

家长听心理讲座心得体会

当我们受到启发，对学习和工作生活有了新的看法时，就很有必要写一篇心得体会，这样有利于培养我们思考的习惯。那么心得体会该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧，下面是小编整理的家长听心理讲座心得体会，仅供参考，欢迎大家阅读。

家长听心理讲座心得体会1

今天我前往县委人民大会堂参加师培办举办全县中小学教师培训，步入会堂，里面坐满了各校的老师，培训开始主持人介绍了海南师范大学附属中学专职心理专家的李惠君老师的简历和崔建华国兴中学专职心理老师的简历。两位老师分别以上、下午进行讲座；她们的讲座生动有序，渗透人心，被我深深地吸引，在长达一天的讲座，听起来感觉挺好，觉得是一种享受，通过学习，我感受颇多，领悟了有助于教育教学工作的方法和技巧。

一、上午的培训，由海南师范大学附属中学专职心理专家的李惠君老师开讲，我体会到教师心理健康的重要性。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。教师的行为举止，言谈吐字，以及待人态度等，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。

通过培训，自身有了感悟。我对心理调适的技能，提供维护心理健康和提高心理素质的方法有了一定的了解；通过对个别典型的案例的分析学习，对认识与识别心理异常现象有了认识，而且有了一定的辅导思路。教学活动是师生双向互动的过程。心理素质良好的教师，会凭借自己的语言、行为和情绪，潜移默化地感染学生，促使学生积极主动地投入学习；学生在教师的感召下，会表现出强烈的求知欲，体验到愉悦、满足的情感，并流露出对教师的尊敬和爱戴。要努力克服不良情绪的困扰，在不断提高知识素养的基础上，培养自信乐观、豁达开朗的健康心理。只有这样才能充分发掘自己的潜能，发挥自己的才干，促进学生的健康成长，提高教育教学的整体效益。

通过这次听心理健康讲座，观念得到了更新，学得一些有用的方法，在今后的教学及管理工作中，我会把专家的理论以自己的教育实践相结合，生成自己的见解，创造适合学生的教育。力争做一名优秀的教育工作者，在爱中实施教育。

二、下午的培训，由海南国兴中学专职心理专家的崔建华老师开讲，我对于崔建华老师《师生沟通技巧》，有很深的心得领会，并且结合了自身教学实践中体会到师生沟通的技巧在教育教学重要性，概括为：

1、语言是师生沟通中运用最多的工具。在师生沟通中，教师应注意用辞简洁、语意明确、表达清楚，以免学生会错意，形成误会或冲突；应以学生现有的理解能力为基础，不要超越其认知和语意了解的程度；特别

是小学生应注意适当的语音、声调。是沟通得以顺畅有效的关键。另外还应注意语言的艺术性，多使用鼓励和启示性的语气；对学生少用批评或责备的语气。

小学生普遍存在较强的自尊心，情绪波动大，感情脆弱，心理发育不成熟。做错了事，还抵触、不肯认错，如果教师直言训斥，当众指责，会使其感到自尊心受伤。因此，教师的语言应讲究方法、含蓄、和蔼、亲切来教育。

更要注意的是，使用语言的艺术目的是为了尽可能的降低对学生的伤害、使学生更容易接受老师的教育，使师生沟通更有效。因此，教师要谨记师生沟通的原则，避免对学生的挖苦、讽刺、责骂。教师还得根据不同的对象，采用灵活的方式。对自尊心强、有逆反心理、脾气暴躁、感情易冲动的学生，宜采用平等商讨的语言和语气，善待学生，宜采用警句格言的点拨鼓励。对性格内向、孤僻、有自卑心理的学生要用有层次、有步骤、逐渐深入的教育融入学生的心灵等等。

2、主动聆听学生的感受，了解学生的情感，观察学生的反应。是老师掌握学生表达的意思、活动动态复述过程。师生沟通才得以继续；这样学生就会主动与老师的亲近相处。聆听在师生沟通中有着奇妙的功效。理解性的交流，平等性的相处，更让孩子愿意与你沟通。

以上是我20xx年5月14日听取两位心理专家讲座的一点体会，这将对我以后从事教育有很大的帮助和激励。感谢专家的指点。

家长听心理讲座心得体会2

学校心理健康教育是面向全体学生实施的，旨在提高其心理健康水平的教育活动。由于影响学生心理发展与心理健康的因素是多种多样的，因此形成、维护和促进学生心理发展和心理健康的途径也应该是多渠道、全方位的。本学期心理健康教育着重从三个方面进行：

一、提高常规性教育活动的实效性。

1、注重课堂实效，加强全面教育。

课堂是教育的主阵地，由于目前尚未有相应的教材，因此在备课上比起其他学科的老师要多一个环节：收集资料，确立主题。在选材上就要考虑注重实效性，一方面是根据年级特点，另一方面就是根据学生的发展选材。心理健康教育这门学科既没有教材，也不考试，很多学生并不重视，要让本学科对学生有很强的吸引力并在课堂上解决自己的问题，不仅在选材上注重实效性，在教学形式设计方面更需要多样性。为此，通过故事呈现、角色扮演、情景小品、辩论等活动方式进行教学，让学生在活动中体验、感悟、收获。

2、做好宣传工作，增强健康意识。

首先是根据校园心理健康知识宣传栏工作，每个月出一期黑板报，发动所有学生收集材料后报心理老师审核即可设计排版。

其次，根据学生的年龄特点，经常选读一些和心理健康有关的小故事，内容的选择更贴近学生的实际，在趣味性中蕴含丰富的哲理。

3、加强个别辅导，做好咨询工作。

本学期只要有学生有什么心理发方面的问题，我都会积极主动的和他们进行交流，并一一作好记录，认真分析、及时跟踪，积极反馈，通过平等的交流，帮助学生尽快获得自助。

二、积极创新，多渠道、多方位加强教育。

心理健康教育这门学科的特点决定了教师的工作性质要比其他学科的老师更为复杂、琐碎，仅仅靠上课和咨询是不够的，还需要多渠道、多方位进行。为了多方位了解学生心理动态，本学期设计了班级心理晴雨表，主要包括两个方面：本周班级最突出的问题，最需要老师给予关注的同学及其表现，我根据晴雨表上所反映的情况进行了解、核实，对需要交流的一些问题及时将相关信息反馈到家长，对突出的现象和个别学生进行相应的关怀。这样一方面能弥补家长没有观察到的一些现象，另一方面可以对班级学生的心理动态进行跟踪了解。

三、加强家校共育，整合教育资源。

心理健康教育是一项系统工程，除在学校内部全面渗透、多渠道推进外，还需要建立学校、家庭、社会三位一体的心理教育网络，全方位、立体式地实施学生的心理健康教育工作。心理健康教育是一项意义深远的工作，开展心理健康教育工作需要有探索的勇气，但更需要有行动的决心，在行动中不断创新、改善。对于我校心理健康教育工作的思路、途径、内容与模式，我们还将进一步摸索和研究，我们希望得到专家的帮助和指导，以便更加科学、有效地搞好这项工作，进一步培养学生良好的心理品质，促进学生个性社会化的实现，为全面推进素质教育作出新的贡献。

家长听心理讲座心得体会3

20xx年10月，在学生活动中心举办了一个心理健康讲座，由心理学硕士鲁丹凤老师演讲，为我们做了一次心理健康培训，受益匪浅，感想颇多。现谈谈自己的体会。进入大学，标志着人生开始了一个新的成长阶段。大学阶段是大学生走向成才的重要阶段，健康向上的心理是大学生成才的必备条件之一，大学生要科学认识自我发展，努力加强心理素质培养，逐步提高自我心理调适能力，不断增进心理健康水平。

学习环境在改变，大学生要变积极适应新的环境，科学确定新的目标，逐步树立新的自我。保持正常的心态，稳定的情绪。有健康的心理的人能正确地审视自己、认识自己，坦然地接受自我。摆正自己的位置。所谓“金无足赤，人无完人”，没有哪个人在每个方面都是最好的，也没有哪个人在每个方面都是差的。作为大学生，应该对此有正确的认识，思想上要自立自强，以积极健康的态度对待客观现实，寻求对策，赢得主动。

我不知道怎么样的心理才是正常，怎么样的心理才是健康，我想说每个人的心理想法都是不一样的，内心里想的东西要是不通过语言、行为动作等表现出来，我们也是无法知道的，每个人心里都有一个恶魔与天使，有各种各样好的或不好的想法，但是只是想法，并不是行动，谁的内心深处没有动过邪恶的念头，但是我们是一个善良的人，即使不是每一件事都为别人着想，舍己为人，也不会想说要做伤害别人的事。所以，心理健康与心理不健康没有严格的界限，由于内外因素的影响，使人的心理功能受到阻碍的情况是经常发生的，所以对任何一个人来说，都有可能出现某些不够健康的心理状态。我认为这是正常现象，毕竟，人无完人。

但是，身为一名在校大学生，基本的身心健康是要有的，我们是祖国未来的希望，社会未来的接班人，我们要做一个德智体全面发展的大学生，我们要做一个心智正常的人。最起码我们的人生观，价值观，世界观要正确。身心健康是成长成才的基础，因此，每一位大学生都应该重视自己的健康，这当代不仅此于身体健康，也都应该对自身的心理架空负责，大学生心理健康是一种理想尺度，它反映的是个体能很好地适应社会所必需的一种心理状况，但不是最完美或完善的境界。这就要求大学生一方面要调整和修正自己的心境，以达到心理健康的标准，更好地维持大学生正常的学习、生活和工作，另一方面要不断增进自身的心理健康水平，追求心理发展的更高层次，以完善自我，充分发挥自己的潜能。

我们大学生面对陌生环境，相互之间特别需要沟通，需要理解，渴望建立一种和谐的人际氛围，以摆脱寂寞感和孤独感。为此，大学生首先要树立自信，大胆真诚地与他人进行交往，加深彼此间的了解；其次要主动参加集体活动，热情帮助他人，扩大自己的交往际圈。交多一点朋友，在大学四年收获真挚的友情或者甜美的爱情，这都是很美好的。

老师在说的时候，是围绕我们的大学生活说的，从以前的学习模式，生活模式过渡到现在的大学生活，我们总有一种自由的感觉，其实不是这样的，我们还是受约束的，我们还是要认真学习，学好专业知识，起码要对得起自己，不要浪费我们的青春，尤其是我们学校的学费比其他学校要高几倍，我们更要努力，不能让父母失望，让父母和自己的付出付诸东流。同时，我们当中绝大部分人都是成年人了，要以成年人思维方式思考做事，这是老师在会上强调的，在为人处世方面，在情感问题

方面，我想有很多方面需要我们去学习，有很多问题需要我们去思考，这也是我们在大学所学习到的社会知识，因为大学本身就是一个小社会。

我对我的大学生活有着无限憧憬。我希望在大学里可以真正学到对自己的将来有用的知识，虽然这样说的很空泛，何为有用的知识，除了专业知识，除了技术，除了实验，除了理论，还有一系列的人文知识，还有为人处世的社交知识，我希望四年后我有一身的本领和一堆的好朋友，希望我会变得更自信，更美好，这次心理讲座与其说是讲座，不如说是大学的导语，新的导航与启迪。

家长听心理讲座心得体会4

长久以来，我都凭着自己的一点点积累和常识在工作。特别是学生思想工作方面，苦口婆心的劝诫之后无效，我会蔑视的说‘朽木不可雕矣’。曾经引以为傲的温和的脾气，以及像唐僧一样苦口婆心的劝诫，在听了两次心理学讲座之后，才发觉那只是我的自我感觉好而已，因为不懂心理学，做的好多都是无用功。

每个月在光华学校举办的心理学讲座是香港苗圃集团资助由上海社科院教授来授课的。能在广汉的家门口听到这么高水平的讲座是非常难得的。很可惜的是第一次有应力老师和李维老师讲的课我只听到最后一点点，感受不深。当时之所以去听，是由两位我的爱读书的好朋友强烈推荐。虽然只听了讲座的最后一点点，她还是深深地吸引了我。于是激动地写了申请表加入，又自发到当当网买了讲座上推荐的《高明的心理助人者》和《罗杰斯心理治疗》。

9月17日和18日的讲座是由张静涟教授主讲的《心理咨询的面谈技术》。（给我们讲完，她马上就坐飞机走了，因为要去参加加拿大的一个项目）您能想象两天的讲座时间安排得满满的，累却又心甘情愿的感觉吗？您能想象一个亲切的老婆婆在台上循循善诱、手把手的教你一些对任何人都有用的面谈技术，台下时时爆发出热烈掌声的场景吗？请放心，这绝不是传销式受蛊惑的掌声，而是由于思维的惊喜才爆发出来的由衷的赞叹。在讲座中，我记录了25页笔记。可在我9月24日的日志中我是这样写的：我很后悔，才不到一个星期，整理笔记的感觉就没有刚刚听完讲座时的感觉好了！也许是上班加上自己读书用脑过度，在整理张老师举的一个关于‘理解“的经典例子时怎么都回想不起来。这个例子的牛脾气真大，怎么都不肯回到我脑子里。看来下次，不能再等了，熬夜都要先把讲座的精华以及自己的感受整理出来。

‘助人自助“是这两天学习的精华。罗杰斯认为：‘每个人都有潜力，都能利用自己内在的资源解决自己的问题。“一切助人者都只应该协助别人’认识自己，调节自己“；

‘跨越自我障碍“；‘发挥潜能，实现自我“。这使我想起初中时摘抄的一句曾打动过我的一句话‘除了你自己，没有人能哄骗你离开最后的成功！“当时我是用这句话来勉励自己要.....

家长听心理讲座心得体会5

3月26日，我有幸聆听了王加绵教授做的关于“中小学生的心理问题及纠正对策”的讲座。王教授结合自己多年的教学经验

和研究成果就中小學生常見的心理問題進行了深入淺出的講解，為在場的教師送上了一道豐盛的精神大餐，也令我耳目一新，受益匪淺。

教育部在1999年8月13日頒布的《關於加強中小學心理健康教育的若干意見》中明確指出：良好的心理素質是人的全面素質中的重要組成部分，是未來人才素質中的一項十分重要的內容。培養學生良好的心理素質，是素質教育的重要組成部分，是實施《面向21世紀教育振興行動計劃》，落實跨世紀素質教育工程，培養跨世紀人才的重要環節。因此，對中小學學生及時有效的進行心理健康教育是實現現代化教育的必然要求，也是廣大教育工作者新面臨的一項緊迫任務。

學生心理問題形成於家庭，表現在學校。在青少年成長的過程中他們的心理問題表現的較為突出的是以下三個方面：

（一）厭學

小學生厭學的成因很複雜，後果也是可怕的。它是家庭、社會、學校，還有孩子自身的認知條件下綜合作用的產物。教師與家長要密切配合，認真分析，找出原因，對症下藥，才能有效的解決問題。要把尊重與愛撒給每一個學生，從他們的心理需要出發進行教育和幫助，切實解決他們學習的心理問題，才能讓每一個學生更好地適應新時代教育的要求，從而順利走完健康成長的歷程。

（二）說謊

孩子說謊是由於社會風氣、家庭壓力、虛榮心、心理因素、社會發展帶來的種種因素造成的。他們認知能力的发展未臻成熟，說謊不但會嚴重影響青少年自身的健康發展，而且也給正常的教育帶來巨大的困擾

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/817004103134010
032](https://d.book118.com/817004103134010032)