# 心理课堂心得体会(优秀8篇)

来源：网络 作者：心旷神怡 更新时间：2024-11-25

*在平日里，心中难免会有一些新的想法，往往会写一篇心得体会，从而不断地丰富我们的思想。记录心得体会对于我们的成长和发展具有重要的意义。那么下面我就给大家讲一讲心得体会怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。心理课堂心得体会篇一近几年来，随着社会的...*

在平日里，心中难免会有一些新的想法，往往会写一篇心得体会，从而不断地丰富我们的思想。记录心得体会对于我们的成长和发展具有重要的意义。那么下面我就给大家讲一讲心得体会怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

**心理课堂心得体会篇一**

近几年来，随着社会的不断进步和人们生活水平的提高，心理问题逐渐引起人们的关注。为了普及心理健康知识，提高人们的心理素质，越来越多的人开始关注并参与心理课堂的学习。在我参加心理课堂的过程中，我获得了许多宝贵的心得体会。

首先，在心理课堂中，我更加深刻地认识到心理健康的重要性。我们常说，健康是最重要的财富。然而，除了身体健康外，心理健康同样是人们生活中不可或缺的一部分。在课堂上，老师详细地讲述了心理问题对人的危害，以及如何识别心理问题和处理心理困扰。同学们也举手发言，分享自己的心理问题以及解决经验。这让我认识到，只有拥有健康的心理状态，我们才能更好地应对生活中的挫折和困难，保持积极向上的生活态度。

其次，在心理课堂中，我学会了更好地沟通和理解他人。心理学告诉我们，人与人之间的沟通是十分复杂的。每个人都有自己独特的个性、经历和情感，因此，我们在与他人交往时需要更加细心地倾听和表达。在心理课堂上，老师通过讲解理论和案例分析，引导我们学习如何倾听和理解他人的心声。通过与同学的互动，我们也更加深入地了解到自己和他人之间的差异，以及如何通过有效的沟通建立更好的人际关系。

第三，在心理课堂中，我明白了情绪管理的重要性。情绪是人们心理活动的一种表现形式，对情绪的控制直接影响着人们的行为和决策。课堂上，老师向我们介绍了不同的情绪类型以及情绪管理的方法。通过实例分析和角色扮演，我们学会了以积极的心态应对各种情绪，并通过调节自己的情绪来影响他人。这让我认识到情绪管理不仅是提高自身心理健康的关键，也是帮助他人解决情绪问题的重要手段。

第四，心理课堂让我了解了自己的潜能和价值。在课堂上，老师鼓励我们通过测试和问卷调查，了解自己的性格特点、优势和劣势等。通过这些测试，我发现自己具有很多优秀的潜质和优势，并意识到这些优势可以帮助我更好地发挥和实现自己的价值。同时，通过了解他人的优势和潜质，我也更加尊重他人，认可每个人身上的价值。

最后，在心理课堂中，我学到了如何更好地处理压力与挫折。在现代社会中，压力和挫折是人们无法避免的。而心理学告诉我们，人们对待压力和挫折的方式会直接影响到他们的心理健康和生活质量。在心理课堂上，我们学习了压力管理的方法和应对策略。我们了解到，通过调整自己的心态，改变对问题的看法，正确处理压力和挫折是保持心理健康的关键。掌握了这些方法和策略，我相信我能更好地应对生活中的各种挑战和困难。

总之，在心理课堂中，我获得了许多心得体会。通过学习心理学知识，我更加深刻地认识到心理健康的重要性，学会了更好地沟通和理解他人，掌握了情绪管理的方法，了解了自己的潜能和价值，学到了更好地处理压力与挫折。这些心得体会不仅对我个人的成长发展有着深远的影响，也为我更好地与他人交往和解决问题提供了更多的思考和策略。因此，我会继续保持对心理课堂的关注和参与，不断提升自己的心理素质，为实现自己的梦想和目标奠定坚实的基础。

**心理课堂心得体会篇二**

心理学是一门研究人类思维、情感和行为的科学。在我修读心理课程的过程中，我收获了许多知识和体验，让我对人类内心深处的奥秘有了更深入的了解。以下是我对心理课堂的回顾和心得体会。

首先，在课堂上我学到了许多关于人类思维和认知的知识。在认知心理学的课程上，我了解了人类是如何感知世界和理解信息的。我们的大脑通过感官系统接收信息，并经过加工和解读，最终形成我们对世界的认知。我还学习了关于记忆和学习的理论，了解了记忆的分类和存储方式，以及学习的不同方式对记忆和理解的影响。这些知识让我更加明白了人类思维的复杂性和不可思议之处。

其次，心理课堂也让我更深入地了解了人类的情感和情绪。在情绪心理学的课程上，我学习了关于不同情绪产生的原因和影响的知识。我了解到情绪的产生是由我们对外界刺激的感知和评估引起的，情绪可以对我们的思维和行为产生重要影响。通过学习情绪调节和情绪管理的技巧，我可以更好地理解和处理情绪，并提高情绪的控制能力。这对于提升自我管理和与他人沟通的能力具有重要意义。

第三，课堂上的案例分析和实验让我更加深入地了解了心理学的应用。通过分析真实的案例，我学到了运用心理学的知识来解决实际问题的方法。我还参与了一些心理实验，通过亲身的体验和观察，我更加清楚地认识了实验方法和心理实验的重要性。这些案例和实验不仅让我对心理学有了更深入的理解，也对我今后的生活和应对问题有了更实用的启示。

第四，课堂还提供了许多思考问题和讨论的机会，让我能与同学们一起交流和分享各自的观点。通过与他人的交流，我拓宽了自己的思维，学到了不同的观点和方法。这让我意识到在心理学中，各种观点的多样性和思维的开放性是非常重要的，因为它们能够促进心理学的发展，也能让我们更好地理解和处理问题。

最后，在整个心理课程的学习过程中，我认识到心理学是一门既科学又实用的学科。它既探究人类思维和行为的原理，也能应用于实际生活中的问题和情境中。通过学习心理学，我不仅对人类内心的奥秘有了更深入的了解，也提高了自己的思维能力和问题解决能力。

总而言之，回顾心理课堂，我深深感受到了心理学对于个人和社会的重要性。这门学科不仅帮助我们了解自己和他人，还能提供实际的解决方法和指导。通过学习心理学，我成长了不少，不仅在知识上有所提升，也在人际交往和情绪管理方面有所改善。我期待把这些学到的知识和技巧应用到未来的生活和工作中，为自己和他人创造更加健康、积极的环境和关系。

**心理课堂心得体会篇三**

优良的心理素质在青年学生全面素质的提升中起着举足轻重的作用，它必将对二十一世纪人才的质量产生积极而又深远的影响。健康的心理是一个人全面发展必须具备的条件和基础。加强对大学生心理素质的教育与培养，全面提升跨世纪人才质量已成为高等学校所面临的迫切任务。二十一世纪是一个思想文化激荡、价值观念多元、新闻舆论冲击、社会瞬息万变的世纪，面对如此纷繁复杂的世界，未来人才都可能在某一时刻出现心理危机。

经过半学期的心理课学习，我学到一些与人交往的方法，无论是与亲人还是朋友交往，我们都要把握好交往的方法，要学会换位思考，要用一个宽容的心去待人，这样我们才能处理好与亲人朋友的关系，使我的身边少很多争吵，多很多的爱与温暖。

意外被选为了小组长，本以为课程会很无趣，但胡老师上课很用心，教育方式也不同，教我们怎么站在不同的位置看一些事，怎样处理自身与自身，父母、老师、同学、朋友的关系。在课间用音乐来放松我们的心情。上这样的心理课，不但增长知识，还得到新的感受。尤其是老师讲过自身或是从媒体上见过的案例，让我感同深受。使得我不得不说真的很喜欢上胡老师的课。

上心理课，我学会很多知识和道理。我知道当彼此遇到误会，要换位思考，要宽容待人，要理解他人，也要把自身的一些事情坦白的说出来。忍一尺风平浪静，退一步海阔天空。不论与多少人同处，总要存心公正，一视同仁，不可特别与一两个人亲近，却与其他的人疏远。尤其不可袒护自身所爱的人，一有这种情形，势必引起别人的嫉妒，很多纠纷就因此发生了。父母对子女，师长对学生，上司对属员，兄弟，姊妹，同学，同事，彼此中间都必须谨防这种情形。

通过上心理课，我觉得人与人之间要及时沟通，与父母之间要敞开心扉，不要制造矛盾。平时父母管我，我心里感觉很厌烦，现在我什么事都为父母朋友和家人着想，通过上课，我变了很多，希望有机会上更多这样的课。上课的老师很棒，很详细，虽然老师和我们不是一个时代的.人，但丝毫感觉不到她与我们之间存在的任何代沟，上课没多久，同学们就被老师感染了，也都活跃起来。经过上课，我的知识更丰富了，办法更多了，以后遇到类似的情况，我会按老师教的方法合理去对待每一件事，打开心扉与别人沟通，不与别人产生隔阂。我第一次上心理课，开始很紧张，以为要把自身的心里话当那多同学的面说，有些不好意思。后来我明白了，大家都很友善，不用有顾忌。以后有什么事情，要站在别人的立场或他人的角度看待事情，不能只顾自身，而不想想他人的心理是否受伤。我很高兴，现在我学会了换位思考，我又多了一笔财富。

心理健康课令我受益匪浅，我感悟到人世间爱的可贵，学会了与人共处，我会将课堂学到的知识利用到平日生活中去，接受爱，报答爱。就让我们乘着爱的翅膀去腾飞！在心理课上，我学到很多知识，也回答了很多问题，我还感到自身身上的不足，并下决心改正。上心理课的老师讲课很有特点，给我留下很深的印象。我希望学校多开展这样的活动，让每个学生有更多的收获。

通过上心理健康课，我懂得了怎样尊敬父母，怎样怀有一颗感恩的心，怎样站在别人的角度看待他人。上心理课让我懂得一些道理，在生活中要宽容，学会和家人朋友换位思考，理解体谅他人。更知道怎样去理解父母，爱自身的父母。希望多开展这样的课程。心理课给了我新的生活体验：我要常去替别人思考，要去理解他人；要带着一颗感恩的心去回报爱。通过上心理健康课，让我终于感到人生的珍贵，感到要孝顺父母，为父母做些力所能及的事情，感悟到我们自身的事情自身做，不用父母为我们操心，不让他们为我们担心，我们还要关心身边的人，让每个人得到关心。俗话说，在家靠父母，出门靠朋友，虽然我们现在还没有真正踏入社会，但身边的老师和同学就如同我们的朋友一样，我们要凡事真诚。存真诚的心，说真诚的话，作真诚的事。自身有了什么错失，应当坦白承认，切不可设词遮掩；有人责备劝导你的时候，要存着谦卑感谢的心领受，切不可羞恼拒绝。与人同处不可有虚伪的客套，但总要彬彬有礼，举止中节，使人在你的动作举止上没有可挑剔的地方。多爱人才能多得人的爱，多敬人才能多得人的敬，多宽容人才能多得人的宽容，多体恤人才能多得人的体恤。你发出去的是什么，你得回来的也是什么。

通过半个学期的学习，让我有机会接触大学生心理课，让我明白了，原来成为大一新生所有的焦虑，暂时对陌生的学校环境及周边环境感到迷惘，不只是我有，而是每一个新生都会出现的情绪反应。我学到了人生的首要课题：保持心身健康。心理健康的影响因素，心理保健的方法；学会如何适应大学生活，如何规划我的大学生活，了解到大学生不一样的学习方法，并逐渐适应自觉学习，自我学习的方式，了解到大学生情感与健康种、种问题及调整方法；学习了大学生的自我意识发展过程及特点，有意识地健全自身的自我意识，塑造健全的自我意识，更科学地了解自身，更充分地认识真实的自身；对于很多大学生都会关心的问题：大学生恋爱。从第一节课我们就学习了这方面的知识，对恋爱方面的知识，虽然不是陌生的，但老师给我们剖析地更彻底，的确大学生恋爱现状让很多人忧心，由于刚上大学，又对恋爱的向往，大都为了寻求精神寄托、寻找学习动力、追求浪漫，也有盲目攀比、满足虚荣心的、满足好奇心的，更有摆脱压抑感，甚至有游戏人生的。

通过学习大学生恋爱的利与弊，及恋爱中的技巧，让我认识到大学生恋爱的正确处理方法，更加深了对恋爱含义的认识，当然也会更慎重地选择适合自身的恋爱；而学习了个性健康后，又知道了更多关于大学生的个性：气质，性格，能力，大学生能力的培养是很重要的，能力与活动紧密联系，能力又会影响活动的效果，而培养大学生的个人能力，又要做到：建立和优化合理的知识结构，积极参与实践活动，重视非智力因素的培养；发现原来有很多阅人的方法，各种各样的个性，当然也加深了对同学的认知，更融洽了同学间的关系；也了解人际关系与交往的方法与艺术，对自身以后的人际交往有一定的帮助，面对大学生常见的挫折与压力时，不再是以前那个只会等别人帮忙的小女生了，而是有能力自我帮助与帮助同学，合理地应对与调整遇到的困境，直面危机。

学习心理知识有利于大学生健康心理的发展，有利于个人以后的学习生活的合理有效地进行，更有利于协调人际关系，正确地把握自身光明的美好的充满希望的人生。

**心理课堂心得体会篇四**

我认为作为学生，心理健康就是对生活和学习有乐观的心态;有正确的自我主观意识;能很好地把握自己，控制自己的情绪;和同学们关系和谐，很好的融于群众;能很好的适应环境…心理咨询，是指咨询员运用心理学的知识，透过询问等方法解决其心理困惑。心理咨询事实上是帮忙来访者实现心灵再度成长的过程。那些认为只有心理有病的人才会去心理咨询的观念是不对的。总之，心理咨询是指运用心理学的方法，对在心理适应方面出现问题并企求解决问题的来访者带给心理援助的过程。

透过这学期对大学心理的学习，我对心理知识有了必须的了解，首先是对心理学的发展史有了必须了解，然后是学习了一些团体活动的知识，并且在参加活动课的过程中体会到了很多人生的知识，在团体活动中大家彼此敞开了自己的心扉，用心的参与到了群众的活动中，在此中再一次体现了群众的力量。

在心理咨询的活动课中，我认识到了人心中脆弱一面，有时心灵事多么的需要他人的呵护，那种心与心的交流才能让人体会到交流得喜悦，我们的心理咨询的模仿有时会让人感觉像节目表演，但是大家真诚的心却又不能不让感动，初次它让我体会到了那种帮忙别人的喜悦。活动课是实施素质教育的有效形式，是理论联系实际的重要途径。它能够调动学生学习的激情，活跃课堂气氛，真正到达育人效果。学生在实实在在的活跃的生动的并且有必须新意的活动中受到教益和启迪，促进知行的结合。

而且在那里我能够把在心理课上学到的知识付诸与实践，让我学而致用!完成了大学心理学的学习，我对自己大学四年的生活有了初步的规划，对以后的路，对自己的职业生涯有了一个初步的规划可见，心理学对我们大学生的帮忙之大是显而易见的。我们无论在生活、还是学习、交际方面都能够用到这方面的知识。这门选修课我很感兴趣的一门，我有种不用逼自己去专心听课，而是那种不由自主被老师所吸引的感觉。可见心理学真的有它的魅力所在啊!虽然我选修的心理课结束了，但我对心理知识的学习却还没有结束，或许心理学跟我以后的职业没有什么很大的联系，但是心理学知识对于我的帮忙却是长远的，甚至是一生的。

心理教育课堂心得体会4

**心理课堂心得体会篇五**

5月中下旬上了一节心理健康课，从初稿到定稿，经历了半个多月时间，一次次修改，让我感觉到的是不断的完善；一次次修改，让我感觉到的是不断的成长；一次次的修改，更多的是凝聚了众人的心血和精力。

现在我来谈谈自己这三次磨课过程的心得。其实自己对心理健康课的了解颇少，所以第一次的课自己感觉上课上得比较像自己的语文课，因为没有接触过，所以导致了讲的内容比较浅显，没有深入讲解，课堂上让同学们发言的机会也不够多，所以同学们兴趣也不是很高，除了最后一个环节小组合作，让同学们打开心扉，共同合作。第一次课后老师们给了我宝贵的意见和建议，让我明白心理健康课不同于一般的课，要以学生的感受为主，让学会畅谈，多说，说出自己的内心感受。而课堂内容也需要深入，加入名人故事让课堂深化，更有说服力。

第二次上课在有了第一次的经验上，首先为了让课堂活跃起来，第一个环节就让同学们玩游戏《雨点进行曲》，充分调动同学们的积极性和兴趣。加入趣味倾听能力测试让同学们明白自己的倾听能力，其他环节变化也不是很大。而这次的课堂相对第一次有了不同，那就是带动了同学们。但问题也还是存在：如自己没有注意语言方面，不时地会出现自己的口头禅，学生的感受也还是不够多，而作为倾听主题，一定要让同学们多说自己在平时生活中与人交流时倾听的不好习惯。

结合前面两次的经验造就了第三次的心理健康课，在汲取了前两次的经验后，第三次最大的改变就是让同学们说出自己的感受，而这次课堂自己也放松了，没有前两次的紧张和局促，但是在细节方面还不够重视，比如让同学们说出自己倾听感受时，由于自己的引导问题不对导致孩子们无从开口，这也让我明白了引导的重要性，同时学会不要勉强学生，心理课是一个相对轻松的环境，所以一定要让同学们学会主动说出自己的感受，而在课堂中适时插入一些小动作也是很有必要的。

三次磨课的经历让我受益匪浅，所以在正式上课的时候自己会注意一些之前出现的问题，让课堂更加的充实和活跃，但也出现了一个问题，最后一个环节游戏时超出了课堂时间，其实自己当时也很纠结到底要不要，这也告诉我，一定要学会随机应变。

总之，一次心理健康课，让我明白了教师不仅仅是在心理课上才去关注学生，在平时的生活中也要深入了解学生，善于与学生沟通，进行谈心、交流，进而开导学生，倾听学生的内心情感，感知学生的内心世界，用老师真诚的爱去关心、呵护每个学生。

**心理课堂心得体会篇六**

心理学作为一门研究人类行为和心理活动的学科，在现代社会中扮演着重要角色。作为普通大学生，我在课堂上学习心理学的同时，也体验到了心理学的独特魅力。回顾这段心理课堂的学习经历，我深深感受到了心理学对我个人的启示和帮助。以下将分别从心理课堂的启蒙、自我认知、人际关系、情绪管理和心理健康五个方面，总结我的心得体会。

首先，心理课堂给予我启蒙。在课堂上，我第一次接触到了心理学的基本概念和理论体系。通过学习心理学的定义、研究方法和发展历程，我逐渐明白了心理学作为一门科学的重要性。我开始认识到，心理学可以帮助我们了解人类行为和心理活动的规律，进而提高我们的生活质量。例如，学习了解认知心理学的基本概念后，我发现自己对于信息处理的方式和习惯有了更清晰的认识。这种启蒙让我从根本上改变了对待自身与他人行为和心理活动的态度。

其次，心理课堂帮助我进行了自我认知。心理学在此过程中起到了指导和辅导的作用。通过学习自我观察和自我评价的方法，我逐渐了解并反思了自己的情绪状态、性格特点和行为习惯等方面。在课堂上，我们通过实例分析和案例讨论，学会了如何对待自己的优点和缺点。例如，我曾经是一个容易焦虑的人，但是在学习了焦虑管理的相关理论后，我懂得了控制和调节自己的焦虑情绪，使自己更加冷静和理性。这样的自我认知使我从全新的角度审视自己，帮助我找到了改进和成长的方向。

第三，心理课堂对我的人际关系产生了积极的影响。通过学习社会心理学的知识，我深入了解了人际互动的心理机制和原则。课堂上的小组合作和讨论使我明白了合作与竞争的差异，以及互助与冲突的辩证关系。这让我更加理解了他人的需求和感受，培养了与他人合作的能力。例如，之前我常常因为无法理解他人的观点而产生冲突，但是通过学习有效沟通和解决冲突的方法，我现在能更好地与他人沟通和协商，避免事情升级为不必要的争吵和争斗。

接下来，心理课堂教会了我情绪管理的方法和技巧。学习了解和处理情绪对于个体的心理健康至关重要。在课堂上，我们学习了情绪调节和情绪管理的策略。例如，通过通过积极的态度和充实的活动来增强正向情绪；通过自我冥想和瑜伽等方法来缓解负面情绪等。这些技巧使我能够更好地应对压力和困难，保持良好的心态和情绪，提高生活质量。

最后，心理课堂让我更加关注和关心自身的心理健康。通过学习心理健康的概念和保护技巧，我开始关注并珍惜自己的心理健康。课堂上，我们探讨了压力管理、心理疾病预防和心理咨询等相关内容。这使我明白了心理健康与身体健康的紧密联系，懂得了预防心理疾病的重要性。例如，我学会了通过锻炼身体、艺术创作和与朋友交流等方式来提升心理健康，并积极对抗心理疾病的风险。

通过心理课堂的学习，我认识到了心理学的意义和价值。我了解到，心理学不仅能够帮助自己理解他人和解决问题，也能够帮助提升个体的心理素质和幸福感。通过心理课堂的学习，我收获了启蒙与自我认知、人际关系、情绪管理和心理健康方面的知识和技能。这将对我未来的生活和发展产生积极的影响。我相信，在今后的探索和实践中，我将不断运用心理学的知识和方法，不断提升自身的素质和能力。

**心理课堂心得体会篇七**

心理学是一门研究人类思维、行为和情感的学科，也是一个古老的学科。而大学心理课堂作为一个必修课程在大学教育中扮演着至关重要的角色。本文将综合个人积累的心理学知识和心理课堂学习体验，写出心理课堂的心得体会。

第二段：心理课堂带给我们的收获

在大学的心理课程中，我们接收到了许多有关人类思维、行为和情感的知识。同时，心理课堂还向我们提供了一个了解自己、理解他人和交流的平台。在课堂上，我们了解到“心理健康”的重要性，学习到如何应对各种挑战和压力。这些收获有着非常重要的意义，不仅有助于我们更好地改善自身问题，也有助于我们直接和间接促进身边人的切实的心理健康。

第三段：课堂中的交流

与很多其他课程区别，心理课堂强调了在课堂上和同学的交流。交流是一种学习技巧，它有助于我们加深对知识的理解和应用。在心理课程中，许多支持式的班级实践和小组讨论都会促进我们的交流，让每一位学生都有机会参与并展开对这门学科的探究。

第四段：课堂带来的启迪

我们在心理课堂学到的知识超越了课本上的知识，它有助于我们实现思维的启蒙。我们将知识应用到现实生活中，来解决各种问题和未来的挑战。同时，我们从不同观点和声音中获得宝贵的反馈，经常有同学分享他们的思想和经验，促进我们的成长和改进。

第五段：结论

总体而言，以期待到新的知识为极重要的奖励，参加心理学课堂对我们来说是一种极大的投资。在心理课堂中，我们可以获得知识、收获新技能、拓展思维，并且在与他人的交流和分享中体验到了学习过程中的快乐。因此，我们更应该重视课堂中的学习，并且学会把它们应用于现实生活中的问题和实践。

**心理课堂心得体会篇八**

上星期，有幸听了各级部的几节心理健康课，几位教师给我们展示了不同风格的课堂教学，我听完后，感触很深，我为她们精彩的表现暗暗喝彩。在课堂上，学生们敢想、敢说，畅所欲言，真正是课堂的主人，老师们的课贴近孩子的心灵，走进孩子的内心，解决学生内心的确存在的心理问题，使孩子的心灵如沐一缕清风，如享一缕阳光，让我们的心理健康课成为打开孩子心扉的“金钥匙”。

回味这几堂课，他们有许多共同的亮点值得我学习。

温馨的课堂气氛是使学生愉悦地进行学习的前提。丰盛的心理大餐同样也需要有调节气氛的开胃小菜，当然，这一殊荣非游戏莫数。

如刘方华老师的《上课与游戏》一课就是以做游戏的形式拉开帷幕。让学生上课一始就开始做抢凳子的游戏，老师则抓住机会进行引导，让学生对秩序有了更具体，更形象的认识，这为后来的讲上课的秩序打下了坚实的基础，同时也使得沉闷的课堂鲜活起来。孙家疃小学的姜言言老师执教的《换把椅子坐一坐》中，出示图片让孩子从不同的角度去看得出不同的结论，简单的游戏却激发了学生的兴趣，唤起学生对心理课题的探索，同时帮助学生们在游戏中去体验和感悟游戏中的道理。

学生心理的变化与其生活环境是紧密相连的，生活中的点滴小事都可能引起他们情绪及心理上的波动。因此，将真实的生活再现课堂，这也是心理健康教育的一个重要形式。

例如姜老师的心理剧场——《篮球xxx》通过角色扮演，现场支招，实话实说等形式，让学生在参与中产生情感体验，达到育我、育人的目的。而刘老师执教的《上课与游戏》一课中，老师则通过录像的方式让学生真实地感受到纪律对课堂的影响，从而产生情感体验，纷纷提出自己的看法，达到自我教育的目的。课中有故事情境法、生活场景再现法等方法，十分的生动有趣。

心理健康教育课的选题要有现实感、时代感和针对性，要触及学生所关心的问题、所感兴趣的事物，这样，才能产生应有的教育效果。这几位教师在选题上都针对学生不同的年龄特点最关心、最需要、最感兴趣和感到困难的问题，正因为贴近学生的现实生活，所以课堂上学生才会产生共鸣，积极参与、主动探究。如：刘老师所执教的《游戏与上课》，姜老师执教的《换把椅子坐一坐》，这样的课题比较贴切孩子的生活，因为这是很多孩子普遍存在的问题。另外，教师在点评时准确、质疑适时，真正走进了学生的心灵，真正发挥了学生学习的促进者、合作者、引导者和课程资源的开发者的作用。

几位年轻的老师很善于与学生建立起平等、民主、和谐、朋友式的新型师生关系，相互尊重、理解、信任，让孩子们可以敞开心扉与老师大胆交流内心的感受。老师们创设了和谐的氛围，努力营造适合于学生主动发展的一种宽松空间，采用了学生们乐于接受的方式和灵活多样的形式让他们参与其中，人人争当小主人，发现问题，合理解决问题，推动学生的心理素质和人格水平的健康发展，让我们的心理健康教育真正达到“润物细无声”的效果。

听了这次的心理课，我由衷地感受到，心理健康教育课的重点在于学生在活动中的体验，让活动走进了我们的课堂里，让体验扎扎实实地走进了每个孩子的心坎上，通过活动着重培养学生正确的心理观念。本次的课也会为我以后上心理活动课指路领航。

文档为doc格式

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