# 用心经历,自然成长

来源：网络 作者：静水流深 更新时间：2025-03-25

*第一篇：用心经历,自然成长用心经历，自然成长一、复杂的工作历程12=6+3+3 工作已经12个年头了，时间虽不是很长但很复杂，6年的英语教学+3年的高中地理教学+3年的初中地理教学。新的岗位、新的任务、新的困惑，面对和用心经历让我慢慢成长...*

**第一篇：用心经历,自然成长**

用心经历，自然成长

一、复杂的工作历程12=6+3+3 工作已经12个年头了，时间虽不是很长但很复杂，6年的英语教学+3年的高中地理教学+3年的初中地理教学。新的岗位、新的任务、新的困惑，面对和用心经历让我慢慢成长。

二、从痛苦的往事中，重拾信心

在我的中学时代，语文学习不及格的记录一直被点击但很少被刷新。痛苦的往事彻底把我打倒，自开始参加工作到评中教一级的八年时间里，从未写过论文之类的教研文章，因为怕写。2024年该评一级了，但必须有市级以上的获奖论文，我急了，于是我苦思冥想、东看西学，经过几天的煎熬，我的第一篇论文出生了，接着经过市里的几轮审核获奖了。事后想想做这样的事情其实也不是特别难，教学研究就是解决身边的实际问题，哪怕是一个很小的问题，从而探索出自己工作的有效途径。从此，我尝到了甜头，便有了信心。

三、从自己的弱点中，折射出闪光

对于性格内向温柔、言语不多且分贝较低的一位女教师来说，想用外形来征服学生是件很难的事情，特别是在极其活泼的初中平行班里，更是难上加难。用学生的话来说，“吴老师的凶是装出来的”。一次课堂上的用肢体定位来回答问题，让我感受到课堂氛围不同以前，后来我也用肢体语言来帮助同学们学习和理解地理中的重难点。学生开始喜欢上地理课，我也喜欢给学生上地理课了。同时在教学中我也用一些突发奇想、一闪即逝的方法如简笔画来帮助自己教学，并将这些方法在运用过程中的一点思考通过阅读寻找理论支撑，整理成论文，深入研究形成课题。在这些得到肯定的同时，让我从失落中找到了幸福和兴奋的感觉。从此，我知道人的性格弱点有时也可以折射出闪光。

四、从学校教研平台中，磨砺自己 教师的专业成长，需要有合适的平台。学校近几年开展了很多实实在在的教研活动，给我们每一位教师提供了展示自己教育教学风采的舞台。通过学校的引领，老师们积极扎实的练兵、成长很快。

教师的进步，离不开团队的支持和帮助。俗话说：一个好汉三个帮，几次公开课前校内磨课，通过学校老师现场点评和指导，再反馈、再调整，不断地改进教学方法。汇集众多专家的智慧，审视自己的教学，尝试在自己的课堂中体现这些理念。同时可以通过学校举行的论文、案例、课题等教研比赛中与同行们交流。通过学校的教研平台和同事们帮助下，磨砺自己，才能提升自己。

五、从平常的经历中，反思自己

教师的成长=经验+反思。教师的教学不能完全跟着感觉走，要学会反思。这点我做的也不好，今后我将抓住外出学习和培训的机会，从书籍、网络中汲取智慧，通过多层次、全方位的学习，坚持反思自己的教学，并通过写随笔的方法记录自己的反思痕迹。让这种“坚持”形成习惯，成为自己的品质。

学无止境，教无止境，我将继续把学校的引领、同伴的帮助、自己的反思作为自己专业成长的三大途径。在这里我要感谢那些陪伴我一起成长的同事和朋友，谢谢你们！

以上表达比较浅薄，如有不到之处，敬请各位原谅，感谢您的耐心，谢谢！

**第二篇：成长经历**

我的成长经历

广西百色市田阳县实验小学

李玲姣

我出生在广西百色市靖西县的一个偏僻山村里，靖西位于广西南部临近越南，是一个偏远的边境县，从小在农村成长的我历经艰辛，磨练了我独立自主、果断坚毅、意志坚定、不达目标决不放弃的性格。记得初中毕业时，由于家里贫困兄弟姐妹多，父亲为了减轻家里的负担也为了让我早日跳出农门，叫我报考中等师范学校，我是百般不愿却又无可奈何，只好把大学的梦想压在心里。通知书的到来，全家人异常的高兴，而我却高兴不起来，我知道从此我就加入到教师的行列，三尺讲台就成了我的宿命，到了学校平常我放松自己的方法是傍晚的运动，晚上的休闲活动就是看文学名著，三年的中师生活这些文学名著伴我度过了很多个漫漫长夜，到了假日我经常出没在图书馆，因为我知道既然选择了教师这个行业就一定要活得厚重与精彩，要想在今后三尺讲台上取得成就，就只能从今天开始为今后的为人师做好一切准备。就这样忙忙碌碌中我度过了三年的中师生活。

2024年师范毕业后，我变成了一个实实在在的教师，我分配到一个偏远的乡镇中学任教。这所中学位于靖西县的南部，与越南只有一山之隔，这里地处边境距离县城有28公里，农民生活非常艰苦，经济收入仍然是以原始的耕作为主，为了供孩子读书，这些父母们只能背井离乡前往广东打工，因此学校大部分的孩子都是留守儿童。而我只在这所中学任教了一个月，因为县里边派我前往广西教育学院进修脱产学习两年，我所选的科目是英语，因为英语对于我们这个边境县来说是一个非常紧缺的科目。就这样的我的身份有发生了新的变化，一下变成了英语教师。在广西教育学院学习的两年中，可以说生活过得单调但很充实，因为学习英语对于我来说是一个全新的开始，三年的中师我们学的是 综合性的知识，而现在要学的是专业性的知识，对已我自己本身而言一切都是从零开始，在脱产进修学习的两年时间里我大部分的时间都是在教室和阅览室里边度过的，为了能很好的提高自己的英语水平，我每天都要求自己开口说英语，课堂上把那些上课经常用的课堂用语做好笔记，整理成册，经过两年的刻苦学习我的英语水平有了很大的提高。

2024年我从广西教育学院毕业回到了我原先的中学任教，记得刚开学初时，学校组织新教师进行了为期7天的岗前培训，培训内容丰富多彩，我从中获取了很多宝贵的经验，这期间使我对自己未来的这份职业有了更加清晰地认识，也增强了很大的信心，也正是这个时候，我立志要把教书育人当成自己不懈追求的事业。为了上好每一堂课，我和同组的老师们不断研究教材，搜集资料，探讨教法，从此，我从“学生”渐渐进入了“教师”的角色。

对于我这个刚从学校回到讲台上的新教师来说，如何上好每一节课都是很重要的。面对教室中一双双求知若渴的眼睛，一开始我心中总有些忐忑不安。幸好，学校各位领导和许多的老师，对我的工作和生活给予很多的支持和帮助，他们听我的课，课后给我耐心指导，指出我的优点和不足；同时，我也去听其他老师的课，吸取了很多宝贵的教学经验，听课后对照听课记录本对自己的备课教案进行修改，将他们很多优点和长处适时应用到我的课堂教学中去。通过相互听课，我的收获很大，逐步掌握了一些驾驭课堂的技巧，也逐渐积累了不少课堂教学的经验。这也使我的各项教育教学工作得以有条不紊的展开。在这一年里我深刻体会到了做老师的艰辛和快乐，无论是教育教学的思想理念，还是具体的课堂操作能力，个人基本素养等，都有了很大的进步，我愿把自己的青春倾注于我所钟爱的教育事业上，倾注于每一个学生身上。

第二年，我正式开始担任班主任工作。班主任工作是非常辛苦的，但这对 我来说是一次很好的锻炼，我认为一个好的班主任有可能影响一个学生的一生，班主任的魅力在一个班集体里边是非常重要的。接到班主任聘书的那天，我就把这个信念作为我的班主任工作准则，开展工作，走向成熟。起初，由于工作经验的缺乏，急于求成或期望值过高，甚至简单粗暴，班主任工作开展得并不顺利。后来通过学校多次组织班主任经验交流会，我学到了很多，其中最重要的是一个“勤”字。首先应是勤于思考。“知已知彼，百战不殆”，班主任要勤于了解学生情况，要勤动脑寻找比较好的教育契机和方法措施来教育管理学生。其次，勤于疏导。要求班主任经常鼓励上进，指出问题，以正确的人生观教育学生，还要经常找学生谈话，个别疏导。这样既能调动学生的自我教育意识，又能增进师生之间的信任和感情。第三，勤于调查。班主任要勤进班级看看，无论是自习、课间还是其它活动时间，掌握学生动态，及时化解班级矛盾。第四，勤于联系。班主任要与学生家长和各任课老师建立密切联系，真正架起一座教师、学生、家长三方面互相配合、共同进步的桥梁。就这样，经过一轮从初一到初三的锻炼，我得到了学生尊重，从那以后，我心里重新认识了教师这份职业，明白了肩上的责任。

在英语教学工作上，我有幸和我的集体团结奋进，在老教师的悉心帮助指导下，从如何理解教材，进行教学设计、如何有效提高课堂效益、如何听课、评课，如何进行课后反思、论文撰写等等，我都有了较大的提高。在教育教学中我深深体会到：教师要胜任自己所教学科的教学任务，完成教学过程，必须懂得基本教学理论与教学要求并有自己的专业基础，要做一名优秀教师，更要具有较强的教学能力。一个教师教学理念的落后，专业知识的贫乏，文化知识的浅薄，必然使他成为一个平庸的教书匠。相反，我不要做这个“教书匠”，我要努力使自己成为受学生尊重的“教育家”。因此我在教学行为上力求创新，逐 步形成我的教学风格，通过自己不断的努力所任课的班级在全县的每次考试排名中都取得了很好的成绩。2024年经学校领导决定任命我为学校教务处副主任，从一线的教师、班主任到学校的中层领导，我的身份又发生了大的变化，但我始终忘不了自己是一名人民教师，教书育人才是我的天职，在学校我分管的是学校的文艺和体育，我认为一个好学校的定义就是让这个学校的孩子们爱这所学校，让老师们把学校当做是自己的家一样，这样这个学校才会有生机，然而让如何让孩子们喜欢在学校呢？我就从几个方面入手，多在学校组织开展学生们喜欢的课外活，因此每个学期我都组织开展一些主题活动，比如迎新晚会、校运动会、游园活动等等，这些活动的开展丰富了孩子们的生活，使他们更深爱这所学校。

经过教育教学岗位上的不断历练，使我迅速成长起来，2024年我被乡党委政府评为优秀教师，2024年被评为县优秀教育工作者，2024年被评为百色市优秀教师称号。从原来的一个教学上的新手到现在教学上的得心应手，我要感谢的是在我成长背后许许多多帮助与指导我的老师们，是他们让我有了今天的收获，为了挚爱的事业，我还将长期、扎实地实践下去。

2024年9月由于家庭的需要我阔别了8年的工作岗位，随家人调到了田阳县实验小学，回首这8年的时间有很多的感慨，在这8年里让我学会了成长，学会了自己的使命，学会了责任与担当，感谢在这边8年里陪我一起成长的同事们，在今后的教育教学中我会把这些年学到的知识运用到工作中。记得刚步入小学课堂的第一课时，心理还是非常的忐忑，从中学教师到小学教师的转变需要一个过程，刚开始我总是以中学生的想法去看待这些孩子们。因此课堂上总是达不到预期的效果，小学生比较好动上课的前十五分钟时他们接受知识最好的时间段，可过了十五分钟以后就会有很多的孩子开小差，因此如何在小学 英语课堂上让孩子们学得开心快乐成了我进入小学课堂要研究的课题，经过了一个学期的慢慢摸索，我发现游戏教学在小学英语教学中发挥着非常大的作用，让孩子们在玩中学、学中玩的过程中掌握知识，这样能很好的调动孩子们学习的积极性。

多年的英语教学中我也有很多的困惑，我们现在的中学英语教学其实纯粹是为了应试，而英语本身就是一门语言，可孩子们用英语的说的机会很少，久而久之家长和孩子们都认为学英语就是为了考得高分，就是希望在中考的时候总分能上重点中学。现在的小学英语也给了我很大的困惑，现在所用教材对于小学的孩子们来说是很有难度的，而英语教材的要求和目标是：着重培养学生学习英语的兴趣、养成良好的学习习惯、有效的学习方法、自主学习能力和合作精神。但由于教材比较难因此学生很难对英语产生兴趣，有些学生还产生了厌学的心理，这些想法很可能对今后学英语照成一定的影响。

我能参加这次的培训感到非常的幸运，因为对于我们这些边远山区的老师来说能参加这样的培训是一次很好的锻炼机会，我希望通过这次的培训能更好的提高自己的专业水平，教学水平。也希望得到专家老师的指导：

1、如何很好的在英语课堂上运用游戏进行教学。

2、如何很好的培养小学生学习英语的兴趣。

3、在小学的英语学习中是否多加人一些语法教学。

4、在今后的教学中我该如何很好的运用这门语言，让学生容易的把这门语言运用到日常的生活中去。这些都是我在平时教育教学中所要解决的问题，希望参加这次的培训能够找到解决这些问题的办法。

总之，我将会在这次培训中努力学习，把上海这座大都市先进的教学理念带回来，并将运用到自己今后的教育教学中。

**第三篇：成长经历**

光阴如流水，不知不觉间就要毕业了。想起三年前我只身一人来到曲靖师范学院，对这个地方好奇也充满疑问。

大一来不久，一次偶然的机会有了进素质教育中心\*绿色通道的机会，当别人还沉浸在刚进入大学校园的喜悦中，我便成天往绿色通道跑，为的就是一个月实习结束能留下。终于，我被留下了，从什么都不懂的毛头小孩慢慢融入到大学生活中。在绿色通道里认识了很多优秀的人，各个年级的都有，和他们交流我感觉收获很多很多，避免了自己在大学的学习生活中走更多的弯路。在绿色通道，有了去新知图书城的见习机会，因为绿色通道就是学校和新知合办的一个项目。不止有个去企业见习的机会，在绿色通道我们还卖起了文具和咖啡饮料，增长了见识也锻炼了自己。在一年多的成长中，我从一名实习生当上了通道的主管，这个过程中有欢乐也有艰辛，但它们却让我成长着。

与子同时，在大一刚来不久，班主任介绍给我一份在我们学院勤工俭学的工作，送报纸信件和整理办公室。可能在别人看来这是一份普通的工作，没什么可提的，但我觉得在这个过程中我抓住了机会，因为有老师的信件，我认识了很多老师，与他们交谈我有了更多的想法。

从小就想出去看看。在大二刚结束的时候终于有了去广东的机会，去那里的一个雨伞配件厂做了将近两个月。因为新奇，所以想出去外面看看，去过之后才知道其实外面的世界真的更精彩，有很多东西特别是思想观念和别人比差距很大。想想以前的自己觉得就像是井底之蛙，只看得见一块天看不到一整片天。

四年的时光是短暂的，认识优秀的老师，优秀的同学是珍贵而值得的，正因为认识他们，自己的想法丰富了。在大三这个分水岭的时候，我更加坚定自己所走的路，不徘徊，不犹豫，因为我知道自己想要什么，什么路更适合自己。而当你下定决心去做一件事的时候，努力了，就算结果不尽人意，但是在努力做这件事的过程中其实你收获了很多，别人体会不了。并且也不需要去做很多事，把一件事做好，把当下事做好，也许那会更完美！

**第四篇：成长经历专题**

成长经历

高密东北乡,那里就是莫言的家乡，也是他几十年来在文学创作道路上一直苦心构筑的文学故乡。

莫言小学五年级时，他因文革和得罪别人被迫辍学回家务农，当起放牛娃。但是莫言的文学功底很好，作文写得非常漂亮，莫言曾说，他小时候之所以想当一个作家，就是想一日三餐都吃上香喷喷的饺子，就是想娶石匠女儿当老婆。

长大后，20多岁的莫言离开家乡当了兵，历任班长、保密员、图书管理员、教员、干事等职。那时，他又拿起笔开始写作，作家梦在这个年轻人的内心再次熊熊燃起。当时，莫言写了很多作品，向全国报纸、杂志投稿。他一般都选择地市级刊物投稿，而不是大报大刊。每次莫言都满怀信心地把厚厚的稿纸装进信封，之后开始漫长且充满希望地等待，最后等来的往往是破烂不堪的退稿信封，里面最多塞上一封编辑部铅印的退稿信。终于1981年的一天，莫言收到一封保定市《莲池》编辑部的信，他发表了人生的第一篇短篇小说《春夜雨霏霏》。此后在文学的道路上，莫言在艰难而又幸福地跋涉着。当年在《莲池》上发表《春夜雨霏霏》的那位20岁出头的青年战士，如今已经成长为一名享有世界声誉的著名作家。

莫言的书是一种精神的财富，同时他的奋斗也是令人可敬的。出身平凡，有着和我们一样的故事，却不自卑，心怀世界，坚持不懈为梦想执着，这不正是每个我们所怀揣着的中国梦吗？要明白如果想要卓越，就必须和别人不同，要有更多的付出。

**第五篇：成长经历**

平凡的童年

我的童年很简单，除了背着书包上学校外便是享受着儿童的无忧无虑与无知的幸福平淡。和许多人一样，我没有生活在万物俱备只欠享受的豪门望族，也没有经历家庭剧变的悲惨洗礼，也许这令我失去了锦衣玉食或者早熟刚强的机会，但也没给我带来奢华堕落及自暴自弃的由头。于是像个凡人一样健康平安地成长，在父母羽翼的呵护下走过了安宁的童年。

于是应该明白，很多时候平凡是同样幸福的，选择的道路不同那么承担起的责任必不相同而且看待幸福的角度也是人人迥然！或许平凡就注定了不会经历惊天动地的辉煌与荣耀，不会体会到天堂般的享受与地狱般的痛苦，但也正因为如此才令身边的一切都那么自然与平和，虽然平淡无奇但却那么和谐而温暖。其实许多时候人拼命追求一切的目的不过就是为了平凡的生活，只是追求的过程令他们不得不改变！

就像曾经十分流行的一句话“幸福是什么？幸福就是猫吃鱼，狗吃肉，奥特曼打小怪兽！”而变成了人，那就是“有吃有喝有床睡，平凡地活着，生活着！”

辛苦的中学时代

当从小学生转职升级成了中学生后，生活就变化啦，平凡的童年不得不进化成辛勤劳作，书海奋斗的中学时代。在许多人的记忆里中学时代的确可能是十分辛苦十分枯燥的一段日子，那些岁月里两点一线（家与学校）或许是许多人最为深刻的体验。然后便是埋头苦干奋笔疾书的同学，堆积如丘的书籍，唾沫四溅的梦想交流，甚至那纯纯而青涩的轻轻爱恋和老师与我们一起坚守到深夜的坚持不懈……

于是回想起来，不知是嘴角泛起了淡淡而满足的微笑，还是心中突然感受到了轻松与失落，抑或者是突然霞飞双颊，咀嚼甜蜜。至少那段充斥着亲情、友情、师生情甚至爱情的回忆就如同镌刻在记忆石上的文字伴随着生命直至终结！也许那时为了一个单纯的大学梦想而不倦奋斗的日子现在看来失去了好多更好的东西，但估计很少会有人会后悔，因为相比失去，我们在那一条千军万马共同驰骋的战场上也确实得到了许多许多，有你并肩作战的，谈笑风生的铁哥们，有你感激尊敬，无微不至的好老师，有你无私无悔，悉心呵护的亲父母和那个若即若离，真心倾慕的他或她！

于是应该明白，什么书山题海，那又如何，还是被我们给度过了，尽管疲惫不堪，遍体鳞伤，但却无比激动与兴奋！那不眠不休的战斗虽然无比辛苦，但谁也不能否认那是一段多么飞扬洒脱，跌宕起伏，热血无疆的青春岁月！因为那段看似黑暗的日子不知有多少盏明亮的心灯指引着彼此相互扶持着走向远方，走向目标！

就像伟人说：“成功是没有捷径的！”我无耻地改了一下：“成功是有捷径的，那就是付出比别人更多的努力与汗水！”

崭新的大学生活

岁月的日历在人的不经意间便掀过了十八页，于是在这样一个年纪终于迎来了那对曾经的自己是如此神圣与向往的大学生活，成为了千万大学生中的一员！

当曾经属于中学时代的通宵鏖战以及百考不死属于了历史尘埃后，那种犹如脱笼之兽重获自然与自由的幸福感迅速让自己对周围的一切都感到新鲜与好奇，渴望挣脱出那曾经窄小的世界去重新审视自己的周围以及整个世界！而当失去了一些枷锁后，性格也会发生一些改变，那种属于青年的特有的火热、张扬、潇洒、飞扬、激情四射重新迸发出无限生机，犹如雨后春笋般迅速衍生，渴望发展成为击破苍穹的挺拔秀竹！

猛然失去舒服的短暂不自然以及离开家庭，离开熟悉的一切时的那种感伤虽然弥漫开来，但也很快被新的大学生活所掩盖，在一套全新的模式下去适应新的生活，结识新的朋友，接受新的知识，寻找新的目标，也开始走向真正需要许多自立能力的新的开始！

也许许多人体会到大学生活并没有传说中那么幸福与轻松，但为了自己的付出和未来也不得不这么做！

于是我又明白了一件事：“如果你觉得自己是在被生活强奸，那么你就努力奋斗，争取可以强奸生活！”

结语

十八年的生活不可能只经历这样三个时期，但估计大多数而言也就这三个时期的记忆是真正深刻的，生活这幕戏剧除非演到生命终止，否则还会继续，未来是怎么样的谁又能知道，不过我们却都拥有相似的前期生命，不管这时你是得意，平凡还是失意，都请找个时间慢慢回忆，而如果在这里找到自己的以坚持下去的动力！再加一句：“生命诚可贵！”活着就没什么是不可能的，这便是我那平凡的经历与不凡的感想！！

人们在刚刚降生到这个世界上的时候，除了性别之分，其实并没有什么不同。但最终能够成为怎样一个人，很大程度上是由个人的成长经历，社会环境，及某些重大生活事件所决定。回顾自己的成长历程，我感到自己幼年、童年时期的生活经历及情感体验对铸成今天的我起着决定性的作用。

我出生在上个世纪七十年代中期，恰逢文革结束。我成长于一个干部家庭，父母均是单位上的领导干部。学龄前时期，父母由于工作原因经常出差或加班加点，根本无暇照顾孩子，只好将我送到市里一家全托幼儿园，每周只能回家同父母呆一天。或许是继承了父母的性格特点，我从小就比较开朗外向，虽然不像其他同龄人能和父母朝夕相处，但并没有感到孤单，寂寞，反而增强了自立能力，独立性也很强。上小学之后，父母虽然工作繁忙，但从不松懈对我学习上的督促和帮助，使我一直接受着良好的家庭教育和学校教育，可以说我成长的每一步都倾注了他们的心血。特别是我的母亲，在我看来她是一个真正意义上的女强人，不但事业有成，生活中更是一位贤妻良母。如果一定要我说出一个我最崇拜的人，那就是我的母亲。她坚强、乐观的性格无时无刻不在影响和激励着我。就这样，一直到初中毕业我始终是在掌声和鲜花中度过的，那时的成长道路可谓一帆风顺。

刚入中学，一切都是陌生的。陌生的校园、陌生的同学、陌生的老师。不变是，天仍那样的蓝、树仍那样的绿、花儿仍是那样的鲜艳。随着时间的流逝，渐渐地一切都变得熟悉了，校园不再陌生，同学和老师也都成为了朋友。于是，走过了陌生，一切都变得快乐起来了！中学的生活主要是学习，那时候我最讨厌的就是英语课，从第一节开始的时候，我就深深的讨厌上了这门课，还为自己找了个“满意”的借口：我相信我很爱国，所以我不学英语。现在想起来真是可惜，长大了还是得学。

参加了心理健康教育学习班后才得知，青春期属于特殊时期。由于这个期间的发展是非常复杂、充满矛盾的，又称为“困难期”、“危险期”。

中学的时候同学之间的关系大多是单纯的，不过由于正处在青春期，男女之间彼此并不怎么来往，往往喜欢一个人却老是和她作对，喜欢她却老在别人面前说她的坏话。现在看来，这也是青春期的一个特征，出现对异性的好感和接近异性的欲望。又由于环境和舆论的限制，这种朦胧的好奇心和欲望感不得不被压抑，还要在他人面前进行掩饰。中学的生活是忙碌的，又是单纯的，在开心中我结束了我的中学生活，结束了我的单纯生活。

经历了高考这个人生重大的转折点，迈进高等学府之后，接触的人和事大大的开阔了我的视野，在如饥似渴的汲取丰富知识的同时，我开始学着用相对客观的态度去评价自己和他人，开始用自己的眼睛去观察世界上的人和事，也许这就是所谓成长吧！此后，我渐渐拥有了成人的感觉――感到自己身上肩负着某种责任，自己理所当然地应该去承担生活中的某些东西。今天，当自己明白了一些人生道理，回过头来审视自己成长经历，发现过去所遭受的那些挫折、痛苦并非完全没有价值，相反它却隐含深远的意义。今天的我，对周围的人和事，有了更多的包容、更多的理解、更多的关怀，而不再执迷于个人的得失。所以有人说“挫折、痛苦的背后才是成长的空间。”本科毕业后，我进入了南航附属初级中学工作，生活节奏加快了很多。

参加了教育实践工作，这也使我第一次有机会接触到了心理咨询这个领域。在学校这个群体中，每个学生的个性特点千差万别，但也有着共同的群体特征，比如文化水平较高等特点。社会心理学家认为群体是表露个人才能、表现个人特征的领域，是在社会价值、观念和规范影响下促成个体社会化的领域。在一个组织中，群体是实现组织目标、完成组织任务的基本单位。对于一个教育的管理者来说，仅仅了解单个学生个体和对个体进行管理是远远不够的，还必须对处在一定群体中的人以及对群体本身进行研究，才能对群体进行有效的管理。

通过这一段时间的学习、观察、思考，不但我自己的心理健康水平得到了很大提高，同时也逐渐从心理学专业的角度出发，去重新审视周围学生和朋友心理上存在的问题。我发现其实我们每个人身上都存在着不同程度、这样或那样的心理问题，甚至还有些人由于不堪忍受心理重负过早地结束了自己的生命。这一切让我切身的感受到一个人如果不能正确面对和解决自身的心理问题，将会怎样毁坏自己的生活、消磨意志、降低自身感受生活乐趣的能力。我真心的希望每一个学生在顺利完成学业的同时，都能发自内心地感受到生活的美好，都有能力去创造自己想要的生活，都能成为一个完整意义上的人，这种希望更加坚定了我学习心理咨询知识和技能的决心。

作为一名共产党员及思想政治教育工作者，我是一名唯物主义者。我认为心理咨询的伦理要求做到对人的尊重和关怀，这恰恰符合了党中央提出的“以人为本”的执政理念。所以“以人为本”的价值观应该成为所有心理咨询工作者共同的价值观和伦理要求。“以人为本”也许是最不强调咨询技术的心理咨询，但它是最强调对人性的理解和尊重的，它相信每个人都有自我成长和自我完善的内在力量。所以我们应该坚信，不是我们为求助者解决他的问题，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。根据这样的道理，其实心理咨询并非高深莫测，只要我们能够坚持以人为本的理念，为来访者提供一个有利于其个人成长和完善的咨询环境，相信他一定能够从痛苦中挣脱出来，解决自己问题。如此看来，与咨询理论和技能相比较，更重要的是与来访者建立良好的咨询关系，是对来访者的无条件关注，是对来访者的理解、接纳、尊重。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。

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求助者，则不是一件容易的事。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，有效地帮助求助者解决问题，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。特别是当我真正开始进行心理培训之后才发现，真正决定心理咨询进程的，不是理论、也不是技巧和方法，而是心理健康教师本身的人格，只有一个健康、稳定的人格，才是心理健康教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。所以说，心理健康教师对自己的了解和分析、心理健康教师的自我成长，同样是心理咨询中最为关键的因素之一。

身为一名学校的思想政治教育工作者，我深知肩负着党和国家的殷殷期望与关怀，更感责任之重大。我的性格特质、教育背景、思维方式是我从事这项职业的优势所在。而业务水平、技能则是我尚需提高的方面，在这方面，我也期待各位老师能不吝给予我真诚的指教，使我更加胜任这项崇高的工作，学校学生心理健康教育工作的路任重道远，我将肩负起这一神圣的使命，用兢兢业业、求真务实的工作态度，为学校学生的心理健康事业保驾护航。“路漫漫其修远兮，吾将上下而求索”。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！