

最新心理健康课我的优点树课件 心理健康 康教育教学反思(通用5篇)

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看一看吧。

心理健康课我的优点树课件篇一

心理教育课不同于一般文化课，它的授课方式有着一定的特殊性，其授课内容、方式、语言等等都与一般的文化课有很大的区别。

而且涉及的知识领域是十分广泛的，在教学的过程中，要加以整合，灵活运用，才能使心理健康教育课体现其科学性。

如何上好心理健康教育课，通过课堂教学活动提高学生的知、情、意，是一项重要的研究课题。

源于实践，用于实践，经过教学过程中不断的摸索、总结、思考、调整，我逐渐形成了以下的思路和想法：

从心理学的角度来看，同样的内容，采用学生感兴趣的方式，学生接受起来会更加乐意和主动。

面对从未正式接触过心理方面知识的学生，从情绪感染到情绪升华，从“肢体语言”到“从众”，引起了学生对心理世界的好奇，进而讲述提高心理素质的好处：提高学习效率；合理调节情绪；形成良好性格；学会与人交往等，同时说明这些也是心理健康教育课以后要涉及的内容。

在很大程度上实现了“引起学生对心理健康的兴趣和重视，阐明心理健康教育课的意义和目的，并让学生正确的认识心理与心理健康教育课”的教学目标，也为以后教学活动的开展奠定了很好的基础。

心理健康教育课的重点在于活动中的体验，绝不能为了活动而活动，活动应该有主题，有核心。

心理健康教育课也应该坚持一个核心，并围绕这个核心，“行散神不散”，着重培养学生最基本的心理素质，让他们学习和体验到对自己的终生发展有价值的核心观念。

心理健康教育课成功与否，在很大程度上取决于学生获得的心理体验和感悟程度。

学生总是非常关注他人在同一问题上的表现，喜欢聆听他人的“故事”。

(1) 心灵感悟：在课堂上，可以让同学们聆听同龄人的“故事”。

试图让学生明白这些问题别人都有，自己有也很是正常的，并相信这些问题可以解决，进而学习和掌握方法。

其实学生在聆听的同时，也在审视自己。

(2) 自我开放：如果心理教师能在适当和必要的时候，作真诚的自我剖析、自我开放，学生也会减轻自我防卫心理，真实地表达自己、安全地探索自己。

不过作为一名心理教师，其最重要的角色始终是课堂的组织者和引导者，自我开放应该有一定的原则和限度。

(3) 角色扮演：心理剧的创设，其初衷是让角色扮演者体会

其中的情境冲突，在冲突中宣泄自己、发现自己、改变自己。

这大大地提高了同学们的主体参与性，使他们有机会发挥自己的创造性和想象力，及时地运用课堂所学去解决问题，从而不断地调整自己，不断地成长。

当然，要真正上好心理健康教育课，发挥出它最大的作用，还有很多问题有待发现和解决；要真正做好中小学生学习心理健康教育事业，还有很长一段路要走，还需要更多、更强关注中小学生学习心理健康的力量。

心理健康教育我的优点树课件篇二

星移斗转，日月更迭，伴着新课改的强劲东风，我校的心理健康教育课已走过三个春秋，回眸开课之初，没有新课标做导向，没有教材说明做参考，面对着没人尝试过的新兴学科，我如堕五里雾中，只是觉得它与思想品德课的界限不是泾渭分明，于是乎我就把心理健康教育课上成了思想品德教育课。对于活泼爱动，好奇心强的小学生而言，让他们静静地听着教师诸多的严肃说教，那种无奈、那种厌倦可想而知。面对学生或麻木或无动于衷的表情，我真的是心痛、自责，每上完一节课心里都感觉不踏实，一种愧对学生，浪费学生生命的罪恶感时常向我袭来。渐渐地，一种改变自己上课现状的想法油然而生，于是我翻看了大量的外省（xx省心理健康教育启动晚，缺少成熟的经验）有关心理健康教育的相关资料，知道了心理健康教育是根据学生心理发展特点和身心发展规律，在教师引导下，通过学生自主参与、主动讨论、扮演角色、体验感情等方法，对学生实施教育，以培养学生良好的心理品质的实践活动课。对心理健康教育课的课型和活动目标有了清晰的认识后，我潜心琢磨，调整了教学方法，经过近一年的教学实践，现在学生再也不拒心理健康健康教育课于门外，反之，无论去哪个班级上课，都受到学生的欢迎。那么是什么原因使学生对心理健康教育课由排斥到期待呢？经认真的反思，本人认为主要是在教育教学中我注意了以下

几点：

一、课题导入注意创温馨的课堂氛围

宽松、民主、和谐、温馨的教学氛围是心理健康教育课实施的起点，是激活或唤醒学生心理活动的“起搏器”，是诱发学生积极行动的外在因素。人们常说：“良好的开端是成功的一半。”所以，课题导入对一堂课的成功与否起着至关重要的作用。下面谈一下我常用的情境创设法。

1、歌曲导入法。孩子们都喜欢听音乐、听歌曲，我就抓住他们这一心理特点，课前使用与教学主题相关的歌曲，能帮助学生尽快的融入活动，如果录音机没准备好，我就发挥自己的特长，现场给孩子们唱，每每这时，都能引起学生的极大兴趣，孩子们快乐地边击掌，边随同我一起唱，很快地融入活动中。如：在《好朋友手拉手》一课的导入时，孩子们就随我唱起了“找呀找呀找朋友，找到一个好朋友……”这样学生在极其放松、自然、快乐的心境下不知不觉地进入活动主题。

2、设疑激趣法。小学生好奇心强，根据学生这一特点，在教授新课时，我常巧妙地设计一些与教学内容相关的问题，以激发学生探索欲、求知欲，一旦他们对所学内容产生兴趣，就会以极大的热情投入到活动中去。我依然清晰地记得，在五年级教学《学会感恩》一课的情境创设时，就是用了设疑激趣法：“同学们都喜欢旅游吧？谁愿意把你去过的，感觉最美的地方告诉给大家，让我们一起分享你的快乐……”学生们争先恐后地回答，有说去过北京、上海大都市的，还有的说去过九寨沟、长白山等自然风景区的，气氛相当热烈。这时我抛砖引玉“无论同学们到哪旅游，都不会有比它有更美的地方，它是父亲的王国、母亲的世界、孩子的乐园！这个地方是哪呢？”孩子们纷纷举手回答，最后点出主题——“家”。

3、妙用故事法。孩子们都喜欢听故事，生动有趣的故事能牢牢地吸引他们，启发其思考，这也是我惯用的导入新课法。

此外，我使用的情境创设还有多种，如：问题讨论法、情感感染法、开门见山法等等。但无论使用哪一种方式，我都是能因年级而定、因活动内容而定，正因为情境的创设适合了学生的年龄特点，适合了活动内容，才达到了一石激起千层浪的效果。

二、教学内容要灵活，以满足学生的心理需要

心理健康教育的内容丰富而繁杂，尤其我们长春版的教材有一部分内容不适合我们的学生，于是在实际教学中，我能创造性地使用教材。我时常根据学生年龄特点、认知规律、学识水平和已有的生活经验，自行增删、调整教学内容，找到学生感兴趣的话题、关心的热点问题或迫切需要解决的问题，在我的引导下，学生会很投入地主动参与、积极探讨。从而实现心理上的成长。

三、关注体验和分享

体验是学生心理素质形成和发展的核心。从心理学上讲，体验主要是指人的一种特殊的心理活动，是体验者亲自参与活动，并用自己已有的经历和心理结构去理解、去感受、去构建，从而生成自己对事物的独特的情感。在心理健康教育课上，我经常设计一些生活情境，让学生通过角色扮演的方法去感受、去体验、去理解、去领悟。如：在教学三年级的《说声“对不起”》一课中，我就设计了学生身边经常发生的一个现实情境：下课了王明着急上厕所，匆忙的往外走，不小心把李强的文具盒碰掉在地上，接下来让同学们先议一议，可能出现哪几种情况，然后在自找合作伙伴进行角色表演，同学们对此非常感兴趣，因为这样的真事经常发生在教室，他们能很真实的说出可能发生的两种情况，接着叫两组同学到台前分角色表演，表演前我有要求，即表演者要投入，

把自己视为当事人；台下的同学边认真观看，边思考：你喜欢哪组同学的做法，为什么？学生表演的声情并茂，一种情况是：王明主动向李强说声对不起，并把地上的文具盒捡起来，李强说没关系，你又不是故意的，这样，由于王明能主动说对不起，两人没有发生任何冲突，而且还手拉手成为好朋友；另一种情况是：王明碰落李强的文具盒，像什么事也没发生一样，李强气急了，大声让王明把文具盒给捡起来，王明却说活该，不给你拣，两人你一言我一语的争吵起来，险些大打出手。表演结束，表演者都谈了自己的真实感受，从中不难悟出：文明礼貌的语言、行为让人心生感动，会化干戈为玉帛；反之无礼、冲动、不肯包容的行为会使冲突升级，参与分角色表演的同学对“若冒犯了别人，能否主动说对不起”而产生的不同结果感同身受，相信通过这样的体验，今后遇到类似事件，这几位同学肯定会做出正确的选择。而台下的同学虽然没能设身处地的去表演，但他们通过观看，听表演者谈感受，还是分享了表演者的真实体验，可以说，类似这样的角色扮演、体验情感的活动方式，促进了全体学生心理素质的协同发展和提高。

总之，我市开设心理健康教育课的历史较短，关于本学科的教学方法问题有很大的探索空间，在今后的职业生涯中，我将潜心学习，丰富自己的心理学理论知识，并结合自己的`教学实践，不断总结成功的教育教学方法，为进一步优化心理健康教育课的教学效果做出不懈的努力。

心理健康课我的优点树课件篇三

(二)基本部分

1、出示课件，幼儿观看。

图二、我们看又发生了什么事情，妞妞怎么了？她为什么生气了？鼓励幼儿想办法：你可以和你的小伙伴商量一下，怎么做才能让妞妞不生气，快乐起来呢？小朋友想的办法真不错，我

们看妞妞的小伙伴是怎样做的。

图三、来许多小朋友哄她(对不起,我们不是故意的,你别生气了)妞妞看到小朋友态度那么友好,就原谅了他们,也不生气了。

图四、小朋友们拉起妞妞的手说:“妞妞,和我们一起玩去吧”图五、妞妞和大家一起玩,真快乐呀!

2、提问:

(1)小朋友你们觉得妞妞一个人玩快乐,还是和小朋友一起玩快乐?

(2)你喜欢一个人玩还是和大家一起玩,当你和小朋友玩玩具或做游戏时,不小心碰到了别人或者碰坏了别人刚搭好积木时,怎么办呢?要向别人说:对不起,这样别人才原谅你,喜欢你,才能成为好朋友。

3、教师小结:刚才看了妞妞一个人玩不快乐,也没意思和大家一起才是最快乐的,老师给小朋友准备了许多玩具,小朋友要和大家一起玩看看是不是很快快乐。

4、教师对游戏进行总结,大家一起玩玩具很高兴,大家都成了好朋友,我们做个《找朋友》的游戏吧!

(三)结束部分:

孩子们,刚才玩的都很开心,现在我们听音乐一起做《找朋友》游戏,结束。

心理健康课我的优点树课件篇四

心理学认为,自我是指对自己存在的察觉,即认识自己的一

切，包括认识自己的生理状况、心理特征以及自己与他人的关系等。

本课的活动对象为初中七年级学生。处在青春期的初中生正是这一心理活动最活跃、最激烈的时期。他们的同一性正处在混乱与和谐的边缘，时常会有一些激烈的冲突表现，比如一会儿自高自大，一会儿又自暴自弃。因此，让他们能正确认识自我、悦纳自我是心理健康教育的重要内容之一。

根据本节课的内容特点和七年级学生的心理特点，我确定了以下活动目标：在认知上使学生进一步认清自我，不管优点还是缺点都是自己的一部分；在情感上培养学生对自我的积极情感，对自己充满信心；在行为上使学生能够通过自我反省及别人对自己的态度来评价了解自己，正确面对自己的优点与缺点。

为了达到以上活动目标，本课主要采用小组讨论、感悟分享、体验练习等活动形式。

围绕内容和目标，教师设计了三个螺旋上升的活动环节——学生通过找出“我的叶子”，初步学会悦纳自我；通过写出“我的词语”，全面地认识自我，充分地悦纳自我；通过制作“我的优势名片”，懂得要发挥优势，去展示自己独特的价值。在板书设计上，除了“习得性无助”和“上升式螺旋”这两个心理学术语是教师提出，其他内容均为学生作品和学生的话。

（课前请学生找一片自己喜欢的叶子，通过欣赏绘本《落叶跳舞》导入，请学生相互描述叶子，同学们积极参与，气氛轻松、活跃。然后请学生六人一组，将叶子放在一起，找出自己的叶子。学生兴趣盎然，从组长的桌子上快速地找到了自己的叶子。之后是感悟分享环节，实录如下：）

师：你是怎样找到你的叶子的？能说说你的感想吗？

生1：我的叶子是我们组里最大的一片。

生2：与别人的叶子相比，我的叶子颜色很特别。它的颜色是紫色的。

生3：我的叶子是中间开叉的，它的形状和别人的叶子很不一样。

生4：我们每个人都是不一样的。

生5：我觉得我们每一个人都有自己的优点和缺点。

生6：我现在觉得我自己是与众不同的，我更加喜欢这个独特的我了。

师：谢谢你们与大家分享你们的感悟！我们每一个人都是与众不同的，都有着我们自己独特的价值，不会因为我们的某一优点而比别人更高贵，也不会因为我们的某一处不足或某一次失败，就失去价值。

我们需要做的，就是愉悦地接纳自己——“这就是我，独一无二的我。”

（学生齐声朗读“这就是我，独一无二的我。”）

【思考与分析】课前请学生欣赏绘本《落叶跳舞》，配以轻音乐，为学生营造了轻松、灵动的心理氛围。描述并找出叶子这一环节的目的就是让学生充分感受每一片叶子都是独特的，教师给每一位学生以平等的点评，强调每一片叶子都很独特，为他们创造了易于感受、易于激发的情境。感悟分享这一环节的目的在于让学生从叶子的独特联想到人的独一无二，教师让学生充分地分享他们自己的感悟，引导学生初步学会悦纳自我，积极、自觉地进行心理建构。

（练习一，请学生进行自我观察，写出描述自己的词语，并数一数个数。练习二，请学生进行自我分析，分别用红笔和黑笔圈出表示优点和缺点的词，最后数出优缺点的个数。下面是小组活动环节，实录如下：）

师：经过了自我观察和自我分析，接下来就让我们来进行小组讨论吧。在六人小组中，请组长组织大家轮流念出练习一中的词语。每个成员发言后，小组其他成员补充自己对发言者的认识。小组活动现在开始。

（学生进行热烈的小组讨论，教师在教室里进行巡视，参与各小组的讨论，肯定各同学的发言。）

师：经过刚才的小组讨论，我相信大家一定对自己有了更全面、更客观的认识。下面我们就来比比看，哪个小组的收获最大。请组长来汇报你们小组讨论的成果。

（教师先后用实物投影仪展示两个小组的“小组讨论成果汇报表”，请两位组长进行汇报。）

第二小组组长：我们组的任红丽同学在小组讨论后词语变多了，从6个变成了14个，他对自己的了解更全面了。

师：任红丽同学，你能说说同学们都给你补充了哪些词语吗？

任红丽：他们说我虚心、无私、乐观、机智幽默、爱动脑筋、足智多谋、朝气蓬勃、初生牛犊不怕虎。

师：机智幽默这一特点是谁给你补充的？

（任红丽指该组一位同学）

师：你能告诉大家，他平时哪些行为体现了他的机智幽默吗？

小组成员：他平时总是笑嘻嘻的。

师：哦，原来你喜欢笑，还能让身边的人都感到快乐！

（第五小组成果展示，略。）

【思考与分析】小组讨论是本节课最重要的学生活动之一，教师给予了充裕的时间；组织学生以六人为一个小组进行讨论，并在课前定出每组组长，每组发一张“小组讨论成果汇总表”，以广泛地展示了小组成员的进步。教师始终及时地发现有困难的同学，并给他们充分的关注和鼓励，帮助他们更好地悦纳自我，重拾自信。

（一）以学生为中心

在价值观日趋多元的社会，人的心理空间也日趋复杂，教师无法为学生设定不变的准则，因而要设法使学生从单纯接纳转变为自主选择。本节课我没有从外在的目标出发来设置活动，而是从主体自身的需要、兴趣、动机出发来组织和开展课程，学生作为心理意义的主动构建者，主体自身始终处于活动的中心位置，活动的结果，如小组讨论后新认识到的特点、自己制作的优势名片等，都是学生主体性的发展和心理的成长。本课学生的心理成长是在学生自主选择的活动中实现的，是学生能动性的活动过程。上课时，我深切地感受到，学生的心理发展以及学生的心理在何种程度上得到发展，最终依赖于主体自身的心理建构。这一切都说明“自主性”是心理健康教育活动课的精髓。

（二）以情境为中介

“认识自我，悦纳自我”这一心理发展的目标是无法通过直接传授知识达到的，而需要教师提供良好的发展情境。因此我设计了“我的叶子”、“我的词语”、“我的名片”这三个与自我认识紧密相关的环节。这些情境的设计把他们带入“可思可感”的境界，直指自身的心理世界，进而自主地建构自己的心理结构，生成自己的价值理念。比如，欣赏绘本

《落叶跳舞》、描述自己喜欢的一片叶子，这些真切的情境氛围为课程的开展提供了易于感受、易于激发的心理空间，使置身于其中的每一个人都受到感染和熏陶，并激发其探究的心向。通过这节课的实践，我认识到，学习总是在实际情境中进行的，不同活动情境对心理的作用及引起的心理感受是不同的。因此，学生心理健康教育活动课的组织首先应该是情境的组织。情境的设计既是课程开展的前奏，也是维系课程的保障。

（三）以活动为载体

心理学研究和生活实践表明，人的心理品质是在活动中展示也是在活动中发展的。通过活动来实施心理健康教育最为真实，也最为自然。课前，我精心设计了自主性活动，但我发现，教师可以进行活动的设计和导向，却无法主宰活动的进程，更不能剥夺学生交流和选择的机会，因为这节课中学生分享感悟、展示小组讨论成果、展示优势名片时的话语和作品才是最让人感动的。本课中学生心理品质的发展，是通过教师的视频展示、自我示范、激发感悟等教育引导，使主体自身在活动中自主定向、自主选择、自我完善、自我建构的过程。因此，从一定意义上说，人的心理机能的发展是难以通过直接的“教”的方式来进行的。“教”只是提供外围的情境、提供有助于心理发展的心理空间、提供有助于学生自主选择的物质与精神条件。心理健康教育活动课是一种学生自我教育的课程，这种自主性是通过学生的自主活动来实现的。

（四）探索与提高

这节心理健康教育活动课是我在参加积极心理学的培训后，将自己的所思所感付诸教学实践的一次尝试，获得了鼓励，也存在着一些不足之处，比如，课堂上与学生交流，有时只满足于表面的回答，追求形式上的热烈，而对学生内心世界更深层次的关注不够。以后上课要在细节叙事中更多地展开，

追问更深入，关注到学生的内心世界，让课堂更具内涵。对学生的心理健康教育与辅导，不是靠一堂课所能达到的。如何让积极心理学更好地帮助学生成长，则是需要进一步探索的。

心理健康课我的优点树课件篇五

如何上好心理健康教育课，作为一名从未接触过心理教学教师，一直在不断的思考。对于本次目标和人生这一课的教学，我的思路和做法是：

1]课堂导入最重要。

从心理学的角度来看，同样的内容，采用学生感兴趣的方式，学生接受起来会更加乐意和主动。面对从未真正接触过心理方面知识的学生，我给学生创造了很多的发挥空间。我安排在头上贴五官的游戏。

2. 坚持核心原则，形散神聚。

本次课的重点在于活动中的体验，绝不能为了活动而活动，活动应该有主题，有核心。也应该坚持一个核心，并围绕这个核心，“行散神不散”，着重培养学生最基本的心理素质，让他们学习和体验到对自己的终生发展有价值的核心观念。比如：原来我的活动设计与目标对话，要求学生站起来，闭上眼睛想像5年后那个自己就站在自己一米远的前面，你想对他说些什么（停顿10秒）？请你上前走进他，现在请你站在5年后的自己的位置，好上前去，走进他（停顿5秒）。好，现在你就是5年后的自己了，转个身来，面对现在的自己，未来的你想对现在的你说些什么？（停顿10秒）好，现在我们要从未来回到现实了，请你走回现在的自己的位置，好，转过身来，看看未来的自己，你心里有什么感受？（停顿5秒）本来不是这么设计的，后来我把它重新设计，从而活跃气氛的目的达到了。

3、适当的自我开放

如果我能在适当和必要的时候，作真诚的自我剖析、自我开放，学生也会减轻自我防卫心理，真实地表达自己、安全地探索自己。有时学生甚至会主动问：“老师，你的人生目标是什么呀！”我就把自己的目标分享给学生，其最重要的角色始终是课堂的组织者和引导者，自我开放应该有一定的原则和限度，否则，将会导致角色混乱，得不偿失。

以上是我在第一次心理健康课教学中努力的一些做法、感想。当然，我的心理健康课存在许多的问题。要真正上好心理健康教育课，发挥出它最大的作用，还有很多问题有待发现和解决，我会再继续努力！也希望老师和前辈们多多给我帮助。