

# 最新大学生个人成长心理报告(优秀5篇)

报告是指向上级机关汇报本单位、本部门、本地区工作情况、做法、经验以及问题的报告，那么报告应该怎么制定才合适呢？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。

## 大学生个人成长心理报告篇一

前言：人生总是充满了各式各样的失败，失败算是什么？其实什么也不算，它只是让你离成功更加近了一步。而成功是什么？它是你走过了所有失败的路而剩下的最后一条。自己选择的路，哪怕次次失败，但我坚信总会有一条路我会走向成功。自己选择的路，哪怕次次遭受失败，但我就算跪着也要走完。坚信自己的原则，坚持自己的选择，相信最后一定会让人生绽放光彩。

### 成长开篇

童年：说起童年，让我想起了我小的时候，那稚嫩的肩膀承受了各种压力。从小因为体弱多病，父母问我去练武好吗？我一时好奇便答应了。从那时起，每当其他孩子放学回家写完作业后便可以去看“奥特曼”时，我却在训练，每天放学后到晚上九点多一刻不停的训练，回家后写完作业便是将近半夜。每当其他孩子早上五点还在梦乡时，我却要爬起来去训练。关于童年的欢笑我可能也都是忙里偷闲，最开心的就是去敲哥哥的门然后看他玩游戏或者看动漫。虽然我没有一个像其他孩子那样有一个舒适的童年，但在我体弱多病的时候，每个月里都要输一个多星期的液，他们要抽出时间陪我看病，照顾我锻炼之后尽管我的身体变好了，但是每天凌晨父亲便早早起来为我做饭，然后带我去训练，日复一日，年复一年，这一下便是十多年。随着年龄的成长我渐渐地懂得了父母的付出，懂得了他们的爱。他们不会像其他的父母那样去溺爱，

去把爱表达的那么美好，他们的爱便是几十年如一日的无私付出。现在我也同样不会因为没有一个完美的童年而去埋怨他们，因为那是我曾经做出的选择，就算再来一次，哪怕再苦再累我也会将它走完。

立下自己的信念

初中：

像大部分的孩子一样，我的初中同样也是一个叛逆的阶段，不努力学习，学会了跑网吧，学会了抽烟、喝酒。记忆中最深的就是初三那一年：那年我们分班了，一个年级的好学生分到了一个“熊猫班”，我因为母亲的关系也进到了那个班。尽管在那样的环境中，但我还是没有改变，每次考试都是吊车尾，老师不止一次的叫父母去谈话。之后有一件事情的发生让我改变，那是下半学期一次测试后，数学老师单独把我叫出来对我说：你知道你为什么会在在这个班么？你知道因为你在在这个班，让我们这些老师受了多少闲话么？你知道你父母为了让我们照顾你找过我们多少次么？你如果再不努力学习，谁也护不了你，到时候把你调到其他班，其他班的人会怎么说你么？老师就这样整整问了我快一个小时，我却一句话也说不出。从那时起我便投入到中考的备战当中。每晚下课便去找老师补习，补习完回家学习到深夜。星期六、天也不放过。慢慢的我融入到了那个集体，我们一起努力，一起上课学习，课间调皮，比赛谁先做完题，早读不再是睡觉。我们一起约定要考到那个高中，再一起在那里笑傲江湖。也是因为从小锻炼而有的好身体，我的成绩趁着大家都因为中考体育加试而累的不行时而往上猛窜。最终，我如愿以偿的考上了那所高中，唯一遗憾的是曾经和我约定的那些人没有和我一起。那是我人生的第一个高峰，可能在很多人眼里都不值一提，但那是我自认骄傲的一个高峰。

自己选择的路，哪怕跪着也要走完。

高中：

我总是在受到剧烈的打击后才会自我反省，高中三年我依然按着初一初二那样的调子走着，在郑州那一年，在大家都为高考积极复习的时候，我却没日没夜的出去打游戏。可能是从来没有这么彻底的脱离过父母的约束吧，就算临近高考的日子，我依然我行我素，游戏仿佛成了我世界的全部，连曾和发小约定一年后我要考上重点大学，他要考上军校的誓言也全抛在了耳后。可是付出和回报往往是成正比的，尤其是在学习上体现的更加彻底。在我和母亲一起去拿成绩单的时候，我一直不敢看她的眼睛，我知道这些年她为我付出了太多太多，那个时候我恨我自己，为什么没有去把握那人生重要的一年？为什么每次都是在被打醒后才能知道自己的过错？母亲没有说什么，只是说：我们回去吧。我看到她鬓角的白发，脸上的皱纹和疲惫的眼神。我明白了，那是对儿子恨铁不成钢的无奈，她真的累了，不想再操心了。回到家后，我对母亲说：那一年中考我选择了高中，你在这些年中付出那么多，我不想让这一切没有收获，再给我一次机会，我会用自己的行动来证明的。之后的一年，也是地狱般的一年，每当我想松懈的时候我便会拿出高考成绩单去看，来提醒自己曾经的耻辱。每当我想多给自己一些休息时间时，脑海中便会浮现出母亲在看到成绩单时的面孔。每当我遇到不会的想摔笔而走时，我便会提醒自己：已经没有退路了，除了这条路走下去你还能去干什么？难道还想再次看到母亲那失望的眼神么？同时，在这一年里，我不光学会了如何去学习还学会了如何约束自己，坚持自己的原则，坚持自己选择的路。班主任是一个年轻老师，他是另外一个对我影响很大的老师，他用自己的一言一行影响我们如何在这条路上坚持下去。在他的带领下，我们总是充满斗志，当然我也会再完成任务后给自己一些奖励。至今我仍然记得在那一年伴随我的三句话：“孩儿立志出乡关，学不成名誓不还”。“当你认为已经为时已晚的时候，恰恰是最早的时候”“现在打盹，你将做梦，现在努力，你将圆梦”。我无时不刻的用这几句话提醒自己，每日列出详细的计划并一一完成，没有一天拉下。

这一年当中最大的遗憾就是在最后的时刻没有和我的战友们做出告别。谢谢你们在这一年用你们的行动鼓励着我，谢谢你们牺牲自己的复习时间来为我讲题，谢谢你们在这一年里对我的照顾。最后，出成绩的那天凌晨我醒来用手机查了成绩，随后便兴奋的去把母亲叫醒说：我肯定能过一本线，我的坚持终不会落空的。我相信“天道酬勤”，自己选择的路，哪怕跪着也要走完！—这是我的人生信条。

## 新的道路

大学：来大学已经一个学期了，在这里不光学到是知识，更多的是能力和如何去做人。在学生会和武术协会我得到了一些锻炼，也交到了很多的朋友，还有就像老师一样的学长学姐们，他们教给我在大学里面生活、学习和工作的技能。

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

## 大学生个人成长心理报告篇二

篇一：

我叫zzf[]1992年出生，是一个活泼开朗的女孩，今年21岁了，光阴似箭，岁月如梭，回忆那曾经走过的路，有快乐也有悲伤，有委屈也有挫折，有幼稚天真的幻想也有远大的志向和高远的目标。生活中的点点滴滴像跳动的音符编织着我美丽的梦想和绚丽的生活，我要感谢我的父母和所有关心爱护我的人，因为是他们给了我机会和力量。

我出生在一个普通家庭里，爸爸妈妈虽然文化水平不高，但拥有一颗对生活炽热的心，他们积极进取，正直豁达，认真负责。但是原本快乐的生活停止在了20xx年，因为房子的事情导致父亲的一阵不起，父亲相信法律，所以他通过法律手段来维护自己是权益，可是事实让他失望，因为那需要钱；也因为母亲的文化不高，导致了母亲签下了那份让父亲忍气吞声的协议书；爸爸和奶奶不和，爸爸也常常在懊悔娶了母亲，他也许不知道间接同时也在否定我。在这种情况下，再加上我的幼稚、不懂事，还有父亲的身体也在每况愈下，不得不说，那段时间我有所察觉，但是我也在害怕，所以我选择了沉默。所以我成长为一个内敛、善良、倔强的女孩。

八岁的时候我就离开父母开始接受学校教育，小学阶段，在老师的教育和关心下，我无忧无虑的健康快乐的成长着。但时间悄悄的溜走，我在成长。进入初中，一切都是陌生的。陌生的校园陌生的同学陌生的老师。随着时间的流逝，渐渐地陌生的都变熟悉了。校园不再陌生了。老师和同学也都成为朋友了，于是走过陌生，一切都变得快乐起来。然而20xx年的一个事故让我措手不及。在我的家庭中，父亲是家里的力量支柱和经济支柱，所以这个事故让当时的我很茫然。中学主要是学习，自己却不曾认真的努力的学习过。上课总爱睡觉，看课外书，偶尔间陷入自己的忧伤中，下课后和同学闹闹，就这样，我平凡的初中毕业。在20xx年的暑假里，我发现了我一个仅初中毕业的应届生多找到的工作很不理想。所以我在收到中专的毕业证书的时候，请求姑姑可以帮助我，然后我在姑姑的帮助下我进入了中专，进行了我三年的学习。

高一和高二的生活很宽松!高三的生活紧张而充实!高一高二的时候我试着去学习书上的知识,去将知识融入我的世界,然而英语知识的薄弱只能让我维持在班级的中上水平线上,与其他同学的成绩拉开了很大的距离。渐渐的觉得学习很累很烦躁。高一的运动会上改变了我————我报了3000m□原先报3000m只是为了让我多余的精力发泄出来,然后跑完后我知道我也收获友谊。同龄间有着很多话题,我不愿接触悲伤,所以我将时间花在了和同学玩闹上,也让我在初中时期的忧伤渐渐的抚平了,虽然伤口还在,但我能感觉到它已经痊愈了。在高三的时候听了洪涛老师的讲座,我按着她说的方法一步一步的将英语单词背下去且吃透。渐渐的我的信心也回来了,也让我的成绩进入了班级的前六。进而我考上经贸职业技术学院。

曾听说过:在大学里先学作人,其次是作学问。也在大学生活中体会和实践着这句话。逐渐的发现一个人对生活的价值,于是不断鞭策自己,完善和提高自己成为一个优秀的人。我觉得自己还有许多当面还需要加强,第一,坚持读书,读好书,多读书。与伟大的灵魂对话,从而使个人修养得到提高。终身学习确定自己的目标。第二,学会取舍,宽容他人,第三,完善人格,保持积极乐观的人生观。

没有只有更好,积极进取,按照计划定期目标行动,逐步实现目标。真正的成功,来源于前进道路上的每一小步,不要幻想凭借好运一步登天,所以我把所有精力放在短期目标上,相信一定能够实现更长远目标。坚持不懈,每天都为实现目标努力,不管取得的成就多么微小。

我憧憬美好幸福的生活,希望努力学习工作,希望有所成就。

周围好友对我的评价:我外向合群,积极向上,有较好的交际能力,善于表达,头脑灵活有较强的思维能力,但我有我的缺点,有时太过于沉浸在自己的思维里进而给了同学一种忽视的感觉。但我相信我会完善我所欠缺的,走出一条属于自

己的道路。

篇二：

不要指望，麻雀会飞得很高，高处的天空，那是鹰的领地，但是如果麻雀摆正了自己的位置，它照样会过得很幸福。而今的我们就是那不起眼的麻雀，要在如此激烈的竞争中活出自我，必须要端正自己的心态，把活着的每一天看作生命的最后一天，奋力拼搏，实现当初的踌躇满志。

花朵因绽放而美丽，人生因拼搏而精彩，不是每一次努力都会有收获，但是，每一次收获都必须努力，这是一个不公平的不可逆转的命题，要想成功，就要不断地自我剖析和进步。

## 一、自我分析

### 1、成长轨迹，重要事件或重要人物对我的影响

在我成长的人生之路上，对我产生影响的莫过于我的父母，我的家境贫寒，但人穷志不穷，这是我父母从小就教育我的，他们对我严格管教，只希望我有一天能有所为，而不是像他们一样一辈子面朝黄土，背朝天。所以不管是在学习还是生活上，他们从不松懈对我的监督和鼓励，可以说我成长的每一步都倾注了他们的心血，而我从小就懂得了父母的苦心，多年来的努力也只为有一天能出人头地，让他们过上无忧无虑的生活。

### 2、兴趣爱好对我的影响

我喜欢打篮球，因为它让我知道了团队合作的重要性；我喜欢赛跑，把别人远远的落在后面而拼命的追赶我是我的目标；我喜欢听歌，因为它能陶冶我的性情，能让我静静的思考人生；我喜欢挑战一些难事，即使失败了，至少它能让我明白，只要努力了，结果并不重要，重要的是参与的过程，乐在其中

就好。

### 3、性格及对我的影响

从小我就乐观坚强，无论遇到多大的难事，我都能勇敢的面对，因为我深知，即使输掉了一切，也不能输掉微笑，只要嘴角上扬，希望就还会有。我始终坚信世上没有绝望的处境，只有对处境绝望的人，越过那一道坎，前面就是铺满鲜花的康庄大道，前面就是胜利的彼岸，掌声永远只属于那些不甘失败的人。

### 4、能力与品质

一个孤立存在的个体，要学会与人沟通，待人友善，重视与他人接触，这样才能得到更大的进步。

### 5、自身的优势、不足与改进

不足:遇事不够冷静，有时行事鲁莽，大大咧咧的。

改进:以后遇事之前要冷静思考，学会分析，制定一定的计划。

### 6、自我奋斗目标

锻炼自己的组织，交际，领导能力，结交更多的朋友，学习更多的专业知识，拥有一份很好的工作，创造一个美好的未来！

## 二、职业期望及实现途径

我希望能从事自己喜欢的工作，兴趣是的老师，我相信它能让我发挥出自己的优势，或许在这份喜悦来临之前，我还要经历更多的曲折，但是我不怕，人生哪有一帆风顺，在逆境中体验不一样的人生，那才是不平凡的人生。



在成功还没有到来之前，我会继续努力做好一切，不断地提升自我，让自己变得更强大，在平凡的生活中做一个不平凡的人。

### 三、自我总结

人生就是记住该记住的，忘记该忘记的，改变能改变的，接受能接受的。人不会因为做过什么而后悔，更多的时候，是因为没做过什么而后悔，只要尝试了，即使失败，那也是一种经历。所以我要学会用自己的头脑从自己的经历中体验不一样的人生，收获不一样的精彩。

## 大学生个人成长心理报告篇三

由于意外事故，我没能按时的来到学校和新的同学们一起学习，一起完成心理健康课程的学习任务，面对着这份3000字的分析报告确实无从下笔。好在热心的同学帮助了我，给我讲述了心理健康课程的主要内容，让我从中受益颇多。从心理健康的定义到如何进行自我完善、如何进行情绪的调控、如何面对挫折与压力、如何适应新的环境、如何处理人际交往中的问题等等。非常的详细、全面。我认为此次的成长分析非常重要，它可以让我以一个自我认知的过程全面的剖析自己、了解自己，从而更好地成长。

回忆曾经走过的路，有快乐也有悲伤，有委屈也有挫折，有幼稚天真的幻想也有远大的志向和高原的目标，生活中的点点滴滴构成了我绚丽的生活，我要感谢我的父母和所有关心爱护我的人，因为是他们给了我机会和力量。

童年，在我的记忆中，是非常快乐的，这要感谢我的父母，他们给了我无微不至的关爱，虽然我出生在一个普通的农民家庭，父母都是老实的农村人，他们非常重视我的`学习，但从来不像其他的家长一样逼着我学这学那，反而是给了我很多

多自由的时间，所以我的童年比起同龄的孩子还是很快乐很自由的。

在上学之前，我就已经学会了基本的加减法和拼音字母，现在已经想不起来自己当初是怎么学会的。但就是因为这样，我上学后很轻松，爸妈几乎没有管过我的学习，也常常因为这个而沾沾自喜，有时候还会有点小骄傲。由于成绩始终不错，同学们都很羡慕，老师也很喜欢我，也就是那时形成了我的一个性格特征：自信。（虽然有时候有点大）

初中阶段应该是我的第一个转折点，初一的第二个学期，由于没有父母的约束，自己又认为自己很聪明，所以对学习就放松了，同时迷上了网路，结果就可想而知了。成绩大不如前，后来父母发现我迷恋上网，大发脾气，从这开始，原来自由的生活被约束起来了，但网络对我的吸引并没有减弱，自己还是偷偷摸摸的往网吧溜，爸爸第二次在网吧抓住了我，这一次我挨打了，虽然不疼，只是挨了两脚，但从小娇生惯养的我，从来没有被动过一根手指头，我也从来没看过父母这般的生气，也许是我天生性格的原因吧，我并没有怨恨他们，从那以后我又回到了最初的乖小孩，每天认真学习，初三时期，由于是外省人不能参加当地的中考，迫于无奈，我只能回到自己的出生地内蒙古去完成自己的初三学业，参加内蒙古的考试，离开了我从小长大的村庄，离开了一起玩到大的伙伴去了一个陌生的地方，当我下车的那一刻，我后悔了，呈现在我眼前的是破乱不堪的景象，弯弯曲曲的乡间土路，高低不平的小屋，尤其是父母告诉我这就是我以后学习的地方，我彻底失望了，我幻想的一切美好都没了，他们就把我一个人扔在了这陌生的土地上，起初的那段时间是很难受的，一切都是那么不自然，生活习惯与方式不同，课程进度不一样，这些都让我产生了厌烦，但慢慢地，我开始和那的一切熟悉了起来，才发现，其实也并不可怕，老师给我带来了一整套的教材，同学每天带我去这去那，熟悉那里。我的陌生感与孤独感都消失了，我很感谢他们，虽然仅仅在那里度过一年，但我结识了许多好朋友，虽然现在都已各奔东

西，但我们的那份友谊是无法被抹去的。

高中，我来到了市里读书，又是陌生的环境，在那里我开始了真正的学习，高二的第二学期我们开始文理分班，由于个人的性格和各科目的成绩，我选择了文科，也就是从这时，我才认真地对待学习这件事情，因为小时候的优势已经不复存在了，一切都是从头开始。转眼间，我们步入了高三，到了高三，生活紧张而充实，每天都忙忙碌碌。做不完的习题，没完没了的考试，为的就是一个目标，考大学。我们近乎安于那种枯燥的生活，因为我们憧憬大学，每次听老师给我们讲大学，我们都非常的兴奋，觉得大学生活简直就是一种享受。大学，是我们熬过那段枯燥生活的精神信仰，虽然，高考并不理想，但最终我还是如愿以偿的来到了这所学校。

虽然我刚来到大学，但我已经体会到了人际关系的复杂，由于来自不同的家庭，每个人的价值观念不同，矛盾难念就会产生，但我明白，团结的重要性。无论是宿舍还是集体，都需要精诚所至，大家一条心。否则受害的只能是我们自己。同时在上大学之前的那段时间和这几天在学校的了解，明白了先做人在做学问的道理。在网上看到这样一段话：实现一个人的价值需要不断鞭策自己，完善和提高自己的思想道德和修养，从而成为一名优秀的人，这就需要加强许多方面，第一，坚持读书，读好书，多读书，与伟大的灵魂对话，从而使个人修养得到提高，确定自己终身学习的目标。第二，学会取舍，宽容待人。第三，完善人格，保持积极乐观的心态。

## 大学生个人成长心理报告篇四

### （一）兴趣，偶像及对自我的影响

个人兴趣爱好上，我喜欢写作，音乐，但我并不是一个很有艺术细胞的人，只是很喜欢，并从其中获得欢乐。专业兴趣上，我比较喜欢理工类的，也正是我此刻所学的化学专业，

我认为此专业能够让我接触到更多的物质与趣味的反应。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，创新型。我认为这很贴合我的专业需要。因为首先我是一个精力充沛、自信、善于创新、热情洋溢、富于冒险；通常具有理性思维才能，为人务实，做事有较强的目的性。我心目中的英雄，偶像是自我的朱镕基，居里夫妇。我觉得他们的做事风格和对生活的忍受本事都是我需要学习的，并且对我自我的影响十分大。

## （二）性格及对自我的影响

类型：外向，开朗，但很理性。

我是一个热情开朗，很容易和他人交往，合作和适应的本事异常强。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理解。和陌生人初次见面时，也很能和对方聊得来。在团体中倾向于承担职责和担任领导。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，或在紧急情景下，也可能会有一些情绪波动。能较好地协调自我的想法和别人的想法，一方面，对事物有自我的确定和想法，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。通常活泼任性，简便愉快，在团体中比较受人欢迎，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。有自我的目标和梦想，虽然不是异常远大，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。能坚持完成自我计划的事情，少数情景下，也可能情绪失控或有所懈怠，但一般都能坚持心境平和，在遇到重大挑战或紧急情景时，也可能比较紧张。

## （三）本事与品质

我的人际交往本事很强，但创造性很一般，有领导和组织本

事。思想道德观念比较强，能研究团体和他人，做事认真。

#### （四）人生观

我一向在追求人格的升华，注重自我的品行。我崇拜有巨大人格魅力的人，并一向期望自我也能做到。无论是在高中，还是此刻的大学生活中，我坚持着自我反省且努力的完善自我的人格。我读很多书，并进取参加活动，然后越来越认识到品行对一个人来说是多么的重要，关系到是否能构成正确的人生观世界观。所以无论在什么情景下，我都以品德至上来要求自我。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。以前只是觉得帮忙别人感到很开心，是一种传统美德。此刻我理解道理，乐于助人不仅仅能铸造高尚的品德，并且自身也会得到很多利益，帮忙别人的同时也是在帮自我。对于教师，我一向是十分敬重的，因为他们在我彷徨的时候指导帮忙我。如果没有教师的帮忙，我可能将不明白何去何从。我此刻领悟到，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职责。一个人活在这个世界上，就得对社会负起必须的职责义务，有了高尚的品德，就能正确认识自我所负的职责，在贡献中实现自身的价值。

我还进取要求加入。。。组织，跟随党的脚步，严格要求自我，以自我的努力为社会，团体作出贡献，实现自我的人生价值。

#### （五）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本事。务实、实事求是，追求具体和明确的事情，喜欢做实际的研究。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，维护团体。工作时严谨而

有条理，愿意承担职责，自我有客观的确定和敏锐的洞察力。

## 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，研究的东西太多，往往把简单的事情研究的太过复杂。创造性不强。

3、我需要改善的人生五方面性格的冲动性，耐心。

## （六）自我奋斗目标

完成学校里所有的学习任务，并正确认识自我，加强自我的领导本事，专业学习本事，学术创新本事。

最终实现自我的事业目标，成为一个专业人才。二、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，能够充分发挥自我在劝说、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；能克制自我冲动的想法和行为。感情明确，热爱家人，朋友，懂得谦让，不会随情绪办事情。

三、结束语这一篇自我分析报告到这里就告一段落了。我想每个人经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！经过心理健康教育课，我觉的有些收获。我一向觉的，我的心理还是比较健康的，可是进入大学以后，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，发现了自我原先的心理障碍。发现问题总是比憋在心里不明白，不疏导好。我在这一学期的心理

健康教育课中，明白了该如何来发现，疏导，防范这些心理障碍，欢乐地度过这四年时光。可是我明白我还只是学了些皮毛。我还想明白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。十分感激教师对我的教导！我也会继续努力完善自我的。

## 大学生个人成长心理报告篇五

我是一名从事教育工作十一年的教师。我有着中年教师的沉稳、责任感和奉献精神，又有着年轻教师的活力。很久以来，人们不太关注自己的心理健康，总觉得心理问题是难于启齿的，更难得有人能鼓起勇气进行心理疏导。但我意识到健康的心理对人的一生将产生深远的影响。由于工作的原因，我开始着手探索学生心理品质。随着进一步的学习和研究，我觉得在心理教育这个领域要学的知识太多了，我所掌握的知识杯水车薪。我就利用自己业余时间阅读大量的书刊杂志，收集对我有用的心理学信息，并在我的工作中大胆尝试，在教给学生知识的同时，更注重培养学生良好的个性品质。

我出生在上个世纪八十年代，我成长于一个普通家庭，学龄前时期，父母由于工作原因经常出差或加班加点，根本无暇照顾孩子，只好将我送到全托幼儿园，每周只能回家同父母呆一天。或许是继承了父母的性格特点，我从小就比较开朗外向，虽然不像其他同龄人能和父母朝夕相处，但并没有感到孤单，寂寞，反而增强了自立能力，独立性也很强。上小学之后，父母虽然工作繁忙，但从不松懈对我学习上的督促和帮助，使我一直接受着良好的家庭教育和学校教育，可以说我成长的每一步都倾注了他们的心血。如果一定要我说出一个我最崇拜的人，那就是我的母亲。她坚强、乐观的性格无时无刻不在影响和激励着我。就这样，一直到初中毕业我始终是在掌声和鲜花中度过的，那时的成长道路可谓一帆风顺。

刚入中学，一切都是陌生的。陌生的校园、陌生的同学、陌生的老师。不变是，天仍那样的蓝、树仍那样的绿、花儿仍是那样的鲜艳。随着时间的流逝，渐渐地一切都变得熟悉了，校园不再陌生，同学和老师也都成为了朋友。于是，走过了陌生，一切都变得快乐起来了！中学的生活主要是学习，那时候我最讨厌的就是英语课，从第一节开始的时候，我就深深的讨厌上了这门课，还为自己找了个“满意”的借口：我相信我很爱国，所以我不学英语。现在想起来真是可惜，长大了还是得学。

参加了心理健康教育学习班后才得知，青春期属于特殊时期。由于这个期间的发展是非常复杂、充满矛盾的，又称为“困难期”、“危险期”。

迈进高等学府之后，接触的人和事大大的开阔了我的视野，在如饥似渴的汲取丰富知识的同时，我开始学着用相对客观的态度去评价自己和他人，开始用自己的眼睛去观察世界上的人和事，也许这就是所谓成长吧！此后，我渐渐拥有了成人的感觉——感到自己身上肩负着某种责任，自己理所当然地应该去承担生活中的某些东西。今天，当自己明白了一些人生道理，回过头来审视自己成长经历，发现过去所遭受的那些挫折、痛苦并非完全没有价值，相反它却隐含深远的意义。今天的我，对周围的人和事，有了更多的包容、更多的理解、更多的关怀，而不再执迷于个人的得失。所以有人说“挫折、痛苦的背后才是成长的空间。”专科毕业后，我进入了麦溪中学工作，三年后，我来到华南实验学校工作、生活节奏又加快了很多。

20xx年，学校推荐我参加了心理培训班，在这里我得以系统地学习了许多心理学知识，一次次实用而又深入浅出的讲座让我受益匪浅。

专业的培训使得我原本自己在黑暗中的摸索终于见到了光明。



参加了教育实践工作，这也使我第一次有机会接触到了心理辅导这个领域。在学校这个群体中，每个学生的个性特点千差万别，但也有着共同的群体特征，比如文化水平较高等特点。社会心理学家认为群体是表露个人才能、表现个人特征的领域，是在社会价值、观念和规范影响下促成个体社会化的领域。在一个组织中，群体是实现组织目标、完成组织任务的基本单位。对于一个教育的管理者来说，仅仅了解单个学生个体和对个体进行管理是远远不够的，还必须对处在一定群体中的人以及对群体本身进行研究，才能对群体进行有效的管理。

通过这一段时间的学习、观察、思考，不但我自己的心理健康水平得到了很大提高，同时也逐渐从心理学专业的角度出发，去重新审视周围学生和朋友心理上存在的问题。我发现其实我们每个人身上都存在着不同程度、这样或那样的心理问题，甚至还有些人由于不堪忍受心理重负过早地结束了自己的生命。这一切让我切身的感受到一个人如果不能正确面对和解决自身的心理问题，将会怎样毁坏自己的生活、消磨意志、降低自身感受生活乐趣的能力。我真心的希望每一个学生在顺利完成学业的同时，都能发自内心地感受到生活的美好，都有能力去创造自己想要的生活，都能成为一个完整意义上的人，这种希望更加坚定了我学习心理辅导知识和技能的决心。

心理辅导既是科学，也是艺术。科学的道理是不难理解，而将辅导的技术个性化地应用于每一个求助者，则不是一件容易的事。要想真正学好心理辅导，特别是要想很好地掌握心理辅导的技能，创造性地展开工作，有效地帮助求助者解决问题，没有什么捷径可走，只有在实践中边学习，边领悟，逐步提高与完善。特别是当我真正开始进行心理培训之后才发现，真正决定心理辅导进程的，不是理论、也不是技巧和方方法，而是心理健康教师本身的人格，只有一个健康、稳定的人格，才是心理健康教师取得辅导效果的根本保证。心理辅导师人格的健康度和完整度，决定和限制着心理辅导取得

疗效的程度。所以说，心理健康教师对自己的了解和分析、心理健康教师的自我成长，同样是心理辅导中最为关键的因素之一。

作为一名教育工作者，我深知肩负着党和国家的殷殷期望与关怀，更感责任之重大。我的性格特质、教育背景、思维方式是我从事这项职业的优势所在。而业务水平、技能则是我尚需提高的方面，在这方面，我也期待各位老师能不吝给予我真诚的指教，使我更加胜任这项崇高的工作，学校学生心理健康教育工作的路任重道远，我将肩负起这一神圣的使命，用兢兢业业、求真务实的工作态度，为学校学生的心理健康事业保驾护航。“路漫漫其修远兮，吾将上下而求索”。

1. 认真学习教育理论，在理性认识中丰富自我，利用业余时间多读一些心理学教育专著，及时作好笔记，写出自己的心得，丰富自己的文化素养。多看权威性的心理教育类期刊杂志，了解更多著名心理教育专家、行家的观点，了解当前的心理教育动态，这些对自己今后的心理研究都具有指导意义。
- 2、要学会从教育现象中归纳总结，从现象看本质，找到具有共性的东西，进行有层次，有深度的研究。
- 3、学会思考教育问题，积极把先进的教育理念转化为自己的行为等，从反思中提升研究水平，在总结经验中完善自我。
- 4、把自己的探索和平时的教学实践紧密结合，很好地为自己的教育教学工作服务。
- 6、充分利用网络优势，学习心理教育方面的新思想，掌握新方式，运用新理论，提高教育效果。