

2023年《大道》心得体会 心理咨询培训 心得体会(模板9篇)

学习中的快乐，产生于对学习内容的兴趣和深入。世上所有的人都是喜欢学习的，只是学习的方法和内容不同而已。那么我们写心得体会要注意的内容有什么呢？那么下面我就给大家讲一讲心得体会怎么写才比较好，我们一起来看看吧。

《大道》心得体会篇一

这次培训使我受益匪浅的莫过于学习新的知识。在短短两个月的培训时间里，我学习了心理学的起源、发展，了解了各大学派的理论观点，掌握了心理咨询的一些技能、技巧，并且把这些知识系统、有选择地应用到案例分析上。难得有时间静下来好好学习一门技能，如果经过自己的努力能拿到心理咨询师（三级）资格证当然较好，对自己将来的工作可能有些帮助，拿不到的话心理学的知识对自己也将受益非浅，其中的《发展心理学》对处理家庭关系和子女教育也将起到一些积极的作用。在参加培训的时间里，使我感受到这个团体也是一个家，这个团体是温馨的家，是联系团体成员情感的纽带，是避风的港湾，是温柔的港湾。让我们感受到了每个人都可以与众不同，不经历风雨，怎么见彩虹，没有人能够随随便便成功。

在这里，我还要感谢莫老师，他是一位资深历深的博士，也是一位善教巧教的老师。他知识涵盖面广，使我们学员在最短的时间内学到最多的知识。两个月下来，他成了我们所有学员都挂在嘴边称赞的一位老师，一位长者，一位朋友。

当然这次培训，我也碰到了很多的困难。学期短，内容多，基本上是两天一篇课文，星期六，星期天也不间断培训。那段日子每天晚上基本上要到12点左右才能休息，每天忙得像陀螺一样。现在回想起来，这恐怕是我有史以来参加培训最

认真的一次吧！

如果说当初来报心理咨询师班的意图还有点朦胧，目标也不明确，可随着学习的深入我越来越有一种冲动想把掌握的科学观念宣传给周围的人，去帮助别人增进心理健康，提高生活质量。尤其当得知当今中国有那么多的人存在心理问题，有那么多孩子心灵扭曲地成长着甚至夭折了，我的使命感油然而生，我的人生理想由此确立，我要帮助周围的人顺利地渡过人生低谷。当然我也非常清楚这项工作责任重大，并不是那么容易的事情，所以我必须努力地学习，认真地实践，不断地成长。我的路还很长，我会活到老学到老，做一个合格的心理学工作者。心理学的路也还很长，许多心理现象还不能得到合理的解释，许多心理疾病还不能得到有效的治疗，但是只要同道们携手并进，勇于探索，总能实现学科的发展。

心理咨询是一个特殊的心灵修炼过程，是我一生一世的功课，我会一如既往地去做，为了我的自助，为了助人。

学心理咨询的人都知道助人自助这句话，是说咨询是帮助别人自寻成长之路，我认为还有一层意思，那就是咨询师在帮助别人的同时也在自我成长。而参加心理咨询师班最先获益的就是我自己了。

前些天，见到网上一位自救成功的人表示对别人的问题不能同情，言外之意是认为别人的那点问题根本算不上什么。要是在以前我也会这么想，可是现在不同了。我回复她说：“每个人对事物的认知不一样，也许我们做不到同情，但应该允许别人有问题。”对别人我俩之所以会有不同的态度，我想那是因为我学习了咨询，而她可能没有。我从教材上多处看到过认知对人的影响，从岳晓东的书上了解到有一个非理性思维的概念，从老师的讲座中听说过“秀才遇棺材”、“太棒了”的故事。我懂得了人为什么会不同，渐渐的我也喜欢从认知的角度去发现别人的问题，对别人多了一份理解，一份宽容。

感谢心理咨询师班帮我重新塑造了生命的意义，特别要感谢培训班日夜奔忙的老师们，你们永远是我的领路人！

《大道》心得体会篇二

参加三级心理咨询师培训心得体会今年的1月至5月，我有幸与参加了大连市师范进修学院组织的三级心理咨询师的培训学习，并于5月21日参加了心理咨询师三级考试，受益颇多，感慨万千。

心理咨询矫治工作，一直是新中国监管场所教育人、改造人的重要工作内容之一。近几年来，青少年由于心理障碍、性格偏执所出现的问题已经在社会上引起了高度的重视，作为一种为青少年积极健康成长保驾护航的手段，心理咨询自然成了新时期教育引导工作的排头兵与特种兵。要做好心理咨询工作就需要一定的专业性，为了更好地开展好此项工作，在大连市教育局及我校领导的高度重视下，我有幸参加了这次心理咨询师培训。开班之前，主办学校领导专门部署相关工作，为这次学习提供了便利的条件和舒适的环境，学习期间校领导对我的学习情况还经常过问，充分展现了对年轻教师成长的重视和关爱，同时也体现领导对心理矫治工作的“爱之深，情之切”，这一切无不让我深深为之动容，温暖着、激励着我。

本次培训主要由大连市师范进修学院负责，担任本次培训授课的老师都是在国内享有很高知名度、经验丰富的专家学者。在每位老师的教学过程中，学员们彻底被老师的渊博的知识、精湛的技能、生动的讲述、非凡的人格魅力所征服、所感染，将貌似玄妙的心理技能举重若轻地呈现在我们面前，使同学们得到了极大的个人成长，似乎每堂课都是一种热切的期待、一餐丰盛的盛宴、一次积极的成长。老师们从不同的心理治疗流派、不同的心理治疗领域、不同的心理问题、不同的心理工作需要出发，触发着每个学员成长需求、工作需求。

这次培训，收获太多，我像一个永远不知道满足的学生一样，汲取知识、感受、体验。觉得学习心理咨询，不只是能拿到一本资格证书，而且还能学习到很多与我的教学工作、个人的精神生活都有很大帮助的知识。

总而言之，通过参加此次心理咨询培训，我受益良多，在提高自己专业知识水平，完善知识结构，提升工作理念，并在教学意识、沟通意识、创新意识方面有了积极地转变。同时，我也信心备至，期待着将所学的技能有效地应用在今后的工作中，促进教育教学效果更上一个新的台阶。

《大道》心得体会篇三

最早接触心理学知识是在十六岁正值青春懵懂之际，被心理学那神秘外衣所吸引。

最初接触心理咨询是在几年后，当社会变得越来越复杂多元，当人际关系日趋敏感而世俗，家庭、生活、工作有一种无形的压力迫使我不知不觉地想去探寻一种能量，让我更加胜任我的工作，让我和这个多元的社会更加和谐，让人际关系更加友善，让我的家庭生活更加美满，摸索了很久，思考了很多，终于明白，那就是要找到一个更好的自己，这也是我来培训的目的。

十九天的培训，对于我来说是很辛苦，但还是觉得过得太快了。虽然没有让大家认识我，但却认识了那么多各行各业，性格迥异的学员，还聆听了那么多心理门派的名家大师的字字珠玑，尤其感谢张业祥老师让我的不惑之年茅塞顿开。让我明白了咱要“活到老，学到老，开脑洞到老”。多才多艺，文武双全，独一无二的张老师，我喜欢。

这短短的十九天里，从基础心理学、社会心理学、发展心理学、变态心理学、测量心理学、咨询心理学到咨询技能、诊断技能、测量技能。可以说，一路走来，我学得好辛苦，可

我却学得很充实。

虽然长时间的听课已经是几十年前的事了，但我依然听得两眼放光，学得津津有味。无论是资深，极具亲和力的陈教授，才貌双全、技艺超群的才老师，执着敬业、接地气的李老师，沉稳淡然、秉承张氏门派风格的郑老师，绞尽脑汁、苦口婆心给我们讲解测量的刘博士，尤其是我最最喜欢的优雅、美丽、博学、宁静、温柔的还夹杂着些许小可爱的杨老师无不给留下了深刻的印象，带给我陪伴永生的回忆。

学习期间，每天晚上我都把我白天的收获，把一些新知识、新观点在空间记录下来，我的朋友们在每天等着我更新空间，真可谓是“我在南大学心理，我的朋友在我的空间学知识。”我在南大被老师开脑洞，我在空间给朋友开脑洞。呵呵，心理咨询师培训让我找到更好的自己，让我的家人，朋友，学生更幸福。

最后，还有几句话，如果我没有说，我永远无法原谅自己。那就是：感谢热情贴心的林老师，感谢辛苦美丽的杨老师，还要感谢从未谋面的善良亲切的何老师，培训因你们而更精彩。

《大道》心得体会篇四

机缘巧合中，有幸加入到这次由专业心理学、心理咨询的老师们讲授的心理咨询师培训班。老师们在讲解教材的同时，还结合了自身的经验，让一些苦涩难懂的心理学术概念变得清晰易解。培训老师从基础心理学开始介绍，然后慢慢过渡到心理技能。这次培训前五天的课程学习下来，我受益匪浅，内心的喜悦无语言表。

一直都知道当今中国有许多留守儿童在最需要爱的时候被忽视，许多青少年存在身心发展不协调的问题，有许多孩子心灵扭曲地成长着，许多更年期女性在家庭或社会关系中忽然

歇斯底里，许多空巢老人郁郁寡欢，许多自己身边活生生的例子也是长期萦绕脑海。

如果说当初来到这次培训班纯粹是对这门科学的盲目热爱，以及对社会各类心理问题高发人群做出力所能及帮助的幻想，那么很显然，我的专业知识和技能是远远不够的。可随着学习的深入我越来越有一种冲动想掌握全套的心理咨询理念和技能，去解决自身可能出现的心理问题，让自己成为一名充满正能量的、合格的、身心健全的心理咨询师，去帮助尽可能多的人增进心理健康、提高生活质量。我的某个人生理想在此被唤醒，我忽然感觉到自己过去那种幻想真的有成为现实的可能，正是这次前五天的培训提供了渠道。

学习了许多，让我最有感触的是对教育的思考。

在信息量愈来愈大的当今社会，中学生每天可以从网络、道路两边的广告牌、书籍、伙伴分享等等渠道接收到越来越多的信息。学校和教师的教育对他们的影响力不再显著，这是曾让初为人师的我倍感失落的现状。然而初为人师总是饱含满腔热情，期待将自己懂得的所有最有益于孩子们身心成长的所有珍宝传授于他们。于是在我的主观世界里，这种强烈的愿望和那样不以我意志为转移的教育整体现状形成了不可调和的矛盾。这次培训中，我知道了这种矛盾叫做“认知失调”。正如田媛老师讲到的“如果不能改变，那就接受它，或许还有意外的惊喜。”我从中也忽然认识到了，虽然学校教育的影响力在减弱是事实，但是我依然可以在现有的背景下，尽量带给他们积极的影响。因为职业本身是个很强的暗示剂。

培训中我学习到认知失调可能有四种原因，一是逻辑的矛盾；二是文化价值的冲突；三是观念的矛盾；四是新旧经验的相悖。消除、减少认知失调的途径主要有三种：一是改变或否定失调的认知因素的一方，使两个方面的认知因素协调；二是引入或增加新的认知因素，以改变原有的不协调关系；三是降低失调

的认知因素各方的强度。

我从中思索改善方法，感悟到要改善这种状况我可以做的其实不难，那就是接受这样一个教育现状，在教育中培养学生相对来说更正确的价值观，诱导学生走上身心健康、道德健全的人生路。

一名合格的心理咨询师不能给当事人具体的建议或者替当事人做出决定。而教育就是，在不违背学生自身成长规律的基础上让其成为一名社会的优质人员。

作为一名中学数学教师，教学的压力让我渐渐丧失一种换位思考的能力。而在这些天的培训课上，我脑海中时常会闪现自己教育学生的某些画面，比如处理问题的时候常常不问原因只针对事件的方式。

这种方式表面上做到了对事不对人、秉公处理，做到了高效，实则治标不治本，难免同样的问题再出现。而换位思考，即同理心，是一名心理咨询师最基本的能力和素养。在这里我认识到我要开始以一名真正的心理咨询师的身份来要求自己的思维方式和言行。在教学中、在课堂上、在课下，对学生的适时教育中我要做到爱心、耐心、同理心。比如如果注意到坐在后排的学生频繁出现烦躁不安的状态，作为教师，我们不问缘由地去斥责是不合适的，也许可以考虑这个孩子是否本来是很努力地看黑板听讲，但是因为近视或者天气引起光线不好等原因而看不清，进而泄气、放弃。那么这种时候我们是否可以更多一点耐心询问，给他临时坐到前排去的机会。也许多一点坚持，我们就多保护了一个孩子的好学之心。

一名合格的心理咨询师显然不是一个几天或十几天的培训就可以速成的。这几天的培训还学到了好多好多，以及了解了许多我亟待学习的理论、素养和技能。但我从中看到我要做的还有许多，更重要的是学会了该从哪些方面逐渐提升自己。我想先从身边做起，用一双发现的眼睛和一颗助人自助的心

观察身边可能需要辅导的人，试着做一些力所能及的事。或者不久以后我可以在现今所在的学校心理辅导室，帮助孩子们顺利地渡过青春，让他们学会如何美丽地绽放青春风采。

《大道》心得体会篇五

周末（5月23、24日），在教育局、活动中心乌兰图雅老师的组织下，我旗几十位心理咨询师及各中小学、幼儿园分管心理健康教育的领导来到乌一中进行为期两天的培训，这次培训真是令人受益匪浅。培训期间，老师在讲解知识的同时，还结合了自身的经验案例，让我对苦涩难懂的心理理论有了形象的理解。培训的吕老师从四个模块开始介绍，然后慢慢过渡到心理技能、评价等心理学知识。经过此次培训，我才分清，心理的正常与不正常。一般所说的心理问题是指正常心理中的不健康心理，而不正常心理则是指有心理疾病，这就需要去医院进行诊断治疗了。我们通常所说的心理咨询对象是心理正常人群中不健康的。在这期的培训中，我受益颇多，感慨万千。

近几年来，心理咨询工作引起了基层中小学、幼儿园的高度重视，工作自然成了新时期教育工作的排头兵与特种兵。要做好心理咨询工作就需要有一定的专业性，为了更好地开展好此项工作，在教育局领导高度重视下，我有幸参加了这次心理咨询师学习培训。开班仪式上，我旗教育局局长肖海福同志作了重要讲话，苏雅拉图老师专门部署了相关工作，学习期间对我们的学习情况还经常过问，充分展现了上级领导对基层的关爱之情，这一切无不让大家深深为之动容，温暖着、激励着我们。

这次培训，大家一致认为，收获太多。培训前，我们进行预习；培训中，我们认真听课，记录笔记；培训后，继续大量的习题练习，发现不懂的地方或有疑问的地方，及时向老师或学员请教。觉得学习心理咨询，还能学习到很多与我们日常学习、生活、工作有很大帮助的知识。

总之，通过参加此次心理咨询培训，使我受益颇多，在提高自己专业知识水平，完善知识结构，促进自我成长，提升工作理念等方面有了很大的提高，并在服务意识、沟通意识、创新意识方面有了积极地转变。

《大道》心得体会篇六

经过对心理咨询的学习，对我来说意义重大，使我了解到有一个健康的心态对人来说是很重要的，心理健康就是对生活和学习有乐观的心态；有正确的自我主观意识；能很好地把握自己；控制自己的情绪；和人际的关系和谐，很好的融于集体；能很好的适应环境。也让我进一步了解了心理健康教育的深刻含义，对我今后的工作具有很大的帮助。本次学习让我受益匪浅，以下就是我在这次学习活动中以及对于未来的一些想法谈谈自己的几点体会：

一、我不仅学到了很多心理学理论知识，学到了很多教育学的方法，也学到了正确对待生活的方式，如怎样释放压力，调整自己心态，与他人如何沟通、如何相处的方式，建立积极向上的健康心态，以健康的心态工作、学习、生活，碰到问题不消极，想办法解决。并且使我学会了一些咨询技巧：会倾听，会肯定，学会借别人的嘴巴说话，空椅子技术等等。真的让我耳目一新，通过学习，我深深认识到心理健康教育是做教育工作、是当一名好教师所必不可少的基础知识。

理素质的教育和培养，是促进学生全面发展的重要方面，是素质教育的具体体现。

三、心理健康问题是每一位学生在成长与发展中都必然会面临的挑战，包括那些学习优秀、在教师看来是“好”孩子的学生，也同样需要心理健康教育。因为往往由于学习成绩好，这些“好”学生心理发展中不健康的侧面就常常被忽视，得不到教师的重视和及时的帮助教育。如：一些“好”学生由于长期被宠、被捧，还有一些家庭条件好的，平时没有受到什么挫

折的，心理承受能力已变得极脆弱，稍不如意就发脾气，有的还采取极端措施进行打击、报复，最后甚至走上犯罪道路。还有的学生甚至迈上了自杀、轻生的道路来面对失败和挫折的压力。可见，心理健康教育是一个教师的重要课题，它应成为我们学校教育的重要任务。

四、心理健康教育任重道远。学校心理健康教育仅仅有我们的热情是不够的。通过这次学习，给我的启示就是，在学校开展心理健康教育，应该从以下几方面努力，学校领导要重视，要在人力物力方面加大投入，虽然有些学校有这方面的材料和计划，那只不过是应付检查。各任课教师在各科教学中要渗透心理教育，优化学校、班级文化心理环境，开展心理辅导工作、开设心理辅导课，加强学生心理辅导和心理训练。今后我要以这次学习为契机，我把要传授的心理知识寓于工作之中，让学校、学生潜移默化地受到心理健康教育。让学校在课堂教学中，以活动课为主淡化理论，强化行为指导和行为训练，进行各种心理健康教育渗透。从而更加全面提高学生的心理素质。这一课程越是学习，我越是感觉自己对于很多知识的了解还很肤浅，我必须不断地学习，我将不断的提高心理学的理论知识，同时也运用到实践中去，不断的学习成长。同时我也希望这样的学习能够坚持进行下去，进一步提高农村中小学教师的水平。

当然，作为一名辅导员，首先自己的心理就要是健康阳光的，不然如何去进行心理辅导。要通过自己的言行去感染学生，去带动学生。教师心理不健康就不能正确理解学生的行为，更无法巧妙地处理学生问题，轻则影响师生关系，重则可能伤害学生心灵。因此，为了更好地教育学生，教师自己首先必须是心理健康的人。教师的心理健康从根本上说还得由教师自己维护。一个优秀的教师应该能够处理好两个方面的关系：既关注学生的心理健康，同时也重视自己的心理健康。优秀的教师在需要的时候能承受巨大的压力，但他绝不应让自己一直处于压力之中以至于身心俱损，影响工作和生活的正常进行。今后我只有不断地接受新知识，开拓自己的视野，

才能使自己站在更高的角度看问题，以更平和的心态对待生活和工作中不如意，这样才能让学生在在我这里感受到阳光和温馨。对我以及心理咨询才会更信任，更接受。

《大道》心得体会篇七

真是千载难逢的机会，使我有幸与心理学教授、心理学博士零距离接触。几天的课程学习，虽说有点紧张，有点疲惫，但内心的喜悦是无法用语言表达的，感觉到是那样的充实，那样的兴奋。

从教十几年了，一直担任着数学教师及班主任工作，自认为了解孩子们的心思，算得上一个称职的老教师了。随着社会的发展，一直困惑着我的问题是：为什么这些孩子越来越不听话了？越来越难教了？……曾经，对于心理健康辅导一无所知，幼稚地认为：每学期给孩子们上几节热热闹闹的心理课就行了。通过这次的听课、学习、团体活动，真正让自己大开了眼界，受益匪浅。我终于明白了，什么才是真正意义上的小学生心理健康辅导。

以前，一直以为学生在学习过程中做错的事情都是道德上的错误，因此一直教育学生不可以这样或那样，觉得学生来学校学习，完成作业，上课认真听讲，和其他学生和睦相处等都是学生应该做到的，也是必须做到的，而学生不做作业，打架，厌学等都是不应该的，就是学生的错，老师应该批评，教育他们做好。但通过心理辅导后，再来分析这些问题学生，有些是他们存在着一定的心理问题，而不是道德上的问题。因此，我们要根据学生的情况，具体分析，采取适当的方法，解决学生所存在的问题。

在心理辅导的过程中，有一定的辅导技巧：接纳、倾听、共情等。说说很容易，但真正做到完全接纳那些有心理问题的学生，很困难。当有心理问题的学生需要帮助时，我们首先要接纳对方，即无条件的积极关注对方，认真倾听困扰着

对方的事情，对其产生共情，感受对方的感受，了解其情况，让对方的情绪得到宣泄，然后一起探讨，最后解决问题。

因此，我们做教师的，要改变一下心态，无条件的积极关注，倾听，共情等，真诚地对待每一个学生别人，促进其人格的健康成长。

问题和意外事件，教师才能真正做到将心理健康教育落在实处，才能真正促进学生心理健康的发展。

通过心理咨询师的培训，使我更加深刻地认识到：心理辅导和教育教学工作对于一个学校的发展是同样的重要。心理辅导是教师与学生共同成长的过程。只有心理和生理都健康成长的学生和教师，师生关系才能和谐发展。

《大道》心得体会篇八

101年风雨兼程，101年峥嵘岁月。红旗飘飘，党旗猎猎，祖国欣欣向荣，经济蓬勃发展，人民安居乐业，国际地位空前提高，中国人民正满怀喜悦和希望朝着现代化的宏伟目标迈进。101年的光辉历程，走出了一条亘古不变的真理：中国共产党是时代的中流砥柱，是中华民族的脊梁。

在101年前，中国正处于血雨腥风、彻夜难眠、列强欺辱、军阀混战、政治腐败、民不聊生的黑暗年代。中国共产党正是在这样的条件下成立，揭开中国革命的新序幕。101年的风雨兼程，101年峥嵘岁月。中国共产党一路披荆斩棘在这神州大地上谱写了一段段动人的旋律和华丽的篇章，用不屈的民族脊梁挺起了中国美好的明天。各种灾害的袭击，痛苦绝望的我们是在党的领导下，战胜风浪，驶过漩涡，坚定不移的相信“大灾有大爱”，“众志成城”；浩瀚宇宙，茫茫太空中，留下中国人的足迹，是在党的领导下，我们看见了我国航天事业一个又一个崭新的春天；港澳回归，民族大团结，是在党的领导下，我们紧密团结，如钢似铁，全国人民共赏团结

之花；当奥运、世博在中国留下印记，是在党的领导下，我们昂首挺胸，敞开友谊之门，给世界一个高速发展的中国。

自从铁锤与镰刀紧紧交织在一起，九州苍茫风雨中透出金色的晨曦，长征铁流抗日烽烟解放战旗，春秋伟业英雄传奇丰碑耸立，血火的征程踏出一片光明天地，历史的赞歌吟唱一个永恒真理——没有共产党就没有新中国。是中国共产党，还满目疮痍的大地一片青山绿水；是中国共产党，指引我们从“中国制造”向“中国创造”迈进；是中国共产党，带领我们从“东亚病夫”走向“和平崛起”。

中国共产党101年风雨历程，101年路漫漫，沧桑几度，风雨如磐；101年水迢迢，与时俱进，千锤百炼。我们也定当时刻以党101年以来一路坚守的执着，自强不息，开拓进取的精神要求自身，提高党性修养，增强党性锻炼，跟随时代的脚步，生命不息，奋斗不止。

百万雄师的长江之歌已经久远，但声威犹存；风吼马嘶的黄河之颂已经过去，但言犹在耳。101年的时间一叶孤舟已经红遍了壮美的河山。有人感叹，时间易逝，有人感叹，精神长存。作为当代青年，我们要在党的领导下，积极贯彻党的政策方针，把文化知识学习和思想品德修养紧密结合起来，把创新思维和社会实践紧密结合起来，把全面发展和个性发展紧密结合起来。不断提升自己的文化修养，道德修养，提高创新能力，完善自我。站在历史的潮头，不负众望，用生命的华彩伴未来成长，传承文明，开拓进取，浩瀚宇宙，苍茫大地，我等霸主沉浮！

在此共同为我们伟大正确的中国共产党71年华诞庆贺，共同祝愿我们的国家和党永远强大，高呼中国共产党万岁！

《大道》心得体会篇九

8月16日至8月27日，在学生处的组织下，我系三名辅导员来

到了中大培训中心进行了为期十二天的三级心理咨询师培训，这次培训真是令人获益匪浅。培训期间，老师们在讲解教材的同时，还结合了自身的经验，让人对苦涩难懂的心理理论有心理咨询师培训学习心得了形象的理解。

培训老师从基础心理学开始介绍，然后慢慢过渡到心理技能。经过此次培训，我才分清，心理的正常与不正常。一般所说的心理问题是指正常心理中的不健康心理，而不正常心理则是指有心理疾病，这就需要去医院进行诊断治疗了。我们通常所说的心理咨询的面对人群是心理正常的人群中不健康的。

作为一名辅导员，所面对的是高校学生，对于自己带的学生要有一个总体把握。例如对于大一的新生，因为是刚来到一个新的环境，对于周边的人和事都不太了解。离开了家庭，离开了自己生长的地方。纵然是在高中时期表现十分优秀的学生，可是来到大学后，突然间这种优越感消失了，那一种失落与落差会造成新生自卑感的产生。因为军训期间的高强度训练，也会使新生感到身心的疲惫，从而让部分新生有躯体疼痛感的现象产生，还会有如莫名的紧张感，恐慌，甚至会抑郁等。这就需要辅导员对这些学生进行重点关注，通过与这些学生的交流，通过其他同学的侧面观察，来使他们尽快的适应校园的环境，如果在进入校园后两个月还是无法转变那种孤独、无助的心境时，那么对于此类学生就要请学校专门的心理辅导老师进行辅导了。

当然，作为一名辅导员，首先自己的心理就要是健康阳光的，不然如何去进行心理辅导。要通过自己的言行去感染学生，去带动学生。

记得培训的时候有个老师在讲心理诊断的时候，就说了，心理咨询师对于来访者，即使对方的穿着打扮、言行举止，你再怎么不喜欢都好，都不能抱有厌恶的态度，也不能说来访者有言语刺激到咨询师某根神经了，就与来访者进行争执。咨询师面对来访者是没有对与错之分的，如果是实在是无法

接受来访者的咨询，那么就只能是转介了，不然这样只会加重来访者的心理问题。既然如此，我们面对自己的学生也是一样的。对于学生，我是辅导员，是老师，可是在年龄上，我只是他们的大姐姐，应该要向对待弟弟妹妹似地去关心、爱护他们。当然，如果学生能够像对待大姐姐一样的看待我，能够说出自己的真实想法，这对辅导员的心理思想工作也是极有便利的。

做了一年的辅导员工作，对学生的了解也越来越深入了，也越来越多的学生愿意与我谈心，对于班级上的情况，除了心理委员会关注班上有心理问题倾向的学生，他们周边的同学们都会关心他们，让他们感受到温暖。

在我带的学生当中，有心理问题倾向的大都是贫困生，他们有的自卑，有的偏激，有的过于自信。不过是自卑心理的占大多数，因为家里的贫困，所以他们交不起学费，穿不起漂亮的衣服，害怕班上同学嘲笑，为了能拿奖学金而拼命读书。即使是成绩再优秀也好，也打消不了他们中一些人的自卑感，于是与班上同学的关系就不好，总是独来独往，就像是独行侠。培训时，老师们也有说过，他们并不想成为独行侠的，给人感觉好像很独立，很潇洒，其实他们内心的孤独感是那些家庭优越的学生们无法体会的。

并不是说家庭贫困的学生才有心理问题，家庭富裕的学生也会有。有些家庭富裕的学生家长并不关心自己的孩子，只是将钱给孩子花，自己忙自己的事业，这样就会造成孩子的心理扭曲。记得有个老师就讲过这种情况，说是一个单亲家庭成长起来的孩子，那个孩子的妈妈很会做生意，也做得很好，可是她总是不在家。到后来孩子上了大学了，再一次心理普查中，查出这个孩子有心理问题，于是心理辅导老师就找了那个孩子谈话，结果却发现，那个孩子很痛恨自己的母亲，甚至是想杀了她。为什么呢？就是因为那个母亲除了赚钱，根本就不关心自己，使得自己像是被抛弃了一般。这是一种很可怕的现象。

当然，对于心理有问题的学生我们辅导员要重点关心，可是对于一些表现一般的学生我们也要关注。那些学生成绩一般，表现一般，甚至有时候会被人忽略了。他们中大都是对于周边环境有着比较好的适应感及满足感，可是总会有一小部分因为家庭的一些变故或是身体的疾病而突发的心理问题，这就需要辅导员的细心关注了。

通过这一次培训，使我的身心都得到了极大的鼓舞，也为我日后工作的顺利开展增强了信心。