

大学班级心理委员自我评价(大全8篇)

导游词的撰写需要具备全面而专业的知识，以便为游客提供准确和详细的信息。导游词的内容要准确、全面，避免错误和虚假信息，以提高游客对景点的信任感。以下是小编为大家精心搜集的导游词范文，希望能够给大家提供一些有用的参考和思路。

大学班级心理委员自我评价篇一

大学心理委员自我评价，自我评价是写个人能力与工作心态，以下文书帮提供大学生党员个人的自我评价阅读。白话文为大家精心整理了大学心理委员自我评价【优秀5篇】，希望能够帮助到大家。

现今，大学生心理健康问题日益加重，朋辈辅导就显得格外重要。在平时，我们在与人相处的时候，我们有时候会忽略一个人的细微变化，从而可能导致错过能够帮助一个人的时间。在我们与人交流时，我们也可能因为一句话的不恰当，让距离拉远，便失去交流的机会。掌握交流的技巧，我们便能更好地帮助他人。

首先，我们了解了大学生心理健康的标准，在这个标准下，我们再对各种异常现象进行发现。大学生常见心理困扰有：适应问题，学业问题，情绪问题，人际关系问题，情感问题，个人发展问题，这些问题时刻影响大学生心理健康。所以，我们要时刻关注心理问题，让自己保持良好的心态，同时也能让身边的人保持良好心态，让身边的人都心理健康这是一个最理想化的标准。

我们要有一个想帮助他人的心，但是要在能力范围之内，不要想什么事情都能自己解决，我们不是专业的，有些心理障碍问题要靠老师来解决，而有些精神方面的问题可能连学校老师都没法解决，如果我们发现异常，就要及时向老师汇报。

我们相对于老师，应该更了解自己身边的朋友，因为在我们看来，没有年龄的差距，什么话都好说，但是我们有时候可能往往忽略有些自己觉得开玩笑的话，觉得不重要有可能就忽略了最重要的信息，学习一些筛选信息，从这些信息中获得一个人的心理健康情况。

这次学习还是有很多收获的，从实践方面的模拟练习和三节课的理论知识中，我们还是可以大致了解如何跟同学交流，怎么帮助同学，在交流中遇到的问题我们也有一些方法应对。在学习的这些心理知识中，不仅仅在大学生生活中有很重要的作用，平时也可以运用，对于我们本身来说，也是很有帮助的。我们应该多去倾听，我们应该是一个聆听者，让朋友们觉得我们能理解他们，做一个聪明的倾听者。

为了提高心理委员工作的积极性，需要每年都评选优秀的心理委员，评选的标准建立在心理委员的个人发展评价和工作表现基础之上，具体包括：

(1) 在工作过程中表现出热情，积极，乐观的态度，抗挫折能力较强。

(2) 乐于助人，乐于奉献，服务同学，人际关系良好。

(3) 能够主动学习大学生心理健康相关知识，对自己有充分的认识，能及时发现，分析并解决自己的心理问题，不断提高自身心理素质和从事心理素质拓展训练的业务水平，善于创新，从实践中总结经验。

(4) 能及时发现，关注，关怀和帮助有心理困惑和烦恼的同学，并积极有效地开展相应工作（如开展心理沙龙，朋辈心理辅导等），及时推荐需要心理帮助的同学到心理中心面谈咨询。

(5) 认真落实学校，学院布置的有关工作；积极组织开展形

式多样的班级心理健康教育活动，包括同其他班干一起组织班级心理测试和心理素质拓展训练。工作有较好的计划，目标明确，思路清晰，方法得当。

(6) 积极发现有重大心理变故和行为异常的同学，处理得当，有效维护校园环境稳定。

针对大学生生活的各种特点，对心理委员有着相应的各种发展要求。

(一) 心理知识发展的评价

大一应掌握的相关心理知识：大学新环境的适应应对、常见的心理问题和应急心理问题的、调节自我心理的、学校的心理健康教育资源。

大二、大三应掌握的相关心理知识：人际交往、恋爱交友、生涯规划等知识。

大四掌握的心理知识：人生规划、择业等知识。

很荣幸能参加这五次心理委员培训，每次培训结束后，都让我受益匪浅。回想刚开始担任心理委员一职，对心理健康知识可谓一无所知，甚至以为自己不能胜任，有时还觉得这一职位是多余的。现在，经过这几次的培训，在老师和心理健康部各负责人的帮助下，我对心理健康知识有了初步了解，对自己职务的重要性更有深刻的认识以及如何作一名称职的心理委员。明确了心理委员的工作职责，了解了学校心理健康宣传教育的相关知识，体验了心理活动的魅力，提高了自身心理素质以及发现校园心理问题的敏感性、危机的处理能力。

第一节课是在5.10上的，由余晓燕老师为我们讲解《心理学流派知识概论》，上完这节课我才知道，原原来心理学中是

分很多流派的。其中较为出名的有内容心理学派、意动心理学派、构造主义心理学派、机能主义心理学派、行为主义心理学派、格式塔心理学派、精神分析心理学派、日内瓦学派、人本主义心理学派、认知心理学派。这十大心理学派无论从其对对象、任务、范围、方法以及从其规模和波及的领域来看，对心理研究的客观推动作用都是巨大的。它们都曾经充当过心理研究过程中的主角，代表过一个时期的心理学历史发展的倾向，客观地左右过心理学史的发展。当代心理学基本理论的主体，也主要是博采十大学派学说之长处，汲取它们的合理的有价值的部分而形成的。如今我们学习的任何一本《普通心理学》教材，其内容实际上都是对十大学派的精华部分进行了荟集的结果，是十大学派学说的主要结晶。其中的主体理论、概念和规则几乎都可以溯源到十大学派，在那里找到出处。

第二节课是由张楠老师讲解的《心理辅导与咨询技能》，通过这节课的学习，我了解到了心理辅导的重要性和神圣性，知道了心理辅导是一个很重要的任务。我们要注重维护自身的心理健康，仔细观察，积极关注班级同学的心理健康状况，主动关心同学的身心健康；及时发现和转介有严重心理问题的同学，耐心倾听，并热情温暖真诚地给予精神支持。

第三节是由罗梦君老师讲解的《心理咨询案例分析》，第四节是由吴尔诺老师讲解的《团体心理活动课》分别说了处理现实生活中的案例，和如何开展我们的班级心理活动课。通过这两节课的学习，我们获益良多。明白到我们该如何开展我们以后的工作。

通过参加心理委员培训活动，我对心理知识的认识从无到有，由浅入深。我也深刻感受到自己作为一名心理委员的职责所在，我会用我在此次培训中所学到和领悟到的去感染和帮助同学们。让我们一起放飞心灵的翅膀，畅翔快乐健康的明天吧！

心理委员是否帮助过本班同学，特别是那些学习困难的学生，大学适应困难的同学，人际交往困难的学生，生活困难的学生，自信心低下的学生等等。

通过自评，可以使心理委员及时检查自身工作，发现不足，及时弥补。

来源：网络整理免责声明：本文仅限学习分享，如产生版权问题，请联系我们及时删除。

content_2());

大学班级心理委员自我评价篇二

评价一个心理委员是否优秀，可以让心理联络员先进行自我评定，，撰写自评报告。通常说来，自评报告是专家评优的基础。这一部分的内容在上一节已经作了详细介绍，为了保持评价体系的完整性，本节把心理联络员的自评做了一些新的归纳。

心理委员的自评报告通常可分为两个方面：

大学班级心理委员自我评价篇三

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“为同学们服务，为老师服务”的工作，做好学生与老师之间的桥梁作用！

电力工程系心委会

20xx年x月

大学班级心理委员自我评价篇四

大学心理委员自我评价，自我评价是写个人能力与工作心态，以下文书帮提供大学生党员个人的自我评价阅读。

大学的第三个学期在时光匆匆中已经结束了。蓦然回首，在过去的时光里，我的收获还是很大的。通过学习在各个方面都有所提高。

大学期间我担任班级心理委员，能够做到尽心尽职，在班级共举办过几次心理班会，效果都非常不错。当然，那都是我精心准备得来的成果。同时，也与班级其他班委配合工作，全心全意为同学服务。不过因为缺乏经验，所以觉得自己有些方面做得不够好，需要进一步提高。此外，我还积极参加了学校组织的一些活动，比如开学时期的迎新工作，还有校运动会，而且还取得了一定的成绩。

经过平时的积累，我已经顺利地通过了英语四，六级考试，虽然成绩不够优秀，却也还是不错的。另外，利用课余时间我自学计算机，目前已拿到计算机二级证书。因为课堂上认真听课，课后学习，所以在该学年上，下两学期期末考试中，我都取得了优异的成绩。总之，在学习上，收获还是可以的，不过还得继续努力。

生活方面。能够处理好与同学之间的关系，而且尽力帮助他人，只要自己能做到的，我都会尽力而为。因为家庭比较贫困，生活上我非常节俭，从不乱花一分钱，并且自己去做一些兼职，家教等，虽然不能挣很多，但也可以减轻家里一些负担。我努力地找一些工作，不但不影响学习，还可以锻炼自己，也为父母分担辛苦。

总的来说，大学的学习生活，让我成长了许多，收获了许多，前进了许多。虽然称不上硕果累累，却也可以说是有所成绩。以后的路更长，这点小小的进步是微不足道的，只有不断地

学习，不断地进步，才能使自己的人生更有价值，更有意义，在今后的日子里，我要更加努力，争做一个优秀的人才。因为没有最好，只有更好！

为了促进与提高心理委员的工作水平，增强其在宣传普及心理知识、处理心理危机事件等工作上的能力，激励广大心理委员奋发向上，锐意进取。同时也为进一步加强心理委员制度建设，使心理委员机制在促进大学校园和谐方面发挥更大作用，因此我们有必要对心理委员工作进行评价分析。

一，心理委员个人发展的含义。

发展是指人身心成长和变化，是贯穿人一生的，心理委员个人发展只是其一生中的一个特殊阶段，指其担任心理委员一职后，在完成自己工作职责过程中的发展，具体包括心理知识，能力，人格等方面的发展。

心理委员的个人发展有着极其重要的意义，是由心理委员工作特点决定的。第一，心理工作有其特殊性，针对的是人的心灵，因此心理委员首先要心理健康，具备良好的心理素质，才能真正的帮助同学解决心理问题。第二，心理委员是心理健康宣传和心理危机干预的骨干力量，这就需要他们掌握相关的心理知识，具备的良好的职业素质。才能使心理健康教育工作落到实处。

心理委员发展的内容包括心理知识的发展、能力的发展和人格的发展。心理知识的发展主要包括团队管理知识、心理健康的知识、应对危机的知识、心理咨询的知识等方面的发展。能力的发展主要包括自我提升能力、组织能力、宣传能力、探索能力、沟通能力等的发展。人格发展主要包括自身心理健康水平、各种良好心理素质等方面的发展。

针对大学生生活的各种特点，对心理委员有着相应的各种发展要求。

（一）心理知识发展的评价

大一应掌握的相关心理知识：大学新环境的适应应对、常见的心理问题和应急心理问题的、调节自我心理的、学校的心理健康教育资源。

大二、大三应掌握的相关心理知识：人际交往、恋爱交友、生涯规划等知识。

大四掌握的心理知识：人生规划、择业等知识。

不论是哪个年级的学生，在大学四年的生涯中，都应该培养乐于助人、奉献的人格，培养乐观、积极、善待他人的品格以及良好的心理素质。

（三）能力发展的评价

在大学的四年学习和生活过程中，心理委员应该发展和培养良好的适应能力、宣传能力、组织能力、人际沟通能力、自我提升能力、帮助他人提升的能力等。

要达到这些要求，就需要心理委员不断学习，提高完善自我。当然，学校心理咨询中心，各学院心理辅导老师也会对他们进行定期培训，帮助和促进他们的发展。通过四年的发展，希望每一名心理委员都能成为优秀的人才，能将心理委员的工作做好，促进和谐大学校园的建设。

一、心理委员班级工作的评价内容

（一）心理健康知识的普及内容

一个优秀的心理委员应该能在班级中宣传心理健康的知识，这些知识包括“心理健康的标准”，“心理问题的触发因素”，“心理问题的表现症状”等。

(二) 学校心理援助资源的介绍

能准确地把学校心理咨询教师信息向学生推荐，向全班同学介绍学校心理咨询中心的空间位置，预约方式(联系电话与电子邮件等)，可接受的心理咨询事项等。

心理委员能对本班同学学习状况的变化(如挂科，四六级考试失利，计算机考级未成等)，人际关系变化(与宿舍同学有分歧，与恋爱对象发生矛盾，同导师或老师有冲突，与家庭成员的恩怨，与社会上某些成员有过结等)以及学习与生活的不适应等都能有所记录，并从中发现一些有问题症状的学生，为早期干预打下基础。

心理委员在发现本班同学心理问题后，能恰当运用自己在培训中所学的心理咨询技能与知识对同学进行沟通交流，使同学的心里不愉快的情绪及时得到宣泄，及时摆脱消极的情绪状态，但心理委员对心理问题的干预能力与水平都是有限的，这些干预都是初级干预。心理委员要及时观察自己所干预的结果，准确评估，如有异常应及时向专业教师或心理教育机构转介。敢于干预并善于干预心理问题，应该成为评价心理联络员工作一项内容。

一个优秀心理委员不仅更会自己干预，而且还能准确发现自己工作中的不足，特别是把自己干预能力所不及的个案及时向心理专业教师转介，从而确保该学生的心理健康得到有效保证。

“心理委员”，又叫“班级心理联络员”，顾名思义，要评价一个心理委员的工作做得如何，来自班级成员的.评价自然是最最重要的一个方面。另外，还要结合心理联络员的自评报告等进行综合评定。具体可从四方面进行评价。

评价一个心理委员是否优秀，可以让心理联络员先进行自我评定，撰写自评报告。通常说来，自评报告是专家评优的基

础。这一部分的内容在上一节已经作了详细介绍，为了保持评价体系的完整性，本节把心理联络员的自评做了一些新的归纳。

心理委员的自评报告通常可分为两个方面：

心理委员能不断地主动去学习心理学知识，增长自己的心理学专业技能，只有这样，心理联络员的个人素养才能不断提高，才能更好地为本班同学提供优质的心理服务。因此，把心理委员注重个人心理知识的积累，个人自身心理素质的提高作为评价的要素是充分而且必要的。

心理委员是否帮助过本班同学，特别是那些学习困难的学生，大学适应困难的同学，人际交往困难的学生，生活困难的学生，自信心低下的学生等等。

通过自评，可以使心理委员及时检查自身工作，发现不足，及时弥补。

心理委员的自评只是心理委员工作评价的一个方面，心理委员的工作不仅要让自己感到满意，更重要的还要使全班同学或本班大多数同学满意。因此，把来自班级同学的评价作为评定指标之一是十分必要的。

来自班级同学的评价具体也可以分为两方面：一是由班级同学对心理委员在班上开展心理活动的情况及其效果的评价；二是由班级同学对心理委员在自身心理工作水平上进行一定的评价。

学院心理发展协会存有备案。最后由学院心理发展协会上报学校心理发展协会存档，学校心协将以此作为“年度十佳优秀心理委员”评选的重要标准。

对班级心理委员工作的评价中，班主任以及心理辅导员都有一

定的发言权,在重大心理问题处理中,班主任与心理辅导员都有一定的介入,他们对相关心理委员的行为表现所作的评价应该占有一定的分量,具有一定的参考价值.

对班级心理联络员的评价是属于班级最基层的评比活动,一般说来,学校的心理咨询专业教师参与的可能性较少.不过心理咨询专业教师可以在两方面对班级心理委员的评价产生影响:一是心理委员接受培训时的表现与成绩;二是心理委员在紧急心理危机干预中有突出成绩.由于这两方面的工作通常都是心理咨询专业教师了解的,把他们的培训考勤记录与危机干预记录信息纳入到心理委员的考评中,对监督心理委员的工作有很大的促进作用.

为了提高心理委员工作的积极性,需要每年都评选优秀的心理委员,评选的标准建立在心理委员的个人发展评价和工作表现基础之上,具体包括:

(1)在工作过程中表现出热情,积极,乐观的态度,抗挫折能力较强.

(2)乐于助人,乐于奉献,服务同学,人际关系良好.

(3)能够主动学习大学生心理健康相关知识,对自己有充分的认识,能及时发现,分析并解决自己的心理问题,不断提高自身心理素质和从事心理素质拓展训练的业务水平,善于创新,从实践中总结经验.

(4)能及时发现,关注,关怀和帮助有心理困惑和烦恼的同学,并积极有效地开展相应工作(如开展心理沙龙,朋辈心理辅导等),及时推荐需要心理帮助的同学到心理中心面谈咨询.

(5)认真落实学校,学院布置的有关工作;积极组织开展形式多样的班级心理健康教育活动,包括同其他班干一起组织班级心理测试和心理素质拓展训练.工作有较好的计划,目标明确,思

路清晰, 方法得当.

(6) 积极发现有重大心理变故和行为异常的同学, 处理得当, 有效维护校园环境稳定。

大学生党员自我评价_党员自我评价

团员自我评价_自我评价

历史专业大学生自我评价

工商管理专业大学生自我评价

在校大学生的自我评价

大学生个人简历自我评价_简历自我评价

大学生简历自我评价该怎么写

最新大学生党员自我评价

大学生综合测评的自我评价

大学生综合素质自我评价

大学班级心理委员自我评价篇五

为了促进与提高心理委员的工作水平, 增强其在宣传普及心理知识、处理心理危机事件等工作上的能力, 激励广大心理委员奋发向上, 锐意进取。同时也为进一步加强心理委员制度建设, 使心理委员机制在促进大学校园和-谐方面发挥更大作用, 因此我们有必要对心理委员工作进行评价分析。

大学班级心理委员自我评价篇六

心理委员的自评只是心理委员工作评价的一个方面，心理委员的工作不仅要让心理委员自身感到满意，更重要的还要使全班同学或本班大多数同学满意。因此，把来自班级同学的评价作为评定指标之一是十分必要的。

来自班级同学的评价具体也可以分为两方面：一是由班级同学对心理委员在班上开展心理活动的情况及其效果的评价；二是由班级同学对心理委员在自身心理工作水平上进行一定的评价。

大学班级心理委员自我评价篇七

心理委员能不断地主动去学习心理学知识，增长自己的心理学专业技能，只有这样，心理联络员的个人素养才能不断提高，才能更好地为本班同学提供优质的心理服务。因此，把心理委员注重个人心理知识的积累，个人自身心理素质的提高作为评价的要素是充分而且必要的。

大学班级心理委员自我评价篇八

不论是哪个年级的学生，在大学四年的生涯中，都应该培养乐于助人、奉献的人格，培养乐观、积极、善待他人的品格以及良好的心理素质。

（三）能力发展的评价

在大学的四年学习和生活过程中，心理委员应该发展和培养良好的适应能力、宣传能力、组织能力、人际沟通能力、自我提升能力、帮助他人提升的能力等。

要达到这些要求，就需要心理委员不断学习，提高完善自我。当然，学校心理咨询中心，各学院心理辅导老师也会对他们

进行定期培训，帮助和促进他们的发展。通过四年的发展，希望每一名心理委员都能成为优秀的人才，能将心理委员的工作做好，促进和谐大学校园的建设。