

# 2023年体育咨询工作总结 咨询顾问工作总结 总结(精选6篇)

总结，是对前一阶段工作的经验、教训的分析研究，借此上升到理论的高度，并从中提炼出有规律性的东西，从而提高认识，以正确的认识来把握客观事物，更好地指导今后的实际工作。相信许多人会觉得总结很难写？下面是小编整理的个人今后的总结范文，欢迎阅读分享，希望对大家有所帮助。

## 体育咨询工作总结 咨询顾问工作总结篇一

作为公司的销售人员，深刻地认识到肩负的重任，因此，在做好日常工作的基础上，还要不断吸取新的知识，完善自身的知识结构，针对自己的薄弱环节有的放矢；同时向销售业绩高的同事学习成功经验，以提高自身的能力，为今后的工作打下更牢固的基础。加强自身学习，加快工作节奏，提高工作效率，力求周全、准确，避免疏漏和差错。

公司秉着“精诚至上，服务为先”的理念不停的在进步和完善，而自己的学识、能力和阅历与其都有一定的距离，所以必须加强自身的学习，以正确的态度对待各项工作任务。积极提高自身各项素质，争取工作的主动性，责任心，努力提高工作效率和工作质量。

工作中存在一些问题和不足，主要表现在：第一，由于对业务的不熟悉，以致工作起来不能游刃有余，工作效率有待进一步提高；第二，有些工作还不够过细，一些工作协调的不是十分到位；第三，自己的理论水平还跟不上公司工作的要求。在下接下来的工作中，应认真提高业务、工作水平，为公司经济跨越式发展，努力贡献自己的力量。在新的一年里即将来临之际，也意味着新目标的开始，我想我应努力做到：第一，加强学习，拓宽知识面，努力学习房产专业知识和相关工作常识；第二，本着实事求是的原则，尽心尽责完成各项工作，

真正做好每个客户都喜欢的置业顾问，努力做好一名优秀的销售人员；第三，自身工作作风建设，团结一致，勤奋工作，形成良好的工作氛围。遵守公司内部规章制度，维护公司利益，积极为公司创造更高价值，力争取得更大的工作成绩。

回顾半年来的点点滴滴，工作的过程中，我还需要更加积极主动；这得益于和领导，前辈的交流，我真正感受到了领导的关怀和期望，同时也佩服他们渊博的知识和丰富的实践经验。同时我也衷心期待领导和前辈能够多多在工作上指导我，在思想上帮助我，我会尽力为公司的进一步发展和壮大发挥自己应有的作用。

最后，再次衷心的感谢身边的每一位领导及同事，有了你们这样好的领导，好同事，在这样的一个优秀的集体里，我相信我们的`公司明天会更好！在这片热土上，我们将收获无限的希望！

## 体育咨询工作总结 咨询顾问工作总结篇二

结合自己工作岗位，通过公司内部网、互联网以及领导、同事的介绍，学习相关行业知识、公司成功案例等，为以后的实际工作做准备。期间，在部门领导的指导下，编写了《浅议市场营销与管理咨询》，并作为项目组成员参与编写了《xx公司管理咨询建设项目建议书》《xx公司管理咨询建设项目调研方案及调研提纲》《xx公司企业文化建设项目调研报告提纲》等相关文件。

严于律己一位优秀的管理咨询顾问，不仅要掌握各行各业丰富的理论知识和实战经验，还必须能从中提炼出其精华之所在，同时结合客户的实际状况，提供整体解决方案。从自身角度考虑，一要改变思想，采取“空杯理论”的工作态度，不断提高；二要转换角色，尽快的进入工作状态；三要严于律己，不仅要遵守各种规章制度，也要把公司的企业精神、工作作风融入日常工作，并严格执行。

使我感受颇深，正所谓一言九鼎德胜天下。平时领导的指导与支持，方法方式独具匠心，恰到好处。给出了思路与方向，耐心观察，并及时指导，但不大包大揽，亲历亲为，培养后备人才。作为管理咨询顾问，对于客户企业，不是代替他们去做，而是引到思路，塑造其行为规范，并形成管理制度甚至员工习惯、企业精神。

总之，工作上虽有不足，但在公司领导及同事的关怀与呵护下，不断提高、成长。对于接下来的工作，充满信心！

## 体育咨询工作总结 咨询顾问工作总结篇三

通过手抄报、红领巾广播站等形式扩大宣传，更加深入地向学生渗透心理健康知识，普及心理健康教育。

为了使心理咨询工作朝着系统性、连续性的状态发展，对心理咨询室材料和档案进行了一系列重的整理、完善、充实，为面向全体学生扎实有序地开展心理健康教育，打下了坚实基础。

1、心理教育的学科渗透。我校开展的心理健康教育也并不是孤立地进行，而是与其他学科的教学渗透起来，全方位地对学生进行心理健康教育。如在语文学科中进行心理教育，在思想品德中进行心理教育的渗透等，让学生并不是孤立地接受心理健康教育，而是多方位地受到心理健康教育。课堂教学不仅是科学知识传授的过程，也是学生心理发展的过程，从教材内容看，各科内容都是很好的心理健康教育素材，如：语文、思想品德可以陶冶学生的心灵，塑造高贵优雅的品质；数学、自然可以进行科学思维的训练等。在各科教学过程中渗透有关的知识，可以使学生处处都感受到真、善、美的教育，提高自身的心理素质，且作为教育的主体，教师不仅在知识上影响着学生，而且教师的人格也会在教学的师生互动过程中起潜移默化的作用。

2、开设“倾诉信箱”，做好个别辅导工作和学生个案地收集整理工作，对辅导的学生和个案做好记录，并正式建立完整的学生心理档案。

3、心理知识讲座。我校定期开展心理知识讲座，普及心理健康科学常识，帮助学生掌握一般的心理保健知识，培养良好的心理素质。在家长会上也宣传心理健康教育方面的知识，指导家长转变教子观念，了解和掌握心理健康教育的方法，注重自身良好心理素质的养成，营造家庭心理健康的环境，以家长的理想、追求、品格和行为影响孩子，受到家长们的欢迎。

4、个别咨询与辅导。在全校性的心理知识讲座的基础上，我校开设心理咨询室对学生进行个别辅导。使教师和学生心理辅导室内通过一对一的沟通方式，对学生在学习和生活中出现的问题给予直接的指导，排解心理困扰，并对有关的心理行为问题进行诊断、矫治的有效途径。特别是期中考试前后，学生面对自己的考试总会有许多的忧虑，心理辅导老师就予以劝慰，疏导，减少学生对考试的恐惧或忧虑，并帮他们认真分析得失。

5、进行团体心理辅导与训练。由于团体心理辅导与训练的特点，在学校心理健康教育过程中有着重要的作用。每班的心理健康教育教师针对不同的团体的性质进行辅导与训练，增强学生的心理素质。总之，心理咨询工作不是一朝一夕的事，需要我和同事们不断学习，掌握过硬的理论知识，在实践中不断总结提高，持之以恒，坚持不懈，方能达到“润物细无声”的境界。我们将一直朝着这个目标迈进。

## 体育咨询工作总结 咨询顾问工作总结篇四

模仿(mimesis)

“模仿”是指用模仿家人的态度、风格、情绪表达的广度或

沟通的内容来“加入”家庭的过程。治疗者可说出自己的经验或模仿某成员的行为，这常可以拉近与家庭的关系。治疗者要留意家庭所使用的语言，是听觉性、视觉性、嗅觉性，还是体觉性的；也要留意他们所使用的隐喻、他们的动作、“家规”，如“勤俭”、“书香世家”、“吃得苦中苦，方为人上人”、“家和万事兴”等。

## 聚焦(focus)

在治疗中，治疗者像是照相师，他利用相机镜头呈现他所想呈现的景象，例如，他要呈现一个房子，他可选景，拍出门锁、门跟窗，再从另一个角度来呈现烟囱等等的一组照片。对同一物体从不同的角度来传递多层次的信息，它不仅是在描述，更是在传达一个概念。

治疗者在观察一个家庭时，会被复杂多样的信息淹没。他会忙于要看出界限、注意权力、看出问题所在、研究互动行为的功能等等。治疗者必须在某种意义架构之下选择及整合这些信息，而这整合必须在治疗者的基本模式(schema)之下，以促成改变。亦即治疗者必须将这些资料重新安置，使之与他们之间的互动有关，并与治疗相应作连结，也就是说要将他们的症状行为与系统做关联。

要做到这些，治疗者必须先选择一个焦点，再发展出一个工作的主题。与此同时，他必须要筛选掉许多虽然相当有趣，但与目前治疗计划无关的资料。这样他才能专注于他目前的治疗工作，而不会被太多的资料所干扰和淹没。

治疗者的基本模式包括结构的目标和欲达到目标的策略。例如，要向情绪相当纠结的家庭结构挑战，治疗者可聚焦于家庭模糊的界限。他要如何做到这个就取决于治疗中出现的内容和过程，而许多资料将会依治疗的主体而被摒除或转化变形而加以利用，来达到治疗目标。

锁定主题来探索的治疗者象挖井一般，从一个小的范围深入。他所探得的资料是与改变的过程有关，而非仅是家庭史和描述而已，他专注于家庭经验的某个片断，将得到掌管家庭行为规则的有用资料。当然，治疗者必须相当明了自己“以管窥天”以偏概全出现危险的可能性。一旦他自己选定了焦点，就可能忽略掉某些资料。他必须敏感于某些警告讯号，如果家庭告诉她：“我们无法跟得上你”时，他必须听进去，因为那是说：“你是在和你的理论一起闭门造车，而不是和我们一起。”治疗者也要明白，聚焦有陷入被同化的危险。当他顺应家庭而搜集资料时，他可能被吸引取得到家庭觉得容易说出的资料。治疗者的工作是去使家庭改变而非让他们觉得舒服。

## 演出

“演出”是指治疗者将家庭的冲突带入治疗情境，使家人“示范”他们是如何处理的。治疗者据此可计划调整他们的互动和促使结构改变的方法。例如，一位母亲抱怨两岁半的女儿爱发脾气和在祖父母面前、在巴士上或其他场合让她受窘。在早期的治疗阶段，女儿一直表现良好，在第三或第四次的治疗时，女儿要求要吃口香糖，治疗者看到这个机会：他要求母亲不要给她糖，因为午餐时间快到了。这个小孩开始哭、闹和脱衣服，当母亲快要投降时，治疗者鼓励母亲坚持下去，半小时后，小孩缓和下来了，尽管治疗者和妈妈都累惨了。母亲终于能在这“演出”中坚持己见来管制小孩。用结构取向的说法来说，代间的界限重建了，有效的替代性的交流形态被介绍了，阶层体系建立了，小孩的脾气减少了，因为她知道母亲有能力处理了。

## 体育咨询工作总结 咨询顾问工作总结篇五

青少年正处在身心发展的重要时期，心里的发育和发展、竞争压力的增大，特别是当前社会快速发展，发展与成长的生态环境和社会环境日趋复杂，身心发展受到的负面影响越来越

越大，致使青少年的心理健康问题较以前更为显著和突出。

河西中学作为一所地处民族地区农村的初级中学，学生家长中有许多人长年在外地打工挣钱，致使一些学生既面临学习和生活上的竞争与压力。同时，缺乏家长的有效监管，缺乏学生与家长之间的有效沟通和交流，导致部分学生存在一定程度的心理问题。例如孤僻、焦虑、放任自流、任性、自我封闭症等。而这些心理问题的存在，又对他们的学习、生活和心理健康带来一系列的不良影响。在找不到合适的倾诉和宣泄的对象时，由于无法排解心头的苦闷，有的到网吧或者利用手机上网，玩游戏来排解心头的孤独寂寞，甚至有的逃课、抽烟等而成为问题少年。

针对以上情况，我们尝试进行了心理咨询工作，通过定期组织学生参加讲座，了解心理健康常识，使学生学习了心理健康与卫生，心理问题的表现、心理健康的预防，心理健康的治疗等基础知识，进一步明确了心理健康与生理健康的相互关系，初步掌握了调解情绪，放松身心，正确认识自己和他人的方法，正确处理与同学、老师和家长关系的基本方法，尝试与所学的知识与方法初步解决心理问题，利用知识竞赛，办黑板报的方式强化学习效果。利用心理咨询的方式，引导和帮助学生克服心理障碍，促进了学生的身心健康。

总之，我们通过以上的各种努力，使学生初步认识了心理问题的重要性，学习了心理讲课方面的知识，初步掌握了解决心理问题的基本方法，使学生以积极向上、乐观平和的心态面对生活、学习中竞争和压力，克服困难，与他人建立良好的关系，树立正确的世界观、人生观和价值观，设立一个积极的、富有吸引力的、优越的奋斗目标，从而保持健康的心理，促进自己的身心健康和全面发展。

我们在积极开展心理咨询活动的尝试和努力中，尽管取得了一定的效果，但与家长和学生的期望相比，还存在很大的差距，还存在许多不足和问题。我们认为，要想搞好心理咨询

工作，必须加强自己的学识修养，努力掌握丰富的心理讲课知识、治疗心理问题的方法。更重要的是要加强同学生和家长的交流，争取家长和支持与配合，有的放矢的努力，各方面形成合力，共同努力，促进学生家长的身心健康和全面发展。

今后，我们将再接再厉，积极探索，争取把心理咨询工作搞得更好，为学生的身心健康做出跟大的努力和贡献。

屈指算来，我到公司已近一年的时间了，一年的时间很快就过去了，在这一年里，我在领导和同事们的关心与帮助下顺利的完成各个工程项目，现在已融入了公司这个大家庭，在思想觉悟方面有了进一步的提高，本年度工作总结有以下几项。

第一，态度决定一切，认真、认真、再认真。可以说，这一年工作的过程也是我自己心态不断调整、成熟的过程。刚开始，由于我不是很喜欢这个行业，我怀疑我不适合这份工作，后来我发现，时间就是我的救星，通过自己不断的努力，调整心态，一切看起来复杂的事情就会变得简单容易了，预算是每一个项目重要的一个环节，需要认真负责，公平公正，态度端正，头脑清晰，我努力的去做到这几点，让我自己向优秀的造价人员迈一步。如果我们能以充分的激情和热情去做最平凡的工作，也能成为最优秀的职工，拥有积极的心态，就会拥有一生的成功。

第二，学无止境，职业生涯只是学生生涯的一种延续，活到老学到老，做到理论联系实际。

第三，敢于发现问题，解决问题。预算本来是一种比较枯燥的工作，也是一种精益求精的工作，所以我们要用心多思考一下，敢于提出新的问题，然后自己摸索，翻阅资料去解决问题，在这个过程中也会乐在其中，也会给自己充电，增加专业知识能力。当然，随着工作的深入，设计创新，还有新



知识等着我去学习，思考，力求做到天天进步，不断提高自己的专业知识能力。

第四，缺少经验。我努力的工作，在这一年里面，我虽然做了很多项目，但是这些项目里，自己认为无可挑剔的预算还没有，总是可以发现问题，因为我很少去工地，很多东西只是坐在办公室想象，很容易出错，所以我在明年的工作中将有意识的增强自己这方面的知识，不忙的时候多去工地走走，看看实际施工程序，真正的做到理论联系实际，把工作做好做精。

第五，学会宽容，不可有傲气。我总是想自己心里明白就好，不喜欢什么事情总是挂在嘴上，但是我发现我错了，有一些事情是必须要说出来的，说出来才可以解决。无论是工作还是生活中，我开始学着宽容，开始不那么斤斤计较了，我发现我比以前快乐了，觉得生活更有意义了。我的好朋友曾经这样说我：“你身上的傲气太重了，该适当隐藏一下你的傲气，你的霸气”。虽然我一直没觉得，但是我在生活和工作中一直很在意，一直有意识的克制自己。我一直改，争取做到完美。

第六，和谐的大家庭。我所在的单位——xx造价咨询公司，员工不多，但是年轻化，每个人都很好相处，紧张的工作中笑声不断，真可谓是一个和谐的大家庭，我喜欢。

## 体育咨询工作总结 咨询顾问工作总结篇六

### 一，积极参加教研活动

心理咨询既是科学，也是艺术。科学的道理是不难理解的，而将咨询的技术个性化地应用于每一个来访者，不是一件容易的事，要想真正地搞好心理咨询，特别是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。当我真正对来访者做咨询之后才发现，真正决定咨询进程的，不是理论，也不是技巧与方法，而是咨询师本身的人格，只有一个健康稳定的人格，才是心理咨询师的效果的根本保证。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。

## 二，积极参加省级培训学习

20\_\_年5月在西安参加陕西省中小学心理健康教育工作培训会，学习了西安电子科技大学心理健康教育中心魏萍老师讲的《校园心理危机干预体系构建》与《心理危机流程》，陕西省精神卫生中心钟意娟老师讲的《突发危机事件后的心理辅导》与《心理障碍的识别与应对》，西北工业大学张洪英老师讲的《心理剧理论与实操实务》。

## 三，参加《沟通之道》讲师培训学习

- 1， 尊重、信任孩子，平等地与孩子交流。
- 2， 用良好的家庭氛围，积极的心态影响孩子。
- 3， 给孩子独立思考，独立做事的机会。
- 4， 恰当的教育时机。
- 5， 合适的教育场合。
- 6， 满足孩子的合理需求。
- 7， 培养自尊，自信，独立，善良，有责任感的孩子。

## 四，普及心理知识讲座

20\_\_年5月在同州中学与城关初中进行了心理咨询基础知识普

及讲座，主讲内容为记忆的概念，遗忘的规律，记忆的策略，记忆的決心与暗示对记忆的影响，通过讲座使学生了解记忆有技巧，一窍不通，少学几百，一窍通了，多学几百，使知识学得快，记得牢，运用自如。

## 五，个人案例66人次

20\_\_年5月，某位班主任老师领着母女两人来到咨询室，说母女关系很紧张，紧张到女儿周末不回家，生活费家长通过微信转发给班主任老师，班主任老师把现金给学生，通过咨询后，打开了母女之间的心结，和好如初！

心理咨询不但有咨询的功能，还有预测的功能。如20\_\_年高考刚结束，城郊高中的一位老师对所带课的学生成绩有些担心，预测其成绩如何，能考上多少名学生，告诉该老师所带课的成绩佳！学生上线人数为21至24，结果21名。

在20\_\_年积极参加研究活动，认真学习，把心理理论知识化为技术能力，搞好心理知识普及，个人案例达88次以上，更好地为教师学生以及社会人士搞好心理服务工作。