

心理健康 c 证培训心得体会通用 8 篇

(经典版)

编制人： _____
审核人： _____
审批人： _____
编制单位： _____
编制时间： ____年 ____月 ____日

序言

下载提示：该文档是本店铺精心编制而成的，希望大家下载后，能够帮助大家解决实际问题。文档下载后可定制修改，请根据实际需要进行调整和使用，谢谢！

并且，本店铺为大家提供各种类型的经典范文，如合同协议、工作总结、应急预案、实习心得、条据文书、策划方案、规章制度、教学资料、作文大全、其他范文等等，想了解不同范文格式和写法，敬请关注！

Download tips: This document is carefully compiled by this editor. I hope that after you download it, it can help you solve practical problems. The document can be customized and modified after downloading, please adjust and use it according to actual needs, thank you!

Moreover, our store provides various types of classic sample essays, such as contract agreements, work summaries, emergency plans, internship experiences, document documents, planning plans, rules and regulations, teaching materials, essay summaries, and other sample essays. If you want to learn about different sample formats and writing methods, please pay attention!

心理健康 c 证培训心得体会通用 8 篇

每一次心得体会的记录都是对自己生命的感悟，它赋予我们坚强的内心，能够勇敢地迎接未来的机遇，生活中我们内心有了收获之后，应该及时写好体会，本店铺今天就为您带来了心理健康 c 证培训心得体会通用 8 篇，相信一定会对你有所帮助。

心理健康 c 证培训心得体会篇 1

这次福州市骨干班主任培训，我有幸聆听了刘晓明的《中小学教师心理健康教育状况》讲座。首先是教师的讲座非常的生动有趣；其次就是通过教师心理健康讲座，在我心中奠定了教师心理健康对于自己的工作和生活中的重要特殊的地位。使我对健康有了重新认识，一个成功的教师，除了要有渊博的学识和优良的教学技能，还要有健全的人格和高尚的品德。教师的言行对学生有很大影响，人格健全的教师，能在课堂中创造一种和谐与温馨的气氛，使学生如沐春风，轻松愉快，而人格不健全的教师，只能在课堂上造成一种紧张或恐怖的气氛，使学生如坐针毡，惶惑不安。所以，教师完善的心理素质和人格，是构成良好师生关系的基础，是实施心理健康教育、情感教育的出发点和首要原则。在日常的生活中我们往往只关注自己的身体健康，事实上除了身体健康，更应该关注心理的健康，心理专家认为，心理问题已成为现代社会中的一种职业病，而教师又是这种心理问题的高危人群之一。

心理的健康不仅影响我们教师的个人生活，还会影响我们周围人

的生活，也会影响工作。所以，我们必须重视我们教师的心理健康。

通过学习，我也知道了教师要善于做好自身的心理调节及保健工作，了解自我，辩证地看待自己的优缺点；学习心理卫生知识和心理健康知识，掌握心理调节的方法，学会缓解心理压力，改善不良人格，提高心理承受能力；调整情绪，保持心理的平衡；善于选择自己心情愉快的角度去思考问题、处理问题，建立起良好的人际关系；乐于为工作奉献，并合理安排时间，张弛有度；培养多种兴趣与爱好，陶冶情操，只有这样，才能以积极健康地工作热情投入到教学活动中去。

总之，在今后的教学工作中，我一定会保持一颗健康的心态，关注每一个学生，善待每一个学生。时刻保存高度的责任心，关心爱护自己的学生，让他们在轻松愉快的氛围中快乐成长，成为祖国的有用人。

心理健康 c 证培训心得体会篇 2

本暑假我参加了 20XX 年纳雍县教育局组织的中小学教师继续教育（十三五）的心理健康教育培训学习，让我了解了教师心理健康的重要性。我想我应该深入思考这几个问题了希望得到什么成就、做好哪些准备、如何循序渐进的行动！时代的发展，对人的素质提出了更高的要求，因此拥有健康的心理是现代人必须具备的条件和基础。对这次心理健康学习谈一点自己肤浅的体会。

我认为，教师是学校心理健康教育的推行者、具体实施者，一个成功的教师，除了要有渊博的学识和优良的教学技能，还要有健全的人格和高尚的品德。教师的言行对学生有很大影响，特别是对低年级

学生更是如此，在他们的心目中，教师是智者——什么都懂；是能者——什么都会；是圣者——不会犯错；是权威者——具有比父母还高的权威力量。教师的衣着举止，言谈风度，以及待人接物等，都会使学生受到深刻的影响。人格健全的教师，能在课堂中创造一种和谐与温馨的气氛，使学生如沐春风，轻松愉快，而人格不健全的教师，只能在课堂上造成一种紧张或恐怖的气氛，使学生如坐针毡，惶惑不安。所以，教师完善的心理素质和人格，是构成良好师生关系的基础，是实施心理健康教育、情感教育的出发点和首要原则，新的教育实践要求每一位教师都应该从自身的心理健康的角度，完善自己的人格，提升自己的人格魅力。通过学习，我也知道了教师要善于做好自身的心理调节及保健工作，了解自我，辩证地看待自己的优缺点；学习心理卫生知识和心理健康知识，掌握心理调节的方法，学会缓解心理压力，改善不良人格，提高心理承受能力；调整情绪，保持心理的平衡；善于选择自己心情愉快的角度去思考问题、处理问题，建立起良好的人际关系；乐于为工作奉献，并合理安排时间，张弛有度；培养多种兴趣与爱好，陶冶情操，只有这样，才能以积极健康地工作热情投入到教学活动中去。

在教师对学生众多的影响中，心理素质的影响是最重要的，好的影响会形成学生健全人格、健康心理，不好的影响可能就直接或间接地导致学生的心理问题。正如苏霍姆林斯基所说：人只能由人来建树。我们工作的对象是正在形成中的个性的最细腻的精神生活领域，即智慧、感情、意志、信念、自我意识。因此，教师要运用同样的东西对

学生施加影响，首先教师自身得具备这些同样的东西，即常说的健康心理。如果教师自身都心理不健康，人格不健全，影响与培育就无从说起。甚至会产生一些不良影响，如教师情绪不好会影响学生心情；教师若惩罚、报复学生，学生会形成敌视和对抗的习惯等。因此，教师的心理健康是获得心理健康教育能力的关键。

教师良好的心理素质会对学生产生人格上的影响，有利于建立良好的师生关系，有利于学生学习成绩的提高。但是，如果教师能有意识地运用心理健康教育知识对学生进行心理健康教育，其影响会更加深远。因此，教师不仅要具有健康的心理，还应具有心理健康教育的意识。有些教师缺乏对中小学心理健康教育重要性的认识。比如，仍有不少教师把中小学生的心理问题看成是思想品德问题；有的教师虽然认识到了心理健康教育的重要性，却认为是专职心理健康教育教师的事，与自己无关，类似思想观念仍然普遍存在。因此，只有在对中小学生学习心理健康教育重要性有着充分认识的基础上，教师才会有意识地培养其心理健康教育能力。

在对学生教育管理时，我们要经常想到学生是一位受教育的人他应该享受到老师给他带来的，慈母般的爱，必要时给某个学生要有身体的接触，比如说学生纽扣掉了，在教室里帮他缝上，他会感到很幸福，在其他学生面前感到很骄傲。别看我学习不好，看老师多喜欢我。老师大部分，都有偏向心，有的学生的成绩不好，我们要用正常的眼光，去对待他，去挖掘该学生身上其它方面的长处，比如劳动，体育，画画等，要用赞扬的语气跟他说话，鼓励他把学习成绩搞上去。

做为教师要努力使教育适合学生的个别特点,教师要懂得的他的学生来自不同的家庭,不同的生活背景,不同的需要和不同的价值观,因此在教育中要灵活运用,各种教育策略这样才能取得良好的效果。

在今后的教育教学中我一定会保持一颗健康,公平的心态,关注每个学生,善待每一个学生,关心爱护自己的学生,让他们在轻松愉快的氛围中快乐成长,成为祖国的有用人才。

心理健康 c 证培训心得体会篇 3

这次我参加了白下区首届心理教师的培训,通过一学期的学习,让我对心理教育有了一定的了解,也为我解决了不少在工作中所出现的难题,可以说是受益匪浅。

我国教育改革和发展在现阶段面临的重大任务就是全面实施和推进素质教育。而素质教育的重要内容和任务之一、就是使学生养成良好的心理素质,提高学生的心理健康水平。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异。比如轻易使孩子变得自私,凡事先考虑自己的利益得失,从不知为别人着想。

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,使其易于形成依靠性,自主精神和自立能力都差,也缺少劳动自觉性。这些都是我在平时的班主任工作中所碰到的问题,经

过学习我试着将所学到的心理知识运用到教育工作中，现小结如下：

一、调整自己，优化与学生的关系。

作为一名教师，在与学生的相处中会产生心理优越感，有时考虑问题会站在成人的角度来思考，轻易忽略学生的感受，而导致一些不够客观甚至是武断的结论。因此首先要调整自己，放低姿态，多站在学生的角度来看待问题，学生用学生的眼睛观察四周的事物，取得学生对自己的认同和信任，让学生在情感上、心理上接受我。在平等尊重的立场出发，尊重学生的人格，对所有学生一视同仁，相信学生对自己的诚意和谈话内容，建立一种朋友式的友好信赖关系，这样才能确保心理健康教育工作的顺利进行。

二、深切关心，了解学生的内心

当学生出现心理问题时，往往会给他在情绪上或是行为上带来一些影响，这时学生需要别人的支持和鼓励，有时教师几句暖和人心的话，一些关怀的表示，都可以使学生深刻感受到教师对他的关心和理解。在得到学生认同的基础上，教师可以循循善诱，注重启发鼓励学生吐露真情，启发学生正确地表达所要表达地思想。教师应该尽量弄清事情地来龙去脉，冷静倾听，不要随意打断学生地倾诉来发表自己地建议。当弄清事情原委后，再帮助学生说明他自己的主观看法，这样就可以找到问题的症结。

三、针对差异，不同辅导

每个学生都是独立的个体，都有他自己的独特的性格、爱好、习惯、爱好等等。那么在做心理教育工作时就是因人制宜，既要注重学

生的共同表现和一般规律，又要重视学生的个别差异，努力使教育适合学生的个别特点。教师要明白他的学生来自不同家庭、不同社会背景，具有不同的能力、不同的需要和不同的价值观，因此在教育中要灵活运用各种教育策略，这样才能取得良好的效果。

心理健康 c 证培训心得体会篇 4

学生的心理健康一直是社会和学校特别关注的问题。近些年来，社会大踏步向前发展，人们的生活水平不断提升，教育资源持续扩展与丰富。如今的青少年正处在最幸福的时代，不论在家庭生活还是在学校学习中都享受着良好的条件。就在这样一个家庭与学校都能给予学生最好资源的时代，学生的心理问题依然层出不穷。社会中关于学生抑郁、自杀的新闻不断涌现，究竟现在的学生心理上出现了什么问题？哪些因素导致了这些问题，我们又应该如何把握时机，对其进行适时的心理危机干预？这次培训从心理学的角度对这些问题进行了分析，两位专家结合实例进行讲解，让人受益良多。

首先，每个年级，每个班都会存在一些比较令人头疼的学生，那么，对待这些问题学生班主任应该怎么做？

河南省心理咨询师职业鉴定委员会专家组专家陈红霞提到一个点：避免选择性注意。不要把自己的先有主见施加到学生身上，也就是不要紧紧盯着学生身上的缺点，排斥他，埋怨他，而是想办法帮助他们。不得不说，这是一个非常正确的解决办法，但是在与学生沟通实践中，往往会产生一些偏差。作为老师，在面对问题学生时，一定要不断地提醒自己，不要带入对某人的已有偏见，而是站在帮助他，

解决问题的角度去关注学生，与其沟通。

其次，面对我们班级里的学生，扪心自问一句：我真的了解他们吗？

相信很多人和我一样，有时候因为比较忙，经常会忽视一些孩子的诉求。即便有些学生身上的不良习惯已经很明显，也仅仅是皱起眉头呵斥几句，甚至有时候都没有眼神上的交流，以为我训斥过他，他就会改正，哪怕就老实一会儿。其实，了解学生是很重要的。只有了解了他的需求，老师与学生之间的对话才真正有效，老师才有精准的办法去实施。因此，老师们，学会聆听吧！不要再一味的用说替代了听，好的沟通往往是聆听。每个学生都是一个独特的个体，不管他是怎么样，我们都不能用自己的价值观去控制他，评价他。我们从不会去评价落日是什么样的，我们又何必去评价一个几岁的孩子是什么样的？倾听需要老师发自内心的关注学生，给学生以尊重感。倾听需要技术，用一些开放性的问题去引导他们说出更多有效的信息。倾听需要共情，需要换位思考，让学生感知到你理解他。

最后，青少年抑郁，压力，自杀等问题虽然在小学生中不如中学生中普遍，但也确实存在。老师应该如何预防？

郑州大学心理健康中心副主任刘慧瀛提到一个值得我们深思的点。当你发现班级里个别学生情绪一直低沉，尤其是内心敏感自卑的学生，老师可以通过增加他被需要被惦记的频率，让他们发现生活有意义的一面。老师面对问题学生和成绩差的学生，往往忽略了他们身上的优点，找张纸，拿个笔，写出他的几条优点，以爱呵护，坚持发

不管现在我们面临着一群怎样的孩子，有幸遇到他们，竭力帮助他们，尽力爱护他们，看着他们一点一点成长，越变越好，是老师最幸福的事。让我们一起做好以上这几点，我们肯定能从中收获良多。

心理健康 c 证培训心得体会篇 5

9 月底的滑县县城，已是秋意浓浓。然而，在英民中学的报告厅，滑县中学班主任心理健康教育培训正在进行，气氛时而宁静时而热烈。台下的观众侧耳聆听，不时掌声雷动。

在这里，河南大学教科院的王瑶教授给大家深刻剖析了青少年的心理特点及教育的思考这个问题。这场报告就像一场及时雨，传递到与会者的心中。

像学生上网不学习、高中生喜欢打篮球不想上学、孩子早恋，妈妈偷看日记烧日记等等案例其实就发生在我们身边，只是我们不善于总结，没有积极去找寻病因。只是一味的抱怨孩子不听话，现在的学生难管理。

就以我们班一个女生为例，七年级时这个孩子很乖，还是学习小组长，胆大心细，管理小组很有一套。暑假前我一直考虑到八年级让她做班长。可开学后，发现这孩子很令我失望。上课走神，作业凑合，有次还发现涂了红色口油。

更可气的是，一天我提前到教室，她竟然拿着手机在教室充电。对她的不满，我像火山爆发一样，狠狠地批了她一顿。学校再三强调，学生不允许往学校带手机，她带了，而且公然在教室充电，这不是挑

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/508001014140006131>