# 心理日记100字范文格式(共5篇)

来源：网络 作者：夜色温柔 更新时间：2024-01-16

*心理日记100字范文格式 第一篇离开大学，回到家里，体验了工作，也开始更关注生活，似乎真的离开学生的日子了。听着别人谈论结婚的事情、自己的工作还有出国的打算，感叹着那个近似无忧的日子应该是结束了。突然想写起这部心理日记，把自己平时的发现和领...*

**心理日记100字范文格式 第一篇**

离开大学，回到家里，体验了工作，也开始更关注生活，似乎真的离开学生的日子了。听着别人谈论结婚的事情、自己的工作还有出国的打算，感叹着那个近似无忧的日子应该是结束了。突然想写起这部心理日记，把自己平时的发现和领悟，甚至包括对自我的认识等等写进去，如果今后真的能如我的打算成为心理咨询师的话，那么我或许写得会更多。书写这些的目的是为了看清自己，若有读者看到后也能有所感悟吧。同样生活在世间，每个人就会有自己的故事，有好有坏，我一直觉得经历得越多，人也能学会更多。尽管伤痛仍然会到来，尽管内心怀着多么大的憎恨或者悲伤，我都相信，在内心里一定存在着一些光明的东西，能让自己对这个世界露出灿烂的微笑。

生活有时候是一尘不变的，很多保守派不喜欢改变，因为一旦改变就有两个后果，更坏或者更糟，悲观一点的人就不情愿去改变原有的规律了。可是，很多人不是这么想的，因为不变也意味着压抑，很多人愿意去改变自己从而寻找一些自己喜欢的东西。 渐渐的，成为了一种目标，年少的时候说是梦想也没错，长大了之后那种梦想变得更加现实可行了点。有人说，漫无目的的人生像是行尸走肉般，每天那么辛苦的工作却不知道自己真的想要什么。为了生活，我们不得不工作，为了更富足的生活，我们又不得不寻找更好的工作。友人曾和我谈起另一位友人的故事，简单来说，在可能更接近自己梦想的工作与工资更高点的工作之间的选择，那位友人似乎更倾向于前者，他似乎很不赞同，我告诉了他我的答案，我也更倾向于前者，因为这本来就是每个人的想法，我觉得没有谁对谁错。每个人对钱的欲望是不同的，有时候普通的工资就可以维持自己的生活了（如果不是买些昂贵的东西且节俭的话），有了家庭之后，开销自然也要大了。但对于生活中本来就没有什么太多支出要求的人而说，物质以外的部分更吸引他们。

这个目标，这个目的，未必是和金钱挂钩的，那是体现他们人生价值的东西，每个人都大相径庭，就算是寻找更好的工作追求更好的生活也是一份可以让人前进的动力，就看它是不是你现在的重心了。我只是这么认为，人的一生只有一次，未必需要功成名就，有时候发觉很多东西和别人是没得比的，权利、地位以及各种要素，那么何必非要和他人去争呢？那个目标是自己的，而它也是超越自己的时刻。所以，对生活迷茫人，可能是根本没有那样的目标，或者说因为某些原因失去了那个目标抑或是迷失了，但我们仍要重新建立起人生的风向标，因为它才是我们内心真正的动力。

最后写句自己的话，人生或许就是这样——实现自己的目标且无怨无悔。

——定国

**心理日记100字范文格式 第二篇**

小时侯，我有偷家里钱的毛病，一看妈妈兜里有钱就想拿。一开始，我只拿几角钱，买些小吃，父母一直没有发现。一次，我把妈妈兜里的十多元钱拿去买了一大把自动铅笔，妈妈发现后及时的对我进行了教育。从此，我知道了小孩子不该随便拿家里的钱，养成见钱就拿的习惯，发展下去就有可能变成令人憎恶的小偷。

“再也不拿了!”我暗暗的下定了决心。

今年3月，我在帮妈妈整理衣服时，发现妈妈的呢子上衣兜里有20元钱，我的手不由自主的又把它拿了出来，准备放进自己的口袋里，突然我想起妈妈的话，不能拿!我把钱放回了妈妈的衣袋里，走出家门。这时，前边不远游戏厅里的枪炮声，飞机坦克的轰鸣声吸引了我。我来到游戏厅门口，掏了掏所有的衣袋，总共不足一元钱。我转身回家，拿出妈妈兜里的20元钱，迈进游戏厅的大门。

妈妈发现后异常伤心，她哭了。

我还是头一次看见妈妈流泪。我知道妈妈不是心疼那钱，她在担心我的将来写作文。妈妈哽哽噎噎的对我说：“我的话你怎么不听，这样下去怎么办?”我不敢抬头看妈妈，我知道我错了。一会儿，妈妈拿起正在做活用的剪刀，眼含热泪地对我说：“抬起头来，我今天让你看看妈妈的血是什么颜色的……”话音未落，剪刀已扎进妈妈的左手，鲜血霎时染红了剪刀，染红了妈妈的衣裤……我扑上去抓住妈妈受伤的手，“扑通”跪在地上哭泣着：“妈妈，我改，我一定改……”

从此，我改掉了见钱就拿的坏习惯。

那伤疤永远地流在了妈妈的手上，也在我的心灵深处刻上了一道忏悔的疤痕。

**心理日记100字范文格式 第三篇**

心理活动描写作文

一次,我真的哭了

听妈妈说我从小就不喜欢哭,即使小时候学走路时,摔得很痛也总是爬起来继续走.长大以后我更不喜欢哭了,我认为哭是弱者的表现,是一种无能的宣泄,再重的伤害,再深的感动我也会把泪水藏在心里.

然而,那一次我却无法控制自己,真的哭了.

我有一位勤劳,善良,能干的妈妈.妈妈一生辛勤劳作,日出而作,日落而息,任劳任怨,仿佛从不知什么叫疲倦.爸爸是小学老师,家中里里外外的活全落在妈妈一个人身上.但我从未听妈妈说过一声累,叫过一声苦.妈妈心地善良,从不伤害别人,对自己的子女更是疼爱有加.在我们的心目中,妈妈是世界上就伟大最可信赖的人.

然而,”天有不测风云.人有旦夕祸福“,在我上六年级的那一年,妈妈生病住进了医院.听到这个消息后,我请了几天假回来照顾妈妈.在医院的几天里,我每天都问妈妈:”妈妈,好点了吗 “妈妈每一次都会吃力的点点头,发出低弱的声音:”好点了.“可是,妈妈吃力的声音,苍白的脸色分明告诉了我:妈妈的病一直没有好转,妈妈一天比一天难受.

我的心纳闷了:如今医学技术那么高明,有什么病治不了的.爸爸一直没有告诉我们妈妈的病情,我何不去问问医生.到了医生那里,他问过我是病者的`什么人,然后说:”你爸爸不告诉你是不想让你伤心,我告诉你是想让你有个心理准备,你妈妈得了的是晚期癌症……“我如同晴天霹雳,再也听不下去了.撕心裂肺的喊起来:”不可能的,这是不可能的.“

接下来眼前一片模糊,我不知道自己是怎么从医生办公室出来的.但我记得我作了很大的努力,才把夺眶的泪水收回眼里.我不能让妈妈看见我哭,更不能让妈妈知道她的病情,不然她会拒绝治疗的.我努力装出没事的样子回来照顾妈妈.

住了好多天院,妈妈看到病情没有好转,就吵着要回家.我们拗不过她,只好依了她,把她接回了家.因为面临毕业考试,妈妈几次劝我回校,说老呆在家里会影响学习,家里还有哥哥,姐姐照顾,叫我放心回校.我真不想在这个时候离开妈妈,后来在一家人的劝说下第二天我才决定回校.

第二天早上,当我拿起行装要出门时,妈妈拖着极度虚弱的身体走到我身边说::”孩子,这100块钱你拿去学校用吧.“

我愣住了,呜咽着说:”妈,你身体不好,就留着自己用吧.“

”傻孩子,妈在家里用不着,你拿去学校用吧,好好念书,妈以后还等着你养呢.\_

顿时,我什么话也说不出,只是极力的控制自己,我不能在妈妈面前哭,妈妈想让我放心,我也要让妈妈放心.

走出家门,我再也控制不了自己,泪水像缺了堤的坝一样涌出来,我孩子般的哇哇大哭起来,把内心所有的悲伤,痛苦都哭了出来.我的心碎了,我无法想象没有妈妈的日子,将会怎么样,如果能换回母亲的生命,我将不惜任何代价.

从来不相信眼泪的我,那一次真的哭了,哭得好伤心,哭得好委屈.

**心理日记100字范文格式 第四篇**

老师，您太辛苦了，我喜欢的几句话是：老师，我的好老师您太辛苦了!让我们这些学生为您做点什么吧!老师，我的好老师您太辛苦了!让我们这些学生出点力吧!………

老师是多么辛苦啊!在我们已经进入梦乡的时候，而您还在灯光下批改作业。在我们下课玩耍时，您却在办公室里备课。我的好老师，上课时您教我们知识，让我们明白父母用心血和汗水把我们养大。虽然有时您会让我们做一些有难度的问题，但您也会和我们一起答题。一篇篇课文是您带我们去读去提问题，和我们一起答题的人也是您———老师。一本本书是您让我们去学去读。我想长大以后一定要考上大学，也当一名人民教师。 我们都在老师的培养下成为一个有用的人。我爱我的老师!

**心理日记100字范文格式 第五篇**

我的希望是拥有一个杂乱的书桌，它完完全全的属于我，没人可以碰触它上面的任何一本书，我会在上面摆满我喜欢的东西，当然有吃的，有写完的圆珠笔，但每张纸都是简洁整齐的汉字，我可以从中迅速找出我想要的书，可以随手找到笔和纸，去书写我正在想的事。

也许我就是这么简单的一个人，绚烂之至，总该归于平静吧这是安慰心痛得最好的理由，也许我不可能成为职业作家，可如果我还能写，我就一定写下去!!!用最原始的方式去记录生命的历程，回头看毕竟是怯弱。但我真的忍受不了一场场相聚又别离的悲剧，点燃的火焰，内心空虚让它熄灭，虽然情不自禁，没办法。燃烧是自身的毁灭作代价。凤凰是历尽生死煎熬，涅磐成仁。

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！