

心理咨询师培训学习总结范文

篇1：心理咨询师培训学习总结范文

一、书读熟、题做烂

书读透，理解、融会贯通。技能操作知识要和基础知识相结合，不可教条，不可死读书本。必须挤一切时间学习，不可有侥幸心理。一分心血，一分汗水，一分成绩。

二、以教程为根本，至少复习两遍，系统复习一遍，在理解的基础上记忆。

再概括地复习一遍，条目记忆为主。如时间充分，考前最好有重点地浏览一遍，强化记忆。调整心态，自我减压，自我安慰，既然已经如此，复习啥样算啥样，这次不行，下次再考。如何系统复习？编制具体内容理解提纲和记忆提纲，按章节循环复习。

三、平时学习就要细致扎实。

考前复习要客观冷静。首先，在脑海中形成心理学的整体框架。其次，对每科知识都在脑中形成清晰的脉络。学习中分清主次，对易混淆的内容进行归纳对比分类。

综合建议：

1.学习：在学习过程中，可推广学习小组的形式，建议2个或多个学员即可。在相互督促的同时，按照遗忘曲线的规律，将培训教程条理化系统理解，增强记忆广度。

2.复习：在第一遍系统记忆的基础上，进行多遍浏览，巩固学习效果。

3.考试：单选涉及知识掌握扎实，按照第一感觉，达到一搭眼就能弄准，做到选出即涂卡；多选达到知识的再认，按照第一感觉，选出即涂卡。

篇2：心理咨询师培训学习总结范文

今年暑期，在上级领导和学校领导的安排下，我参加了武汉大学心理咨询师培训。很高兴，我能参加武汉大学心理咨询师培训，和专家教授们零距离的交流，收获不少，真的！令我欣喜若狂！会上聘请了国内知名的心理咨询师专家4名，专家从不同侧面，不同领域，结合教师自身，恰如其分的为我们分析人的心理认识及对人生的嬗变规划。会后感受颇多，特总结如下：

1、“丰富理论，提升经验，选择行动”，作为本次活动的宗旨。

武汉市教育局主持会议，基教科强科长最后做出要求，要求大家珍惜本次学习机会，多听，多问，多交流，把好的经验带回去，起到传送带的作用。从这些不难看出，市局非常重视本次会议，也挖空心思，想学校之所想，科学治校，学生健康学习，培养好种子教师，

点燃教育心理机制，带动广大教职工提高认识，统一思想，空前绝后，意义重大。

2、学习内容理论层次高，深入浅出，贴近实际。

要先了解学生心理疾病，教师首先学习高层次的理论，化理论为经验，实施心理帮助，为求助者提供合理心理协助，制定一套适合求助者的解决路径，使求助者真正内心解扣，行为有节，生活愉快。

3、“讨论沙龙”是本次研讨会的一大亮点。

13日晚和14日下午我们交流小组进行了组内学习交流，各抒己见，案例分析，反复推敲案例中每一个心理问题产生的根本原因，发展趋势，解决途径。最后，有专家面对面的解决老师们的疑惑，使我们大开眼界，升华了自己的理论知识，同时为今后参与这一新型课程打下良好的基础。大家一致表示，不枉此行，感受终生。

4、每时每刻，学习是永不变的真理。

任何职业的成功，都有为人不知的艰难。通过专家介绍国内外的成功人士的案例，心感自己的渺小，认识浮浅。所以，我将把研讨会的精神深入领会，反思自己，帮助身边的同事、学生解决各方面的心理问题，真正把大会精神落实到实处。

怀着几分生活的倦怠，敞开微微干涩的心灵，吸吮着盼望已久的甘甜，让他，美美的滋润着我的心田。

精彩的案例，精到的点评，幽默睿智的语言，让我沉醉于其中。我唯恐听掉一句话，奋力的拿着笔头，不停的做着笔记，但我手中的烂笔头，哪里赶得上教授们的妙语连珠!

“心理素质是一切素质的核心的归宿。”

总之，我们年轻一代将不会辜负上级领导的信任和关怀，从点滴开始，开阔思维，永不放弃，为我市心理咨询工作当好排头兵，做好种子教师的榜样，培养更多的心理健康接班人。

篇3：心理咨询师培训学习总结范文

xx年xx月xx日至xx月xx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学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，这对辅导员的思想心理辅导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，就像是个独行侠。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。