大学生心理自我分析报告 大学生自我成长分析论文(优质8篇)

“报告”使用范围很广，按照上级部署或工作计划，每完成一项任务，一般都要向上级写报告，反映工作中的基本情况、工作中取得的经验教训、存在的问题以及今后工作设想等，以取得上级领导部门的指导。通过报告，人们可以获取最新的信息，深入分析问题，并采取相应的行动。下面是小编为大家带来的报告优秀范文，希望大家可以喜欢。

大学生心理自我分析报告篇一

【导语】本站的会员“heihei00”为你整理了“大学生自我成长分析-论文”范文，希望对你有参考作用。

摘要：

大学生心理健康教育与自我成长分析论文，主要是就本人的成长经历，兴趣，性格，能力，自身的优势和不足，职业理想等方面对自己进行分析，提出完善自我的方案。

关键词：

大学生心理健康教育与认识、自我成长分析、自我完善。

时光如白驹过隙般一跃而过，转瞬即逝。虽未留下什么痕迹，但却带来了微风拂过的平静，那般温暖。时间亦是如此，他没有留下什么，却留下了生活上和心理上的丝丝变化。通过整整一个学期大学生心理健康教育和指导课程的学习，我们学习到了很多有用的知识，从心理学的定义到如何进行自我完善，如何进行情绪的调控，如何应对挫折和压力，如何与周围的人相处，如何看待爱情、亲情、友情，学习心理到社

会心理，非常的全面。因此根据这一个学期以来的学习成果，对本人自我进行了分析。

一、我的成长经历和影响

（一）简单的自我介绍

我，1992年04月03日出生在湖南省永州市宁远县的一个普通家庭，我的到来，组成了一个温馨的四口之家庭。在温馨家庭中长大的我，勇于承担责任，勤劳刻苦，因由哥哥的照顾和家人的爱护下未受过多大的挫折，故养成了外向开朗的性格。现在我就读于湖南农业大学东方科技学院，是一个刚刚经历了大学第一学期的大学生。

（二）出生到学前班阶段

5岁以前的我，处于懵懂之中，我记事是从6岁开始。不过经常听妈妈说起。我小时是一个怎样顽皮的孩子。不过，尽管如此，在我家里父母对我要求很是严格的。8岁的我，被父母送到了永州冷水滩的一个学校，爱听话的我深受老师的喜爱，经常得到表扬。

（三）小学阶段

成绩一向比较优异的我，一直担任我们班的班委，从未间断。为了让我更好地接受教育我和哥哥一起住宿，在这里，每天和哥哥一块儿上学、休息。因初次离开家乡来到外地读书，记得刚开学时父亲帮我们报完名要离开时怕我们兄弟俩会不肯，父亲在交代好生活上的事和给了我们一笔钱就匆匆躲着我们走了，父亲离去的背影深深的印在了我的脑海中，就这样我们带着迷茫离开家人温暖的怀抱开始了人生的第一次异地生活，虽只有8岁但在宿舍的生活中我学会开始学习如何更好地处理人际关系。在生活的磨练下意志逐渐得到成长，从刚开始一想家就哭着打电话回家到默默在心里想念。正值少

年的我们却流露着老道。后来，我以较好的成绩顺利考上冷水滩的一所重点中学——京华中学。

（四）初中阶段

很听话，很爱学习的我，很受老师的`喜欢。初二的时候，却感到了一种莫名其妙的茫然，我也不知怎的从那时起，我不怎么爱学习了，有时还逃课。没有多长的时间，就被老师发现了我的异常。当时京华还没有寄宿的宿舍，在父母的关系下我就住在了我们教导主任王老师的家里，班主任向王老师反映了我的情况，记得那晚王老师狠狠的骂了我一顿，我重新拾回信心开始了学习。后来进入我市重点的高中永州市第四中学。

（五）高中阶段

这是我来到这个城市的第6年，对现在的我来说虽是外地生活，但一切都显得那么平淡，完全没有了以前的那种不安的感觉。而后，网络第一次进入了我的生活。刺激的网络生活让我一步步远离学习，远离学校。父母不在身边，我开始蹉跎岁月。三年很快就过去，高考后。我以不理想的成绩只上了三本，我被第一志愿的湖南农大东方科技学院录取了，就这样我开始了我的大学生活。

（六）大学阶段

大学，一直是我所梦求的。来到长沙，我很激动，很开心。因为我终于可以找到一个新的环境开始另外的一段美好而新鲜的生活。但大学的自由让我又开始蹉跎岁月。但我总是试着去改变，改变现状，改变生活。现在我还在进行着，希望可以有所改变。

（七）对成长经历的总结

写了这么多，其实很为简略。每个人的成长经历都不同，人正是由于先天的和后天的原因——成长经历算是一个非常重要的环节，才有了不同的人生。

二、自我分析

（一）性格

热情开朗，很容易和他人交往，合作和适应的能力特别强。喜欢和别人共同工作，乐于参加或组织各种社团活动。我是一个不喜欢斤斤计较，对于别人的批评也能欣然接受的人。和陌生人初次见面时，也比较能和对方聊得来。在集体中我比较倾向于承担责任和担任领导。智力水平较高，思维比较敏捷，头脑比较灵活，学习理解能力很强。同时我的情绪比较稳定，对于生活中的变化和各种问题，一般都能比较沉着地应对，但遇到一些重大挫折时，或在紧急情况下，也可能会有一些情绪波动。我能较好地协调自己的想法，一方面，对事物我有自己的判断和想法，不会人云亦云；另一方面，也听得进别人的意见，不会固执己见。

我很注重个人原则，在不触及到原则底线时，我都比较愿意去做。在集体中我比较引人注目、受人欢迎，对人对事非常热心。有时也可能过分冲动，自我约束力比较差，但我能很快的调整过来。我是一个喜欢自由生活的人，我有自己的目标和理想，虽然不是特别远大，但会持续地去追求。一般情况下，我会遵纪守法，但有时也喜欢游走于法律边线。对人对事我都会负起自己的责任。我的交际能力处于中等水平。像大多数人一样，在通常的交际中，都能表现得比较轻松，但有时在周围的人都不熟悉的情况下，可能保持沉默，甚至有些不知所措。一般情况下，我倾向于认为他人是真诚、值得信任的，但对有些人或事也会保持警惕，但当完全了解他人之后，会乐于接受和信任他们，因为我相信这个世界好的一面还是大于坏的一面。

我能较好地平衡理想和现实，既有自己的理想追求，也会考虑现实可能性，没有一定的把握或可能性，我会在一开始就放弃。在工作中我能够脚踏实地，有时也会陷入幻想，但只是想想，一会儿又会回到现实中来。我待人比较真诚坦率，但也不会过于轻信或感情用事，比较认同“害人之心不可有，防人之心不可无”。同时我也比较认可“以德报德，以怨抱怨”的说法。我乐观自信，心平气和，坦然宁静，容易适应环境，知足常乐，不会过分的去苛求不能得到的，见好就收。

有时我可能过于自负，自命不凡，也可能缺乏同情而引起别人的反感。认为传统中有些东西可以保留，也有些东西需要变革。一般情况下，有较好地自制力，比较尊重礼俗，能坚持完成自己计划的事情，少数情况下，也可能会情绪失控或有所懈怠。通常所体验到的紧张程度和大多数人差不多，一般都能保持心情平和，在遇到重大挑战或紧急情况时，也可能比较紧张。

（二）自身的优势和不足

1、自身的优势

在规范、传统、稳定的环境下工作，我可以给他人提供服务或帮助。我适合在责任清晰，有一定私人空间、人际关系和谐的氛围中工作，这样才能够发挥我出色的观察力和对细节的关注能力。工作能够让我集中精力，去关注一件事情或一个人。如果工作，我相信我能够得到同事和上级的认可、欣赏和鼓励。按照标准化的工作流程和规范开展工作，我不喜欢在没有准备的情况下把我的成果展示给别人。务实、实事求是是我的工作原则，追求具体和明确的事情，喜欢做实际的考虑。我喜欢团队合作，收集和考察丰富的外在信息。

2、自身的不足

我有时不自觉的陷入日常事务的细节中去，以至于没完没了

的工作。每件事情我都喜欢从头做到尾，因此感觉压力很大，有时会过度紧张，甚至产生消极情绪。有时，我的情感会影响到我的工作，有时情绪波动还比较大。我喜欢以自我为中心。日常生活没有规律。

三、完善自我的方案

1、经常参加户外运动，调整自己的呼吸，以此缓解学习工作压力。

2、多多参加校园活动，社会实践活动，丰富自己的实践经验，消除自己在大场合的怯场心理。

3、情绪不好时多与心理咨询老师沟通，从而学会调节自己的情绪，控制自己的不好情绪。

4、每日安排自己的日常生活，让自己的生活变得有规律。

如何检验效果与目标修正

每月进行一次，要与自己的情况相辅相成，随时进行调整及修正，订立阶段小目标，更多的与外因和内因相联系。最终达到较好的效果。

四、结束语

展望未来，回眸过去。在过去的不足中改进自己所缺，才能更顺利的把握未来的命运。通过写这篇报告我再次的认识了自己！其实每个人对于自我的分析还是很必要的，不断的完善自我才是美满的人生！非常感谢老师这一个学期内对我们的教导！

大学生个人自我成长分析报告范文

自我成长分析报告

大学生swot自我分析

swot大学生自我分析

大学生心理自我分析报告篇二

大学四年的快乐生活就要过去了，美好的学习生活将成为我回忆的一部分，在过去的三年在老师和同学的帮助下，学习了很多在目前工作中所学不到的知识，让我开阔了视野。物流管理，是自己选择的专业。入学之初，我就暗下决心，一定要努力学好本专业。心中定下了方向，便不再犹豫迟疑。四年来，我一直尽心的上课，用心的学习。现对做个自我鉴定如下：

一、在思想上

本人有良好道德修养，并有坚定的政治方向。我热爱祖国，热爱人民，坚决拥护共产党领导和社会主义制度，遵纪守法，爱护公共财产，团结同学，乐于助人。并以务实求真的精神热心参予学校的公益宣传和爱国主义活动。

二、在学习上

本人通过专业知识的学习和实践，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。

三、在工作上

本人认真负责，有较好的组织能力，工作塌实，任劳任怨，

责任心强。我结合自身的特长，积极为系增光，曾多次在外家教以及义务家教。在生活上，我崇尚质朴的生活，并养成良好的生活习惯和正派的作风。此外，对时间观念性十分重视。由于平易近人待人友好，所以一直以来与人相处甚是融洽，敢于拼搏刻苦耐劳将伴随我迎接未来新挑战。

经过四年的大学学习，现在学业已经接近尾声，为了更好地启程下一步的路，我对自己做个自我鉴定如下。

一、在学习上

本人严格要求自己，刻苦钻研，勤奋好学，态度端正，目标明确，基本上牢固的掌握了一些专业知识和技能，作到了理论联系实际；除了专业知识的学习外，还注意各方面知识的扩展，广泛的涉猎其他学科的知识，从而提高了自身的思想文化素质，为成为一名优秀的大学生而不懈奋斗。我一直都认为人应该是活到老学到老的，基于对本专业知识一丝不苟的认真学习，因而在学习成绩上一直都得到肯定，每学年都获得校奖学金。提升自我，积极参加各种证书的考试，通过了大学英语六级以及国家计算机二级的考试，在基本技能上得到提升；同时还自学参加一些职业资格证书的考试，并获的国际商务单证员证书，从而使自己得到了更好的发展。

二、在思想上

对整个社会的责任。一个人活在这个世界上，就得对社会负起一定的责任义务，有了高尚的品德，就能正确认识自己所负的责任，在贡献中实现自身的价值。

三、在生活上

我崇尚质朴的生活，勤俭节约，养成了良好的生活习惯；生活充实而有条理，有严谨的生活态度和良好的生活态度和生活作风；为人热情大方，诚实守信，乐于助人，拥有自己的

良好处事原则，能与同学们和睦相处；积极参加各项课外活动，从而不断的丰富自己的阅历。此外，对时间观念性十分重视，时间观念强，能合理利用时间。由于平易近人待人友好，所以一直以来与人相处甚是融洽，敢于拼搏刻苦耐劳将伴随我迎接未来新挑战。

四、在工作上

本真对工作负责的态度，尽力做好每一份工作；有较好的组织能力，工作塌实，任劳任怨，责任心强。对于属于自己的本职工作，总是尽可能的做好，养成了独立工作的好习惯！在很多团队工作中，积极与同学合作，养成了良好的团队精神。

四年的物流管理专业学习，让自己系统的了解了物流管理专业的相关知识，对于现阶段的物流发展状况也有了全新的认识，希望自己的以后的工作你能从中受益，相信努力将不会白费，感谢学校提供的平台，更感谢给我们上课的老师辛勤的付出。

四年的大学生活，使自己的知识水平、思想境界、工作能力等方面都迈上了一个新的台阶。在这即将告别美好大学生活、踏上社会征途的时候，我将以饱满的热情、坚定的信心、高度的责任感去迎接新的挑战，攀登新的高峰。

大学生自我分析报告800字个人心理分析报告800字

大学生心理自我分析报告篇三

我的性格如下：

（一）情绪特征：

1，情绪强度：很容易看到自我的喜怒哀乐，可是也不太容易手舞足蹈，欣喜若狂。2，情绪稳定性：比较稳定，不会忽冷忽热，喜怒无常。3，情绪持久性：情绪持续时间正常，不会过长或者稍现即逝。4，主导心境：基本上是处于精神饱满，欢乐愉快之中。不会一向抑郁低沉。气质：不依活动的目的和资料转移的典型的、稳定的心理活动的动力特征□ps□与我们平时说的气质不一样。我的气质：偏向于胆汁质和多血质：我直率、热情、精力旺盛、心境变化距离、具有外向型，有时也很敏感、反应迅速，喜欢交朋友、可是注意力转移快、没有固定的爱好。

（二）意志特征：

1，自觉性：对自我要做的事能清楚认识，可是不够坚持，没有十足的耐性，能把自我的热情和力量投入，能冷静分析问题，可是遇到挫折也会气馁。有时过于独断，武断，研究不够周全。2，坚定性；毅力不够顽强，但精力比较充沛，能总结经验，不为不贴合实际的愿望所驱动。可是离不屈不挠，坚持不懈的境界还相差甚远，当然也不是一遇困难就垂头丧气。3，果断性：能迅速作出决定，当机立断，进取采取行动，但有时研究不够周到，勇气可嘉，但有时会武断。4，自制力：很难控制自我的情绪，喜怒哀乐溢于言表，比较难控制自我的言行，比如上网，情绪等。但也不会为所欲为，任意妄为。5，勇敢：坚信自我的正确性，勇于承担职责，愿作出牺牲，但不勇武。

（三）现实态度特征：

1，对别人，团体社会的态度：偏向于爱祖国，爱团体，有同情心，诚实、正直、礼貌。可是行为表现还不够进取，还有些漠不关心，也没有实际行动表现于爱祖国，有同情心。我一向主张每个人都做好最好的自我，独立。自我认为很诚实，很正直，以后有经济绝对慷慨资助有需要的人。2，对劳动工作的态度：偏向于勤劳，但有时也十分懒惰，有职责心可是

还是有点粗心大意，马虎，节俭。对家庭和父母：思想前卫，期望自我为自我、父母而活，不想结婚，认为没有本事养育孩子而让孩子不优秀是对孩子的命运不公，自我也累。3，对自我的态度：未来的生活有信心，有梦想。自信但很客观，很现实。

（四）本事与智力：

本事是自我的努力的，智力是天生的，二者综合能够说就是一个人的实力！对于智力我不想说什么！因为这是天生的、是我不能左右的，可是我的生活经历告诉我，一个人的努力能使他的智力有所提高，具体有多少的提高，那里面的可变的因数太多了。本事：我是以情商和逆商来比量自我的。

情商（eq）又称情绪智力，是近年来心理学家们提出的与智力和智商相对应的概念。它主要是指人在情绪、情感、意志、耐受挫折等方面的品质。以往认为，一个人能否在一生中取得成就，智力水平是第一重要的，即智商越高，取得成就的可能性就越大。但此刻心理学家们普遍认为，情商水平的高低对一个人能否取得成功也有着重大的影响作用，有时其作用甚至要超过智力水平，有人就说到，态度决定一切！

首先：我的认识自身的情绪。历史发展告诉我们，人最大的困难就是认识自我。先前再一本书上记下了这样一句话：“成功的人不是明白自我有多少缺点，而是明白自我有多优点，并立志努力去发展开发他们。”我仅有认识自我，才能成为自我生活的主宰。

”，他们的话语让我反省和思考，这样会提高我生命的效率！人际关系的管理就是自我社会主角的扮演和调节，此情此景此人是什么身份，言语的表达和自我礼仪等等。这仿若我们穿衣服，礼服，休闲、整装在什么场合得体一样。

逆商（aq）——作为立体的人构成的一个重要侧面。所谓“逆

商”是人们应对逆境，在逆境中的成长本事的商数，用来测量每个人应对逆境时的应变和适应本事的大小。逆商高的人在应对困难时往往表现出非凡的勇气和毅力，锲而不舍地将自我塑造成一个立体的人；相反，那些逆商低的人则常常畏畏缩缩、半途而废、最终一败涂地。可口总裁古滋维塔说：“一个人即使走到了绝境，只要你有坚定的信念，抱着必胜的决心，你仍然还有成功的可能。”古滋维塔是高逆商的代表，他的一生经历了无数的坎坷，但都一次又一次地被他超越了。

也许有人会说：因为他成功，所以就说他逆商高。的确，人们对成功者的评价往往是“马后炮”，在他们成功以后再总结其成功的要素，而不能有“先见之明”。同样的，以往人们常常凭借直观感觉来看待一个人对困难的态度，认为这个人持之以恒、坚忍不拔，亦或意志力薄弱、缺乏耐心等等，这种观察是模糊不清的，对个人的培养锻炼没有任何实际意义。

首先，我心目中的逆商：

——逆商告诉你如何在逆境中生存，并如何战胜它而取得成功；

——逆商能够预测在逆境中你所持的态度；

所以，无论在什么样的情景下，逆商都将决定你面临逆境时是继续成长，还是会一瘸一拐，甚至倒下。逆商是营养丰富的土壤，是成功的基本要素，它决定你的态度、你的本事、你的表现如何展现，展现到什么程度，就像花园里的土壤成分一样，逆商也可加强、丰富起来。

其次，我认为高逆商者充满了人生欲望：欲望是产生成功愿望的最原始火花，是成功的源泉。高逆商者充满了人生欲望，他们会对成功表现出狂热的兴趣，遭遇逆境时自然就能够奋

勇向前；而低逆商者对事物则不感兴趣，缺乏生活活力，自然容易知难而退。

有了生活的欲望和对成功的追求，就能克服一切艰难险阻，从跌倒中爬起，继续前进，最终到达目的。挫折并不可怕，因为他既没有毁灭期望，也没有封杀所有通向成功的道路。真正可怕的是，在挫折之后丧失了进取精神而自甘于沉沦。

逆境如同一把双刃剑，它既能够为我们所用，也能够把我们扼杀。关键要看你握住的是刀刃还是刀柄。你解决了一个个的难题，就是取得了一个个的胜利，这些胜利就是成功之路上的一个个阶梯。每当你取得了一个胜利，你就增长了一些智慧，也就向成功的立体人靠近了一步。

每个人都会有难题，都会遭遇困境，高逆商者碰到了一个难题，就会认为是一种挑战，是磨练自我意志，增强进取欲望的机会，而低智商者遇到一个困难时，则会认为是自我的命不好，认为是天意要扼杀他，而怨天尤人。

每个人都是宇宙中的一部分，都处在不断变化的过程中，变化是一条无情的规律。对于个人来说，重要的仅有一点：成败决定于你的心态，决定于你有没有进取的欲望。一位斯巴达人对母亲抱怨自我的剑太短了。母亲回答说：“儿子，前进一步你的剑不就是长的吗？”

人在挫折面前不能只是一味地抱怨，而应当想方设法地去寻找解决问题的办法，并在寻找过程中不断提高自我的逆商。我很庆幸，我父母是从小不惯我，让我学会了独立和想办法。我不敢说我泰山压顶很从容，但也不至于慌乱得不明白去求生存。

总结：我期望自我好男儿处顺境不狂，处逆境不慌，雨来了去挡，天塌了去扛。做一个有职责，有感情，会生活，会学习，会工作的普通人！

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

点击下载文档

搜索文档

大学生心理自我分析报告篇四

性格开朗外向，积极乐观，人际关系极佳，为人热情，乐于助人，在工作上有冲劲、干劲十足，有冒险精神。

有责任心，做事情喜欢坚持到底，不喜欢半途而废。

(二)优势方面

1、对待工作认真、勤奋、较积极，对待他人诚实、率真；

2、做任何事责任心强，而且意志力坚强；

3、做任何事都有明确的目标，不盲目做事；

(三)劣势方面

3、缺少一种敢打敢拼的精神。

大学生心理自我分析报告篇五

（一）简单的自我介绍

我，19xx年12月23日出生于四川省阆中市一个农民家庭，这是一个五口之家，加上我的到来，组成了贫穷但很温馨的六口之家庭。在温馨家庭中长大的我，勇于承担职责，勤劳刻苦，但同时也养成了内向偏外的性格。此刻的我就读于西藏大学农牧学院，再过两年的我即将面临毕业。

（二）出生到学前班阶段

5岁以前的我，我不明白发生了什么，我记事是从6岁开始。但是经常听妈妈讲过。我是一个幸运儿，在计划生育中幸存下来。但是，尽管如此，在我家里父母对我要求很是严格。6岁的我，被父母送到了学校，爱听话的我深受老师的喜爱，经常得大红花。

（三）小学阶段

成绩一向比较优异的我，一向担任我们班的纪律委员，从未间断。为了让我得到更好地教育，我转学了。在那里，每一天和姐姐一块儿上学、回家。在这个阶段，我挨了人生两次打，一次是老师，一次是母亲。两次打，至今仍深深印在脑中。第一次，因为没有完成老师布置的100字作文，我挨了100板子，从此我把学习放在了第一位。第二次，偷别人家的烟吃，母亲第一次打我，那次母亲哭了，哭的很悲哀。为了不让母亲悲哀，我以较好的成绩顺利考上初中。

（四）初中阶段

很听话，很爱学习的我，很受老师的喜欢。初二的时候，我恋爱了。我也不明白那算不算恋爱，但我明白从那时起，我不怎样爱学习了，有时还逃课。没有多长的时间，就被老师

发现了，领回家的我被父亲狠狠抽了脚板心。回到学校的我重新开始了学习。中考我以全校第十五的名次顺利进入我市的高中学校－阆中中学。

（五）高中阶段

这是我第一次进入城市，对我来说，一切都那么新鲜，心中充满了好奇。网络第一次进入了我的生活。刺激的网络生活让我一步步远离学习，远离学校。父母不在身边，我开始蹉跎岁月。三年很快就过去，高考中我落榜了，父母掉泪了。在父母的支持下，姐姐，姐夫的帮忙下，我又开始了复习，网络也远离了我的.生活。一年后，我考上了二本，被第三志愿录取了，开始了我的大学生活。

（六）大学阶段

大学，一向是我所梦求的。来到西藏，来到这个神秘而美丽的高原，我很激动，很开心。但大学的自由让我又开始蹉跎岁月。但我总是试着去改变，改变现状，改变生活。此刻我还在进行着，期望能够有所改变。

（七）对成长经历的总结

写了这么多，其实很为简略。每个人的成长经历都不一样，人正是由于先天的和后天的原因－－成长经历算是一个十分重要的环节，才有了不一样的人生。

二、自我分析

（一）性格

热情开朗，很容易和他人交往，合作和适应的潜力个性强。喜欢和别人共同工作，乐于参加或组织各种社团活动。我是一个不喜欢斤斤计较，对于别人的批评也能欣然理解的人。

和陌生人初次见面时，也比较能和对方聊得来。在群众中我比较倾向于承担职责和担任领导。智力水平较高，思维比较敏捷，头脑比较灵活，学习理解潜力很强。同时我的情绪比较稳定，对于生活中的变化和各种问题，一般都能比较沉着地应对，但遇到一些重大挫折时，或在紧急状况下，也可能会有一些情绪波动。我能较好地协调自我的想法，一方面，对事物我有自我的决定和想法，不会人云亦云；另一方面，也听得进别人的意见，不会固执己见。我很注重个人原则，在不触及到原则底线时，我都比较愿意去做。在群众中我比较引人注目、受人欢迎，对人对事十分热心。有时也可能过分冲动，自我约束力比较差，但我能很快的调整过来。我有自我的目标和理想，虽然不是个性远大，但会持续地去追求。一般状况下，我会遵纪守法，但有时也喜欢游走于法律边线。对人对事我都会负起自我的职责。我的交际潜力处于中等水平。像大多数人一样，在通常的交际中，都能表现得比较简单，但有时在周围的人都不熟悉的状况下，可能持续沉默，甚至有些不知所措。一般状况下，我倾向于认为他人是真诚、值得信任的，但对有些人或事也会持续警惕，但当完全了解他人之后，会乐于理解和信任他们，因为我相信这个世界好的一面还是大于坏的一面。我能较好地平衡理想和现实，既有自我的理想追求，也会思考现实可能性，没有必须的把握或可能性，我会在一开始就放下。在工作中我能够脚踏实地，有时也会陷入幻想，但只是想想，一会儿又会回到现实中来。我待人比较真诚坦率，但也不会过于轻信或感情用事，比较认同“害人之心不可有，防人之心不可无”。同时我也比较认可“以德报德，以怨抱怨”的说法。我乐观自信，心平气和，坦然宁静，容易适应环境，知足常乐，不会过分的去苛求不能得到的，见好就收。有时我可能过于自负，自命不凡，也可能缺乏同情而引起别人的反感。认为传统中有些东西能够保留，也有些东西需要变革。一般状况下，有较好地自制力，比较尊重礼俗，能坚持完成自我计划的事情，少数状况下，也可能会情绪失控或有所懈怠。通常所体验到的紧张程度和大多数人差不多，一般都能持续情绪平和，在遇到重大挑战或紧急状况时，也可能比较紧张。

（二）自身的优势和不足

1、自身的优势

在规范、传统、稳定的环境下工作，我能够给他人带给服务或帮忙。我适合在职责清晰，有必须私人空间、人际关系和谐的氛围中工作，这样才能够发挥我出色的观察力和对细节的关注潜力。工作能够让我集中精力，去关注一件事情或一个人。透过工作，我相信我能够得到同事和上级的认可、欣赏和鼓励。按照标准化的工作流程和规范开展工作，我不喜欢在没有准备的状况下把我的工作展示给别人。务实、实事求是是我的工作原则，追求具体和明确的事情，喜欢做实际的思考。我喜欢团队合作，收集和考察丰富的外在信息。

2、自身的不足

我有时不自觉的陷入日常事务的细节中去，以至于没完没了的工作。每件事情我都喜欢从头做到尾，因此感觉压力很大，有时会过度紧张，甚至产生消极情绪。有时，我的情感会影响到我的工作，有时情绪波动还比较大。我喜欢以自我为中心。日常生活没有规律。

三、完善自我的方案

1、经常参加户外运动，调整自我的呼吸，以此缓解学习工作压力。

2、多多参加校园活动，社会实践活动，丰富自我的实践经验，消除自我在大场合的怯场心理。

3、情绪不好时多与心理咨询老师沟通，从而学会调节自我的情绪，控制自我的不好情绪。

4、每日安排自我的日常生活，让自我的生活变得有规律。如

何检验效果与目标修正

每月进行一次，要与自我的状况相辅相成，随时进行调整及修正，订立阶段小目标，更多的与外因和内因相联系。最终到达较好的效果。

四、结束语

这一篇自我分析报告到那里就告一段落了。我想每个人透过写这篇报告都再次了认识了自我吧！其实这个对于自我的分析还是很必要的，不断的完善自我才是美满的人生！十分感谢老师这一个学期内对我们的教导！

大学生心理自我分析报告篇六

经过了大约半个学期的大学生活，我正确的认识了自己，明白了自己的优劣处，了解自己，知道自己有哪些方面的不足，有哪方面的能力。只有我知道了这些才能提高自己、完善自己，为自己未来的大学四年生活做好充实的准备。下面我将从以下几个方面分析自己：

一、我的个性特点

最近几天我总问别人一个这样的问题：你认为我是一个怎样的人。我的高中同学这样对我说：你看起来很有人格魅力、有毅力、但比较保守;我的大学同学这样说：看起来很天真纯洁可爱，但是有点傻傻的;跟我相处过整整一天的时间的陌生人说：不论什么时候看到你，你总在笑，看上却很活泼，有点傻!我的一个没跟我见过面却认识了两个月的网友说：“就是一个小童鞋，很有自信、就是社会经验太少”。我的一个学姐说：不论在什么场合，从上面的评价看来，我认为自己是那种比较开朗的，热情、坦率、有点冲动、精力旺盛，意志力坚强、声音洪亮是那种胆汁质的女生。我认为我的个性是那种爱笑型，活泼开朗型。我认为我自己最好的五个品质

是：意志力强、爱笑、容易对别人说出真心话、自律性强、有责任感。我最好的朋友这样对我说：你很有责任感、毅力强、欲望大、有时很粗鲁、疯癫、傻笑、重义气、独立、爱思考。所以我要改进的地方有很多：又让自己更加自信、培养自己独特的创新意识、独特的兴趣、要善解人意。写到这我唯一的感受就是：除了优点以外，其余的都是缺点。

二、我的成长史

从小学到初中到高中到大学，我认为自己在高三之前都是一个性质：那就是不成熟的小孩子i□想玩就玩、想疯就疯，完全没有压力。现在的我真怀念那段时光呀!可惜时光不再，总要长大!总要学会面对!到高三的时候突然感觉到原来周围这么多人注意我，身边有这么多的期望和压力!所以我觉得自己高三的时候像个成人。但到了大学还是感觉自己像个小孩!我认为人生的高峰期时出现在高三，因为为那时候的我体会到了自己想要的：荣誉、崇拜、压力、失落、喜悦、痛苦。我觉得那是真正的生活，觉得没读过高三，人真是白活了!我的人生失落期是在高二的整整一年。因为自己好强的性格，与班上的另一位同学针锋现对的竞争，搞得自己差点精神分裂了!幸好过了那个坎!现在虽说到了大学，但感觉自己在心情方面却是以这小孩子变化无常。但是在形式方面却成熟了不少。我觉得影响我人生最重要的人是：奥格·曼迪洛。他写的《羊皮卷》对我产生了很大的作用!我认为成熟就是：行事老练，心理成熟!

大学生心理自我分析报告篇七

在此份个人成长报告中，首先，我分析了自己的优势与弱势。而在大学的四年里，我会立足自己的优势，着重锻炼自己的不足之处。本站小编在此整理了大学生自我成长分析报告，供大家参阅，希望大家在阅读过程中有所收获!

人生总是变幻无常，你永远也不知道下一分钟会遇到谁会发

生什么;人生总是充满喜怒哀乐，那曾经的种种心情是否还深藏心底;人生总是伴着酸甜苦辣，在过去的岁月中那一桩桩一件件或大或小的回忆是否还不能忘怀。回顾自己的成长历程，蓦然发现已度过了22个春秋。我从何而来，又将往哪里而去?是什么造就了今天的我?在每一段成长历程和人生经验之中，每一步都是我学习积极面对，迎接人生挑战的契机。在自我分析中也学会认识自我，完善自我。

一)自我剖析

我从小学到现在，和大多数的学生一样，都是在父母的要求下，考重点高校，考重点大学。我那时的想法，就是按照父母的期望，好好考大学，好的大学就等于将要有好的工作。每天都是这样说，我就按父母说的，一步一步的走下来，这期间我都没有什么自己的想法，一切都努力往父母说的做，其他的也都是人云亦云，这样一直到了大学开学。我到了大学，离开了父母，我才到了我的低潮时期，这时的我不知道该怎么和人交流，这里我接触到的人，天南海北，各式各样，生活方式也不相同，我也不知道该怎么去处理生活方面的事。仿佛一切都变的很难，一切都要自己去想，去做。那时的我很迷茫，也想了不少。以前的我，无忧无虑，只要做好学习，一切由父母安排。现在一切都得自己拿注意了。一时不习惯起来。在刚开始的时候，还和同学同寝发生过不愉快。那时的我，觉的和这的生活格格不入，总想回家，每天都过的很压抑。现在未免有些莞尔。到了现在，我也想了很多，也改变了很多。心里也觉的好了很多。我也想到了我的未来该怎么做。所以我现在觉的，大学的生活真是很锻炼人，真是塑造一个人的黄金时刻。这时候的心理是最容易受影响的，而这种影响是会影响以后的生活的。直到了那个时刻，我才觉的，我的生活才刚开始呢。每个人的生活都有高潮和低谷，我知道以前无论如何，都已经过去了，未来才是我该认真考虑和为之奋斗的地方。

1，兴趣爱好对自己的影响

我喜欢阅读、写作、音乐，我喜欢做手工艺品例如刺绣、编制，没有原因，从小就喜欢，做手工让我非常有耐心还能陶冶情操。我喜欢做饭，我喜欢学习各种各样的菜色，我甚至梦想过以后有机会出国学习各国的特色美食。我喜欢看到家人朋友吃到我的菜时开心享受的表情，也许是因为这样吧，我非常的恋家。专业兴趣上，我比较喜欢会计类的，也正是我现在所学的财管专业，我认为此专业可以让我接触到更多的人与事情。在《职业生涯规划》的课程中，我做过一次人格分析和职业分析，鉴于测评结果，我的优势职业类型为企业型，理财型。我认为这很符合我的专业需要。因为首先我是一个精力充沛、自信、善于交际、热情洋溢、富于冒险;为人务实，做事有较强的目的性。

我心目中的英雄，偶像是自己的朱镕基，海伦凯勒。我觉得他们的做事风格和对生活的忍受能力都是我需要学习的，并且对我自己的影响非常大。

2，性格及对自己的影响

类型：外向，开朗，但很感性。

我是一个热情开朗，很容易和他人交往，合作和适应的能力特别强。喜欢和别人共同工作，乐于参加或组织各种社团活动。不会斤斤计较，对于别人的批评也能欣然接受。和陌生人初次见面时，也很能和对方聊得来。在集体中倾向于承担责任和担任领导。思维敏捷，头脑灵活。情绪比较稳定，对于生活中的变化和各种问题，一般都能比较沉着地应对，但遇到重大挫折时，或在紧急情况下，也可能会有一些情绪波动。能较好地协调自己的想法和别人的想法，一方面，对事物有自己的判断和想法，不会人云亦云;另一方面，也听得进别人的意见，不会固执己见。通常活泼任性，轻松愉快，在集体中比较受人欢迎，对人对事非常热心。有时也可能过分冲动，自我约束力比较差。有自己的目标和理想，虽然不是特别远大，但会持续地去追求。客观理智，注重现实，独立

坚强。遇事果断、自信。能坚持完成自己计划的事情，少数情况下，也可能会情绪失控或有所懈怠，但一般都能保持心情平和，在遇到重大挑战或紧急情况时，也可能比较紧张。

3，能力与品质

我的人际交往能力很强，而且自我约束力比较强，实事求是。有上进心，不甘落后。尊重他人，做事有原则，对待事情自己有客观的判断和选择，不会人云亦云。自己的不足就是有点小小的自负，遇到感情问题，会处理不好，过于任性。有时候压力很大时，会产生抵抗情绪，于是考虑太多，不敢果断处理，创造力不强。

二)人生观

我一直在追求人格的升华，注重自己的品行。我崇拜有巨大人格魅力的人，并一直希望自己也能做到。无论是在高中，还是现在的大学生活中，我坚持着自我反省且努力的完善自己的人格。我读很多书，并积极参加活动，然后越来越认识到品行对一个人来说是多么的重要，关系到是否能形成正确的人生观世界观。所以无论在什么情况下，我都以品德至上来要求自己。无论何时何地我都奉行严于律己的信条，并切实的遵行它。平时友爱同学，尊师重道，乐于助人。以前只是觉得帮助别人感到很开心，是一种传统美德。现在我理解道理，乐于助人不仅能铸造高尚的品德，而且自身也会得到很多利益，帮助别人的同时也是在帮自己。对于老师，我一向是十分敬重的，因为他们在我彷徨的时候指导帮助我。如果没有老师的帮助，我可能将不知道何去何从。我现在领悟到，与其说品德是个人的人品操行，不如说是个人对整个社会的责任。一个人活在这个世界上，就得对社会负起一定的责任义务，有了高尚的品德，就能正确认识自己所负的责任，在贡献中实现自身的价值。我还积极要求加入中国共产党组织，跟随党的脚步，严格要求自己，以自己的努力为社会，集体作出贡献，实现自己的人生价值。

三)自身的优势和不足

1.自身的优势

有出色的观察力和对细节的关注能力。务实、实事求是，追求具体和明确的事情，喜欢做实际的考虑。善于单独思考、收集和考察丰富的外在信息。喜欢逻辑的思考和理论的应用。做事有很强的原则性，尊重约定，维护集体。工作时严谨而有条理，愿意承担责任，自己有客观的判断和敏锐的洞察力。

2.自身的不足

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。

3.我需要改进的方面

性格的冲动性，耐心

四)自我奋斗目标

五)我的成熟标准

能够完成常规性的日常工作，并且进行劳复杂思维的工作;富于冒险、敢于竞争，经营、管理、劝服、监督和领导，并实现机构、政治、社会及经济目标的工作。在职业发展过程中，可以充分发挥自己在劝说、支配和言语方面的技能，以及自信、精力充沛、领导力强的优势;能克制自己冲动的想法和行为。感情明确，热爱家人，朋友，懂得谦让，不会随情绪办事情。

六)同学评价

评价：是一个开朗的同学，有领导才能，做事认真，尊重约

定，维护集体。

批评：做事太过急躁和死板，没有什么创造性。考虑太多，太有原则性。

七)感想

通过这一学期的心理健康教育课，我觉的有些收获。我一直觉的，我的心理还是比较健康的，但是进入大学以后，各种问题都涌到了面前，心理是很容易出现问题的，我在这短短一学期的心理健康教育课中，发现了自己原来的心理障碍。发现问题总是比憋在心里不知道，不疏导好。我在这一学期的心理健康教育课中，知道了该如何来发现，疏导，防范这些心理障碍，快乐地度过这四年时光。不过我知道我还只是学了些皮毛。我还想知道些解决心理问题的实际方法和一些关于人际交流的实践性的技巧的知识。这些实践性的知识很实用，也能和理论结合。最好多点理论和实践结合的示例来加强理解和应用。

这篇个人成长分析报告写到这里就结束了。我想每个人通过写这篇报告都再次认识了自己。个人认为经常地自我分析是非常必要的，因为不断完善自我才能塑造人格的魅力。在这里分析了自己，已经对自己有了一个比较全面的认知，以后会努力并坚持着使自己的品德与言行趋于完美!

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，并从其中获得快乐。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。

大学生心理自我分析报告篇八

转眼间大学生生活就要结束了，离校之前，为了明确自己的过去与未来，我觉得我有必要对这几年的大学生活做个自我鉴定。

大学期间，我不仅重视对专业课程和第二外语(日语)的学习，掌握了扎实的专业知识技能，同时注重个人思想道德品格和修养的提升，坚信“先做人后做事”的至理名言，认为正直的人格是人才的一项重要标准。

一直在追求人格的升华，注重自己的品行。我崇拜有巨大人格魅力的人，并一直希望自己也能做到。在大学生活中，我坚持着自我反省且努力的完善自己的人格。四年中，我读了一些名著和几本完善人格的书，对自己有所帮助，越来越认识到品行对一个人来说是多么的重要，关系到是否能形成正确的人生观世界观。所以无论在什么情况下，我都以品德至上来要求自己。无论何时何地我都奉行严于律己的信条，并切实的遵行它。回顾四年，我很高兴能在同学有困难的时候曾经帮助过他们，相对的，在我有困难时我的同学们也无私的伸出了援助之手。我现在领悟到，与其说品德是个人的人品操行，不如说是个人对整个社会的责任。一个人活在这个世界上，就得对社会负起一定的责任义务，有了高尚的品德，就能正确认识自己所负的责任，在贡献中实现自身的价值。

我富有责任感，敢于面对挑战，有强烈的进取心和优秀的团队精神，善于与他人协同作战，同时也有较强的组织协调能力、活动策划能力和社会实践能力。大学期间，我踏实肯干，努力不懈，最终在任社团管理中心主任和暑期社会实践等各种社会工作和实践活动中锻炼和提高了自己，更在这个过程中发现了自我，认可了自己，增强了自信心。

我积极乐观向上，适应能力强。大学生活中，由于远离家乡和经济条件不好，遇到过不少困难，但凭借着良好的心态和

同学朋友间的相互支持，我最终获得了成长。相信在以后的工作学习生活中能有更大提高!

大学期间我还做了几份兼职，像服务员、酒店服务员、学校后勤部门、家教等。一方面，为了补贴我的生活费减轻家庭负担，另一方面，也让我提前进入社会，锻炼我的毅力和社会交往能力，并且也能增长见识。

作为一名即将毕业的大学生，我所拥有的是年轻和知识。年轻也许意味着欠缺经验，但是年轻也意味着热情和活力，我自信能凭自己的能力和学识在毕业以后的工作和生活中克服各种困难，不断实现自我的人生价值和追求的目标。