

最新乡村中小学生学习心理心得体会总结 开展中小学生学习心理健康教育心得体会(优秀5篇)

从某件事情上得到收获以后，写一篇心得体会，记录下来，这么做可以让我们不断思考不断进步。那么心得体会该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。以下是小编帮大家整理的心得体会范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

乡村中小学生学习心理心得体会总结篇一

一、专家讲座，解释词意

本次培训的开始并不是给我们传授怎么做，做什么，而是先给我们解释了什么是心理健康。心理健康并不是什么很罕见的东西，而是一直就隐藏在我们身边的，只是我们平时没有注意而已。我们平时跟过关注的都是“身体健康”，哟没有感冒有没有哪里碰到了等，但很少回去关心“心理健康”。心理健康是指我们心理在各种活动的过程中都保持一个积极向上的状态，比如积极的态度、正确的认识、合理的情感表达等等。

看似很陌生的词组，却有我们息息相关。我们许多的教师在讲课遇到难题的时候，是消极还是积极对待；面对调皮的学生是生气处理还是冷静处理等等。

专家还通过网络上的各种事故，告诉我们忽视心理健康的危害，以及告知各种事故的心理层面的原因等等，这些例子让我们认识道理心理健康的重要性。

二、本次培训的对象

这一次培训讲座的主要听众，都是来自我们市内各个学校的

老师，但是主要的面向对象却不仅仅是我们在场的教师，还是所有学校的教师，更加是我们自己教的学生。不仅仅是我们到场的教师需要注意心理健康的问题，其他老师和同学们同样需要关注心理健康的问题。

专家讲，我们这是“小球带打球”，通过这次培训，让我们回去给其他老师和班上的同学进行培训，呼吁所有人都能够关注到这个事情上面来。自卑、抑郁、压力大等这种问题现在是十分突出的，网上经常能够看到有承受不住心理压力自杀自残的例子，这都是自己和身边的人不重视心理健康所导致的。所以我们教师需要关注身边人的心理健康，还要重视学生们的心理问题，及时给他们进行疏导。

三、解决问题才是这次培训的根本要求

心理上面的问题，不像身体上的问题，哪里痛医哪里。心理上的问题是一个长期积累的问题，不是一朝一夕就能够解决的，需要我们教师需要身边的人长期努力。

我们要关注自己的心理健康，也要关注学生的各种心理状态，是否健康。我们要学会释放压力，培养一种正确看待问题的方法，学会调节问题矛盾。比如空闲的时候通过各种方式方法去释放压力，比如通过运动，通过听歌，以及跟人分享自己的心理状态寻求他人的帮助等等。

这一次的培训，让我意识到了，心理健康的重要性，我们平时不能仅仅关注“身体问题”，还要关注“心理问题”。我们作为一名教师，要重视自己的健康，以及学生的心理状态，加强沟通与了解，杜绝悲惨事件的发生。

乡村中小學生心理心得体会总结篇二

儿童的心理健​​康一定要时刻留意。乡村初中留守儿童的心理健​​康尤其要注意。下面是本站为大家准备的乡村初中留守儿童心理健​​康教育心得体会，希望大家喜欢！

从8月10日至8月17日，我参加了留守儿童心理健​​康教育培训，短短的7天培训转眼就结束了。回顾培训期间的日日夜夜，点点滴滴，真的要对本次培训活动说声谢谢，感谢国家及省教育厅对农村教师的重视，感谢学校领导给了我这次机会，能参加短期培训，感谢继续教育领导及老师们。在他们的精心安排下，让我们这些来自于农村的老师得以与众多专家、学者、省内外教育心理学界权威人士面对面地座谈，倾听他们对初中心理健康教育的理解，感悟他们的先进心理辅导教学思想方法；我想本次培训也一定会藏在我的记忆深处。纵观本次培训活动安排，既有发人深省、启迪智慧的专题讲座、讨论互动、观摩研讨、案例评析的理论培训，也有亲近课堂、体验名师风采的实践锻炼。这些活动都是我们农村教师所关注的但有极缺乏的领域，是我们发自内心的想在这次培训中能得到提高的内容。十天的培训学习，让我重新接受了一次系统的理论和实践提升的机会，受益良多。

教育本身就意味着，一棵树摆动另一棵树，一朵云推动另一朵云，一个灵魂唤醒另一个灵魂，教师就是学生心灵的启迪者。心理健康教育就是以促进学生全面发展推进素质为的宗旨，以让学生拥有健康的心灵为育人理念。

本次培训，还让我们这些在家兼职的或专职心理辅导老师之间的互动交流，成为每位培训人员提高自己心理辅导课教学业务水平的一条捷径。在培训过程中，我积极尝试与其他学员之间的交流，在交流过程中，了解到心理辅导课程开展情况，并且注意到他们是如何处理心理辅导课程中遇到的种种困惑，以及他们对心理辅导课程教材的把握与处理。在培训中，我们不断地交流，真正做到彼此之间的“相长”。也为学员们提供了一个很好的交流研讨平台。在小组讨论中，学员们畅所欲言，许多提出的观点和问题，都是农村教学中的

实际问题，起全体学员的一致共鸣的同时，也得到专家们的重视，他们的回答也给了我们很好的启示，对于我们今后的心理健康辅导过程中有着积极的促进作用。

学习之余，我自我反思，对学生心理健康教育没有深入思考，自己对心理辅导含义的理解，以及心理辅导方法的选择和心理辅导方法的正确性、妥善性，课堂观察或是深入学生心里等方面，考虑到对学生的有效性了吗？等等都是我没有思考的，反思自己的不足，让我获得前进的动力，引发了我深深的思考——要主动学习，主动研究。十天的培训是短暂的，但是留给我的记忆与思考是永恒的，通过这次培训，我提高了认识，理清了思路，找到了自身的不足之处以及差距所在，我将以此为起点，让“差距”成为自身发展的原动力，不断梳理与反思自我，促使自己不断成长；将近半个月来我们经历了太多的感动，经历了太多的激励。回头去看看自己在十天里留下的脚印，我相信这不会是学习的结束，而是学习的开始！

改革开放以来，随着农民工规模的扩大，农民工跨省，跨地区流动已经成为普遍现象。由于父母外出务工，农村留守儿童家庭教育处于普遍缺失的状态之中。而月塘中学，正地处偏远的革命老区，经济非常落后，老百姓为了生活，不得不进城打工。这对于经济的发展是个可喜的表现，但对于教育，却引人深思，那么多家长远离家乡外出务工，把打工地作为他们的第二故乡，而他们的子女由于无法就近上学，只好留在家中，教育子女的重担由谁来承担？这就出现了亟需全社会给予关爱的特殊群体——农村留守儿童。

留守儿童作为一个弱势群体，因长期与父母分离，再加上代管人多为家中老人，隔代教育中的溺爱现象比较严重，学习上、思想上与孩子进行交流较差，因此，这些孩子在学习上、思想上、行为上、心理上容易发生偏差。作为这些的教育管理者之一——班主任，如何作好这些留守学生的教育工作，关爱他们，帮助他们，让他们能健康快乐成长，我个人是从以下几个方面入手进行教育的。

首先，建立好留守儿童个人档案。我班有留守儿童10名，为作好留守儿童的教育工作，我通过多方了解，掌握每名留守儿童学生的家庭情况，监护人的情况，并根据平时的观察、了解，掌握留守学生的性格习惯，建立好个人档案。通过观察总结，我班留守学生性格有以下几种类型：沉默寡言型、过渡活泼型、无拘无束型。对于沉默寡言型的学生，大多是寄养在亲戚家中或从小就是家中老人看管，缺少与他人交流的机会，从而养成沉默寡言的性格，即不和同学老师交流，上课回答问题也胆小，不敢举手发言，针对这一情况，我就经常上课时鼓励他们发言，锻炼他们的胆量，并利用每周班会活动时间，开展活动，让他多与同学交流，这样他就慢慢学会与同学交流了；对于过渡活泼型的学生，由于是隔代教育，往往是溺爱现象相当突出、严重所引起，常常“自以为是”，爱排异同学，针对这类学生，我不是一味的批评，我常有意识安排他们为集体作力所能及的事，帮助他人，让他在帮助中体会快乐，改掉了“自以为是”的坏习惯；对于无拘无束型的学生，这类学生大多缺乏组织纪律性，无组织无纪律，想干啥就干啥，针对这类学生，我“抓住”他们犯错的机会，进行当面全班性批评、教育，课后进行个别交流，告诉他们，只有学习上、纪律上进步了，就会受到同学的尊重，并选他们当纪律委员，用以约束自己的不良行为。

其次，组建学习共同体，主动与留守儿童经常性地进行交流，帮助他们解决学习生活中遇到的困难；并且，我还经常与这些留守儿童的父母，通过电话进行交流和沟通，及时反馈这些留守儿童在学校的学习、生活和性格等方面情况，并督促留守儿童的父母平时应多与孩子联系和沟通，要求他们经常与自己的孩子通电话，了解孩子在学校的学习、生活和性格等方面情况。以使学校家庭对留守儿童的影响产生合力，尽量减少由于“留守”而给孩子带来的不利影响。目前，我班的10名留守儿童与其他学生相处融洽，学习、生活能力、性格发展等方面都呈现较好的发展趋势。

第三，留守儿童的情感波动性较大，对周围的反应比较敏感，

他们需要平等友善、关心、理解和尊重。由于父母不在身边，他们更容易被宠坏、更容易形成娇气的坏习惯、也更容易在自尊心上受到伤害。作为主任应当采取措施，使留守儿童经常保持乐观、稳定、愉快的积极情结，使他们获得爱的互需、爱的激励，从而促进其在学校、家庭的学习与生活。并引发全体同学对留守儿童的关心和帮助。比如：我利用写家信的方式，让全班的同学都写一封给父母亲的信，往往写得感情最真挚的是那些留守儿童，因为他们的心中是那么的思念父母。而后将好的作文展出或诵读，让全体同学都感受一个孩子对父母的真挚的心。这样所有的同学都深受感染，他们都会用一颗诚挚的心关心身边的留守儿童，认为自己应当帮助，体贴父母不在身边的同学，那么，我班留守儿童也不再觉得自卑、孤独、可怜。他们要与同学、与教师、与社会上关爱他们的人亲切可以的交流。我班同学也相处融洽，形成了一个和谐的班集体。

总之，对留守儿童的教育作为班主任，更要具有一颗爱心，还要具有耐心。

当前由于我国地理、经济发展的差异，产生了大量的进城务工人员。他们在为城市飞速发展作出贡献的同时，有相当一部分夫妇因各种原因把他们的未成年子女留在农村学习和生活。我们把这种父母双方或一方流动到其他地区工作，孩子留在户籍所在地不能和父母共同生活在一起的儿童称为留守儿童。

根据20xx年中国人口抽样调查的数据分析显示，中国农村留守儿童大约5800万人，在全部农村儿童中，留守儿童的比例达28.29%，平均每4个农村儿童中就有一个多留守儿童。笔者今年所教的初三年级，一个班60人，留守儿童就有15人，其中有3名是父母全部在外打工。

留守儿童的父母外出打工后，与他们聚少离多，沟通较少，远远达不到其作为监护人的角色要求，使得留守儿童的教育

尤其是对于青春期的未成年的心理健康教育有较大的缺失。留守儿童极易产生情绪消极、认知水平较差、内心失衡、人际交往障碍等心理问题。据湖南师大“农村问题儿童发展与教育”课题组同志的调查表明：25%的独生子女存在不同程度的问题行为，而问题行为实际上大多来自儿童心理障碍。

留守儿童作为一群特殊的受教育群体，给学校班主任工作增加了一定的难度。该怎样对他们进行心理健康教育呢？让我们先了解什么叫心理心理健康教育，它是采用观察和评定方法了解学生的心理特点长处和局限性，采用各种教育和心理学手段与措施改正心理的缺陷，发扬心理的长处或优势，并发展现代社会所需要的心理特征，从而使人格平衡发展，形成健全的人格。心理心理健康教育既是素质教育的重要组成部分，也是班主任工作中不可或缺的部分。笔者是从以下几个方面对农村留守儿童进行心理心理健康教育的。

一是学习中小学心理健康教育知识，提高教师自身水平。俗语说“活到老，学到老”。要想当一名合格的班主任就要适应社会的发展和学生心理的特点，掌握一定的中小学心理心理健康教育知识才能在学生工作中游刃。学生主要的心理问题包括学习类、人际交往关系、和青春期生理与心理发展引起的困惑与不安。班主任可以通过网络，电视等多种途径学习相关知识。

二是建立完备的留守儿童心理档案。留守儿童的班主任应对每位留守儿童建立一份完备的心理档案，心理档案主要包括以下方面的内容：留守儿童个人的爱好特长；身体状况；家庭的经济状况，家庭气氛，家长的教育方式与态度，与父母和监护人的关系；学习成绩，学习态度，学习习惯；思想品德，行为习惯；师生关系，同伴关系；性格类型及特征，个性心理有哪些特征，个性心理中有哪些良好或不良的品质等。这样才能随时了解留守儿童的心理状况，有针对性的进行心理辅导。

三是加强对留守儿童家长联系与帮助。通过开家长会、家长

座谈会、与家长电话联系、家长回家及时进行家访等方式,建立学校和家庭心理健康教育沟通的渠道,优化家庭教育环境,引导和帮助留守儿童家长树立正确的教育观,促进亲子关系的建立,让家长协同学校对留守儿童进行教育。每一个新学年,笔者都要求所在班级的留守儿童提供一份详细的家长联系方式表,包括外出父母的电话号码和务工地址,留守的临护人的姓名与学生的关系、电话号码和家庭详细地址。并在开学初与外出父母取得联系,共同教育留守学生。

去年我所在班有一名学生他的父母都在外打工,每次周日他就不愿返校,对其家访后得知他与奶奶生活在一起,由于奶奶年岁已高,又要照顾刚满周岁的妹妹,无暇顾及孙子,加上他自己性格内向,总觉得自己很可怜,别人瞧不起,只想一个人呆在家里。笔者通过与他父母多次交流后,他母亲最终返乡照顾儿子。这名学生从此不再逃学,人也开朗了许多。

四是开设心理健康活动课。在农村因种种原因很多学校都没有开设专门的心理健康活动课,班主任可以根据本班学生的情况在班会课时讲解一些心理健康知识,让学生知道在学习和生活中遇到这样那样的问题并不可怕,可怕的是不知道怎样解决这些问题。心理健康活动课应该融知识性、趣味性、参与性和操作性为一体,通过游戏、情景创设、角色扮演、讨论等方式帮助留守儿童全面提高心理素质。侧重点主要包括:良好自我意识的建立、良好人际关系的建立、情绪的合理调控、挫折承受能力训练指导等。此外,可以利用学校现有的广播、板报和批复学生周记等方式来开展心理健康教育。

五是采用个别咨询和小组辅导相结合的心理教育方法。个别辅导,是对存在心理问题或出现心理障碍的留守儿童及时进行认真、耐心、科学的一对一的心理辅导,帮助学生解除心理障碍。而小组辅导也称团体咨询,是一组儿童在辅导教师指导下讨论训练并有效地处理他们面临的共同问题。农村中学的学生绝大多数为住宿生,班主任可定期在课外活动时间将本班留守儿童集中进行心理健康辅导。大家聚在一起由班主任或学生自己提出心理问题,每个成员发表看法,最后班主

任作总结。这种方法易于解决人际关系方面的问题，同伴之间也更容易相互影响。两种心理教育方法各有千秋，两者相结合效果更佳。

当然，要想彻底解决农村留守儿童心理健康的问题，单靠学校老师的努力远远不够，还需要家庭、社会的关注和配合，只有多方面齐抓共管才能让农村留守儿童健康快乐的成长。

乡村中小学生学习心得总结篇三

今天，我看了于丹老师的专题讲座，感触很深。于丹老师在讲座中主要是强调我们中小学生在完成必修课的同时，还要懂得孝敬父母，尊敬老师，关心他人，让每一个中小学生德、智、体全面发展。于丹老师首先谈到“孝”。百善孝为先，孝是中华文化传统提倡的行为，一般表现为孝顺，孝敬。要对生活充满感恩的心，感谢父母，尊敬老师。孝不但是外在要求，也是内在的一种责任。然后谈到“仁”。仁就是要学会怎样处理两者的关系，要充满爱心，和善待人。《三字经》里说道：“人之初，性本善。性相近，习相远。”意思是说，人在刚刚出生时，本性都是善良的，性情也很相近，但随着各自生存环境的变化，每个人的习性就会产生差异。教育孩子要与人和睦相处，懂得一个人的痛苦，由两个人分担，痛苦就减少一半，相反，一个人的快乐，两个人分享，快乐就增加了一半，与人交往，多关爱他人，使自己健康，快乐的成长。最后谈到“自立，自强，自信”。树立正确的人生观会直接决定人生的轨迹，孩子的成长不是填鸭式的灌输，知识固然重要，但更重要的是人的经验和悟性。不要墨守成规，按部就班，而是要在这个处处混沌喧嚣的社会中，学会发现其中的有效信息。通过于丹老师讲的这节课，让我明白了一个道理：学生最重要的并不是学习，学会做人是排在第一位的，如果不会做人的话，就算学习成绩再好，也不是一个健全的人。想想自己，有时爸爸妈妈督促我学习，我总嫌啰

嗦，有时让我做一些力所能及的事，我总不情愿，想到这里，我不禁感到很内疚，爸爸妈妈为了我，不知操了多少心，受了多少累，我还不知道感恩，总惹他们生气，伤心，太不应该了。在这里，我想对爸妈说：“我错了，我以后要听你们的话，好好孝敬你们，好好报答你们的养育之恩！”在以后的生活中，我要改掉以自我为中心的坏习惯，跟同学们一起快乐的学习，树立自己的远大目标，乐观，向上，积极进取，做一个优秀的合格人才。

今天早晨7:40，我准时的坐在沙发上收看于丹老师的讲座。于丹老师主要讲了四个主题：一是如何培养孩子的孝心、爱心、责任心；二是如何培养孩子的独立自主的能力；三是如何培养孩子抗击压力、面对挫折及防止被骗的能力；四是家长面对孩子叛逆、发脾气、不爱学习等问题如何与孩子正确沟通。

于丹老师首先谈到“孝”。百善孝为先，孝是中华文化传统提倡的行为，一般表现为孝顺，孝敬。要对生活充满感恩的心，感谢父母，尊敬老师。孝不但是外在要求，也是内在的一种责任。

然后谈到“自立，自强，自信”。树立正确的人生观会直接决定人生的轨迹，孩子的成长不是填鸭式的灌输，知识固然重要，但更重要的是人的经验和悟性。不要墨守成规，按部就班，而是要在这个处处混沌喧嚣的社会中，学会发现其中的有效信息。

通过于丹老师讲的这堂课，让我明白了一个道理：我们首先要学会感恩，学会做人，学会与人交往，不要与人斤斤计较，尽力去主动帮助别人。自己的事情自己做。

在以后的生活中，我要改掉以自我为中心的坏习惯，跟同学们一起快乐的学习，树立自己的远大目标，乐观，向上，积极进取，做一个有孝心，有爱心，有自信的优秀合格人才。

今天，我准时的坐在沙发上收看了于丹老师的讲座。于丹老师主要讲了三个主题：一是如何培养孩子的孝心，教育孩子理解父母，尊敬老师，懂得感恩；二是如何培养孩子的爱心，正确引导在人际交往中的一些技巧；三是如何培养孩子自立、自强、自信以及抵抗挫折的能力。她在第一个主题中讲到这样一个故事：从前，有一个小孩喜欢在一棵大树下玩，他每天都来，可有一天，小孩愁容满面地对大树说：“你看别的孩子都上学了，每天都有好玩的玩具，可我没有”。大树说：“你把我结的果子摘了去卖，你就有玩具了。”以后，孩子只有秋天才会来大树下。过了几年，小孩成了青年，他对大树说：“别人都有房子了，都有家了，可我没有。”大树说：“你可以把的树枝砍了做房子。”又过了多年，青年成了中年人，他对大树说：“别人都漂洋过海了，可我没有。”大树说：“你可以把我的树干砍了做独木舟。”他把独木舟推进海里走了。渐渐的孩子长出了一根根白发，他来到树桩前，树桩问他：“我已经是一个没有用的树桩了，你也不会理我了吧？”孩子说：“不，我会一直陪你晒太阳，这是我的心愿，一生的心愿。”这正是父母完成了对孩子一生的成全。在我们的一生中无私而又不求回报的养育着我们。孝为德之本，我们要懂得感恩，要勇敢承担爱与责任。要想成就别样的人生，就要点亮自信的明灯，对自身的力量怀抱坚定的信念。看完讲座，我对我的人生有了新的思考，要想成才必先成人！

今天早上的七点十分，我和妈妈一起收看了于丹教授主讲的《感恩教育》。节目的开头讲的是一个配有画面的小故事。把那棵大树比喻成父母，大树陪着小孩长大，奉献了自己的果实，树枝，树杆，让小孩实现了愿望，小孩长大了变老了知道每天陪伴着大树。是啊，我们现在都不愁吃穿，要什么玩具都拿钱买得到，坏了也不会去修，这很浪费，也缺少了自己做玩具的动手能力。我们都是独生子女，大多数时间都是电脑，电视陪着，这样不好，我们要多出去走走看看。“读万卷书行万里路”。我们还要学会与人交往，人要与人斤斤计较，尽力去故帮助别人。帮助别人就是帮助自己。要懂得自己的事情自己做，这次没做好没关系，只要努力了

一定能做好，相信自己不会错的。好习惯都是从小养成的，我要做一个有孝心，有爱心，有自信心的人。

乡村中小学生学习心理心得体会总结篇四

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。

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《中小学生学习心理发展与心理问题》专题讲座，从中小学生学习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。

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！

乡村中小学生学习心理心得体会总结篇五

我有幸参加了中小学教师心理健康教育与管理能力提升专题培训，对我来说，这次的培训意义重大，对我今后的工作具有很大的帮助。本次培训我很认真的听了多位专家的理论课，还有课上与课下的交流，无论在理论知识，还是方法技巧上让我对心理教育有了进一步的了解，受益匪浅。以下就是我在这次培训活动后对于心理健康教育的认识和所想。

一、心理健康教育的重要性

通过本次学习，更加深刻地意识到在学生中开展心理健康教育的重要性与迫切性。调查表明，学生中存在心理异常的约占30%，患有心理疾病的约占15%。学生心理健康问题主要表现为：学习与考试焦虑、心理承受力脆弱、人际交往障碍、性格孤僻抑郁、自卑心理严重、对新环境不适应等等，并且在近几年呈上升趋势，学校心理健康教育越来越被重视。可是，不正确的关注，反而引发一些不必要的麻烦甚至更严重的后果。心理健康教育应该是预防为主的，面向的是全体学生，不应该只针对心理有问题的学生；心理健康教育与德育工作应该是有他们的各自作用的；不应把心理健康教育简单地理解为一门增加学生负担的学科，而应该具有促进学生各方面健康成长的独特功能；心理健康教有不是要你生搬硬套理论，不要我们教师诚惶诚恐，而应该是讲究艺术，心理健康教育

实施方式应该是形式多样，时时处处注意的问题。

二、心理教育培训对于教师自身的重要性

俗话说，“家家都有一本难念的经”，老师也有烦心的事，也会遇到各种各样的压力和苦恼。但如果要做一名受欢迎的老师，就无论如何也不能将自己的不良情绪带入课堂，更不能因此而在课堂上随意发怒，挖苦打击学生。而是要学会良好的情绪控制，在走进教室的前一刻，告诉自己，“一定要微笑”，要把自己最积极乐观的精神面貌展现给学生，并以此来感染学生的学习情绪。没有一个学生愿意看到一个怒气冲天，动不动就发火的老师的。教师乐观积极地稳定地情绪对于学生的心理健康形成有积极地促进作用。

三、提高心理健康的时效性。

在新形势下，小学生不同阶段表现出各自的心理特点和心理需求，这就要求教师有针对性地开展工作。一是新生入学的适应期。这一阶段应用心理评价系统建立小学生的心理档案，目的是通过分析评价，了解每一个学生的气质、性格类型、兴趣爱好、情绪意向等基本心理素质和个体心理差异，帮助学生认识自我，接纳自我，树立健康的新形象。同时有助于学生更快、更好地适应学校生活的角色转换，为他们身心健康发展打下良好的基础。二是学习生活的困惑期。这一阶段小学生正处于儿童身心发展的一个重要转折时期，这一阶段，第二信号系统活动日益发展并初步占主导地位，口头言语，内部言语能力不断完善，但学习生活中往往表现出自制力差，社会道德是非判断力以近期、自我为主的特点。通过心理咨询、心理训练等内容丰富，形式多样的方式解决学生学习焦虑、人际关系不良、多动症和学习无能的心理问题。同时通过心理健康指导，开发小学生潜能，建立心理健康新观念，塑造正确的人生观、道德观和价值观，推进整体素质教育的贯彻实施。

有太多的感受，溢于言表；有太多的工作，等着我们去做。作为教师，我们始终应该把心理和德育工作放在首位，以其来促进智育的发展，使得学校能培养出健康的学生。