

最新教师心理证培训心得体会 教师定制心理培训心得体会(大全10篇)

心得体会是指一种读书、实践后所写的感受性文字。那么你知道心得体会如何写吗？下面是小编帮大家整理的心得体会范文大全，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

教师心理证培训心得体会篇一

在我所就读的高中里，我们的教师经常会定制心理培训课程，旨在提高我们的心理素质和能力。感谢这些培训，让我在成长中懂得更多，获得更多。

首先，我学会了积极的情绪调节方法。在高中学习和生活中，压力和困惑时常有之，但是我现在能够利用一些方法来保持平静，比如深呼吸、放松练习、音乐疗法等。虽然这些方法不一定是百分百有效，但是他们确实能够帮助我们缓解压力和焦虑，甚至达到让我们变得更为有条理和自信的效果。

其次，我意识到了自己的思维方式和方法。在这方面，我们的教师给了我们很多关于如何有效地学习的建议。比如，我们应该注重阅读、改进交流能力、注重记忆等等。在教师的培训下，我学会了利用这些细节和方法来优化自己的学习经验，尽可能地提高自己的学习效果。

此外，我还学会了更多关于团队精神及其在工作中的应用。无论是在班级内部还是在学校的社团组织中，团队精神都是非常重要的。我的老师们会在培训中强调我们要学习如何团结合作、有效沟通、充分利用群体智慧、以及相互帮助和担任不同角色等等，这对我们的工作和生活都有非常大的帮助。

总之，我非常感激我的教师们，他们的心理培训课程让我们

在高中生活中受益匪浅。虽然我们一直在走向越来越艰难的考试环节，但是我们不应该放弃尝试，我们应该不断学习，不断完善自己的心理素质，让自己在逐渐繁重的学业中备受挑战的同时，也能发现更多有趣相关并积极进取。

教师心理证培训心得体会篇二

我是一名高中生，最近学校组织了一次针对教师的心理培训。在这次培训中，我有了一些收获。

首先，培训中讲到了教师应该如何为学生树立正确的行为模范。教师在平时的言行举止中，应该时刻注意自己的言行举止是否得体、是否符合社会公德以及是否符合国家法律法规。作为老师代表，教师应该给学生树立积极向上的形象。

其次，教师应该注重对学生的情感管理。教师需要了解学生的成长发展特点以及心理变化，及时发现并解决问题。在课堂上，教师应该注重和学生的交流，倾听学生的意见和建议，帮助他们解决内心的困惑，让他们得到关注和理解。

同时，培训中还提到了教师的自我成长。教师需要不断地学习、提高自身的素质，不断更新自己的知识和技能。只有这样，才能更好地为学生提供优质的教育服务。

最后，我想说的是，教师是一种神圣的职业，也是一种高贵的职业。教师肩负着培养人才、传承文化的重要使命。因此，教师需要拥有高尚的情操、扎实的专业知识和良好的师德修养，做到慎言慎行、严以律己。

通过这次心理培训，我深刻认识到了作为教师的责任和使命，也深刻感受到了教师的辛苦和不易。只有加强教师队伍建设，提高教师的心理素质，才能真正提高教师的教育教学质量，培养出更多优秀的人才，让我们的国家更加繁荣富强。

教师心理证培训心得体会篇三

段落一：引言（200字）

在如今竞争激烈的培训行业中，教师们的心理健康显得尤为重要。作为一名培训教师，我在多年的从业经验中积累了一些关于维持心理健康的心得体会。在这篇文章中，我将分享我所学到的五个方面，希望对其他教师提供一些帮助。

段落二：保持工作与生活的平衡（200字）

作为一名培训教师，我们经常需要熬夜备课和处理学生的问题。然而，为了保持心理健康，我意识到必须在工作与生活之间建立平衡。我每天都设定一些时间用来放松和娱乐，例如阅读书籍、锻炼身体或与朋友聚会。这样的休息和娱乐时间有助于减轻压力，并且让我在工作中更加专注和高效。

段落三：学会管理情绪（200字）

培训教师需要面对不同年龄、不同学习能力的学生，有时候会遇到一些无法控制的情境。因此，学会管理情绪对于维持心理健康非常重要。我通过参加冥想、太极拳等活动学会了放松身心，使自己在课堂上表现得更加镇定和专注。此外，与同事和家人分享自己的感受也是一种非常有效的情绪管理方法。

段落四：寻求支持和建立人际关系（200字）

培训教师常常会感到孤独和压力巨大，因此，寻求支持和建立人际关系对于心理健康至关重要。我发现与同事交流工作上的挑战和快乐，与朋友分享日常生活的喜怒哀乐，能够减轻负担并产生积极的效果。此外，我也会积极参加培训师交流会议和研讨会，与其他教师互相交流心得体会，这不仅能够拓宽视野，还能够找到更多的正能量和鼓励。

段落五：养成良好的生活习惯（200字）

为了维护心理健康，养成良好的生活习惯也是非常重要的。我每天保证充足的睡眠时间，饮食均衡并注重营养，定期锻炼身体。这些习惯帮助我保持健康和精力充沛，从而更好地应对工作和生活的压力。此外，我也会定期参加一些兴趣爱好的活动，如画画、写作等，以保持快乐和满足感。

总结（200字）

培训教师心理健康是我们工作的基础，只有保持良好的心态和心理状态，我们才能够更好地履行我们的教育使命。维持工作与生活的平衡、学会管理情绪、寻求支持和建立人际关系以及养成良好的生活习惯，这些都是我多年从教的心得体会。我相信只要我们牢记这些经验，并不断实践与调整，我们将能够成为更加心理健康、积极向上的培训教师。

教师心理证培训心得体会篇四

这次参加了学校教师心理健康培训，受益匪浅，感想颇多。我想就此问题谈谈自己从这次培训中获得的体会。

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。

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心理障碍，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。

教师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。

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。

以上，是我的体会，收获是巨大的，体会可能肤浅，一点建议仅给同行们参考，当然，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。希望我们都能保持开阔的心境，良好的心态！

教师心理证培训心得体会篇五

三天的培训结束了，我没有急着坐下来去写什么，昨晚彻底的休息、娱乐了一回。让培训的劳累释放，心情平静后，听着音乐，静静地梳理。

总起来讲，这三天的培训给我的'感觉就是累但快乐着。累是指连贯紧凑的时间让我身体有点吃不消，尤其是最后一天，由于杨敏毅老师要赶航班，中午13:30就开始了。快乐是指心灵上的，这也是我此次培训最大的收获。我接触到了一些新的理念、亲自体验到了心理活动的乐趣、得到了专家的启发、坚定了自己工作的目标、在全区教师面前适度地展示了自己、认识了几个同行朋友。

首先，给我留下深刻印象的不是什么先进理念和意识，这些我也有稍许的具备。而是杨敏毅老师在活动和讲座过程中针对具体情况作出的话语阐述。例如在组织活动时，碰到不配合、满是不服和怨言的人时，心理辅导员不是生气埋怨而是要想到：有阻抗的人往往是有想法的人，和你做对的人往往是有能力的人。要用自己的人格魅力去搞定他。

是啊，心理辅导员自己首先要做到情绪稳定、镇定自若。当然这句话不仅适用在工作中，在我们的人际交往中同样适用，当你碰到孤傲的人时，想想这句话，也许看他的眼神就不再是鄙夷的，而是去努力探索他身上值得他骄傲的资本了；在讲

到心理主持人的角色时，杨老师提到：记住主持人是幕后者，最终目的是助人自助。

心理事业是功德无量的事业，不是短期的、有回报的工作。的确，当校长初次示意让我做专职的心理辅导老师时，我的反应就是排斥，觉得自己的专业是教育学，虽说和心理沾点边，也在读研时接触过心理活动，但总觉得自己在一个陌生的行当里从头学起是件不太容易的事情。继而我又想到了，做英语老师可以做家教，赚点钱补贴家用，而心理老师，无论如何是不能收钱的。

这就是杨老师说的吧，作心理老师是要有一点精神的，有一些奉献、一丝高尚。我们是做人的灵魂工作，这一点任何行业是无法比拟的。心理老师才是确切的心灵工程师；在做心理音乐意象活动时，杨老师讲到：当你闭上嘴的时候，你就打开了眼睛；当你闭上眼的时候，你就打开了心灵。真的是这样，闭上眼睛，就发现，这一刻，一切都是静止的，外在的一切全都被抛开，惟一可以解读的就是自我。当我们身心劳累时，尝试着在一个安静的环境里闭会眼，找回那个迷失的自我。

除了专家的教诲，给我留下深刻印象的还有我体验到的一系列活动。我学习到了很多组织主持活动的技巧、方法；从活动中体会到了活动的内涵。这些活动是我不曾体验的，自己融入到团队中，从最初的旁观、被动到后来的积极、主动，我是被活动的魅力一步步吸引进去的。每做完一个活动，我都会想，这个活动我也要给我们学校的学生、老师们做，让他们也有快乐的体验、升华的思考。

当然，三天的培训，除了收获，自始至终，我都有一种自愧不如的感觉。一部分是因为初次步入工作岗位的压力，一部分是意识到自己的很多能力真是有待提高，自己离一名合格的心理教师、活动主持人的距离还很远。这一条路漫漫且艰辛，但心底里却有个强有力的声音告诉我，一步步地去走，一件件地去做，我终会到达理想的彼岸。一切，只因，我热

爱这份工作。加油！

教师心理证培训心得体会篇六

作为一名教师，在学生的成长过程中，我们除了关注他们的学习以外，更需要关注他们的心理健康。然而，现实的教育工作中，教师在心理工作方面往往缺乏相关知识和技能，这给教育教学工作带来了一定的困难和挑战。为此，许多学校和教育机构开始开展教师心理工作培训，以提高教师的心理素质和心理辅导能力。我也有幸参加了一次教师心理工作培训，得到了很多收获和启发，下面我就和大家分享一下我的体会和感悟。

第二段：深入学习教师心理工作理论

在培训中，我们首先深入学习了教师心理工作的相关理论，了解了学生心理发展的特点和规律、常见的心理问题及其处理方法。通过理论学习，我深刻认识到作为一名教师，我们不仅要关注学生的知识学习，更要关注他们的情感需求和心理健康，理性分析和解决学生的心理问题，是我们提高教育教学质量的基础。

第三段：实践操作心理辅导技能

随着理论知识的学习，我们开始进行实践操作，熟悉心理辅导技能和方法。通过个案分析、角色扮演等方式，我们模拟了一系列心理辅导情景，学习了如何与学生有效沟通和建立信任关系，如何识别和处理不同类型学生的心理问题，如何运用不同的心理辅导技巧和策略进行有效干预。这些实践操作不仅帮助我们更好地了解了学生的心理需求和行为特点，也提高了我们的教育教学能力。

第四段：掌握自我调节与倾听能力

在培训中，我们不仅学习了如何处理学生的心理问题，还注重了自身的心理健康和调节能力。通过课堂讲解、小组讨论等形式，我们了解了自我调节的重要性和方法，并掌握了警觉自身心理压力的能力。同时，我们也学习了倾听的技巧和方法，通过倾听让学生发泄情绪、宣泄压力，有助于缓解学生的心理压力和负面情绪。

第五段：总结与展望

在教师心理工作培训中，我收获了很多，不仅有理论知识的学习，也有实践操作的机会，更有自身心理调节和倾听能力的提高。通过培训，让我更深入地认识到作为一名教师不仅要传授知识，更要关注学生的情感和心理健康，这是提高教育教学质量的重要途径。未来，我也将继续学习和实践，提高自身心理素质和辅导能力，为学生的成长和发展贡献自己的力量。

教师心理证培训心得体会篇七

7月17日至7月19日，我非常荣幸的参加了宁县教育体育局组织的心理健康教育培训，分别聆听了西北师大心理学院彭霞老师《心育有行、育心无痕》、丁艳芬老师《做阳光智慧的教师》、赵国军教授《中学生人际交往问题及其辅导》和《中学生心理健康教育教学设计》、杨晓莉教授《中学生典型学习问题及其辅导》、姜艳斐博士《放松心情，迎接挑战》的精彩报告，通过三天的学习我受益匪浅，感受颇多。

通过学习使我认识到了心理健康教育的重要意义。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。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；有利于学生心理障碍的排除、心理健康的维护。因此说，开

展学生心理健康教育具有重要的意义。

从班主任的职责来看，班主任要当好学生的心理保健医生，促使他们身心健康的发展。这是因为心理健康是班级德育工作的一个组成部分，班主任做好心理健康教育，才能够全面提高学生的心理素质和全面素质。心理健康内涵的核心是自尊。加强对学生的心理健康教育。结合不同年龄阶段的学生特点，为学生创设良好的心理发展环境。一个学生要能与周围人保持一种融洽、正常的交往，才能在心理上产生安全感、归属感和自信心。因此，我们要积极为学生创设良好的心理发展环境，应该把工作重点放在平时维持其心理平和、积极、顺畅等上面，营造好孩子们良好的心理健康成长环境，为孩子们建设和谐平等的集体，尽量让每一个孩子能够在充满关爱、温暖、上进的学习环境之中，避免对于孩子们成长不利因素的出现。

教师本身也要注重自己的心理健康。教师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。

我也加深了对学生的认识，善于读懂学生的心：1、了解学生的心理需求；2、懂得学生的情绪表达；3、判断学生的行为异

常。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。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。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。

教师只有在了解学生心理的基础上，才能真正地关心学生尊重学生，在教育教学中力图营造宽松的心理环境，并允许个性的张扬，允许权利的捍卫，允许爱好的发展，允许孩子自主的选择，使孩子的自尊自信得到充分发展。并在教育中积极地挖掘教育思想，在学生思想、学习、生活等方面遇到困难时，才能主动关心帮助引导他们。

一名教师对学生的影响不仅是知识上的智力上的影响，更是思想的、人格的影响。教师作为一个人，作为社会的一个人，对成长中的学生有着巨大的又是潜移默化的影响。但这种精神上的影响需要精神的感染，需要教师的人格力量，需要教师自身的心理健康和不断的学习与发展，需要教师发自内心的热爱和体验教育真谛并为之感到幸福。所以，作为一名教师，我们就需要不断的接受新知识，新观念，在不断的学习过程中充实、完善自我。

在今后的教育教学中我一定会保持一颗健康、公平的心态，关注每个学生，善待每一个学生，关心爱护自己的学生，让他们在轻松愉快的氛围中快乐成长，成为祖国的有用人才。

教师心理培训心得体会2

教师心理证培训心得体会篇八

在这个快速发展的时代，教师的心理健康与教育质量密不可分。为此，我的学校提供了教师定制心理培训，并给予每位教师一次参加的机会。

在进行心理培训的过程中，我有了一些深刻的感受与收获，现在把它们分享出来。

第一，培训帮助我更好地管理情绪。作为一名老师，在工作中遇到的问题和挑战是各式各样的，避免情绪失控是必要的。培训哲学中的“接纳”、“觉察”、“理解”等都对我有很大的启发。通过这些方法的运用，我成功化解了我内心的消极情绪，极大地提升了个人幸福感和工作效率。

第二，培训让我更好地处理工作中的紧张氛围。在教育工作中，我们常常需要面对挑战和高强度的工作环境。在这种情况下，培训教育给予了我许多有效的工具，如心理调节、身体放松、注意力训练等。这些技巧不仅可帮助我们更好地应对工作压力，同时还可减少身体上的一些问题，如腹胀、头疼等。

第三，培训让我与同事们建立了更紧密的联系。培训期间，我与其他教师有了充分的互动和交流。我们彼此分享工作和生活中的经验，并探讨了方法。这不仅加强了我们之间的连接和信任，还帮助我们更好地完成工作任务和提高个人绩效。

最后，我想说这次教师定制心理培训的体验，极具意义。这次培训，深入了解了自己，认识到自己的不足之处，并且促进了同事之间的建立联系，使得我们的教育教学变得更加便捷和高效。

教师心理证培训心得体会篇九

使我学习了许多专业的心理知识,真正弄懂什么叫做“心理健康”,愿意做一名真正有阳光心态的二十一世纪新型教师。以前很多的疑问都得到了解决,我真正认识到了心理健康的重要性。作为一个人要身心健康,就是不仅要有健康的体魄,还要有健康的心态,两者有机结合才是一个有健全人格的人。

世界卫生组织宣言近年来一再强调指出:“健康不仅仅是没有躯体疾病,心理和社会功能均臻良好的状态。”这句话给我留下了深刻的印象。还是经过了此次学习,我真正感觉到了不仅学生要保持心理健康,教师本身更要保持心理健康。

作为教育者我们要言传身教,潜移默化、以身作责。所以具有卓越的专业知识技能固然重要。但具有健全的人格魅力与健康心态也势在必行。的确,有的教师患上“职业倦怠症”。影响了身心健康也波及了学生,真应该重新校正一下心里运行航向,有利于自身发展更有利于学生身心健康。

教师常常要做学生的心理工作,给学生排忧解难,而教师的心理压力又怎样解决呢?听了这次心理健康培训,这个问题已经迎刃而解。我们总教育孩子兴趣是最好的老师,那我们就把自己的兴趣培养起来吧。你看那些靠出苦力搞装卸工作的人们,他们要付出多少汗水,才赚到并不可观薪水。而且我们是坐在办公室、站在班级里,风吹不着雨淋不着,多么幸福!这就叫知足者常乐!看一看我们每日的工作,虽备讲批辅考,看似紧张忙碌点。但乐趣太多了!教学相长使我们知识愈加渊博。

教师的工作环境是学校,和自己的学生终日在一起。社会分工的其他工作都是针对物品,或者人的某一方面或者某一段时间来服务。而老师的服务对象是人——成长中的人,并且肩负着指导他们成长的重任。那种八小时以外的时间,还在为自己的学生的成长和未来殚思竭虑也的确是一种压力。但我们

会有解压的办法……

教师心理证培训心得体会篇十

20xx年1月18、19两天，岱岳区教育局师训科组织学校教师参加教师心理培训。经过2天的教师心理学培训学习，收获很多：使我初步了解到目前老师心理健康的状况，教师心理问题产生的原因等，这些问题都是和我们每一位老师切身相关的。同时也让我们知道了如何解决这些问题的方式方法。比如：为师者，要以平和的心态来教育学生，以真诚的心来帮助和引导学生，以发展的眼光来看待学生在成长中出现的问题和不足，在这过程中，教师的心情是愉悦的。下面我将这次培训的所得与领悟记录下来，与大家共勉。

教师是学校心理健康教育的具体实施者，他不但要有渊博的学识和出色的专业技能，还要有健全的人格。教师的言行对学生有很大影响，在学生的心目中，教师是很神圣的。因此，教师完善的心理素质，是构建良好师生关系的基础，是实施心理健康教育和情感教育的出发点。新的教育实践要求每一位教师都应不断地完善品德修养，提升自己的人格魅力。

通过学习，我知道了教师要善于做好自身的心理调节及保健工作。要了解自我，辩证地看待自己的优缺点。要做到这些，就必须增强心理保健意识，掌握心理调适方法。教师应善待自己，帮助自己，要掌握心理调适方法，来维护心理健康。

第一，要正确地了解自己，确认自我价值，并接受自己。很多教师由于自我认知偏差，不能正确把握自己，带来诸多心理问题，甚至形成心理疾病。因此，如果一个教师能正确认识自我，接受自我，扬长避短地发展自我、完善自我，就能提高自己的心理成熟度，并体现自身的价值。

第二，调节情绪，保持心理平衡。现代心理学心身研究认为，情绪在心理疾病中具有核心作用。积极的情绪对健康有增力

作用，而消极的情绪不仅对健康有减力作用，而且导致人的心理障碍。而教师面对繁重的工作，复杂多变的教育对象，迅速变化的世界，难免会带来各种各样的消极情绪反应，如不及时疏导。不仅影响自身，更会投射到学生身上。当教师心怀不良情绪时，可试一试情绪调节法，以保持心理平衡。

第三，建立良好人际交往圈。心理学家早就指出，人类的心理适应就是对人际关系的适应，具有良好人际关系的个人心理健康水平愈高，对挫折的承受和社会适应能力就愈强，在社会生活中也就愈成功。因此教师要学会与人交际，善于与人交际，将自己和谐地融入社会之中，保证健康的心理。成功的教师往往是乐于和学生及他人交往的，尤其是善于与学生打交道的教师，真正成为学生的良师益友。

第四，积极进取，努力工作。心理健康水平较高的个体，其重要特点是具有积极的进取精神。他们在工作中尽可能发挥自己的个性和聪明才智，并从工作的成果中获得满足和激励。也只有热爱自己的教育工作，把工作当作乐事而不是负担的教师，才能够保持健康的心理。

中小学阶段学生的心理健康对其一生有极为重要的影响。教授讲述了学生自杀的事例，有学习方面，也有不善于处理人际关系方面的因素。这表明，当代青少年学生承受心理压力的能力有待提高，因此心理教师应力求“对症下药”，给予学生鼓励，帮他们重拾信心。要对学生不良心理的成因多加了解，是学校因素，还是家庭或社会因素。当我们感觉无力摆脱社会风气的困扰，就要会同学生家长采取较为科学的方法教育子女。例如，可以尽量创设健康的教育环境，可以有计划有针对性地开展心理健康教育活动；可以与学生家长沟通思想，相互配合，而且要将其渗透到学校教育的全过程。

在对学生教育管理时，我们要经常想到学生是一位“受教育的人”他应该享受到老师给他带来的，慈母般的爱，必要时给某个学生要有身体的接触，比如说学生扭扣掉了，在教室

里帮他缝上，他会感到很幸福，在其他学生面前感到很骄傲。别看我学习不好，看老师多喜欢我。有时老师会偏心，对学生有不公正的待遇。因此如果有的学生的成绩不好，我们要用正常的眼光，去对待他，去挖掘该学生身上其它方面的长处，比如劳动，体育，画画等，要用赞扬的语气跟他说话，鼓励他把学习成绩搞上去。因此，做为教师要努力使教育适合学生的个别特点，教师要懂得的他的学生来自不同的家庭，不同的生活背景，不同的需要和不同的价值观，在教育中灵活运用各种教育策略，只有这样才能取得良好的效果。

总之，我们的目的就是教书育人。为了让学生形成健康的心理，教师要不断完善自己的人格。良好的品格修养、高雅的气质、卓越的教育才能都将对学生产生潜移默化的教化作用。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才能朝着健康的方向发展。

这次培训，对于我来说是一次很好的学习机会。通过学习，无论在理论知识，还是方法技巧上我都对心理教育有了进一步的了解，我会继续学习，继续关注心理健康教育问题，并将所学运用到自己的工作实际中，在今后的教育教学中我一定会保持一颗健康，公平的心态，关注每个学生，善待每一个学生，关心爱护自己的学生，让他们在轻松愉快的氛围中快乐成长，成为祖国的有用人才。