# 最新心理咨询师培训心得体会(模板8篇)

来源：网络 作者：烟雨蒙蒙 更新时间：2024-02-15

*在平日里，心中难免会有一些新的想法，往往会写一篇心得体会，从而不断地丰富我们的思想。大家想知道怎么样才能写得一篇好的心得体会吗？下面是小编帮大家整理的心得体会范文大全，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。心理咨询师培训心得体会篇一5...*

在平日里，心中难免会有一些新的想法，往往会写一篇心得体会，从而不断地丰富我们的思想。大家想知道怎么样才能写得一篇好的心得体会吗？下面是小编帮大家整理的心得体会范文大全，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

**心理咨询师培训心得体会篇一**

5月14日—16日我全程听了岳晓东教授的课，三天的学习生活充实，心情愉快，感悟很多。总之，讲的太好了，深入浅出，紧扣主题，围绕“怎样做一位训练有素的心理咨询师”展开了分析，有理论也有实践，有实例也有经验，这是我人生中听的最好的一堂课，今生难忘。我发自内心的喜欢这个职业，很高兴能听到这么精美的课，更高兴我没有失去这次听课的机会。这也许是因为自己成长了吧!我去的对，去的值，去的有意义，收获太大了。让我懂得了在咨询中如何与求助者同感共情，如何运用催眠疗法去解决求助者的痛苦与无奈，拓宽了我的视野，改变了我的认知，知道在今后的道路上如何去成长，如何去自我完善。感受到了前所未有的知识沟通和交流的重要性。

岳教授那渊博的知识、幽默风趣的语言、灵活多变的授课方式，面对学员提问侃侃而谈，这一切都使我不由得对他肃然起敬，他不仅在知识结构上使我们得到了很大的提高，而且在品格上也使我们对他有了更深刻的认识，清晰了思路。通过这次培训，使我对心理咨询师这个职业有了更深层次的理解，不像当初所想的那么简单，让我明白了自己所肩负的责任，深深的体会到了办这次心理咨询师培训班的必要性和重要性，面对目前中小学心理健康教育的现状，必须通过正规培训使心理咨询师更职业化、专业化，方能胜任。

岳教授的几个个案分析，运用的技巧对我今后的工作有很大的帮助，如在咨询中入手靠同感力、分析靠洞察力、成长靠觉察力、对话靠沟通力的技巧使我豁然开朗。在咨询过程中听和说的技巧是多么重要，不仅要站在求助者的角度和位置上，理解其内心感受，了解其内心世界，还要会洞察辨别求助者所要掩饰的问题，找准切入点与其沟通展开分析，让求助者自己去发现问题，自我完善。

岳教授在咨询过程中运用的催眠疗法，让我打开眼界，以前我知道有这种疗法，但不知怎样运用效果良好，现在我清楚的认识到催眠疗法的重要性和必要性，并且也懂得了如何去运用，这给了我又一次成长的机会。最让我记忆犹新的是房树人的投射分析，岳老师让我们每个人不受任何限制和约束的去画一幅房树人图画，就是想怎样画就怎样画。我是从左到右，先画了一个大大的人，又画了一颗跟人差不多大的树，最后画了两个不大的房子，一前一后。画完后，岳老师说：“先画房子的举手”。大部分人举手了，先画树的一部分人举了手，先画人的只有我们两个人举手。岳老师看了我的画，说这正是他想要的，我茫然了，老师让我投射分析一下自己的画，当时我也不知自己为什么这样画。通过岳老师的投射分析，我清楚了自己为什么这么画。是我现在的家境，让我无意识的想自己强大，撑起这个家，照顾好家里的每个人。因为现在我的家里的每个人都需要我的关爱和照顾，我也想照顾好每个人，让他们有一个健康的身体，快乐的生活，可是现实总是事与愿违，没办法，在工作单位我不能不干好自己的工作，在家里，我的婆婆得了重病，公公正在北京陪着治疗，我婆婆的父亲，我的姥爷92岁了，没人照顾，送去了敬老院，我要经常去看他替婆婆尽孝。老家还有95岁的老公公需要我经常去照看，本想接他来我身边照顾着方便，可他一怕我受累，二怕我们都去上班了，他自己在家孤单无聊，不来。自己的母亲也因有糖尿病需要经常去呵护。这就是我要强大的原因吧!心理学真的很奇妙!能通过人所做的事投射出心灵的呼唤。我要好好学，好好领悟，好好做，做一个训练有素的心理咨询师。

在今后的咨询过程中，我会细心倾听学生的心声，让他们述说出自己内心的所有苦恼和无奈，同时让学生感受到他被注意，被尊重，被理解，被信任。理解学生的所感，所思，所为，不管他们的想法多么可笑，多么幼稚，不管他们的行为多么无理，多么荒谬，知道在学生自己的思维里都有其合理性，不是他自己的错，是环境所造就，给了他这样的感觉。我要运用所学技巧让学生自己感悟，自己明白，怎样看待身边的人和事，使其自我接纳，自我完善，自我成长。

咨询师想要的最佳效果是：咨询后的求助者在今后的生活中能遵循黄金规则：“像你希望别人如何对待你那样去对待别人”，就不会有太多的烦恼。

**心理咨询师培训心得体会篇二**

对于心理咨询师这个职业，我一直觉得很神秘，在书店中经常看到类似于“读心术”这样的书，总是觉得不可思议，但又是非常向往，试想一下，如果我能够了解所有人的心思，预测他的一举一动，那将是一件多么牛的一件事情。

其实真正让我打算学习这门知识的源头，还是自己的家庭生活，我现在的孩子上小学一年级，因为是小女孩，以前总是特别乖，但是去年开始有了很大的变化，有些叛逆，还敢顶嘴，我有时气不过就开始上演家庭暴力，可过后又非常后悔，总觉得特别内疚，亏欠孩子，每次都是这样，不打忍不住，打了就后悔，自己内心十分煎熬痛苦，直到有一天，和我的一位朋友聊起来，她强烈推荐我去学习一下心理咨询师，她说她自己已经学习了7年，现在是国家二级心理咨询师，她说学习这门知识可以更好地与人相处，可以使自己变得轻松快乐等等，如果学习好的话，还可以参加全国举办的心理咨询师考试，可以拿到相关证件，在当今社会，多一项技能总是好的。于是我就心动了，在20\*\*年3月19日到5月11日这段时间，我有幸参加了甘肃太昊职业培训学校举办的第十八期三级心理咨询师的培训学习。

培训开班仪式的当天，我见到了慕名已久的甘肃太昊职业培训学校校长莫兴邦，他有很多头衔。首先是开场白，莫校长知识面很广，见解独到，让我受益匪浅，尤其听到莫校长说“救人须自救”，我觉得从心理上达到了共鸣，我更加坚信我要努力学习，可以自我“救赎”，使自己内心有个升华，可以更好地在家庭、单位做好自己分内工作，扮演好自己的角色。

学校很贴心地为学员提前发书，以便学员们先开展自学，学校整体学习时间安排在每周的周一到周四晚上，周六周日白天，由于个人工作原因，未能去现场听课，感觉有些遗憾，但是学校把每个老师的讲课录音上传到qq群中，方便学员们下载收听，培训老师首先从基础心理学讲起，依次是发展心理学、社会心理学、变态心理学、心理测验和心理咨询，最后是心理技能，每个老师都有自己独特的风格，每节课听完都有收获，在5月2号、3号，学校为大家请来了南京大学的高学德博士，为大家串讲了一下所学的内容，之后再5月11号莫校长页亲自上阵，为学员们答疑解惑，莫校长为人和善，客气有加，很受学员们的喜欢。

到了5月17号，考试的日子到了，我们来到了西北师范大学，这里是国家职业资格全国统一鉴定兰州考点，早上八点半到十点是职业道德考试，十点半到十二点半是职业技能考试，考试是检验自己学习效果的最好办法，我有信心。随后在田家炳教育书院我们第十八期的学员们合影留念。

回想前两个月的点点滴滴，竟有些感动，工作9年了，从来没有这样充实过，感觉又回到了上学那会儿，心里满满的······在今后的工作学习中，我还将继续努力，学以致用。

这次培训使我收益匪浅的莫过于学习新的知识。在短短两个月的培训时间里，我学习了心理学的起源、发展，了解了各大学派的理论观点，掌握了心理咨询的一些技能、技巧，并且把这些知识系统、有选择地应用到案例分析上。难得有时间静下来好好学习一门技能，如果经过自己的努力能拿到心理咨询师(三级)资格证当然较好，对自己将来的工作可能有些帮助，拿不到的话心理学的知识对自己也将受益非浅，其中的《发展心理学》对处理家庭关系和子女教育也将起到一些积极的作用。 在参加培训的时间里，使我感受到这个团体也是一个家，这个团体是温馨的家，是联系团体成员情感的纽带，是避风的港湾，是温柔的港湾。让我们感受到了每个人都可以与众不同，不经历风雨，怎么见彩虹，没有人能够随随便便成功。

在这里，我还要感谢莫老师，他是一位资深历深的博士，也是一位善教巧教的老师。他知识涵盖面广，使我们学员在最短的时间内学到最多的知识。两个月下来，他成了我们所有学员都挂在嘴边称赞的一位老师，一位长者，一位朋友。

当然这次培训，我也碰到了很多的困难。学期短，内容多，基本上是两天一篇课文，星期六，星期天也不间断培训。那段日子每天晚上基本上要到12点左右才能休息，每天忙得像陀螺一样。现在回想起来，这恐怕是我有史以来参加培训最认真的一次吧!

如果说当初来报心理咨询师班的意图还有点朦胧，目标也不明确，可随着学习的深入我越来越有一种冲动想把掌握的科学观念宣传给周围的人，去帮助别人增进心理健康，提高生活质量。尤其当得知当今中国有那么多的人存在心理问题，有那么多孩子心灵扭曲地成长着甚至夭折了，我的使命感油然而生，我的人生理想由此确立，我要帮助周围的人顺利地渡过人生低谷。当然我也非常清楚这项工作责任重大，并不是那么容易的事情，所以我必须努力地学习，认真地实践，不断地成长。我的路还很长，我会活到老学到老，做一个合格的心理学工作者。心理学的路也还很长，许多心理现象还不能得到合理的解释，许多心理疾病还不能得到有效的治疗，但是只要同志们携手并进，勇于探索，总能实现学科的发展。

心理咨询是一个特殊的心灵修炼过程，是我一生一世的功课，我会一如既往地去学，去做，为了我的自助，为了助人。

学心理咨询的人都知道助人自助这句话，是说咨询是帮助别人自寻成长之路，我认为还有一层意思，那就是咨询师在帮助别人的`同时也在自我成长。而参加心理咨询师班最先获益的就是我自己了。

前些天，见到网上一位自救成功的人表示对别人的问题不能同情，言外之意是认为别人的那点问题根本算不上什么。要是在以前我也会这么想，可是现在不同了。我回复她说：“每个人对事物的认知不一样，也许我们做不到同情，但应该允许别人有问题。”对别人我俩之所以会有不同的态度，我想那是因为我学习了咨询，而她可能没有。我从教材上多处看到过认知对人的影响，从岳晓东的书上了解到有一个非理性思维的概念，从老师的讲座中听说过“秀才遇棺材”、“太棒了”的故事。我懂得了人为什么会不同，渐渐的我也喜欢从认知的角度去发现别人的问题，对别人多了一份理解，一份宽容。

感谢心理咨询师班帮我重新塑造了生命的意义，特别要感谢培训班日夜奔忙的老师们，你们永远是我的领路人!

我有幸被中心学校选派参加了县教育局组织的心理健康教育培训班，经过这近一个月的培训学习，对我来说意义重大，让我进一步了解了心理健康教育的深刻含义，对我今后的工作具有很大的帮助。本次培训让我受益匪浅，以下就是我在这次培训活动中以及对于未来的一些想法谈谈自己的几点体会:

一、我不仅学到了很多心理学理论知识，学到了很多教育学的方法，也学到了正确对待生活的方式，如怎样释放压力，调整自己心态，与他人如何沟通、如何相处的方式，建立积极向上的健康心态，以健康的心态工作、学习、生活，碰到问题不消极，想办法解决。并且通过学习，我深深认识到心理健康教育是做教育工作、是当一名好教师所必不可少的基础知识。

二、 心理健康教育主要是针对儿童青少年心理发展的需要而开展的教育活动，旨在提高和培养学生的心理素质，帮助学生学会如何恰当有效地应对现实生活中所面临的各种压力、如何进行情绪调节等，使学生更有效、积极地适应社会、适应自身的发展变化，促进儿童青少年心理健康的发展。所以，预防问题发生、促进心理素质提高才是心理健康教育的主要目标。从本质上来讲，心理健康教育是心理素质的教育和培养，是促进学生全面发展的重要方面，是素质教育的具体体现。

三、 心理健康问题，是每一位学生在成长与发展中都必然会面临的挑战，包括那些学习优秀、在教师看来是“好”孩子的学生，也同样需要心理健康教育。许多研究与实践证明，有时这些“好”学生反而更需要心理健康教育。因为，往往由于学习成绩好，这些“好”学生心理发展中不健康的侧面就常常被忽视，得不到教师的重视和及时的帮助教育。

如，一些“好”学生由于长期被宠、被捧，心理承受能力已变得极脆弱，稍不如意就发脾气，有的还采取极端措施进行打击、报复，甚至走上犯罪道路，清华大学生向狗熊泼硫酸便是一个最好的例证。还有的学生甚至迈上了自杀、轻生的道路来面对失败和挫折的压力。可见，心理健康教育是一个教师的重要课题，它应成为我们学校教育的重要任务。

四、心理健康教育任重道远。我们知道一个巴掌拍不响，学校心理健康教育仅仅有我们的热情是不够的。通过这次培训，给我的启示就是，在学校开展心理健康教育，应该从以下几方面努力：学校领导要重视，虽然有些学校有这方面的材料和计划，那只不过是应付检查。各任课教师在各科教学中要渗透心理教育;优化学校、班级文化心理环境;开展心理辅导工作、开设心理辅导课，加强学生心理辅导和心理训练。总之，软件和硬件两手都要抓，可是现状令人尴尬。

最后感谢县委政府及教育局的领导对我们生活学习的安排，感谢湖南师大的心理学教授不远万里对我们精心的辅导和面授机宜。今后我要以这次学习培训为契机，我把要传授的心理知识寓于活动之中，让学生潜移默化地受到心理健康教育。在课堂教学中，以活动课为主淡化理论，强化行为指导和行为训练，进行各种心理健康教育渗透。从而更加全面提高学生的心理素质。这一课程越是学习，我越是感觉自己对很多知识的了解还很肤浅，我必须不断地学习，我将不断的提高心理学的理论知识,同时也运用到实践中去，不断的学习成长。同时我也希望这样的培训能够坚持进行下去，进一步提高农村中小学教师的水平。

在团体训练中，我们两两一组做了“人生旅途”的游戏。甲扮“盲人”乙作“拐”，楼上楼下走一程，然后互换角色，分享游戏心得。游戏中当我扮演盲人时，我感到自己实实在在、真真切切在黑暗中走了一回，我不知道是谁在作我的“拐”，就在我回到起始点的时候，我还弄不清楚谁是我的“拐”，我的“拐”是男还是女。游戏时间不长，但我却真实地感到黑暗的漫长。

人们并不害怕黑暗，而是害怕黑暗中的事物。如果蒙上我的眼睛，让我一个人重走游戏走过的路程，或许我根本就没有胆量。我着实应该感谢我的“拐”。

游戏中，我深切地体会到，盲人是需要依靠的。行走中，我不自觉地向我的“拐”倾斜，上下楼梯时更是如此。

心理咨询师培训心得体会3篇 我想到了“盲”和“拐”这两个字的造字：“盲”，上下结构，上面是“亡”，下面是“目”，就是失去目力，就是失明。“拐”，左右结构，左边是“提手”旁，右边是“另”，就是另一只手。盲人与拐，盲人需要手，需要另一只手。

在我们的现实生活中，不仅仅是盲人需要手，需要另一只手，就是我们明眼人也需要一只帮助、援助的手。我们明眼人也会有“盲目”的时候，也会有“失明”的时候，也会有“盲从”的时候，也会有“盲断”的时候，当我们“视而不见”的时候，当我们被假象蒙蔽的时候，当我们出现错觉的时候，我们也需要拨开云雾迷团的帮手。不管这只手是有形的还是无形的，不管是男人的还是女人的，不管是年长的是还是年少的，这对于一个“盲者”来说，都是有助的。

在人生的旅途，道路坎坷不平，雨雪风霜、严寒酷暑又时常相伴，如果没有另一只相伴相助的手，要想走完人生的旅途是难以想象的。我们每个人都应该心甘情愿地为别人作“拐”， 因为，帮助别人就是帮助自己;而当别人为我们作“拐”的时候，我们都应当心存感激，因为，我们的心灵深处被植入了一颗爱人的心。

我们教育工作者面对着的是需要发展、正在发展、能够发展、渴望茁壮健康成长的学生，当他们的心迹偏离常态的时候，当他们的心智陷入困顿的时候，我们就应该及时地伸出信任的手，伸出关怀的手，伸出援助的手，伸出温暖的手，架起心灵的桥梁，抚平心灵的创伤。

每个人的人生旅途中都需要这样的一只手!

**心理咨询师培训心得体会篇三**

机缘巧合中，有幸加入到这次由专业心理学、心理咨询的老师们讲授的心理咨询师培训班。老师们在讲解教材的同时，还结合了自身的经验，让一些苦涩难懂的心理学概念变得清晰易解。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。这次培训前五天的课程学习下来，我受益匪浅，内心的喜悦无语言表。

一直都知道当今中国有许多留守儿童在最需要愛的时候被忽视，许多青少年存在身心发展不协调的问题，有许多孩子心灵扭曲地成长着，许多更年期女性在家庭或社会关系中忽然歇斯底里，许多空巢老人郁郁寡欢，许多自己身边活生生的例子也是长期萦绕脑海。

如果说当初来到这次培训班纯粹是对这门科学的盲目热爱，以及对社会各类心理问题高发人群做出力所能及帮助的幻想，那么很显然，我的专业知识和技能是远远不够的。可随着学习的深入我越来越有一种冲动想掌握全套的心理咨询理念和技能，去解决自身可能出现的心理问题，让自己成为一名充满正能量的、合格的、身心健全的心理咨询师，去帮助尽可能多的人增进心理健康、提高生活质量。我的某个人生理想在此被唤醒，我忽然感觉到自己过去那种幻想真的有成为现实的可能，正是这次前五天的培训提供了渠道。

学习了许多，让我最有感触的是对教育的思考。

在信息量愈来愈大的当今社会，中学生每天可以从网络、道路两边的广告牌、书籍、伙伴分享等等渠道接收到越来越多的信息。学校和教师的教育对他们的影响力不再显著，这是曾让初为人师的我倍感失落的现状。 然而初为人师总是饱含满腔热情，期待将自己懂得的所有最有益于孩子们身心成长的所有珍宝传授于他们。于是在我的主观世界里，这种强烈的愿望和那样不以我意志为转移的教育整体现状形成了不可调和的矛盾。这次培训中，我知道了这种矛盾叫做“认知失调”。正如田媛老师讲到的“如果不能改变，那就接受它，或许还有意外的惊喜。”我从中也忽然认识到了，虽然学校教育的影响力在减弱是事实，但是我依然可以在现有的背景下，尽量带给他们积极的影响。因为职业本身是个很强的暗示剂。

培训中我学习到认知失调可能有四种原因，一是逻辑的矛盾;二是文化价值的冲突;三是观念的矛盾;四是新旧经验的相悖。消除、减少认知失调的途径主要有三种:一是改变或否定失调的认知因素的一方，使两个方面的认知因素协调;二是引入或增加新的认知因素，以改变原有的不协调关系;三是降低失调的认知因素各方的强度。

我从中思索改善方法，感悟到要改善这种状况我可以做的其实不难，那就是接受这样一个教育现状，在教育中培养学生相对来说更正确的价值观，诱导学生走上身心健康、道德健全的人生路。

一名合格的心理咨询师不能给当事人具体的建议或者替当事人做出决定。而教育就是，在不违背学生自身成长规律的基础上让其成为一名社会的优质人员。

作为一名中学数学教师，教学的压力让我渐渐丧失一种换位思考的能力。而在这些天的培训课上，我脑海中时常会闪现自己教育学生的某些画面，比如处理问题的时候常常不问原因只针对事件的方式。

这种方式表面上做到了对事不对人、秉公处理，做到了高效，实则治标不治本，难免同样的问题再出现。而换位思考，即同理心，是一名心理咨询师最基本的能力和素养。在这里我认识到我要开始以一名真正的心理咨询师的身份来要求自己的思维方式和言行。在教学中、在课堂上、在课下，对学生的适时教育中我要做到爱心、耐心、同理心。比如如果注意到坐在后排的学生频繁出现烦躁不安的状态，作为教师，我们不问缘由地去斥责是不合适的，也许可以考虑这个孩子是否本来是很努力地看黑板听讲，但是因为近视或者天气引起光线不好等原因而看不清，进而泄气、放弃。那么这种时候我们是否可以更多一点耐心询问，给他临时坐到前排去的机会。也许多一点坚持，我们就多保护了一个孩子的好学之心。

一名合格的心理咨询师显然不是一个几天或十几天的培训就可以速成的。这几天的培训还学到了好多好多，以及了解了许多我亟待学习的理论、素养和技能。但我从中看到我要做的还有许多，更重要的是学会了该从哪些方面逐渐提升自己。我想先从身边做起，用一双发现的眼睛和一颗助人自助的心观察身边可能需要辅导的人，试着做一些力所能及的事。或者不久以后我可以在现今所在的学校心理辅导室，帮助孩子们顺利地渡过青春，让他们学会如何美丽地绽放青春风采。

**心理咨询师培训心得体会篇四**

感谢您的阅读，希望能帮助到您。

心理咨询师培训心得体会

心理咨询师培训心得体会

2024年7月15日至11月16日，在市教委的组织下，我参加了为期半年的心理咨询师培训，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。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。

感谢您的阅读，希望能帮助到您。

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。

通过这一次培训，让我懂得了，作为一名老师，我们不仅要给孩子们传授知识还要关心孩子们的健康成长，特别是心理健康。

**心理咨询师培训心得体会篇五**

参加三级今年的1月至5月，我有幸与参加了大连市师范进修学院组织的三级心理咨询师的培训学习，并于5月21日参加了心理咨询师三级考试，受益颇多，感慨万千。

心理咨询矫治工作，一直是新中国监管场所教育人、改造人的重要工作内容之一。近几年来，青少年由于心理障碍、性格偏执所出现的问题已经在社会上引起了高度的重视，作为一种为青少年积极健康成长保驾护航的手段，心理咨询自然成了新时期教育引导工作的排头兵与特种兵。要做好心理咨询工作就需要一定的专业性，为了更好地开展好此项工作，在大连市教育局及我校领导的高度重视下，我有幸参加了这次心理咨询师培训。开班之前，主办学校领导专门部署相关工作，为这次学习提供了便利的条件和舒适的环境，学习期间校领导对我的学习情况还经常过问，充分展现了对年轻教师成长的重视和关爱，同时也体现领导对心理矫治工作的“爱之深，情之切”，这一切无不让我深深为之动容，温暖着、激励着我。

本次培训主要由大连市师范进修学院负责，担任本次培训授课的老师都是在国内享有很高知名度、经验丰富的专家学者。在每位老师的教学过程中，学员们彻底被老师的渊博的知识、精湛的技能、生动的讲述、非凡的人格魅力所征服、所感染，将貌似玄妙的心理技能举重若轻地呈现在我们面前，使同学们得到了极大的个人成长，似乎每堂课都是一种热切的期待、一餐丰盛的盛宴、一次积极的成长。老师们从不同的心理治疗流派、不同的心理治疗领域、不同的.心理问题、不同的心理工作需要出发，触发着每个学员成长需求、工作需求。

这次培训，收获太多，我像一个永远不知道满足的学生一样，汲取知识、感受、体验。觉得学习心理咨询，不只是能拿到一本资格证书，而且还能学习到很多与我的教学工作、个人的精神生活都有很大帮助的知识。

总而言之，通过参加此次心理咨询培训，我受益良多，在提高自己专业知识水平，完善知识结构，提升工作理念，并在教学意识、沟通意识、创新意识方面有了积极地转变。同时，我也信心备至，期待着将所学的技能有效地应用在今后的工作中，促进教育教学效果更上一个新的台阶。

**心理咨询师培训心得体会篇六**

我想到了“盲”和“拐”这两个字的造字：“盲”，上下结构，上面是“亡”，下面是“目”，就是失去目力，就是失明。“拐”，左右结构，左边是“提手”旁，右边是“另”，就是另一只手。盲人与拐，盲人需要手，需要另一只手。

在我们的现实生活中，不仅仅是盲人需要手，需要另一只手，就是我们明眼人也需要一只帮助、援助的手。我们明眼人也会有“盲目”的时候，也会有“失明”的时候，也会有“盲从”的时候，也会有“盲断”的时候，当我们“视而不见”的时候，当我们被假象蒙蔽的时候，当我们出现错觉的时候，我们也需要拨开云雾迷团的帮手。不管这只手是有形的还是无形的，不管是男人的还是女人的`，不管是年长的是还是年少的，这对于一个“盲者”来说，都是有助的。

在人生的旅途，道路坎坷不平，雨雪风霜、严寒酷暑又时常相伴，如果没有另一只相伴相助的手，要想走完人生的旅途是难以想象的。我们每个人都应该心甘情愿地为别人作“拐”，因为，帮助别人就是帮助自己；而当别人为我们作“拐”的时候，我们都应当心存感激，因为，我们的心灵深处被植入了一颗爱人的心。

我们教育工作者面对着的是需要发展、正在发展、能够发展、渴望茁壮健康成长的学生，当他们的心迹偏离常态的时候，当他们的心智陷入困顿的时候，我们就应该及时地伸出信任的手，伸出关怀的手，伸出援助的手，伸出温暖的手，架起心灵的桥梁，抚平心灵的创伤。

每个人的人生旅途中都需要这样的一只手！

**心理咨询师培训心得体会篇七**

第一篇：心理咨询师培训 心理咨询师培训心得体会

年7月日至月日，在市教委的组织下，我参加了为期半年的心理咨询师培训，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。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。

在工作中会遇到这样的学生，因为家里的贫困，所以他

1 / 14

们交不起学费，穿不起漂亮的衣服，害怕班上同学嘲笑，所以常常不合群，独来独往。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。

通过这一次培训，让我懂得了，作为一名老师，我们不仅要给孩子们传授知识还要关心孩子们的健康成长，特别是心理健康。

第二篇：参加三级心理咨询师培训学习心得体会 参加三级心理咨询师培训

2 / 14

心得体会 韩李 年6月日

参加三级心理咨询师培训心得体会今年的1月至5月，我有幸与参加了大连市师范进修学院组织的三级心理咨询师的培训学习，并于5月日参加了心理咨询师三级考试，受益颇多，感慨万千。

一、领导重视，关心备至

3 / 14

励着我。

二、师资力量一流，学识渊博

重若轻地呈现在我们面前，使同学们得到了极大的个人成长，似乎每堂课都是一种热切的期待、一餐丰盛的盛宴、一次积极的成长。老师们从不同的心理治疗流派、不同的心理治疗领域、不同的心理问题、不同的心理工作需要出发，触发着每个学员成长需求、工作需求。

三、学员受益颇多，感慨万千

这次培训，收获太多，我像一个永远不知道满足的学生一样，汲取知识、感受、体验。觉得学习心理咨询，不只是能拿到一本资格证书，而且还能学习到很多与我的、个人的精神生活都有很大帮助的知识。

并在教学意识、沟通意识、创新意识方面有了积极地转变。同时，我也信心备至，期待着将所学的技能有效地(请勿抄袭好：)应用在今后的工作中，促进教育教学效果更上一个新的台阶。

韩李 年6月日

第三篇：《心理咨询师》培训心得 《心理咨询师》培训心得 九方小学陈芷平

今年暑假参加了株洲市教委举办的心理咨询师培训。由于要抓紧时间学习《心理咨询师》，因此没有时间阅读别的书，所以我今天就谈谈学习的收获和感想。

5 / 14

为帮助身边的人。我感到这是多么有益的一件事呀！而且二十多年前我曾看过国外心理咨询师的文章，当时就心生羡慕之情，这次能有缘参加心理咨询师培训，非常珍惜。

看着两大本厚厚的书，都有一百一十万字，还真令人有点犯难。为了在月份的考试能顺利过关。参加完面授学习后，我每天在家看书，一行一行地看，一节一节地做作业，一章一章地考。暑假天气热，很容易犯困，我要么变换着姿势看书，一会儿坐着看，一会儿站着看；要么换着方式看书，一会儿大声朗读，一会儿边读边画。有时实在太困了，就停下来休息十来分钟，唱唱歌，做做操……然后又接着看书。为了巩固所学的知识，每一节的作业做两三遍，通过这种方式回顾所学知识，随便查漏补缺。为了每一章能考试过关，考试前，又把每一节的作业重做一遍。这样一遍一遍地看书，反反复复地做作业，终于在8月号上午把书读完，8月号1左右通过把专业知识考试和专业技能考试。看到自己能在规定的时间内完成学习和考试。虽然还没有参加月份的考试，但我对这次考试充满了信心。我也感到非常开心，虽然晚上没休息好，第二天参加学校职代会一点也不觉得累。因为，我是第一次基本上凭着自学完成学习任务，感到自己还有能力，还没有老。同时深深地体会到只要有心做一件事，事情再多，一点一点地去做，一定能够做完；只要用心去做，一定能够做好。

6 / 14

学习《心理咨询师》中的《心理咨询技能》这一章节的时候，第一节重点讲到了建立咨询关系。并且提出良好的咨询关系是开展心理咨询的前提条件，是咨询达到理想咨询效果的先决条件。建立和维护良好的咨询关系是心理咨询师和求助者双方共同的责任和义务。从“尊重”“热情”“真诚”“共情”“积极关注”这五个方面谈咨询师如何在咨询过程中建立和维护好良好的咨询关系。我觉得这五个方面也有利于我们建立良好的师生关系的，帮助我们更好地教育教学。现在，我选择感受最深的“尊重”来谈谈我的一些想法。

们老师能够尊重每一位学生，我们的学生就不会因为被批评指责、被歧视嘲笑、被冷漠无情，而产生委屈感、孤独感、无助感，也就会少了对老师的不尊，与同学的争吵，也不会产生厌学、逃学的行为，更不会有反社会的言行，甚至产生自杀或伤害他人的行为。

对学生的尊重，就意味着对幼小生命的呵护。既然我们身为老师，就意味着我们是这群幼小生命的守护者。让我们从尊重做起，担当起为人师者的这一份责任。

第四篇：心理咨询师培训心得 心理咨询师培训体会 刘刚

8 / 14

体也是一个家，这个团体是温馨的家，是联系团体成员情感的纽带，是避风的港湾，是温柔的港湾。让我们感受到了每个人都可以与众不同，不经历风雨，怎么见彩虹，没有人能够随随便便成功。

在这里，我还要感谢莫老师，他是一位资深历深的博士，也是一位善教巧教的老师。他知识涵盖面广，使我们学员在最短的时间内学到最多的知识。两个月下来，他成了我们所有学员都挂在嘴边称赞的一位老师，一位长者，一位朋友。

子每天晚上基本上要到点左右才能休息，每天忙得像陀螺一样。现在回想起来，这恐怕是我有史以来参加培训最认真的一次吧！

9 / 14

利地渡过人生低谷。当然我也非常清楚这项工作责任重大，并不是那么容易的事情，所以我必须努力地学习，认真地实践，不断地成长。我的路还很长，我会活到老学到老，做一个合格的心理学工作者。心理学的路也还很长，许多心理现象还不能得到合理的解释，许多心理疾病还不能得到有效的治疗，但是只要同道们携手并进，勇于探索，总能实现学科的发展。

心理咨询是一个特殊的心灵修炼过程，是我一生一世的功课，我会一如既往地去学，去做，为了我的自助，为了助人。

学心理咨询的人都知道助人自助这句话，是说咨询是帮助别人自寻成长之路，我认为还有一层意思，那就是咨询师在帮助别人的同时也在自我成长。而参加心理咨询师班最先获益的就是我自己了。

有问题。”对别人我俩之所以会有不同的态度，我想那是

10 / 14

因为我学习了咨询，而她可能没有。我从教材上多处看到过认知对人的影响，从岳晓东的书上了解到有一个非理性思维的概念，从老师的讲座中听说过“秀才遇棺材”、“太棒了”的故事。我懂得了人为什么会不同，渐渐的我也喜欢从认知的角度去发现别人的问题，对别人多了一份理解，一份宽容。

第：心理咨询师培训心得 心理咨询师培训心得

机缘巧合中，有幸加入到这次由专业心理学、心理咨询的老师们讲授的心理咨询师培训班。老师们在讲解教材的同时，还结合了自身的经验，让一些苦涩难懂的心理学概念变得清晰易解。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。这次培训前五天的课程学习下来，我受益匪浅，内心的喜悦无语言表。

一直都知道当今中国有许多留守儿童在最需要愛的时候被忽视，许多青少年存在身心发展不协调的问题，有许多孩子心灵扭曲地成长着，许多更年期女性在家庭或社会关系中忽然歇斯底里，许多空巢老人郁郁寡欢，许多自己身边活生生的例子也是长期萦绕脑海。

11 / 14

如果说当初来到这次培训班纯粹是对这门科学的盲目热爱，以及对社会各类心理问题高发人群做出力所能及帮助的幻想，那么很显然，我的专业知识和技能是远远不够的。可随着学习的深入我越来越有一种冲动想掌握全套的心理咨询理念和技能，去解决自身可能出现的心理问题，让自己成为一名充满正能量的、合格的、身心健全的心理咨询师，去帮助尽可能多的人增进心理健康、提高生活质量。我的某个人生理想在此被唤醒，我忽然感觉到自己过去那种幻想真的有成为现实的可能，正是这次前五天的培训提供了渠道。

12 / 14

实，但是我依然可以在现有的背景下，尽量带给他们积极的影响。因为职业本身是个很强的暗示剂。

培训中我学习到认知失调可能有四种原因，一是逻辑的矛盾;二是文化价值的冲突;三是观念的矛盾;四是新旧经验的相悖。消除、减少认知失调的途径主要有三种:一是改变或否定失调的认知因素的一方，使两个方面的认知因素协调;二是引入或增加新的认知因素，以改变原有的不协调关系;三是降低失调的认知因素各方的强度。

我从中思索改善方法，感悟到要改善这种状况我可以做的其实不难，那就是接受这样一个教育现状，在教育中培养学生相对来说更正确的价值观，诱导学生走上身心健康、道德健全的人生路。

一名合格的心理咨询师不能给当事人具体的建议或者替当事人做出决定。而教育就是，在不违背学生自身成长规律的基础上让其成为一名社会的优质人员。

作为一名中学数学教师，教学的压力让我渐渐丧失一种换位思考的能力。而在这些天的培训课上，我脑海中时常会闪现自己教育学生的某些画面，比如处理问题的时候常常不问原因只针对事件的方式。

这种方式表面上做到了对事不对人、秉公处理，做到了

13 / 14

高效，实则治标不治本，难免同样的问题再出现。而换位思考，即同理心，是一名心理咨询师最基本的能力和素养。在这里我认识到我要开始以一名真正的心理咨询师的身份来要求自己的思维方式和言行。在教学中、在课堂上、在课下，对学生的适时教育中我要做到爱心、耐心、同理心。比如如果注意到坐在后排的学生频繁出现烦躁不安的状态，作为教师，我们不问缘由地去斥责是不合适的，也许可以考虑这个孩子是否本来是很努力地看黑板听讲，但是因为近视或者天气引起光线不好等原因而看不清，进而泄气、放弃。那么这种时候我们是否可以更多一点耐心询问，给他临时坐到前排去的机会。也许多一点坚持，我们就多保护了一个孩子的好学之心。

一名合格的心理咨询师显然不是一个几天或十几天的培训就可以速成的。这几天的培训还学到了好多好多，以及了解了许多我亟待学习的理论、素养和技能。但我从中看到我要做的还有许多，更重要的是学会了该从哪些方面逐渐提升自己。我想先从身边做起，用一双发现的眼睛和一颗助人自助的心观察身边可能需要辅导的人，试着做一些力所能及的事。或者不久以后我可以在现今所在的学校心理辅导室，帮助孩子们顺利地渡过青春，让他们学会如何美丽地绽放青春风采。

14 / 14

**心理咨询师培训心得体会篇八**

今年春天，我在心动力学校参加了心理咨询师培训。虽然时间不长，但是回味深长。感触颇深，不虚此行。两度在心动力学校参加学习，给我自己的内心带来的是强烈的震撼。感觉自己真的长了很多知识。当我走进心动力，我渐渐的发现，于我自己而言，我走进了一个新的学科——心理学。对于这个学科，我不曾了解，但是，我却产生了强烈的兴趣与好奇，产生了强烈的探索的渴望。在毕业多年以后，我又找到了在校专研和学习的那种感觉。我又回到了阔别已久的课堂。我又可以认真的倾听。

给我们授课的老师，都是这个学科的精英。在他们的身上，我领略到的是敬业的精神，广博的知识，专业的水平，深刻的见解，精彩的授课。无论是授课内容，还是形式，都非常好。自然，授课效果也非常好。极有利于知识的领悟和能力的提高，也很开阔视野。学校的年轻老师，也非常优秀，他们热情的服务和保障，对于学习也起到了极大的促进作用。

通过学习，我对于心理学算是有了一点点肤浅的认识。原来，人的内心活动是分成不同层次来研究的。原来，很多人际交往中的现象，是可以用心理学来解释的。原来，人生的不同阶段的心理特点是不一样的。原来，人的\'心理活动还有正常和异常之分。原来，人的心理特点是可以测量的。原来，心理咨询是有着科学的方法和严格的规范的……可以说，通过学习，就我自己而言，我对于心理学有了一个全新的认识。我觉得，心理学是直接叩问人性的。进而让我感觉到，科学不仅是严谨的，枯燥的，也是充满了人情味的，是庄严和神圣的。一个人产生心理问题的时候，真的是很痛苦的。一个一般心理问题，发展为严重心理问题，发展为神经症性心理问题，发展为神经症，发展为精神病性问题。这是一个多么痛苦和可怕的过程。每一个问题的背后，都伴随了一个人的痛苦，或者是多个人的痛苦。而心理学就是分析和应对这些问题的规律的，是减轻人的痛苦的。

我也深深的感觉到，作为一个人，是多么的不容易。人是万物之灵，人是世界之魂。但，人却是充满了矛盾。人，自从来到世界的那一天，就注定了要与自我去抗争。人有着各种各样的需求，有生理的，有社会的。可资源是有限的，而需求是无穷的。这就注定了矛盾。人能够适应，能够调节，能够积极的面对，心情就会舒畅。可反之，就会痛苦。

也正因为这样，才造就了各种各样的人。不同的人，有着不同的思维方式和行为习惯，这是世界上独一无二的。这就是人格。也正因如此，一个人的人格，可以说是一个人的标志与象征。也正因如此，才有了熙熙攘攘的人群，才有了五彩缤纷的世界。一个人，最可宝贵的，就是他的人格。人格，外显为行为，而内化于内心。行为是直观的，是容易观察到的。而内心是深邃的，是需要感悟的。

每一个人的内心，就是一个独特的世界。那里，有着一个人最为柔软，最为真实的东西。那里，甚至是不可触碰的。那个内心世界，有光明，也有黑暗，有高尚，也有龌龊。有时时刻刻想要冲出去，让外人知道的东西，也有永远要被关在里面，不为人知的东西。那个内心世界，总是被人人都有的防御观念所包裹着。那个内心世界与外面的世界，总是被难以叩开的心门所隔绝。这样，也就造就了一个人的痛苦与孤独。

应该怎么办呢，怎样让内心世界与外部世界更为协调呢，每个人都在自觉的，或不自觉的探索。然而，探索的是那么的艰辛，心路的历程是那么的崎岖。多少人，为了进取，而行心理辅导的教授们，可以说能听到他们授课真是难得，所以我放弃周六周日的休息，放弃各种节日都会积极地上延吉学习，因为我很珍惜他们上的每一节课。开始由崔老师给我们上课，可以在听教师给我们上课，对我来讲是一个挑战，特别在语言上。她从事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。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，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。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。

这次培训，我认为，收获太多；太多，就像一个永远不知道满足的孩子一样，汲取知识、感受、体验。觉得学习心理咨询，不只是能拿到一本资格证书，而且还能学习到很多与我们日常学习、生活、工作有很大帮助的知识。

总而言之，通过参加此次心理咨询培训，使我受益良多，在提高自己专业知识水平，完善知识结构，促进自我成长，提升工作理念等方面有了很大的提高，沟通意识、创新意识方面有了积极地转变。

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn