

2023年心理健康课教学反思(优质5篇)

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？下面是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

心理健康课教学反思篇一

作为心理健康课的新老师，如何上好心理健康教育课，通过课堂教学活动提高学生的知、情、意。我一直在不断的摸索、总结、思考。在04。9班的教学中，我以前做法是：

从心理学的角度来看，同样的内容，采用学生感兴趣的方式，学生接受起来会更加乐意和主动。面对从未真正接触过心理方面知识的学生，我给学生创造了很多的发挥空间。每一堂心理健康课之前，我都会安排一名学生完成一次自我介绍。

心理健康教育课的重点在于活动中的体验，绝不能为了活动而活动，活动应该有主题，有核心。心理健康教育课也应该坚持一个核心，并围绕这个核心，“行散神不散”，着重培养学生最基本的心理素质，让他们在故事和游戏中学习和体验到对自己的终生发展有价值的核心观念。

对于这方面的能力，我一直在努力提高自己。活动对于教师的能力要求很高，想做到形散神聚并不是一件容易的事。

如果心理教师能在适当和必要的时候，作真诚的自我剖析、自我开放，学生也会减轻自我防卫心理，真实地表达自己、安全地探索自己。有时学生甚至会主动要求：“老师，你呢？你以前是怎么样的？给我们说说啊！”不过作为一名心理教师，其最重要的角色始终是课堂的组织者和引导者，自我开放应该有一定的原则和限度，否则，将会导致角色混乱，得

不偿失。

以上是我在心理健康教育课的教学中。努力的一些做法、感想。当然，我的心理健康课还不成熟，仍存在许多的问题。要真正上好心理健康教育课，发挥出它最大的作用，还有很多问题有待发现和解决，我会在继续努力！也希望老师和前辈们多多给我帮助。

心理健康课教学反思篇二

心理健康活动课是当前高中生心理健康教育的一种有效途径和载体，是高中活动课程和校本课程建设与开发的一种有益补充。那么心理活动课究竟应该怎么上？怎样才是一堂好的心理健康活动课？这是我每一节课都在思考的问题。

“活动”和“体验”是心理活动课最核心的两个要素。心理健康教育的首要目的还不在于解决知与不知的问题，而是要通过创设一定的心理情境，开展极富启发意义的活动，来造成个体内心的认知冲突，唤醒学生内心深处潜意识存在的心理体验，以达到影响他们心理，提高心理素质的目的。对于个体心理来说，再精彩生动的讲授都无法替代个人的亲身感悟和直接体验，哪怕只是一点小小的启发，也能留下深刻的记忆。因此，从这个意义上讲，心理教育是一种以体验式学习为主的教育。

心理活动课可以运用的活动形式丰富多样，如游戏、情境剧、角色扮演、情景模拟、讨论沟通、行为训练、心理测试等等。但我在活动的选取上根据主题的需要，选用了以下教学方式：

引入新课时，我设计了一个《草船借箭》的故事，让学生在熟悉故事情节中了解到“嫉妒心理就是看见他人比自己强，心理就不舒服，甚至产生强烈的憎恨，总想排除别人超越的地位，破坏别人超越的状态。”这样学生很容易理解嫉妒的心理现象，变抽象为形象。

情境剧与现实相结合，使学生转变观念，接受心理训练。

情境剧表演是学生喜欢的形式，特别是心理健康课中，一些生活故事更适合学生表演。而每一个故事中都包含着深刻的哲理。它使学生在愉悦的故事情境中明白了道理，转变观念，接受心理训练。在本课中通过情境剧表演，总结出了克服嫉妒心理的技巧：宽宏大量，善于帮助别人；心胸宽广，热情赞扬别人的长处等。使学生明白：同一件事不同的人会有不同的看法和态度。世上很多的事取决于我们自己的想法，可以说是一种快乐的选择。

心理健康课对于教师来说是倾听是引导，对学生来讲是倾诉是交流。它为学生提供了一个说心理话、宣泄情绪、情感的机会和场所。在感知、体验、明理之后，我引导学生对自己的过去的行为和经历进行反思、检查、评价，从而调整自我，寻求新知，使问题得到初步的解决。通过引导学生进行反思，纠正旧我，寻找新我。

精彩的结束不仅仅是全课的总结升华，更是对学生寄予无限期望与启迪，所以本课我在结束时设计了《美丽的心愿》这一环节，让学生许下一个心愿，让孩子们在舒缓的音乐里净化心灵，让他们知道什么是对的，应该怎么来做，相信在课件背景小女孩的祈祷中，在柔和的乐曲里，孩子们一样许着美丽的心愿，并且愿意与大家一起来分享。从而达到心理健康课净化心灵目的。

对于小学高段的孩子来说，嫉妒心理可能有些不好理解，孩子们感受到的，不一定可以说得出来，我在课堂教学中却有些过急，或者情绪不够饱满，没有带动课堂气氛，孩子们处于很茫然的状态，或者是因为这种课堂结构设计对孩子们来说过于复杂，他们所能感受到的身边的嫉妒太有限，至使学生的发言不够勇跃，这是在以后的教学中应该努力避免的。

总之，心理健康教育活动课是个崭新的、又极被孩子们所需

要的学科，因此觉得肩头的责任，所以每一次课后，我都会努力反思自己的一些做法、想法。永远做一个优秀的、进步的、努力的心理健康课教师，成为我——美丽的心愿！

心理健康课教学反思篇三

五月中旬，在陈**老师在指导以及同组教师的合作备课探讨下，我在水头一小上了一堂主题为爱的礼物的心理教育课。下面我就这堂课作如下反思。

1、由于执教班级四年级学生较为活跃，所以上课之前，与学生做好了约法三章：学会倾听，学会尊重，学会保密。这些课前约定为后面课程的顺利进行起了很大作用。

2、以父母送的各种礼物引入话题之后带着学生观看了一段视频，选取的内容是学生磊磊与妈妈之间发生的矛盾争吵，由于贴近学生的生活更容易引起学生共鸣。

3、成员分享“爱的表达”选取优秀的爱心卡片，在幻灯片上显示。总结感受爱的表达可以有很多很多，这些都是我们同学非常用心的爱的表达，我相信爸爸妈妈们一定能够感受到我们到这份爱。我们与爸爸妈妈之间的那份不理解也会慢慢消融。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

[点击下载文档](#)

心理健康课教学反思篇四

今天，给同学们上了一节《学会原谅》心理健康活动课，上完课后，细细琢磨了半天，想了些心理健康活动课的一些方法和意图：

一、课题导入注意创温馨的课堂氛围

宽松、民主、和谐、温馨的教学氛围是心理健康教育课实施的起点，是激活或唤醒学生心理活动的“起搏器”，是诱发学生积极行动的外在因素。人们常说：“良好的开端是成功的一半。”所以，课题导入对一堂课的成功与否起着至关重要的作用。下面谈一下我用到的情境创设法。

1、妙用故事法。同学们都喜欢听故事，生动有趣的故事能牢牢地吸引他们，启发其思考，这也是我惯用的导入新课法。

此外，我使用的情境创设还有多种，如：问题讨论法、情感感染法、开门见山法等等。但无论使用哪一种方式，我都因活动内容而定，正因为情境的创设适合了学生的年龄特点，适合了活动内容，才达到了一石激起千层浪的效果。

二、教学内容要灵活，以满足学生的心理需要

我根据学生年龄特点、认知规律、学识水平和已有的生活经验，自行增删、调整教学内容，找到学生感兴趣的话题、关心的热点问题或迫切需要解决的问题，在我的引导下，学生会很投入地主动参与、积极探讨，从而实现心理上的成长。

三、关注体验和分享

表演结束，表演者都谈了自己的真实感受，从中不难悟出：文明礼貌的语言、行为让人心生感动，会化干戈为玉帛；反之无礼、冲动、不肯包容的行为会使冲突升级，参与分角色表演的同学对“若冒犯了别人，能否主动说对不起”而产生的不同结果感同身受，相信通过这样的体验，今后遇到类似事件，这几位同学肯定会做出正确的选择。而台下的同学虽然没能设身处地的去表演，但他们通过观看，听表演者谈感受，还是分享了表演者的真实体验，可以说，类似这样的角色扮演、体验情感的活动方式，促进了全体学生心理素质的协同发展和提高。

心理健康课教学反思篇五

五月中旬，在陈xx老师在指导以及同组教师的合作备课探讨下，我在水头一小上了一堂主题为爱的礼物的心理教育课。下面我就这堂课作如下反思。

- 1、由于执教班级四年级学生较为活跃，所以上课之前，与学生做好了约法三章：学会倾听，学会尊重，学会保密。这些课前约定为后面课程的顺利进行起了很大作用。
- 2、以父母送的'各种礼物引入话题之后带着学生观看了一段视频，选取的内容是学生磊磊与妈妈之间发生的矛盾争吵，由于贴近学生的生活更容易引起学生共鸣。
- 3、成员分享“爱的表达”选取优秀的爱心卡片，在幻灯片上显示。总结感受爱的表达可以有很多很多，这些都是我们同学非常用心的爱的表达，我相信爸爸妈妈们一定能够感受到我们到这份爱。我们与爸爸妈妈之间的那份不理解也会慢慢消融。