# 我的心理历程

来源：网络 作者：落霞与孤鹜齐 更新时间：2024-12-12

*第一篇：我的心理历程1.高山无语，深水无波，绚烂至极归于平淡，不是平庸之平，也非淡而无味之淡，而是素净质朴，宁静深沉；是深邃的执着，是内心的祥和，是深入的淡定，是物我两忘的境界。这是我所能想到的关于人生境界的极至，也许着极至只界定于我个人...*

**第一篇：我的心理历程**

1.高山无语，深水无波，绚烂至极归于平淡，不是平庸之平，也非淡而无味之淡，而是素净质朴，宁静深沉；是深邃的执着，是内心的祥和，是深入的淡定，是物我两忘的境界。这是我所能想到的关于人生境界的极至，也许着极至只界定于我个人的范围吧，等哪一天，心中无功名、无利禄、无喜亦无忧，那么这个境界就算达到了，只是不知这一天要在什么时候，可能是好几百年以后，现在是不可能的。也惟有想想罢了，或是在梦里将其实现。走进《三重门》的那段日子里，我以为我找到了自己，殊不知那仅仅是一个现象，只是自己在中学的生活里，找到了某些相似，可以说心依然是那么的空茫，融入了郭敬明，他那淡淡的悲伤，忧忧的情怀和那低沉的笔调，似乎唤起了自己内心的共鸣。尽管如此，我依然无法确定自我，就仿佛秋风一阵一阵的悲伤而来，我无法判断是悲伤被秋风送来，还是秋风本身就悲伤。也许成长是每个人的必经之路。随着时间的推移，有些东西会变，有些则不会变。我相信，在我以后成长的路上，我那份未泯的童心永远都不会变，我会顺着这条人生的路一直走下去，越走越远，越走越宽。二者兼并，也许什么都不是。可见人的复杂。好想古老的远方有一个童话。可以把自己融入的童话。有美丽的公主、英俊的王子，还有漂亮的宫殿。当然，什么也没有也可以，只要他是一个童话。然而，童话，能融入我的童话并不存在，只是古老的寓言还存在着。他说：你永远都无法知道鱼是否快乐，但别人也永远无法知道你是否知道鱼是否快乐。就像没人知道，站在遥远天际的是一条孤独的海龙，还是一道孤独的荣耀。在人生中，简单的童话只能是一个梦，复杂的寓言却是我们的必修。忘却了自己原本可以放弃，枕着头什么也不用去管，所谓文艺、所谓青春、所谓梦想，其实都是看不见的事物，就像记忆里繁盛的夏日亮光，强烈得不行，可是仔细回味那热度、气味和形状，却也只能在大脑里模糊成一片，然后紧紧的贴在眼皮底下，真希望他能永远的贴在那儿。可，这永远恐怕也只有定格了才行吧。那些夏日里暴雨横穿天空的季节，在阳光里蜕化出翅膀，覆盖住秘密。这秘密除了厌倦、无助还有忧伤，覆盖住潜伏在柔软的心脏里。等待着有一天覆盖的外物能被捅出一个口子，然后将一切的积压统统释放。一瞬间，还自己以自由。也许我应该钦佩古人，因为我始终不解陶渊明何以能以如此轻松无所谓的态度来对待后人视为富贵财富的东西，能够执起笔潇洒挥动，不问世俗，只问心。还有那梅妻鹤子，茫茫的孤独、长久的空寂，他如何忍受，如何度过。很是遗憾，我不懂酒，不懂喝酒，更别谈品酒。如果懂，也许我就知道答案了吧，不知品酒是否如品茶一般。噙在嘴里，慢慢送下，顺势通过五脏六腑，让每一角，每一落都得到触摸，然后静下心来，细细品味那留在唇齿间的丝丝余香，以此来让自己沉淀，不过这是一门高深的功夫，要有一定的道行方可修行，亦要有一定的天赋方可修成，诚然我不解。接下来我不知道会融入谁，但肯定不会是自己，一直都知道自己需要什么，可又怕去拥有所需要的，就注定了始终无法融入自己，始终无法达到人生的境界。那么，就继续让那秘密覆盖，并潜伏在柔软心脏的最柔软处吧。只是期盼，期盼在今后的日子里自己不在被困扰也就行了。九年了，弹指一挥间。流走的是时光，流不走的是心情。成长似乎是每个人嘴边常挂的话题，而我，也不例外。生命的转轮静静地转动着，我，手握一杯清茗，凭窗而立，任灵魂肆意的在心间游走起舞，听心音袅袅------时光的指针指向纯真的童年时代。一个女孩从丫丫学语到挂上红领巾，一步一个脚印，显得稚嫩，但又那么坚定执着。每天，我都会在课上认真听讲，不懂就向老师请教。我，喜欢看书；喜欢冒险。天真单纯的心，不带任何杂质，如一股清泉。读书，学习文化以及其他，只因为我热爱学习，觉得学习是一件快乐的事。每天，我都会与同学交流，对他们保持微笑。我，像其他的少女一样，会因为有人不理睬她而难过，也会因为别人的一句赞美而眉飞色舞。真诚直爽，让我的生命中多了许多好朋友，也多了许多色彩。所以我是快乐的，人情的温馨一直让我感动不已。每天，我都会和父母谈心，也像同龄人那样，喜欢向父母撒娇。我甚至觉得自己是天底下最幸福的小孩，自己的爸爸妈妈是天底下最伟大的，他们所说所做的一切都是对的。在父母的关怀目光中，我开始懂得爱与宽容。这就是少年时期的我：天真，单纯。生命的转轮继续转动着------中

学的生活之门开启了，女孩渐渐长大，进入人生中的花季雨季。女孩的心中开始有烦恼，疑惑，有时还会与父母起争执，对于生活也开始用怀疑的眼光来看待。女孩变的多愁善感，开始喜欢用日记来记录自己当时的心情。中学时期的我，有过彷徨，有过迷惘，但又对人生充满期待。这一段人生经历让我发觉：其实每个人都如同一块白色板。老师给了你线条，框框，让你可以自由发挥而不越界；好朋友给了你色彩，让你觉得人生我比较内向，不善于言谈，喜欢安静的环境。在我的人生中，乐观、自信、坚强、果断、健康五个方面还需要继续增强。我基本的人生观是简单致胜，待人如已，对待工作一丝不苟。我喜欢和孩子们在一起，整天和学生泡在一起，自己好像年轻了许多，因此心情特别愉快。在工作生活中不管别人怎么对我，我始终做到对别人问心无愧。在工作与生活中，我会取人之长，补已之短，不断改进自身的不足；在工作、生活、学习中，我喜欢与有能力的、工作责任心强的人交往。我心目中的英雄是周总理。在淮安师范三年，我多次去总理故居，缅怀总理的光辉业绩，感受总理的人格魅力。周总理那为“中华之崛起而读书”的精神将一直激励着我和我的学生不断前进。在我的人生发展中，父亲那种待人真诚，做事认真细心的态度一直影响着我。使我坚信只要认真去做，没有什么做不好的.简单、自信、执着是对我最好的描述。快乐、自卑、自信是我人生的心路历程。花开不是为了花落，而是为了开得辉煌。尽管人生不如意之处十有八九，但只要付出一定会有收获。坚信“痛并快乐着”！

**第二篇：我的心理历程**

我的心理历程

从呱呱落地的那一天，我们就注定要在这个世界上演一场精彩的演出。每个人都在一点一滴的长大、一点一滴的成长。很多时候，我们需要给自己的生命留下一点空间，来思索。。

如今回忆过去，似乎还是小学童年是最美好的时光，如今的社会在进步、在发展、在创新，新的生活被新人所上演，如今在日益发达今天，信息化开始逐渐被人们所认可，手机、电脑、游戏机似乎已成为每个青少年必备的一样设备，我出生在农村，小时候玩的东西与现在小孩玩的东西简直天壤之别，所受的教育也不同,下面来为大家讲讲我的故事。

小学阶段在我七岁的时候步入小学一年级，记得第一天去上学的时候，爸爸妈妈一起送我去的，当时很害怕很害羞不喜欢其他的小朋友，所以我就变得比较孤立，直到有一天他得出现改变了我的性格，他是我童年时的好伙伴好盆友，现在也是。记得当年我最喜欢吃的一道菜是锅包肉，最喜欢玩的是篮球，当时爸爸告诉我如果你能考班级前三名就满足我，似乎小时候总是那么的天真，竟把这个当成了学习的动力，每天都很认真，认真完成老师留的作业，功夫不负有心人，期末时的成绩确实不错，至少进前三名了，爸爸也如期完成了他的承诺，这是我小时候感到最有成就感的一次。。

**第三篇：我的心理历程**

我的心理历程

2024年的夏末，我来到了河北大学历史系学习，而如今我已升入大三。两年多来，我感觉自己经历了很多，逐渐从幼稚走向成熟，从偏激走向豁达。

当我刚刚来到大学之时，一切都是那么新奇，高大的教学楼，热情的师兄师姐，全新的学习方式，即将共同生活四年的室友和同学„„经过了报到的忙碌和军训的艰苦，我真正开启了大学生活。我大一的生活基本上由两部分组成，一是学习，二十课余活动。不同于高中，大学的学习方法有了很大的差异，而我的学习习惯是需要压力和督促，需要学习氛围。但是大学学习基本上是靠自学，而且同学们也基本上都是各自为战，所以没有了那种高中全班在一起学习的氛围。对此我比较不适应。但是通过看书和请教学长，我及时调整改进了自己的学习方法，保持了一定的学习成绩。我认为大学的生活，学习虽然还是最主要的，但已不是生活的全部，大学应该有丰富的课余活动。大学学习专业知识固然重要可是学习适应社会的经验、能力更加重要。基于这些认识，我加入了很多学生组织。其中有院学生会、校国旗班、班级生活委员、历史文化协会等。这些组织都有不同的锻炼侧重，也都有丰富的活动，占用了我大量的时间。大一下学期，我还被选拔为我学院的代表，参加了校“红色战线”杯辩论赛。这次大赛给我留下了很深刻的印象。赛前我们辩论队的成员用了很长的时间和极大的精力进行准备。我们学习辩论规则和技巧，搜集辩论资料，揣摩对方的思路，进行实战演练。最后我们把所有的准备与激情投入到了最后的比赛。虽然成绩不佳，可是我感觉自己收获了很多很多。经过自己全身心的投入，付出了极大的努力之后，可以在一场竞争中全部用于实践，脱口而出，淋漓尽致，思如泉涌，那实在是一种美妙的感觉。

我一直认为自己是一个心理调节能力比较强的人。但是在大一我在心里上遇到了一些问题。首先由于我参加了比别人更多的学生组织，所以我有忙不完的事情。学生会要开例会、写策划、办活动，国旗班要升旗，要日常训练，还有一些校内外的活动。生活委员的事务也不少，由于是大一，什么都要学习，各种补助的发放规则都要制定。因此，大一我时常因为早起国旗班训练而上午昏昏沉沉，由于学生会的工作而没有时间午睡。然后，一些竞赛类活动如辩论赛给了我很大压力，我怕自己做不好，给自己给团队丢人，因而想到了放弃。但是我自己开导自己，现在的锻炼虽然苦和累，但他是很有好处的。是在为我今后的人生积累经验。不快只是暂时的，以后当我们在社会中拼搏之时，我们回首这段往事，一定会感到那时的苦累是那样的不值一提，而又是那样有趣。压力是我奋进的动力，是对我能力的考验，同时这也是大家对我的信任，是我展现自我的机会。于是就在自我鼓励与调节中，一步步坚持了下来。

大二我成了学生会的部长和国旗班的班长，我有了自己的部员，有了新的责任。茫然、失措通通向我袭来。经过适应与学习，我与部员们获得了共同的进步，组织管理能力有了很大的提高。这学期我和同学组织了一场“社区周末文化广场”的保定历史文化图片展。此时正值我们学院刚刚从人文学院中独立出来，基本上是白手起家。我们多次出校联系保定市的著名文物古迹单位，让他们为活动提供一些资料和赞助。我们一帮外行一同制作活动展板，不断的请教摸索，最后作出了当初连我们自己都不敢想象的作品。我们对活动的每个步骤推敲与策划。最终把所有努力展示在了全校师生面前。

可是，由于我忙于各种课外活动，自己的学习成绩有了一定下滑。在大一时我对自己的专业比较有信心，但到了大二我对自己的专业也逐渐失去了信心。以后怎么办？最后我下定了考研的决心，绝技在提高自己的专业素养之后再投入社会的大潮。

大三的生活刚刚开始，我离开了熟悉的学生会和国旗班。开始为自己的考研理想准备。最近我通过研究一个专业问题，突然发现了学术和思考的乐趣。原来思考的过程是如此奇妙，思考的捷径可以使人如此满足。

以上就是我两年多来大学生活的心路历程。我相信只要保持一个健康向上的心态就没有什么过不了的障碍！

**第四篇：心理历程**

我这个人很“单纯”,中学阶段,从来没想过为了什么人而学习,也没具体想过将来如何的成就如何的报答父母,只是心理暗暗默认了对将来一种积极的期望.平时对学习理科有无穷的乐趣,学习新知识速度往往遥遥领先,在重点中学的考试成绩也出类拔萃的,对物理几乎是一种痴迷的程度.高三可以说是我人生的一大转折,整天烦琐的复习课程,老师和家长每天对高考的唠叨,以前倒头就能呼呼大睡的我居然开始整夜整夜的难以入眠,每天晚上用头撞墙,真是生不如死,以前一上课就兴奋的我看到课本就极度的厌恶.父母都在农村,当我从学习中抬起头来面对生活和未来时感到无尽的困惑和无助,于是我感到生活的乐趣全无,整个高三每天晚上都上网通宵,白天上课睡觉,第一学期期末考试从班级一直的第一名降到32名,老师和家长的谩骂我都麻木了,唯一支撑我活下去的就是可以抛弃一切烦恼的虚拟的网络.我这个人天生就是不太喜欢生活的琐事,没什么话题和别人太多的交流,看到爷爷奶奶走对面都不会主动打招呼,感觉没什么可说的,在周围的人和亲戚看来很奇怪.到高中和人交流困难也是肯定的,高三我难以入眠的事情没怎么和父母说的太明白,也不忍说,他们不是太理解,我说有压力,他们也不理解.认为我睡觉被人吵了,于是租房陪我读,第二学期老师把我调到讲台底下听课,每天顶着压力听课,但是高考那几天我吃了安眠药都难以入睡,白天是抬着脑袋去考试的.行尸走肉来形容我太合适了,高三拍出的照片我都不认识我自己了,精神相当的萎靡.曾经一直被同学崇拜和自信的我消失了.高三以前我一直很爱笑,别人皱眉头的时候我会感到很奇怪,有什么好烦恼的啊.高三我才深切感受到什么叫生不如死,仔细想想又欲哭无泪,有的时候真的感到自己的经历很滑稽.大三了,生活还是那么平淡,课本还是那么没有吸引力,想回到以前那种安心的学习痴迷的状态已经没可能了,每天除了上网好像没什么有意思的了.但是现实又告诉我必须现实起来,我还有在农村的年老的父母要报答,还要和堂哥堂姐们一样为了父母的天伦之乐快点结婚生子.这似乎就是我活着的意义,哎,人活着!也许有人会说生活中很多有趣的事情你未曾感受到而已.到如今我还真没体会到一群人在那边聊生活的琐事到底有什么乐趣,压根我对无聊的话很多的人没兴趣.专家会批评我有心理有问题.说真的我自小的的童年过的很无忧无虑,但是天生就是不知道拿什么无聊的话回答周围的大部分人,我最喜欢的事情就是默默的看默默的想.我感觉我说的话别人又没太多的兴趣,得不到共鸣,所以我保持沉默.我大学一直失眠,目前好多了,因为好多事情想了好多,都快成了位业余心理专家了.心理健康的人和不健康的人最大的区别在于做同一件事情时,前者会享受努力的过程,也许同时默默的期待美好的结局;后者只是为了期望的结果,自然会带着压力追求.爱因斯坦提出了震惊全人类的,我坚信他自小就是出于一种对自然科学的陶醉,一种本能的乐趣,并不是为了什么奖项.他也曾经为了个人生计犯愁,但是仍然痴迷科学试验,我坚信他的这种坦然的心态是成功的必要的条件.如果你带着荣誉感和对奖项的追求想搞什么科学发现,趁早放弃.21世纪,新一代的年轻人应该不要为了太多的所谓的责任而活,相对论已经明示了很多原本绝对正确的东西也变得狗屁不通.而在社会上,人们公认的很多东西绝对正确和错误的真的太少.每天快乐的生活,快乐的学习,不要一坐到教室里就想到为了各类所谓的证书,为了工作赚很多钱,为了报效父母等等.相反一个人带着对事情本能的兴趣去做它,爆发出的潜力是无穷的.

**第五篇：心理历程**

心理历程

对自己来说，以前真的没有好好的思考自己的心理发展情况，上了发展心理学以后，我对自己以及其他人的心理发展都有个大致的认识。

还是婴儿的时候的事情当然使自己记不清的，但是经常听父母说，我在当时特别乖，总是贪吃。呵呵，对母亲属于安全型依恋。母亲在的时候比较比较大胆，母亲不在的时候就比较小心。但是我不像其他小孩一样有事没事就哭。我很少哭的，所以我妈现在都经常说我但时特别容易带，只要捉一条蚯蚓给我玩一天都不会哭。呵呵。。这段时间我表现得极强的“好学”，我总是学父母做事情，说话等。比如学习使用筷子吃放等，不过当时总是打坏许多碗，这不得不使父母弄一个木碗使用。同时不管父母还是周围的邻居的一大乐事就是教我说话。据说当时教我说话闹了很多笑话。

进入幼儿时期以后，我就记得很多了，感觉这时期自己的独立性逐渐增强了，比如说以前穿衣服还要父母帮忙，现在都不乐意他们帮忙了，都自己捣鼓了，不过很多时候的结果现在来说就是太有创意了。都不知道衣服可以那样穿的。哈哈。于此同时对周围的世界充满了好奇和探索欲望，也初步产生了参加社会实践活动的愿望。真的小的时候对很多东西都觉得好奇，感觉每样东西都那么有奥妙。就说自行车来说，都不清楚为什么会那么转，总是缠着父母问，还有就是一个当做发动机一样在不停地转动轮胎。和父母出去到田里玩的时候总是很热情找工具所谓的帮忙，但是很多时候就是破坏。同时我的父母也教我一些常识，及其一些道德问题。比如说不要去碰火，尽管总是在吃了亏以后才记住。还有就是看到比较年长的长辈应该主动问好，这段时期应该是人生的前缘塑造时期吧，现在我都习惯向长辈主动问好。特别值得提的是当时村上有很多小孩，因为比较穷所以玩的游戏都是过家家，和捉迷藏，男孩还有弹珠游戏。当时我特别厉害，其他的小孩子总是输给我，感觉自己很有成就感。还记得早上很早就起床一个人练习弹珠。

快乐的幼儿时期过去了，开始上学了。这段时间是儿童心理发展的一个重要转折时期。在行为还是心理的发展上都得到系统的规范和指导。在学校有很多孩子在一起学习，大家都差不多大，都有好强心，比如说小红花的奖励，这极大的刺激了我们孩子按老师要求的做。动机很明显就是得到老师和家长的表扬和在同学面前显耀。这段时期学校在德智体各方面都会对孩子进行教导。这时期孩子都有自主的意识和想法了，在学校还是外面都有自己的圈子了。大家总是一起玩，对不是自己圈子的同学就是排挤或者就是挖墙脚，把他们拉到自己的阵营里。这也许就是小帮派吧，呵呵。这时期的孩子占有欲特别强，总是霸占一些比自己弱小的零食和笔什么的。而且也逐渐的认识到性别的差距。和女同学的距离也越来越远。但是这些行为都是父母和老师愿意看到的，所以在父母和老师知道以后都会批评和叫我们改正。这段时期我们所做的很多事情感觉不同了，以前父母总是赞成或者鼓励的，但是现在有的太多的是批评或责骂。你会觉得父母“变了”。这也就为以后的叛逆埋下伏笔了。

进入中学以后，是孩子们生理发育的高峰期。身体成熟与心理的幼稚产生了极大的矛盾，希望能像成年人一样，但是心里的不成熟极大的不协调。这让这一时期的我们产生很多烦恼。还有这一期由于生理的发育，对异性也表现出极大地好奇。对有好感的女生会有极强的爱慕心理。这一时期我们会有很强烈的自主意识，极力的想表现自己。这个时期我们一切不愿意顺从，不愿提取父母，教师及其他成人的意见，在生活中，常处于一种与成人相抵触的情绪状态中。但是内心深处则希望从父母处得到精神上的理解与支持。在这一时期我们大家都学会保护自己了，心理生活丰富了，但表露在外的东西却很少了。我们会常常感到孤独和寂寞，希望能有人来关心和理解我们，我们会不断地寻找朋友，一旦找到，就会推心置腹，豪不保留。

进入高中以后，告别了所谓的小孩时期。我们自主意识更加强烈，我们总是强调个性，要活的有特色，有自己的特点。一切问题即既是以自我为核心而展开的，又是以解决好自我这个问题为目的的。由于自我意识的高度发展，我们的价值观也逐渐确立，对自然，社会，人生问题等都带有根本性的总观点。我记得当时我们大家都有个这样的经历就是对人生的疑惑，我们读高中究竟是为了是什么？高考就是为了考上好的大学吗？考大学又是为了什么？人来到这个世界又是为了什么？这个问题在那段繁忙的高中生活里困扰了我们很久，特别是在我们比较低落的时候我们总是在想这个问题。高中，我们都相对来说比较成熟了，所以呢高中老师不会像初中那样比较严格的管我们，这需要我们有较强的自治能力，克服困难。这一时期，我们在交友方面不再像初中那样，豪不保留，我们泛交，但是只有觉得可以深交的朋友我们才会推心置腹的交流。这一时期我们都有个明确的简单的目标就是考上一个好的大学。我们都在为这个简单的目标在不停地努力着，我们繁忙而又快乐！

进入了大学以后，我们感觉我们变老了，我们的话题不再是以前的这个题怎么做，考试考了多少呀，什么的。我们的话题一直围绕着一个就是工作，将来在哪工作，做什么工作?能拿到多少工资？我们在大学更加的伪装自己，使自己不容易受到伤害。我们看问题变得更加的现实。还有一个变化就是我们变得更加的沉稳，不会像高中那样容易发火，冲动。

这就是到现在我的一个简单的心理发展过程，期间发展很多故事，对我的人生思想态度的有了很大的改变。但不管怎样改变我觉得只要跟着自己的心声走下去就应该不会后悔。

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！