# 2024年心理咨询报告单(实用10篇)

作者：夜色漫步 更新时间：2024-04-02

*在经济发展迅速的今天，报告不再是罕见的东西，报告中提到的所有信息应该是准确无误的。那么，报告到底怎么写才合适呢？下面我就给大家讲一讲优秀的报告文章怎么写，我们一起来了解一下吧。心理咨询报告单篇一俗话说，看花容易，绣花难。我虽然参加了团体课的*

在经济发展迅速的今天，报告不再是罕见的东西，报告中提到的所有信息应该是准确无误的。那么，报告到底怎么写才合适呢？下面我就给大家讲一讲优秀的报告文章怎么写，我们一起来了解一下吧。

**心理咨询报告单篇一**

俗话说，看花容易，绣花难。我虽然参加了团体课的学习，却依然对独自带领团体没有信心。

我试图设计团体方案，却因几经尝试都不满意而搁浅了。最后我选择了曾端真老师的亲职教育团体方案，作为我实习的方案，团体名称为“双赢父母训练”。经过与实习机构负责人讨论，由他担任我的副领导人，我的实习同学担任观察员。

我带着焦虑终于开始了我的团体旅程，担心自己不胜任，担心出错，担心出现意外情况无法处理……不过团体启动后，我很快进入了领导者的角色，观察成员的互动与表现，及时回馈大家的讨论，摘要总结等，担心与焦虑也很快无影无踪了。

毕竟我的团体咨询经验不足，有时活动体验流于形式不深入，领导能力不足也暴露出来。所以团体咨询结束后，我及时与副领导与观察员讨论，听取他们的意见与建议，及时总结经验，调整策略。

随着团体不断深入，我的心情越来越放松，应对自如，更专注于团体的过程，再加上我更加开放自己，自我暴露，我与成员之间，成员与成员之间凝聚力越来越强了，我的领导力量也开始发挥出来。

经过16小时的团体历程，只有自己投入团体中切身体验了，才有觉察、反思与改变。在团体结束后，我马上整理了相关的资料，进行了团体督导，督导老师看到我的总结与反思，非常满意并给予肯定。

接着我又约了一次团体督导，向督导老师学习有关团体设计的要领。因此我在团体方案的设计、成员的招募与筛查、领导能力、突发事件的应急反应等方面，都得到了锻炼与提高。

此外，我先后参加另外两个团体活动，以及实习机构组织的五天四夜夏令营活动，我投入其中，观摩、揣摩、体验、实践，在团体参与中得到了进一步成长。

**心理咨询报告单篇二**

在来访者(女，17岁)的叙述中，其主题是人际交往，而人际交往又集中在与异性大龄男人的交往上。在交往中，来访者是主动的，但又不会与他们发生性关系，仅限于身体的接触(亲吻、抚摸)。

在考察来访者的家庭教养模式时，我们看到了家庭对来访者的控制和冷漠。在对来访者的概念化过程中，我原来只是从认知模式上进行建构(我是不可爱的)。经过和督导老师讨论，结合人际历程治疗模式，我又对来访者的情感模式(羞耻感)和来访者的行为模式(距离=安全)等方面完善了对来访者的认识。

也就是在这种不断的全方位概念化的基础上，我开始理解来访者对性的态度、对咨询关系的移情等矛盾。在督导老师的建议下，我和来访者探索了一些重大的话题，如“我到底是谁?”、“我喜欢自己的，不喜欢自己的”，促进了来访者的自我觉察。

另外，基于概念化的不断深入，我也意识到认知行为介入虽然必要，但要注意把握时机。

**心理咨询报告单篇三**

我在xx心理咨询中心开始了心理咨询实习。我的实习目标是通过实践提高自己的咨询技能和水平。

在一个月的实习过程中，主要回复咨询邮件，网络qq咨询；每个星期二，实习小组进行案例讨论，角色扮演以及共情训练。

三、通过角色扮演，我以咨询者的身份，讲述了自己在情感之中的困惑，以及成长过程中与家庭成员的情感纷纷问题；一方面，通过“空椅”对话，我宣泄了积压在心中许久的负性情感；另一方面，督导与咨询成员们给予我很多鼓励的话语，令我认识到自己存在的思维、行为模式，探寻自己身上的长处，挖掘自身潜能。

案例讨论、角色扮演的方式，让我们对咨询员的坐姿，表情，询问的语气，共情的态度等方面得到了实际训练。

一个月的实习期很短暂，我在一些方面上存在着不足：在网络咨询中，与咨询者的共情不足，过早的加入自己的价值观判断，没有以一个中立态度对待咨询的问题；自信心不足，角色扮演中不敢担当咨询员的角色，总是担心自己的能力无法胜任；在共情训练中，自己表露的是焦虑，担忧的情感，没能达到满意的效果；实习期间，由于自己还忙于其它事务，无法静下来认真于心理咨询，没有自己的个案与大家共同讨论。

在xx的实习，可以说是既有收获也有遗憾，但总的来说，收获是较多的。

此次实习中，有幸得到刘xx老师的督导，每当在咨询中遇到困惑时，刘老师总能耐心地指导我们，给予我们启发；刘老师有多年丰富的心理咨询经验，对心理咨询有自己独到的见解，她用通俗的语言讲述心理咨询方法，直观明白，不是僵化的理论，更令人易于理解和消化。刘老师开朗、乐观个性，亲热、包容的态度，敢于挑战困难的作风，令人留下深化印象。

咨询室里直爽的芦老师，温顺的夏老师，一直在认真、辛苦地工作，她们那种强烈的工作责任感，积极进取的精神，值得我学习。

在实习中，我结交了一批志同道合的朋友：稳重的王芳，有潜力的瑶瑶、平和的牛牛、阳光的张爱、热心肠的贾选红、强势能干的慧娟、斯文的竹子等。通过与她们交流对心理咨询的观念、看法，分享心得体会，使我得到很多的启发，从中我能感受到咨询员团队的温馨和快乐。她们身上都散发着一种光芒，无论是显露的，还是含蓄的，都是一种助人自助的力量。

**心理咨询报告单篇四**

20\_\_年心理咨询工作在学院党委高度重视下，心理咨询室全体工作人员，面对新形势，努力工作，迎接挑战，主动出击，扎扎实实地为学生服务。现将一年来的工作情况总结如下：

心理咨询室自开学起即向全体学生开放，心理辅导老师以其认真负责的态度接待来访的每一位同学，帮助同学们解决在大学生活适应、学习、人际关系、情绪调节、生涯规划等方面遇到的问题，帮助同学保持健康的心理状态，提高自己的生活质量。在辅导的过程中，我们发现三类问题值得关注。一是大一新生进校适应问题；二是学生情感问题；三是大三学生就业前焦虑问题。对于这些问题，一方面我们尽量给予学生更多的关心与辅导，另一方面通过上课、团体辅导等形式给予帮助。

二、完成了大学生的心理测试工作和心理健康档案的建档工作。

建立大学生心理健康档案，是心理健康教育中心的重要工作。20\_\_年十月份，对\_\_级学生进行了心理测试，对每位同学建立心理档案，并对一类学生进行了约谈。

三、开展了有特色的心理健康教育活动。

我们在今年五月份成功举办了第四届心理健康教育宣传月活动，形式多样，内容丰富，受到师生好评。如播放心理电影《暖春》、心理知识手抄报展、心理漫画展。在12月1日世界法定艾滋病宣传日，为了呼吁大学生积极响应和关注世界，关爱生命，我们举办了一次有意义的漫画展活动，宣传预防“艾滋病”，有利于同学们增长知识，培养一颗关注生命，关注健康的心灵。

四、继续主办一个宣传栏和一份报纸。

继续主办《心灵之越》专题宣传栏。办好《心灵之约》导报，登载心理咨询中心动态、学校内的受广泛关注的新闻报道、心理知识、学生的心灵感悟文章等。每期1200份，分发到每个寝室。

五、继续指导学校的大学生心理协会。

对心协干部和骨干会员进行培训，对协会活动给予大力支持和指导。例如：召开心理班会《新生适应专题》、《我的\'大学生活》等。

此外，我们还通过网站、设立心理信箱等形式，开展大学生心理健康教育宣传月活动等形式，进行心理健康教育知识的宣传和普及，营造了良好的心理健康教育氛围，提高了全校师生对心理健康的认识，取得了良好的效果。

**心理咨询报告单篇五**

心理咨询中，咨询关系的建设是我很重视的问题。但在接受督导过程中，我有了更深的认识，尤其是在来访者的移情面前，应该如何真诚、尊重地对待来访者，让来访者看到一种“她没有感受过，但又是安全和温暖的关系”，进而将这种关系迁移到自己的生活中，产生新的体验。这也是人际历程治疗模式的一个重要内容。

在接受督导过程中，曾老师不断地关注这个问题，不断地通过讨论让我加深这种体验，让我更清晰地意识到关系对于咨询效果的作用。这种关注和讨论一直在提示我，也强化了我的意识，在案例中更注意对咨询关系的觉察。

我意识到，咨询关系不是一种技能，而是咨询师的人格和态度，它高于技能，超越技能，是咨询历程深入和深刻的重要保证。

在个案中，我逐渐做到了与来访者坦率地交流咨询关系，讨论咨询关系中出现的困扰，通过这种讨论与来访者的问题和目标相联接。当咨询关系出现问题时，我自己能面对，能真诚地表达自己的感觉，这让来访者也变得更真诚和更积极。

因此，从某种意义上来说，咨询关系中出现的困扰，反倒成了促进咨询进程的机会。也成为咨询师个人成长的机会，它促使我们放下防御，体验关系，直面问题，促进变化。

**心理咨询报告单篇六**

手机搜索并关注中科院的官方公众号，查找自己所在城市跟中科院合作的正规培训机构有哪些。

2、联系机构。

先记住自己所在城市的机构的名称，然后搜索该机构的公众号，有公众号就肯定会有联系方式，不管是打电话还是加好友都可以联系到机构老师。

3、报名费用。

4、考试。

每年考试两次，分别为5月份和11月份第三周的周六上午，考试时间2.5个小时，60分为合格线。参加完培训经考试合格者，由中科院颁发《心理咨询师基础培训合格证书》。

1、通过与不同人的.沟通，可以进一步提升我们的社交能力，让我们在人际交往的过程中可以更加地自信。

2、多一个能力多一条出路，同时还可以在无形之中提高自己在职场中的竞争实力，让我们获得更大的发展空间。

3、无论是在生活中还是工作中，无论是遇到什么样的挫折或者困难，我们都能够更好地调节自己的心理状况。

4、可以进一步提高我们的生命品质，同时进一步加强自己的个人修养。

5、在身边的朋友或者家人在他们遇到了心理问题的时候，我们能及时地帮助他们排忧解难做他们真正的贴心朋友。

6、成为心理咨询师之后能够帮助自己的心理状态时刻保持在一个健康的状态，远离亚健康状态的心理环境。

7、在个人的生活方面，比如说婚姻家庭以及子女方面遇到了问题的时候，可以及时地发现并解除问题，避免一些严重事情的发生。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印。

**心理咨询报告单篇七**

由于各种原因，自己在修习中很重视理论取向的学习，缺少实务技能的扎实训练。在1879项目的学习过程中，我发现了这个问题的重要性，在实务技能学习和督导环节也做了大量功课。

总结起来，我发现自己在三个主要问题上需要进一步加强：一是同理，自己只在初级同理上进行了一些探索和实践，高级同理不足。二是询问，自己对询问有一定偏见，甚至有一些抵触。三是面质，我只是将面质看成是一种“硬”的技术，缺少对温和面质的探索。

为此，在提交的案例中，我也关注了这方面的问题，并与督导老师进行有益的讨论。

在此基础上，我全面梳理了实务技能的学习收获，编写了关于实务技能的讲义，准备对当地学员开展实务技能培训。在编写讲义过程中，我对以上三个技术进行了大量的学习和再思考，借助督导，基本上纠正了自己过去的一些偏见，在个案咨询中也有了很大的改进。

**心理咨询报告单篇八**

我将分两个部分来讨论：一是系统学习前，二是1879计划系统学习后(事实上，在学习的过程中，每学完一门课，我都在有意识的运用，实习期间，会更强调自己有目的的做)。

我在系统学习前的个案咨询，程序是这样的：接待上门来访者，了解情况。来访的人有时候会紧接着就做咨询，有时候会考虑再说。我主要的工作内容就是，了解来访的问题是否在咨询范围，以及介绍咨询设置。

签订咨询协议书的时候，有的个案会拒绝，我也就不勉强，会直接开始咨询。咨询过程也更在意解决个案的问题。对结束的时间，把控并不严格，有时会延时20分钟以上。

在1879的学习过程中，我不断规范咨询设置，并严谨的要求自己。实习期间，我更是刻意修正之前不妥的做法，并且感觉到咨询有明显的进展：

**心理咨询报告单篇九**

本文目录。

机缘让我有机会与心理学近距离接触，可以说自己并不是个很乐观的人，但我一直寻找着积极向上的力量，正巧被我发现了心理咨询这块充满魅力的领域。我更深切地感受到心理健康对每一个人的重要性，于是我立志做一名心理咨询师，期待今后的人生体验更加精彩。

(一)成长经历。

我出生在。。。。。略。。。。。。来因为母亲的坚强影响着我，也说服了我，我又开始自信，不经历风雨怎能见彩虹，没有蜕变哪能有成功，所以我相信这是我人生中的第一次考验，渐渐的我不再堕落，开始从挫折中学会坚强，从失败中吸取教训，现在想想，那时的打击又何尝不是生活的另一种美好，她教会我生命有两种情况在延伸着，每一刻都要我重新审视自己，该如何走的更好。

由于中考的成绩不尽人意，我只能上一所普通高中，从此后我努力学习，认真进步，终于成绩又慢慢好起来，上了本省的一所大学学经济专业，之后又利用业余时间学习了法学。

参加工作后我渐渐明白，对于自己想要追求的要学会努力与放手，开始觉得人生中主要的是学会坦然面对、欣然接受的态度。工作经历和情感经历不论悲喜对于我来说是一种人生感悟的累积，我开始学会享受生活中的酸甜苦辣。我开始努力提高自己，因为只有自己丰富才能感知世界的多彩。人生可以适当游戏，但绝不可以游戏人生和自我放纵，要珍惜存在的每一天来感知这个世界。

和大多数人一样，我渴望追逐着幸福，也一样的遭遇着困惑。在这个过程当中，有过拒斥，有过执著，有过微笑，也有过绝望与哭泣，但是我始终没有遗失我认为值得拥有的也是在朋友心中我最可贵的品质：胸怀，善良，理解，真诚，反省。同样，在这个过程当中我也在努力改进自己的不足，克服自己的惰性，希望自己能够坚毅，敢为，进取，避免过于克制或执著。

(二)成长总结。

现在再回过头来看自己走过的路，虽然有过磨难和打击，但却让我更加热爱生活，知道珍惜，懂得付出。比起以前，我更加乐观，更加坚强，有力量和韧性面对生活中的不幸，也使我认识到，人生是一个不断受伤与不断复原的过程，只要充满希望，不断进取，终会有美好的明天。

成长历程中的每一份付出都为我带来新的收获、每一次挫折都使我承受着自卑，但我还是要感谢挫折对我的磨砺，因为它让我学会了关爱、感恩，学会了坚强，学会了乐观，学会了更加积极面对人生的热情。

如今的我已是而立之年，对生活的要求也变得现实了许多，我不奢求富裕，相信健康是福、快乐是宝。我认真对待工作，它是经济的来源，也是自我价值的体现。我深深地爱着我的家人，以及身边的所有的人，因为爱让我感到幸福。面对今后的人生道路，我将继续努力，不断完善自我，成为一个大有益于社会的人，一个有所成就的人，成为一个出色的心理咨询师，帮助周围的人驱除心理上空的阴霾，还他们一片晴天丽日。

我现在所处的年龄阶段很容易被生活中各式各样的问题困扰，如情感问题、工作问题、人际关系等等，因为我的人生经历还很少，欠缺生活经验。而不可避免的这些问题会给自己带来很多的负性情绪，而这些负性情绪也会长久的困扰着自己。通过心理咨询师的培训与学习，我可以较科学的明确情绪问题产生的原因，合理的调整个人情绪，通过自己的努力与实践，基本具备了解决自己情绪问题的能力。作为一名心理咨询师，其本身的人格是决定心理咨询进程的关键因素，只有一个健康，稳定的人格，才是取的咨询效果的根本保障。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取得疗效的程度，所以说，心理咨询师对自己的了解和分析、心理咨询师的自我成长，才是心理咨询中最为关键的因素。努力的自我探索、自我提高、自我完善将是我以后努力的目标。

我一直喜欢关注自己的内心世界，喜欢与自己对话，喜欢感受自己的成长。对心理学有持久的兴趣，很小就开始阅读相关的书籍，热衷于探索自己和他人的心灵成长。

我的性格总体是热情、好强，亲和力强，常常有反抗意识，喜欢坚持自己的观点，但善解人意，喜欢思考，能够客观地分析问题，有恒心，有耐性。情绪体验偏强烈，容易烦恼，我自认为拥有的五个良好品质是：真诚、善良、宽容、积极、坚强。因此我的朋友很多，他们对我的评价是：真诚重感情、积极向上，是一个适合做朋友的人。同事们评价我是：性格外向随和、善解人意、待人真诚、热情善良、工作能力强。当然我也有我的缺点：有时太追求完美，偶尔有些固执，比较敏感，太在乎别人对自己的看法。

心理咨询既是科学，也是艺术。科学的道理是不难理解，而将咨询的技术个性化地应用于每一个来访者，则是一件困难的事情，需要长期在实践中摸索完善。与咨询理论和技能相比较，与来访者建立良好的咨询关系显得更重要，其前提是对来访者的无条件理解、接纳、尊重。心理咨询的要求是做到对人的尊重理解和关怀，它须具体表现在良好的咨询关系中，这也是人本主义的价值观。我很理解领悟人本主义的无条件尊重来访者，这种观点让我在面对价值观不一样的来访者时，首先是尊重其价值观，然后与其客观探讨。我相信每个人都有自我成长和自我完善的内在力量。所以每一个求助者身上，都有资源，好的心理咨询师的任务就是发现这些资源，然后告诉他们，让他们发现自己救助自己的能力。不是咨询师为求助者解决了他的问题，而是求助者本身就具有解决自己问题的潜在能力，他是在我们的帮助下，自己最终解决了自己的问题。而理论和技能的学习，其目的正是为了在咨询过程中最大程度上实现以来访者为中心这一根本理念。

返回目录。

我在红枫心理咨询中心开始了心理咨询实习。我的实习目标是通过实践提高自己的咨询技能和水平。

在一个月的实习过程中，主要回复咨询邮件，网络qq咨询;每个星期二，实习小组进行案例讨论，角色扮演以及共情训练。

三、通过角色扮演，我以咨询者的身份，讲述了自己在情感之中的困惑，以及成长过程中与家庭成员的情感纷纷问题;一方面，通过“空椅”对话，我宣泄了积压在心中许久的负性情感;另一方面，督导与咨询成员们给予我很多鼓励的话语，令我认识到自己存在的思维、行为模式，探寻自己身上的长处，挖掘自身潜能。

案例讨论、角色扮演的方式，让我们对咨询员的坐姿，表情，询问的语气，共情的态度等方面得到了实际训练。

一个月的实习期很短暂，我在一些方面上存在着不足：在网络咨询中，与咨询者的共情不足，过早的加入自己的价值观判断，没有以一个中立态度对待咨询的问题;自信心不足，角色扮演中不敢担当咨询员的角色，总是担心自己的能力无法胜任;在共情训练中，自己表露的是焦虑，担忧的情感，没能达到满意的效果;实习期间，由于自己还忙于其它事务，无法静下来认真于心理咨询，没有自己的个案与大家共同讨论。

在红枫的实习，可以说是既有收获也有遗憾，但总的来说，收获是较多的。

此次实习中，有幸得到刘凤琴老师的督导，每当在咨询中遇到困惑时，刘老师总能耐心地指导我们，给予我们启发;刘老师有多年丰富的心理咨询经验，对心理咨询有自己独到的见解，她用通俗的语言讲述心理咨询方法，直观明白，不是僵化的理论，更令人易于理解和消化。刘老师开朗、乐观个性，亲热、包容的态度，敢于挑战困难的作风，令人留下深化印象。

咨询室里直爽的芦老师，温顺的夏老师，一直在认真、辛苦地工作，她们那种强烈的工作责任感，积极进取的精神，值得我学习。

在实习中，我结交了一批志同道合的朋友：稳重的王芳，有潜力的瑶瑶、平和的牛牛、阳光的张爱、热心肠的贾选红、强势能干的慧娟、斯文的竹子等。通过与她们交流对心理咨询的观念、看法，分享。

心得体会。

使我得到很多的启发从中我能感受到咨询员团队的温馨和快乐。她们身上都散发着一种光芒无论是显露的还是含蓄的都是一种助人自助的力量。

返回目录。

我觉得通过这些日子的实习，学到了很多的东西，明白了很多的道理。这些是我在学校怎么都不会学到的。

(一)我人生的方向将会改变。在去这家公司实习之前，我就已经在上海实习过了，实习了一个月。再在三才的这段日子里，我真的觉得现在做心理咨询这行，我们不太合适。原因有以下几个:。

第二，我觉得我们还很年轻，不适合做心理咨询师。都说年轻是资本，但是也要看，在什么地方，年轻才是资本。心理咨询师，好听点就是生活的艺术师，难听一点就是别人的垃圾桶，精神垃圾。这就需要心理咨询师本身有很好的消化能力，别的同学，我不敢说，但是我发现自己可能还要再经历过磨练才行。在整理心理咨询个案的时候，才发现这个世界的黑暗那一面。大千世界，无其不有。有时候吧,有意的,无意的,你就会发现,这些东西在干扰你的生活.呵呵,还要修炼啊,哎.

第四，我觉得这个市场有点乱，我所了解的咨询师没有一个心理咨询本科出来的，学什么的都有，什么化学的，数学的，企业管理的等等，真是莫大的讽刺啊，这么下去，良莠不齐的咨询质量，终将危害市场的形成。

(二)角色的转变。

在开始的时候，我还是和平时上学一样，没有意识到自己已经走上了社会的岗位。在我的潜意识里，我就是一个学生。在学校，喜欢和同学们聊天，在公司里，自然而然的，和坐我旁边的咨询师们聊天了，一个咨询师一周来一次，所以我认识很多的人。在公司上班其实学到的东西不是很多，但是我感觉和他们聊天，听他们讲自己的故事和经历，倒是学到了很多。有一天，老板找我，跟我说，现在你已经是一名员工了，工作和聊天不可兼得啊。我一下子就明白了。

(三)是老板,都一样的.

两家公司都相似,都是心理咨询的,私人开的.第一家公司,一天发20快,无车贴和饭贴.第二家,开始说的很好,一天30,车贴和饭贴都有.哈哈,还开心了.结果是,发实习津贴的时候,只有一天三十的,不过绝大部分饭是一起吃的,老板付了一部分,田老师付了一部分.自己掏过一两次.

还有很多的事情。

认识了很多的人，交了不少的朋友，明白了很多的事理，学到了很多的知识，更重要的，摸清了心理咨询的现状。这些就是我实习所得到的。

庆结束后的第一天，我来到安定医院进行实习。由于我们的实习指导医生临时出诊，于是给我们分配的任务是分类总结《精神病学》的精神障碍的症状。在此期间，另外一个医生让我们先在医生办公室见习了一个病历。

某患者主诉睡眠不好，烦躁、焦虑，有家族心脏病史，高血压，曾有过自杀经历。对女儿很溺爱，但认为女儿总是不听话，心里觉得别扭、压抑，感到后悔、自责，对什么事都不感兴趣，对女儿的事感到自卑;由于提前一年退休，因而没有升上干部，少拿退休金，所以感到非常后悔，看到别人上班拿钱多眼红。在工作方面，语言表达能力比较差，人际关系一般。

患者承认自己有自言自语的情况，但强调与工作和孩子有关，否认幻听、被监视等精神病性症状。但丈夫称其有幻听情况，患者原先称当她想起女儿时，会跟女儿说话(“假性幻视”)，现在患者却否认。

患者认为为工作产生的心理不平衡而自杀是合理的。但称自杀时没有勇气、怕死。称对现在的生存状态感到满意，到了安定医院就不想自杀了，说在医院不让她干活，没人说她(有敷衍、讨好的嫌疑)。无意中称原来有人要杀她，但现在没有了。觉得自己心灵很肮脏，总是想不好的事。

我觉得该患者意识清晰，思维连贯，交谈顺利，思维逻辑合理。

返回目录。

实习单位：

指导老师姓名：

一、

实习目的。

(一)目的。

通过心理咨询科实习，遵循学以致用的学习态度，加强对所学知识的理解，把这些理论和技巧运用到工作和生活当中去。比较系统地掌握心理咨询科基本知识、基本理论和基本操作技能，初步掌握心理咨询科疑难、危、重症的诊治原则。并掌握心理咨询科常见病种的诊断和治疗方法。

(二)要求。

1、了解心理咨询科成立的时间、背景、作用。

2、熟悉心理咨询科的案例分析记录表格，学写案例分析记录。

3、熟记心理咨询门诊来访者须知，为来访者解说。

4、了解心理咨询师与心理医生的区别。

5、了解和掌握心理咨询科心理测量软件的操作方法。

6、掌握心理咨询门诊各项文件的书写、一般办公软件的应用。

7、掌握心理咨询科常见病的诊断、鉴别诊断。

二、实习时间与地点。

(一)时间。

(二)地点。

三、实习内容。

医院里的心理咨询不同于学校和外面心理咨询中心的咨询，在这里让我找到了不一样的心理咨询平台。心理咨询科的医师主要专攻神经医学与药理，也学习心理咨询，因此也能够兼看心理咨询，但心理咨询通常要花的时间比较久，毕竟心理问题都不是一天造成的，要探索内在进而打开心结需要花较长的时间;而心理咨询师，通常已学习许多心理咨询技巧，可运用这些技巧协助来访者处理内在心理层面的问题。但医院中的心理咨询，大多是进行心理治疗，这里的心理咨询师是需要有丰富的临床医学知识做铺垫的，且开药的是医生，所以他们是有处方权的心理医生。

心理咨询室的成员由高级、中级、初级心理咨询师组成。咨询人员能帮助来访者解决各种心理问题和心理障碍，能提供心理危机干预。同时配有上海惠诚咨询有限公司制造的心理测验综合软件系统，成人心理测验系统5.0版。量表由九大类76个专业权威量表组成，分类显示为智力类、个性人格类、心理健康综合筛查类、情绪类、精神科常用量表类、老年及其他评定量表类、亚健康状况类、应激及相关类、婚姻家庭及生活满意度类。

心理咨询门诊来访者须知：1.心理咨询遵守保密原则，来访者自愿原则。2。根据来访者情况，属于心理咨询范围，每人每次收费70元，每次30-50分钟。3.心理咨询师一个复杂的过程，有些问题不是咨询一次就能解决，需要进行多次谈话，希望来访者要有一定思想准备。4.全天候诊，节假日不休。

心理咨询科非常紧密的结合了心理咨询的专业特色，为我提供了一次实践工作的机会。实习中的工作主要有来访者的接待与预约、心理档案整理、心理测验系统软件操作、心理评估、个案咨询以及协助主任分析案例等。学习一般心理障碍和精神疾病的鉴别与诊断。如：1、掌握常见精神病的咨询和治疗方法：(1)神经症：抑郁性神经症、焦虑性神经症、癔症、恐怖性神经症、神经衰弱、疑病性神经症。(2)人格障碍：偏执型人格障碍、分裂样人格障碍、冲动型人格障碍、强迫型人格障碍、表演型人格障碍、反社会型人格障碍。(3)社会适应障碍：交往障碍，人际关系问题，家庭生活问题，子女教育问题。等等。2、熟悉下列问题的咨询原则和方法：(1)人格障碍：偏执型人格障碍、分裂样人格障碍、冲动型人格障碍、强迫型人格障碍、表演型人格障碍、反社会型人格障碍。(2)性心理障碍等。

40天的实习中,来访者32人,其中男15人、女17人，初诊者18人、复诊者14人。虽然不是每天都有很多病人，但是通过与患者的交流，我对心理咨询师以及心理咨询工作有了全新的认识，对专业知识在社会中的重要作用有了进一步深入的了解。

在这里有很好的学习环境，没有来访者时，可以向指导老师请教问题、探讨案例，可以看书、看以前的案例分析记录自学。这一个多月我看了《心理医生》《职场心理健康大全》《fbi特工读心术》《用“心”经营健康》等书，并时时记录。

读书笔记。

收获也很多。

四、实习的收获与总结。

(一)收获。

在老师的指导与咨询实践中学到的：一个心理咨询室的成立是很不容易的，一个医院设立心理咨询科花费了许多人力物力财力，一步步走来，虽艰难，却也有了不错的成效。知道了学心理学要想有成绩，得多下功夫，多学多问多实践，要有比别人擅长的东西。只有清楚的知道了咨询师与来访者的责任、权利、义务，才能更好地维护自己的权利。明确自己应尽的责任与义务，避免不必要的麻烦，减少事物的发生，利于咨询的进展。

咨询中时间有限，每一个来访者在走进咨询室的那一刻起，咨询师就得从他的语言、神态、面部表情、肢体语言等各个方面去观察来访者，形成第一印象，然后在咨询中深化对来访者的了解，从而更好的进行咨询。还需要来访者回去后反复思考咨询师的话，领悟其中的道理，尽量自己进行自我调节，再配合药物治疗来减轻症状，若自己无法摆脱，症状没有好转，再在复诊时重新制定咨询方案。

咨询师与来访者之间需要一个交流的平台，也需要来访者配合。特别是在医院，病人如果不配合医生的治疗，不听医生的建议，医生说再多也是徒劳无功的，问题还是无法解决，病情无法好转。

不同年龄、不同性别、不同文化程度、不同个性的来访者，前来咨询时无论是在语言表达、认知、情感体验、领悟能力、思维方式等方面都有很大差距。咨询师在交谈中运用咨询技巧时得因人而异，对有些文化程度高的、领悟能力强的人，可以进行心理测量，对话时可多用专业术语进行咨询;对于文化程度不高。理解能力较差的来访者，多用通俗易懂的语言或例子来替他们答疑解惑。

面对情绪很激动、很焦虑、很紧张或很抑郁的来访者，首先要解决的是他的情绪问题，如：引导他发泄情绪，说出心中压抑很久的不快，等其情绪稳定些，再进行下一步的心理辅导或心理治疗。

遇到比自己年长的来访者，无论自己觉得是否有能力进行咨询，先看来访者是否信任你，愿意你来为他咨询，如果有一丝怀疑的态度，最好将其转介给资深的心理咨询室，因为如果一开始咨访关系就不太良好，没有建立彼此信任的氛围，会影响接下来的咨询效果，转介是对来访者负责，也是对自己的一种保护措施。

等等。

在自学的心理学书籍中学到的：在处理事情时，要顺其自然，不要把事情人为地复杂化，要把握事情的实质、主流，解决最根本的问题。

幸福并不是靠别人施舍来的，而是要自己去赢得别人对你的需求和喜爱。当我们遇到困难、挫折、逆境、厄运时，运用一下反向心理调节，就能使自己从困难中奋起，从逆境中解脱，进入洒脱通达的境界。

人际关系是以感情维系的，而形成深厚的感情，必然少不了独特引人的交往手段和拉近并保持融洽关系的相处艺术。所以要多充实自己，多学习多看书，提高自己的知识水品，便于更好地与人相处。

等等。

(二)总结。

毕业前的实习是每个大学生必须拥有的一段经历，同时也是一门必修课。通过这次实习，锻炼分析实际问题的能力，培养认真、严谨的精神和作风，为就业和将来的工作提供了难能可贵的经验。

对我来说，40天的实习生活似乎是转瞬即逝的，通过自己亲身工作，让我体会到了积累知识和经验的重要性。感觉自己对专业方面的知识储备还比较欠缺，而且有些知识的理解掌握也并不深刻。不过这段实习生活增强了我的自信心，也知道了自己的优势。虽然在工作当中遇到了很多的困难，但都在自己的努力下以及老师的指导下，得到了很好的解决，随着经验的不断累积和增长，工作中，还常常用到许多课堂上所学的谈话技巧、办公软件操作、案例分析、心理评估、心理测量等，使我有机会将理论应用于实践。同时也认识到了，要把书本上面的东西和实际结合，这需要时间，要有一个不断累积的过程，所以不能操之过急。

现在回想起来,学到了很多，也感受到了许多，虽然现在实习已经结束了，但里都还有一些恋恋不舍。因此，我要感谢院系领导对我自主实习工作的理解和支持，感谢班主任一直以来对我实习期间的关心与鼓励，也感谢实习指导老师对我的悉心指导。总之，这次实习是我从学生的身份转向职业者的一个必经过程，也是迈向社会的很重要一步，我将时刻准备好迎接以后的挑战，向着理想奋斗!

**心理咨询报告单篇十**

1、自我发展史。

一九七二年，我出生于一个普通的农民家庭。小时候在父母的疼爱中长大，他们在生活上无微不至地呵护我，在精神上全心全意的支持我。父母的爱让我的身心得以自由的成长。对我来说，父母一直是我人生道路上的牵引者和指导者，在父亲那里我学到了坚强、乐观和自信，在母亲那里我学到了善良、真诚和坚持不懈。家庭是我人生第一所学校，在这所学校里，我学会了爱，也拥有了一颗坚强、乐观、自信、善良和真诚的心，这也一直影响着我以后的生活和学习。4岁时，到了上幼儿园的年龄，父母把我送去了幼儿园，在那里我认识了许多小朋友，整天在一起玩耍。幼儿园的生活充满快乐，在那里结识了人生的第一批朋友。

进入小学后，我度过了一段天真浪漫的童年生活。许多同学是我幼儿园时的玩伴。在这里，我不仅有儿时的朋友陪伴着，还认识了许多新朋友，这也是我人生的一大笔财富。在他们身上，我学会了包容和接纳他人。在学习上，我的成绩一直很好，虽不是出类拔萃，但我很勤奋而且很听老师的话，因此在老师和父母的眼里我是一个好孩子，他们经常表扬我，我从中体验到了勤奋的快乐，养成了爱学习的好习惯。进入初中后，我学习比较勤奋努力，自己也感觉到父母的喜欢，老师的赏识，同学的友好相待。正因为这些，我被全班同学推举为学习委员，当时真的非常高兴。在初中的生活中，由于父母很民主，很理解我，我没有太多的学习压力，各方面发展还是很顺利，轻松愉快的度过了初中生活。我第一次感觉到我长大是在初一第一次为父母做饭后，看着他们开心的吃着，我很自豪。

初中毕业后，我顺利地考上了市重点高中，高中的生活对我来说是一种身心的考验。周围的同学都是每个乡镇的佼佼者，感到有压力，不论我怎么去努力，可每一次考试都是班里的中等水平，但我的性格没有让我选择放弃，而是一如既往的努力。由于物理、化学成绩一直不理想，在文、理分科时我选择了文科。高三那年，学习任务重，高考的压力也很大，再加上父母的期望，我知道只有自己加倍努力才不会落后。可是现实却捉弄人，高考失利，这也是我人生的第一个低谷。那年暑假，我是在后悔、自责和矛盾中度过的，经过一番矛盾的斗争，我最终选择了不复读。直接进入了政府部门工作，并用业余时间完成了大专和本科的学业。

2、自我人格剖析。

结合我的成长过程，我的性格活泼开朗、踏实努力、乐观坚强、善良、真诚、能较强的适应外部环境，朋友们都喜欢和我在一起，节假日期间，我们常常外出旅游，他们大多都认为我是一个积极进取、乐观向上，对生活充满信心，很有奋斗目标的人。大学时做过艾森克的人格测验，我是外向稳定性型人格，具体表现为外向、情感易于外露，开朗活泼，好交际，能很快的适应环境，态度温和，善解人意。我拥有的五个最好的品质是：真诚、善良、乐观、坚持、负责。俗话说“金无足赤，人无完人”，当然我也有我的缺点，比如有时太过于理想化、完美化、太在乎别人对自己的看法。如果用三个形容词来描述自己就是：理性、乐观进取、善解人意。在朋友们的眼里，我是一个比较随和，容易相处，对生活充满信心、积极进取的人。

经过多年的磨练，我的人生观、价值观也发生了巨大的变化。我深刻的体会到努力、勤奋是通向成功的阶梯，人生需要我们一步一个脚印的。、踏踏实实的向前走。因此我为自己确立了每一阶段的奋斗目标：完成业余大学的学习，努力提高自身的综合素质；工作中成为一名合格的劳动工作者，更好的为每一位劳动者服务；完成心理咨询师的学习，做一名合格的心理咨询师，为家人的心理健康加分。

在人生的成长过程中，遇到了各种的困难和挫折，我认为这是我人生的一笔财富，是我不断成长的基石。在以后的成长中，我还需要不断克服种种困难和挫折，我觉得自己需要加强的五个方面是：

1、永远积极进取、乐观坚强；

2、不断学习，充实提高，精益求精；

3、永不退缩，勇往直前；

4、帮助他人，快乐自己；

5、保持一个平和的心态。

一路走来，生活中充满了酸甜苦辣，虽然有些时候比较辛苦，但是却十分快乐，因为我在不断地成长，不断地进步。今天的我不再执迷于个人的得失，而是对周围的人和事有了更多的理解和关怀。没有走不过的坎，只要自己肯努力，一步一个脚印踏踏实实的`往前走，就像一个陀螺，在鞭打下仍不失优雅，不停的旋转，在旋转中找到平衡，在运动中实现自我，快乐的缠着既定的目标努力。

开办全国首家私人心理诊所“苏晓波心理诊所”的苏晓波老师说过，“每个对心理治疗感兴趣的人，无一例外地是想探索自己，在帮助别人的时候自己也成长起来，在自己成长时能更好地帮助别人”。的确，心理咨询师在我心目中，正是一种可以让我的思想走向成熟、心理走向健康、人格趋向完善的高尚职业，同时，它也是一种送人玫瑰手留余香的职业。做一名合格而且优秀的心理咨询师，成为了我心里的渴望和理想。我希望能够帮助一些求助者解决各种各样的心理问题，塑造其健全的人格，尽我所能帮助他们健康发展。这可以说是我选择心理咨询师这一职业的最主要动机。另外，心理咨询行业在我国还处于起步阶段，从人类社会的发展上看，它将具有巨大的发展潜能和空间。我希望自己能在历史的潮流中抓住机遇，在有限的生命里体现个人最大的价值。

1、从知识方面看，我具备成为一个合格心理咨询师的基础。心理咨询只有掌握扎实的理论知识才能更好的采用心理咨询的技巧来帮组那些处于困境的求助者解决心理困扰。在一年多的学习生活中，我系统的学习了发展心理学、基础心理学、社会心理学、测量心理学、变态心理学、咨询心理学、健康心理学等方面的知识，另外我还参加了心理咨询师的培训，对心理咨询的知识和技巧有了更深入和更全面的学习，具有了一定的心理学知识和助人技巧。

2、从人格方面看，我具有成为一个合格心理咨询师的条件。心理咨询师的人格条件是做好心理咨询工作的最重要因素，也是心理咨询师应具备的首先条件。我有一个积极的心态，真诚，有良好的适应能力，能妥善地处理好自己的心理冲突。我的情感丰富且稳定，处事比较理智，有较好的沟通能力，为人随和热情具有亲和力，具有敏锐的观察力，尊重他人，具有强烈的责任心和爱心，而且我还不断地认识自己、充实自己、剖析自己、提高自己。

虽然我具备成为一名心理咨询师的基本条件，但是我也清醒地意识到，目前我的心理咨询知识更多的是理论知识，实践经验也比较少、经验不够丰富。要成为一名优秀的咨询师需要与世界前沿相关专业学术水平接轨，要多看、多学、多听、多思考、多总结，更重要的是多实践，不断创新。记得学习时老师说过，当一名好的心理咨询师要有爱心、要有耐心、还要有恒心。这句话我将铭记在心，它将时刻伴随我的心理咨询事业。

（三）从业期待。

1、期待求助者能敞开胸怀，给予我信任，肯定我的工作价值。

2、期待自己成为一名优秀、资深的心理咨询师，使我帮助过的求助者更够健康快乐地生活。

3、期待更多的人能认识和了解心理咨询，在自己需要帮助的时候能及时求助。

（四）从业优点和缺点。

我的职业优点是对人性具有足够的认识和感受力，具有足够的爱心和包容心，具有强烈的责任心，还拥有积极乐观的心态，同时还具有一定的心理学知识和咨询的技能和技术；我的职业缺点是：专业理论知识还不够，心理咨询的经验不够丰富，实践经验比较少，咨询的技能有待进一步的学习和提高。

（五）如何面对工作中的赞许和责难。

在未来的工作中，对所取得的成绩我会正确面对，成绩只能说明过去，我依然会勤勤恳恳地工作，坚持不懈地努力，让自己有更高更好的发展。对于工作中遇到的责难我也会正确对待，我会理智地去分析问题发生的原因，正视它，解决它，尽量改正错误，做到有则改之无则加勉，使自己不断地走向成熟。

参加心理咨询师培训以来，我的心情是愉快而且乐观的，既使有时发生一些不愉快的事情，我也能够运用所学的心理学知识迅速调整好心态，掌握自己的情绪，做自己的主人。

在学习的过程中，我深刻的体会到；要想真正学好心理咨询，特别是要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。心理咨询是一种助人自助的工作，只有一个健康、稳定的人格，才是心理咨询师取得咨询效果的根本保证。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取得疗效的程度。所以，心理咨询师对自己的了解和分析、心理咨询师的自我成长，才是心理咨询中最为关键的因素。

心理咨询是一个助人自助的职业，是咨询师以自己的人格魅力和专业的咨询理论和咨询技巧帮助求助者解脱心理枷锁、获得心灵自由的过程。心理咨询既是科学，也是艺术。科学的道理是不难理解，而将咨询的技术应用于每一个求助者，则不是一件简单的事。我清醒地认识到自己与合格的心理咨询师的要求还有很大的差距。我期待得到身边老师们真诚的指教，今天当我步入心理咨询的大门，我相信自己的未来会很精彩。

[2]葛喜平。如何成为心理咨询师[m]。长沙：湖南人民出版社。20xx。

本文档由撇呆范文网网友分享上传，更多范文请访问 撇呆文档网 https://piedai.com