

最新小学生心理健康教育的心得体会(实用8篇)

反思可以帮助教师发现教学中存在的问题并寻找改进的方法。下面是一些写得很不错的培训心得示范，供大家参考借鉴。

小学生心理健康教育的心得体会篇一

一、指导思想：

心理健康教育是素质教育的重要内容之一，小学心理健康教育主要是针对儿童心理发展的需要而开展的教育活动，旨在培养和提高学生的心理素质，帮助学生学会如何恰当地应付现实生活中所面临的各种压力，如何进行情绪调节等，使学生更有效、积极地适应社会、适应自身的发展变化，促进儿童青少年心理健康的发展。所以促进心理素质提高，预防问题发生才是小学生心理健康教育的主要目标。

随着社会的飞速发展，人们的文化观念、生活方式、思维意识都发生着剧烈变化。当代小学生的心理负荷能力遇到了前所未有的考验。有资料表明，在我国约有1/5左右的儿童青少年都存在不同程度的心理行为问题，如厌学、逃学、偷窃、说谎、作弊、自私、任性、耐挫力差、攻击、退缩、焦虑、抑郁等种种外显的和内隐的心理行为问题。这些心理行为问题不但严重地影响着儿童青少年自身的健康发展，而且也给正常的教育教学工作带来巨大的困扰，直接影响学校教育任务的完成与教育目标的实现。因此，在学校开展心理健康教育是十分迫切的和具有重要意义的举措。

心理健康是全员性的问题，是每一位小学生在成长与发展中都必然会面临的问题，包括那些学习优秀、在教师看来是“好”孩子的学生。因为往往由于学习成绩好，这些“好”学生心理发展中不健康的侧面就常常被忽视，得不

到教师的重视和及时的帮助教育。可见，心理健康教育并非只是个别生教育的需要，而是面向全体学生的重要课题，应成为我们学校教育的重要任务。当前在小学开展心理健康教育不仅要注意排除学生心理障碍，预防心理病患，又要重视全面促进学生心理健康发展；不仅要注意开展心理咨询，举办心理讲座，更要重视将心理健康教育贯穿于全部教育教学活动之中，渗透到学科教学过程之中；不仅要依靠心理专家和专门工作者，更要注意依靠广大教师做好工作。

心理健康教育不仅可以在德育工作中发挥作用，而且它提供了一种新的角度，使我们每一位教育工作者重新认识和看待自己的学生及学生出现的一些行为问题，可以有效地帮助教师改善师生交往状况。以往教师对学生只注意到他们的表面行为问题如上课捣乱、厌学、逃学等，并把这些问题很快上升到德育的高度做出品行不良的判断，而忽略了这些行为问题背后掩藏着的原因，包括小学生心理需求。可见心理健康教育要求教师以一种更宽容、更理解和接纳的态度来认识和看待学生和学生的行为，不仅注意到行为本身，更注意去发现并合理满足这些行为背后的那些基本的心理需求；不简单地进行是非判断，而是从一种人性化的角度去理解和教育学生。因此心理健康教育真正体现了对学生的尊重——一种对“人”的尊重，这是建立相互支持、理解和信任的良好师生关系的前提，也是我们每一位小学语文教师在教育实践中面临的重要课题。

1. 小学生心理发展特点

从心理学角度看，小学期年龄段为6~7到11~12岁，儿童生长发育比较平稳均匀(少数高年级女生例外)。特别是脑的神经系统的均匀和平稳的发育构成了小学生心理的协调发展；学习成为主导活动，不仅使小学生智力从具体形象思维过渡到抽象逻辑思维，而且也使他们的心理得到迅速发展。

小学生经历有限，他们的心理活动显得纯真、直率，内心活

动容易表露出来。这个阶段“闭锁性”不明显，他们的情绪和情感富有表情化，喜、怒、哀、乐明显地表现在面部，而且容易变化，不善于修饰和控制。所以小学阶段，成人与儿童容易沟通，师生之间，亲子之间的关系容易融洽。

小学生心理发展和变化具有较大的可塑性。无论是思维能力，还是个性，社会性和品德，都易于培养，诸如人生观、世界观等一类稳定的个性意识，在小学阶段尚未萌芽；又如性格这一个性心理特征的核心成分，只是开始形成时期，良好的或不良的习惯都能通过教育措施加以改变。

2. 小学生心理发展基本规律

(1)先天与后天关系。先天的遗传是心理发展的生物前提、自然条件。良好的遗传素质无疑是心理正常发展的物质基础。儿童心理发展主要是由他们所处的环境条件(生活条件)和教育条件决定的，其中教育，尤其是学校教育起着主导作用。学校教育的主导作用，主要体现在教师的主导作用上。

(3)教育与发展的关系。小学生的心理发展主要在其内动力驱使下由适合他们心理发展的教育条件决定的。小学教育要选择适当的教育内容和方法，引起他们新的需求，激活他们的求知欲望，从而有节奏、循序渐进地引导儿童心理不断向前发展。我们的教师只有在教育过程中注意健康心理的培养，才能不断激活学生学习兴趣。

. 小学语文教学特点与目的

语文是最重要的交际工具，是人类文化的重要组成部分。小学语文是一门重要的基础学科，它对于培养学生的科学文化素质和思想道德素质，对于学生学习其他学科和继续学习，对于弘扬祖国的优秀文化，提高民族素质具有重要作用和深远意义。因此工具性、思想性、艺术性和综合性便是小学语文学科的特点。

在小学语文教学中渗透心理健康教育

语文教师应具有良好的心理素质。教师作为教育实施的主体，其自身的素质对开展心理健康教育起着举足轻重的影响。很难想象，自身心理健康水平低，对心理健康教育缺乏科学认识的教师，能够培养出具有良好心理素质的学生。所以重视教师自身素质的提高是真正深入、有效地开展学生心理健康教育的前提和保障。本课题将定性定量研究小学语文教师心理健康水平与所教学生心理健康水平的关联程度，以及如何提高教师心理健康水平和增长教师关于心理健康方面知识，充分发挥教师自身的主动性、能动性、创造性，将心理健康教育与他们日常教育教学活动融合在一起。

由于小学语文教学的出发点和归宿是立足于促进学生的发展，为他们的终身学习、生活和工作奠定基础，因而它在培养和提高学生语文能力的同时，还注重对学生情感态度、意志品格、良好习惯和健康个性等心理品质方面的要求和培养，这种以人为本，追求学生可持续发展的教育教学，是学校进行心理健康教育的重要途径和保障。

在语文课外活动中渗透心理健康教育语文课外活动具有开放性、愉悦性、自主性和活动性的特征，它是语文课堂教学的延伸。它的开展，为学校的心理健康教育拓展了新的渠道。在小学组织丰富多彩的语文课外活动，让学生在语文课外实践中体验所学的心理知识，受到心理健康教育。同时，通过这些语文课外活动，使学生体会到心理健康教育来源于生活，实践于生活的基本道理。

心理健康教育小学生心得体会3

小学生心理健康教育的心得体会篇二

一学期的教学工作就要结束了，学生不但在学习方面有了进步，心理也朝着健康向上的方向开展。这既有学生本身的努力，也有家长的协助，更有教师耐心的指导，下面我就本学期的心理健康教育做小结：

由于小学生正值成长开展过程中，缺乏科学的区分能力和社会实践经验，加上独立意识较差，所以小学生很容易发生心理行为偏差。

近年来，小学生常出现妒忌、自卑、孤僻等不健康心理行为，究其原因，我们不难发现，他们存在心理偏差，是由于在学习和生活中碰到问题和困难时，缺乏解决矛盾，应对挫折和处理危机的能力。

课堂是学校进行教育活动的主要场所，课堂教学不仅是科学知识传授的过程，也是学生心理开展的过程。从教材内容看，各科内容都是很好的心理健康教育素材，在各科教学过程中渗透有关的知识，可以使学生在处处都感受到真、善、美的教育，提高自身的心理素质，且作为教育的主体，教师不仅在知识上影响着学生，而且教师的人格也会在教学的师生互动过程中起潜移默化的作用，这就构成了心理健康教育的一个重要内容。因此，我在教学中通过讲故事、学生表演小品、小组讨论、学生点评的方式，让学生在寓教于乐中接受相关的知识。

心理咨询活动在学校里起到举足轻重的作用，本学期我们重点进行此项活动的开展。首先，我们建立了心理咨询室，要求学生每周二、五进行心理咨询，此活动，受到同学的欢迎，真有许多同学心理有障碍，纷纷写信咨询，对学生的来信我们一一认真阅读，并及时给予答复，做到学生百分之百的满意。引导他们热爱生活、关心他人，培养他们的责任感、独立性、自尊心和自制力，养成乐观进取的精神。

在心理健康教育实践中，我们深深感到在小学进行心理辅导的重要性和迫切性。担负着培养下一代重任的小学教育，在当今科学技术飞速开展、竞争日益加剧的今天，我们更应当注重学生潜能的开发，培养学生良好的社会适应性，保持健康的心理。

实践证明，教师只有融入学生，才能够倾听学生的声音，为他们烦恼而烦恼，为他们快乐而快乐。要使学生的心理得以健康开展，教师必须掌握好心理知识，遵循学生心理开展的规律，在实践中灵活运用心理教育规律，探索学生的心理开展，总结心理教育的经验，与家庭、社会紧密联系，才能取得良好的成效。

小学生心理健康教育的心得体会篇三

想上好一节心理课，要从学生的角度出发，探讨问题一定要符合学生年龄段的发展。

以沟通为主，在设置问题时要使用的语言一定不能偏激，不使用封闭性的语言。

要保持价值中立等等。我们不能以平时的眼光看待学生，要学会控制自己的情绪，不要輕易被小事激怒。要做到公平公正，要学会尊重学生。要让孩子快乐成长，不能因为学习成绩差而受到不公平的待遇。

尽量把自己放在以学生身心发展健康为主题的情况下去考虑问题。去寻找问题学生背后的故事。如果他们一旦学习或生活上遇到不顺心的事情，就会产生不良情绪，势必会对学习和生活产生消极的影响。

所以，作为教师，我们应该深入了解学生，善于与学生沟通，进行谈心、交流，从而达到心与心的交流，感知学生的内心世界，以真诚感化学生，使孩子幼小的心灵得到鼓舞，从而

养成良好的心理品质。

作为教师，我们更应该掌握好心理知识，遵循学生心理发展的规律，在实践中灵活运用心理教育规律，探索学生的心理发展，总结心理教育的经验。心理健康教育的学习，我们一直在路上，我相信，我们以后通过多种方式，会使自己更加充实，更加提高自己。

小学生心理健康教育的心得体会篇四

通过上了这么多节的大学生心理健康课，我深深的体会到了大学生心理健康教育的重要性。加强大学生心理健康教育是提高大学生心理素质。促进大学生健康成长。培养全面发展的社会主义建设者与接班人的重要途径，也是加强和改进大学生思想政治教育的重要任务之一。作为一名大学生更要了解心理健康的含义与标准，研究大学生的心理发展的特点与影响因素，明确大学生心理健康的理论与原则，把握大学生心理健康教育的内容与方法。而心理健康的人应该具备比较正确的认知。良好的情绪情感。坚强的意志品质与健康的个性心理。以下是我的学习心得：

我们都是从高中升到大学，面对新的环境都会有各种各样的情绪，例如烦躁。压抑。苦闷等，当面对自己无法解决的问题时千万不要独自一人承受，更不要钻牛角尖，要积极主动调试自己的心理，知道适应环境；要正确对待生活中的.挫折。困苦；要学会改变学习方式，使学习轻松愉快，然后确定一个切乎实际的目标；要知之为知之，不知为不知。不知而求止，知而行之。要学会从心里去接受现实中的一切，既来之，则安之，使自己具备较强的适应能力。

良好的人际关系使人获得安全感与归属感，给人以精神上的愉悦和满足，促进身心健康；不良的人际关系使人感到压抑和紧张，承受孤独与寂寞，身心健康受到伤害。因此，我们大学生更要培养良好的交际能力。要保持和谐的人际关系，

乐于与他人交往，在交往中能用理解。宽容。友谊。信任和尊重的态度与人和睦相处。通过人际交往，认识到大学生的社会责任，培养遵守纪律和社会道德规范的习惯。增强心理适应能力，能与他人同心协力。合作共事，与集体保持协调的关系，保证大学生心理的健康发展。

在现代大学生中恋爱已经成为普遍现象，大学生一定要树立正确的恋爱观。在恋爱中应遵循：以爱为基础，以高尚情趣为恋爱发展的动力，在恋爱中相互尊重各自的选择。自由与权利以及人格，同时信守责任，忠贞专一，以诚相待。要以理解为前提，以奉献为内容，以被爱为结果。大学生要避免恋爱的消极影响，学会运用爱的技巧要学会澄清爱情价值观，做出爱的决定，注重爱的交流，并履行爱的责任。心理健康是大学生掌握文化科学知识的重要保证，有了良好的心态，不仅能取得好的学习效果，而且有益于终身的发展。大学生要做到心理健康，争取身心健康，可以阅读相关的心理辅导书籍，有需要的可以进行心理咨询，定期进行体育锻炼，计划好自己的时间，增强自己的心理素质，以良好的心理素质去迎接挑战。

小学生心理健康教育的心得体会篇五

有好处。并鼓励她多给同学接触，我并安排几个同学帮助她，在那学期的期末考试中成绩有较大的改观，纪律观念也加强了。其实，学生的学习和生活中，很多事情也像这样，乐观的心理总会带来快乐明亮的结果，而悲观的心理那么会使一切变得灰暗。不仅如此，这对他们以后的生活也有很大的影响。

为学生提供自我表现的时机，引导学生超越自我。学生往往由于自己表现的时机少，而产生胆小的心理，认为自己这也不行，那也不行，从而缺少自信心，不敢展现自己，针对这种心理，我利用一切可能的时机，让学生表现自我，发现自我，树立自信心，培养学生大胆积极向上的心理。如常在班

上组织朗读比赛、书法比赛、知识竞赛等。学生一旦体验到了成功的喜悦，便会树立起“我能行”的自信心。

在班级管理中，引进竞争机制，干部轮换，每个愿意为班集体效劳的学生都可以上台发表自己的“执政纲领”，竞争上岗，最后“优者上岗”。通过这种形式上岗的学生有正确的竞争态度，充分相信自己，干工作积极、主动、认真、自信心很强。

学会正确评价自我，“我能行”与“我不行”，虽只有一字之差，却有本质的不同。“我能行”是成功者必备的心理素质，而“我不行”正是失败的主要原因。因为他们失去的是成功的生要支柱——自信。引导学生克服“我不行”的错误评价，正确认识自我，充分挖掘自身潜力，可以首先让学生清楚地了解自我否认的内容；其次，让学生认真思考为什么要自我否认；最后让学生采取积极行动，变自我否认为自我肯定，从而形成正确的自我评价。总之，心理安康教育工作虽然任重道远，困难重重，我相信：只要我们爱这项工作，倾注我们对于教育事业的满腔的热情，虽然我们不一定辉煌，但是我们一定会进步，我们的孩子一定会在快乐中安康的学习和成长！

随着社会的迅猛开展，安康的范畴在扩大，社会对每个人素质的要求，也在不断的提高，不仅要求有着安康的身体，更要有良好的心理素质，安康的心理。而小学生正是心理开展、性格养成的关键时期，做好小学生的心理安康教育，不仅对小学生的安康成长有着重要意义，而且对实施素质教育，培养合格的社会主义建立人才有着重要作用。小学生心理安康教育是一项科学性、实践性很强的教育工作，尤其对小学高年级十一、二岁的学生。他们已经进入“心理断乳期”，主体意识增强，认为自己已经长大成人了，成熟了。另外，受心理因素的作用，他们的情绪会躁动不安，需要同学、老师、家长的理解、赏识与沟通。结合自己多年的教学实践，就小学生的心理安康教育浅谈看法：

小学生在各种活动中，特别是在学习活动中，常常会产生各种情绪体验。经常产生积极的情绪体验，如快乐、快乐、幸福、满足等可使儿童增强自信心，情绪高涨，精神饱满，既能提高其完成学习任务、参加集体活动的热情，又能增加其心理安康，防止长期体验情绪而引发的种种情绪障碍。积极的情绪体验会成为学生新的活动动机，使他们以更高的热情投入到学习活动中。因此，在小学的教学活动中，教材和教学方法都要适合小学生的特点。在教学活动中要帮助小学生掌握学习内容，使其经常产生成功的喜悦。教师还应特别注意因材施教，对优等生提出更高的目标要求，使其不断产生新的成就感；对差生要给予耐心细致的帮助，对他们的要求不能太高，对他们的每一点进步都要给予鼓励。

在教育中要培养小学生明辨是非的能力，以开展其道德感。通过绘画、唱歌、跳舞、体育竞赛、美化教室和校园的劳动、游览、参观、学习英雄事迹等多种形式的活动，培养小学生高雅的审美情趣，以开展他们的美感。求知欲和好奇心是小学生的理智感的重要内容。在教学活动中，教师要注意激发小学生的求知欲、好奇心，要鼓励他们克服困难，使他们在学习活动中体验成功的欢乐，以开展他们的理智感。

(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。

学生生活在家庭的时间很多，家庭环境，家长本身不健全的人格或不健全的心理会直接影响到学生的心理开展，甚至会造成学生心理压力和心理问题。因而提高家长的心理安康教育意识也是必不可少的。教师可利用家长会等形式开设心理讲座，讲清儿童的心理开展的特点，指导广阔家长掌握科学的家教方法。学校和家长要开展丰富多彩的活动，通过各种喜闻乐见的活动形式，使学生发挥才智，开展想象力、创造力，塑造学生良好的心理品质，提高心理素质。

总而言之，关注小学生的心理安康是目前小学教师不可无视的重点。

小学生心理健康教育的心得体会篇六

通过这十多天的心理健康培训，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，集中精力参加网络培训，顺利完成了培训预定的各项任务。

听了十多位专家的专题讲座和示范课，让我们更深入的了解到了学生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，我收获颇多。

教师是学校心理健康教育的具体实施者，不但要有渊博的学识和出色的专业技能，还要有健全的人格。教师的言行对学生有很大影响，在学生的心目中，教师是很神圣的。教师的言谈举止、待人接物的方式，都会让学生受到深刻的影响。一名优秀的教师，会在课堂中营造出和谐与温馨的气氛，让学生如沐春风。因此，教师完善的心理素质，是构建良好师

生关系的基础，是实施心理健康教育和情感教育的出发点。新的教育实践要求每一位教师都应不断地完善品德修养，提升自己的人格魅力。

通过学习，我认为，教师要保持健康的教学心态，应作好以下几点：

1、树立正确的价值观

教师的价值取向直接影响教学行为与效果。人生的价值在于他对社会的责任与贡献。教师应是“人师”，在日常工作中应不断加强教学心态和自我心理健康的有效调控。树立甘为人梯、乐于奉献、精于工作，爱护学生的价值观，用积极乐观的教学情商去调动学生的学习积极主动性，在平等的和谐的氛围中与学生进行情感交流，从而保证教学任务的顺利完成。

2、正确认识自己

教师不是圣人，与其他职业人员一样。只有坦诚地承认自己的不足与缺点，并积极改进缺点；只有完全地肯定和尊重自己的长处和优点，并努力发扬光大、充分展示，才能获得别人的认同与尊重。同时也要学会倾听、学会理解。

3、拥有健康的体魄

“身体是革命的本钱”。教师必须有健康的体魄和充沛的精力才能应对纷繁复杂的教育教学工作。要想拥有健康的体魄，必须要学会科学用脑，学会营养调配，学会工作，学会休息；必须加强锻炼，增强自己的体质。

4、提高自己的素养

教师的社会作用主要是承前启后。但更在于启后，要让“青

出于蓝而胜于蓝”。俗话说“要给学生一碗水，自己就必须要有桶水”。水从哪里来，这水之源泉就在于教师不断学习。学习科学知识、学习理论经验、学习实践方法，并加以不断革新和创造，坚持活到老，学到老。凡是有用的东西，教师都应先人一步，都应成为敢吃螃蟹第一人。不然，那真成“无源之水”啦！

5、培养积极的人生态度

积极、乐观、进取的人生态度是战胜一切困难的法宝，是调剂人生的一味良药。生活中难免事事顺心如意，总有困难和挫折，烦恼和忧愁伴随着。教师应努力培养自己的爱好和兴趣，不断加强意志锻炼，要坚信：阳光总在风雨后！没有过不去的坎，走过去前面是个天。

6、建立良好的人际关系

良好的人际关系是教师所从事的事业取得成功的重要保证，教师要学会宽容、学会善待别人，当然也包括学生。与同志要和睦相处，互学共助；与领导要相互尊重，彼此理解、关怀；与学生要民主、平等。教学中教师更应放下权威身份，平等、友好地对待学生，接受学生、尊重学生，与学生要以合作者的身份携手步入学习、工作、生活中去。

7、看到学生的闪光点，

教师在教育教学中应有一个切合实际、恰当可行的理想目标。但教师目标的确立一般都带有较大的主观色彩。能否实现自己的主观愿望呢？那么教育教学效果就是最好的验证。在实践中，主观愿望与客观现实绝不可能是一致的，这就要求我们教师对学生的期望不能过高或过低，并要适时调整对学生的期望值，更不能用尽善尽美的眼光去看待和评价学生。蹲下身子去吧，多角度、全方位去欣赏学生、评价学生。只有看到学生的长处和闪光点，学生才有希望，教学才有希望！

小学阶段学生的心理健康对其一生有极为重要的影响。现在的孩子都是独生子女，从他们出生起就拥有了太多的爱，独生子女家庭经济相对宽裕，有可能为孩子提供较好的生活、学习条件。但孩子在家庭中地位独一无二，若教育不得法，轻易出现一些心理偏差。比如容易使孩子变得自私，凡事先考虑自己的利益得失，不知为别人着想，而且独生子女没有兄弟姐妹为伴，幼时缺少与小同伴一起游戏的集体活动，既不易养成与人协同合作精神，又缺少竞争性，在班级中轻易表现为不懂得尊重别人。在家里，父母代劳独生子女的许多本应自理的事情，使其易于形成依赖性，自主精神和自立能力都差，也缺少劳动自觉性。我们常常能在报纸或新闻中看到学生自杀的事例，在学习方面，不善于处理人际关系。这表明，当代青少年学生承受心理压力的能力有待提高。在这些新现象、新问题面前，心理健康教师应力求“对症下药”，给予学生鼓励，帮他们重拾信心。要对学生不良心理的成因多加了解，是学校因素，还是家庭或社会因素造成的。当我们感觉无力摆脱社会风气的困扰，就要会同学生家长采取较为科学的方法教育子女。例如，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，而且要将其渗透到学校教育的全过程。

如何培养学生健康的心理呢？

1、让学生乐观的面对生活

教育学生用积极的态度、积极的心理去面对身边的一切事情。积极乐观的心理像一个强有力的磁场，又如同花蜜吸引蜜蜂一样会将各种有利的因素吸引到自己身边，事情因此就有了改变的可能。

现在学生中单亲家庭的比较多，有时候一个班中有接近一半的学生都来自单亲，极个别的学生对亲人有种排斥、抵触情绪，当让不会相信身边的任何人，给班级管理增加难度□20xx

年我班转来个女生，进校的穿着很社会化，进入我班，不跟其他同学接触，经常犯一些很小的纪律问题，我观察，她的每次错误都做给我看，很想引起我的注意，我也把她父亲叫来交换意见，也许是碍于面子，还是不想给学生增加思想负担，家长根本没给我谈到他们家庭。在一次运动会上，我跟学生闲聊时我才知道她是单亲家庭，她不能面对这个事实，他认为父母不爱她。我就给她讲，父母肯定是爱你的，至于他们为什么离婚，那毕竟是上一辈的事，你没有必要去改变这个事实，但你要想想你今后的生活，要高高兴兴的、快快乐乐的生活学习。乐观的面对生活，换一种眼光看待这件事，也许对你及父母都会有好处。并鼓励她多给同学接触，我并安排几个同学帮助她，在那学期的期末考试中成绩有较大的改观，纪律观念也加强了。

其实，学生的学习和生活中，很多事情也像这样，乐观的心理总会带来快乐明亮的结果，而悲观的心理则会使一切变得灰暗。不仅如此，这对他们以后的生活也有很大的影响。

2、最好的帮助是给学生信心

（1）营造氛围，树立自信心

为学生提供自我表现的机会，引导学生超越自我。学生往往由于自己表现的机会少，而产生胆小的心理，认为自己这也不行，那也不行，从而缺少自信心，不敢展现自己，针对这种心理，我利用一切可能的机会，让学生表现自我，发现自我，树立自信心，培养学生大胆健康向上的心理。如常在班上组织朗读比赛、书法比赛、知识竞赛等。学生一旦体验到了成功的喜悦，便会树立起“我能行”的自信心。

（2）让学生学会善于竞争，增强自信心。

在班级管理，引进竞争机制，干部轮换，每个愿意为班集体服务的学生都可以上台发表自己的“执政纲领”，竞争上

岗，最后“优者上岗”。通过这种形式上岗的学生有正确的竞争态度，充分相信自己，干工作积极、主动、认真、自信心很强。

(3) 教会方法，培养自信心

总之，心理健康教育工作虽然任重道远，困难重重，我相信：只要我们爱这项工作，倾注我们对于教育事业的满腔的热情，虽然我们不一定辉煌，但是我们一定会进步，我们的孩子一定会在快乐中健康的学习和成长！

小学生心理健康教育的心得体会篇七

随着社会的进步，人们对健康的理解日益全面和深入，对身体健康之外的心理健康也越趋重视。心理健康的术语和内容也通过各种途径为人们所逐步认识和了解，特别是一些经济较为发达的城市，学生心理健康教育和辅导，已被纳入到正式的学校教育中去，为孩子的健康，顺利成长奠定良好基础。对此我谈一下我的浅显认识。

一、气氛和谐，方法灵活。

馨境地，在轻松和谐的气氛中，让学生想说就说，敢于表达不同意见，使学生的个性得到充分发展。

从小学生的心理发展上来看，他们在感知过程中，还不能自觉地调节和支配自己的感知，不善于对物体进行综合分析，目的性不明确，无意性和情绪性明显；在注意上，小学生是无意注意占优势，注意力不稳定，不持久，容易被一些新异刺激所吸引，此阶段，他们的有意注意也在发展，但还达不到完善的程度。这就要求老师在教学方法上，应该精心设置，有意注意、无意注意交替出现，教学中可采用直观形象的教具、学具，也可以运用现代教育技术，例如多媒体电脑等，化抽象为形象，帮助学生理解。我们还可以推出课本剧，让

学生对课文进行创造、加工并演出，合适的篇目让学生自编、自导、自演、自评，从而全方位地投入到了语文实践中。通过灵活多变的教学方法，充分调动学生学习的积极性，激发学生的创新意识，让学生在轻松愉快中获取了知识。

二、树立榜样，陶冶性情。

在小学语文教材中，选入了大量文质兼美的优秀篇章。同时也塑造了丰富多彩的人物形象。有勤奋学习，刻苦钻研，为人类社会的进步作出贡献的科学家；有为保卫祖国，忠贞不屈，抛头颅，洒热血的民族英雄、钢铁战士；有心地善良，乐于助人，勤勤恳恳的农民；有热爱学习，人小志大的红领巾；有鞠躬尽瘁，死而后已的人民总理等等，古今中外，无所不包。这是一条极其精美、丰富的人物画廊，老师应该让学生在认识这些人物高尚灵魂的同时，引导学生把这些人物形象作为榜样，树立在心中。榜样的力量是无穷的，他们或是具体、明确，或是间接、潜移默化地教育了学生，使学生在学习语文的过程中，心灵得到了净化，情操得到了陶冶，形成了健全的人格。

例如，教学《十里长街送总理》一文，我们可以先让学生观看电影《周恩来》，让学

有热爱学习，人小志大的红领巾；有鞠躬尽瘁，死而后已的人民总理等等，古今中外，无所不包。这是一条极其精美、丰富的人物画廊，老师应该让学生在认识这些人物高尚灵魂的同时，引导学生把这些人物形象作为榜样，树立在心中。榜样的力量是无穷的，他们或是具体、明确，或是间接、潜移默化地教育了学生，使学生在学习语文的过程中，心灵得到了净化，情操得到了陶冶，形成了健全的人格。

例如，教学《十里长街送总理》一文，我们可以先让学生观看电影《周恩来》，让学生通过影片初步感知周总理的伟大人格。在学习课文的过程中，老师引导学生体会文章字里行

间所蕴含的人民对总理的真挚情谊，并启发学生理解人民为什么如此尊敬和爱戴周总理。课后可以让学生搜集有关总理生前事迹的资料，并举行一个汇报会，再让学生讨论自己应该怎样学习周总理。通过一系列的活动，让学生充分感受、理解周总理一心为公，为祖国、为人民甘愿奉献自己的一切等崇高品格。让学生把这一形象作为榜样牢固树立于心中。

三、尽情渲泄，保持心境。

学中，老师要设计一些便于学生表达内心情感活动的作文题目，例如《老师，我想对您说》《妈妈，您听我说》《今天我真高兴》等等。鼓励学生要在作文中讲真话，表真情。还可以鼓励学生多写日记，随时记录下自己的真实感受，在受到不良情绪影响和干扰时，及时地在日记中渲泄出来，从而摆脱消极的心理体验，使自己的心境始终保持活泼、开朗、稳定、充满朝气。同时，也有利于教师及时把握学生的心理动态，适时进行疏导、教育。

我的班级曾经有一位女同学。很长时间以来，我发现她的胆子很小，上课从不敢主动发言，特别对考试很紧张，答题时显得谨小慎微。前不久，我在批阅她的日记时，发现这位同学对自己的父亲积怨很深，认为父亲对自己极为凶狠，甚至怀疑自己是不是父亲亲生的，其措辞令我很是震惊。课后我立刻找到这位同学，同她谈话，对她进行心理疏导。此后，我又赶紧与她的父亲取得了联系，向这位父亲通报了孩子近期的表现，以及孩子的心理负担，并同他探讨了教育孩子的方式问题。交谈中，孩子的父亲主动认识到，自己在教育方法上可能过于简单粗暴，对孩子的学习要求也过于苛刻了，以至造成孩子的心理负担过重，表示要和老师一道教育好孩子。第二天，孩子主动找到了我，告诉我，爸爸昨天晚上和她谈了很久。她也认识到，爸爸所做的一切都是希望自己能够成才，只是方法不够好，并表示今后要多理解爸爸、妈妈。在此后一段时间的观察中，我发现孩子开朗、活泼了许多。

四、创设和谐、宜人的教育教学物质环境。给孩子一片空气，让他们自由呼吸；给孩子一块绿地，让他们栽花种草；给孩子一片绘画壁，让孩子自由描绘；给孩子一片饲养园地，让他们感受动物的可爱。顺孩子之天性，让他们快乐的成长。

创设优美、安全、舒适的物质环境。如校园的户外场地富有变化，则具有激发小学生多种经验，诱发小学多种活动行为的功能。在活动场内，设计丰富多彩的设备 and 材料，使处处充满绿色和生机。教室是小学生主要的活动空间，我们力争使室内宽敞明亮，温馨舒适。所布置的内容随着教育目标、季节变化而变化。整洁优美的物质环境唤起了小学生对生活的热爱，陶冶了小学生情操，充实了小学生生活，激发了小学生的求知欲，培养了小学生的探索精神与生活情趣。

五、创设民主、和谐的教育教学精神环境。

校园的教育教学精神环境是指校园中人与人之间的关系及校园校风、氛围等，它包括小学生生活、学习和游戏的人文因素和活动空间。

心理学家苏霍姆林斯基对认知与情感的关系，作了这样一个生动而贴切的比喻：情感如同肥沃的土地，知识的种子就播种在这个土地上。反过来讲，如果离开情感这块肥沃的土地，也就结不出良好的发展的果实。

1、平等相待学生，跨越陈旧的代沟。

到鼓励、努力得到肯定的氛围中，就能尽情释放自己潜在的创造能量，毫无顾虑地表达自己的思想感情，自然地表露出自己的困惑疑问，首先就是创设和谐轻松愉快的. 学习环境。

良好的课堂心理环境是高质量教学的有力保证。心理学研究表明：和谐、愉悦的氛围有助于学生积极参与课堂活动，而紧张、冷漠的气氛会大大抑制学生学习的热情。如何减轻消除

学生学习上的心理压力，培养学生对学习的一种良好心态？教学中，教师要扮演好一名引导者、组织者、协作者的角色，创造最佳的心理氛围，使学生情感得到体验，心灵得到沟通，理念得到认同，情绪得到调节，行为得到训练，让学生充分地展示自我，从而使学生能学得懂、学得好、学得轻松。这样不仅增强学生的学习兴趣和信心，而且培养了学生相互协作，共同探究的精神。当学生的思维、情趣、爱好都有了张扬的空间时，就会走进老师和老师攀谈并成为朋友，为学生的心理能够健全发展打下了扎实的基础。

2、师生真诚相对，理解铸就成长。

成功教育的目的。

作为一名老师，一名心理辅导员，如果不理解儿童的心理情感，不与他们真诚的相处，他是难以顺利开展工作的。随着社会的不断变化发展，人的心理也在不断地变化着。社会的因素，家庭的教育都给我们的教育带来了一定的难度，唯有积极探索，适应新情况，敢于面对新问题，才能不断地发现儿童的最新动态，走出一条与时俱进而不会落后的道路。

现代的教育观认为，教师不应该是教育的主宰，不应该再有权威不可侵犯的思想。命令、强迫的教育方式其实是把软刀子，不但否定了学生的权利和尊严，导致学生的心理障碍，而且扼杀了学生的创造力。放下架子，努力创设宽松、和谐的氛围，以朋友的身份与学生交流，用真诚换真诚，让学生切实感觉到你是他的朋友，你才能深入他们的内心世界，才能使他们从心里接受你善意的意见与建议。

3、倾注真心真爱，促进感情内化。

生的情感得到倾诉，精神得到依靠。当学生需要关心、帮助时，老师应及时伸出援助之手帮助学生，使学生幼小的心灵得到鼓舞，让学生相信自己一定能行，逐步养成良好的心理

品质。

小学生心理健康教育的心得体会篇八

针对我校农民工子女较多的现状和个别教师心理问题比较突出的问题，我选择了到西南大学心理学部参加为期五天的__区第一期中小学心理健康教育专兼职教师脱产培训。

20__年10月8日上午七点正，在度过国庆长假后上班的第一天，我怀着激动的心情，从学校开车前往西南大学心理学部，拉开为期五天的学习，报道后拿到学校给我们的培训指南才发现，课程安排十分紧凑，每天的学习从早上到下午六点半，有两天晚上的课程安排到晚上九点半才结束。看后心理难免有些想法：一方面，觉得课程内容安排丰富，可以打发漫长的夜晚；另一方面，觉得是成人学习时间安排太不合理，没有自己的活动空间。带着这些想法，参加完简单的开班仪式，通过第一天的紧张学习，我有了新的认识：

1. 我是带着问题来学习的。通过学习希望能够找到解决学校农民工子女的学习问题、良好行为习惯的养成问题、教师的倦怠等问题的切入点。
2. 自觉学习是收获的前提。我是向区教委主要领导请假，经教委陈主任同意后才有了这个脱产培训的机会。因此只有通过自己自觉学习后，回到学校将自己学到的知识，内化后才能找到解决学校问题的途径和方法，力求改变学校师生的学习生活现状，才是对上级领导最好的感恩。
3. 第一天的课给了我学习的信心。徐展博士的《中小学生学习发展与心理问题》专题讲座，从中小学心理发展的特点与规律、中小学生学习心理问题的主要表现等方面，以自己教育女儿和学生的鲜活事例，让我受益匪浅。

中小学心理健康教育学习骨干教师培训心得体会

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：

一、教师自己必须是心理健康的人

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。

二、经常关注特殊学生的心理辅导

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，打通教师和学生心理通道，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!