

最新心理委员工作计划书(精选13篇)

卫生工作计划的定期评估和调整是必要的，以适应卫生领域的变化和 demand。接下来，我们将为大家分享一些学生会工作计划的成功案例，供大家参考借鉴。

心理委员工作计划书篇一

春季是精神疾病和心理问题高发期，学生情绪波动比较大。在新的一学期里，主要做好心理健康护航和心理健康教育工作。

（一）进行心理委员危机干预培训

心理委员是班级学生朋辈心理辅导员，是联系学校和同学的纽带。所以心理委员在班级中起着重要的作用，也是在突发事件发生时起带头的作用。通过危机干预培训，心理委员能清楚的知道自己的工作 and 职责。对于危机事件能及时发现问题，及时报告问题，积极配合老师帮助同学消除负面影响。

（二）“春季护航”的开启

校园心理危机事件是严重影响学校正常教学工作、校园平安与和谐的重要事件。而在春季，随着温度的快速变化，人的情绪也很容易被影响。气温的转暖，代谢进入旺盛期，从而引发心理疾病的概率也逐渐增大。然而，同学们却对此还不了解。所以春季护航起着重要作用。我们要大力宣传心理健康知识，可以通过海报的张贴，电影赏析的开展，心理讲座的举办，心理剧的表演等等。

（三）春季护航的活动开展

对于我们大学生来说，学习也不亚于高中时代，上课、做作业，还要为等级考试、专业证书做准备，甚至大一的还要进

行晚自修，所以对于两点一线式的学习，同学难免会感到枯燥、乏味。所以展开心理活动，一方面可以在学习之余放松自己，另一方面可以提高同学的素质。活动以大家自愿报名的方式来参与，让同学们发挥想象力，创造出有意义又值得纪念的活动。

（四）工作总结

学期末召开心委会工作总结大会，对本学期心委会所举行的活动效果做出总结并对表现好的同学进行表彰。

时间 事件

2月份拟写20xx年上半年学期的工作计划

队伍人员调整

召开会议

3月份心理委员危机干预培训

教师队伍危机干预培训

心理委员周汇报

心理活动之影视赏析（班级）

看电影献爱心（每月2次）

4月份 班级活动设计大赛（生命意义主题）

心理活动之影视赏析（班级）

看电影献爱心（每月2次）

春季护航中期宣传

5月份心理活动之电影赏析

班级活动设计大赛预赛

看电影献爱心（每月2次）

5月25日 心理活动之拓展活动（大学生素质拓展游园活动）

6月份春季护航总结

心理活动之电影赏析

班级活动设计决赛

7月份 心理委员总结

具体活动方案另行策划。

心理委员工作计划书篇二

我们的大三生活即将结束，而我作为心理委员。上学年的工作进入了尾声。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分了解十分，下面我自己的工作做出以下总结：

一。积极参加心理委员培训，了解到了心理委员的重要性，知道了心理委员是心灵的使者，是朋辈相助的主要传递者。握一定的专业知识原则和技巧，便利同学的心理健康咨询，并光荣的领到了学院颁发的结业证书。

二和班干部积极配合，共同商量怎么开班会，怎样让大家都参与进来，怎样调动同学们的积极性，让大家共同参与，体会其中的乐趣。

三积极配合班长，组织班里的全体同学按时并有秩序的参加心理测评，并向同学解说心理测评是为自己建立心理健康档案，要他们认真作答。

四积极支持心理健康部在每个班级开展的心理问题调查工作，询求本班成员对学校心理健康部的意见和建议，并及时将我们全体成员中出现的一些情况及这些意见和建议上报给心协部，以便心理健康部更好地为全体同学服务，也便于同学六加强同学们之间的联系，尤其是鼓励性格内向的同学，多与同学们交流。因为每个人都希望彼此能够更进一步了解，每个人都希望班内气愤更加轻松，融洽。

五通过开心理班会调动了全班男女同学的积极性，使班里的学习气氛以及班里的人际关系更加和谐。

存在不足：

1、与部分同学沟通不够，班里的男女生交流少。

2、而作为班内的一位班干，我觉得我有责任和义务带头促进大家的互相交流，促进班干的协作，我相信只要能够不断加深彼此的沟通，班内的学习及成员的生活氛围会更加浓厚，氛围更加和谐。

心理委员工作计划书篇三

在就职期间，我会先从自己做起，不断完善自我，克服自身性格上的缺陷，更多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平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。

一、定期的在qq空间上面宣传心理知识，并且定期在空间中转载心理趣味测试。

二、加强与同学们的沟通，了解同学们的心理需要，多主动与同学们谈心，接触性格比较内向的同学。对于前来质询的同学资料做到绝对保密，不能给同学带来压力。

三、针对应试提一些建议，介绍一些减压方法，关注同学们对学习的心理，激发同学们的学习热情。

四、我也会多找一些好的心理书籍，丰富自己的心理知识，也供对心理有兴趣的同学阅读。

五、通过qq或电话的方式与各位同学进行交流，着重了解一下同学们是否存在焦虑或其他消极情绪。在这里也欢迎同学们在有烦恼或者希望与人分享快乐的时候来找我，我愿意倾听你们最真诚的声音。

六、克服自己性格中的缺点，取得同学们的信任。同时努力丰富自己的知识，提高自己的素养。

七、协助辅导员完成心理辅导工作，协调各班委，做好班委会会议决定，共创良好的班风出一份力。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，同时努力和其他班委相配合，共同为建设良好班风努力。

心理委员工作计划书篇四

我们的大三生活即将结束，而我作为心理委员。上学年的工作进入了尾声。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了解十分，下面我对自己的工作做出以下总结：

一。积极参加心理委员培训，了解到了心理委员的重要性，知道了心理委员是心灵的使者，是朋辈相助的主要传递者。握一定的专业知识原则和技巧，便利同学的心理健咨询，并光荣的领到了学院颁发的结业证书。

二和班干部积极配合，共同商量怎么开班会，怎样让大家都参与进来，怎样调动同学们的积极性，让大家共同参与，体会其中的乐趣。

三积极配合班长，组织班里的全体同学按时并有秩序的参加心理测评，并向同学解说心理测评是为自己建立心理健康档案，要他们认真作答。

四积极支持心理健康部在每个班级开展的心理问题调查工作，询求本班成员对学校心理健康部的意见和建议，并及时将我们全体成员中出现的一些情况及这些意见和建议上报给心协部，以便心理健康部更好地为全体同学服务，也便于同学六加强同学们之间的联系，尤其是鼓励性格内向的同学，多与同学们交流。因为每个人都希望彼此能够更进一步了解，每个人都希望班内气愤更加轻松，融洽。

五通过开心理班会调动了全班男女同学的积极性，使班里的学习气氛以及班里的人际关系更加和谐。

存在不足：

1、与部分同学沟通不够，班里的男女生交流少。

2、而作为班内的一位班干，我觉得我有责任和义务带头促进

大家的互相交流，促进班干的协作，我相信只要能够不断加深彼此的沟通，班内的学习及成员的生活氛围会更加浓厚，氛围更加和谐。

心理委员工作计划书篇五

担任心理委员，我将做好同学们的辅导工作，对来询者就心理、精神方面存在的问题进行诉说、商讨和询问。在解决问题的过程中我将尽力的启发和帮助，营造良好的人际关系氛围，使来询者的潜能得到发掘。在以后工作中，我将坚持“五心六戒”的原则(即爱心、耐心、诚心、虚心、细心，戒主观武断、戒好为人师、戒宣扬自己、戒随意插话、戒悲天悯人、戒大事化小，小事化无)开展以下工作：

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。

我的工作计划还很片面，不够完善，希望老师和同学们能给我更多的意见和建议，让我更好的开展并完成工作。我会努力改正以往工作中的不足，不断调整工作方法以更好的为大家服务。

最后希望我们所有人能在新学期伊始定好计划，共同为建设更加优秀美好的计本092班继续努力！

心理委员工作计划书篇六

作为一名心理咨询委员，在班上虽然说没有什么实质性的作用，但是却也是班委中不可或缺的一份子。作为同学们与心理咨询指导老师之间的中间人，心理咨询委员这一职务可以说是任重而道远。一名合格的心理咨询委员要懂得去倾听别人的心声，而不是打击与嘲笑别人的缺点。至于该做些什么，

该怎么做，心里必须得有杆秤，在做之前多衡量衡量。

下面是我对下个学期的计划：

一、定期的在班级的博客上面宣传有关心理咨询方面的知识，在网上或书籍中查找相关方面的案例与解决方法，并发表到博客中供大家阅读。

二、有关方面的心理咨询趣味测试是不可缺少的，通过一些趣味的问答，能够让同学们在开心之余了解到更多更有用的知识，这就是在快乐中学习。

三、按系心理咨询部的要求，每两个星期跟同学们做一次心理咨询问卷调查，并在上网时收集心理咨询美文借鉴并写下来交到系心理咨询部，分享给更多的同学，并可以为班级加分。

四、冬天已经渐渐展现出了自己冰冷的一面，而在这样的天气中，很多同学都喜欢在温暖的地方呆着，譬如被窝与开了空调的网吧，这在无形之中对网瘾与颓废情绪的增长起了很大的帮助，因此，让同学们对运动产生兴趣并拥有一个强壮的身体显得尤为重要，而我也将在这方面尽自己最大的努力，争取效果更加明显。

五、加强与同学们的沟通，了解同学们的心理咨询需要，主动与同学们谈心，接触性格比较内向的同学并发动开朗的同学去帮助并同化这些不善交际的人。

六、考试随着周末的到来而更加临近了，而我也将针对应试提一些建议，介绍一些减压方法，关注同学们的考前心理咨询，激发同学们考试的潜力，以期能够在接下来的考试中超常发挥，取得更好的成绩。心理咨询委员本身就是一个需要大量时间和精力岗位，我的工作计划还很片面，不够完善，希望老师和同学们能给我更多的意见和建议，让我更好的开

展并完成工作。我会努力改正以往工作中的不足，不断调整工作方法以更好的为大家服务。有一些事情我虽没法办到，但我尽力了，也希望大家给我时间成长和锻炼。心理咨询委员这个独特的职位，如果用心去做，就能做得出色，而且非常出色，不仅可以获取人心，收获友谊，而且助人助己，最终促进自己终生成长。但如果不去努力，可能完全无所事事，其位置可能形同虚设。因此，心理咨询委员是一个具有挑战性的学生干部新角色，能够最大限度地锤炼人的主动性、创新性和应变性。我会积极发挥主观能动性，在这个岗位上做出一番成绩。还有要谢谢同学们对心理咨询委员工作的支持和鼓励，欢迎大家给我提意见。我会努力改正并完善自己，争取做一个尽职尽责的委员的。

心理委员工作计划书篇七

春季是精神疾病和心理问题高发期，学生情绪波动比较大。在新的一学期里，主要做好心理健康护航和心理健康教育工作。

二、工作重点

(一) 进行心理委员危机干预培训

心理委员是班级学生朋辈心理辅导员，是联系学校和同学的纽带。所以心理委员在班级中起着重要的作用，也是在突发事件发生时起带头的作用。通过危机干预培训，心理委员能清楚的知道自己的工作 and 职责。对于危机事件能及时发现问题，及时报告问题，积极配合老师帮助同学消除负面影响。

(二) “春季护航” 的开启

校园心理危机事件是严重影响学校正常教学工作、校园平安与和谐的重要事件。而在春季，随着温度的快速变化，人的情绪也很容易被影响。气温的转暖，代谢进入旺盛期，从而

引发心理疾病的概率也逐渐增大。然而，同学们却对此还不了解。所以春季护航起着重要作用。我们要大力宣传心理健康知识，可以通过海报的张贴，电影赏析的开展，心理讲座的举办，心理剧的表演等等。

(三) 春季护航的活动开展

对于我们大学生来说，学习也不亚于高中时代，上课、做作业，还要为等级考试、专业证书做准备，甚至大一的还要进行晚自修，所以对于两点一线式的学习，同学难免会感到枯燥、乏味。所以展开心理活动，一方面可以在学习之余放松自己，另一方面可以提高同学的素质。活动以大家自愿报名的方式来参与，让同学们发挥想象力，创造出有意义又值得纪念的活动。

(四) 工作总结

学期末召开心委会工作总结大会，对本学期心委会所举行的活动效果做出总结并对表现好的同学进行表彰。

三、行事历

时间 事件

2月份拟写20__年上半年学期的工作计划

队伍人员调整

召开会议

3月份心理委员危机干预培训

教师队伍危机干预培训

心理委员周汇报

心理活动之影视赏析(班级)

看电影献爱心(每月2次)

4月份 班级活动设计大赛(生命意义主题)

心理活动之影视赏析(班级)

看电影献爱心(每月2次)

春季护航中期宣传

5月份心理活动之电影赏析

班级活动设计大赛预赛

看电影献爱心(每月2次)

5月25日 心理活动之拓展活动(大学生素质拓展游园活动)

6月份春季护航总结

心理活动之电影赏析

班级活动设计决赛

7月份 心理委员总结

具体活动方案另行策划。

心理委员工作计划书篇八

尊敬的老师，亲爱的同学：

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生活记忆。

心理委员工作计划书篇九

在这新的一学期里，我担任了我们班的心理委员。虽然我可能在做的过程中会有很多的不足，而且对于性格不是很外向的我来说可能有点负担，但是可以借由这个机会更好的服务大家，我感到荣幸并且十分珍惜。希望以下计划能成为新学期里班级心理工作良好开展的见证。

- 1、宣传普及大学生心理知识，传播心理健康理念，定期在班上开展有关心理健康的活动，并作好相应的总结和记录，促进本班同学心理素质的提高。
- 2、负责收集本班同学的心理健康信息，对本班同学的心理健康状况定期向班主任、辅导员做汇报。
- 3、努力学习有关心理知识，积极参加各种心理讲座和心理委

员培训，用相关知识帮助同学，用乐观心态引导同学。

4、加强与其他班干部尤其是寝室长的联系，及时发现问题，善于帮助有心理困惑和烦恼的同学，当个别同学有严重心理问题时，要及时报告学院领导和老师，并劝说其尽快到学院心理咨询中心寻求帮助。

5、工作遵循保密原则，维护同学的权益，不得随意泄露同学的隐私。

6、协助心理负责做好班级学生心理普查工作。

7、配合学院大学生心理健康教育与指导中心的工作，积极参加培训、专题学习和交流活动，不断提高自己的工作能力。

8、积极参加各项有关心理健康方面的活动，认真完成大学生心理健康教育与指导中心和心理健康协会安排的有关工作。

9、按照要求做好工作计划和总结。

10、做好自己的本职工作的同时，尽力协助配合其他班委的工作。

11、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。我的工作计划还很片面，不够完善，希望老师和同学们能给我更多的意见和建议，让我更好的开展并完成工作。我会努力改正以往工作中的不足，不断调整工作方法以更好的为大家服务。最后，让我们共同为建立起美好的“心灵的城堡”一起努力。

心理委员工作计划书篇十

- 1、认真学习并积极宣传大学生心理健康知识。并且在本班级积极开展心理健康教育和宣传活动。
- 2、协助学校开展各种活动。并在心理健康教育课程。讲座及活动中起到骨干带头作用，带动其他学生的积极性参与到活动中去。
- 3、注意发现同学中出现的各种心理异常现象。给予力所能及的帮助，及时向班主任。学校心理健康辅导老师反映。使其得到尽快解决。
- 4、帮助有心理困难的同学及时前往心理咨询室接受心理辅导。并及时向心理辅导老师反馈意见。
- 5、尽力协助学校开展的心理普查和问卷调查。做好为同学们服务。

作为班级的心理委员。我肩上担负着责任。但是这使我觉得自己更有存在的意义。在完成自己本身的职责工作之外。同时还会帮其他班干部共同开展活动。毕竟一个班级体的发展要靠大家的共同努力。在大家的努力下我坚信班级会成为一个优秀班级。

心理委员工作计划书篇十一

作为一名心理委员，在班上虽然说没有什么实质性的作用，但是却也是班委中不可或缺的一份子。作为同学们与心理指导老师之间的中间人，心理委员这一职务可以说是任重而道远。一名合格的心理委员要懂得去倾听别人的心声，而不是打击与嘲笑别人的缺点。至于该做些什么，该怎么做，心里必须得有杆秤，在做之前多衡量衡量。

下面是我对下个学期的计划：

一、定期的在班级的博客上面宣传有关心理方面的知识，在网上或书籍中查找相关方面的案例与解决方法，并发表到博客中供大家阅读。

二、有关方面的心理趣味测试是不可缺少的，通过一些趣味的问答，能够让同学们在开心之余了解到更多更有用的知识，这就是在快乐中学习。

三、按系心理部的要求，每两个星期跟同学们做一次心理问卷调查，并在上网时收集心理美文借鉴并写下来交到系心理部，分享给更多的同学，并可以为班级加分。

四、冬天已经渐渐展现出了自己冰冷的一面，而在这样的天气中，很多同学都喜欢在温暖的地方呆着，譬如被窝与开了空调的网吧，这在无形之中对网瘾与颓废情绪的增长起了很大的帮助，因此，让同学们对运动产生兴趣并拥有一个强壮的身体显得尤为重要，而我也将在这方面尽自己最大的努力，争取效果更加明显。

五、加强与同学们的沟通，了解同学们的心理需要，主动与同学们谈心，接触性格比较内向的同学并发动开朗的同学去帮助并同化这些不善交际的人。

大家给我提意见。我会努力改正并完善自己，争取做一个尽职尽责的委员的。

心理委员工作计划书篇十二

当前各大高校里或多或少地出现了一些大学生的心理问题，因此，为解决同学们沟通与交流上的障碍，增进大家的相互理解以促进班级气氛的和谐融洽，设置心理委员这一职位还是很有必要的。个人认为当心理委员最需要将心比心，转换

立场为对方思考，同时还需要一颗愿意开导别人愿意分享的耐心与善意。心理委员的工作具有一定的挑战性，但是很有意义很有价值。近期将不会采取什么大举措，主要的工作可归结为“明察暗访”四个字——我会通过qq或电话的方式与各位同学进行交流，着重了解一下同学们是否存在焦虑或其他消极情绪。在这里也欢迎同学们在有烦恼或者希望与人分享快乐的时候来找我，我愿意倾听你们最真诚的声音。身为班委的一分子，我也会尽力协助其他班委的工作，以使班级事务有条不紊地展开。

我一直都抱着一种最真诚的态度希望能够了解大家内心深处的想法，正如我当初说的一样，我希望做大家最忠实的聆听者。大家也不用有什么顾忌，有什么想倾诉的都可以找我，我很乐意分享你们的心情。

目前我感觉大家还不够团结互助，班级的凝聚力还有待增强，而这一方面正是我日后要着手解决的一大重点问题。

接下来说一说我的计划吧：

一：定期的在班的博客上面宣传心理知识（图文并茂）

二：定期做一份趣味心理测试

三：定期做一次心理调查问卷

四：定期做一次有助于创建和谐班级的活动

五：帮助部分同学戒除网瘾游戏瘾。

六：加强与同学们的沟通，了解同学们的心理需要，多主动与同学们谈心，接触性格比较内向的同学。

七：针对应试提一些建议，介绍一些减压方法，关注同学们

的考前心理，激发同学们的学习热情。

接下来我也会多找一些好的心理书籍，以供某些感兴趣的同學阅读。

最后，我想说一下自己的想法。心理委员本身就是一个需要大量时间和精力岗位，我当上以后确实这么觉得了。心理委员要处理的问题很敏感很棘手也很必不可少。但只要是我能力范围的，我都希望做好。有一些确实不是我能力范围内的我只能说尽力，也希望大家给我时间成长和锻炼。

在就职期间，我会先从自己做起，不断完善自我，克服自身性格上的缺陷，更多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平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。

在这里要谢谢同学们对心委工作的支持和鼓励，欢迎大家给我提意见。我会努力的！

心理发展委员

心理委员工作计划书篇十三

在大二上年度新的一届选举中，我很荣幸的得到大家的认可和支持，被选为心理委员。第一次当心理委员，心里难免有些忐忑生怕自己做的不够好，不能很好的为班级服务。但在新的学期里，我会很努力很认真的落实班级里的心理工作，绝不辜负大家对我的信任和期待，为此我制定了以下年度工作计划。

从自己做起，努力的克服自己性格上的缺陷，以真诚、乐观、开朗、大方的心态来获得大家心与心的交流。经过一年的相处，我相信我已经给大家坦率，乐观的印象，但是和少部分

的同学还缺乏交流。在新的学期里我会更加主动更加努力更加积极地 and 同学们交流，通过qq人人，校内网等及时的了解同学的`心理状态，以一个朋友的身份，将心比心，转换立场为对方思考，分享他们的喜怒哀乐，真正努力地做到和大家都是好朋友。我会多阅读一些心理书籍，丰富自己的心理知识，可以更好的为同学们提供帮助。

在日常生活中，我会更加留意同学们的思想状态和学习状态，多与班干们和同学们交流，掌握同学们的最新状态，及时解决问题，并会定期的向班主任反应班里的情况，随时掌握同学们的心理状态。我会定期的在qq空间上宣传心理知识，定期的转载一些心理小测试。对于那些内向不爱说话的同学们，我会主动的多和他们交流，谈心，鼓励他们多与外界交流沟通。我会多与各个室长们交流，尽量让同学们保持平和健康的心态学习生活。主动和那些学习部认真散漫的同学交流，找到他们存在的问题，解决问题；主动关心那些家庭困难，心理有困惑的同学，进行心与心的交流，让他们感受到我们的爱。

针对班上存在不和谐的现象，比如自由散漫，浮躁，没精打采，无纪律性??对于比较严重的同学我们要进行心理辅导，沟通交流解决问题。还要定期的开展以“友情爱情人生目标”等为主题的研讨会，共同探讨也可以了解同学们的人生观，价值观，世界观。班上还要定期的开展心理班会，让同学们了解常见的心理问题和紧急干预的常识，学习心理辅导技术，提高自我的心理素质；积极的向同学们宣传心理健康和心理卫生方面的知识，让他们充分的了解自己，学会自我调节自我保健。

1. 为同学过生日。在那一个月里过生日的同学，可以集中到一天，集体出资为他们几个人过生日，可以采取party的形式，我觉得这样更能让同学们感受到我们的温暖与用心。

2. 组织同学们一起观看有关心理健康和心理学方面的影片，

可以以三四班作为一个团体来实施。

3. 在班级中积极开展心理主题活动。例如：期末，四、六级，计算机考试迎考阶段，鼓励同学们，给同学们加油，我还会准备一些减压的方法，让同学们以一颗平和淡然的心轻松迎考。

4. 鼓励同学们多参加一些心理情景剧。一来可以锻炼同学们的组织能力，二来可以提高同学们的心理素质。

作为班里的心理委员，我有责任和义务带头促进班里的互相交流，促进班委协作，我坚信只要我们彼此能够不断加深了解，班内的学习和生活氛围会更加浓厚，和谐。我会努力的完善自己，丰富自己，努力的引导大家能有一个健康平和的心态去面对生活，学习，感情上遇到的问题，希望在今后的生活里能让每一个同学都拥有一个完满充实的的大学生活。

在这新的一学期里，我担任了我们班的心理委员。虽然我可能在做的过程中会有很多的不足，而且对于性格不是很外向的我来说可能有点负担，但是可以借由这个机会更好.....

2012年作为一名心理委员，是班委中不可或缺的一份子。作为同学们与心理指导老师之间的中间人，心理委员这一职务可以说是任重而道远。一名合格的心理委员要懂得.....

2013—2014学年第一学期很荣幸本学期担任班级心理委员，以下是我本学期的工作计划：第一、明确自己的工作，对于心理委员的工作并不怎么复杂，需要的更多是细心、.....