# 心理教学心得体会(精选10篇)

来源：网络 作者：心上花开 更新时间：2024-06-03

*心得体会是我们对自己、他人、人生和世界的思考和感悟。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。心理教学心得体会篇一课堂教学堂教学是学校教育教学中的基本活动，也是...*

心得体会是我们对自己、他人、人生和世界的思考和感悟。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。

**心理教学心得体会篇一**

课堂教学堂教学是学校教育教学中的基本活动，也是一种独特的社会交往方式。在课堂教学中，师生关系、生生关系不是静态的，而是处于互动的状态，是一个由教与学双方活动构成的动态系统。教学过程也是师生双方认知情感的双向交流。因此，努力在课堂这个特定的活动环境中营造和谐的心理氛围，不仅是课堂教学成功的保证，也是学生形成积极的学习态度、正确的学习动机、愉悦的学习情绪和高度注意力的重要途径。

兴趣是个体积极探究某种事物的认识倾向，具有维护和增进心理健康的价值。当学生在认识感兴趣的事物或从事感兴趣的活动时，可以保持稳定集中的注意、进行清晰全面的感知、引起浮想联翩的.想象和积极深入的思维，在愉快的情绪体验中，以坚强的毅力去克服困难，达到目的。研究发现，浓厚的学习兴趣不仅会给智能“锦上添花”，既发挥智能的积极作用，同时还会给智能“雪中送炭”，弥补智能不足。不难看出，学生在兴趣指引下的学习过程，实质上就是一个自我心理健康教育的过程。正因为这样，国内外许多学者都十分强调兴趣在课堂教学中的重要性，并极力反对那种“无趣”的教学对学生心理健康的摧残。如俄国教育家乌申斯基指出：“没有丝毫兴趣的强制性学习，将会扼杀学生探求真理的。”我国明代学者王守仁将不顾学生兴趣的教学比喻成“鞭挞绳缚，若待扣囚”等。这些充分说明激发学生学习兴趣的重要性。

每个人都有成功完成某件事情的渴望和需求，反映在人们头脑中，便体现为成功需要。满足成功的需要，不仅会产生快乐情绪，而且会产生自信心和胜任感，促进个体朝着成功的方向继续努力。因为每一次成功需要的满足，其实都是对成功行为的正强化。在课堂教学中，学生对学习活动的成功检验所产生的快乐情绪，更有增强其学习的热情和动力。

如何改变教学形式，使学生（尤其是低年级学生）在嬉戏、娱乐活动中接受教学内容，一直是古今中外崇尚乐学教学的人所努力寻求解决的课题。当我们能将一些本来在学生看来是枯燥、乏味的教学内容，赋予某种为学生所喜闻乐见的形式时，便能使学生因教学活动适应他们娱乐需要而欢“心”，从而改变对学校教学活动的态度，提高学习的积极性。例如，在各层次外语教学中，都可以通过唱外语歌，组织情景对话、排练短剧、小品等游戏和活动形式来进行教学，学生在此愉快的课堂心理气氛中学习，必然是乐学不疲，事半功倍。

古语说：尊其师、重其道；亲共师，信其道。这说明良好的师生关系是学生获得知识的前提和关键，一个与学生关系十分紧张的教师是无法实现自己的教学计划的。和谐的课堂心理气氛，常常是良好师生关系的直接体现。心理学家威索尔曾通过分析老师的语言来分析老师的教学方式，进而分析课堂心理气氛。他发现，当老师倾向于以学生为中心时，大多会使用以下语言：鼓励、赞许学生或支持学生；引导学生发现问题，帮助学生共同解决问题；了解学生的疑问。当老师倾向于以老师为中心时，大多会使以下语言：使学生接受意见或劝告，如纠正学生不良行为所用的语言或质询；批评学生的过失，否定或讽刺学生的错误：教师为维护自己的立场，贯彻自己的主张所用的语言。威索尔发现，当教师倾向于以教师为中心并使用相应语言时，师生关系较差。正因为这样，老师在课堂教学过程中，要善于创造一种生动活泼的师生共同合作完成学习任务的情境，让学生感受到自己是学习的主体，是教学活动的参与者与推动者。事实证明，一个良好的谐师生关系的建立，是实施高质量教学的重要保障，同时，这种良好的师生合作关系的建立过程，实际上也是一种心理健康教育的过程。

总之，学校开展心理健康教育，是形势的需要、社会的需要、学生的需要。作为教师首先要把握好的心理氛围的营造，注重教学内容、讲究方式方法，在讲授教学内容时渗透心理教育，为学校开展心理教育打下良好基础。

**心理教学心得体会篇二**

随着社会的快速发展和学生的日益增多，小学心理教育越来越被重视。作为一名小学心理教师，我在多年的教学实践中积累了一些经验和心得。在此，我将就我的一些观察和体会，以五段式的方式进行总结和分享。

第一段：关注和倾听学生的情感需求

在小学心理教学中，我始终坚持关注和倾听学生的情感需求。作为一个孩子成长的重要阶段，小学生的情感世界非常复杂，充满了各种各样的情绪和需求。因此，我每天都会设定一些时间，让学生可以自由地表达自己的情绪和需要，我会用耐心的态度去倾听他们的心声。通过和学生们的交流，我发现他们对于友情、家庭等方面存在的烦恼和困惑，然后我会根据学生的需求，开展一些针对性的心理辅导，帮助他们调节情绪，树立积极的心态。

第二段：注重培养学生的情商和社交能力

除了关注学生的情感需求，我还注重培养学生的情商和社交能力。小学时期是学习与人相处的重要阶段，通过与同学们的相处，学生能够学会合作、互助和沟通。因此，在课堂上，我经常设计一些小组活动，让学生有机会与不同的同学合作，互相帮助。同时，我还会教授一些解决冲突和沟通技巧，帮助学生处理人际关系问题，并且加强学生的情商，提高他们的情绪智力。

第三段：重视自尊心和自信心的培养

在小学心理教学中，培养学生的自尊心和自信心非常重要。我发现有些学生在学习和生活中缺乏自信心，他们对自己的能力和价值感到怀疑。因此，我会通过鼓励和赞美的方式，提高学生的自尊心，让他们能够信任自己并且有勇气去面对困难。此外，我还会组织一些能够展示学生才华和能力的活动，如班级演讲比赛等，通过这些活动，让学生更加深入地了解自己的能力，并且鼓励他们勇敢地展示自己。

第四段：注重个性化教学的实施

每个学生都有自己独特的个性和学习风格，因此，注重个性化教学的实施对于小学心理教学非常重要。我会在课堂上充分了解学生的兴趣、优势和困难，然后根据学生的需要，采取不同的教学方法和策略。在课堂上，我会给学生提供多种多样的学习方式，如图表、游戏和小组活动等，让学生在多样化的学习环境中获得更好的学习效果。通过个性化的教学，我希望每个学生都能够充分发展自己的潜能，取得更好的学习成绩。

第五段：建立家校合作，共同关注学生的心理健康

为了更好地促进学生的心理健康发展，家校合作是不可或缺的。作为一名小学心理教师，我会积极与家长沟通，了解学生在家庭中的情况，并和家长共同关注学生的心理健康。在每学期的家长会上，我会向家长介绍学生的心理教育情况，并向他们提供一些家庭教育的建议和指导。通过与家长的密切合作，我相信学生的心理健康能够得到更好的保护和促进。

通过多年的小学心理教学实践，我深刻体会到关注学生的情感需求、培养学生的情商和社交能力、重视自尊心和自信心的培养、注重个性化教学的实施以及建立家校合作等方面在小学心理教育中的重要性。希望我的经验和心得对于小学心理教育工作者和教育界人士有所借鉴，一同为学生的心理健康教育做出更大的贡献。

**心理教学心得体会篇三**

教学是一个师生交流的过程，教师的教学心理状态直接关系到学生的学习效果，因此，作为教师，必须深入探究教学心理，不断提高自身的教育教学能力。我在多年的教学工作中，积累了一些教学心理的体会和心得，今天就和大家分享一下。

第二段：了解学生心理，为教学定策略

教学的第一步，就是要了解学生的心理实际情况。我们可以通过调查问卷、座谈会、家长会、学生日记等方法来了解学生的个性、兴趣爱好、能力和心理现状等方面的信息。只有全面了解学生的心理状况，我们才能制定出最适合学生的教学策略。比如，对于比较内向、害羞的学生，我们可以采取小组合作、互动讨论的方式，让他们更好地发挥自己的特长和能力；对于自信心不够的学生，我们可以给予更多的肯定和鼓励，让他们更加积极主动地参与到学习中来。

第三段：关注教学效果，调整教学方法

在教学过程中，教师不断地要评估和调整自己的教学方法和策略，不断适应学生的需求，以达到最佳的教学效果。我们可以通过课堂教学收集学生的反馈信息，了解他们的掌握情况、疑惑和困难，及时调整自己的教学方法和策略，让学生更好地理解和掌握知识。比如，在进行数学练习时，我会针对学生的不同水平和步骤安排适当的练习量和难度，逐步提升学生的自信心和解题能力。

第四段：营造和谐舒适的课堂气氛

课堂气氛对于学生的学习效果、情感态度、行为表现等方面都有着不可忽略的影响。因此，教师需要在课堂上营造一个和谐舒适、温馨友好的氛围，让学生能够自在地、愉悦地参与到学习中来。我们可以通过一些轻松活泼、生动有趣的教学方法和技巧，来增强学生的学习兴趣和积极性，比如通过小组游戏、角色扮演、互动课堂等方式，让学生在轻松愉悦的氛围中获取知识。

第五段：维持心理豁达积极的心态

教师的效果和状态，会直接影响到学生的情绪和学习状况。因此，我们必须保持心理豁达积极的心态，才能更好地引导学生，达到教学的目的。我们可以通过充实自己、锻炼身体、与同事交流、参与教学研讨等方式来调节自己的情绪和心态，保持自信、豁达、乐观的态度，为学生创造一个稳定、积极、和谐的教育环境。

结束语

教学心理是教师职业能力的重要组成部分，探究教学心理，不断总结经验，提高能力，是每一位教师必须完成的使命。通过以上总结，我深深体会到，教师的教学质量和效益，与教师的心理状况是密不可分的。只有在教师的心理上实现了完美，才能让他们从容、愉悦地教学，把知识和真理传授给学生。

**心理教学心得体会篇四**

前段时间幼儿园布置每位教师要学习一本专著，我学习了幼儿心理学，通过学习，我深知：幼儿阶段是人生的奠基阶段，而幼儿教师是年轻一代最初的启蒙教师，在幼儿成长过程中起着主导作用，幼儿园不同于中小学，幼儿教育形式是以为基本活动形式,寓教于之中，是幼儿共同的活动形式。

作为教师首先应该是孩子的朋友，在平等的关系中，教师是幼儿的伙伴，使幼儿在心理上到安全，放松，让他益生活在自由、尊重、平等、合作的气氛中，在这气氛中，让幼儿充分的活动，获得表达自己欲望和能力的机会。

每个孩子的个性都不相同，有的孩子活泼大方，他们能主动表现自己，见到客人能主动打招呼，听到音乐就能翩翩起舞，为大家表演，这样的是我们所倡导的。但是有些孩子，他们在幼儿园里比较活泼，一旦离开了他们熟悉的环境，或家里来了客人，或者幼儿园来了陌生人参观等等，他们便很胆怯，不敢说话。这种胆怯性格的形成，大多因为缺乏锻炼的机会，缺少表现自己的勇气的条件，如果不及时加以引导，将严重影响幼儿一生的发展。胆怯的幼儿往往没有勇气在众人面前讲话，或说话声音很小，为改变这种胆怯的性格，我们努力为幼儿提供“说”的机会，让幼儿在每个人面前表达自己欲望和自己的感情。

作为一名幼教工作者,怎样去教幼儿、怎样主动和幼儿沟通是很重要的。

第一、现在的教育观，要求教师与幼儿的地位是平等的。

教师要尊重每一位幼儿，作为朋友坐下来与幼儿谈心，了解他们的性格特征。这些来容易的话，做起来却很难。每个人都有自己的权利，包括幼儿自己的权利，所以做什么都不要强制幼儿去做，可以去引导幼儿去做。教师以亲切的话语，关心他们喜欢，做什么，需要什么。这样既拉近了师生关系,又使我们目标得以实施。

第二、开展丰富多彩的游戏，让幼儿从中得到知识。

在教育活动中，教师就尽量多设计一些与教育内容相一致的游戏。真正做到“在游戏中学习”。

第三、抓住幼儿的闪光点。

让幼儿充满自信做好每一件事，教师应多鼓励幼儿，包括一些很小的事，对他进行赞美，他们定会有所发展，有所进步.在我的工作期间，在我带班的有一个小女孩，小脸胖乎乎，可说话声音比较小，别的小朋友干什么，她就跟着干，很少主动自己做什么。不过她很爱笑，每次她从我旁边经过，我就会摸摸她的小脸告诉她，你真可爱。每次这样的赞美，树立了她的自信心。有一次，她主动到我这里对我说：“老师，今天我吃饭很快，能让我带队吗?”

我当时真是又高兴又惊讶，同时也感到老师一些无意的动作和赞美，对孩子来说却是很重要的，她会觉得老师是注意我的，老师是我的朋友，是值得信赖的。

所以，做为一名幼儿教师,既要当好老师，又要做幼儿的朋友，保证他们幸福的成长。

我当时真是又高兴又惊讶，同时也感到老师一些无意的动作和赞美，对孩子来说却是很重要的，她会觉得老师是注意我的，老师是我的朋友，是值得信赖的。

读教学心理学心得体会课件精选篇5

**心理教学心得体会篇五**

曾经比较单纯的认为自己比较年轻与学生的沟通情况很好，上课气氛比较活跃，所以理所当然地感觉到自己与学生的沟通没有什么问题。

直到我指导学生参加技能节训练，期间出现了学生厌学、放弃的念头，这个时候我才恍然大悟，之前过于注意学生的训练情况而忽视了学生自身的心理状态。

通过本次理论的学习，加深了我对沟通技巧的认识。总结了以下几方面：

一、学生是沟通的主体，先倾听学生的想法。

教师在课程上若只是讲授知识点，实际则拉开了与学生的距离，形成了一道隔阂。而我们需要怎么去做？充分发挥学生的主体作用，在课堂上创设更多的机会让学生多说，整个课堂就是有序地听取学生的意见，教师则是引导，在必要时予以归纳而学生体会到了一种参与了知识获取的全过程，就有亲近感，易于接授。

二、良好的沟通需要良好的环境

当在做沟通时若是我们离开了说话就没有沟通，所以说话是要讲环境的，有些话是要在必要的场合讲，而有些话必须私下里沟通。个别内向的学生在与我谈话时，心理压力大，惶恐不安，变得很自闭不肯说实话。那我们应该如何去做？首先就应引导学生取消顾虑，以微笑在姿态面对学生，以友善的表情与学生交谈。无论学生说话内容是否正确，最为重要的是保护自尊心和他们的自信心，需要循循善诱，了解他们内心的想法。

三、沟通之前在于倾听

在倾听学生的想法时,我们第一所要做到的是必须诚恳，并适当地引导。只有在我们认真地倾听学生的说话，并作出积极的反映和肯定，才能领悟到学生的存在，才能了解学生真正想要学什么，需要学什么。通过倾听，才能了解到学生的近况与下一阶段调整的方向，作为教师只有学会了倾听，才能让学生情感发展沿着健康的路径迈进。

只有学会沟通，平等对待，才能成为一个温暖的教育者。

**心理教学心得体会篇六**

xx年，我在教育局及活动中心领导的关心和支持下，发挥中心未成年人思想道德教育阵地之资源优势，在校内外心理健康教育的开展途径、方式、内容等方面作了一些尝试。为总结经验，发现不足，更好地开展明年的工作，特写此总结与计划。

一、工作总结

1、xx年暑期，举办了两期“生命如花绽放”心智成长主题夏令营即中小学学生团体心理辅导，供辅导学员35人。夏令营以团体心理辅导及心理拓展训练等为形式，融入生命教育、心理健康教育的有关内容，帮助学生认识生命的独特性，学习珍惜和热爱生命并创造生命独有价值。活动形式新颖，内容丰富，尤其是互动中的体验和同伴分享给了孩子们前所未有的心灵触动。学员们通过活动加深了自我认知，树立了生命信念，提高了自信，增强了与人合作的意识和能力，活动收到了很好的教育效果和社会效应。

2、10月10日，参加了城区妇联主办的世界精神卫生日主题宣传。开展了现场咨询、版面宣传和心理健康知识传单免费发放等活动，帮助市民更科学地认识心理咨询的同时，也扩大中心的知名度。

3、10月28日，应基教科要求，为城区中小学心理健康教师作了题为《学校心理咨询室建设——兼谈中小学心理健康教育的新途径》培训。明确了心理辅导室建设的有关要求，介绍了台湾生活素质教育课程的一般理念和操作技巧，为学校科学规范建设心理辅导室并开展心理健康活动课提供了及时而有益的帮助。

4、11月15日至30日，随基教科对全区各中小学心理辅导室建设情况进

行了一次排查，比较全面地掌握了全区中小学心理辅导室的建设情况，并对检查工作做了及时总结和交流。

5、完成了城区中小学心理健康教师成长沙龙的个人资料收集工作。

6、从11月9日开始，为满足学校提升教师心理健康水平、提高家长教育水

平之需要，主动义务送讲座下校。先后为城区职高、英雄街小学、惠丰小学、淮海小学、站前路小学、华丰路小学等六所学校送去七场教师及家长心理健康知识讲座。受到了听课教师和家长的欢迎。

7、自觉开展理论学习，坚持提升业务能力。暑期先后赴北京参加了第三届海峡两岸生命教育研讨会和首届积极心理学与教育国际研讨会，并将学到的理念与技术及时应用到学生团体辅导和教师及家长的各类培训中。

8、继续完善了咨询部档案并做对外宣传报道。

二、工作反思

1、有时候想问题理想化，脱离实际，原因在于一方面急切想为城区中小学展开心理健康教育工作做点什么，但又不了解各校实际状况。为此，以后还需要更主动深入学校，这样才能确切了解他们的需要，也才能发现典型，总结经验，为做好辅导积累第一手资料。

2、在校内外心理健康教育的模式、内容、途径等方面还需要结合城区实际做进一步的探索，做出特色同时追求实效。

3、在扩大心理与教育咨询部的知名度方面还需要坚持不懈地努力。只有被更多人知晓，才能为更多人服务。

**心理教学心得体会篇七**

教学是一个非常复杂和多元化的过程，每个学生的学习方式、背景、能力和需求都各不相同。因此，在教学中需要教师有一定的心理学知识，以便更好地理解学生的需求和提供个性化的教学。在这篇文章中，我将分享我在教学过程中的心得体会和教学心理讲话的重要性。

第二段：个性化教学的重要性

教育的目标是帮助学生充分发挥自己的潜力，提高学习成绩并发展他们的全部人格。而个性化教学是帮助学生达成这些目标的重要途径之一。在我的教学经验中，我发现如果我能够了解每个学生的不同需求，并根据这些需求调整我的教学策略，那么学生更容易接受和掌握知识，学习成绩也有了明显的改善。

第三段：教学心理讲话的重要性

教学心理讲话是一种重要的教学技巧，掌握这种技巧能够帮助教师更好地了解学生的心理需求，增强学生和教师之间的互动和理解，从而更好地进行个性化教学和培养学生的积极心态。作为一名教师，我经常使用教学心理讲话来让学生感觉到我理解他们的学习困难，鼓励他们面对挑战，并对他们的学习进步给予肯定和赞扬。

第四段：教学成功的关键因素

教学成功有很多关键因素，但个性化教学和教学心理讲话是其中至关重要的两个。另外，课程和教学设计的合理性，学生参与度的高低，注重学生的反馈和评估等也是重要的因素。这些因素相互配合，可以帮助每个学生充分发挥自己的潜力，并成功地学习和掌握知识。

第五段：结论

在教育领域，教师应该不断学习和改进自己的技能和知识，以更好地帮助学生发展他们的潜力。教学心理讲话和个性化教学是非常重要的教学技巧，可以帮助教师更好地了解和满足学生的心理需求。在今后的教学工作中，我将不断努力发掘和运用这些技能，为每个学生提供更加个性化和有效的教育服务。

**心理教学心得体会篇八**

我参加了沙坪坝区中小学心理健康教师培训班。此次心理健康培训的时间虽然仅

为坦然地接受一次次的挑战！心理健康教育我还处在初步的学习、摸索阶段，但我相信它肯 定能帮我解决工作中遇到的很多难题。只要我不懈地努力，一定会迎来学校心理健康教育灿 烂明天！

富的知识内涵及精湛的理论阐述了心理健康这门学科的魅力所在，给了我强烈的感染和深深 的理论引领，并且通过理论学习、小组讨论、自我剖析等让我们意识到心理健康教育是一门 提高学生心理素质的基础教育，同时也让我们知道，加强对学生的心理教育，可以减少甚至 杜绝学生心理问题的发生。

促进学生的人格健全

我都认

更好！

在培训学习中，每一天都能感受到思想火花的冲击；结交了一群优秀的同行朋友探讨了疑惑。在一次次的感悟中，颇感自己的责任重大、知识贫乏。通过这次培训，收获颇丰、感想颇深：眼界开阔了、思考问题能站在更高的境界，许多疑问得到了解决或者启发。对我的 教育有了一个新的认识。

在工作中学习，在学习中收获----

心理健康培训心得体会

带着一份憧憬，带着一份喜悦，带着一份期待与责任，我有幸参加了远程教育的心理健

康的培训，不仅有理论的学习，充实我们的大脑，同时还深入教育教学第一线参观学习和调研，使我在思想理念和工作能力等方面都有了较大程度的提升，真是感受颇深，受益匪浅。

感受一：认识心理健康重要，促发展。

使学生受到深刻的影响。人格健全的教师，能在课堂中创造一种和谐与温馨的气氛，使

学生如沐春风，轻松愉快，而人格不健全的教师，只能在课堂上造成一种紧张或恐怖的气氛，使学生如坐针毡，惶惑不安。所以新的教育实践要求每一位教师都应该从自身的心理健康的角度，完善自己的人格，提升自己的人格魅力。

感受二：提高自身素质，助成长

通过培训，自身有了提高。我对心理调适的技能，提供维护心理健康和提高心理素质的方法有了一定的了解；通过对个别典型的案例的分析学习，对认识与识别心理异常现象有了认识，而且有了一定的辅导思路。教学活动是师生双向互动的过程。心理素质良好的教师，会凭借自己的语言、行为和情绪，潜移默化地感染学生，促使学生积极主动地投入学习；学生在教师的感召下，会表现出强烈的求知欲，体验到愉悦、满足的情感，并流露出对教师的尊敬和爱戴。要努力克服不良情绪的困扰，在不断提高知识素养的基础上，培养自信乐观、豁达开朗的健康心理。只有这样才能充分发掘自己的潜能，发挥自己的才干，促进学生的健康成长，提高教育教学的整体效益。

学院的两位心理学教授给我们上了一天精彩的心理

力值得引起我们的关注。教师力求 “对症下药”，从心灵上给予学生鼓励和信心，了解学生的不良心理的成因，既包括学校因素，如单调枯燥的学习生活，也包括家庭、社会因素，如家 庭的生活环境、抚养环境，社会风气等。例如，我们可以尽量创设健康的教育环境、可以有计划有针对性地开展心理健康教育活动，可以与学生家长沟通思想，相互配合，根本的出发点就是要将其全面渗透到学校教育的全过程。

总之，教师的目的就是教书育人。首先，为了让学生形成健康的心理，教师就要不断完善自己的人格。良好的性格、高雅的气质、卓越的才能以及高尚的道德品质将对学生产生潜移默化的熏陶与教化作用，真正作到为人师表。其次，只有形成学校、家庭、社会的心理健康教育网络，齐抓共管，学生的心理素质和心理水平一定能朝着健康的方向发展。

心理委员培训总结 12 月 10 日和 12 日晚上，外国语学院对我们这第一批心理委员进行了集体培训。最初作为心理委员，虽然怀着想为班里的同学出一份力的想法，但是有很多事是我无能 为力的。因为我毕竟不是专业的心理医生，没有经过培训，没有专门的心理健康知识，想要解决大家可能出现的心理问题又不能涉及到个人隐私，想要做好心理委员是很困难的。

通过这两次的培训，老师让我意识到心理委员是一个助人者的角色，或起着沟通学生与

老师的作用。之前我自己曾经考虑过的关于心理委员的问题也好，困扰也好，是所有的心理委员都要面对的事实。所以，做这项工作其实并不需要我们像一位真正的心理医生那样为同学们进行细致专业的心理辅导，而是要求我们发动全班同学在生活中能做到细心观察，在其他同学出现情绪问题的初期就发现问题，大家一起对这部分同学进行开导或安慰，防止同学们的心理问题恶化。然而一旦有同学产生了严重的心理问题，我不能靠同学的力量解决，而应该及时向专业的老师请教。另外，我应该多向同学们传播心理知识，唤起大家的心理健康意识，为更有效的解决同学们初期心理问题打好基矗第三，我还有一项任务，就是增强班级凝聚力。这一点和班上其他的委员一样，只要我们用心为同学们组织各种各样的班级活动，丰富大家的课余生活，相信一定可以增强我们班的团结精神。

通过这两次的学习，我对心理委员的工作有了初步了解。希望在今后的学习中能继续充

心副主任答会明对培训有关事宜作了详细安排。

工作方法

育工作的针对性、实效性和主动性，不断开展工作创新，创新工作机制、工作途径、工作方法，建立学校心理健康教育的长效机制。二是要充分发挥班级心理委员在心理健康教育中的朋辈辅导作用和自己人效应。三是要珍惜培训学习机会，认真听讲，积极思考，加强交流，互帮互学，将理论与实际学习生活联系起来，作到学以致用。

孙立峰副校长强调指出：班级心理委员的设置是我校心理健康教育中的新事物，培训也是第一次，在作好本次培训工作的同时，要注意总结和积累经验，巩固成果，不断推动我校 大学生心理健康教育工作上水平、上台阶。

2、柳青同志就落实孙校长的讲话精神作了总结，要求各学院将讲话精神带回，进一步加强心理辅导站的建设，帮助和指导心理委员开展工作;各班级心理委员要根据编班和时间安排，认真坚持学习，保证完成学习任务。

班级心理委员培训活动

开班仪式结束后，班级心理委员培训开始。

参加心理健康辅导员培训心得体会

一、以前，培训就是老师在上面讲，我们在下面听。听起来很枯燥，记住的很少。而团体培训，老师和我们打成一片，很亲切。自己有切身体验，就很容易留在脑海。

二、在团体中，几个陌生人在一起要在短时间内熟悉，需要“破冰” 。从破行为到破心态就是“破冰过程”。杨老师就是用“滚雪球”帮助参加培训的教师破冰的。

情，感受对方的感受，了解其情况，让对方的情绪得到宣泄，然后进行疏导，最后解决问题。因此，教师如果高高在上，学生就不能敞开心扉，真诚地对待别人，促进其人格的健康成长。

盘县羊场乡教育系统

2024 年心理辅导技术培训

心得体会

羊场乡中心幼儿园 2024

王雪梅

“盘

年 7 月 9 日至 12 日，羊场乡中心校组织全乡教师在羊场中学进行了为期四天的县羊场乡教育系统 2024 年心理辅导技术培训”。在这次培训中，我受益匪浅，并运用在实际的教学中，对我的教学工作起到了很大的帮助虽说有点紧张，有点疲惫，但内心的喜悦是无 法用语言表达的，感觉到是那样的充实，那样的兴奋。

作为一名老教师，自认为了解学生们的心思，但随着社会的发展，一直困惑着我的问题

是：为什么这些孩子越来越不听话了？越来越难教了？ ??曾经，对于心理健康辅导一无所知。通过这次的听课、学习，真正让自己大开了眼界，受益匪浅。我终于明白了，什么才是真正意义上的心理健康辅导。

一、认识了道德问题与心理问题的区别

以前，一直以为学生在学习过程中做错的事情都是道德上的错误，因此一直教育学生不可以这样或那样，觉得学生来学校学习，完成作业，上课认真听讲，和其他学生和睦相处等都是学生应该做到的，也是必须做到的，而学生不做作业，打架，厌学等都是不应该的，就是学生的错，老师应该批评，教育他们做好。但通过心理辅导后，再来分析这些问题学生，有些是他们存在着一定的心理问题，而不是道德上的问题。因此，我们要根据学生的情况，具体分析，采取适当的方法，解决学生所存在的问题。

二、了解了心理健康辅导的基本技巧

受对方的感受，了解其情况，让对方的情绪得到宣泄，然后一起探讨，最后解决问题。因此，我们做教师的，要改变一下心态，无条件的积极关注，倾听，共情等，真诚地对待每一个学生别人，促进其人格的健康成长。

三、懂得了提高自身素质的重要性

师才能真正做到将心理健康教育落在实处，才能真正促进学生心理健康的发展。

四、培训过程中的顾虑与思考：

心理健康培训心得体会

经过本次心理健康教育学习，我更加深入地认识到学校心理健康教育的重要性，这段时间来，我们全体学员克服种种困难，认真学习，按时完成作业，集中精力参加培训的各项活动，顺利完成了培训预定的各项任务。

在此期间，我们自学了网络课程，对心理健康有了初步的了解。之后的面授课程给我的印象最深。学习了专家的专题讲座，让我们更深入的了解到了学校心理健康发展的概况，学校心理健康教育的方法及实施途径和方法，为以后更好的开展工作打下扎实的基础。在这次培训中，我们全体学员和老师都普遍产生共识：这次培训主题鲜明，重点突出，任务明确，安排得当，收获很大，在思想认识上都有了新的提高，对心理健康教育工作的开展以及自身素质的提高都很有帮助。

在这次培训中，我有了很大的收获，感受颇多。

一、通过本次培训，我对心理健康教育方面的知识从无到有，从浅到深。使我认识到：

健康不仅是身体上没有任何疾病，而且是能正确了解和接纳自我，能正确地感知现实并适应

现实，良好的适应及良好的人际关系，能平衡过去。在专家们的讲课中，很多都是具有实际操作方法的，更多的注重了理论联系实际的培养。在这次的心理健康教育培训中，我们不仅学习到了对学生的心理健康教育的方法，而且还学习到了老师的人格的力量。

师，会凭借自己的语言、行为和情绪，潜移默化地感染学生，促使学生积极主动地投入学习；学生在教师的感召下，会表现出强烈的求知欲，体验到愉悦、满足的情感，并流露出对教师的尊敬和爱戴。要努力克服不良情绪的困扰，在不断提高知识素养的基础上，培养自信乐观、豁达开朗的健康心理。只有这样才能充分发掘自己的潜能，发挥自己的才干，促进学生的健康成长，提高教育教学的整体效益。

三、教师自己保持乐观的心态

（一）学习心理卫生知识和心理健康知识，掌握心理调节的方法，学会缓解心理压力，提高心理承受能力。

（二）调整情绪，保持心理的平衡。

（三）善于选择自己心情愉快的角度去思考问题、处理问题，建立起良好的人际关系。（四）乐于为工作奉献，并合理安排时间，张弛有度。（五）培养多种兴趣与爱好，陶冶情操。

足：时间短，专业知识和技能积累不够，感觉在中心校实施心理健康课信心不足。最想说的一句话：“再聚会！！”

团体心理辅导学习心得体会 重庆市北碚区王朴中学校

冯中友

今天的培训内容是团体心理辅导，从没参加过团体心理辅导培训的我感到漠然，不知团体心理辅导是啥东西？然而通过今天的团体心理辅导课，使我豁然开朗，收益菲浅，学到了 不少知识。

本次培训，我在培训的课程与对象、课程学习四种观念、团队辅导的动力要求与教学原则等方面有了较全面的认识。在培训中，我们通过找另一半、小组展示、内外圈交流等活动及游戏，去积极的参与并认真体验感知，并在规则中互相认真的倾听对方的事情，对其产生共鸣，感受对方的心声，了解其情况，认真完成培训的目标任务，去提升相关的能力。

虽然只有短暂的一天时间，体验的活动也不多，但我们每一个人都在这些体验中收获颇

教师自身的心理健康直接会影响到身边的人，尤其是在处理学生问题上就不能正确理解

学生的行为，更无法有策略地处理学生问题，轻则影响师生关系，重则伤害学生心灵。因此，作为教师必须是心理健康的人，必须具备以下条件：

2、老师虽然学过一些教育心理学，但面对层出不穷的学生问题却是处理乏力。

只有不断

面对有各种各样问题的学生，任务艰巨。

此次培训，我认为在班主任实际的教育教学过程中应该关注两点：

学习心理卫生知识和心理健康知识，掌握心理调节的方法，学会缓解心理压力，提高心理承

受能力；调整情绪，保持心理的平衡； 善于选择自己心情愉快的角度去思考问题、处理问题，建立起良好的人际关系；培养多种兴趣与爱好，陶冶情操。只有这样，才能以积极健康地工作热情投入到教学活动中去。

3、教师还应具有积极的情绪状态和较强的感染力，要以对教育事业的满腔热忱对工作的高度责任感、对学生的一片爱心、对所任学科的深厚感情，去感染影响学生。要积极创设一个团结互助、好学上进的集体风气，使每一个同学在良好的集体环境里成长。

二、时刻关注并积极维护学生的心理健康

学生的心理是否健康直接关系着孩子的学习、生活、成长与成才，作为教师我们有责任关注并维护学生的心理健康。

1、从培养正确的学习动机、激发学习兴趣、养成良好的学习习惯、排除不良的情绪等方 面，进行学习心理辅导。平时要注意细心观察学生，要能够平等地与学生沟通、交流，多鼓励学生表达自己的思想，理解、认同不同意见的分歧，创造一个谅解和宽容的气氛。

2、尊重每一位学生，爱护每一位学生，保护学生的自尊心、自信心。学生的不良心理的 成因，既包括学校因素，如单调枯燥的学习生活，也包括家庭、社会因素。我们可以创设健康的教育环境、开展心理健康教育活动，多与学生交流学习、生活，与家长沟通思想，相互配合。

3、加强对学生心理的团体辅导，通过主题班会的形式，充分发挥班队活动课的集体心理

辅导效应。通过班队会课，定期地让学生把自己生活中的烦恼说出来，在老师的指导下让大家一起分析、探讨、解决问题。这样可以使一部分学生的心理上焦虑和压力及时地得到一定的宣泄和疏导，也使得他们可以轻松愉快的心情投入到学习和生活中去。

当然，短暂的学习时间，肤浅的认识，还不足以全面提升自身的教育能力，我还会一如既往地学习心理健康教育相关的知识技能与策略。

**心理教学心得体会篇九**

小学心理教学是教育工作者必须面对的重要任务之一。小学生正处在身心发展最关键的阶段，他们的心理健康状况直接影响着他们的学业成绩、社交能力以及未来的发展。因此，通过对小学生进行心理教育、关注他们的心理健康是必不可少的。而我在多年从教的过程中积累了一些心得体会，想要与大家分享，希望能够对今后的教学实践有所帮助。

第二段：重视情绪管理对小学生心理教育的重要性

情绪管理是小学心理教学的重要内容之一。小学生正处于情绪波动较大的阶段，容易受到各种情绪的左右。作为教育工作者，我们应该关注并引导他们正确地处理自己的情绪。在课堂上，我常常鼓励学生表达情感，提倡积极的情绪态度。并且我会设计一些情绪管理的活动，让学生能够通过与同学的互动，自我认知，从而提高他们的情绪管理能力。

第三段：注重帮助学生树立积极的自我形象

小学生正处于自我认知的阶段，他们对自己的形象和能力有很强的敏感度。因此，树立积极的自我形象对于他们的成长和发展至关重要。在日常教学中，我经常鼓励学生发挥自己的优点，鼓励他们相信自己能够做到。此外，我也会利用一些教学手段，例如开展小组活动、角色扮演等，帮助学生认识到自己的价值和能力，从而树立积极的自我形象。

第四段：培养学生的自信心和自主学习能力

小学生正处于形成自我意识的重要阶段，他们的自信心和自主学习能力的培养是小学心理教学的重点之一。为了培养学生的自信心，我在教学中注重给予学生合理的奖励和鼓励，让他们在成功中不断提高自己的自信心。此外，我也会给予学生更多的自主选择权，鼓励他们主动地探索和学习，培养他们的自主学习能力。通过这样的教学实践，我发现学生们逐渐变得更加自信，并且乐于学习和探索新知识。

第五段：着重关注学生的情绪变化和个体差异

小学生每个人的心理特点和发展阶段都有所不同，因此，我们在教学中需要注重关注学生的个体差异。在教学过程中，我会经常观察学生的情绪变化，及时发现并关注他们的心理需求。对于那些比较内向、情绪波动较大的学生，我会更多地给予关心和支持，帮助他们调节情绪。而对于那些自信心较强、学习能力较高的学生，我则会提供更多的挑战和机会，鼓励他们不断超越自己。通过这样的个体化关注，我发现学生们的心理问题得到了有效的解决，他们的学业成绩也得到了显著的提高。

总结：

小学心理教学是非常重要和必要的工作，它直接关系到学生的身心健康和全面发展。通过多年的教学实践，我积累了一些心得体会。首先，重视情绪管理，帮助学生正确处理情绪。其次，帮助学生树立积极的自我形象，鼓励学生相信自己能够做到。再次，培养学生的自信心和自主学习能力，让他们主动探索和学习。最后，注重关注学生的情绪变化和个体差异，提供个性化的支持和需求。通过这样的心理教学实践方法，我发现学生们在心理健康和学业能力上都取得了显著的进步，并且养成了良好的学习和行为习惯。我相信，只要我们全心投入、用心去做，就能够培养出更加全面发展和健康的小学生。

**心理教学心得体会篇十**

1、据一项调查研究统计，在心理学中消极研究和积极研究的对比是21:1，鼓励个人的成长，增进个人的健康比治愈自己的强迫行为和强迫观念容易，也远比治愈真正的心理障碍或精神疾病容易的多。消极研究多用于心理治疗，是为了解除痛苦，把人从心理障碍和精神疾病中解放出来，恢复健康，但是难度比较大，占用了过多的精力和资源。积极研究多用于预防和心理障碍或精神疾病康复后的积极恢复，促成人向健康的方向变化，增强了应对挫折和不良情绪的能力，但是对已经陷入心理障碍的人作用有限。只关注消极研究会让人只看到人性中消极的、黑暗的一面，而积极研究关注人性中美好的、善的一面，同时从这两个角度看问题才会对人性有一个合理的认识。积极心理学让心理学从只关注补救生活中最糟糕的事，到同时建立生活中最美好的事情，形成了一种平衡。

2、目前现实中抑郁、焦虑等不良情绪障碍增加的原因是什么?

由于以上原因人们没有意识到存在的问题是不良情绪障碍，没有诊断出来而已，并不是不存在。另一方面不良情绪障碍在客观上确实增加了，1、随着社会和文明的进步，人们对物质需要和精神需要的要求提高了，也就是说对于生活的满意度标准提高了，而满足需求资源的有限和匮乏特别是优质资源的稀缺始终存在，因此满足需求的难度也提高了，需要的受挫容易导致不良情绪的产生。2、社会竞争压力的增大和对物质、精神追求的不平衡导致不良情绪的产生，对舒适安逸生活方式的过度追求和对未成年人的不合理培养方式降低了我们的适应能力。3、信息的泛滥和传媒的发达等原因让未成年人在还没有做好准备，没有有效应对方法的时候就受到了不良文化信息的影响，辨别能力不够容易被误导，应对方式不合理容易导致不良情绪的产生。

3、为什么应该研究和推广积极心理学?

因为首先集中研究有用的东西至关重要，会变成现实，在世界上起更大的作用。其次积极心理学作为一门独立领域的研究学科是重要的，这是因为快乐并非对痛苦的否定，摆脱我正在经历的抑郁或者焦虑并不意味着我同时就变得快乐了，情况并非是这样，问题不会这样被解决。最后预防在今天来说非常重要，预防困苦，不管是抑郁还是焦虑的最有效的方法是通过专注于培养积极心态来解决。

4、专注于有效方法的重要性：积极心理学的目标是促成一种变化，让心理学从只关注补救生活中最糟糕的事，到同时建立生活中最美好的事情。专注于研究有效的东西至关重要，不管是对我们自身，还是对我们的关系，对于其他人和社会，因为只有这样才可以获得更多有效的东西。问题的关键是如何专注于研究有效的东西?这个问题的答案就在于我们提出的问题的本身，好的问题是成功的一半，好的问题可以引领我们去探索未知，让我们去关注我们忽略了的重要的东西。

5、帮助高危人群的研究，开始时是消极研究，考虑的问题是为什么这些人会失败?健康的文化造就健康的个人，病态的文化造就病态的人。这些人的失败中的确有文化因素和环境因素，但是要改变对人造成不良影响的环境和文化因素难度很大，付出巨大收效甚微，甚至情况还会继续恶化。后来出现了范式转移，也就是问了一个相反的问题，同样是面对不理想的现实环境，为什么有的人成功了?把关注的焦点从环境转向个人，对成功的原因进行研究，这才是解决问题的关键，找到了问题的实质研究出了有效的东西才能模仿和推广，对大家起作用。

读教学心理学心得体会课件精选篇2

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