

最新说爱情心得体会说(精选10篇)

心中有不少心得体会时，不如来好好地做个总结，写一篇心得体会，如此可以一直更新迭代自己的想法。我们想要好好写一篇心得体会，可是却无从下手吗？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。

说爱情心得体会说篇一

爱情是人类生活中最重要的一种情感，在每个人的一生中都会经历不同的爱情，也会在爱情中获得各种各样的体验和心得。在我的人生旅途中，我也有幸经历了一些爱情，这让我对爱情有了更深刻的认识和体会。以下是我对爱情的心得体会。

首先，爱情是人生中最美好的感受之一。当我们陷入一段真挚的爱情之中时，心中充满了种种美好的感受，如甜蜜、幸福、安全，以及对对方的深深怀念和期待。这种情感带给我们无比的勇气和动力，让我们愿意为对方付出一切。正是因为爱情的存在，我们的生活变得丰富多彩，更加有意义。

其次，爱情也是一场考验。在每段爱情中，我们都会面对各种各样的挑战和困难，这些考验不仅是外界环境的变化，还包括我们自身的心态和情感的变化。只有经历过这些考验，我们才能真正意识到爱情的宝贵和珍贵。我们需要学会去接纳对方的不完美，理解对方的需求，以及相互包容和尊重。只有通过共同面对困难和考验，我们的爱情才能更加坚固。

第三，爱情需要经营和维系。爱情不是一时的激情，而是需要我们用心去经营和维系的。我们需要不断地给予对方关爱和陪伴，相互倾听和理解。同时，我们也需要不断地提升自己，让自己变得更好，为对方带来更多的幸福和快乐。只有

通过共同的努力和付出，我们的爱情才能更加长久和稳定。

第四，爱情需要相互支持和信任。在爱情中，相互支持和信任是非常重要的。我们需要坚定地支持对方的选择和决定，给予对方足够的自由和空间。同时，我们也需要相信对方对我们的爱和忠诚，不去怀疑和伤害对方。只有建立在相互支持和信任的基础上，我们的爱情才能真正地成长和深化。

最后，爱情是相互成就和奋斗的过程。在爱情中，我们不仅要追求自己的幸福，更要共同努力去创造一个更加美好的未来。我们需要互相帮助和鼓励，共同追求事业和梦想，为对方的成长和进步付出努力。只有在共同成就和奋斗的道路上，我们的爱情才能达到更高的境界。

总之，爱情是我们人生中最重要的一种情感体验。通过我的爱情经历，我深刻地认识到爱情的美好和珍贵，也体会到了爱情的考验和需要经营的重要性。在未来的爱情中，我将更加珍惜和维护我们的爱情，共同创造一个更加美好的未来。我相信，在彼此的努力和坚持下，我们的爱情将会更加牢固和幸福！

说爱情心得体会说篇二

爱情是人类永恒的话题，对于每个人而言，爱情都是一种珍贵的感受和经历。然而，在爱情的世界里，我们时常为自己的爱情观念困惑不已，琢磨着怎样才能实现真正的幸福。经过多年的感情经历和思考，我渐渐明白，爱情观的体验需要以包容、坚持、成长、珍惜和分享为核心，这五个方面的体悟，是我对爱情的心得与体会。

首先，包容是一种理解和接纳，是相互尊重的表现。在爱情中，人们往往会经历各种情绪和冲突，但是真正的包容就是在这些时刻给予对方理解和宽容。当我们学会放下个人的自私和怨恨，以开放的心去理解他人的感受和想法时，才能真

正实现与对方的心灵相通，从而打造一段理解和和谐的爱情关系。

其次，坚持是爱情观中的重要一环。爱情是一种需要不断经营和维护的感情，而坚持则是这一过程中至关重要的要素之一。在爱情中，我们需要拥有对方无条件的支持和保护，同时也需要自己有一颗不屈不挠的心。当两个人面临困难和挑战时，只有互相鼓励与支持，持续坚持下去，才能最终走向成功。

再次，成长是一个人与爱情相互依存，相互影响的必经之路。爱情让我们在成长中不断超越自己，学会了解自己和他人，提高自己的情商和智慧。只有在成长中，我们才能真正理解和欣赏对方的优点和缺点，才能更好地与对方相处，并相互促进成长。通过成长，我们也能更好地认识自己的需求和价值观，进而建立一个更加健康和平衡的爱情关系。

此外，珍惜是爱情中最为重要的一个方面。珍惜对方的存在和付出，是我们对爱情的最好回报。无论是在平凡的日常生活中，还是在感情的低潮和波折面前，我们都应该学会珍惜对方的每一丝关怀和付出。因为只有珍惜，我们才能在岁月的沉淀中不断增添情感的厚度，保持彼此之间的深情厚意。

最后，分享是爱情中共同成长的动力和源泉。分享是一个人与人与人之间建立深厚感情的桥梁，它能够让我们用心倾听对方的声音，用心与对方交流。在爱情中，分享不仅是保持情感的温度，还是构建真实和谐关系的基石。通过分享，我们可以更加坦诚地面对彼此，相互扶持，共同成长。

总结而言，包容、坚持、成长、珍惜和分享，这五个方面的体悟，是我在爱情观中的真实感受和体会。正是由于这些体验和领悟，我不断学习和改进自己，使自己成为更好的伴侣。同时，这也是我对于幸福和满足的定义，只有在这样的爱情中，我们才能感受到真正的幸福与快乐。

说爱情心得体会说篇三

阅读了《教育心理学》，觉得很有收获，对自己今后的教育教学工作很有帮助。本书是以教育心理学为主线编写的，但也用一定的篇幅讲述了学习教育心理学所必需的普通心理学和儿童心理学的有关知识，其内容紧密结合中小学实际，且针对性强实用性强，便于自学。在通读本书后，对教育心理学的研究方向，原因及研究方法将会有一定的了解，另外关于书中涉及的普通心理学及儿童心理学方面的知识，相信对于理解教育心理学方面的内容也是有帮助的，因此我对本书中有关教育心理学方面的内容谈谈我的理解及感受。

我在书中没有找到作者对教育心理学的明确定义，而是通过介绍教学过程，通过与邻近学科的比较向我们展示教育心理学的性质作用和意义。

这两个学科比较好区分，我的认识是教育学更多的是重宏观的角度去研究我们的教育教学，而教学心理学已经进入到了我们的教学过程。教育心理学和普通心理学、儿童心理学的关系可以说是十分密切。教育心理学是以它们为学科基础的，却不好说谁包含了谁，谁从属于谁。教育心理学更好的帮助了我对学习过程和学习资源进行设计、开发、运用、管理和评估的理论和实践。

在通读这本书后，我对教育心理学的内容主旨，研究方向，原因及研究方法有了一定的了解，另外关于书中涉及的普通心理学及儿童心理学方面的知识，对于我在理解教育心理学方面的内容也有很大的帮助。

首先，关于教育心理学的研究方向。心理学作为研究人的心理现象，揭示人的心理活动规律的科学，其内容是丰富多样的。教育心理学，是心理学体系中与教育工作关系最密切的一个分支，要想知道它是研究什么的，就需要对它的对象，性质，内容，范围和任务做全面的考察和了解。

这本书谈到教育心理学的对象，是由于受教育体质发展和心理发展是紧密相关的，所以教育心理学也要联系到体质发展方面的有关问题。此外，教育过程也可以说是师生协同活动的过程，而且教师在这种活动中起着主导作用，因此，关于教师的心理学问题，也是教育心理学应该研究的一个特殊领域。而教育心理学的性质应该是由它的研究对象决定的，即“教育心理学是兼有社会科学和自然科学两种性质，而且是以前者为主的一门边缘科学”。不同社会制度国家的教育，对心理学的要求也共同点和不同点，这在一定程度上就影响了教育心理学的内容和范围。根据我国的教育方针和目的，我们的教育心理学的内容和范围是完全适应于我国的社会主义制度的要求的。教育心理学的任务就是揭示教育实践过程中的心理活动的规律和促进整个心理科学的发展。由此可见，教育心理学是以教育对心理学的要求为出发点，以解决教育实践中的心理学问题为目的的。

说爱情心得体会说篇四

爱情是人类关系中最迷人的一个领域，人们一直在追求和探索爱情的真谛。对于爱情，不同的人有不同的理解和体会。下面是我对爱情的一些心得体会，希望与大家分享。

第一段：爱情是一种默契和奉献

爱情是一种相互了解和默契的关系，它是两个人之间心灵的相互撞击和心灵的情感纽带。在爱情中，每个人都需要努力去理解对方的需求和期望，去磨合和迎合对方。爱情是一种奉献，需要付出和牺牲。只有真正愿意为对方付出的人，才能得到真正的爱情。而在这个过程中，我们也会变得更加包容和成熟。

第二段：爱情是一种成长和启示

爱情是一种让人成长的力量，它能够启发我们更多潜在的优

点和才能，并让我们从中学习和成长。爱情可以激励我们去勇敢面对困难和挑战，去舍弃自己的小我的利益，为了对方的幸福而努力。相信每个人在爱情中都会发现自己的不足和不完美之处，但正是这些缺陷，使我们更加珍惜和珍视荣幸得到的爱情。

第三段：爱情是一种承诺和责任

爱情是一种相互承诺和责任的关系，它需要两个人共同的努力去创建和维护。在爱情中，我们需要学会承担对方的困扰和关心，共同面对生活中的艰难和挫折。无论是金钱上的支持，还是情感上的扶持，我们都需要自觉地为对方负责。爱情是一种责任，只有在承担责任的过程中，我们才能获得真正的幸福。

第四段：爱情是一种忍耐和宽容

爱情不仅需要我们能够接纳对方的优点和长处，更重要的是学会容忍对方的缺点和短处。在爱情的历程中，我们难免会出现争执和抱怨，但是我们需要学会互相忍让和宽容。只有通过宽容和包容，我们才能在爱情的天空中创造一片和谐的领域。爱情需要我们具备智慧和理解，确保双方都得到尊重和关怀。

第五段：爱情是一种无私和度量

爱情是一种无私和度量的表现，它能够使我们学会关心他人的需要和利益。爱情中的每个人都需要学会放下个人小恩小怨，去真正关心和关爱对方。而在关心和关爱中，我们也会体会到爱情的美好和真谛。只有当我们不再计较和计较的时候，我们才能以一种成熟和乐观的心态去面对和经营爱情，实现我们的幸福。

总结：爱情不仅仅是一种感觉和情感的纽带，更是一种需要

我们不断努力和付出的关系。爱情需要我们用心去经营和体会，才能真正体验到它的美好和意义。无论是哪种形式的爱情，我们都需要学会相互理解和默契，懂得宽容和包容，承担责任和负重前行。只有通过这样的努力，我们才能在爱情的道路上走得更远，找到属于自己的幸福。

说爱情心得体会说篇五

什么是爱，什么是情？什么样的爱情又才算是爱情？

有爱情就注定有流淌不尽的泪花，这是爱情的命中注定。

无论在什么样的时代里，“爱情”都是这个世界上永恒不变的话题，没有早一步，也没有晚一步，紧紧的跟着时代的步伐。

无论贫穷还是富裕，“爱情”都是公平的，微妙的隐藏在某个不为人知的角落里，等着有心人去感知，去发现，去追求，去表白。

爱情，不分年龄，只要感觉到了，就可以奋不顾身的去爱，去付出，哪怕知道最后会失去也无妨，毕竟你曾经拥有。

或许你会觉得这很幼稚，完全没有理智可言。可在真爱面前，又有多少人可以保证自己是理智的。就算你是理智的，那么这个时候，你真应该怀疑下自己是不是真的爱着对方。

因为在真爱面前，智商就是零。如果是爱，你就希望拥有，你的欲望会无限的上涨残忍的吞噬你想保持的理智。这才是爱情——“真爱”。你可以不承认，但这是一个铁骨铮铮的事实。

人生不可能一帆风顺，同样爱情也是如此，所以眼泪就是爱情中的产物，也是对爱的一种最无暇的诠释。有的人爱你，

可你偏偏就不喜欢他，那么就算他对你再好，也无济于事，因为你对他没有感觉，所以他为你付出再多，你也不会喜欢他。或许因为某种良心上原因，你选择了和他在一起，那这也不是爱情，这仅仅只是你对他恩德的回馈与感激，这里面没有夹杂着一丝一毫的爱的成分。

有人说，人的一生要恋爱三次，这才是最完整的人生。第一次是，他爱你，而你却不爱他。第二次是，你爱他，而他却不爱你。第三次是，你们彼此相互爱慕、眷恋，功德圆满，修成正果。

每一次的爱与不爱，都带着喜怒哀乐，都是一次刻苦铭心的成长。也许，你不爱他，但他却让你懂得了什么是爱。也许，他不爱你，到他却让你学会了坚强，学会了适时的舍弃也是一种获得。

可以说，真正的爱情是在眼泪的浇灌下才变得无坚不摧的。不是有句俗语这样写的吗，夫妻本是同林鸟，大难前头各自飞。是的，没有经历过风雨的爱情就是这样的脆弱，经不起时间和事物的考验。所以，没有眼泪的爱情，就是树梢上摇摇欲坠的枯叶，经不起风的`摇曳。

爱情是由一滴滴琥珀积聚而成。你的一生或许可以经历过很多次爱情，但让你刻苦铭心的却只有那么两三次而已。因为只有爱过，痛过，恨过，你才能真正找到自己的真爱。而那一滴滴撕心裂肺凝聚的珠花才能会让你走向真爱，并适时的拥有它。

眼泪是爱情的见证者，同时它也为你们之间的爱情上了一道保险锁。牢牢的锁住了彼此的心，让两个灵魂相依相畏，相扶到老。

真正属于你的爱情，只有在眼泪中方能找寻。每一滴泪都凝固着你对他的恨，因为爱有多痛恨就有多深。每一滴泪都是

一次人生的洗礼，因为你或多或少都懂得了一些人生道理。每一滴泪都是爱情的写照，因为这是你对他爱付出的结晶。

什么是爱，什么是情？什么样的爱情又才算是爱情？你，懂得了吗？

眼泪中交织的爱情，是唯美的。或许撕心裂肺，痛不欲生，但却带有玫瑰的馨香和淡淡的野菊花的芬芳。

说爱情心得体会说篇六

爱情是人类生活中重要的一部分，也是人们心中永恒的话题。无论是在文学作品、电影还是现实生活中，爱情始终如一地吸引着我们的目光。然而，爱情究竟是什么？人们通过不同的角度和经历向我们展示了各种爱情的模样。在我看来，爱情是一种思维方式与处世态度，它源于内心的感受，却需要用行动去传达。以下是我从生活中的体验中所得出的心得体会。

在爱情的世界里，话语很重要。在两个人相处的过程中，相互交流是非常重要的，而诚实与尊重则是良好沟通的基石。通过坦诚地交流与倾听，我们能更好地理解对方的需求和感受。尊重对方也意味着尊重对方的独立性和个人空间，不要过分依赖对方。每次的争吵都是一次机会，通过争吵去改进自己，在危机中成长和修复。

爱情需要付出和奉献。在爱情中，彼此的关爱和关心是不可或缺的。爱需要用实际行动来表达，通过给予对方的陪伴、支持和关注来证明对对方的爱。在爱情的长河中，我们不能只想着获取，而要懂得付出。对爱和被爱的态度应该是主动和自发的，而不是被迫和被动的。

爱情是成长和学习的旅程。在爱情中，常常会发现自己的不完美和不足，也会发现对方的瑕疵和缺点。然而，在这个过

程中，我们可以通过对爱情的坦诚和宽容来改变和成长。在面对问题和矛盾时，我们要学会接受和宽容，学会给对方和自己改过的机会。爱情是一次不断追问自己的旅程，它让我们看到自己的不足，也让我们更加勇敢地面对和改善自己。

爱情是需要努力维系的。爱情需要双方共同努力和投入。当两个人在一起时，时光会带来新鲜感，但也会有平淡期。这是一种考验。在这个过程中，我们要通过共同的兴趣爱好和价值观来找到共识，并共同努力去发展和维系爱情的稳定和幸福。这也需要我们保持真实和坦率，不断调整自己的为人思维方式。因为每个人都是独立而不断变化着的。

爱情是一种巧妙的平衡。在爱情中，我们需要平衡自己和对方之间的关系。我们要学会独立和自立，不要过分依赖对方，因为只有成熟的独立个体才能真正的相互支持和帮助。同时，我们也要学会为对方付出，照顾对方的需求和情感，让对方感受到被爱和安全。只有在平衡中，爱情才能长久。

综上所述，爱情不仅仅是一种情感表达，更是一种思维方式和处世态度。通过倾听、尊重、付出和奉献，我们能够建立良好的沟通方式，以及培养健康的爱情关系。通过成长、学习、努力和平衡，我们能够让爱情变得更加美好和持久。正如人们常说的那样，“爱是不可言说和无法形容的”，爱情需要我们去实践和体验，用心去感受和珍惜。只有真正懂得并付出行动，我们才能享受到爱情带来的幸福和满足。

说爱情心得体会说篇七

上完今天的课，我有很多感触，可又不知如何更好地去表达，所以想就几个感触很深的点谈一下我自己的想法。

- 1、“不幸通过任何方式都可以传播，幸福需要很努力才能传播。”

当屏幕上出现这一行字时，当听到了老师讲到婚外恋所导致的诸多不幸，以及一连串的循环效应时，我有点难以置信，原来抽象的情感也可以比枪弹炮药更具有摧毁性的。

2、还有那句“有帮人的欲望却没有帮人的能力时去帮人也许会害人。”生活中的我只会单纯的想“乐于助人”却没有考虑我只是站在自己的角度，以一种同情的心理以及姿态去单纯的给予我认为是对他有益的帮助，却没有理性的去思考，我自己是否有充足的能力，并且我的这种帮助是否真的对他有益。通过这节课，我懂得了以后的日子里，我应该让自己变得更加理性，恩恩，真正做到给予别人真正需要的帮助，把正能量传达给别人，同时要有保护自己的不被别人的不幸传染的能力。

3、“当你认为习以为常的东西被人拿走后，要学会接纳。”丁老师在这里讲到，被抢走习以为常玩具的小朋友，为了那一个玩具，而忽视了诸多的其他玩具。老师解释说失去会导致聚焦，这个时候我们要学会接纳，分散注意力。曾经听过一篇文章讲的是“气”与中国人的上访，貌似是说中国人为了气(我理解为面子)去上访，而这次，丁老师换个角度，讲了这么个例子。一个人非常有前途，他自己也认为未来非常美好，却因为一次偶然成为跛子，因此他去上访，希望别人赔偿他无限美好的未来，最终只能随着时间的推移，他距离美好的未来越来越远。相反，吉林大学的一名因疾病成为跛子且上肢畸形的女生坦然接受自己的残缺，并凭借努力为自己创造了美好的未来。这确实这的我们每个人思考，当我们不能改变我们所不能改变的时候，我们只能坦然的接受，淡然的并以一种积极的心态去为自己尽最大的可能争取。

4、自尊即self-esteem 把自己看做什么。听完丁老师自己学英语的艰难历程之后，我似乎看到自己学英语存在的问题了，我一直告诉自己的是，我的听力不好，去迟迟未采取行动去补救，每次英语考试考差事，我都安慰自己，是听力错多了，看来以后我要换用另一种角度去激励自己学习英语了。“到

此一游”似乎也能很好地解释我高考前模拟考试忽高忽低的现象，以前一直以为，是自己骄傲的心理作怪，今天才明白原来是我自己的不自信，从不相信自己会凭借自己的能力考好，一直用运气或者巧合安慰自己，而没有进一步去思考自己考好与考差的真正原因。

说爱情心得体会说篇八

爱情是人生中最美丽而又复杂的情感之一，它能给予人无尽的温暖和幸福，却也可能带来痛苦和伤痛。通过自己的亲身经历和观察，我认为爱情需要经过理智、忍耐、信任、包容和真诚的检验，才能达到真正的美好。以下，我将分享我对爱情的一些心得体会。

首先，理智是维系爱情长久的基石之一。在与另一半相处时，我们不能过于冲动和盲目，一味地沉浸在初期的甜蜜当中。爱情是需要思考和抉择的，我们需要理性地思考是否双方的人生目标、价值观和生活习惯是否相合。只有在双方有着共同的基础之上，才能够建立长久稳定的爱情关系。

其次，忍耐是爱情中不可或缺的因素。爱情是由一段段琐碎的日常生活组成的，而这些琐碎的生活中难免会出现磨擦和摩擦。当我们遇到挫折和困难时，我们需要有足够的耐心和宽容去面对。我们应该学会忍耐和理解对方的缺点和不足，给予彼此更多的支持和鼓励。只有在面对困难的时候，我们才能检验出彼此对爱情的真诚和坚持。

信任是爱情中重要的基础之一。没有信任，爱情将无法生存和发展。信任需要双方共同努力去建立和维护。我们应该相信彼此，相信对方对这段感情的真诚和执着。只有相互信任，我们才能够在困难的时候相互携手，共同克服困难。

包容是爱情中感情深化的必然结果。每个人都有自己的个性和特点，我们不可能完全符合对方的期望。在爱情中，我们

需要学会包容对方的差异，并且尊重和欣赏对方独特的魅力。包容能够使爱情更加持久，也能够使彼此更加快乐。

最后，真诚是爱情中最重要的品质。只有真诚，我们才能够建立起深厚的感情，只有真诚，我们才能够让对方真正信任和依赖我们。在爱情中，我们应该勇敢地表达自己的感受和想法，不要隐藏自己的真实面貌。只有真诚，我们才能够在此彼此心灵相通的基础上建立起一段美好的爱情。

总而言之，爱情需要经过理智、忍耐、信任、包容和真诚的考验，才能够达到真正的美好。而正是这些品质的培养和坚持，使我们的爱情关系更加牢固和持久。在爱情中，我们需要不断地学习和成长，不断地与对方相互沟通和理解，共同创造一段幸福美满的爱情。

说爱情心得体会说篇九

上完今天的课，我有很多感触，可又不知如何更好地去表达，所以想就几个感触很深的点谈一下我自己的想法。

1、“不幸通过任何方式都可以传播，幸福需要很努力才能传播。”

当屏幕上出现这一行字时，当听到了老师讲到婚外恋所导致的诸多不幸，以及一连串的循环效应时，我有点难以置信，原来抽象的情感也可以比枪弹炮药更具有摧毁性的。

2、还有那句“有帮人的欲望却没有帮人的能力时去帮人也许会害人。”生活中的我只会单纯的想“乐于助人”却没有考虑我只是站在自己的角度，以一种同情的心理以及姿态去单纯的给予我认为是对他有益的帮助，却没有理性的去思考，我自己是否有充足的能力，并且我的这种帮助是否真的对他有益。通过这节课，我懂得了以后的日子里，我应该让自己变得更加理性，恩恩，真正做到给予别人真正需要的帮助，

把正能量传达给别人，同时要有保护自己的不被别人的不幸传染的能力。

3、“当你认为习以为常的东西被人拿走后，要学会接纳。”丁老师在这里讲到，被抢走习以为常玩具的小朋友，为了那一个玩具，而忽视了诸多的其他玩具。老师解释说失去会导致聚焦，这个时候我们要学会接纳，分散注意力。曾经听过一篇文章讲的是“气”与中国人的上访，貌似是说中国人为了气(我理解为面子)去上访，而这次，丁老师换个角度，讲了这么个例子。一个人非常有前途，他自己也认为未来非常美好，却因为一次偶然成为跛子，因此他去上访，希望别人赔偿他无限美好的未来，最终只能随着时间的推移，他距离美好的未来越来越远。相反，吉林大学的一名因疾病成为跛子且上肢畸形的女生坦然接受自己的残缺，并凭借努力为自己创造了美好的未来。这确实这的我们每个人思考，当我们不能改变我们所不能改变的时候，我们只能坦然的接受，淡然的并以一种积极的心态去为自己尽最大的可能争取。

4、自尊即self-esteem 把自己看做什么。听完丁老师自己学英语的艰难历程之后，我似乎看到自己学英语存在的问题了，我一直告诉自己的是，我的听力不好，去迟迟未采取行动去补救，每次英语考试考差事，我都安慰自己，是听力错多了，看来以后我要换用另一种角度去激励自己学习英语了。“到此一游”似乎也能很好地解释我高考前模拟考试忽高忽低的现象，以前一直以为，是自己骄傲的心理作怪，今天才明白原来是我自己的不自信，从不相信自己会凭借自己的能力考好，一直用运气或者巧合安慰自己，而没有进一步去思考自己考好 与考差的真正原因。

爱情心理学心得体会5

说爱情心得体会说篇十

英国著名小说家莎士比亚说过：错误并非出自我们的星球，而是出自于我们自身。

心理学，一个既熟悉又陌生的词语。其实，在我还没有学习心理学的时候，我一直对这个概念似懂非懂，本以为自己虽然对“心理”说不出个所以然来，但小小的心得体会还是有的，但经过老师的教导，才知道自己之前其实根本一点都不了解心理学，不过，经过这一学期的学习，我对心理学的认识不知不觉中多了很多。

根据老师的教导，结合老师的原话，我对心理学的总结如下：

(一)心理学教育是在新形势下加强和改进学校德育工作的需要，是促进意志、个性、气质等非智能结构发展的需要，是促进学生身心健康全面发展的需要，是适应未来社会竞争的素质教育的需要，是探究一个人的心理活动与行为纪律的科学。

(二)学习这门课程，对于维护自身的心理健康和身体健康有着重要意义，同时对于关注他人，帮助他人也有重要意义。一个人的内心情感——喜怒哀乐忧伤悲会直接表现为外在行为上，一种乐观、积极向上的心态会使外在的生活充满愉悦之感。学习这门课程之后，会逐步了解自己的性格特点和心理健康状态，同时也会更加关注周围的人。

经过这一学期的学习，我有了许多体会，因此做下以下决定：

(一)提高自控能力。可以看到，大学生自由支配的时间实在很多，多到使很多人没有去学习，整天只知道玩游戏打发时间，虽然我没那么严重，但也差不多，所以我需要有较强的自控能力，增强学习自觉性，否则再这么下去也是浪费时光，荒废学业。

(二)克服自卑。我们周围有不少人有自卑心理，也就是不愿意接受自我，我就是其中的一个。老师说过，对青年来说，正确评价自我、接受自我至关重要，它关系到建立正确的自我观念，适应环境，促使性格健康发展。接受自我，去除自卑感，是精神健康的重要保证。因此，我要的真正了解我自己，克服自卑。

(三)正确走好感情之路。这一学期的最后一讲，讲的就是大学生恋爱心理学，让我感到很震惊，没想到大学生恋爱有这么多学问。老师讲过，有同学们在恋爱过程中，不同气质类型的人常有不同的表现。但由于气质本身并无优劣之分，故其表现也都有积极的一面和消极的一面。各种气质类型的人都可能尝到爱情之果的酸甜苦辣。恋爱的不顺利，原因很复杂，但气质方面的消极因素无疑也起了作用。有的固然失之于古板迟滞，而有的却恰恰受害于过分的灵活通便。所以，拥有心理健康方面的心理知识，才能使自己走好自己的感情之路。

虽然这个学期心理学的课程已经结束了，但它能带给我很多东西。做人，不但需要被爱，还要去爱人，更要爱自己，懂得爱自己的人才能真正领悟到世间的有情。多一些信心，多一些爱，才会找到一条比旁人更美丽，更宽广，离成功更近的路！有人说，当遇到心烦的事时候，乐观一点，勇敢一点，博学一点，那快乐就在你身边。心理学的价值就是让世界充满快乐！