

# 学中医心理学的感受 中医学概论学习心得(精选5篇)

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

## 学中医心理学的感受篇一

对中医、中药我自小是有接触的，小时候住的巷子对面就是县城的中医院，印象中生病了妈妈就会带去中医院找相熟的医生看病，有时妈妈晚上才得空，就去医生的家里看，医生都是相熟的乡邻，吃上几剂中药病就好了。外公、舅舅是开中药铺的，小时候去外公家对那一整面墙的各种中药也是充满好奇的，没事就在柜台看表姐给客人捡药，当时很佩服她能记得那么多药分别放在哪个抽屉里。大学毕业刚工作时还看过《思考中医》、《人体使用手册》等畅销书，当时感觉中医博大精深、好玄妙，好难懂。但是在大城市生活，中医反而渐渐淡出身边，生病了还是习惯去看西医，各种检查、各种西药和输液。去药店买药，药店也是经常给你推荐各种头孢啥的消炎药、激素、抗过敏药。等自己有了小孩，也是一生病就去带去医院看医生，看多了发现医院都是标准处方的，诊断是什么病后在系统里选药，基本所有的小孩都是开一样的药。我儿子咳嗽，在医院喷雾吃头孢就减轻，但是停药后没多久又加重，反反复复，我对西医产生了质疑。身边有朋友建议看中医调理一下，我开始留心别人介绍的好中医，自己也有意识多看中医有关的书和课程，买了一堆黄帝内经之类的讲阴阳辨虚实让人看得云里雾里的书。总而言之，个人是一直对中医很感兴趣的，但是苦于没老师带入门，那一张张药方每个字都认得，但是却不知道功效有什么不同，为什么用药不同。

## 二、 初识经方

第一次听说黄煌教授的《中医十大类方》是在孟倩老师的中医课程上，她推荐了中医初学者的几本书之一，书是屁颠屁颠都买回来了，可惜自己还是看不懂吃不透，最后束之高阁。机缘巧合，2016年初看到古求知老师有开“大众经方”班，知道古老师是黄煌教授的高徒，赶紧报名学习。那期课程，古老师是按常见病分类，给介绍各个常用经方。比如咳喘病的经方有：小青龙汤、麻杏石甘汤、半夏厚朴汤、小柴胡汤、大柴胡汤。一边学习，一边也给身边的家人朋友开个方练练手。记得：给感冒肩颈痛的同事开过葛根汤，给痛经的同事开过红花酒和温经汤，给高血压失眠的妈妈开过黄芪五物汤，给口腔溃疡的老公开过甘草泻心汤，给自己开过越婢加术汤等。但是在根据病症具体选用方时，还是似是而非，抓不准方证。但是起码通过学习知道了常用经方的名字和大致的作用，把经方比喻作人的话，就是认识了这个人，人跟名字对上号了，但是这个人的性格和本领还摸不透。

## 三、 辨别体质

接触经方后，对黄煌师爷是向往不已，师爷来广州的讲座热情高涨地参加了，2016南京的经方班也请假去南京参加了，通过学习对黄煌教授的体质学说有了较全面的认识。学会从一个人的体型、外貌、神态、性格来辨别是什么体质的人。每首经方都有它适用的方证、适用的人群，适用体质的人用该方就安全、起效快，“方—病—人”一体辨证治疗。平时我也有意识去找身边的“柴胡人”、“半夏人”等，建立了根据体质类型去选类方的思路。比如柴胡体质的人感冒用小柴胡汤，麻黄体质的人感冒用葛根汤。作为理科生的我不禁就想捷径：是否可以从《中医十大类方》附注的病名所用的方里按体质用方？但是古老师说：这样学经方就学死了，经方是很活的，要抓“方证”。

## 四、 跟诊

都说百闻不如一见，“舌淡”、“苔黄腻”“肌肤甲错”、“半夏线”等辨方证时老师经常提到的“证”到底是怎样的？非常庆幸古老师开了跟诊班，第一时间抢了个席位。通过几次跟诊，体会了很多书本上没有的，也解了之前的很多困惑。

1. 老师问诊很详细，吃喝拉撒、睡眠、心情都不放过，面诊、脉诊、舌诊、腹诊、腿诊全面来看，然后抓最重要的点(最大问题)来用方，然后再通过加减味来覆盖其它或然证。

2. 经方治病靠的是方，不是药。同一味药，不同的配伍，效果就完全不同。老师开方的思路是合方，而不是合药。就像打仗靠的是排兵布阵，而不是单个兵。

3. 一定要抓主证，可能诉求的是不同的病但只要主证是一样的，那就是用相同的方。有次跟诊好几个病人是不同的病，但最终用的都是血府逐瘀汤加减。

4. 病症明显的或急症，就只从病考虑开方；慢性病或调理体质的更多的是从体质考虑开方。

5. 要重视病人的性格、情绪。比如性子急容易发脾气的人，是身体失衡了，用对药了，就不容易发脾气了。就如同性格的人容易得的病也是不同。反过来，病人若能主动改变他的性格，去除了致病的根，自然病情也会有所好转。

6. 对药方里药的用量也有了较直观的认识，一般尽量按原方比例用，一般药用量是20g□细辛是3g□麻黄5g等。

## 五、 总结

诚如老师说的“西医是治人的病，中医是治病的人”，中医是以人为本，做的是“拨乱反正”事，将病的人纠正成“中正平和”之人。经方是学中医的捷径，经方是中国流传千年

的瑰宝，感谢古老师的倾囊相授，我后续会多多研读老师相赠的《伤寒论》和《金匱要略》。学了中医后，我心中有颗种子，希望以后在中医上也能学有所成，为家人、朋友、乡亲邻里的健康护航。

来到了这里，我重新审视了自己曾经学习过的东西，发现有很多知识是课本不能给予的。对于我这个只有两年学习药品经历的学生来说，我对一切都感到新鲜和畏惧。第一次穿上白衣看着镜中的我，心底的那份坚定与自信油然而生！

从第一天到中成药房转科，到现在在中草药房帮忙，我的心里还对很多事物充满着新鲜感和好奇心。记得第一次对着满室的中药让我想起了古代的药房，抽拉式的药箱，称药的戥子，熟悉的药材名，甚至不时的捣药声，一切都向我展示着草药的神秘，我喜欢这个地方。从当初老师抓一副药而我称出一味药的无奈到独立完成一张处方的从容，我得到了太多东西。记得第一次体会到取错药的尴尬，将后下的砂仁一股脑的分到群药里，然后被查药的老师纠正，又重新分发。

中草药房的工作是一个整体，一个系统，交到患者手中的每付药是整个中药房所有人共同劳动的结果。实习快一年了，我更加清楚的认识到团队协作的优势，学会与人配合，学会条理分明不慌不忙工作的态度，牢记并严格执行流程的各个环节。也是在这，我受到了教育，开始关注细节，想干好并达到熟练必须发现细节，刻意练习，需要认真用心去学。学会观察，细心从容，这就是我学到的。通过这么多天的忙碌，才知道药学工作的不易。我觉得药学工作不仅需要熟练的技巧，而且同样需要优秀的职业素质：

- 1、思想素质：要教育和培养每一个药学人员热爱药学工作，献身药学事业，树立牢固的专业思想；要有崇高的道德品质、高尚的情操和良好的医德修养：真诚坦率，精神饱满，谦虚谨慎，认真负责；要高度的组织性、纪律性和集体主义精神，团结协作。

2、专业素质：药学人员要对病人极端负责，态度诚恳，和蔼热情，关心体贴病人，掌握病人的心理特点，给予细致的身心护理；严格执行各项规章制度，坚守岗位，按章办事，操作正规，有条不紊，执行医嘱和从事一切操作要思想集中，技术熟练，做到准确、安全、及时，精益求精；要有敏锐的观察力，既要沉着冷静，机智灵活。

3、科学素质：药学人员要具有实事求是、勇于探索的精神，要认真掌握本学科基本理论，药学是一门应用学科，必须注意在实践中积累丰富的临床经验，要掌握熟练的技术和过硬的本领；要刻苦钻研业务；要善于总结经验，不断探索，开展研究，勇于创新，努力提高业务技术水平；拓宽自己的知识面，更好地为病人的身心健康服务。

在新的环境里，我也会百分之百的努力！我会加油，我也会对所有人说：加油！不光要总结，更要实践，用自己的切身行动证明一切！

众所周知，中医是中国几千年唯一的医学，中国人民几千年来的防病治病靠的是中医，中医对中华民族几千年来的繁衍昌盛，几千年来的保健事业起到十分重要的作用。

中医与西医在专业技术上各有所长，各有优势和特点。西医的优势在于精密仪器的检测、高超的外科手术、复杂的器官移植、先进的抢救手段等。而中医的优势恰恰是西医薄弱的方面，中医的辨证施治既准确又灵活，奥妙无穷，对诊治许多疾病，有其独到的特点。如对功能性疾病的诊治，退行性疾病的诊治，病毒性疾病的诊治，痰饮淤血病的诊治，疑难病证的诊治等尤具优势。人民群众对中医中药的认识比较深刻，有相当多的人群喜欢中医中药。随着社会的飞速发展进化，人们对健康长寿的要求在不断的提高，中医中药的治病之本、调理、滋补功能就显得更加迫切需要了。

中国人的传统认识是中医越老越吃香。一个年龄大的中医，

尽管本事平平，都可以称老中医，甚至夸大一点称“名老中医”，这说明了一个很重要的问题。中医是终身制的职业。那么，我们应该怎样才能学好中医呢？《扁鹊仓公传》云：“人之所以病病疾多，医之所以病病道少”，这说明中医难学。著名温病学家吴鞠通又说：“学医不精，不若不学医”。

学中医诚然难，学精则更难。但既学医就必须学精，至少要确立“学精”这样一个奋斗目标，方能学成一个好中医。怎样才能达到这个目的呢？根据我个人学医的体会，主要在于两点：一要认真读书。中医的书籍，用“汗牛充栋”来形容，尚嫌不够。读中医的书，不仅要读懂、弄通，而且要熟读、熟记，对许多重要的内容甚至要熟背。比如中医诊断学、中医方剂学、中医内科学、中医妇科学、中医儿科学、温病学、伤寒论、金匱要略等。若要有高深的理论功底还必须学好《内经》。读中医的书，要善于融会贯通，中医学的理论均源于《黄帝内经》，中医的各科临床，均源于历代医家的经验积累和实践总结。

举例说吧，比如学《伤寒论》，不仅要与《金匱要略》相融合，还要上与《内经》相联系，下与《温病学》相联系，此外，还要与内科学、方剂学、药理学、诊断学相联系。比如《伤寒论》的少阳证，这个少阳证就出自《内经》的《素问·热论》。《内经》的少阳证只限于少阳经脉症状“胸胁痛而耳聋”，而《伤寒论》的少阳证则为半表半里证，胆火上炎，症见“口苦，咽干，目眩，往来寒热，胸胁苦满，默默不欲饮食，必烦喜呕”，用小柴胡汤主治。再联系温病学中亦有一个邪郁少阳证，寒热类虐，心烦，口渴，脘痞，舌苔黄白而腻，用蒿芩清胆汤主治，系湿热郁闭少阳。如此联系比较，自然融会贯通。

作为一名药学专业的学员，只学习书本知识是远远不够的，是不能学以致用，理论和实践相结合才能把我们所学的知识带给人们，所以，我深入到基层在药品销售岗位接受锻炼。

初到药店工作，老同事向我说明了零售药店与医院药房的不同，医院药房的药师只需凭医师处方发药，而零售药店的顾客大多是对药品认识较少的非专业人员，所以，销售人员在对顾客销售药品时，要尽可能的多向顾客说明药品的用途及性能，对每一个顾客负责，我所在的药店经营的有中药、中成药、西药、非药及一部分器械，现将实习学习情况作一个总结报告。

## 一、严守劳动纪律，以员工的标准要求自己

在实习期间，我严格遵守该院的劳动纪律和一切工作管理制度，自觉以医学生规范严格要求自己，不畏酷暑，认真工作，基本做到了无差错事故，并在上下班之余主动为到医院就诊的患者义务解答关于科室位置就诊步骤等方面的问答，积极维护了药学院的良好形象；并且理论联系实际，不怕出错、虚心请教，同带教老师共同商量处方方面的问题，进行处方分析，大大扩展了自己的知识面，丰富了思维方法，切实体会到了实习的真正意义；不仅如此，我们更是认真规范操作技术、熟练应用在平常实验课中学到的操作方法和流程，积极同带教老师相配合，尽量完善日常实习工作，给各带教老师留下了深刻的印象，并通过实习笔记的方式记录自己在工作中的点点心得，由于我的主动积极，勤快认真以及良好的医患沟通能力，各科室给予的好评。

## 二、如何做好药品知识及医学知识的学习

药用植物学在中药材鉴定中的应用意义重大。大部分情况我们根本不用理化鉴别的方法，只用植物形态学的鉴别方法就可以鉴定。因为大多植物有其特有的遗传基因，于是能表现出基本稳定的形态特征，这样我们在中药材鉴定中“努力寻找不同因子”就可以鉴定植物类中药材的真伪。例如：小品种中的石楠藤是蔷薇科的植物，而有时采购来的药材表现出：节膨大、有扁节，这是胡椒科的石南藤的特征，这样就明确了只要石楠藤中出以上两种特征就可以断定药材掺伪。

以前的我对于中药的认识，认为中药就是凉茶。我出生于广东佛山的一个农村中，从小家里就有时常煲凉茶清热降火，所以一直误将凉茶作为中药的全部，但通过对中药的学习，我知道了中药是在中医药理论指导下认识 and 使用的药物。通过了学习中药，使我学到了许多的知识，让我懂得了许多处世为人的道理。

中药有它的起源和发展，同样地，人也有自己的出生和成长；中药有它具有明显地域性的优质药材，同样地，人也有自己具有明显地域性的高素质人才；中药要根据医疗、调剂、制剂的需要而进行必要的加工处理，受到炮制，同样地，人要根据兴趣、爱好、特长的不同而进行专业的筛选受到不同的培训，受到教育；还有一点很重要的是：中药有它自身不同的寒热温凉四性，作用于人体所产生的反应、收获的疗效是完全不一样的，不过不同样的药材也有它相似的地方，人也一样，有自身不同的冷漠、热情、开朗、孤僻等性格，对于不同的人，关系不同，表现出来的也不大一样。

人出生在这个世界上，就肯定会像中药一样有着酸苦甘辛咸的人生路。虽然人生有数不尽的辛酸咸苦，但是心中苦尽甘来的甜蜜时无法用语言来表达的。人生有它浮升的开心时刻，同样也有沉降的低落时段，所以必须要有乐观的心态去面对人生的升降浮沉。人的一生也要学习中药的配伍规律，有自己一个人单行的时候，有自己一个人能独立完成的事，但是时常需要学习麻黄和桂枝，相须行事，互相帮助。有时候则需要像黄芪和茯苓一样，一方为主，另一方为辅，合作行事。而有时候却要用到相畏相杀的关系，降低一件事的负面影响。还有时候绝对不能做一些会对别人造成不可挽回的创伤的事，犹如中药配伍规律的相反，当然这是可以放止的。

中药的使用，需要有剂量和用法，用量是否得当，直接影响药效。

总而言之，学习中药使我懂得的很多很多，绝非一时三刻，

三言两语就能概括出来的。以上的就是我对学习中药以后的体会。

## 学中医心理学的感受篇二

中医学作为中华民族传统文化的重要组成部分，在千百年来的实践中积累了丰富的经验和智慧。而中医学的方法论，也就是中医学法用法，是中医学独特而核心的地方。在学习、研究和实践中，我深刻认识到中医学法用法的重要性和独特价值。以下是我对中医学法用法的一些心得体会。

首先，中医学法用法是世界上独一无二的。中医学法用法是中医学体系中特有的思维方式和独特的治疗方法。中医学法用法强调整体观念，以五行学说和阴阳理论为基础，以人体运行规律为依据，注重辨证施治。这种独特的方法论是中医学与西医学的重要区别之一。在实际应用中，我深刻体会到中医学法用法的独特魅力，能够对疾病的本质进行深入剖析，找到疾病的根本原因，从而实现真正的治疗效果。

其次，中医学法用法强调个体化治疗。中医学法用法注重全面、综合、动态地观察和分析患者的病情，充分尊重个体差异。在诊断和治疗过程中，我们要多方位、多层次地了解患者的病情，深入探索患者的体质、病因和病机，找到最适合他们的治疗方法。通过个体化的诊断和治疗，可以最大程度地提高治疗效果，避免不必要的副作用，真正实现以人为本的治疗理念。

再次，中医学法用法强调辨证施治。中医学强调辨证施治的原因在于认识到疾病是多因素、多层次的，不同的疾病有着不同的发病机制和表现形式。辨证施治要求我们综合运用望、闻、问、切等四诊方法，通过观察不同的身体表现、听取患者的主观感受、询问疾病的发展过程，最终找到疾病

的根本病机，从而实现精准施治。在实践中，我通过多次辨证施治，发现了不少隐藏的症状和病因，极大地提高了治疗的准确性和针对性。

最后，中医药学法用法讲究平衡和调节。中医药学强调人与自然的和谐，讲究阴阳平衡、气血调和。治疗过程中，我们除了要对病情进行全面地观察和分析外，还要注意患者的心理疏导和生活调整，使其心理和生理达到平衡。比如在治疗高血压时，不仅要调整药方，还要引导患者改变不良的生活习惯和饮食结构，让患者在治疗的同时，通过调整生活方式来达到更好的效果。

综上所述，中医药学法用法是中医药学的核心要素之一，具有世界独特的思维方式和治疗方法。在实践中，我们要深入理解和运用中医药学法用法，通过个体化治疗、辨证施治和平衡调节，实现疾病的根本性治疗，提高患者的康复率，最终达到中医药学的宗旨，即防病于未然，治病于既病。

### 学中医心理学的感受篇三

在探索对待疾病的方法和药物时，中医药学法一直被视为一种有效的疗法。经过多年的实践，我深深认识到中医药学法在治疗疾病方面的独特优势。以下是我在实践中对中医药学法用法的一些心得体会。

首先，中医药学法注重治标和治本。中医药学法的特点之一是将身体视为一个整体。它着眼于人体内部的平衡，旨在恢复和维持身体的正常功能。与西方药物通常仅针对特定症状不同，中医药学法更关注疾病的根源。通过调整身体的阴阳平衡和气血流动，可以治愈疾病并预防其再次发作。

其次，中医药学法强调个性化治疗。每个人的体质不同，因此对待疾病的方法和药物也应因人而异。中医药学法主张了解患者的整体状况，包括体质、性别、年龄和生活方式等因

素。基于这些信息，医生能够制定出更具针对性的治疗方案。这种个性化的治疗方法有助于增强治疗效果，并减少不必要的副作用。

第三，中医药学法在预防疾病方面有独到之处。传统的中医药学法不仅仅是为了治疗疾病，还可以用来提高身体的免疫力和抵抗力。中医药学法强调预防疾病的重要性，尤其是针对那些容易受到外界环境和行为习惯影响的人群。通过均衡饮食、适度运动、保持良好的精神状态等方法，我们可以在患病之前就采取预防措施。

第四，中医药学法强调人与自然的和谐共生。中医药学法认为人体与自然界的各种因素相互依存。中医药学法提倡与自然保持和谐的关系，认为通过与自然界联系，我们可以获得健康和平衡的生活。这种观念与西方药物侧重于化学药物的治疗方法形成鲜明对比，也成为中医药学法优势的一部分。

第五，中医药学法需要更广泛的推广。尽管中医药学法已经赢得了世界各地的关注和认可，但还有很多人对其知之甚少。为了充分发挥中医药学法的优势，我们应该加大对中医药学法的宣传和推广力度。尤其是在面对一些慢性疾病和疑难杂症时，中医药学法在提供有效治疗方案方面有着巨大潜力。

总的来说，中医药学法在疾病治疗方面有其独特的优势。它注重治标和治本，强调个性化治疗，重视预防疾病，并强调人与自然的和谐共生。推广中医药学法不仅有助于提高人们的身体健康，还有助于保持社会的整体健康。

## 学中医心理学的感受篇四

尊敬的医院领导：

您好！首先，真诚感谢您在百忙之中亲阅我的求职资料，当您留意这份简历的时候，也许您已经为一名对未来充满无限憧

憬的医学生，翻开了人生新的篇章。

我是湖北中医药高等专科学校临床医学专业的一名应届毕业生，我的名字叫x□我来自于湖北省x的一个小乡村，农村生活铸就了我淳朴、诚实、善良的性格，培养了我不怕困难，不懈追求的奋斗精神。也让我更加珍惜来之不易的学习机会，一直严格要求自己。我的人生格言是“只有相信自己，才能超越自己”，所以我喜欢不断的奋斗和挑战自己，因为最强的对手就是自己。

步入医学事业，成为一名合格的医生，解除广大人民疾病痛苦一直是我的最高理想。鉴于我有着扎实医学基础知识、熟练的操作技术、良好的沟通能力及较强的自学提高能力，我有信心能够很快胜任临床相关工作。因此，特向贵医院毛遂自荐。

“健康所系、性命相托。当我步入神圣医学学府的时刻，谨庄严宣誓：我志愿献身医学，热爱祖国，忠于人民，恪守医德，尊师守纪，刻苦钻研，孜孜不倦，精益求精，全面发展。我决心竭尽全力除人类之病痛，助健康之完美，维护医术的圣洁和荣誉。救死扶伤，不辞艰辛，执着追求，为社会医药卫生事业的发展和人类身心健康奋斗终身！”当初的誓言仍然响彻耳畔，时刻鞭策着我在医学的道路上不断前行，不容许我有半点的马虎和懈怠。三年的临床理论学习形成了我严谨的学习态度、严密的思维方式，培养了良好的学习习惯，使我具备了扎实的专业基础知识，系统地掌握了医学专业课程。

同时，在不满足于学好理论课的同时也注重于对各种相关医学知识的学习。一年的临床见习及实习经历更提高了我分析解决问题的能力，在见习及实习过程中医院给我提供了许多动手实践机会，使我学会了如何将理论与实践相结合以及如何在工作中不断学习、进步，并使我有了一定临床经验的积累。这些都将成为我今后工作生活中的’一笔不小的财富。

在认真学习专业知识的同时，我也注重自身品德和素质的提高。我在思想上积极要求进步，性格乐观，不畏艰辛，有信心、有责任感。在能力培养上，积极参加院系组织的各项活动，使我培养了强烈的集体荣誉感及团队合作精神。同时，我积极投身社会实践，锻炼了我的自学能力、与人沟通能力和亲和力，我相信这些都为我今后更好的为人处事，处理日常生活中遇到的各类问题奠定了基础。

水流湍急，人才济济。古有毛遂自荐，今有伯乐点将，愿借您的伯乐慧眼，开始我的千里之行。愿贵医院给我一次尝试的机会，施展自己的才能，我将以实际行动和一颗热爱医学事业的心来证明自己的能力。

最后再次感谢您的阅读，也祝贵院事业蒸蒸日上。

此致

敬礼

自荐人：

20xx年x月x日

## 学中医心理学的感受篇五

尊敬的领导：

您好！

首先衷心感谢您在百忙之中审阅我的自荐信，为一位满腔热情的大学生开启了一扇希望之门。

我是南京中医药大学中医学(中西医结合)专业的一名学生，即将面临毕业就业. 面对人生新的选择，我满怀憧憬和期待。

四年的大学学习，在师友严格教益及个人的努力下，我具备了丰富的专业知识，系统掌握中医学、中药学相关西医类基本理论和实验研究技能；具备较好的英语听、说、读、写、译等能力；能熟练操作计算机办公软件。从大一开始，我就特别注重在认真学习好专业课的同时，努力培养素质和提高能力，充分利用课余时间，拓宽知识视野，完善知识结构。我坚信在竞争日益激烈的今天，只有多层次，全方位发展，并熟练掌握专业知识的人才，才符合社会发展的需要和用人单位的需求，才能立于不败之地。

我是一名普通的大学生，但不甘于平庸，我乐观、自信、上进心强，爱好广泛，能够很好地处理人际关系，有协调沟通方面的特长，并且有很强的责任心与使命感。在这新的起点，我将以新的面貌新的姿态创造新的成绩。愿贵单位给我一次尝试工作的机会，施展自己潜能的空间，我会尽心尽责，尽我所能，为贵单位贡献自己的一份力量。

春华秋实，寒窗十年，我相信，我定能胜任贵单位的工作，做一名合格的中医师。相信你的信任和我的能力必定会为我们带来共同的成功。

祝贵单位事业蒸蒸日上x屡创佳绩！

此致

敬礼！