

最新幼儿教师的心理健康培训心得(汇总5篇)

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

幼儿教师的心理健康培训心得篇一

当今社会科技飞速发展，我们的生活水平越来越高，人们在享受丰富多彩的精神生活的同时，健康问题已是大家关注的焦点，特别是面对一个个鲜活的生命因为心理疾病轻身离开人世，让人痛心疾首，因此心理健康教育这门学问越来越显得重要。作为一名教师，面对的是花季少年，我们必须掌握心理健康知识，以呵护祖国的花朵为己任，为学生的心灵打开一扇明亮的窗。

5月11日上午，我有幸参加了县心理健康教育协会年会，并聆听了华东师大心理专家耿文秀教授讲座，让我受益匪浅。年会上方局长作了简要讲话，强调此次年会的重要性，并对参训教师提出了期望。接着校长总结了20年度心理健康协会工作，他从背景和人员进行了介绍，还特别提到我们不要把心理问题上升为品质问题和道理问题，并提出了自己心中的展望，拓宽心理健康教育者的范畴。心理健康教育不仅仅是心理协会教师的工作，还应是全体教育工作者共同的职责。赵桂兰老师、新会长吴弋兵、廖志英老师纷纷畅谈在心协工作的点滴收获和美好展望，其中廖志英老师提出了“德育导师制”，每周德育导师要和3~5位学生进行心理交流，让我们的孩子每天都心情愉悦，健康成长，快乐学习。

最让我受益的是聆听了华东师大心理专家耿文秀教授的《青春飞扬，狂飙突进，骄傲自恋的00后》讲座。耿教授今年已

经67岁，可她却是站在台上讲座，时间长达2个半小时，不由得让我们敬佩，她的激情和幽默让我们感受到了耿教授思想的深邃和火热的激情。耿教授主要讲述了青春期是精神分裂症和抑郁症的高发期，详述了精神分裂症和抑郁症的症状、危害和可防控，让我们明白精神分裂症和抑郁症要早发现早治疗，耽误不得。小学阶段是学生多动症的高发期，主要特征表现为注意力缺失、多动、易冲动。耿教授还为我分享了许多得病孩子的案例，呼吁我们教师要关注学生心理动态，经常与学生交流，关心学生，发现学生有心理疾病症状就要及时寻求药物治疗。最后耿教授以实例让我们明白精神分裂症和抑郁症只要配合治疗，是可以治疗的，如美国游泳冠军菲尔普斯就是多动症患者，1994年的诺贝尔奖得主约翰·纳什就是精神分裂症患者，他们虽然是心理疾病患者，但他们积极治疗，控制病情并取得了巨大的成就。

参加此次培训，聆听了耿教授的精彩讲座后，深深觉得中小学生学习心理健康教育关键是教师。我们应该做一名健康的教师，要尊重学生，不可有私心，要讲究诚信，创设和谐、宜人的教育物质环境，给孩子一片天空，让他们自由呼吸；给孩子一块绿地，让他们栽花种草；给孩子一片绘画壁，让他们自由描绘、哪怕是涂鸦；给孩子一片饲养园地，让他们感受动物的可爱。创设优美、安全、舒适的物质环境，整洁优美的物质环境唤起中小学生对生活的热爱，激发学生的求知欲，培养学生的探索精神与生活情趣，让孩子们健康快乐的成长。

总之，在这次的培训的锻炼中，我增长了知识，开阔了视野，让我明白要重视心理健康教育，但是又不畏惧心理健康疾病。在今后的工作中我将以健康的心理状态去影响学生，让孩子们健康、快乐的茁壮成长！

幼儿教师心理健康培训心得篇二

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。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。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。

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。

幼儿教师心理健康培训心得篇三

3月30日，我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，虽然时间只有一天，而且是在网络上培训，但是对我个人而言，收获确是丰富且充实的。这次培训不仅仅是一次心理健康教育的专业培训，也是一次心灵的洗礼，更是一次精神的盛宴。每个讲座都蕴含着丰富的人生哲理，每个

活动都能净化心灵。在此期间，我对心理健康有了初步的了解，使我意识到掌握心理健康教育知识的重要性，意识到育人的重要性，意识到教师健康的心理对学生以及自身的重要性。在这次培训中，我有了很大的收获，感受颇多。

幼儿教师心理健康培训心得篇四

我参加了四天的“国培计划”送教下乡教师心理健康培训，受益匪浅，感想颇多。对我来说这次的培训意义重大、通过参加此次的心理健康培训，无论在理论知识方面，还是方法技巧上让我对心理健康教育有了更深的认识，教师不但要有渊博的学识和出色的专业技能，还要具备健康的心理和健全的人格，对我今后的工作有很大鞭策和鼓舞。下面谈谈自己的几点体会：

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。近几年学生心理健康问题呈上升趋势。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；如果学生心理不健康，他们的思想就会偏离轨道，这些对学生的生活、学习都受到一定的危害。现在学校心理健康教育越来越被重视。可是，学校的健康教育只是单一的，影响学生的心理健康因素还有家庭、社会。

1、家庭教育不当，造成心理隐患。

家庭是社会的细胞，是孩子成长过程中的一所学校。”家庭良好教育有利于孩子的健康成长，而家庭的教育不当则很容易造成孩子的心理隐患。

2、学校处理不当，造成心理失调。

学校是学生生活、学习的主要场所，学生的大部分时间都在学校度过。学校或教师在教育思想、方法上的不当或失误也

会影响学生身心健康。

3、社会负面影响，造成心理障碍。

现实社会的万紫千红、五彩斑斓，以及现实生活中存在的物欲诱惑、不健康的思想、情感、行为，都严重地毒害着学生的心灵。特别在当前，各种社会的传媒，信息化的作用等负面的影响，都会加重学生心理负担和内心矛盾，造成心理障碍。这些不良的影响，会引发一些不必要的麻烦甚至更严重的后果。因此心理健康教育应该是预防为主，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。

情绪对人的心理健康起着核心作用。健康的情绪能引导人积极向上，不良的情绪则会阻碍人的健康成长。学生拥有乐观、稳定的情绪是与教师分不开的。情绪有着极强的感染性，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，以此来感染学生的学习情绪。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。

今天，心理健康状况对学习、工作及思想的影响被越来越多的人所重视，学生的心理健康教育也日益成为学校教育的重要内容。家庭与学校都必须重视孩子的心理健康教育，老师与家长广泛涉猎孩子保健常识，建立和谐的师生或亲子关系，平等地同孩子交流，及时地发现并正确的指导孩子在成长期的行为变化。同时，我们学校利用家长学习、家长开放日、家长会等途径，坚持不懈向家长提出各种建议，指导家长开展家庭心理健康教育，效果很好。

幼儿教师心理健康培训心得篇五

xxxx年9月22日至9月28日，我有幸赴海南万宁兴隆参加了为期7天的海南省中小学生学习心理健康教育教师培训班的学习，通过培训，倾听了肖少北院长、刘海燕教授等6位专家的精彩讲座。他们用一个个鲜明的事例，阐述了心理健康这门学科的魅力所在，并且通过理论学习、自我剖析等让我们意识到心理健康教育是一门提高学生心理素质的基础教育，同时也让我们知道，加强对学生的心理教育，可以减少甚至杜绝学生心理问题的发生。要实现提高学生素质，促进学生的人格健全发展的目标，教师的作用是不可替代的，尤其是班主任。从而让我了解到心理健康教育的意义以及它的重要性，明白了教师不仅仅要教书，更重要的是要育人。更体会到新时期对健康理念的重视使我们不容忽视。现将本次学习的感悟总结如下：

本次学习让我更深刻的意识到教师心理健康学习刻不容缓。无论是从教师自身，还是从学生的角度去考虑，我们教师都有必要去学习这方面的知识。其实每个人都存在不同程度的心理问题，只是有些时候大家忽视了它的存在，或者有意识的否认它的存在。所以我们每一个正常的人都需要学习一些心理学方面的知识，更何况我们这些被称为灵魂的工程师的教师呢？教育是心与心的沟通，我们面对的不是一成不变的事物，而是有血有肉，有思想，有着复杂情感的人。有句话说得很好，只有心理健康的教师才能培养出心理健康的学生。从某种意义上来说，心理不健康的教师对学生身心造成的危害，远远超过其教学能力低下对学生学业所产生的影响。教师的心理健康更是直接关系到学生的心理健康、学业成就和人格发展。因此，教师心理健康是培养儿童心理健康的必要前提，维护教师心理健康对于培养合格人才促进教育和谐发展具有十分重要的意义。

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。许多天才人物或多或少地具有心理不健康症状。例如荷兰画家凡高生前是一个画坛无名小卒，一生中的大部分时间是在孤独中生活，是一个躁狂症患者，曾割下自己的耳朵作为礼物送给自己钟爱的女人，最后不能忍受贫困和疾病的折磨，开枪自杀；苏联著名诗人马雅柯夫斯基具有癡病性人格，情感多变，易激动，感情用事，好幻想，缺乏理智，缺乏自制力，由于他的恋人急着要去上班，没有听从他的意愿留下来陪他谈话而开枪自杀；美国作家海明威晚年患有躁郁症，由于不堪忍受疾病和心理上的重压也是开枪自杀的。这样的例子还有很多很多，这充分说明常态心理与变态心理之间没有绝对的鸿沟。每一个人都会或多或少具有一些，只是严重程度和影响学习生活的程度不同而已。教师也不例外。尤其是现代高速发展的充满竞争的社会，对教师提出了更高的要求，给教师带来更大的心理压力，更可能产生不健康的心理状态。

心理健康教育是一种时代的要求。良好的心理素质是人的全面素质中的一个重要组成部分，是未来人素质中的一项十分重要的内容。《中小学心理健康教育指导纲要》确定心理健康教育的总目标是：提高全体学生的心理素质，充分开发他们的潜能，培养学生乐观、向上的心理品质，促进学生人格的健全发展。心理健康教育的具体目标是：使学生不断正确认识自我，增强调控自我、承受挫折、适应环境的能力；培养学生健全的人格和良好的个性心理品质；对少数有心理困扰或的学生，给予科学有效的心理咨询和辅导，调节自我，提高心理健康水平，增强自我教育能力。在中小学开展心理健康教育，是我们学生健康成长的需要，是推进素质教育的必然要求。开展心理健康教育，可促使教师更新教育理念，促进学生主动发展，形成完善的人格；有利于提高德、智、体、美、劳教育的成果；有利于学生的排除、心理疾病的防治和精神健康的维护。因此说，开展学生心理健康教育具有重要的意义。

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。此外，教学的目的就是教书育人。为了让学生形成健康的心理，教师就要不断完善自己的人格，不断提升自己的人格魅力。良好的性格、高雅的气质、卓越的才能以及高尚的道德品质将对学生产生潜移默化的熏陶与教化作用，真正作到为人师表。只有形成学校、家庭、社会的心理健康教育网络，齐抓共管，学生的心理素质和心理水平一定能朝着健康的方向发展。

此次心理健康培训的时间虽然仅仅7天，但在我的心里却激起了层层涟漪。这次培训给予我的东西决不止心理学的理论知识，它会有一种延续性，影响着我的生活和工作…今后，我要从心理教育的层面上去教育我的学生，更多的关注学生的心理发展。为了让学生健康快乐的成长，我会继续认真的学习，并将所学用到实际工作之中！