时间：随时

月薪要求：面议

求职状态：

工作地区：广东省广东省

其他要求：

教育：四川大学

第一专业：应用心理学9月-至今

主要课程：普通心理学、实验心理学、社会心理学、发展心理学、人格心理学、心理统计学、心理测量学、管理心理学、人力资源管理、变态心理学、教育心理学、司法心理学、广告与消费心理学、心理咨询学与治疗学、解剖学、生理学、神经科学等。

就业方向：在医疗、教育、科研、企业、司法、行政管理等部门从事教学、科研、管理；心理评估；心理咨询；心理健康教育；人才选拔与培训、人力资源管理等工作。也可继续攻读本学科或相关专业硕士学位。

第二专业：209月-至今经济学双学位

在不影响主修专业学习的情况下，充分挖掘自身潜力，利用业余时间，经过两年时间，系统掌握经济学基本理论和相关的'基础专业知识；了解市场经济的运行机制，熟悉党和国家的经济方针、政策和法规，了解中外经济发展的历史和现状；了解经济学的学术动态；具有运用数量分析方法和现代技术手段进行社会经济调查、经济分析和实际操作的能力。

## 自我鉴定心理健康篇三

一、心理健康的人接纳自我，喜欢自己，尊重自己，反之，心理健康不良的人就否定自己，不喜欢不尊重甚至讨厌自己。

二、心理健康的人是一个有安全感和自我肯定的人，反之就

是自我怀疑，常常觉得不安全。

三、心理健康的人诚实，有勇气面对真实的环境和真实的自我，包括真实的他人的反应，真诚本身就是心理健康状况良好的一个强烈的试金石。说谎是心理健康不良的表现。

四、心理健康的人比较乐观，更多的去注意正面的因素，心理健康不良的人非常容易悲观。

五、心理健康的人清楚个人能力，自己能做到什么和能做到什么程度。

六、心理健康的人能自我控制和自律，反之就是情绪化，容易失控。

七、心理健康的人接纳个人限制，当被批评的时候，不会因此感到不安。

八、心理健康的人有同感，能够感知别人的内心感受。反之，心理健康不良的人特别冷漠，把自己包得紧紧的，在心理封闭的同时也隔绝了大千世界的信息。

九、心理健康的人有信心，开放自己，有勇气表达自我。反之，缺乏自信、封闭自己，不表达自己。

十、心理健康的人关心和爱护他人，心理健康不良的人具有攻击性和敌意。

十一、心理健康的人处理问题有弹性，反之僵硬，一成不变。

十二、心理健康的人自我防卫之心是适度的，高水平自我防卫的人会很孤独，人际关系会出现持久的障碍。

十三、心理健康的人对自己和他人都有正确的期望。

十四、心理健康的人乐意面对新经验，富有挑战性，愿意尝试新的事物，让自己的世界变得更加的丰富多彩。反之，就是很抗拒新的经验，不愿意冒险，害怕失败，最后变得谨小慎微，丧失很多的机会。

十五、心理健康的人积极、从容自在。心理不健康的人非常容易紧张，说明内心的稳定性不是很好。

十六、心理健康的人独立自主，相反就是依赖他人。

十七、心理健康的人非常坚毅，面对挫折有更柔韧而顽强的弹性，相信通过自己的努力可以改变很多的事情。心理健康不良的人做事容易半途而废。

十八、心理健康的人以现在和未来为方向。心理健康不良的人总是向后看，认为自己人生当中有很多的缺憾。

## 2018心理健康自我鉴定范文

从小到大，对学习，我都抱着一种坚持不懈的态度充满了信心。对同学朋友我永远都用一颗热情善良的心去对待他们。我是老师的得力助手，父母眼中乖巧的女儿。遇到困难，我也曾想过放弃，但是每一次我都坚持了下来。对生活，我永远都保持着乐观的心态，相信只要对自己有信心，坚持信念一定会实现自己的理想。

在性格上，我拥有双重性格。有点抑郁质和粘液质性格的叠加。在生活中是一个坚持而稳健的人。由于具有与兴奋过程向均衡的强的抑制，所以行动缓慢而沉着，严格恪守既定的生活秩序和工作制度，不为无所谓的动因而分心。态度持重，交际适度，不作空泛的清谈，情感上不易激动，不易发脾气，也不易流露情感，能自制，也不常常显露自己的才能。我能够长时间坚持不懈，有条不紊地从事自己的工作。其不足是有些事情不够灵活，不善于转移自己的注意力。惰性使我因

循守旧，表现出固定性有余，而灵活性不足。但是我也有从容不迫和严肃认真的品德，以及性格的一贯性和确定性。抑郁质的类型和我比较靠近，这种类型的人比较沉静，对问题感受和体验深刻、持久，情绪不容易表露，反应迟缓但是深刻、准确性高。有较强的感受能力，易动感情、情绪体验的方式较少，但是体验的持久而有力，能观察到别人不容易察觉到的细节，对外部环境变化敏感，内心体验深刻，外表行为非常迟缓、忸怩、怯弱、怀疑、孤僻、优柔寡断，容易恐惧。

我的这些性格上的缺陷，使我很困扰。特别是敏感，不知道怎么表达自己的想法，没有主见，患得患失等。关于没有主见，我觉得要能够正确地对待别人的建议，在听取别人建议的基础上通过自己的理性分析再作出决策，这样才会不盲目地相信别人，成功的机会便多了很多。在患得患失上，我觉得作任何一件事情，任何一项选择，都会有所得有所失，这是一个起码的道理。所以认定了目标，就要义无反顾地跨步前进，万万不可瞻前顾后，患得患失，以致丧失机遇，悔之晚矣。好奇心和好强心都很重，这是我的致命点。这两者经常碰到一起，使我常常心里面十分纠结。不服输，输了很不服气。特别不喜欢别人以不光明的方式赢我。

在特长方面，学科特长上，从小喜欢对美术科目的探究，喜欢阅读文学刊物，并得以运用。对英语也能学得好，大学英语四级已过，正在努力六级。在体育运动特长上，没有特别喜欢的运动，人比较懒。在艺术特长上，喜欢画画，但是画的不是很好。在其他方面，对电脑设计软件颇喜欢研究。

根据自己的性格特长等方面的认知，我觉得我适合稳定的工作，不适合闯荡。但是自己内心还是希望有能力去做一些大事，比如自己创业。我觉得，我可以的，我相信不是只有外向的人才能做大事的。我的优点可以强化，缺点可以改正或弱化。

我是一个热爱生活，做事认真的人。在高中阶段的学习生活中，我不但学到了丰富的知识，同时，在各方面也得到了完善。在困难面前，我从不后退，总是开动脑筋，想方设法去解决问题，克服困难。而每解决一个问题，克服一个困难，都使我的信心得到了提升。我相信，只要有足够的自信，加上加倍的努力，就一定能够战胜各种艰难险阻，通向成功的彼岸。

在高中阶段的学习过程中，我能够认真对待每一门课程，认真预习，积极复习。遇到问题，向同学请教，向老师咨询。我会不断改进学习方法，调整学习计划，合理安排时间。我把学习当成获取知识，丰富自己的乐事，对它充满了兴趣。

在大学中，大一还比较积极，到后来慢慢地就便得懒惰起来了。自己很清楚这是不正确的生活态度，我正在改正。多找些自己喜欢的书籍看看，学习一下本专业以外的知识，补充一下其他能力。偶尔去做做兼职，丰富自己的阅历，与不同的人相处，结交更多的朋友。

我有正确的人生观和价值观。善于与同学沟通，同他们建立良好的关系，尽最大的努力帮助他人。在生活中，我能够尊重师长，孝敬父母。我能够积极参加学校和社会上组织的有益活动，以丰富自己的课余时间。我能够很快的学习自己喜欢的东西，因为自己喜欢，所以愿意花很大的心思，时间在上面。自我感觉很聪明，希望自己做的东西能得到别人的称赞和认同，这样会给我动力。还有一方面的缺点就是在社会交往中自己非常被动，常常不愿意主动去联系别人，包括朋友，亲人，同事等等，但是人与人的交往是相互的，不可能总是别人来联系你的，所以我常常在自责中，痛苦中度过（因为失去了很多机会），同时还不主动去联系别人，我的生活也理所当然不好了。后来我分析了下，发现自己是带有一定自卑，表达能力也不是很好，怯于表达，还有是怕失败，人际交往中的失败，我非常怕失败，所以逃避主动交往，导致我现在的性格唯唯诺诺，做事情犹豫不决。当要人际交往有

事情要决定时，我会像蚂蚁钻心一样，非常难受，整个人都不自在，烦躁不安，就是不想做决定，情愿不做决定，于是把这些都推给家人去，所以我现在还不能独立解决事情。

综上所述，是我对自己的个人鉴定与评价，结合自己的优缺点。我相信，我可以在未来完善自己的每一方面，也能继续的认识自己的不足与优点。在大学剩下的两年中，丰富自己的各类知识，学习自己喜欢的东西，广交朋友。克服自己各种不足，继续增加自己的优点。

## 自我鉴定心理健康篇四

三年的函授学习和社会实践是我不断的挑战自我、充实自己的一个过程，本人在思想认识、业务知识和专业技能方面都有了很大的提高。现自我鉴定如下：

本人在校期间，能认真学习学院开设的《人格心理学》、《教育社会学》、《咨询心理学》、《儿童发展心理学》等课程，对各种教育学和心理学理论有了较系统的了解和把握。特别值得一提的是：通过对儿童发展心理学理论的学习，本人了解到教师要用发展的眼光看待学生，要尊重、关爱全体学生；通过对人格心理学理论和咨询心理学理论的学习，本人明白了只懂传道、授业、解惑的教师不是合格的教师。合格的教师不仅关注学生的学习，更关注学生的心理。塑造健康的人格和培养乐观上进的心态是他们共同的目标。

三年的函授学习，实质上面授只有三个月左右。时间虽短，但本人觉得受益还是很大的。特别是学习了《教育原理》、《普通心理学》和《现代教育理论与实践》之后，本人觉得自己的理论水平提升了许多。平时，本人会不由自主地把所学的理论运用到自己的教学和教育实践中，效果都是相当不错的。

本人是一名班主任。班主任的职责是管理好班级，为全体学

生营造一个良好的学习氛围。怎么样的班级才算是一个好的班集体呢？函授学习之后，我明白了一个好的班集体的标志是：班集体有了一个较稳定的、团结的领导核心，班干部能独立开展各项工作；班级目标已成为学生个体的奋斗目标；学生是非观念强，有正确的集体舆论和班风。这样的班集体不是凭空产生的，它是班主任血汗和智慧的结晶。三年的函授，我还学到了班级组建技能、心理辅导技能、处理突发事件技能等，它们给予我无穷的智慧，让我的学生越来越信赖我。

三年的函授，实质上面授只有三个月左右。虽然授课教师备课授课认真负责，但因为时间段，教学走过场，考试也走过场，学员真正学到的东西很少。大部分只能靠学员本人在教学实践中领悟、提升。

另外一些新课程背景下教师急需解决的问题得不到解决：如现代教学媒体的知识应用，语文教学课件的制作和应用，新课程背景下教师角色的转换，教学策略的变化，师生间的交流沟通，小组合作探究的规范操作等无法得到学习和进修，这可能是现代高等教育与初等教育相脱钩的弊端。这是广大教师继续学习最盼望得到解决的，但总也得不到解决。也许这只是我的一个梦想。

通过以上的自我鉴定，我相信能够在日后的工作中能发挥出我的本领，并且有信心能够把日后的工作做得更好。

篇三

## 自我鉴定心理健康篇五

我是xx大学教育学院心理学专业的一名学生，在大学期间，我努力学习，在老师的指导，同学的帮组下我的专业知识更

是取得优秀的成绩，思想上也和祖国高度统一，坚持拥护党的领导，社会实践能力也有质的飞跃，下面就是这段时光的自我鉴定。

专业学习上，通过心理学的学习我对自己主观的心理世界有了一个客观的认识，认清了自己性格中的优点和缺陷，明了了自己的潜力所在，为提升自我，超越自我指明了方向，心理学教会我在不丧失自我的前提下，从他人的.角度来思考问题和看待问题。心理学教给我如何适应纷繁社会，在激烈的竞争环境中迅速成长的技能与技巧，让我能够抱着一份平淡与坦诚去面对现实中的人与事。

社会实践方面，多次社会实践经历，如营销策划，车展设计，也证明和表现了我较高水准的组织策划和沟通协调能力，显示了相关的问题解决及管理的能力。现在我已不仅仅满足于单纯的实践，我需要更大的展现自我的舞台。社会为我提供了，我也清楚在这个舞台上充满了挑战，但挑战与机遇并存！

生活方面，我性格中敢为性的一面注定我不是一个墨守成规的人。我不固守书面理论，尽力尝试理论与实践相结合，以实践印证理论，以理论指导实践。并能很好地做到灵活变通，在实践中将理论提升为符合现实情景的操作技巧。理论与实践的结合展现了一个更为广阔的发挥空间，让我不拘泥单纯的理论和盲目的实践。

有了这段快乐而又充实的人生经历，我相信我在以后的人生大道上一定可以迎接自如，创造属于自己的天空！

## **自我鉴定心理健康篇六**

本人对工作认真负责，能熟练操作电脑办公软件，从事文职工作有一定的经验。平时工作中从事对文件资料及通知通告等的发放和管理；准备每次本科室及部门会议前中后的所有事务，整理好会议记录，发放及存档；为人乐观，沉稳，诚信，勤劳，

冷静，对工作认真负责，有事业心，能开拓进取、坚韧不拔，善于思考，有较强的动手能力，有很好的团队精神和创新意识，在工作中我会不断的学习，吸收更多的经验，学会怎样更好的与同事沟通，学会怎样做好每一项工作。说得好不如做得好，相信自己能用实际行动证明这一切！

本人生活态度求真务实，为人热忱、随和、宽容，严于律己；赋有进取心，无论是在学习中还是业余时间都能够不断地充实自己，提升自己的知识层面和工作能力；有着很强的敬业精神，做每一件事都会尽自己最大的努力。

有较强的组织能力、活动策划能力和公关能力，如：在大学期间曾多次策划和组织大型文艺演出，并取得良好效果。

有较强的语言表达能力，如：在大学期间参加校园论赛、英语演讲

比赛和英语小品比赛都能获奖。

有较强的团队精神，如：在同学中，有良好的人际关系；在同学中有较高的威信；善于协同“作战。”

有较多的教学实践经验，如：在大学期间连续两年参加为初中生

上心理辅导课的义教工作，表现突出。

## **自我鉴定心理健康篇七**

本人对工作认真负责，能熟练操作电脑办公软件，从事文职工作有一定的经验。平时工作中从事对文件资料及通知通告等的发放和管理；准备每次本科室及部门会议前中后的所有事务，整理好会议记录，发放及存档；为人乐观，沉稳，诚信，勤劳，冷静，对工作认真负责，有事业心，能开拓进取、坚韧不拔，

善于思考，有较强的动手能力，有很好的团队精神和创新意识，在工作中我会不断的学习，吸收更多的经验，学会怎样更好的与同事沟通，学会怎样做好每一项工作。说得好不如做得好，相信自己能用实际行动证明这一切！

本人生活态度求真务实，为人热忱、随和、宽容，严于律己；赋有进取心，无论是在学习中还是业余时间都能够不断地充实自己，提升自己的知识层面和工作能力；有着很强的敬业精神，做每一件事都会尽自己最大的努力。

工作认真仔细，有责任心。有很好的学习能力。热爱自己的专业，有良好的心理素质。活泼开朗，，希望能在合适的岗位上运用所学习的知识，实现自我价值有较强的组织能力、活动策划能力和公关能力，如：在大学期间曾多次策划和组织大型文艺演出，并取得良好效果。

有较强的语言表达能力，如：在大学期间参加校园论赛、英语演讲比赛和英语小品比赛都能获奖。

有较强的团队精神，如：在同学中，有良好的人际关系；在同学中有较高的威信；善于协同作战。

有较多的教学实践经验，如：在大学期间连续两年参加为初中生上心理辅导课的义教工作，表现突出。

## 自我鉴定心理健康篇八

作为积极乐观新时代青年，我不会因为自己的大专文凭而失去自信，反而我会更加迫切要求自己充实充实再充实。完善自我，实现我未来目标。且我相信：用心一定能赢得精彩！

良禽择木而栖，士为伯乐而荣，勤奋的我将以不怕输的韧劲融入社会。愿借您的慧眼，开拓我人生旅程！