# 关注中学生心理健康教育心得体会 中学生心理健康教育心得体会(优秀8篇)

来源：网络 作者：烟雨迷离 更新时间：2024-09-12

*心得体会是我们在生活中不断成长和进步的过程中所获得的宝贵财富。那么心得体会该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。以下是小编帮大家整理的心得体会范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。关注中学生心理健康教育心得体会篇一在科技日益发达的今天，...*

心得体会是我们在生活中不断成长和进步的过程中所获得的宝贵财富。那么心得体会该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。以下是小编帮大家整理的心得体会范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

**关注中学生心理健康教育心得体会篇一**

在科技日益发达的今天，在我国教育改革正从应试教育向素质教育转变的今天，学生在数学学习中的发展不平衡，学生个体之间为什么会存在差异，现在学生的学习心理又是怎样的？带着这些疑问，笔者调查了部分学生，了解到学生发展不平衡的原因，除了感到数学难学外，还有如下几种情况：

外面的世界很精彩，现在的中学生对一切充满好奇，对新鲜事物总想了解它，可是由于年龄因素，他们在接受新事物的同时，无法不受不利因素干扰，游戏、网吧等的吸引力对他们来说要比书本上知识的吸引力更大，我所教的一个学生，沉迷于电子游戏，连生活费也搭上去了，学校里从同学的帮助到家长的恳求，都不能使他悬崖勒马，到了高三，任课老师天天轮流做他的思想工作，从心理角度入手，在生活上给予无微不至的关怀，同时校长时常对他晓知以情，动之以理，最终使他走出网吧，进入高校深造。

来自家庭、学校的无形压力往往使现在的中学生喘不过气来，父母的关爱和老师的教诲，在对其形成动力的同时，也形成无形的压力，学生在和我交流时强调：谁不想成为人才，谁不想成为父母的骄傲，谁不想受到老师的表扬，但有时看到自己在数学学习上与别人的差距，就会缺乏信心，而且总觉得数学学习没有头绪，付出的劳动和成绩的提升没有正比关系，甚至于有问题也不敢问老师，怕被同学笑话和老师的轻视。

有的同学在现在学习生活中时常会被一些事感动着，也很容易下决心，尽管知道数学学习应当勤奋，但无法持之以恒，容易原谅自己，不喜欢听老师空动的说教，如勤奋学习等。喜欢听一些摧人奋进的、真实的故事，但也只有三分钟热度，在他们心中和老师是有代沟的，尽管他们也尊重老师，但对老师还是有畏惧感，在他们心里无法和老师建立起一种平等关系。

青春期的萌动、对异性的好奇使学生好表现，从而学习更有动力，这本是好事，可是如果男女同学交往处理不当，则会严重影响学习。同学之间的矛盾以及偶而出现的嫉妒心理，都是影响学习的不利因素，再加上对各门学科在时间上不能合理安排，以及学习态度和方法的不同，这些就导致了学生个体差异。

如何改善这种状况，培养适应社会发展的人才，我觉得教师在数学教学中，应做到如下几点：

改变教学理念和教学模式，不能采用填鸭式教学，不断改变教学方法吸引你的学生，引导你的学生经历观察问题、发现问题、明确提出问题、探究和解决问题，回到实践中验证结论的正确性这一完整的过程，重视基础知识的讲解，这样不但利于创新精神和实践能力的培养，更利于数学兴趣的培养，目前学生的学习兴趣是以自己学的好坏来确定的，有的学生由于数学基础差，对其采用的是逃避的方式，教师的耐心、细心，和教学方法的转化，才能从根本上解决问题，使学生形成不错的学习氛围，真正做到让课堂教学焕发生命活力。

教师要爱学生，不能做“教育警察”，而且要让学生切实体会到你对他的关爱，愿意将心中的困惑告诉你，同时要和他一起面对困难，找到解决问题的途径，不能轻视你的学生，要尊重他们，和他们建立起平等、和谐的关系，真正成为学生的良师益友，多赏识你的学生，让他们有成就感，觉得学习是一种乐趣，而不是一种负担，做到由原来的被迫学转变为主动学。

循循善诱，对男女同学交往不能横加干涉，当众批评，要正确引导使他们形成不错的同学友谊，要成才先成人，激励机制要落到实处，不求人人成功，但求人人进步，每天表扬进步的学生，在教学过程中要注意学生不错的心理素质的训练，“大处着眼，小处入手”，并持之以恒，培养学生自尊自信、自控忍耐，坚毅等品格。

四。贯穿德育教育于数学教学中

作为数学教师，应贯穿德育教育于教学中，试问一个没有爱心的人，怎么可能成为人才，现在的学生有的不是缺智商，而是缺动力，他不知学习目的是什么，有的学生家境贫寒，父母勒紧裤腰带也不让他受苦，但他们根本没有同情心，不思学习，贪图享受，我觉得这样的学生应给予其如何成人的教育，抵制他们在生活上的攀比之风，把精力集中到学习上来。

总之，教师如果能做到爱你的学生如你的孩子，在高中数学初始阶段的教学中，设置适宜的难度，使学生在轻松愉快的学习氛围中，对数学学习产生浓厚的兴趣，那你的学生的数学学习能力就会加强，一定会成为有用的人，一个真正的人才。

**关注中学生心理健康教育心得体会篇二**

从x月xx日至x月xx日，我参加了留守儿童心理健康教育培训，短短的7天培训转眼就结束了。回顾培训期间的日日夜夜，点点滴滴，真的要对本次培训活动说声谢谢，感谢国家及省教育厅对农村教师的重视，感谢学校领导给了我这次机会，能参加短期培训，感谢继续教育领导及老师们。在他们的精心安排下，让我们这些来自于农村的老师得以与众多专家、学者、省内外教育心理学界权威人士面对面地座谈，倾听他们对初中心里健康教育教学的理解，感悟他们的先进心理辅导教学思想方法;我想本次培训也一定会藏在我的记忆深处。纵观本次培训活动安排，既有发人深省、启迪智慧的专题讲座、讨论互动、观摩研讨、案例评析的理论培训，也有亲近课堂、体验名师风采的实践锻炼。这些活动都是我们农村教师所关注的但有极缺乏的领域，是我们发自内心想在这次培训中能得到提高的内容。十天的培训学习，让我重新接受了一次系统的理论和实践提升的机会，受益良多。

教育本身就意味着，一棵树摆动另一棵树，一朵云推动另一朵云，一个灵魂唤醒另一个灵魂，教师就是学生心灵的启迪者。心理健康教育就是以促进学生全面发展推进素质为的宗旨，以让学生拥有健康的心灵为育人理念。

本次培训，还让我们这些在家兼职的或专职心理辅导老师之间的互动交流，成为每位培训人员提高自己心理辅导课教学业务水平的一条捷径。在培训过程中，我积极尝试与其他学员之间的交流，在交流过程中，了解到心理辅导课程开展情况，并且注意到他们是如何处理心理辅导课程中遇到的种种困惑，以及他们对心理辅导课程教材的把握与处理。在培训中，我们不断地交流，真正做到彼此之间的“相长”。也为学员们提供了一个很好的交流研讨平台。在小组讨论中，学员们畅所欲言，许多提出的观点和问题，都是农村教学中的实际问题，起全体学员的一致共鸣的同时，也得到专家们的重视，他们的`回答也给了我们很好的启示，对于我们今后的心理健康辅导过程中有着积极的促进作用。

学习之余，我自我反思，对学生心理健康教育没有深入思考，自己对心理辅导含义的理解，以及心理辅导方法的选择和心理辅导方法的正确性、妥善性，课堂观察或是深入学生心里等方面，考虑到对学生的有效性了吗?等等都是我没有思考的，反思自己的不足，让我获得前进的动力，引发了我深深的思考——要主动学习，主动研究。十天的培训是短暂的，但是留给我的记忆与思考是永恒的，通过这次培训，我提高了认识，理清了思路，找到了自身的不足之处以及差距所在，我将以此为起点，让“差距”成为自身发展的原动力，不断梳理与反思自我，促使自己不断成长;将近半个月来我们经历了太多的感动，经历了太多的激励。回头去看看自己在十天里留下的脚印，我相信这不会是学习的结束，而是学习的开始!

**关注中学生心理健康教育心得体会篇三**

对于广大教育工作者而言，重视和加强青少年心理健康教育，应成为当务之急的重要任务。根据心理学发展的规律和要求，依据当前青少年心理健康状况，加强其心理健康教育必须从以下几个方面入手。

1、端正态度，树立理想，用信念指引人生方向。

学校方方面面的工作，都有一个重要属性，那就是教育性，因此，调动学校各个方面的力量，全面渗透、多渠道，全方位推进心理健康教育应是学校首选策略。将心理教育分布在学校教育的各个方面，要开展心理教育专业课实施心理辅导，在德育活动中、在课外活动中、在劳技课中、在学校的各项管理中渗透心理健康教育。让学生们从古今中外、身边周围的许许多多的鲜活的事例中感悟理想信念的宝贵与珍重，努力创造属于自己的快乐生活。当他们的态度端正了，理想确立了，他们就会自觉形成免疫的抗体，百毒不侵。

2.加强家庭教育，家长注意引导孩子身心全面发展

作为家长应从下面几个方面注重加强学生的心理健康教育：

(1)只重智育，忽视心理健康教育的思想观念要转变。

(2)以身作则，率先垂范。父母要求孩子做到的，自己首先要做到，特别是在心理要求方面，只有父母心理健康，孩子的心理才会健康。

(3)尊重孩子，不走两个极端。孩子是父母的希望，家长要尊重，理解孩子，和孩子进行思想交流多给以鼓励。

(4)家长要经常和学校联系，取得与学校教育的一致性。

家长要克服单纯依赖学校教育的思想，而且要积极参加学校对孩子的教育活动。如家长会、家长学校、座谈会等。

(5)对孩子出现的心理问题，家长要及时分析、及时引导、及时解决，以免积少成多，日久天长，酿成大祸。

只有为青少年的成长建立一个全社会的“保护网”，过滤社会有害物质，还青少年一个洁净的蓝天，同时加大社会对青少年健康的心理宣传和教育，这样我们才能培养和造就21世纪人格健全的创新人才，促进社会的进步。

**关注中学生心理健康教育心得体会篇四**

一、指导思想：

心理健康教育是素质教育的重要内容之一，小学心理健康教育主要是针对儿童心理发展的需要而开展的教育活动，旨在培养和提高学生的心理素质，帮助学生学会如何恰当地应付现实生活中所面临的各种压力，如何进行情绪调节等，使学生更有效、积极地适应社会、适应自身的发展变化，促进儿童青少年心理健康的发展。所以促进心理素质提高,预防问题发生才是小学生心理健康教育的主要目标。

随着社会的飞速发展，人们的文化观念、生活方式、思维意识都发生着剧烈变化。当代小学生的心理负荷能力遇到了前所未有的考验。有资料表明,在我国约有1/5左右的儿童青少年都存在不同程度的心理行为问题，如厌学、逃学、偷窃、说谎、作弊、自私、任性、耐挫力差、攻击、退缩、焦虑、抑郁等种.种外显的和内隐的心理行为问题。这些心理行为问题不但严重地影响着儿童青少年自身的健康发展，而且也给正常的教育教学工作带来巨大的困扰，直接影响学校教育任务的完成与教育目标的实现。因此，在学校开展心理健康教育是十分迫切的和具有重要意义的举措。

心理健康是全员性的问题，是每一位小学生在成长与发展中都必然会面临的问题，包括那些学习优秀、在教师看来是“好”孩子的学生。因为往往由于学习成绩好，这些“好”学生心理发展中不健康的侧面就常常被忽视，得不到教师的重视和及时的帮助教育。可见，心理健康教育并非只是个别生教育的需要，而是面向全体学生的重要课题，应成为我们学校教育的重要任务。当前在小学开展心理健康教育不仅要注意排除学生心理障碍，预防心理病患，又要重视全面促进学生心理健康发展;不仅要注意开展心理咨询，举办心理讲座，更要重视将心理健康教育贯穿于全部教育教学活动之中，渗透到学科教学过程之中;不仅要依靠心理专家和专门工作者，更要注意依靠广大教师做好工作。

心理健康教育不仅可以在德育工作中发挥作用，而且它提供了一种新的角度，使我们每一位教育工作者重新认识和看待自己的学生及学生出现的一些行为问题，可以有效地帮助教师改善师生交往状况。以往教师对学生只注意到他们的表面行为问题如上课捣乱、厌学、逃学等，并把这些问题很快上升到德育的高度做出品行不良的判断，而忽略了这些行为问题背后掩藏着的原因，包括小学生心理需求。可见心理健康教育要求教师以一种更宽容、更理解和接纳的态度来认识和看待学生和学生的行为，不仅注意到行为本身，更注意去发现并合理满足这些行为背后的那些基本的心理需求;不简单地进行是非判断，而是从一种人性化的角度去理解和教育学生。因此心理健康教育真正体现了对学生的尊重——一种对“人”的尊重，这是建立相互支持、理解和信任的良好师生关系的前提，也是我们每一位小学语文教师在教育实践中面临的重要课题。

1.小学生心理发展特点

从心理学角度看，小学期年龄段为6～7到11～12岁，儿童生长发育比较平稳均匀(少数高年级女生例外)。特别是脑的神经系统的均匀和平稳的发育构成了小学生心理的协调发展;学习成为主导活动，不仅使小学生智力从具体形象思维过渡到抽象逻辑思维，而且也使他们的心理得到迅速发展。

小学生经历有限，他们的心理活动显得纯真、直率，内心活动容易表露出来。这个阶段“闭锁性”不明显，他们的情绪和情感富有表情化，喜、怒、哀、乐明显地表现在面部，而且容易变化，不善于修饰和控制。所以小学阶段，成人与儿童容易沟通，师生之间，亲子之间的关系容易融洽。

小学生心理发展和变化具有较大的可塑性。无论是思维能力，还是个性，社会性和品德，都易于培养，诸如人生观、世界观等一类稳定的个性意识，在小学阶段尚未萌芽;又如性格这一个性心理特征的核心成分，只是开始形成时期，良好的或不良好的习惯都能通过教育措施加以改变。

2.小学生心理发展基本规律

(1)先天与后天关系。先天的遗传是心理发展的生物前提、自然条件。良好的遗传素质无疑是心理正常发展的物质基础。儿童心理发展主要是由他们所处的环境条件(生活条件)和教育条件决定的，其中教育，尤其是学校教育起着主导作用。学校教育的主导作用，主要体现在教师的主导作用上。

(3)教育与发展的关系。小学生的心理发展主要在其内动力驱使下由适合他们心理发展的教育条件决定的。小学教育要选择适当的教育内容和方法，引起他们新的需求，激活他们的求知欲望，从而有节奏、循序渐进地引导儿童心理不断向前发展。我们的教师只有在教育过程中注意健康心理的培养，才能不断激活学生学习兴趣。

.小学语文教学特点与目的

语文是最重要的交际工具，是人类文化的重要组成部分。小学语文是一门重要的基础学科，它对于培养学生的科学文化素质和思想道德素质，对于学生学习其他学科和继续学习，对于弘扬祖国的优秀文化，提高民族素质具有重要作用和深远意义。因此工具性、思想性、艺术性和综合性便是小学语文学科的特点。

在小学语文教学中渗透心理健康教育

语文教师应具有良好的心理素质。教师作为教育实施的主体，其自身的素质对开展心理健康教育起着举足轻重的影响。很难想象，自身心理健康水平低，对心理健康教育缺乏科学认识的教师，能够培养出具有良好心理素质的学生。所以重视教师自身素质的提高是真正深入、有效地开展学生心理健康教育的前提和保障。本课题将定性定量研究小学语文教师心理健康水平与所教学生心理健康水平的关联程度，以及如何提高教师心理健康水平和增长教师关于心理健康方面知识，充分发挥教师自身的主动性、能动性、创造性，将心理健康教育与他们日常教育教学活动融合在一起。

由于小学语文教学的出发点和归宿是立足于促进学生的发展，为他们的终身学习、生活和工作奠定基础，因而它在培养和提高学生语文能力的同时，还注重对学生情感态度、意志品格、良好习惯和健康个性等心理品质方面的要求和培养，这种以人为本，追求学生可持续发展的教育教学，是学校进行心理健康教育的重要途径和保障。

在语文课外活动中渗透心理健康教育语文课外活动具有开放性、愉悦性、自主性和活动性的特征，它是语文课堂教学的延伸。它的开展，为学校的心理健康教育拓展了新的渠道。在小学组织丰富多彩的语文课外活动，让学生在语文课外实践中体验所学的心理健康知识，受到心理健康教育。同时，通过这些语文课外活动，使学生体会到心理健康教育来源于生活，实践于生活的基本道理。

中学生心理健康教育心得体会3

**关注中学生心理健康教育心得体会篇五**

21世纪是竞争的世纪，教师要适应社会的发展、时期的挑战，坚持健康的心理尤为重要。教师要干好教育工作，首先要有强烈而持久的教育动机，有很高的工作积极性。很难假想一个对教育工作毫无兴趣的人，会努力做好教育教学工作。

经过心理健康教育培训,我的收获很大。学习了许多专业的心理知识,以前很多的疑问都得到了解决,我真正认识到了心理健康的重要性。经过了此次学习,我真正感觉到了不仅学生要坚持心理健康,教师本身也要坚持心理健康,而这个问题一直是被我们大家疏忽的。教师常常要做学生的心理工作,给学生排忧解难,而教师的心理压力又由谁给解决呢?教师这个社会的一个特殊的群体,由于自身的社会角色和所承担的社会任务,和对自己身份的认同,及社会的认可的不对等,给自己带来了极大的迷惑和压力。

教师的工作环境是学校,每天和自己的上级同事,又和自己的服务对象终日在一起工作。社会分工的其他工作都是针对物品或者人的某一方面或者某一时间段来服务,而老师的服务对象是人——成长中的人,并且肩负着领导他们成长的重担。那种八小时以外时间还在为自己的学生的成长和未来殚精竭虑的事情,是不做此项工作的人所不能理解的。

一,要开阔自己的视野,让自己的业余生活丰盛起来。就我个人而言，运动是一个调节身心的好方法，找几个朋友，在运动场上大汗淋漓后，不仅疲劳的身体得到了锻炼，有材料指出：运动时，身体内部会分泌一种物资，俗称“快乐物资”——会让人们放松，高兴。

二，要有知心朋友。时常和他们聊天，好的，不好的;得意的，失意的：大的，小的……把心事跟大家倾诉，是缓解心理压力的好办法。

三，利用好你的假期。对于平时假期少的教师，可以选择邻近的地区游览，逛逛市区，或者去故乡有名的景区游览。当然。教师的两个长假是你放松自己调节情绪的最佳时间。

四，照顾好家庭。什么都不顺利的时候，家是你永远的避风港湾。永远不要试着只顾大家，不顾小家。最后的可能是会失去两个家。

以上，是我的一家之言，收获是巨大的，体会可能浮浅，一点建议仅给同行们参考，当然，切记心理健康的前提是身体健康!器重我们自己的心理，正视我们自己的问题，看到自己的优势，找到自己的不足。盼望我们都能坚持开阔的心情，良好的心态!

**关注中学生心理健康教育心得体会篇六**

通过开展心理健康教育工作，提高学生心理素质，开发学生的心理潜能，提高学生的心理健康水平，最大限度地发挥各种心育阵地作用，扎实地开展我校的心理健康教育工作，让每一位学生在活动中了解自我、悦纳自我、调控自我、实现自我，超越自我。为提高教育教学质量提供了保障。

一、加强组织领导，健全并执行好各项规章制度成立了以主管教学副校长为组长的，德育主任、教务主任，班主任和健康教师为组员的心理健康工作领导小组，开学前，学校行政就心理健康教育召开专项研究会议，制定学期工作目标，并将此纳入学校行政工作计划之内。在心理健康教育工作开展的过程中，校领导经常给以具体的指导、协调、检查和督促。学工委作为学校心理健康教育工作的直接分管部门，对班主任、家长、生活教师等进行了指导与培训，并给学生开设了心理健康教育选修课。

2、心理健康领导小组成员，带头学习心理健康知识，根据不同年级学生的心理特点制定心理健康工作计划，并将计划落实到实处，根据自己的工作任务，认真做好工作记录，发现问题及时分析，研究解决的对策。

3、积极开展心理健康教育的教师培训，加强师资队伍建设是搞好心理健康教育工作的关键：通过培训提高专、兼职心理健康教育教师的基本理论，专业知识和操作技能水平。定期聘请心理健康教育专家来校做报告，增强心理健康教育的责任意识，建立全体教师共同参与的心理健康教育的工作的机制，举办班主任心理健康教育培训班。逐步形成在校长领导下，分管干部负责，以专、兼职心理辅导教师和班主任为骨干，全体教师共同参与的心理健康教育的工作体制;同时学校重视教师心理健康教育工作，把教师心理健康教育作为教师职业道德教育的一个方面，为教师学习心理健康教育知识提供必要的条件。

4、心理健康教育工作应用严谨和健全的制度规范我们的行为。在工作中严格执行《心理健康辅导教师工作职责》、《学生隐私保密制度》《心理教育工作是制度》。

二、做好心理辅导室工作

(2)加强了宣传教育，引导好学生正确对待自己的心理问题，鼓励学生有问题时能轻松走进咨询室。

(3)热情接待好每一位来访者，在保证学生隐私的前提下，及时与有问题的学生家长进行沟通。

4、抓好心理健康宣传工作

(1)开办了专门的心理健康宣传教育广播栏目，对教师和学生宣传心理健康知识(每周广播一至二次)。

(2)开办校园网站上的“心理健康”专栏。

三、开展多种多样的心理教育的途径

一是通过校本心理健康的通识培训讲座，加强对教师进行心理知识辅导，引导老师要在繁忙的工作和家务中调节好自己的心态，积极、努力、快乐的工作，保护好学生的心灵，把握学生的思想波动;二是通过聘请专职心理教师对全校学生进行心理知识讲座，让心理健康知识深入学生当中，逐步在学生中普及心理健康知识。

通过主题班会、学法指导月等活动，引导学生认识自己的潜能，端正学习的动机，掌握适合自己特点的学习方法，改变不良的学习习惯，从而改善学生在学习过程中的被动无助状态，增强学生对本学科的兴趣，增强自信，提高学习的效率。

重视课堂主渠道建设。重视与学生进行面对面的、互动式的集体教育，上好品德与社会课、主题班会课。各班辅导员及各任课教师要充分利用课堂教育主阵地，积极配合学校进行学生良好行为习惯的养成教育。

做好了心理健康档案的积累和整理工作

及时做好对心理健康教育相关档案，特别是心理健康教育案例档案的整理工作，通过规范档案的管理，为提高我校的心理健康教育工作服务。

中学生心理健康教育心得体会2

**关注中学生心理健康教育心得体会篇七**

---而一旦真的考试失败，就立即恢心丧气，情绪十分低落。“我是学校保送来的，学习不好，我无脸见老师和校长”，“有时真想一死了之”，于是挫折感“油然而生”，表现为焦虑、失意、注意力不集中、对老师和同学的言行敏感、失眠、神经衰弱等症状。

2.人际关系不协调。由于学习成绩好，常受到老师和家长赞扬，加之是独生子在家多为“太子”、“千金”，自我中心意识强，人际交往能力弱，不善于处理与同学、老师、父母的关系，显得人际关系不协调。一些学生的日常安排就是“家——学校”，“家是吃饭和睡觉的地方，学校是学习的地方”，以至于终于有一天发现自己“不能和别人多谈”，“我总加入不进同学们的谈话中”，“我感到孤独、寂寞”。这些学生常产生焦虑不安，甚至恐怖感。

2---个方面，要开展心理教育专业课实施心理辅导，在德育活动中、在课外活动中、在劳技课中、在学校的各项管理中渗透心理健康教育。让学生们从古今中外、身边周围的许许多多的鲜活的事例中感悟理想信念的宝贵与珍重，努力创造属于自己的快乐生活。当他们的态度端正了，理想确立了，他们就会自觉形成免疫的抗体，百毒不侵。

2.加强家庭教育，家长注意引导孩子身心全面发展

作为家长应从下面几个方面注重加强学生的心理健康教育：

(1)只重智育，忽视心理健康教育的思想观念要转变。

(2)以身作则，率先垂范。父母要求孩子做到的，自己首先要做到，特别是在心理要求方面，只有父母心理健康，孩子的心理才会健康。

(3)尊重孩子，不走两个极端。孩子是父母的希望，家长要尊重，理解孩子，和孩子进行思想交流多给以鼓励。

**关注中学生心理健康教育心得体会篇八**

学习了《xx教育》，懂得了改善自我的心理健康状况，不断地释放自我，从而去了解对方的心理，协调自我的人际关系，是自我得到身心的正常健康发展。

一是热爱教育事业，胜任教学工作；

二是有进取乐观的人生态度；

三是具有健全的人格；四是较强的环境适应本事，有和谐的人际关系。教师的心理健康影响着学生的心理健康，还影响着自我扮演的主角。职业的特殊性要求教师的心里健康必须处于较高的水平。

并且，学校开设的心理健康课程是正确的选择，可是要落实到实处。心理健康教育的环境的选择和布置，学校的心理健康教师的专业化水平，不能表面化。学校的成人教育应定期培训家长的心理健康知识，做好学生生活、学习的心理健康保障。

学习了《xx教育》，我明白了教师的心理健康有双重方面的影响。教师的心理健康不但对教师的自身有影响，对学生的影响更大，直接影响着学生性格的发展。教师的情绪不好，就会影响课堂效果；教师的失误确定，学生会产生对抗和偏激的习惯，构成心理障碍。

学习了《xx教育》，我也明白了心理健康教育活动不是带有的指示性说教，而是强调学生的体会和交流，班主任对学生的心理健康教育工作应当常抓不懈，把心理健康教育的资料渗透到其他学科之中。仅有学生的心理健康得到保证了，才能改善家庭关系，提高师生和谐的关系，从而促进学生的其他知识和技能的发展。

我作为一名教师，我庆幸自我学习了《心理健康教育》这门课程，及时的提高了自我的心理健康知识。本人真的是受益匪浅啊！

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn