

最新咨询师个人工作总结多篇(优秀5篇)

总结是对过去一定时期的工作、学习或思想情况进行回顾、分析，并做出客观评价的书面材料，它可使零星的、肤浅的、表面的感性认知上升到全面的、系统的、本质的理性认识上来，让我们一起认真地写一份总结吧。总结书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇总结呢？这里给大家分享一些最新的总结书范文，方便大家学习。

咨询师个人工作总结多篇篇一

这是一个老话题。每次我给那些即将成为心理咨询师的人上咨询心理学课，带领他们做心理咨询技能实操时都要涉及“如何成为一名优秀的心理咨询师”这个问题。在行业中，有这一句话：“不是谁都能做心理咨询师的。”对这句话我一直保持怀疑态度，在这个世界中，有些人确实是天生的咨询师，他们天生就会共情，他们天生就能理解与接纳他人，但这些人只是少数，绝大多数的心理咨询师都是资质平平的普通人，通过后天的努力、学习才一步一步成为一名优秀的咨询师。心理咨询师这个行业与别的行业相比，除了多了一些设置，和对心理咨询师个人的素质及职业道德比别的行业高些外，与别的行业也没什么区别，无论哪个行业，你要在这个行业混的不错，都离不开后天的努力与学习。在我看来，任何人只要经过后天的努力，加上系统的学习再加上自身不断的修行，都可以成为一名心理咨询师，只是每个从事和善长的方向不一样。

那么，一个已经迈入心理咨询行业的人，如何成为一名优秀的心理咨询师呢？

自弗洛伊德等人创立心理咨询以来，这个问题就一直是心理咨询理论、临床界想解决的问题，弗洛伊德、韦特默、霍妮、罗杰斯等前辈都很重视对进入这个行业个体思想品德、专业、

技术等的. 遴选，但是，他们或强调品德、或看重专业、或注重人性观、或将临床经验作为重要的标准。可是，20世纪50年代以来，心理咨询业界和临床心理学业内的许多人士对上述专家的意见进行了汇总，最后总结出三条标准。自此，心理咨询经过60年的发展证明，这三条标准是适合心理咨询师个人成长和临床心理学家发展的。

1、“内省取向”的标准。审视内在生命，进行自我观察，并且勇于适当地自我暴露。生命的动力来自哪里？你作为一个人有哪些优势和局限性？你能勇于面对自己的不足吗？你用什么保持自己内心的平衡？记住，在任何时候，你都是一个有血有肉的人，而不是心理咨询师。

2、相对性的视角——能够接受个体差异，并且欣赏与自己不同的情境和价值。请你记住，每个人都是不同的，没有相同的两片树叶，你我也一样。因此，在这个意义上说，没有那种放之四海而皆准的“神奇疗法”，想让所有人都适用同一种方法就好比让天下的人都穿同一个尺寸的衣服一样，是根本不可能的。我们每个人的家庭背景、性格、生活经历、价值观等都不一样，作为心理咨询师也是同样的道理，培训经验、职业原则、理论取向、操作模式也是不同的。

3、心理咨询师所看重的聪明才智——理性思考、冷静思考、保持客观等。作为一名帮助他人的助人者，在任何时候，任何情况下，你都要保持思维与情绪的平衡状态，保持冷静面对实际情况的心态，不能过高相信那些“准则”，也不要太迷信你接受的所谓专业训练。请你记着，你面对的始终是一个有血有肉的人，一个既有理性思维，又有情绪波动的个体。

以上三点，如果从另一个角度看，就是心理咨询师在自我成长和临床实践中，要学会“自我关怀”。经常性的问自己：我的个人价值，工作给我带来了什么回报，能够意识到这个工作“暗藏杀机”。

心理咨询师的健康成长和一个人的健康成长类似，在每个成长阶段都有其应有的

特点、所面临的挑战和需要处理的问题。如果一个心理咨询师有条件或能够在督导师的帮助下认识清楚自己处在每一个发展阶段的特点和所面临的挑战，正确地学会处理每一个阶段的问题以及和来访者之间表现出来的困难，那么这个心理咨询师才有可能健康地成长成为一个有力量、有能力、真正能够帮助别人的专业工作者。一般我们可以把心理咨询师的成长大致分为六个阶段。

第一阶段：外行帮助者状态

这是刚刚开始进入心理咨询的学习阶段，学员对基本的心理学理论和咨询理论囫圇吞枣，并不能真正的理解和消化，但这些新手已经具有了帮助他人的一些经验和比较强烈的助人热情。比如，他们曾经非常喜欢作为朋友，监护人或同事来为别人宽心和解答问题。处于外行帮助者状态的新手更多具备的是帮助别人的热情和心态。他们也经常很主动地为别人排忧解难、并且乐此不疲。在这个阶段新手的助人状态往往被称为“外行帮助者的状态”。

“外行帮助者状态的典型特点就是在与被帮助的人展开谈话以后，要迅速地确定被帮助者所许遇到的问题是什么，同时给予被帮助者强烈的、过分的情感支持，然后根据自己的生活经验提出建议和解决问题的办法。”所以，处于外行帮助者状态的新手一般倾向于快速界定具体问题，趋向于情感和干预的过度地卷入和参与，他们一般总是在表达同情而不能共情。快速界定问题背后的动机是帮助者面对有问题的被帮助者时内心的焦虑和急躁；情感和干预的过度卷入和参与凸显了帮助者在急躁焦虑的内心感受驱使下的无所不能的自恋体现和无能感；而共情是一种需要训练和体会的的情感卷入能力，只有帮助者能够真诚面对自己内心情感和冲动，而且羞耻感较低的时候才能与被帮助者的情感发生恰当的共鸣，

而同情是不太需要训练的。

第二阶段：初级学生状态

当咨询师踏入做案例的阶段时，尽管这个状态对于他们来说是一个非常令人兴奋、好奇和激动的阶段，因为他们感觉自己终于能够开始真正去体会和实践自己喜欢的助人工作了。但是他们在这个初级学生状态中通常会感到依赖、无助、敏感、担心和焦虑，并拥有脆弱的自信心。他们在案例工作中经常感到自己的知识不够，技能不是那么有效，不能经受哪怕是很小的挫折，从而怀疑自己的能力、担心自己的工作会伤害来访者，怀疑自己是不是做这一行的料等。

因此，在这个阶段的心理咨询师们尤其重视和需要督导师的鼓励与支持。咨

询师无论从督导师或是从来访者身上一旦察觉到哪怕是一点点批评的语言都会对他们自己的自信心和士气产生严重的影响。他们主动地寻求“正确的方式和有效的技术”来完成自己的助人职责，寻找可以效仿的模型或专家级的从业人员以期得到真传。所以，你会看到在初级学生状态中的咨询师总是在向督导师提出：“对于这个问题请您告诉我最有效的解决办法，您是怎么处理这个问题的？，什么样的技术对这个问题最有效？等”。很多时候他们忘记了他们向督导师提出的寻求“正确而有效解决问题方法”的问题恰恰就是自己工作中，来访者经常向咨询师自己提出的问题。他们竭力追随和效仿可以模仿的模型，同时也在到处追随专家级的人物。

在目前中国缺乏督导机制和条件的情况下，处于这个阶段的咨询师不得不花费很多的财力和精力到处去听一些专家的工作坊和培训讲课，但是这些短期的授课很难达到督导的作用。

第三阶段、高级学生状态

这个阶段的咨询师通常处于高级见习或实习阶段，他们无论在心理学理论，还是心理咨询的基础专业水平上已经具备和建立了一定的基础和框架。在高级学生状态中，他们的中心任务是在一个基础专业水平上行使自己的职责和工作。这个阶段他们感觉到的压力主要来源于如何把心理咨询工作做的恰当、正确和有效。他们在所感到的这些压力促使自己“正确、有效地工作”，因此他们在工作中通常都表现出一种保守、谨慎和严格的风格（相对于放松、冒险或随意的风格），以此来追求“正确、结构和效率”。

这一状态上的咨询师能够认识到他们已经从心理咨询师的培训和督导活动中获得收益、进步和成长，并同时感觉到了舒适。然而在这一阶段中，他们仍会产生不安全和脆弱的感觉。因此，督导对他们所提供的支持和肯定作用变得更为重要。同时，对初级学生提供督导的机会是使他们“能够成为高级学生的一个有力的影响因素”。进一步的督导的机会使进入高级学生状态的咨询师能够看到自己已学会了多少知识和技能，取得了多大的进步，以此来提高自己的工作自信心和继续成长的动力。除此之外，为咨询师提供督导的过程也能帮助他们巩固所学的知识。

第四阶段：新任专业人员状态

在这一阶段，心理咨询师学员走出了学习的状态，开始了独立工作的阶段。在这一阶段中由于不用再受学习阶段的种种要求和督导的制约，刚刚独立工作之后的几年可能会是一个随心所欲、令人兴奋、富于创造、勇于探索、不知疲倦的时期。

新任咨询师对自己的人格不断理解和接纳，逐渐将自己的人格特点融合于咨询和治疗中。随着这一过程的进展，咨询师会变得更加有自信和应付自如。这一时期他们也在探索适合自己的工作角色和环境。然而，许多人在工作一段时间之后才发现他们并非如他们自己想像的那样做好了准备、那样有

能力。所以，他们还是需要阶段性的接受督导师的督导，或同辈之间的互相督导，以期不断加深理解和接纳自己的人格和局限性，不断提高咨询的能力。

第五阶段：有经验的专业人员状态

这个阶段中心理咨询师或治疗师已经具有一定的年资和某些类型经验，这个时期咨询师的核心发展任务是发现一种可以建立专业权威的方式，特别是要建立一种与他们自身的价值观、兴趣和人格高度相一致的工作风格。

在这个阶段的心理咨询师已经比较深入的领悟了焦虑的本质、比较深入地理解了自己人格特征和防御、应对方式、能够接纳自己的局限性、在很大程度上破除了自己无所不能的幻想。因此，他们在咨询和治疗的工作中表现出了平和的、安静的、等待的、有力量的、安全的、值得信任的特点。在这个基础上，这些咨询师都已经开始明白和深入理解咨询师和来访者之间的治疗关系对于来访者的改变是至关重要的。他们在技术应用层面也已经达到非常灵活并具有个性化的水平。同时，他们逐渐明白要想对所遇到的情形都找到明确的答案通常是不可能的。所以，他们平静、不焦虑、不紧张、按部就班、循序渐进、不断进步。

来。他们能够把来访者作为一个宝贵的学习资源，同时许多咨询师感觉到他们所帮助的来访者是他们对于初级专业人员进行教导和督导时的重要信息来源的途径。另外，在此阶段的心理咨询师通常也将目光投向职业之外的领域，如宗教或诗歌，甚至是剧院或电影院，由此来扩大他们对人性和人生生死的理解。

第六阶段：高级专业人员状态

这个阶段的心理咨询专业人员通常已有20年以上的经验，其特征是已经建立了非常个性化和可靠的咨询和治疗方法。尽

管他们感到自己的能力足够胜任工作，但是他们通常对于自己能够给予来访者的影响作用更为谦虚。同时，他们对于自己从事的领域中出现的新事物、新理论、新技术也常抱有怀疑态度。

丧失是本状态中一个重要的主题和问题。这种丧失包括预期性的，比如他们想像自己即将退休的日子；同时又是现实性的，因为“比他们年龄更大的专业人员都已逝去，并且同年龄的同事一般也不再是强势的影响源。所以这个阶段的咨询师需要很好的处理丧失对自己的影响，他们可能会去总结自己的毕生生活和工作经验，带更多的学生，以期延伸自己生命的影响。

没有两个人的成长经历是一样的，所以长大的每一个人都是独特的存在。就像个人健康成长过程的艰辛一样，心理咨询师的健康成长也是要经历风雨的。一个人期望自己长大，但是当真正长大的时候你会发现我们会面临更大的生命挑战，面对丧失也就成了必然，同时这个过程出处充满的惊奇感、兴奋感、成就感，也许这就是生命的意义。心理咨询师成长的过程也是这样，希望我们能够结合自己的工作、学习经历和感受来思考一下自己职业生涯的发展情况，目的是更好的让自己健康地成长为一名能够自助、助人的真正的、有能力的心理咨询师。

咨询师个人工作总结多篇篇二

在教研室领导与教研组长韩老师的领导下，在各位老师的共同努力下，我个人心理不断成长，完成了领导交给的各项任务□20xx年做了五方面工作：

一，积极参加教研活动

每次在许庄职教中心参加教研活动，都能提前到达，并且认真听讲，积极发言，共同讨论，使自己的心里不断成长，通

过学习使自己认识到：

心理咨询既是科学，也是艺术。科学的道理是不难理解的，而将咨询的技术个性化地应用于每一个来访者，不是一件容易的事，要想真正地搞好心理咨询，特别是想很好地掌握心理咨询的技能，创造性地展开工作，有效地帮助来访者解决问题，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。当我真正对来访者做咨询之后才发现，真正决定心理咨询进程的，不是理论，也不是技巧与方法，而是咨询师本身的人格，只有一个健康稳定的人格，才是心理咨询师的效果的根本保证。心理咨询师人格的健康度和完整度，决定和限制着心理咨询。

二，积极参加省级培训学习

20xx年5月在西安参加陕西省中小学心理健康教育工作培训会，学习了西安电子科技大学心理健康教育中心魏萍老师讲的《校园心理危机干预体系构建》与《心理危机流程》，陕西省精神卫生中心钟意娟老师讲的《突发危机事件后的心理辅导》与《心理障碍的识别与应对》，西北工业大学张洪英老师讲的《心理剧理论与实操实务》。

三，参加《沟通之道》讲师培训学习

20xx年8月在许庄职教中心参加了《沟通之道》学习培训会，通过学习，使自己体会到建立良好的亲子关系可以从七个方面开始：

- 1， 尊重、信任孩子，平等地与孩子交流。
- 2， 用良好的家庭氛围，积极的心态影响孩子。
- 3， 给孩子独立思考，独立做事的机会。

- 4, 恰当的教育时机。
- 5, 合适的教育场合。
- 6, 满足孩子的合理需求。
- 7, 培养自尊, 自信, 独立, 善良, 有责任感的孩子。

四, 普及心理知识讲座

20xx年5月在同州中学与城关初中进行了心理咨询基础知识普及讲座, 主讲内容为记忆的概念, 遗忘的规律, 记忆的策略, 记忆的恒心与暗示对记忆的影响, 通过讲座使学生了解记忆有技巧, 一窍不通, 少学几百, 一窍通了, 多学几百, 使知识学得快, 记得牢, 运用自如。

五, 个人案例66人次

20xx年5月, 某位班主任老师领着母女两人来到咨询室, 说母女关系很紧张, 紧张到女儿周末不回家, 生活费家长通过微信转发给班主任老师, 班主任老师把现金给学生, 通过咨询后, 打开了母女之间的心结, 和好如初!

心理咨询不但有咨询的功能, 还有预测的功能。如20xx年高考刚结束, 城郊高中的一位老师对所带课的学生成绩有些担心, 预测其成绩如何, 能考上多少名学生, 告诉该老师所带课的成绩佳! 学生上线人数为21至24, 结果21名。

在20xx年积极参加研究活动, 认真学习, 把心理理论知识化为技术能力, 搞好心理知识普及, 个人案例达88次以上, 更好地为教师学生以及社会人士搞好心理服务工作。

咨询师个人工作总结多篇篇三

我是从今年的五月底加入星火这个大家庭的，经历了三个月的洗礼，感觉自己学会了很多在学校里学习不到的知识，比如谈单技巧、家长心理变化、家长类型判断等，这些都是在星火教育这个大家庭里学习到的，我非常感谢樊老师的重视，也感谢各位咨询前辈的教导，特别是师傅张妍，在工作和工作之余都会关心和支持我，教会我很多的东西，很深刻的一句话：多主动，比别人进步多一点，就会在咨询路上走得比别人快很多。我时时刻刻地记在心中，时常提醒自己事情要做好，学会待人处事，幸亏这个社会还可以，待我还行，我不断地努力提升自己，争取最大的胜利。

虽然经历了整个暑假学会了很多做人道理与谈单技巧和方法，但是还有很大的进步空间，特别是开方案的这个环节更是需要学习和提高的，我觉得说自己是新人是在给自己找借口，当然啦，之前的咨询部是一个全新组合的团队，必然会有一些磨合期，而现在，磨合期已过，慢慢地步入正轨上来了，所以现在我自己必须要努力迅速地成长起来，做一个真正的星火人，成为一名专业的咨询师。

历经了六月、七月、八月和九月，时间和压力在不断地鞭策我进步，在学习中成长，尽管这个暑假没有达到自己想要的要求，但是这一路学习的专业知识绝对是不可比拟的，是在任何一个大学时段不能学习的。在过去的一段时间里，学到的知识是我大学四年以来没有学到过的，我很庆幸能够成为星火教育的一员，并且我很庆幸有这样的一个拼搏的团队，和谐的团队，让我倍感温馨，学习中交流，交流中学习，学习更多有利于自己谈单的东西。

经历了这个暑假之后，九月份的主要工作还是进行回访自己的资源和新资源的累积，加上自己的谈单技巧需要大大地提高，所以最近都在学习中，骆驼网上的知识对我来说真的很有用，在九月这个资源很少的月份，资源肯定是要自己慢慢

累积起来的，十月份的话肯定会爆发，家长也会选择相信我，这样下去的话，成长的历程就会加快进度，慢慢地变得有趣起来。这个九月打初三毕业班的资源，先把学生邀约上来考试，然后再让精英班的老师面试。但是约上来的资源很少，意向资源也是非常少，大多数家长也是听过中考精英班，但是基本嫌弃价格太贵，不过针对这样的情况我也是做好铺垫，说下次有什么优惠活动或者说是再有精英班考试的时候才打电话给他们，这样的话，下次再打电话时就不再那么陌生了。

这个暑假真的要感谢樊老师以及陈老师对我的重视，感谢师傅张妍的精心指导，还有一起工作的团队和星火这个大家庭，我觉得和他们一起相处很开心很快乐，一个人幸福的时候看任何风景都是红色的，那么现在的我看到我前面的风景都是这种颜色。

以后的我做事情绝对不能慢慢来，要迅速地完成任务，这样好接下来做下面的工作，不能让自己太被动，这样下去的话，我们始终会被淘汰，我相信我能做得更好。

（一）对自我的认识通过这一段时间的咨询工作，使我了解到自己在工作中不仅要严谨对待工作上的事，更需要虚心请教，因为经验就是工作的导师，他能让我更好的适应工作，并做好这份工作。其实做咨询师需要很强的沟通能力的，而且沟通技巧也很重要，这正是自己所需要改善的，我相信经过一段时间的锻炼，我一定会掌握好这门沟通的艺术。

（二）对工作的认识做一个好的咨询师，耐心和热情是很重要的，尤其是要具备良好的心理素质以应对各种未知的情况。做这份工作也必须具备有良好的抗压能力和较好的语言表达能力，正如刚开始进入学校给家长打电话时，遇到难以应付的家长，心里总是有点忐忑，或者是被家长刁难之后心理难免有烦躁的情绪，但是时间久了就习惯了，也能够自如的应付各种问题了。当然光应付是不够的，最重要的是要抓住家长的心理，让家长不仅要了解我们培训机构的实力，更要让他

觉得选择尚学教育公司是明智的。

（三）对工作的计划接下来的工作，我一定要把培养良好的沟通能力作为首要目标，使自己能够轻松的抓住客户的心理。同时加强对工作的投入，争取在接下来的时间多接一些家长，提高自己的业务量。加紧对家长的跟踪，做好记录，以便及时回访。并且在工作过程中时刻总结，向领导和同事请教，以提高工作效率。

时光飞逝，转眼间马年就快过去了。在这一年中，我完成了从学生到上班族的转变，感受颇多，收获颇多。

从7月1号正式入职至今，已有6个多月。从一开始缺乏工作经验和项目经验的新手，到如今也慢慢掌握了工作的基本思路；从一开始和同事和环境格格不入，到现在的和大家融洽有爱如一家人，首先是要感谢领导和同事给予我的所有的支持、关心和帮助，使我能够很快地适应公司的管理与运作，以及努力做好本职工作。

回顾这半年的工作，主要总结以下几个方面：

在纪律方面，我始终遵守公司规章制度，能够较好的做到不迟到不早退，有事无法上班也能做到提前请假。

在工作方面，我积极服从领导安排，尽力完成领导交给的每一项任务；同时有不懂的问题虚心向同事们请教和学习，也努力做好和同事之间的团结和协作。一开始的武汉两江四岸的项目，由于经验的缺乏，尚未能很好的理解和参与到项目组的工作中。到后来参与的项目逐渐变多，和同事讨论互动也越来越多，也开始慢慢的掌握工作的思路和规律。

在自身方面，我也较注重自身专业理论知识的积累，也会时常关注行业内外的新兴动态，同时也开始了相关软件的学习，以期自己的水平能够不断的完善和提升。

然而不足也始终存在，尚未能很好的填补。项目经验缺乏，看问题不甚全面，出思路不够有创造性，专业知识积累较为薄弱有待提高。这些都有待在今后的工作上加以改进和完善。新的一年，我将更加认真的工作和学习，努力使工作绩效进入一个全新的水平，为公司的发展做出更大更多的贡献。

咨询师个人工作总结多篇篇四

我于20__年4月12日成为学大教育青岛分公司的试用员工。从事教育咨询师工作。在这期间，公司组织相关老师对我进行一系列培训，包括企业文化，咨询师工作流程等。在此过程中加深了我对学大教育的认识，增强了自我业务能力。在此我要非常感谢分公司的领导，校区主任对我的栽培和悉心教导。

半年的工作历程中，我学会了很多，包括与教育咨询师息息相关的青少年心理咨询，家庭教育咨询，学科咨询。更加深了我对咨询师这一职位的理解。虽然每天我都重复做着一样的工作就是打陌拜电话邀约家长，谈单。但是每次的感悟都不一样。都需要不断总结归纳，摸清家长心理，咨询师的工作真的是一个挑战性很强的工作，怎样能把学大的产品结合家长和学生的需求融合在一起?是我每次谈单遇到的问题。

半年的工作，我完成业绩合同额：272530，新签人数：23人。相对单笔较小，这也是我一直以来的缺点。我会在今后的工作中，不断完善自己，不断学习，争取有更大的突破。

五个多月以来，我更能体会到，工作时，用心，专心，细心，耐心四者同时具备是多么重要。就拿每次给家长打电话来说吧，我要用心的倾听任何一位家长的需求，站在为帮助他们的角度上，不要销售性太强。耐心的跟进和维护好所有客户。

在工作中，我深深感到加强学习，提高自身素质的紧迫性，一是向咱们的资料学习，坚持每天挤出时间看产品知识，以

做到更专业。

二是向我们的同事学习，工作中始终要保持谦虚谨慎、虚心求教的态度，学习他们任劳任怨、求真务实的工作作风和处理问题的方法。三是向实践学习，把所学的知识运用到实际工作中，要实践中检查自己不足的地方，更好的提高自己。

要做好一份工作，我认为最重要的是要有责任心，有了一份责任在身上，就会努力去完成它，并完成好，只有这样爱你的工作，工作才会喜欢你。如果失败了也不要气馁，总结失败教训，争取下一次的 success。在此感谢所有帮助过我的同事和老师。我会更加严格要求自己，做好本职工作。

咨询师个人工作总结多篇篇五

心理咨询师的工具是咨询师本人，心理咨询是一门专业，它有自己的理论、方法与技术，但最大的特点是咨询师本身是应用的部分。这使得对心理咨询师有了要求，要求咨询师本身的健康水平至少要高于他的咨客。“工欲善其事必先利其器”，咨询师的理念、对人生的理解，即人生观与价值观的表达对咨询的效果至关重要。时刻沉下心来，认真整理自己，反思自己的人生道路，才能使自己接近“利器”。以下简要对自己从开始接触心理学到现在工作学习的一些感想和启发做总结。

进入大学之后，我才开始接触心理学，这是我的专业。那时候我们也以为心理学家是一看就知道别人心理在想什么，抱着这份好奇心去上课，我们发现，心理学要学习统计、测量，还有一大堆枯燥的发展心理学知识需要背诵，完全不是我们想象的心理学。直到大三、大四接触到变态心理学，才觉得这才是心理学，我们也迎来了实习。学院为了给我们锻炼的机会，给我们联系了一些小学，让我们给小学生做心理咨询，来咨询的同学都是老师或者家长认为行为有些异常的孩子。

我印象非常深刻，有一天下午，我们接待了两个小学生，其中一个家长带过来的，小孩子沉溺于网络，一个是老师推荐的，有自伤行为，经常拿小刀割自己的手腕。这是我们第一次亲身接触心理咨询，那时候心理很害怕，我们都很紧张，只问了孩子一些表面的问题，没有深究原因。后来带着这个问题询问老师该如何解决，老师告诉我们，去问问孩子父母的关系，平时对自己的关心程度，后经询问，果然问题出在家庭，网瘾孩子的父母平时忙于工作，无暇顾及孩子，孩子只能上网消磨时间，在游戏里面找到了自己的快乐，不愿意面对现实世界。自伤的孩子父母长期不合，感到受到忽视，以自伤引起父母注意。知道原因之后感到很痛心，也从此明白每个人身上反应出来的问题或多或少都反应出了家庭的问题，父母的问题。这是第一次让我意识到我的心理咨询，还有太长的路要走，我需要积累很多的经验，需要从不同的角度去看待事物。

也解放了他人。最后，该生终于没有再言语，表明了他的赞同。我也松了一口气，从这个案例中我领会到，青春期孩子的特殊性，我们正处于叛逆期，自己有一定的辨别是非的能力，所以我们对他们的教育不能极端，否则有时候会引起不堪设想的后果。

我的专业是发展与教育心理学，几乎每一门课程，老师们都会给我们每个同学自我报告的机会，从研一到现在我们的专业课快要完成了，从开始的文献搜索都要耗费很长时间到现在的轻松上台报告，我们学到了很多。

今年十月份，我帮助上海某中学申一个科研项目，结果还没有出来，但是申请工作已经初步完成。课题的内容是关于改善学生作业习惯。研究根据中学生心理发展的规律及特点，深入挖掘中学生良好作业习惯培养对学生学习生活的重要性，以及终身发展的深远影响，对×××学校学生的作业习惯的现状进行调查，并作出分析，进而找出现状存在的根源，从多方面、多角度探寻培养和改进学生作业习惯的途径，从而

全面提高学生的学习习惯。研究思路是理论结合实践，在了解学习习惯相关理论的基础上，通过调研的方法获得实际的数据，对数据进行分析总结，获得相关结论。具体而言就是阐明习惯及作业习惯的涵义，以实际调研的方式研究××学校作业习惯的现状及其影响因素，并对之进行详细的分析；在这些分析以及了解学生实际状态的基础上，提出相应对策，加以干预，最后整理出有效的干预措施。该研究具有重要理论和实践意义，关于学生学习习惯的研究已经有很长的历史，国内外的学者都提出了很多不同的意见和建议，但单独对作业习惯的研究却鲜见一二，通过本研究可以对作业习惯的养成有深入的认识，有助于拓展学习习惯的研究；本研究探讨作业习惯养成策略，帮助×××学校学生作业习惯的养成及改善，为学生学习减轻负担，同时，为广大教师和家长帮助学生提供指导。

研究生的主要任务是写出有质量的毕业论文，导师告诉我们做论文切忌浮躁，不为了发文章而写论文，要有想法。在导师的指导下，我已经把毕业论文题目确定下来，正处于整理思路阶段。从以往的经验及文献查阅，我深感教师反馈对学生的重要性，同样一个同学的作业或者表现，老师给予积极的反馈或者惜字如金效果完全不一样。前者会使得学生学起来很快了，很乐意学习，而后者或不知自己的表现如何或反而觉得自己表现很差而气馁。试想谁不希望做了事情后得到老师的反馈，即使是消极的反馈也用之有道。那么教师的反馈是如何影响学生学业表现的，它的机制是什么？什么样的反馈在何种情境下使用有利于学生的表现？这些都是值得探究的问题。

通过以上课堂报告、课题申请及毕业论文题目的确定，我的文献搜索能力得到很大的提高，展示能力得到提升，逻辑思维能力得到很好的锻炼，研究能力进一步增强。

一路走来，跟心理学的联系从来没有间断过，我希望我能成为一个自我完善，同时帮助他人的人。苏晓波说过，每个对

心理治疗感兴趣的人，无一例外的是想探索自己，在帮助别人的时候自己也成长起来，在自己成长时能更好的帮助别人。心理咨询师职业在我心目中，正是一项能让我思想走向成熟、心理走向健康、人格趋向完善的高尚职业。而想成为心理咨询师，第一是将来养育孩子的需要。从孩子降生的那一刻起，便被自然地赋予了母亲的角色，在养育孩子的过程中可能会经常处于迷惘之中，不知所措，却只能从书本、电视、长辈等途径寻求帮助，并在不断地摸索中提高自己的养育水平，但每个孩子都是一个特殊的个体，孩子的每个年龄阶段也具有不同的特性。第二是为了将来能较好地经营婚姻，因为美满持久的婚姻会造就幸福的家庭，而幸福的家庭有利于为孩子创造良好的成长空间。第三是工作的需要。我想要从事教育类的工作，在教育过程中必定会遇到各种各样的问题，帮助孩子们健康快乐成长是我的职责。第四是出于对心理学的兴趣，同时认为自己的性格适合从事心理咨询工作，特别是我真诚，善良，乐于助人的个性更是心理咨询工作者必备的品质。

心理咨询的目的是“助人自助，完善自我”，作为心理咨询师新手，我真诚的期待求

助者能敞开胸怀，对心理咨询有一定的信任度。而我将不断地继续充实自己的理论知识，积极参加社会实践，增加自己的社会阅历和经验，经常进行内省，促进个人成长，为自己的咨询师之路打下坚实的基础。