最新心理健康心灵感悟(汇总8篇)

我们在一些事情上受到启发后，可以通过写心得感悟的方式将其记录下来，它可以帮助我们了解自己的这段时间的学习、工作生活状态。心得感悟对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写心得感悟呢？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得感悟范文，我们一起来了解一下吧。

心理健康心灵感悟篇一

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。

心理健康教育心得体会(六)

心理健康心灵感悟篇二

心理健康可以促进大学生全面发展，健康的心理品质是大学生全面发展的基本要求，也是将来走向社会，在工作岗位上发挥智力水平、积极从事社会活动和不断向更高层次发展的重要条件。充分认识德智体美劳等方面的和谐发展，是以健康的心理品质作为基础的，一个人心理健康状态直接影响和制约着全面发展的实现。

健康是人生的第一财富。对作为天子娇子的大学生来说，心理健康更是学业成就、事业成功、生活快乐的基础。同时大学生心理将康也具有十分重要的意义：

首先，大学生心理健康是大学生综合素质得到提高的前提。心理素质是在心理方面比较稳定的内在特点，包括个人的精神面貌、气质、性格和情绪等心理要素，是其它素质形成和发展的'基础。我们大学生求知和成长，实质上是一种持续不断的心理活动和心理发展过程。教育提供给学生的文化知识，只有通过个体的选择、内化，才能渗透于个体的人格特质中，使其从幼稚走向成熟。这个过程，也是个体的心理素质水平不断提高的过程。学生综合素质的提高，在很大程度上要受到心理素质的影响。学生各种素质的形成，要以心理素质为中介，创造意识、自主人格、竞争能力、适应能力的形成和发展要以心理素质为先导。在复杂多变的社会环境中，保持良好的心理适应状况，是抗拒诱惑、承受挫折、实现自我调节的关键。正是从这个意义上可以说，大学生综合素质的强弱，主要取决于他们心理素质的高低，取决于个人的心理的将康与否，学校心理健康教育的成功与否。

其次，心理健康是驱动学生人格发展的基本动力。一个人的心理健康与否直接影响的他的人格发展，心理健康使人格发

展不仅能正确引导一个人的发展，而且可以使人格上升到一个新的高度，进而使我有一个健全的人格。

最后，心理健康能够更多的发掘学生的潜能。教育的目的之一就是要开发受教育者的潜能。良好的心理素质和潜能开发是相互促进、互为前提的，心理健康则为二者的协调发展创造必要条件。帮助主体在更高的层次上认识自我，从而实现角色转换，发展对环境的适应能力，最终使潜能得到充分发展。当代大学生的心理素质不仅影响到他们自身的发展，而且也关系到全民族素质的提高，更关系到跨世纪人才的培养，大学生的心理健康是将来能报效祖国的前提，也是祖国发展的重要因素。所以大学生的心理健康极其重要。

返回目录

心理健康心灵感悟篇三

一个心理健康的人能体验到自己的存在价值，既能了解自己，又接受自己，有自知之明，即对自己的能力、性格和优缺点都能作出恰当的、客观的评价;对自己不会提出苛刻的、非份的期望与要求;对自己的生活目标和理想也能定得切合实际，因而对自己总是满意的;同时，努力发展自身的潜能，即使对自己无法补救的缺陷，也能安然处之。一个心理不健康的人则缺乏自知之明，并且总是对自己不满意;由于所定目标和理想不切实际，主观和客观的距离相差太远而总是自责、自怨、自卑;由于总是要求自己十全十美，而自己却又总是无法做到完美无缺，于是就总是同自己过不去;结果是使自己的心理状态永远无法平衡，也无法摆脱自己感到将已面临的心理危机。

心理健康是指这样一种状态，即人对内部环境具有安定感，对外部环境能以社会上的任何形式去适应，也就是说，遇到任何障碍和困难，心理都不会失调，能以适当的行为予以克服，这种安定、适应的状态就是心理健康的状态。衡量心理是否绝对健康是非常困难的。人格是个体在长期生活经历过

程中形成的独特个性心理特征的具体体现。而心理障碍是指心理疾病或轻微的心理失调。它出现在当代大学生身上大多数是因心身疲乏、紧张不安、心理矛盾冲突、遇到突如其来的问题或面临难以协调的矛盾等出现，时间短、程度较轻微，随情境的改变而消失或减缓;个别则时间长、程度较重，最后不得不休学甚至退学。心理障碍的表现形式多种多样，主要表现在心理活动和行为方面。表现在心理活动方面如感觉过敏或减退、体感异常、错觉、幻觉、遗忘、疑病妄想、语词新作、意识模糊、紊乱的心理特点和难以相处等等。行为方面和焦虑、冷漠、固执、攻击、心情沉重大学生心理健康教育心得体会1500字大学生心理健康教育心得体会1500字。心灰意冷，甚至痛不欲生等。

心理素质是主体在心理方面比较稳定的内在特点，包括个人的精神面貌、气质、性格和情绪等心理要素，是其它素质形成和发展的基础。学生求知和成长，实质上是一种持续不断的心理活动和心理发展过程。教育提供给学生的文化知识，只有通过个体的选择、内化，才能渗透于个体的人格特质中，使其从幼稚走向成熟。这个过程，也是个体的心理素质水平不断提高的过程。学生综合素质的提高，在很大程度上要受到学生各种素质的形成，要以心理素质为中介，创造意识、自主人格、竞争能力、适应能力的形成和发展要以心理素质为先导。在复杂多变的社会环境中，保持良好的心理适应状况，是抗拒诱惑、承受挫折、实现自我调节的关键。

所以大学生在学生过程中应学会自我心理调适，做到心理健康：

1、保持浓厚的学习兴趣和求知欲望。学习是大学生的主要任务，有了学习兴趣就能够自觉地跃入浩瀚的知识海洋里遨游,拼命地吸取新知识，发展多方面的能力，以提高自身素质，更好地适应社会发展的需要。

2、保持乐观的情绪和良好的心境，大学生应保持积极乐观的

情绪、愉快开朗的心境，对未来充满信心和希望，当遇到悲伤和忧愁的事情要学会自我调节，适度地表达和控制情绪，做到胜不骄、败不馁、喜不狂、忧不绝。

心理健康的大学生，应该具备良好的情绪状态、正确的自我观念、恰当的自我评价、完整的个性结构、和谐的人际关系和良好的择业心理，应该符合社会的要求，能充分发挥聪明才智和对环境有适应能力。倘若具备了以上素质，则我们的心理健康不成问题，则一定能在学业和事业上取得一定的成功。

心理健康心灵感悟篇四

大学生作为一个特殊的群体，在日常生活和学习中往往面对着各种心理压力，种种心理压力积压在一起，久而久之，会造成心理上的障碍。

作为天子娇子，心理健康更是学业成就、事业成功、生活快乐的基础。

因此，在大学校园开展心理健康教育是一件迫在眉急的事，具有预防精神疾患和身心疾病的发生，及时为学生疏通心里，排解压力，指引方向的作用。

那么作为一个大学生，我们如何来判断自己或者是周围人的心理是否正常呢，以下有三项基本原则：首先，心理与社会环境是否趋于一致。

其次，心理与行为行动是否趋于一致。

最后，人的情绪在一个阶段内是否稳定。

如果一个人出现了与以上违背较大的情绪，那么他就可能存在一定的心理障碍。

那么什么叫心理障碍呢?它是指心理疾病或轻微的心理失调，出现在当代大学生身上大多数是因心身疲乏、紧张不安、心理矛盾冲突、遇到突如其来的问题或面临难以协调的矛盾等出现，时间短、程度较轻微，随情境的改变而消失或减缓;个别则时间长、程度较重，最后不得不休学甚至退学。

它的表现形式也多种多样，主要表现在心理活动和行为方面。

心理活动方面如感觉过敏或减退、体感异常、错觉、幻觉、遗忘、疑病妄想、语词新作、意识模糊、紊乱的心理特点和难以相处等等。

行为方面如焦虑、冷漠、固执、攻击、心情沉重，心灰意冷，甚至痛不欲生等。

以上的情绪状态，显然不利于大学生的发展，因此大学生有必要学会自我心理调节，做到心理健康。

我们可以从一下几个方面入手：

1、增强学习的兴趣和求知欲望。

学习是大学生的主要任务，有了学习兴趣就能够自觉地跃入浩瀚的知识海洋里遨游，拼命地吸取新知识，发展多方面的能力，以提高自身素质，更好地适应社会发展的需要。

2、保持心境的良好和乐观向上的情绪，大学生应保持积极乐观的情绪、愉快开朗的心境，对未来充满信心和希望，当遇到悲伤和忧愁的事情要学会自我调节，适度地表达和控制情绪，做到胜不骄、败不馁、喜不狂、忧不绝。

3、在有需要得时候主动进行心理咨询。

学校心理咨询是增进学生心理健康、优化心理素质的重要途

径，也是心理素质教育的重要组成部分。

随着时间的推移，心理咨询被越来越多的人承认和接受，越来越多的大专院校，甚至中学开始设置心理咨询机构。

心理咨询可以指导学生减轻内心矛盾和冲突，排解心中忧难，开发身心潜能。

还能帮助学生正确认识自己、把握自己，有效地适应外界环境。

所以当我们心中感到压抑时，就应该及时主动的与心理咨询师进行沟通。

心理健康心灵感悟篇五

(1)建立适当的需要。教师要帮助小学生确定符合他们实际情况的奋斗目标，切忌期望过高;要引导他们实事求是，不作非分之想，不苛求自己，尤其是优等生或争强好胜的小学生，不要为小事而过于自责，凡事要放宽心，想得开。

(2)寻找乐趣。教师要让小学生保持儿童天真烂漫的个性，对各种活动都倾注热情，积极参与，享受生活的乐趣。小学生还要培养自己广泛而稳定的兴趣，从中获得快乐。

(3)自信。自信是保持愉快情绪的重要条件。教师要教会小学生看到自己的优点和长处，学会悦纳自己、欣赏自己、肯定自己，做到不自卑、不自怜、不自责。要相信每个学生都有他可爱和可造就的一面，要经常肯定他们，鼓励他们。(4)多与人交流。许多小学生还不善于与人交流，其实小学生多与家长、教师和好朋友交流，可以增长知识，受到启迪，增进友谊，能给自己带来意外的收获和快乐。

2.控制和调节消极的情绪

教师要教会小学生控制和调节自己消极的情绪，主要有以下方法。

心理健康心灵感悟篇六

(一)加强健康教育课堂教学管理，建立健全课程体系课堂教学是学生健康教育的最主要手段，我根据学生及专业特点严格按照大纲要求，订制完整的健康教育教学计划，并做到教学进度、教学内容与计划一致，平时认真备课、上课，做到概念清楚、启发式教学、语言生动、理论联系实际，充分利用好课堂的40分钟。

(二)以节日为切入点，开展丰富多彩的健康教育活动

以卫生节日为切入点，我适当选择学校卫生工作主题，开展丰富多彩、形式多样的健康教育活动，使学生从小学到卫生、保健知识，养成良好的卫生习惯，掌握自我保健方法。本学期主要内容有：防治宣传，防病爱国卫生月宣传、饮食卫生，并对七年级学生进行了禁毒、防艾、心理健康等保健知识讲解，使学生通过这些系列活动了解并掌握一些常用的保健方法。学校利用网络、电视、黑板报、宣传窗、校园广播、班会、讲座等形式进行健康知识宣传，让健康知识深入人心。为了调动学生参加健康教育的积极性和主动性，充分发挥学生的主体地位，学校组织了黑板报、手抄报、征文等比赛活动，把健康教育和学生的专业实际相结合，把课堂教学延伸到课外，充分发挥了学生的学习积极性和主动性，极大地提高了学生的健康意识。

(三)注重培养学生卫生习惯，提高学生卫生意识

新学年初，学校组织新生进行身体检查，建立新生身体健康档案，做到预防疾病有据可寻，培养学生科学的健康观。知识是教育的基础，让学生建立健康教育的卫生行为是关键，平时班主任及任课教师时刻在督促学生注意个人卫生习惯的养成，如不随地吐痰、不乱扔垃圾、勤洗衣物等，从点点滴滴入手，使之成为学生的一种习惯和技能。此外，学校非常重视环境卫生工作，采取班主任重点抓，学生每天相互督促检查，校领导、教务处、团委组织抽查等方法，对学生的行为进行规范。经过这样的规范培养，学生的卫生习惯得到了很大的改善，乱丢垃圾等不文明行为在校园里越来越少。

(四)重视学生心理健康教育，确保学生健康成长

根据本校七年级学生的实际，我确立了多维的发展目标，通过心理辅导、咨询和各类活动，对学生进行适当的心理干预，为学生的心理发展提供必要的服务、指导和帮助。同时，对极个别有心理问题和成绩偏差的学生进行心理康复工作，逐步开发学生的心理潜能，塑造良好的人格，进一步推动素质教育的实施。

心理健康心灵感悟篇七

总以为心理健康教育就是心态放正，身体健康而已。却不明白《__教育》对于人们如此重要，是做教师工作的。

学习了《__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。

学习了《__教育》，是我觉得心理健康教育工作应引起高度的重视，必须从学校入手。前苏联教育家苏霍姆林斯基说，教师不仅仅是学科的学员，也是学生的教育者，生活的导师和道德的引路人。这样一来，学校的心理健康教育问题是教师的心理健康要保证。其中，教师的心理健康标准必须具备

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《__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《__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！

心理健康心灵感悟篇八

心理健康辅导员是一个很重要的存在。心理辅导员的工作是

帮助学生走出困境，树立正确地世界观、人生观和价值观。下面是本站带来的心理健康辅导员培训心得体会，希望大家喜欢。

科技不断发展，经济不断增长，物质生活不断丰富，人民生活质量提高，但是我们的精神文明却没有随之提高。这是不符合社会发展的规律的，我们的人文精神还有待提高、丰富。这才是国家发展的长久之计。 今年寒假我有幸参加了巴州心理健康辅导员培训。这真是千载难逢的机会,使我有幸与心理学教授、心理学博士零距离接触。这十天的课程学习，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。而且我有了很大收获，感触很深。印象最深的是团体训练，它的内容并不是理论知识培训，而是结合活动练习，通过活动使我们学到了许多知识，真正是受益匪浅。下面就本次培训谈一下自己的体会：

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。

三、在心理辅导的过程中，有一定的辅导技巧：接纳、倾听、共情。当有心理问题的学生需要帮助时，老师首先要做到无条件接纳对方，认真倾听困扰着对方的事情，对其产生共情，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。

四、这次培训过程中，老师除了讲解外，还精心设计了一些游戏，让我们更加深刻地体会了心理辅导的重要性。例如：

心有千千结游戏。老师让我们每一个人手拉手围成一圈，让我们看清左手和右手分别握住了谁的手，然后放手，自由走动，突然停止，老师要求我们按照原来握住的手找到并握住，发现有许多结，这时候老师要求我们在不松手的情况下，把结解开，我们认真地做，发挥集体和个别人的领导的力量，快速解开千千结。通过活动培养了我们的合作能力，发挥有些成员的个人智慧，展现他们的组织才能。 心理学对我来说是一个全新的领域，也是一个大有可为的领域。今后我将以此为突破口，不断学习心理学，不断应用和使用心理学。完善自己的人格，调控自己的情绪，处理好各种压力，正确的面对焦虑。对身边的各种事情和现象尝试用心理学的知识来理解和面对。工作中处理好与同事的关系，处理好与学生的关系以及处理好学生与学生的关系。每天早晨给自己一个笑脸，以全新的自己面对工作和生活。

感谢学校领导给我这次千载难逢的机会,使我有幸聆听专家、教授的课程。在这几个月的学习中，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、团体活动，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

在心理辅导的过程中，有一定的辅导技巧：接纳、倾听、共情等。说说很容易，但真正要做到完全接纳那些有心理问题的学生，很困难。当有心理问题的学生需要帮助时，我们首先要接纳对方，即无条件的积极关注对方，认真倾听困扰着对方的事情，对其产生共情，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

教师自身的素质直接决定着教育的行为。只有掌握关于儿童青少年心理发展的科学知识、按照科学的规律和方法开展教育工作、处理学生日常表现出的心理行为问题和意外事件，教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：

心理学是一门非常专业、并特别注重科学实验的学科，很多结论地产生不依赖于人的主观感觉与判断，而依赖于科学的测量与实验。心理学的知识也是非常庞杂、系统的，它需要学习者长期的学习和积累，需要丰富的临床工作经验，需要丰富的学科知识，忌讳武断与急于求成。而相当多的辅导员老师缺乏这方面的系统知识，如果仅凭培训几天所了解的知

识与技巧在实践工作中生搬硬套，将在平时表现特殊的学生都装入心理问题学生群体，以医生对待病人的心态与视角去对待我们的学生，是非常危险，也是非常摧毁人性的。我始终认为作为一名辅导员，我们首先是一名教育者，我们需要以教育者的心态与眼光去对待我们的学生，将每一个学生都当作正常的个体，对他们进行人文关怀与心理疏导，用我们纯真无私博大的爱去关心、引导、教育他们，让他们在健康的环境、人性的氛围中愉快地成长。如果确实碰到异常的个体，作为辅导员我们需要给予他们同普通同学一样的关怀与爱，但在关怀中注意观察、注重信息的收集，准确辨别，及时反馈、寻求专业心理老师的指导，对情况严重的及时上报，及时寻求支持，及时转介，从科学实效上关注我们学生的健康，避免将学生心理有问题作为我们逃避工作困难的借口。这样不仅会使我们的心理健康工作异化，更是对我们学生人性的摧残。经验可以参照、但决不能照搬。总结经验、反思不足，借鉴经验、勇于创新是我需要的工作态度。每一个学生都是一个独特的个体，每一届学生也都具有新的时代特点，我们必须能沉进去，也能跳出来，不能为过去的经验所累，不能为过去的思想所束缚。在今后的具体工作中则需要我将每一批学生都当作第一批学生，用最初最真最深的爱与热情去关心他们、爱护他们、教育他们、引导他们，并在工作中向书本学习、向他人学习、向学生学习、向社会学习，让我的学生能在学校这一沃土上健康愉快地成长成材。

高尔基曾经说过：“只有满怀自信的人，才能在任何地方都怀有自信沉浸在生活中，并实现自己的意志。” 这次学习，使我对未来的工作更加充满信心。

今年，我有幸参加了心理学健康辅导员的学习，看了多名优秀心理教授的视频讲解，使我受益匪浅，感触颇多。心理健康教育是根据学生生理、心理发展的规律和特点，运用心理学的教育方法和手段，培养学生良好的心理质，促进学生身心全面和谐地发展和整体素质全面提高的教育。心理健康教育是本质教育的重要内容，也是当前学校教育面对的新使命

和新要求。下面，我谈谈本次培训中获得的一些体会。

一、注重教师心理健康，从自身做起

教师心理不健康就不能正确理解学生的举动，更无法灵巧高明地处理学生不懂的题目，轻则影响师生瓜葛，重则有可能危险学生心灵。因此，为了更好地教育学生，教师自身首先必须是心理健康的人。我们必须有健康的生活习惯和良好的生活作风。健康的生活习惯就是我们的工作和作息要有规律，要有良好的心理承受能力，又良好的人际关系，不要把家庭生活中，同事朋友间的烦恼事情带给学生，一定要敬业，当你站在讲台的一刻起，你就是他们的护航人，是舵手，你要带领他们愉快航行，驶进安全的港湾。良好的生活作风就是生活作风正派，不以权谋私，要遵守法律法规，要正直、善良，要遵守一个老师应尽的职责。所谓立人先立己，先从自身做起，树立榜样，严格要求自己。

二、为学生创设良好的心理成长环境

一个学生要能与四周人保持一种融洽、没事了的来往，才能在心理上产生安全感、属于感和自强心。因此，要积极为学生创设良好的心理成长环境，应该把事情重点放在平时维持其心理安然平静、积极、顺畅等上面，营造好孩子们良好的心理健康成长环境，为孩子们配置装备摆设调和平等的团体，尽量让每一个孩子可以或许在布满关爱、和煦、上进的学习环境之中，避免对于孩子们成长倒霉因素的出现。在工作中要认真细致，有爱心、热心、恒心、耐心，教学要以人为本，善于照顾学生的情绪，时时留意学生思想动态，要多和学生沟通，多表扬，少惩罚;要宽容、理解，少责骂。要真正从学生的需要出发，在学习上，在生活上关心他们。

尤其现在流动人口多，他们的父母工作很忙，无暇顾及他们生活的方方面面，尤其思想动态方面，很多都是放任自流。他们生活不固定，思想复杂，很容易沾染社会上的不良风气。

学生的生活经验浅，自制力差，容易上当受骗，为他人所利用，走上犯罪的道路。面对这些群体，我们老师更要付出巨大爱心去关怀他们，引导他们，他们的流动性也增加了他们的社会阅历，增长他们的知识，开阔他们的视野，我们要尽量发掘，让其闪光，增强他们对学习的信心。不但是对他们，其实很多学生对学习都缺乏信心，都有挫败感，又厌学情绪。我们也要及时跟踪，及时采取措施，跟家长多联系，多沟通，争取学校家庭通教育。

三、多渠道、全方位推进心理健康教育

为了更好地实现心理健康教诲的目标，要求将心理健康教育全面渗透到教学各项工作中去，形成多渠道实施。如应该将心理健康教育渗透到各科学教育学中去，每一个任课教师可以按照本学科学教育学内容与学习活动独特的地方渗透相应的心理健康教育内容。这样就能够或许形成众多的非专门渠道，促进学校心理健康教育的开展，注重与学校平常的教育教学活动相联合。真正的心理健康教育和良好心理本质的培养并不是每周一两节课或搞搞轰轰烈烈的活动就能实现的。事实上，大量的研究与实践经验都表明，心理健康教育和其它教育一样需要与学校其它平常的教育教学活动相联合，需要"润物细无声"的意识和看法;良好心理本质的培养仅靠有限的时间、空间是难以实现的，同样需要在点滴的生活实践经验中堆集而成。因此，学校平常的教育教学活动应成为心理健康教诲的主渠道，只有将心理健康教育的思想、内容渗透到详细的教育教学事情中去，将两者融拼凑，才能把心理健康教育真正做到实处。利用学科常识加强感情教育，使学生有良好的感情生活。

我的教育教学经历告诉我，每个孩子都需要关爱，需要宽容，需要帮助，需要平等的对待。作为一名教师不懂心理健康的知识和技能，也许会毁了孩子的一生。在这次学习过程中，我深深体会到一个心理辅导员的素质，必须是一个具有心理健康、稳定人格的人，这样才能取得良好的咨询效果。所以

说，心理辅导员只有充分地了解和分析自己、保持平和的心态，健康的心理，才能更好地在辅导过程中避免错误地发生。在今后的辅导工作中，我要经常不断加强自我分析和请资深咨询师对我进行分析，勇敢地面对自己的问题，并从思想认识上和行为上改变自己。

心理辅导员的工作是帮助学生走出困境，树立正确地世界观、人生观和价值观。在今后的工作中，我将首先不断加强自身心理学的学习，提高专业理论知识和操作技能，更好地为学生服务;其次是希望心理辅导能被越来越多的学生接受。通过心理辅导能让学生敢于面对现实和社会，越来越健康越幸福地生活。第三能帮助需要帮助的每一个人。对于从事心理辅导工作，我认为我具备一名心理辅导员的资格：有乐观的人生态度、丰富的人生阅历，有敏锐的洞察世事体察人心的能力，乐于助人和比较完善的人格品质。这些让我能够很好地与学生建立起融洽的关系，使自己成为一个出色的心理辅导员。