

美丽心灵读后感(模板8篇)

当品味完一部作品后，一定对生活有了新的感悟和看法吧，让我们好好写份读后感，把你的收获感想写下来吧。那么你会写读后感吗？知道读后感怎么写才比较好吗？下面我给大家整理了一些优秀的读后感范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

美丽心灵读后感篇一

读《心灵驿站》有感1

在日常生活中，回顾走过的岁月，我们都有所得，也有所失；无论干什么，我们都希望自己能够成功，都试图尽量避免失败。于是在7月上旬我读了《心灵驿站》一书，让我受益匪浅。

这本书写了许多生动有趣的故事再加上篇末画龙点睛般的“人生感悟”，让我在轻松的氛围中得到启迪。其中有许多板块，我最喜欢的还“争分夺秒惜时间”一栏，其中有这么一个故事：

“疯狂英语”的创始人李阳先生，在中学时成绩并不十分理想，在高三是几欲退学，在大学时还多次补考英语。为了改变窘境，他开始利用零碎的时间来背句子。他喜欢堵车，因为一堵车他就有时间背句子；他喜欢排队，一排队他就背句子，“队再长我都没感觉，好像一会儿就到我了”。于是他有了很大的进步，在英语四级考试中得了第二名。

我们总是认为自己很忙而没有零碎的时间，其实正是忙碌的人才大量的零碎时间，高效利用这零碎时间的人，他本身也是高效的。而无所事事的人根本没有零碎时间，因为他们是低能的人。

我们总是叹息时间太少，而“新来的时间又在叹息间闪过了”，时间对于每个人都是公平的，只有充分利用时间的人

才不会觉得时间太少。“浪费别人的时间等于谋财害命，浪费自己的时间等于慢性自杀”（鲁迅）。

在未来的人生旅程中，怎么才能做到多一些得，少一些失，多一些成，少一些败？珍惜时间，利用时间就行。不仅如此，还能“让有限的生命发挥出无限的价值”。

读《心灵驿站》有感2

在日常生活中，回顾走过的岁月，我们都有所得，也有所失；无论干什么，我们都希望自己能够成功，都试图尽量避免失败。于是在7月上旬我的了《心灵驿站》一书，让我受益匪浅。

这本书写了许多生动有趣的故事再加上篇末画龙点睛般的“人生感悟”，让我在轻松的氛围中得到启迪。其中有许多板块，我最喜欢的还“争分夺秒惜时间”一栏，其中有这么一个故事：

读《心灵驿站》有感3

人生——一本无字的书，但却满是智慧。人生是一片无际的汪洋，这是它的智慧——宽容；人生是桃李甘泉，这是他的智慧——感恩；人生是一条蜿蜒的小路，这是他的智慧——淡薄。人生是什么？是海纳百川的宽容，是知恩以报的感激，是心如止水的淡泊。有道是“一花一世界，一沙一天堂”，一个故事，一份收获；每个感悟，终生受益！看过《感悟人生》的简介，从翻开这本书的扉页开始阅读，到合上书的那一刻，我始终以自己最大的热情、以自己的心灵去汲取书中的每一滴甘露。

一本好书就像一盏明灯照亮我们前进的道路，给我们诸多启示。《感悟人生》就是这样一部励志佳作，它收藏了三百则经典小故事，这些广为流传的小故事，影响和改变了无数人的观念，洗涤和陶冶了无数人的心灵。内容涉及成败、得失、心态、品质等方面，无论什么时候读起来，都会使人有所感，

有所悟，有所得，是指导我们正确对待工作和学习的一位良师益友。读完《感悟人生》后感觉受益匪浅，仿佛又一条小溪汇入我知识的海洋。

物欲，压死骆驼的最后一根稻草。包袱，吞噬快乐的人生黑洞。挫折，通往成功彼岸的前奏曲。“移山”，适应环境比愚公的行为更值得称赞。细节，一个决定成败的黄金分割点。机遇，改变命运的金刚钻。舍得，得从舍中来。乐观，让心灵快乐地跳舞。宽容，收获完美人生的不二法门。成功，还是靠自己。有爱，人生如此绚丽多姿。活着，就是最大的幸福。这是十二个标题，是对这些小故事的解释，我个人很喜欢这些小标题，他写的如此之通俗易懂，教会你怎样把握好自己的人生。

一个黑人小孩在他父亲的葡萄酒厂看守橡木桶。每天早上，他用抹布将一个个木桶擦拭干净，然后一排排整齐地摆放好。令他生气的是：往往一夜之间，风就把他排列整齐的木桶吹得东倒西歪。小男孩很委屈地哭了。父亲摸着男孩的头说：“孩子，别伤心，我们可以想办法去征服风。”于是小男孩擦下了眼泪坐在木桶边想啊想啊，想了半天终于想出了一个办法，他去井上挑来一桶一桶的清水，然后把它们倒进那些空空的橡木桶里，然后他就忐忑不安地回家睡觉了。

我能行，谁拥有了自信谁就成功了一半，另一半成功是靠我们的努力行动得来的。

在美国经济萧条时期，人们要找一份工作是很困难的。阿西亚好不容易进了一家销售公司，但公司规定推销员要在的和諧音符。当我们的微笑给一路远行的人们带去阳光，驱散陌生人脸上的愁云时，我们便在这平凡的日子里有了不寻常的意义和收获。

莎士比亚有这样一句话：“善于领悟人生的人，懂得如何思考和行动，能够从碎屑的事物中发现闪光的契机。”人生是

一本大书，需要用一生的时间认真研读，用心领悟，才能使得心态平和，坦然自在，安然幸福。我将把从《感悟人生》这本书上学习到的知识，更好地运用到工作当中去，让我的每一项工作都能顺利完成。我们需要细细品味人生，我们需要梦想成真，这是我们的期待。

美丽心灵读后感篇二

说到李镇西，可以说我是他的潜在的粉丝。为什么说潜在？因为笔者从不去标榜谁，只要思维、做法合理，我谁都会听。为什么说粉丝？因为笔者很多年前都看了李镇西的多本著作与听过他的讲座。

李镇西，是当代著名的教育家。他认识人的第一句话就是“因为我的存在而让你幸福”，他注重实实在在的爱，是真爱，而不是面子工程的假爱。

他对青少年的早恋问题，是用思维引领孩子正确的恋爱观，而不是生搬硬套去“棒打鸳鸯”。作为成年人的我们，要正确看待未成年人的爱慕心理，“人对异性的兴趣”其实是正常的心理现象。

所以，李镇西遇到中学生的恋爱现象，不是不管，而是巧管。什么叫做巧管？就是不伤害学生的自尊，尽量不要把孩子的“错误”公之于众，是与孩子分析当前的奋斗与未来的目标，不要在“青春的时间”做不奋斗的事情，不要让时间错了位。

所以，李镇西遇到学生恋爱，如遇到学生的亲吻，他不是呵斥，而是故意把手中的教学资料轻轻地掉到地上，转移孩子的注意力，然后再过后用其他的教育方式，给孩子进行生涯规划，思想通了万事通，意识好了万事才好奋斗。

李镇西《用心灵赢取心灵》还有一个沟通的艺术，就是书面

形式的沟通。与新班级的新同学好，还是自己女儿的教育，经常用书信的形式沟通。新同学“未见其人，先感其心”，用爱的魅力自始至终开展爱的教育，爱的效果发挥到最好。

其实，本人现在也每天坚持写作，确实写作可以把自己平常的言行举止修补，可以让日常生活表达不到的东西，用文字的凝炼可以传达自己真正的意思。教儿育女，与人沟通，总会有思想的碰撞与矛盾的火花，但文字可以让自己让他人静下心来去融合。

如果写作有什么好处？我觉得我的思想家人理解了，或者一些身边愿意读自己文章的同事与朋友理解了，理解我做人做事是属于什么方式，背后的心里声音是什么。

我觉得我很多年前已经在关注着李镇西的教育灵魂，但真实的自己，还是愧对“镇西教育思想”。爱无边，更要包容去爱。

真正爱一个人，不在乎天天祝福他，而在于不断包容他。因为包容，所以鼓励才有更深的价值。包容一切大于所有的礼仪，这就是真爱。

爱不在形式，爱不在口头，而是用爱心赢取爱心！

美丽心灵读后感篇三

期待中愉快的寒假终于就要来到了，假期中我有幸借到了李镇西的演讲录——《用心灵赢得心灵》。拿到了这本书，当时有一种心动的感觉，源于李镇西老师封面的特写：微笑、平和、睿智、真诚、幸福似乎全都写在了他的脸上。在接下来的很长一段时间里，每当闲暇时间，我便会翻开书细细地品读。清新自然的文风，朴实真挚的感情，行云流水般的语言，让我一页接着一页地读，不忍释卷！

终于，在期待中，在思索中，在快乐中我读完了此书。全书共分7个部分，也就是7场不同内容的专题讲座。通过李老师从7个方面的娓娓道来，使我深深地感受到了书中散发出的浓浓的“真”、“善”、“美”。想想我应该从中学到些什么呢？让我感受最深的有以下三点：

一个优秀的班主任，至少应该具备童心、爱心、责任心。童心就是要和学生有一种共同的爱好，而且班主任应该善于站在学生的角度看待这个世界。要学会用儿童的眼睛去观察，用儿童的耳朵去倾听，用儿童的大脑去思考，用儿童的情感区热爱。除了爱心和童心之外，还应该有责任心。在我们实际教学生活中，责任心是每个班主任所必备的。爱心就表现在日常生活的一点一滴中，因为儿子和我的学生同样大，所以我更能理解他们为什么会上课了还在教室门外玩耍，生病了会告诉老师，因为在学校老师成了他最信任的人，在有困难的时候，他会第一个想起老师。此时，作为班主任的我们就应该像对待自己的孩子一样去关心自己的学生。我想也许以前我们做的不好，带我们至少可从今天开始努力做到最好！李镇西还说，班主任应该是一名专家。班主任除了上好一门课之外，还应该在课余的某些方面有着较深的学术造诣或爱好。这样会让您的学生更喜欢您、尊敬、宽容。

李镇西，这是一个不断在学习、在求索的思想者。他学苏霍姆林斯基，学陶行知，成为名师后他毅然去攻读博士……他不断地实践，不断地阅读，不断地思考，不断地写作……于是他就由一位年轻的、不太懂教育的教师，成为现在人们眼中的“教育专家”。现在的他是忙碌的，可即便如此，他也没有停下过学习的脚步。飞机上有他阅读的身影，夜深人静时，有他伏案而作的情景……书中，他曾多次说到：“回到房间，我赶快写下来。”这一句平淡的话无数次地让我想到了自己。我的身边不也是天天都有有价值的事吗？我不是也曾激动地写下过教学教育生活中的点点滴滴吗？但我始终不能像李老师一样“马上拿起笔，写下自己的感触”。班主任虽然很辛苦，但必不可少的两个东西就是——阅读和写作。

李镇西说，无论多忙，都会花时间去读书，去写作。可以随时记下自己的一次家访，一次活动，一次谈心。日积月累，都可能成为一笔财富，可以提炼出一些教育思想和教育观点。作为一名语文老师，更应该做到用一双“文学的耳朵”随时倾听“花开的声音”，并把这种世界上最美的声音用文字表达出来。

这是李镇西老师追求的课堂教学境界。所谓“举重若轻”指的是教师内在的功底以及对教材的一种处理。教师不仅有丰富的文化内涵和文化储备，还要尽可能的尊重学生的认知水平和能力的基础上，将课文的深刻思想内容和学生的生活打通，让他们轻松学语文。

所谓的“行云流水”，指的是驾驭课堂教学环节流程、节奏等等的艺术。语文课有多种上法，不能定于一尊，要追求一种自然洒脱与随意。像国画一样，可以工笔细描，也可以泼墨写意，不管运用别哪种方法，都要能把教的思路和学生学的思路融为一体，让教师和学生不知不觉地走进对方的心灵，同时走进课文深处。

聆听着李镇西老师的每一个故事、每一种教育思想，都能让我们不停地思考。教师不仅仅是知识的传播者，更应该是学生们亲近信赖的朋友，我们的一言一行、一举一动都会在学生心中产生深远的影响。和学生的每一次接触，每一句话语，每一个眼神都能缩短彼此之间的距离。正如李镇西老师说的那样，“以心灵赢得心灵”，用真心和学生交往，才能真正成为他们的朋友；只有放弃“权威”，走近学生，彼此的心才能贴得更近。

最后我想借用李老师的话结束本文：生活也许较清贫，事业永远不会暗淡。理想也许还遥远，追求永远不会有遗憾！

美丽心灵读后感篇四

读完了“用心灵赢得心灵”这篇文章，使我的心灵颇为震撼。李镇西老师的爱是那样的博大，那样的无私，我深深地被他的人格魅力所折服。他那字里行间充满的都是对学生的爱，是对教育的深入的思考，是不断完善自我的学习。

李老师主张“用心灵赢得心灵”，爱学生，就必须善于走进学生的情感世界。而要走进学生的情感世界，就必须首先把自己当朋友作学生的朋友，去感受他们的喜怒哀乐。确实，只有拥有一颗学生一样的童心才能与学生走得更近，才能走进学生内心深处，使教育活动以最小成本取得最大利益。其实，拥有童心并不是要求你一定要跟他们一起玩耍，而是只要你不要总以大人的眼光、心理去看待他们的言行、思想就行了。

从教学过程中，我也发现：拥有一颗爱心，真心付出，孩子们也同样对你真心喜欢。爱心还表现于对孩子的赞美与宽容，尊重孩子的成功，哪怕只有一点点的成绩，不要吝啬赞美，你会发现他们甜甜的微笑让人陶醉，这种无名的爱融入彼此，也教育了他们要继续努力争取更好的成绩；犯了过错，要细心教导，让他们感受老师是因为爱他们才教导他们的，这种爱不需要言语来表达，他们也能感受到老师的一颗爱心，于是乎，他们就会注意下次类似的错误。因为有了爱心，让孩子努力争取，改错，会发现，这样的教育更有意义，也让人更容易接受！当孩子悲观的时候，告诉他：你已经开始走向成功了；当孩子失败的时候，告诉他：一切都可以重来；当孩子怨恨时，告诉他：每个人都会出错的，宽容一些，对大家都有好处。也就是说，我们不仅需要有一颗爱人的心，更要的是一颗智慧的爱！

人心换人心，不管是在成人之间，小朋友之间，老师和学生之间更是如此。人心是肉长的，只要人与人之间互相沟通，互相体谅，我们的世界将变成美好的明天，如果我们老师与

学生之间能够心与心的交流，那种猫捉老鼠的游戏将不复存在，学生体谅老师的辛苦劳动，在思想上仰慕、敬佩老师，学生就有一种学习的动力，他将刻苦的学习，拿出好的成绩，好的表现来回报老师，这就是心与心的交融。

我踏上工作岗位至今已经快二十年了，对此感触特深，家庭关系，社会关系，师生关系，每天都围绕着我们。这些关系处理的好，对自己的教学工作，对自己的精神生活也是一种促进。人的情绪影响着工作的激情。对学生的看法同时也影响着自己的工作质量。一个老师一天到晚阴沉着脸，学生会有什么心情愉快的投入到学习中，一个老师整天数落学生的不是，学生有心情学习吗？诚然，我们教师每天也受情绪的影响，老师也是圣人，不是没有情绪的，只是我们要善于克制自己的情绪，什么时候不能外露。发脾气不是事，学生莫看他们岁数小，他们已经有一定的思想，不敢当着老师发表自己的观点，但是他们小朋友之间却善于发泄自己，吐露自己的心声。

我们老师，特别是班主任，有时我们看到的只是表面，学生的心灵深处，并不完全了解，有的在校很优秀的学生，在家却是很任性，不管家长有能力还是没能力，他们才不管，不理解家长的良苦用心，花钱大手大脚，根本不知道家长挣钱的辛苦，只要没钱用了，大人不给，就在地下打滚，这就是家庭教育的失败。家长不善于进行养成教育，那老师在校不但是负责教好学生文化科学知识，更要注重思想品德教育，这对学生的未来起着决定性作用，那种只会死读书的，不会适应新时代的要求，所以不管是班主任，还是一个普通老师都要和学生交流，走进他们的所想所思，获得他们的信任，这样，才有利于开展教学工作。

正如李老师所讲：“我们要用儿童的眼睛去观察，用儿童的耳朵去倾听，用儿童的兴趣去探寻，用儿童的情感去热爱”。这样和学生建立新型的师生关系，才谈得上平等，谈得上朋友般的关系。我们要尊重学生，对学生严格要求，并不是一

味的体罚训斥学生，体罚学生我们在无意中剥夺了孩子的权利。特别是有的老师爱拖堂，看似是爱学生的表现，实际上剥夺了学生10分钟的休息权利。作业做不好，罚学生写10遍，20遍……实际上学生是特别讨厌的，况且学生也不见得理解了该题，记住了准确答案。所以我们爱学生的同时，又伤害着学生。

所以，教师在给学生爱时，要思考我们是否尊重了学生，对学生的身心是否有伤害，作为教育工作者我们要冥思苦想对学生最有益的学习方法来教育他们，让他们健康的成长。

这篇文章所带给我不仅是感动，更是震撼。有幸的是我还有漫长的教育旅程可供我去实践、思考、探索。我会反观自己与李镇西老师之间的差距，走出浅薄，走出自满，走近学生，走进教育。我也会永远记住要用热心、童心、爱心、耐心去做好教育。

美丽心灵读后感篇五

为了能将《人生漫游》课题的内容更贴近学生的发展，我选读了李镇西先生的一本书《用心灵赢得心灵》。

因为书名就很吸引我，《人生漫游》正是从启发心灵的视角引导学生更深层次地思考自己、思考人生，寻找解决人生困惑、缓解心理压力的方法，为塑造优良品性，开创阳光人生奠定良好的基础。《用心灵赢得心灵》这本书中提到了要重点培养学生的一些品质，这些可以作为《人生漫游》一些专题如：做人第一，善良最美；坚韧品格的培养；这本书还非常提倡在教育中体现民主教育，民主教育的核心是尊重。尊重学生的人格，尊重学生的情感，尊重学生的思想，尊重学生的个性，尊重学习的差异，尊重学生的人权，尊重学生的创造能力。

因此读了这本书引发了我思考在以后的《人生漫游》课题研

究中体现民主教育的内涵，潜移默化地塑造健康心灵。

美丽心灵读后感篇六

今晚无意间看到《心灵鸡汤》的一篇感人的文章，在这说说。不到之处请谅解。

主人公名叫小池，和女主人公小琴是同班同学。男主人公是个很爱很爱小琴的人，但是由于种种原因无法兑现对小琴的爱，只能默默的努力着。但是小琴留在南阳长达七年之久，早已忘记了其他人，但是一直把小池当作在国内最要好的朋友。七年时间过得很快，一眨眼她回来了，但是感觉她变了，可能是外面的世界让她历练了不少。而小池还是那么不会说话。小池对于小琴的爱没有改变过，只是不知道怎么去表达。

岁月不饶人，随着时间的变迁，小池从事了一个非常失去自由的工作，为的就是让以后小琴有一个好的生活环境。即使小琴多次叫他去玩，他都说没空，为的就是好好努力，不放弃一点学习的机会。但是往往不让人理解。

后面结论请看客发挥想象说说或者总结一下小池的傻样。

美丽心灵读后感篇七

前几天，我读了《心灵鸡汤》这本书，读完后感受颇深，这本书的三百多个故事，每一个都蕴含了深刻的道理，它让我学会去疼爱他人，充满信心的去迎接生活的挑战，在我面临和失意时，它会使我得到和慰藉，在我面临时，它又会让我对未来充满希望，它将成为我一生中永远的良师益友。

“我们过着尘埃喧嚣的生活，心灵太多的负累，渴望夜晚的明灯照耀在这温暖的书页上，让我们沉醉于每个故事中，一点一滴的感动”这是《心灵鸡汤》封面上的一段话就如同一弯清泉干涸的清泉，流入人的内心深处，让我们能够清明透

彻的去感受我们身边的一切。

一个人的世界，总是从内心深处开始的，每一个人，从懵懂的少年步入花样青春，都会对这个世界感到新奇又兴奋，同时又充满困惑或而成长就是一扇打开心扉，面向新世界的门，打开这扇门的就是心灵智慧心灵鸡汤给了我感受，心动、沉思心灵智慧，它告诉我：爱是温暖心灵的阳光，从伟大无私的亲情，到心心相惜的友情，再到陌生人之间的帮助，爱就像太阳一样，温暖照耀着每一个熟悉和陌生，柔弱或稚嫩或沧桑的心动，让那心灵的世界，不再受到黑暗的沾污。

好的心态是快乐的密码，品德决定我能走多远，智慧铺平人生道路，有才有未来……

在读完了这本书之后我会不自觉的想要将它介绍给别人，和她们一起分享这份温馨，这份甜美，这份天使不经意间掉落在人间的礼物，没有惊天动地的不切实际，没有令所有人都倒胃口的谆谆教条，有的只是平凡的人在平凡的事情中找到不平凡的生活真谛，他们将我们日常生活中的琐碎唤醒，引导我们以一种全新独特的眼光从新看待身边的人事物：它们好无遗漏的剖析自己，和我们共同去挖掘生活中内心处所隐藏的真爱美，使我们明白什么才是中最重要的。

《心灵鸡汤》就是这样一本让人回味无穷的好书。

美丽心灵读后感篇八

一. 心理咨询室建设背景

1. 从青少年自身角度看建设心理咨询室的必要性。据一项调查统计，精神疾病在我国疾病总负担中已排名首位，约占20%，而受到情绪障碍和行为问题困扰的17岁以下青少年约有3000万人。大板四中的学生年龄分布多在12岁——16岁之间，正处于青春期时期，在这一阶段，青少年开始逐步用批判的视

野角度来观察、评论周围事物，并有其独特见解，喜欢质疑乃至争论。这写表明青少年会开始思考人生以及世界，在内心提出许多有关“人生意义”、“人生目的”、“人生理想”等这一类问题。由于这些问题的解决是个人内心充满矛盾的过程，所以他们常常会为此感到不安、沮丧、迷茫与苦恼，这时候青少年心理咨询就可以给青少年在心理上最大的帮助。然而，由于我国公众对心理、精神卫生问题的了解和认识程度偏低，许多隐患不能及早发现治疗，心理问题不能得到正确对待和解决，导致了許多不必要的困难以至悲剧发生。从这一角度讲，我们有必要对学生的心理状况进行重视。

2. 四中心理咨询室建设历史。

四中心理咨询室名为“心灵驿站”，成立于2012年，自成立以来，受到了学校领导的高度重视，同时也吸引了优秀老师的积极参与，为2013-2014心理咨询室的建设奠定了良好的基础。“心灵驿站”具体办公地点位于大板四中综合楼二楼，占地面积15平方米。目前，“心灵驿站”属于政教处主管，

二. 学校心理咨询室建设工作指导思想。

以教育部下发的《关于加强中小学心理健康教育的若干意见》及《中小学生心理健康教育指导纲要》为指导，根据中学生生理、心理发展特点和规律，运用心理健康教育的理论和方法，培养中学生良好的心理素质，促进他们身心全面和谐发展。

三. 心理咨询室建设目标。

四. 心理咨询室建设具体实施方案。

（一）室内设计

计划将心理咨询室设计为两个区域：接待区和咨询区。

1. 接待区。

接待区位于心理咨询室外紧临部分，放置暖色调的沙发以及盆景，便于使等待的同学在室外等待、填写相关表格。同时在接待区的墙壁上安置“知心姐姐信箱”便于学生将自己的心理问题以书面问题呈现。“知心姐姐信箱”钥匙由心理咨询室负责人保管，并定期打开收件。信箱旁边放置一本心理咨询预约登记表（后附），学生可以自行预约，将预约单放置于信箱即可。另外，在接待区放置几本与健康心态有关的读物。

2. 咨询区。

咨询区的设计以安全、温馨的氛围为主，力图让前来咨询的学生感到舒适、有自己的隐私感存在。这样有助于学生的心态调试以及隐私保护。

在有条件的基础上多放置鲜花，墙壁颜色最好以米黄或天蓝色为主（如果条件有限也可以装饰画代替），其次要遮光，安装浅色的窗帘，如单色的碎花等花色。

（二）心理咨询师工作内容

1. 工作原则：

认真、负责、热心、保密、耐心、主动地对待每一位前来咨询的学生。

（3）对不同问题的青少年的心理状况做出分析与诊断，制定辅导计划与方案。

3. 工作相关表格

（1）心理咨询记录表（后附）

对每次前来咨询的同学认真进行记录，此表格是心理咨询工作记录的主要依据。

（2）心理咨询追踪记录

这一部分针对的是长期前来进行心理咨询、心理问题较严重的同学，对其的每次心理咨询都要进行记录，并将其的心得体会以及心理咨询师的建议总结建立成册，以便检验心理咨询成果，便于追踪学生心情变化。

（三）心理咨询的运转形式。

前来进行心理咨询的有两类同学，一类是自愿进行心理咨询，一类是由班主任派往咨询，第一种情形下遵循保密原则，原则上不对学生所在班级透露信息，针对第二种情形，心理咨询室应当与班主任密切联系，随时关注学生的行为表现、思想动态，以帮助其规范行为，努力向上。针对不同学生的特性不同，心理咨询形式有以下几种：

1. 个别面对面咨询。

学生需要提前进行预约登记，然后前往学校心理咨询室与心理咨询师面对面交流。

2. 电话咨询

心理咨询室安装心理咨询热线，学生可以在工作期间打电话进行咨询。

3. 网络、书信咨询

心理咨询师公布自己的网络联系方式，比如qq号码，便于同学匿名进行咨询。“知心姐姐信箱”用于学生以书信的形式表达自己的心情。

四中心理咨询室

2013年9月