

# 最新心理战骨干培训心得体会总结(汇总5篇)

学习中的快乐，产生于对学习内容的兴趣和深入。世上所有的人都是喜欢学习的，只是学习的方法和内容不同而已。那么我们写心得体会要注意的内容有什么呢？下面是小编帮大家整理的优秀心得体会范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

## 心理战骨干培训心得体会总结篇一

当在某些事情上我们有很深的体会时，可以寻思将其写进心得体会中，如此可以一直更新迭代自己的想法。很多人都十分头疼怎么写一篇精彩的心得体会，以下是小编帮大家整理的骨干教师教育中小学心理健康学习培训心得体会，仅供参考，大家一起来看看吧。

听了本次心理健康的专题系列讲座，使我更进一步理解在中小学开展心理健康的必要性和可行性，通过听评课懂得心理健康教育要面向全体学生，培养学生良好的心理素质，促进学生身心全面和谐发展和素质全面提高的教学活动，现今社会不仅要求我们具有健康的身体，而且需要健康的心理状态和良好的社会适应能力。经过这次心理健康教育的学习，我的收获很大。不仅学习了许多专业的心理知识，以前很多的疑问都得到了解决，我真正认识到了心理健康的重要性。以下是我学习后的一些心得：

通过一线的教学经历，深深的体会到教师自身的心理健康直接影响到周边的人，心理不健康就不能正确理解学生的行为，更无法巧妙地处理学生问题，轻则影响师生关系，重则可能伤害学生心灵。因此，为了更好地教育学生，教师自己首先

必须是心理健康的人。

教师的心理健康从根本上说还得由教师自己维护。一个优秀的教师应该能够处理好两个方面的关系——既关注学生的心理健康，同时也重视自己的心理健康。优秀的教师在需要的时候能承受巨大的压力，但他绝不应让自己一直处于压力之中以至于身心俱损，影响工作和生活的正常进行。身为教师，只有不断提高自身的综合素质，不断学习和掌握新的知识，尽快适应新的教学观念，掌握新的教学方法，达到新的教学要求，才能寻求新的发展，也才能真正拥有心理上的‘安全感。教师不断地接受新知识，开拓自己的视野，也能使自己站在更高的角度看问题，以更平和的心态对待生活和工作中不尽人意之处，更少地体验到焦虑和挫折，对维护心理健康有重要意义。

一个尽职的教师是非常辛苦的，需要休息和放松。充当“无所不能”的教育者形象的确使人精疲力尽。因此，教师可以试着在假期给自己充电，例如：学习做旅行家，用胶片记录生活中的美景美事；学习做美食家，在品评佳肴的同时自己也做一次大厨。新的工作体验不仅能使教师得到放松，而且可以开阔教师的视野，增加教师的知识面。教师可以把从其他工作体验中获得的经验、积极情绪带到教育工作中来，更好的促进教育工作。

教师的天职就是教书育人，对待问题学生更应该尽心尽责，遇到问题学生怎么办呢？一定要充分利用班集体的作用，在宽松平等的班级氛围中，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。针对特殊学生的特点，有侧重地选择团体辅导的主题。如自信心教育、青春期教育等。采用讲座法、认识法、操作法、表演法、角色扮演和行为训练等多种方法来激发学生积极参与的内在动机，并在活动中得到领悟。通过一系列的团体辅导活动，不仅让全体学生获得心理健康方面的有关知识，也拉近了同学间、师生间的距离，融洽了师生关系。

考虑学生一般心理规律的同时，也要对暴露出来的个别学生的个别心理问题进行疏导帮助。在对学生的个别辅导中，我一方面通过心理辅导室兼职心理教师的个别咨询辅导，另一方面也进行了个别谈心与辅导。通过学校开通的心理咨询箱，打通教师和心理学生的心理通道，及时了解学生的真实思想，帮助学生解决心理困惑。

以上，是我的一家之言，收获是巨大的，体会可能肤浅，切记心理健康的前提是身体健康！重视我们自己的心理，正视我们自己的问题，看到自己的优势，找到自己的不足，这样才能更有效的帮助我们身边的人，希望我们都能保持开阔的心境，良好的心态！

## 心理战骨干培训心得体会总结篇二

心理骨干培训是一次独特而有意义的经历。通过这次培训，我得以了解和掌握了许多心理学方面的知识和技巧，不仅提升了我的专业能力，还让我对自己的成长有了更深刻的认识。在这篇文章中，我将分享我在心理骨干培训中的所见所思所感，以及对下一步的学习和发展的一些思考。

### 第二段：培训内容和方法

在心理骨干培训中，我们学习了心理学的基本概念、原理和方法。通过理论学习和案例分析，我们深入了解了不同人群的心理特点和心理问题的处理方式。此外，我们还参与了角色扮演、小组讨论和团体辅导等互动性的培训活动。这些方法让我们在实践中获得了更深入的认识，并提供了宝贵的经验与教训。

### 第三段：心得收获

在这次培训中，我学会了倾听和沟通的重要性。作为心理骨

干，我们不仅需要对他人的情感和需求保持敏感，还要能够运用有效的沟通技巧与他们建立信任和共情。我通过参与各种交流和互动活动，提高了自己的倾听和表达能力，学会了更好地与他人建立联系。此外，我还学习到了一些心理疏导和心理干预的方法，能够更好地帮助他人解决困扰和压力。

#### 第四段：反思与改进

尽管在心理骨干培训中取得了一些进步，但我也意识到自己仍然存在诸多不足。首先，我需要加强自己的专业知识。心理学是一门涉及广泛且不断更新的学科，我需要不断学习和研究，才能跟上行业的发展。其次，我还需要更多地锻炼自己的情绪管理能力，在面对压力和情绪困扰时，能够冷静应对，不受干扰地与他人进行有效的沟通和辅导。最后，我需要不断积累丰富的实践经验，在实习和工作中努力提升自己的能力和素质。

#### 第五段：展望未来

参加心理骨干培训是我心中长久以来的一个梦想。通过这次培训，我更加坚定了自己投身于心理咨询工作的决心。我希望能够继续深入学习和探索，不断提升自己的专业能力和服务质量，为更多的人提供心理帮助，帮助他们走出困境，重新找回自信和快乐。我会将所学所得运用到实践中，并且与行业内的同仁保持密切的交流和相互促进共同成长。

#### 总结：

通过心理骨干培训，我不仅获得了专业知识和技能的提升，更重要的是提高了自身的思考和认识能力。我愿意成为心理骨干中的一员，为他人提供帮助和支持，在实践中不断积累和成长。无论是挑战还是机遇，我都将迎接并勇敢面对，为心理学的发展和社会的进步贡献自己的力量。

## 心理战骨干培训心得体会总结篇三

近年来，心理健康问题在社会上越来越受到重视。为了提高心理健康专业人员的培训水平，我参加了一次心理骨干培训。在这次培训中，我学到了许多有关心理健康的知识和技能，也增强了自己的心理素质。以下是我对这次培训的心得体会。

首先，这次培训为我提供了一个广阔的学习平台。在培训的过程中，我们学到了许多心理健康相关的知识，如心理疾病的分类和诊断、心理咨询的方法和技巧，以及应对各种心理问题的有效策略等等。这些知识的学习让我对心理健康的理解更加深入了解，并提高了我的专业素养。此外，培训还提供了丰富的实践机会，如心理咨询的角色扮演、心理测试的操作等等。通过这些实践活动的参与，我不仅巩固了理论知识，还提高了动手操作的能力。因此，这次培训对我来说是一个难得的学习机遇，使我受益匪浅。

其次，培训中的分享和交流让我受益良多。在培训的过程中，我们与来自不同地方和不同背景的心理健康工作者一起学习和讨论，这给了我很多不同的观点和思路。在讨论的过程中，我有机会了解他人的工作体验和心得体会，从而拓宽了自己的思维。同时，我也分享了自己的工作体验和心得，并得到了其他人的反馈和建议。这种互相倾听和学习的氛围让我受益匪浅，促进了我对心理健康工作的理解和思考。

另外，培训中的专业讲座深化了我对心理健康领域的认识。我们请来了一些知名的心理学家和心理健康专家给我们做讲座。通过他们的讲解，我们对心理学的理论体系和研究方法有了更深入的了解。同时，他们也分享了他们在心理健康领域的研究成果和实践经验。这些讲座不仅让我了解到最新的心理学研究动态，还启发了我在实践中的思考和创新。通过与专业人士的交流和互动，我对心理健康工作的专业性和重要性有了更加深刻的认识。

最后，这次培训帮助我提升了个人的心理素质。在培训的过程中，我通过一些心理训练和活动，了解自己的心理特点和优势，也发现了自己存在的一些心理问题和困扰。通过这些个人心理素质的提升，我更加了解自己的情绪和行为，也学会了更好地处理自己和他人的情绪。同时，我也学会了一些自我调节和压力释放的方法，更有效地管理了自己的心理健康。这对我个人而言，是一个很大的提升和收获。

总之，参加这次心理骨干培训是我一次难得的学习机会。通过这次培训，我不仅学到了专业知识和技能，提高了自己的专业素养，还深化了对心理健康工作的理解和思考。同时，我也受益良多于与他人的分享和交流，并提升了自己的心理素质。这次培训对我来说是一次宝贵的经历，将对我的未来职业发展和个人成长产生积极影响。我将会将这次培训所学应用于实践中，为提升社会整体心理健康水平贡献自己的一份力量。

## 心理战骨干培训心得体会总结篇四

课改七年来，伴随着一轮又一轮新的课程改革的实施，教材内容也不断变化。为了适应这一变化改革的趋势，我们在教学理念和教学方法上也发生了相应的转变，随着自己深入的学习、研究和探索，在教学上也有了一些深入地体会，同时也存在一些困惑和疑问，而恰在这样的时候，南京骨干教师培训开班了，我十分荣幸的成为了其中的一名成员，带着一种激动与兴奋的心情，我们愉快而紧张的参加了培训。在培训期间，我克服了家庭、生活上和工作中的各种困难，每天准时到校，在课堂上我们认真聆听了一些数学专家、教授和名师的讲座和讲课，让我更加深入理解和掌握新课程的理念，提高了对新课程的认识，。下面是我这几天培训的一些粗浅的体会：

### 一、数学教师的创新意识是培养学生创新能力的前提

教育本身就是一个创新的过程，教师必须具有创新意识，改变以知识传授为中心的教学思路，以培养学生的创新意识和实践能力为目标，从教学思想到教学方式上，大胆突破，确立创新性教学原则。

（一）克服对创新认识上的偏差。

（二）建立新型的师生关系，创设宽松氛围、竞争合作的班风，营造创造性思维的环境。

首先，要使学生积极主动地探求知识，发挥创造性，必须克服那些课堂上老师是主角，少数学生是配角，大多学生是观众、听众的旧地教学模式。因为这种课堂教学往往过多地发挥教师的主导作用，限制了学生创造性思维的发展。教师应以训练学生创新能力为目的。保留学生自己的空间，尊重学生的爱好、个性和人格，以平等、宽容、友善的态度对待学生，使学生在教育教学过程中能够与教师一起参与教和学中，做学习的主人，形成一种宽松和谐的教育环境。

（三）教师应当充分地鼓励学生发现问题，提出问题，讨论问题、解决问题，通过质疑、解疑，让学生具备创新思维、创新个性、创新能力。

教师运用有深度的语言，创设情境，激励学生打破自己的思维定势，从独特的角度提出疑问。鼓励学生进行批判性质疑。批判性质疑是创新思维的集中体现，科学的发明与创造正是通过批判性质疑开始。让学生敢于对教材上的内容质疑，敢于对教师的讲解质疑，特别是同学的观点，由于商榷余地较大，更要敢于质疑。能够打破常规，进行批判性质疑，并且勇于实践、验证，寻求解决的途径，是具有创新意识的学生必备的素质。培养学生对复杂问题的判断能力，在课堂教学中随时体现。设计一些复杂多变的问题，让学生自己的判断来加以解决，或用辩论形式训练学生的判断能力，使学生思维更具流畅性和敏捷性，发表出具有个性的见解。

## 二、学生的创新兴趣是培养和发展创新能力的关键

兴趣是创新的重要动力。创新的过程需要兴趣来维持。

(一) 利用 " 学生渴求他们未知的、力所能及的问题 " 的心理，培养学生的创新兴趣。

(二) 合理满足学生好胜的心理，培养创新的兴趣。

(三) 利用数学中图形的美，培养学生的兴趣。

(四) 利用数学中的历史人物、典故、数学家的童年趣事、某个结论的产生等等激发学生的创新兴趣。

## 三、教师是保护学生创新能力发展的 " 监护人 "

(一) 分清学生错误行为是有意的，还是思维的结晶。

学生早求知的过程中属于不成熟的个体，在探索中出现这样或那样的错误是难免的，也是允许的。教师不要急于评价，出示结论，而是重在帮助弄清出现错误的原因，从而让他们以积极的态度去承认并且改正错误，与文过饰非相比在对待错误的态度上，这个不正是一种创新态度吗？作为教师对发展中的个体要以辩证的观点，发展的眼光，实行多元化的发展的评价。从客观上保护了学生思维的积极性，促使学生以积极的态度投入到学习中去。比如：教学中常见的 " 插嘴 " ，可理解为学生的不遵守纪律，也可以理解为学生思维快的表现，这就要看他们的动机是什么，再作结论。

(二) 多给学生一些鼓励，一些支持，对学生的正确行为或好的成绩表示赞许。

学生时期自我评价能力较低，常常默认教师的评价，而且常以教师的评价衡量自己在群体中的地位。同时，又常从成人

的表情或语言判断对其的评价，带有一定片面性。因此，教师应对学生正确行为表示明确的赞扬，使学生明白教师对他们的评价，增强他们的自信心，使学生看到自己成功的希望。比如：教学中宜常使用表扬的语气词，如：“很好！”“太棒了！”“不错”“有进步”等等表示你的关注和赞许。

### （三）保护学生的好奇心。

好奇是儿童与生俱来的天性，好奇是思维的源泉，创新的动力。因为好奇，学生有了创新的愿望，努力去揭开事物的神秘面纱，这种欲望就是求知行为在孩子心灵中点燃的思维的火花，是最可贵的创新性心理品质之一，但随着年龄的增长，好奇程度呈递减趋势，而创造性人才的特点却是永驻的，用好奇的眼光和心理去审视整个世界，每一个成才的人，必须保持这颗好奇的童心，教师对教学中学生好奇的表现应给予肯定。

总之，在教学中，学生创新能力的培养是多方面、多层次的，既需要教师的指导，更需要学生自身的发展，只有在师生共同的配合下，才能教学相长。同时，也希望以后经常有机会参加培训学习。

文档为doc格式

## 心理战骨干培训心得体会总结篇五

心理骨干培训是一种专门针对心理学领域的培训项目，旨在提升心理骨干的专业素养和能力，使其能够更好地应对工作中遇到的心理问题，提供专业的心理辅导和支持。本文将分享我在心理骨干培训中的体会和心得。

### 第二段：培训中的收获和成长

在心理骨干培训中，我学到了许多关于心理学的理论知识和

应用技巧。通过学习心理学的基本原理和常见心理问题的处理方法，我能够更好地了解人们的内心世界和行为动机，从而提供更有效的心理咨询和辅导。同时，通过与其他心理骨干的交流和合作，我也学到了很多团队合作的技巧和沟通技巧，提升了自己的人际关系和团队协作能力。

### 第三段：在实践中的应用和反思

在培训中，我们有机会进行实践和模拟情景演练。这种实践中的应用让我更加深入地理解了理论知识的实际运用，并提供了宝贵的机会来调整和改进自己的实践技巧。通过反思和总结经验，我逐渐学会利用各种心理技巧和方法来解决实际问题，并对自己的专业水平和能力有了更加清晰的认识和定位。

### 第四段：面对挑战的成长和突破

在心理骨干培训中，我也面临了许多挑战和困难。其中最大的挑战是培训中的实践环节，需要我们在真实情境中处理复杂的心理问题，并进行准确的判断和决策。这些挑战让我不断思考和学习，激发了我面对困难时的勇气和智慧。通过不断的努力和实践，我逐渐克服了自己的不足，获得了自信和成长。

### 第五段：对未来的期望和展望

参与心理骨干培训给我提供了丰富的学习和成长机会，也让我对未来充满了期待和展望。我希望能够继续学习和实践心理技巧，不断提升自己的专业水平和能力，为更多需要心理支持和帮助的人提供服务。同时，我也希望能够成为一个优秀的心理骨干，带领团队共同成长和发展，共同为社会心理健康的发展做出贡献。

总结：心理骨干培训是一次宝贵的学习和成长机会，通过学

习心理学的理论知识和实践技巧，我不仅提高了自己的专业水平和能力，也培养了团队合作和沟通技巧。在面对挑战和困难时，我通过不断努力和实践，不断成长和突破自己，将培训中的收获和成果应用于实践中。我对未来充满了期待和展望，希望能够继续努力学习，为心理健康事业做出更多的贡献。