

2023年班主任心理健康教育培训心得体会 (优质5篇)

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。那么我们写心得体会要注意的内容有什么呢？以下是我帮大家整理的最新心得体会范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

班主任心理健康教育培训心得体会篇一

（一）让教师正确熟悉自己、接纳自己：

正确熟悉自己、接纳自己是一个心理健康教师应具有的特点。只有坦诚地承认自己的缺陷与缺乏，并确定自己、敬重自己的优点，才能获得别人对自己相应的敬重。

（二）不断改善教师的心理环境：

一个教师具有乐观积极的自身心理环境，就会对教师工作布满信念，对幼儿感兴趣，以工作的劳累为欢快。反之，当一个教师的心理环境处于消极状态，她的心情、教育行为就会特别表现，对教育教学工作会产生负面影响。在工作评价方面，重视客观、公开、公正、公正，为教师积极地工作创设良好的精神气氛。同时，留意将“奖惩性评价”逐步转变为“进展性评价”，使每位教师看到自己每个阶段的进步与进展，让教师在工作中找到努力的方向，看到了胜利、感受成就感，从而鼓励教师不断努力进取。

（三）重视改良教师人际关系：

教师与其他各行各业的人一样，都生活在肯定的人际关系之中。幼儿教师的人际关系主要是教师与幼儿、教师与教师、教师与领导等之间的关系。这些人际关系构成了教师工作、

生活的特别环境也是教师心理健康的重要条件。教师与家长是“公平”的，他们是“教育的合作伙伴”；领导与教师是“公平”的，他们是一个学习的共同体；教师与教师是“公平”的，他们是同一条战壕里的“战友”。教师要用儿童的眼光去分析幼儿，改善自己的教育行为；教师之间应建立互帮互学制度，相互取长补短、共同提高，形成一个团结、健康的学习工作气氛，使教师的心态处于“平稳”的状态。

（四）加强教师心理健康防卫：

虽然学生教育工作与其他职业相比性质较单纯，园内的人际关系也相对简洁，但教师心理健康水平的凹凸也不是一成不变的。由于人的内部心理状态是在客观世界的作用下逐步形成的，并随外界因素的变化而变化。特殊是在社会大变革的今日，教师更简单被一系列不容回避的社会问题所困扰，简单造成心理状态失衡，导致心理健康水平下降。应当开展心理健康询问、心理健康讲座，组织一些社会活动，通过“走出去、请进来”等形式，提高教师心理健康水平。

班主任心理健康教育培训心得体会篇二

任教以来，我一直明白心理健康教育的重要性及严峻性，而全方位、多角度、近距离地触摸到心理健康辅导工作。这次培训既有专家讲座，又有同行的互动交流，让我在观念上、理论上都有很大地提升，可以说感触颇多。

现代社会纷纭复杂的社会现象，多元化的价值观，带来升学、就业、竞争等多方面的压力，引发了学生心理疾患的上升。我们的老师也时常抱怨，“现在的学生越来越难教”，从低效而劳神的教育工作中可以看出，心理健康教育已经成了当代学校教育面前的一个非常严峻的话题。在培训中，聆听专家们列举的真实而又撼人的当今青少年中存在的心理健康疾病，我深深地意识到加强心理健康教育工作迫在眉睫，我们每一

个教育工作者要身体力行，尽快地加入到这项工作中来。

第一次接触心理健康活动课，我脑中不禁浮现出这样的疑问：心理健康活动课与思想品德课不是如出一辙吗？通过培训，让我走出了这个误区，那就是心理健康教育课和思想品德有很大的不同，说教和辅导有很大的不同。我明白了心理健康课不同于传统意义的学科课程，它是学生进行自我探索的过程，认识自我、调节自我、完善（自我并解决自己成长中的各种问题，以互助和自助为机制，通过学生自己的体验和感悟，潜移默化地影响他们成长。

通过培训，我认识到学生自己是心理发展的主体，教育的影响只有通过学生主体心理的自我矛盾运动，才能起作用。因此，教师在心理活动课中，必须以学生为中心，重视学生的思想、言行、需要、情感等因素，尽量满足各类学生的心理需要，帮助他们树立正确的价值观，学会处理自身面临的各种困惑。在设计活动时，要创设宽松的心理环境，突出学生的主体地位；在组织互动时，要提供舞台让学生唱主角，让学生有话可说、有话能说、有话敢说，能理直气壮地倾述自己的心声、宣泄情绪、发表观点；教师以引导着、协助者的姿态出现，这正如杜威说的：“教师是一个引导者，他掌着舵，学生用力把船划向前方。”学习了这些知识之后，我突然发现自己在不经意中自觉地应用着现在所学的心理健康知识。虽然整个培训只有短短几天，但我从中学到了心理知识和技巧，为以后的工作积累了一些经验，感到受益匪浅。它填充了知识的盲点，在将来的工作中，我一定将学来的知识灵活运用在工作中，让学生们能够快乐学习，快乐成长！

小学班主任心理健康培训心得体会11月24日，我有幸参加了方法老师主讲的望江县小学班主任心理健康教育培训班。通过这次班主任心理健康教育培训的学习，我受益匪浅。因为我不仅接触了新颖的教育方式，也更能使我了解了心理健康的多方面内容，给我带来了良好的教学引导。让我了解到了小学生心理健康发展的概况以及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，我有了很大的收获，感受颇多。

一、教师本身要保持良好的心态。其身正，不令而行；其身不正，虽令不从。教师作为知识的传播者和创造者，学习的促进者、教学的设计者，首先要调整好自己的心态，才能更好的教书育人。方法老师告诉我们要时常保持空杯心态，放松自己。所谓的空杯心态是一种挑战自我的永不满足；是对自我的不断扬弃和否定；是忘却过去，特别是忘却成功；是不断清洗自己的大脑和心灵；是不断学习，与时俱进。相信越努力，越幸运；越感恩，越幸福；时常保持：信心、乐观、希望、韧性的态度，才能进一步感化学生，顺利开展工作。

二、要保持良好的师生关系。教师是学生成长的辅导者、倾听者、分享者。古人有曰：方寸之心，如海之纳百川也，言其包含广也。作为一名教师，我们要和学生之间保持良好的沟通，建设性沟通是师生共成长的桥梁。语言是扇敞开的窗，也可能是堵厚厚的墙。作为教师，我们要以温和的目光、积极的话语、真诚的微笑去善待学生，让学生感受到温暖和力量。对待学生要常怀包容之心。所谓天生我材必有用，我们每位学生都有自己的特点，我们要包容不足，发觉亮点。

三、学会与学生同感共情。穿上病人的鞋子，来感受与观察病人的体验是阿德勒临床医学上的认识。所谓己所不欲勿施于人。作为一名教师，我们要学会站在学生的角度看问题，体会学生的体会，感受学生的感受。

拥有良好的心理态度，才能更好的学习、工作和生活。作为老师，我们要遵循学生的心理规律，总结经验教训，不断学习，不断提高自己。愿学生、教师都能快乐的生活、快乐学习、快乐工作、快乐成长。

班主任心理健康教育培训心得体会篇三

通过这次学习，作为一名班主任，我深深感到做学生心理工作的重要性，不能把学生的任何问题都定位在表面处理上，而且应该透过现象看学生行为的心理因素，从根本上指导学生心理健康地发展。

在这里，我谈一下自己这次学习的感受和想法。

（一）这次培训帮助我认识了小学心理健康教育学科的重要。真正的心育确实是进行德育、智育等教育的基础，而心理健康教师只有通过自己的努力、发挥自己的作用，赢得学生、家长、学校的认同，才能更好的发挥中学心理健康教育的作用。

（二）这次培训帮助我重新认识了学生、认识了自己、认识了教育。可以说每一位教师都是爱学生的，正是有了这份爱，我们才对学生付出了很多，可结果却是我们常常感慨：学生怎么会是这样？真是一代不如一代了。而我现在真正体味到：没有教不会的学生，只有不会教的老师这一句话的内在含义，那就是我们没有真正了解学生、没有把握学生的心理需要，我们的爱再多却都偏离了我们的预期，简言之我们的爱不是学生所需要的，那结果就可想而知了，这样怎能谈到教育的效果？也正因为如此，教师也无法体味到自己工作的乐趣，沉重的负担压得教师没有也不可能体味到应属于自己的快乐，这也许就是不懂心理教育、不会运用心理教育的必然结果吧！让我们每个人都学会去观察学生、去了解学生、去把握学生的心理需求，再循序渐进、因材施教。

（三） 每一名教师都应该成为一名合格的心理健康教师。作为一名正规师范院校的毕业生，每一个人都接触、学习过心理学，但一走上工作岗位之后却没有感到心理学的用途，因此早已将它抛之脑后了，虽然有时也会装模作样的应用一两个心理学的术语，那也不过是装装自己的门面罢了。可以说

那是真的不懂心理学，更没有想到如何正确在教育教学中运用心理学的知识，所以在工作上产生了许多困惑。正是这次学习它帮我才开始认识到心理学的重要，更帮我认识到心理健康的重要。原来我们在不经意之中虽运用着心理学，我们的困惑也正是源于不了解学生、不了解心理学啊！只有每一名教师都成为合格的心理健康教师，我们才会更了解自己、更了解学生，从而更好的做好教育工作。

（四）通过培训我学到了更多的进行心理健康教育的方法。以往，自己将心理健康课看的过于神秘，原因就在于没有真正的懂得小学心理健康教育的实质，而忽视了学生的心理感受和心理需求，通过培训我明白了小学心理健康教育的实质，那就是：源于学生，服务学生；引导学生，把握人生！

（五）这次培训帮助我明白了学无止境的道理，人非生而知之者，不学习，不及时充电，不及时改变自己的知识结构，我们就将被时代所淘汰。

有太多的感受，溢于言表；有太多的工作，等着我们去做。作为班主任，我们始终应该把心理和德育工作放在首位，以其来促进智育的发展，使得学校能培养出健康的学生。

班主任心理健康教育培训心得体会篇四

“习惯是人生的主宰，人们应该努力地追求好习惯。”的确，行为习惯就像我们人们身上的指南针，指引着每一个人的行动。纵观历史，大凡获得成功的人，都是一些良好行为长期坚持，养成习惯。如xx先生，他在小时候就养成不迟到的习惯，要求自己抓紧时间，时时刻刻叮嘱自己凡事都要早做，这位以“小跑走完一生”的作家，在中国文学留下了辉煌的业绩。可见，行为习惯对一个人各方面的素质起了决定性的作用，这对我们小学生来讲，尤为重要。

xx省名班主任工作室主持人xx老师提出的根据“儿童、青少

年”年龄阶段的身心发展、性别不同，进行阶段性教育，教育教学过程中，教师应采用不同的教育方式和态度进行教学。重视学生的个性发展，着重培养学生的各种习惯的养成。是的，像教育家叶圣陶先生说过的’：“积千累万，不如养个好习惯”。学生在学校不仅要学好科学文化知识，更要进行能力培养，良好习惯的养成，正是以人为本的素质教育思想的真谛所在。

通向师生心灵的桥梁——沟通

班主任是班级的组织者和管理者，是联系科任教师的纽带，是沟通学校、家庭和社会的桥梁，在教育教学中，班主任的作用是重大的。而且我们知道学校教育、家庭教育、社会教育直接影响着教育成果。学校教育离不开家庭教育的配合和支持，良好的学校教育是建立在良好的家庭教育的基础上的，没有良好的家庭教育，再好的学校教育也难以获得预期效果。要教育好学生，特别是问题学生，教师必须通过家访、电话、短信、网络等活动进行沟通探讨、客观反馈，一视同仁、热情帮助家长正确认识自己的孩子，了解孩子身心发育情况及存在问题，进一步明确家庭教育的重要作用，树立正确的育子观，自觉调节受家庭、婚姻、生活等方面困扰的心理，为孩子的成长营造良好的家庭氛围，帮助孩子走出心灵的困境。美国心理学家哈里森说：“帮助儿童的途径是帮助父母”。我们要正确处理好与家长的关系。每一个家长的素质是不同的，他们的教育观念也不同，我们必须用自己的爱心去感化学生和家，做到动之以情、晓之以理、寓理于情、情理结合，才会产生动情效应，从而收到较好的德育效果。

班主任心理健康教育培训心得体会篇五

通过这次心理健康教育培训，我知道了：

（一）拥有平和的心态：在社会竞争日益激烈的今天，面对

越来越难管理的学生，我们一定要做到心态平和，要实事求是地认识自己，努力成为最好的自己；把自己放在平常人的位置，不要太苛求自己，要用平常心去做平常事。面对生活、工作中的不如意，把心放宽些，要知道智慧从错误的判断中来，成功从失败中来，真正做到“大度能容，容天下难容之事”。

（二）尊重学生，与学生“共情”：“教育可持续发展的核心内容是尊重”。要尊重学生，尊重学生的差异。作为班主任，要相信每个学生都是独一无二的。我们要学会用细心的眼光去观察差异，用宽容的心理去接纳学生。差异让我们懂得了互相尊重和彼此关爱的重要，让我们对陌生的事物感到向往，并激发求知和探索的欲望。所以，面对学生时，我们要多一份理解，多一份关爱，多一些宽容，多一些期待。只有这样，我们与学生之间才能产生相容的情感，才能让学生“亲其师而信其道”。

专家的讲授一方面使我们感到了适时更新班主任教育管理理念的必要性，使我对班主任工作有了更深的理解，更多的思考；另一方面也指导着班主任工作技能和水平的提升，也深感小学班主任工作的任重而道远。

引用xx老师的“让人们因为我的存在而感到幸福”，让学生因为我作为他们的班主任而感到幸福作为自己追求的境界。做一个有爱心、有责任心、有自信心、有自尊心、有恒心、有进取心的班主任。用自己的心灵与学生沟通，使蕴藏在学生脑中的巨大潜能得以开发，唤醒学生心灵中美好的东西。让学生在生活、学习、感知、创造、感恩的过程中，去成长和享受。