心理课的收获与感悟 15 篇

心理课的收获与感悟 15 篇

心理课的收获与感悟（一）：

在还没学心理课的时候，我就对心理学有着一中莫名的感情，也说不清是怎样的感情，反正就是有一股想把它学好的冲动，甚至期望自我能够从中找寻到属于自我的一片天空。

经过几周的学习，我被它的科学性，真实性所折服，能够说它是实实在在存在的东西，与此同时我还发现心理健康与身体健康同样重要，同时两者之间是相互联系，相互影响的。心理学不仅仅具有科学性，并且不乏应用性。心理理论固然枯燥，但配以实例，就不但不乏味，反而让人有一种从生活悟出哲理的感觉，视野也开阔很多。心理学来源于生活，又指导生活。

对于自我，首先要学会欣赏自我，无论你是一棵参天大树，还是一棵小草，自我认同才能得到他人的认同;其次要学会善待自我，气愤时，心疼一下自我，不要让那些无名之火伤身;忧伤时，找一些好朋友，诉说诉说，让阳光复现;劳累时，美美得睡上一觉，人可是血肉之躯，经不住太多的风霜雨血，总之就是要懂得爱自我，仅有懂得爱自我的人才会明白怎样去爱别人.

经过学习心理课，我的性格，为人处事的方式，甚至价值观都发生了很大的变化。开始学会如何去关心他人，处理事情时也研究周到些。逐渐开始观察，理解朋友的心理，情绪上的变化，并力所能及给予安慰，以缓解轻度的心理上的问题。心理课的学习使我无论从文化知识上，还是从自身修养上我都提高了不少，在这个过程中，我也在不断得成长着。我很感激许倪倪教师和心理课，是他们让我懂得了许多多.心理学不仅仅让我了解了许多心理特点，也让我掌握了如何正确对待周围的朋友，但最重要的是我学会了自我调整，失意的时候，悲伤的时候，我会安慰自我：欢乐其实很简单，只要我们放开胸襟，包容这个世界，我们的生活会很超然，成功也会不求而遇;成功时，欢乐时，也不要太自满，要学会居安思危.

心理课能带给我们的也很有限，但更多的东西得靠我们自我去悟，去体会，经过上心理健康课，让我最终感到人生的珍贵，感到要

孝顺父母，为父母做些力所能及的事情，感悟到我们自我的事情自我做，不用父母为我们操心，不让他们为我们担心，我们还要关心身边的人，让每个人得到关心。俗话说，在家靠父母，出门靠朋友，虽然我们此刻还没有真正踏入社会，可是身边的教师和同学就如同我们的朋友一样，我们要凡事真诚。存真诚的心，说真诚的话，作真诚的事。自我有了什么错失，应当坦白承认，切不可设词遮掩;有人责备劝导你的时候，要存着谦卑感激的心领受，切不可羞恼拒绝。与人同处不可有虚伪的客套，但总要彬彬有礼，举止中节，使人在你的动作举止上没有可挑剔的地方。多爱人才能多得人的爱，多敬人才能多得人的敬，多宽容人才能多得人的宽容，多体恤人才能多得人的体恤。你发出去的是什么，你得回来的也是什么。

最终这个学期的心理课也即将结束了，觉得时间过得很快，一转眼，我的大学生活的十二分之一过去了，想想抓住了什么，后头一看并没有太多硕果。继续努力吧，让自我做得更好!~

心理课的收获与感悟（二）：

这是大一的第二个学期，课程依旧排的那么的紧密，心里不免对排课教师有些埋怨。可是心理课的课堂上，气氛却并没有那么的严肃，大家总是会很放松，或许是因为教师主修心理学，对我们这些青少年比较了解的缘故。教师是一个漂亮的女教师很年轻，或许是因为年龄差距不大的缘故，所以让我们与她能够更加亲近。

总的来说我对教师的教学水平还是挺佩服的，三言两语之间便为我指点了迷津。或许这是术业有专攻吧！

首先，我要承认一个错误，作为一个心理委员，自我本身的心理知识还是太缺乏了，没有很好的尽到自我的职责。上了心理课给我最大的感受便是心理学知识的浩瀚，应对它们我可是是大海里的一滴水，无论怎样做总是无法一览无余。

在上心理课之前，我对心理课总是有些不待见了，因为作为心理委员，听过一些学校组织的心理讲座，加上自我十几年的人生经历，自我认为在生活中也算是一个善于调节自我情绪的人，总是对一切都有一些自我主观上的看法和见解。

总感觉自我对心理学的知识已经有了很多的了解，认为毕竟心理

学是来源于生活吧。可是现实告诉我，这可是是我一厢情愿的想法，心理学确实来源于生活，却又高于生活，我想心理学或许是哲学之下科学之上的一门学科吧！当然这或许也是我自我的看法，谁明白呢？毕竟一千个人眼里有一千个哈姆雷特！

在课程之前的我，根本不明白什么是自我意识、什么是人格概述、什么是人际交往是的心理甚至恋爱的心理这一系列的心理学名词。或许此刻的我也不是很了解，可是却在脑海里有了一番新的想法和一种全新的，在价值观上的新想法！是的我的价值观发生了些许的微妙的改变，可是却不会影响我本身存在的根本定义！

心理学的课堂上，让我了解到了困境的真谛。当人需要直面困境，无处可逃时总是能够爆发出强大的力量，这种力量不是来源于身体而是心灵，心灵的力量，虽然虚无却又真实存在。如果人总是沉浸在自我的困境里，不去应对，除了会对自我产生伤害还有什么用处呢？这不仅仅是对自我的伤害，还是对一切关心你爱护你的父母亲人朋友的伤害。

在心理课上所学习到的对人际交往的知识，就告诉了我们在和父母亲人朋友相处的时候如何把握交往的方式，学会换位思考，学会直面他人，学会对人要抱有宽容的心，少一些争吵，多一些交流，这样无论对别人还是你，或许都能够得到更大的欢乐。

这短短五节心理课虽然短暂，却真的让我获益匪浅！

心理课上，我想收获最大的不是心理学上的知识，而是待人处事的道理。

不是如何解决问题的办法，而是应对问题时的心态。

不是如何社交，而是如何选择真正的朋友。

不是如何找女朋友，而是对待感情的心理。

不是如何平复情绪，而是如何调节管理情绪。

如今在我看来要有健康的心理就要保和谐的人际交往关系，并且乐于和同学交往，在交往的同时需要真诚的待人，要懂得换位思考体谅他人，同时要怀有一颗宽容的心。这样才能交到真正的朋友。对待父母也是如此，要学会与父母沟通，懂得感恩，怀着一颗感恩的心，孝敬父母，尊重长辈。人之初，性本善，怀着感恩的心的人，怎样会

是坏人呢？

最终这个学期的心理课也已经结束了，觉得时间过得很快，一转眼，我的大一心理课上完了，想想抓住了什么，后头一看并没有太多硕果。继续努力吧，让自我做得更好！

在那里向我的教师你问好，真的很感激你的教导，虽然相处的时间不多，但还是能够感觉的到教师的用心，真的很感激。多谢！

我想这五个星期的心理课上，最想告诉我们的莫过于书上的最终一章，我也是翻着书才猛然想到这些，那就是珍爱生命，仅有拥有健康的身心，才能拥有开心欢乐的生活。人生可是如一道青烟，然而每个人却都想活的犹如耀阳，那么或许唯有珍爱生命，坚持健康的心态才能够做到吧！

总而言之活的开不开心，决定权在于你的心！

心理课的收获与感悟（三）：

在上了大概一学期的大学心理健康这门课，我觉得对我们还是十分有意义的，因为它帮忙我树立了正确的世界观、人生观、价值观，它让我更好的认识了自我，也更有信心创造完美未来。

在处理梦想与现实、自尊与自卑的心理矛盾上，它我在全面认识自我的基础上，对影响自我成长的主要心理压力进行分析，在分析的基础上找准自我的主要问题，然后有针对性的学习、努力提高，适时调整。它鼓励我进取投身实践活动，走进外面那个纷繁复杂的课堂，经风雨，见世面，在实践中受到磨练和考验，从而变得更加成熟和坚强。这门课程帮忙我培养健全的人格。它我要勇敢的剖析自我，经过自我剖析我发现自我也存在必须程度上的人格偏差。我性格上太过于执着近乎偏执，在这门课程的指导下我避免了走向偏执型人格障碍的误区。以前我总是缺乏独立性，经常感到自我无助，无能和缺乏精力，害怕被人遗弃，将自我的需求依附于他人，过分顺从他人的意志，要求和容忍他人安排自我的生活。经过这门课程我学会了几种解决方法。习惯纠正法。依靠型人格的依靠行为已成为一种习惯，所以首先必须破除这种不良习惯。清查一下自我的行为中哪些是习惯性地依靠别人去做，哪些是白作决定的。比如独自一人去参加一项娱乐活动或一周规定一天这一日不论什么事情，决不依靠他人。

美国散文家作家、诗人爱默生说过健康是人生第一财富，其健康的含义也不仅仅局限于身体健康，也应包括心理等方面的健康，而心理健康是一个相对概念，没有绝对的心理健康，也没有绝对的心理不健康，经过大学生心理健康的学习，我受益匪浅。

首先，它帮忙我树立了自信和信心，以前我总是认为高职大学生以后的职业生涯必须不会比本科大学生的职业生涯那么耀眼，在学习大学生心理健康之后，我才明白事实并不是这样，而作为高职大学生的我们，又为什么要自暴自弃，而不引以为自豪呢！xx 总理也曾多次讲：职业教育怎样重视都可是分。由此足见党和国家领导人对我国职业教育的重视程度。这说明我们高职大学生也有坚强的后盾。

其次，它帮忙我明确了前进的方向，高职大学生任重道远。在未来职业人生道路上要大显身手，必须抓住黄金般宝贵的大学时光全面发展自我，做到不虚大学之行。要到达此目的，首先得明白什么样的人才才算得上真正意义上是高技能人才，正确把握高技能人才的内涵，否则就会片面地认为高技能人才就会仅有技能的人才，在校期间只要学好技术、练好技能就行了，其实，这样的人才首先必须有健康的心理，乐观接纳我们所在的高职院校，认可我们高职大学生的这种心理。

最终，它给我在人际交往方面和环境适应供给指南，比尔&m 盖茨说过生活是不公平的，你要去适应它。我们从高中生到大学生这样的一个主角转换，不仅仅名称改变了，并且周围的环境也随之改变了，环境包括学习、生活、人际、学校文化等环境，其中对大学生影响最大的是新的人际环境，大学是以团体生活为特征的，来自全国各地、兴趣爱好各异、生活习惯不一样的同学共同生活，难免会产生矛盾。大学生交往不再受父母教师的限制，交往的范围扩大，可是心理的闭锁性特点使得大学生相互之间的交往不如中学融洽，处理人际关系相对困难，同时，恋爱问题也提上议事日程。同学的恋爱以及自我面临的恋爱，会使人际关系变得更加复杂。对于处理人际关系问题，第一，克服面子心理，同学中的许多人际冲突都是发生在没有什么原则问题的小事情上，本来只会引起矛盾的进一步激化、关系僵化。第二，克服冲动心理，大学生处于特定的生理发展期，自制力较弱，遇事容易

冲动，像骑车相撞以及类似的事情，是大家都不愿意发生的，有时也很难断定谁是谁非，双方谦让一下就相安无事了，即使自我有理，也能够忍让一点，好言相对，然而，有的人往往一时冲动，气势汹汹，把事情搞糟，第三，对别人常怀宽容之心。同学之间坦诚相待，互通有

无有利于增进彼此的友情，减少不必要的摩擦冲突，第四，克服封闭心理，对于性格内向的同学，最重要的是努力改变自我，自强不息，主动与人亲近。

总之，心理健康是衡量一个人是否健康的一大指标，作为高职大学生的我们应当实现综合素质全面发展，加强自我培养，纠正错误心理的意识，做一个真正意义上的健康的人。

心理课的收获与感悟（四）：

为期五周的心理健康课程结束了，进入大学以来，一向都很期待心理健康开课。一向以来对心理学方面都很有兴趣，在这几周的学习中，我深感心理学的精深，以及范围之广。针对大学生的心理课程都与我们的生活以及学习有很深的关系，教师讲解的十分趣味，深入浅出，整堂课下来我意犹未尽。

我认为作为大学生，心理健康就是对生活和学习有乐观的心态;有正确的自我主观意识;能很好地把握自我，控制自我的情绪;和同学们关系和谐，很好的融于团体;能很好的适应环境。在那里，我就一下在课程的学习中，自我比较感兴趣的一些课程。

在课程的学习中，我发现了不一样的自我，了解到平常的自我看到自我的并不是全面的，有公我、私我、盲我、潜我之分。听到那里，我感觉自我有时会有些自卑，这时我会想，只是自我私我的想法。子非鱼，焉知鱼之乐你又不是别人，怎样明白别人怎样想，当我们缺乏信心时，也许能够换位思考，从另外的角度研究问题，发现自我在别的方面的优点，这也会让我们思考问题更加全面。我们也要认识到自我的公我，做好公我，这与生活密切相关。同时要认识到自我的盲我，就是别人看见的我们，要尽量全面的了解自我。要发掘运用自我的潜我，潜在的永远是最不可估量的，最需无限发掘的。自我认识需要常常自我反省:吾日三省吾身。

在人际交往的这一课程中，我觉得学习以后对自我的人际交往的方式方法有了更加清晰的了解。人生短短几十年，我们要利用有限的时间来创造完美的生活，最不可缺的就是人际关系了吧，每一天进行各种人际交往，语言必不可缺，要锻炼好自我的口才，更要努力学习加深思维的锻炼，语言的边界就是思维的边界。要乐于助人，助人即自助，在帮忙别人的同时自我也能够学到很多的东西，这些是心理，更是道理。也许心理就是交我们如何理智的做一个有价值，有意义的人。

心理课的收获与感悟（五）：

听了本次心理健康的专题系列讲座，使我理解在中小学开展心理健康的必要性和可行性，经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，现今社会不仅仅要求我们具有健康的身体，并且需要健康的心理状态和良好的社会适应本事。经过这次心理健康教育的学习，我的收获很大。不仅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、教师自我必须是心理健康的人

经过一线的教学经历，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。所以，为了更好地教育学生，教师自我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我维护。一个优秀的教师应当能够处理好两个方面的关系既关注学生的心理健康，同时也重视自我的心理健康。优秀的教师在需要的时候能承受巨大的压力，但他绝不应让自我一向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，仅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，到达新的教学要求，才能寻求新的发展，也才能真正拥有心理上的安全感。教师不断地理解新知识，开拓自我的视野，也能使自我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。

一个尽职的教师是十分辛苦的，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。所以，教师能够试着在假期给自我充电，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我也做一次大厨。新的工作体验不仅仅能使教师得到放松，并且能够开阔教师的视野，增加教师的知识面。教师能够把从其他工作体验中获得的经验、进取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，对待问题学生更应当尽心尽责，遇到问题学生怎样办呢？必须要充分利用班团体的作用，在宽松平等的班级氛围中，加强对学生心理的团体辅导，经过主题班会的形式，充分发挥班队活动课的团体心理辅导效应。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、主角扮演和行为训练等多种方法来激发学生进取参与的内在动机，并在活动中得到领悟。经过一系列的团体辅导活动，不仅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。

研究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忙。在对学生的个别辅导中，我一方面经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。经过学校开通的心理咨询箱，打通教师和学生的心理通道，及时了解学生的真实思想，帮忙学生解决心理困惑。

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！重视我们自我的心理，正视我们自我的问题，看到自我的优势，找到自我的不足，这样才能更有效的帮忙我们身边的人，期望我们都能坚持开阔的心境，良好的心态！

心理课的收获与感悟（六）：

心理健康教育在现代社会的教育中越来越重要。如何开展心理健康教育，开展成功与否，是学校教育的重要一环，下头就我在心理教育方面的几点心得：

一、抓认识提高，明确心理健康教育的重要性

社会日新月异的急速发展和变革，各种不良思潮和矛盾使在校青少年学生受到了极大的影响。由于青少年学生正值成长发展过程中，缺乏科学的辨别本事和社会实践经验，加上小学生的独立意识较差，所以小学生很少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本事。

作为教育工作者我们对此不能置之不理，不能只注重分数而不管学生是否具有健康的心理和健全的人格，我们要培养的是人才而不是废才，更不是害群之马，所以，我们全校上下构成共识：要下足功夫，正视心理健康教育，促使学生的健康发展，健全他们的人格，为 21 世纪培养合格的人才。

二、抓学科渗透，扎实推进心理健康教育

课堂是学校进行教育活动的主要场所，课堂教学不仅仅是科学知识传授的过程，也是学生心理发展的过程。我们严格按照上级要求，开设上好心理健康课的同时，要求教师在各科备课时注意挖掘心理健康教育的教育因素。思品课，抓好心理疏导的教育；语文课，以教材中很多的优秀文字形象，从这些人物身上体会和感悟良好的心理素质；数学课中研究重点是观察、注意、思维、记忆等心理活动；英语课则要求创设宽松、和谐的课堂气氛，增强学生学习信心，使之敢于表现自我，增强学生群体交往意识，发展本事和个性；音乐、美术等以培养学生良好的情感体验，给人以美的熏陶方面的心理健康教育。在各学科教学过程中渗透有关的知识，能够使学生处处都感受到真、善、美的教育，提高自身的心理素质，且作为教育的主体，教师不仅仅在知识上影响着学生，并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资料。

三、抓课题研究，从细处着手抓好心理健康教育

探索了一系列针对小学生的关爱教育的资料及途径，探索并构成了优化学生情感体验、人格发展的一系列的方式方法。主要是在教师以身示范下，对小学生开展关爱自我、关爱他人、关爱社会三个方面

的教育。经过开展主题活动，抓陶冶、抓体验、抓渗透等展开教育，我们明显感觉到学生的心理素质、道德情感得到不一样程度的提高、优化。在校内、班级中师生之间、同学之间互相关爱、团结帮忙蔚然成风，在各种学习活动中，学生合群，进取参与，团结协作，自尊自信，创新精神等得以充分体现。在家中，社会上，学生都能从小事做起主动关心、爱护、帮忙他人，富有同情心。多次主题队活动的开展，使学生受到教育的同时，自身的本事不断得到提高，心理素质明显加强。

四、抓家庭教育，引导学生家长关心子女的心理健康

由于学生家长与学生固有的血缘关系，感情和伦理道德上的内在联系，家庭教育直接影响着学校教育的效果，也是学校教育所不能代替的一种力量。父母在关心子女的生理健康的同时，还应关心他们的心理健康。有些父母认为孩子长得壮，不生病就是健康，这是不全面的认识。事实上，有一些青少年身上存在心理障碍，如说谎、无理取闹、妒忌、自卑、不合群等行为。然而，认识的片面性，不少家长对于孩子的心理健康不够重视，甚至采取违背心理保健的教育方法，这是不利于他们的心理健康发展的，在发现他们心理有缺陷时我们就及时与家长联系做到及时矫正，并在学校上对家长开展如何对子女进行心理健康教育的讲座，引导家长科学地教育孩子，从而培养孩子关心社会、关心他人，培养他们的职责感、独立性和自制力，养成乐观进取的精神。

总之，要使学生的心理得以健康发展，学校及教育工作者必须掌握好心理知识，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，与家庭、社会紧密联系，才能取得良好的成效。

心理课的收获与感悟（七）：

我认为作为学生，心理健康就是对生活和学习有乐观的心态；有正确的自我主观意识；能很好地把握自我，控制自我的情绪；和同学们关系和谐，很好的融于群众；能很好的适应环境心理咨询，是指咨询员运用心理学的知识，透过询问等方法解决其心理困惑。心理咨询事实上是帮忙来访者实现心灵再度成长的过程。那些认为仅有心理有

病的人才会去心理咨询的观念是不对的.总之，心理咨询是指运用心理学的方法，对在心理适应方面出现问题并企求解决问题的来访者带给心理援助的过程。透过这学期对大学心理的学习，我对心理知识有了必须的了解，首先是对心理学的发展史有了必须了解，然后是学习了一些团体活动的知识，并且在参加活动课的过程中体会到了很多人生的知识，在团体活动中大家彼此敞开了自我的心扉，用心的参与到了群众的活动中，在此中再一次体现了群众的力量

在心理咨询的活动课中，我认识到了人心中脆弱一面，有时心灵事多么的需要他人的呵护，那种心与心的交流才能让人体会到交流得喜悦，我们的心理咨询的模仿有时会让人感觉像节目表演，可是大家真诚的心却又不能不让感动，初次它让我体会到了那种帮忙别人的喜悦。活动课是实施素质教育的有效形式，是理论联系实际的重要途径。它能够调动学生学习的活力，活跃课堂气氛，真正到达育人效果。学生在实实在在的活跃的生动的并且有必须新意的活动中受到教益和启迪，促进知行的结合。

学生在主动参与教学过程中，激发了感情，明白了道理，情理凝结，构成了信念之后，进而需要在行动中表现自我。此时教师要引导、鼓励学生把健康高尚的情感向外投射，为他们带给展现自我行为的机会和场所。这学期我还参加了我们学校的心理协会---xx 这是一个温暖的大家庭，大家在一齐共同努力，不仅仅学到了很多心理方面的知识，还为其他同学带给心理方面的服务。个性是今年的 5.25 活动更是深深的感动了我，教师与同学们的亲密交谈让同学们，还有我有懂得了很多很多并且在那里我能够把在心理课上学到的知识付诸与实践，让我学而致用！完成了大学心理学的学习，我对自我大学四年的生活有了初步的规划，对以后的路，对自我的职业生涯有了一个初步的规划可见，心理学对我们大学生的帮忙之大是显而易见的。我们无论在生活、还是学习、交际方面都能够用到这方面的知识。这门选修课我很感兴趣的一门，我有种不用逼自我去专心听课，而是那种不由自主被教师所吸引的感觉。可见心理学真的有它的力所在啊！虽然我选修的心理课结束了，但我对心理知识的学习却还没有结束，或许心理学跟我以后的职业没有什么很大的联系，可是心理学知识对于我的

帮忙却是长远的，甚至是一生的。

心理课的收获与感悟（八）：

有幸参加了威海市教研中心在文登实验小学举办了威海市心理健康教育教师培训专家报告会。报告会邀请到上海市教育科学研究院研究生与继续教育部常务副主任、上海市中小学心理辅导协会理事长吴增强教授和莱西市教科所李绪坤教师，分别就中小学心理健康教育中的班级心理辅导活动课和学习心理辅导进行了专题讲座和培训。报告中设计了现场互动的环节，最让人叹服的，还是好几个一线教学的教师，对于案例的分析讲解，思路清晰，逻辑严密，透着专业素养，丝毫不逊于专业的心理咨询师。

吴教授以《聆听学生的心声班级心理辅导实务》为题，就班级心理辅导基本理论与心理辅导活动课实效性两方面资料进行了专题讲座。吴教授经过对社会变迁与学生成长状况的思考及情绪失调生辅导、青春期辅导、优秀生辅导等七个案例的剖析和现场互动，让与会者全面了解了学生健康心理发展目标，明确了心理疏导的不一样方法。这些案例主要是探讨中学生自卑、早恋、打架、升学压力等问题的解决策略。这些都需要密切关注家庭教育状况，查出问题的根源。案例 7 是《他不说脏话了》，讲的是一个小男孩总是说脏话，作为班主任，我们听到学生打小报告后都很清楚自我习惯怎样解决这种问题。看看心理健康教师的策略：侧面了解，谈心，了解到原因是为了吸引女生的注意；解决问题，设计了三问：受女同学欢迎的男同学的行为举止有哪些？你自我的哪些行为会引起女同学的反感？你自我哪些行为受女同学欢迎？好了，做个真正受欢迎到孩子吧。看似简单几步，其实是摸清了孩子的想法。如果我们不问青红皂白，直接批评：你骂谁了？不准骂人。相信是不会有任何效果的。其他几个案例辅导措施及干预策略课件上都有，需要的教师能够到共享查阅，因为主要是初中的资料就不一一赘述了。0s

李绪坤教师以《班级心理辅导活动课的设计与实施》为题就班级心理辅导活动课的形式和资料两个方面，结合很多案例做了精辟分析，涉及小学生心理健康辅导的资料方面，我觉得对我们有启发意义的是学生的学习辅导。李教师说，好的木匠会看材质，好的教师必须

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：https://d.book118.com/398106017115006137