

# 班主任心理健康总结报告 班主任心理健康教育总结(模板8篇)

我认为辞职报告对于个人职业生涯的发展至关重要，所以我决定提前准备一份用以向公司交代。以下是小编为大家汇总的开题报告范文集，用于指导和激发学者们的创新思维和研究潜力。

## 班主任心理健康总结报告篇一

著名翻译家文达叶圣陶先生说过：“教育是什么，往简单方面说，只有一句话，就是养成良好的生活习惯……”在长期班主任工作中，使我深深地懂得小学阶段是人的成长人的起步阶段，也是人的基础素质形成的开始阶段，而良好的班风班貌是各种习惯养成的基础，低年级则是良好习惯养成的关键期。作为担负“万丈高楼平地起”的铺路人，应该如何好把握好这一关键期?如何整体优化班风班貌?如何让学生养成一系列的良好习惯?我认为，以基本思路良好学习学习习惯的养成为突破口，有助于促进班风班貌的整体发展。

在长期的其他工作实践中，我把学生的学习习惯分为一般学习习惯和特殊学习习惯。我根据低年级学生生理和心理及年龄特色，在培养学生这两种约定俗成时，注意符合儿童学习活动的规律，注意适合儿童身心发展的规律，在对具体学习习惯进行组织协调的基础上，帮助家长忌讳逐步形成良好的学习习惯，从而带动其它习惯的养成，深化班风班貌的整体发展。

低年级学生的一般学习欧美人师生包括：上课习惯、课前准备习惯、作业习惯、预习和复习习惯以及文具的校对习惯和使用习惯解题等。我根据住读学生的特点，首先对学生进行具体的学习行为训练。

如在训练学生上课发言举手时候，告诉学生家长为什么上课发言要先举手，再进行示范练习，要求人人掌握规范的举手姿势举左手，略高于头，不要碰撞桌子发出响声。发言的体态及声音的高低。其次，以编儿歌的形式使学生在轻松愉快中身心健康习惯。如在训练学生课前静息，准时上学和认真做作业时，把流行歌曲要求和方法编成儿歌指导学生。儿歌的内容是：“上课铃声响，快步进课堂，悄悄静息好，等着老师把课上。”“早上起床，穿衣叠被，快步进操场，跑步完到食堂，快快吃饭进课堂。”“本子到，垫字板，拿起笔，细心做作业。”又如，在训练若是学生摆放和整理学具时则，把一般顺序工具和方法利用晨会，班会让学生幻灯片说步骤，同时我把文具摆放的位置，也通过儿童督促的形式读懂学生作为指导，儿歌内容是：“书包左边放，圈笔刀放右上，今天用的各科书，放在右下好取放。”其三，注意了良好习惯形成后此后的巩固。这是数项重要环节，从心理学的角度看，学生对技能的构筑会产生遗忘，因此反复抓，抓反复，成为班长的一项重要工作，我在这一阶段，多以比赛、竞争、夺红旗等这种方式来巩固学生的良好习惯。学生在师生双边活动中，学习行为和学习钻研习惯得到了及时提醒，督促和大量系统的军事训练，使之形成这些行为迁移，养成良好习惯，百分百都有良好的习惯，班风班貌自然得到了发展战略。

各个学科有学科的特点，因此，教学的方法，学习的方式各

不相同。喜好那么学习这些学科的习惯也就不同，我把它们称为“特殊的学习习惯。”就拿语文学科中的书写坏习惯来说，这是高班学生一项特殊的但又非常重要的学习习惯。我不仅督促学生如何握笔、运笔，而且教会他们写字的顺序，严格看书、写字的姿势，做到“一拳”、“一尺”、“一寸”。书写姿势及习惯对儿童自制能力及稳定具有心理品质的培养的一定的意义。其它学科的数学老师有哪些要求，作为班主任老师就该了解并配合养成。在和科任老师长期共处中，我逐步知道了各科老师的具体提议。又如，音乐老师要求他的学生进音乐室必穿舞蹈鞋，我就规定学生每人购买一双并上名字，

强烈建议学生上音乐课带上，小干部分组检查。再如，体育老师上以要求他的学生上体育课必穿运动鞋，我也规定每人购买一双，提前通知学生，体育课上要求人人穿好，确保安全。再如，其它美术、自然、劳动等学科的老师须要什么，有什么要求，我都做到心中有数，周末布置，回家准备，课前检查。慢慢地学生也养成了习惯。我认为，班主任善于抓“特殊习惯”的培养，有利于与各科教师形成教育合力，共同促进学习良好习惯的养成，从而也助于班风班貌的整体发展。在班主任其他工作实践中，还使我认识到学生的学习的习惯应逐步内化，使得之成为稳定的学习品质，这可能需要一个长期的过程。但只要教师遵循儿童身心发展规律，高度重视，从小行为入手，从低年级开始军事训练，良好学习习惯一定能养成。因此，每一年的新生入学，我都把抓良好学习习惯的养成，作为班风班貌建设的一个突破口。

我深感一个具有良好班风班貌的班集体，一定具有凝聚力，吸引力，一定会给学生家长提供一个良好习惯养成的环境氛围。我就是通过一般学习习惯与特殊学习习惯的养成，或使我班的班风班貌得了整体一班发展，每位学生都能把班集体的荣誉与自己的行为紧密结合，都想为集体争光。因此，学生不但成绩和学习习惯好，而且博得学生的能力也得到了产业发展。在各种比赛中都取得优异成绩，年级年年评为先进班集体。由此可知，抓学习习惯培养，能促进班风班貌整体发展。

## 班主任心理健康总结报告篇二

根据□xx市教育局关于贯彻教育部《〈中小学心理健康教育指导纲要〉的实施意见》规定，每年11月5日为“xx市中小学心理健康教育日”。我校除了平时加强学生的.心理健康教育之外，积极响应xx市教育局【关于开展20xx年“xx市中小学心理健康教育日”活动】的号召，在11月1日至30日期间，多层次多角度全方位地安排了形式多样、丰富多彩的主题教育活动，以

“健康日”、“健康月”的活动形式将心理健康教育渗透教育教学中，营造宽松愉悦的教学氛围，真正推进素质教育。

11月5日我校举办了一个主题鲜明、简短而又精彩的“心理健康教育日”动员仪式。首先，由心理健康教育专职老师进行全校动员。四年级学生表演了音乐心理剧《我们是一家人》，精彩的表演引来全场同学们会心的微笑和阵阵的掌声。六年级学生一首手语操表演《感恩的心》将全场氛围推向高潮，全校同学都情不自禁地一起欢唱，一起表演，整个校园被一种温馨的感恩笼罩着，学会感恩，学会做人的感谢行动在感动着孩子们，影响着孩子们。动员仪式收到了很好的效果。

另外，我校有效利用了升旗仪式的良好教育契机。11月24日，升旗仪式上，梁敏老师进行了《学会微笑》的演讲，将本月的“学会感恩”的心理健康教育正常化、持续细化。

我们知道：只有心理健康的老师才能培养出心理健康的孩子，我校重视组织教师参加各级心理健康培训。

1. 心理健康专职老师面对全校教师举办《掌控情绪，成就孩子》的专题讲座，其中，针对如何“尊重孩子”也用专门章节和老师们进行了探讨。
2. 11月26日下午，我校邀请xx心理学教育专家“笔迹心理过程与运用”研究中心主任金一贵老师结合丰富多彩的案例进行了笔迹心理学与学生注意力集中的讲座，生动而形象的案例引发教师不断思考与反思，同时还结合学生的心理健康活动月的“学会感恩，尊重他人”的主题，进行了专门论述，给教师一次的启发和指导。
3. 在校园网上向教师推荐相关书籍，如《心平气和的一年级》、《心理学入门知识》等数十本书籍，从理论上指导教师加强心理健康教育等有关方面的学习。教师通过理论学习结合实际的教育教学不断反思自己的工作，提高自己的心理

健康教育水平和能力。

1. 各班班主任利用早会和班会课上，针对班级情况，开展“学会感恩，尊重他人”的教育，最近校园风貌越来越好，学生见到来校的客人都懂得敬礼问好，这一现象得到了教育局德育处有关领导的关注，并受到了表扬。

2. 以课堂为阵地，心理健康专职老师就“青春期的身体发育”，给六年级的同学作专题讲座，通过讲述一个人从“怀胎十月”-“嗷嗷待哺”-“长大成人”的成长过程，渗透“父母养育孩子的辛苦”的理念，教孩子们学会尊重长辈、孝敬父母的感恩教育。

3. 充分利用校园网、黑板报、宣传栏、广播电视等媒介对学生进行心理教育，加强心育知识宣传的力度和广度，使心理健康教育落到实处。

例如，由大队部牵头，电教组老师配合，心理健康专职老师负责，由红领巾电视台学生自主拍摄的心理访谈专题节目《阳光快车》已经开播三期了！我们分别在11月12日、11月19日、11月26日拍摄了《我的心情我做主》、《批评方式》、《安全上网你会吗？》三期节目，学生以心理剧表演、讨论会等形式，向全校同学展示良好的人际交往的方式，让孩子们真正学会“学会感恩，尊重他人”。

4. 点滴渗透，润物无声。老师们自觉主动地将心理健康月的主题渗入到平时的教育教学活动中去。如林卫红老师在11月25日的公开课《阳光》中，就设专门环节，请学生结合课文和生活实际，谈谈“谁要感谢阳光，我们还要感谢谁”的话题，使一年级小朋友深受教育，听课的老师也觉得受益匪浅。

1. 我校充分利用家长教育资源，《故事爸爸妈妈进课堂》的活动是我校的家庭教育、家校联系的一大特色。11月，我们就

“学会感恩，尊重他人”的教育理念告诉家长，得到家长的密切配合，各班的家长充分发挥自身的优势，把木偶表演、中国传统文化、歌仔戏、显微镜送进课堂，当医生的、建筑师、航天测控站的，来自各行各业的家长把单位的资源带进课堂，引导学生观察、触摸、实践体验、感受，活动深受学生的欢迎。

2. 我校开设家长课程，努力提高家长们的教育能力，从观念、态度、教养子女的方式等方面对家长开展行之有效的培训活动，以求形成教育的合力。

我校以各年段为单位，组织家教讲座，进行心理教育知识培训。另外，心理健康专职教师进行“有效亲子沟通”的主题讲座，指导家长如何教育自己的孩子。

总之，十一月，我校全体师生在上级教育主管部门的指导下，在学校领导的高度重视下，在全体老师的辛勤努力下，团结一心，通过一系列内容丰富、有针对性的活动，广泛宣传心理健康知识，提高全体教师对心理健康问题的意识和责任。帮助学生化解不良情绪，养成良好的行为习惯，形成积极健康的心理模式。

心理健康月活动圆满结束，取得了一定成效。今后，我们还将再接再厉，为把xx实验小学打造成学生心灵的港湾及快乐和谐的阳光校园而不懈努力。

### **班主任心理健康总结报告篇三**

通过在进修学校的学习，作为一名班主任，我深深感到做学生心理工作的重要性，不能把学生的任何问题都定位在表面处理上，而且应该透过现象看学生行为的心理因素，从根本上指导学生心理健康地发展。

在这里，我谈一下自己这次学习的感受和想法。

感受之一：这次培训帮助我认识了小学心理健康教育学科的重要。真正的心育确实是进行德育、智育等教育的基础，而心理健康教师只有通过自己的努力、发挥自己的作用，赢得学生、家长、学校的认同，才能更好的发挥中学心理健康教育的作用。

感受之二：这次培训帮助我重新认识了学生、认识了自己、认识了教育。可以说每一位教师都是爱学生的，正是有了这份爱，我们才对学生付出了很多，可结果却是我们常常感慨：学生怎么会是这样？真是一代不如一代了。而我现在真正体味到：没有教不会的学生，只有不会教的老师这一句话的内在含义，那就是我们没有真正了解学生、没有把握学生的心理需要，我们的爱再多却都偏离了我们的预期，简言之我们的爱不是学生所需要的，那结果就可想而知了，这样怎能谈到教育的效果？也正因为如此，教师也无法体味到自己工作的乐趣，沉重的负担压得教师没有也不可能体味到应属于自己的快乐，这也许就是不懂心理教育、不会运用心理教育的必然结果吧！让我们每个人都学会去观察学生、去了解学生、去把握学生的心理需求，再循序渐进、因材施教。

感受之三：作为一名正规师范院校的毕业生，每一个人都接触、学习过心理学，但一走上工作岗位之后却没有感到心理学的用途，因此早已将它抛之脑后了，虽然有时也会装模作样的应用一两个心理学的术语，那也不过是装装自己的门面罢了。可以说那是真的不懂心理学，更没有想到如何正确在教育教学中运用心理学的知识，所以在工作上产生了许多困惑。正是这次学习它帮我才开始认识到心理学的重要，更帮我认识到心理健康的重要。原来我们在不经意之中虽运用着心理学，我们的困惑也正是源于不了解学生、不了解心理学啊！只有每一名教师都成为合格的心理健康教师，我们才会更了解自己、更了解学生，从而更好的做好教育工作。

感受之四：通过培训我学到了更多的进行心理健康教育的方法。以往，自己将心理健康课看的过于神秘，原因就在于没

有真正的懂得小学心理健康教育的实质，而忽视了学生的心理感受和心理需求，通过培训我明白了小学心理健康教育的实质，那就是：源于学生，服务学生；引导学生，把握人生！

感受之五：这次培训帮助我明白了学无止境的道理，人非生而知之者，不学习，不及时充电，不及时改变自己的知识结构，我们就将被时代所淘汰。

有太多的感受，溢于言表；有太多的工作，等着我们去做。作为班主任，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。

## 班主任心理健康总结报告篇四

作为一名班主任，经常要处理班级发生的各种各样的问题，而其中不少问题都是和学生的心理健康或心理素质有关。这次我有幸参加了心理健康教育教师的培训，尽管学习的时间不长，但对我的冲击却是极大的。我不仅学到了很多心理学理论知识，也学到了正确对待生活的方式，如怎样释放压力，调整自己心态，与他人如何沟通、如何相处的方式。并且通过学习，我深深认识到心理健康教育是做教育工作、是当一名好教师所必不可少的基础知识。

心理健康教育主要是针对儿童青少年心理发展的需要而开展的教育活动，旨在提高和培养学生的心理素质，帮助学生学会如何恰当有效地应对现实生活中所面临的各种压力、如何进行情绪调节等，使学生更有效、积极地适应社会、适应自身的发展变化，促进儿童青少年心理健康的发展。所以，预防问题发生、促进心理素质提高才是心理健康教育的主要目标。从本质上来讲，心理健康教育是心理素质的教育和培养，是促进学生全面发展的重要方面，是素质教育的具体体现。

我认为，教师是学校心理健康教育的推行者，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。教师的衣着举止，言谈风度等，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，而人格不健全的教师，只能在课堂上造成一种紧张或恐怖的气氛。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，看待自己的优缺点；学习掌握心理调节的方法，学会缓解心理压力；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；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。

今后，我把要传授的心理知识寓于活动之中，让学生潜移默化地受到心理健康教育。在课堂教学中，以活动课为主淡化理论，强化行为指导和行为训练，进行各种心理健康教育渗透。通过多种途径，多种手段，有目的、有计划地对学生的心理发展施加影响，从而更加全面提高学生的心理素质。这一课程是博大精深的，越是学习，我越是感觉自己对于很多知识的了解还很肤浅，当今世界心理学发展极快，我必须不断地学习，才能使自己的心灵与学生的心灵共同成长。我将不断地提高心理学的理论知识，同时也运用到实践中去，不断的学习成长，争取做到我好，你好，世界好。搬开别人脚下的绊脚石，就是为自己铺路。

## **班主任心理健康总结报告篇五**

在春暖花开的4月，我有幸去珠海参加班主任心理健康培训，更加深入地认识到学校心理健康教育的重要性。这次培训使我受益匪浅，感想颇多。我想谈谈自己从这次培训中获得的几点心得体会。

感受一：通过本次培训，我认识到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。尤其是作为一名女教师，她面对的不仅是自己的职业，自己的学生，更有自己的家庭，她还要承担一系列的社会角色，例如妈妈、女儿、媳妇等等，这些角色如何能够协调好，这就需要一个强大的、健康的心理。

感受二：通过本次培训，我对心理健康教育方面的知识从无到有，从浅到深。使我认识到：健康不仅是身体上没有任何疾病，而且是能正确了解和接纳自我，能正确地感知现实并适应现实，良好的适应及良好的人际关系，能平衡过去。在专家们的讲课中，更多的注重了理论联系实际培养。在这次的心理健康教育培训中，我们不仅学习到了对学生的心理健康教育的方法，而且还学习到了教授的人格的魅力。

感受三：这次培训帮助我重新认识了学生、认识了自己、认

识了教育。可以说每一位教师都是爱学生的，正是有了这份爱，我们才对学生付出了很多，可结果却是我们常常感慨：学生怎么会是这样？真是一代不如一代了。而我现在真正体味到：没有教不会的学生，只有不会教的老师这一句话的内在含义，那就是我们没有真正了解学生、没有把握学生的心理需要，我们的爱再多却都偏离了我们的预期，简言之我们的爱不是学生所需要的，那结果就可想而知了，这样怎能谈到教育的效果？也正因为如此，教师也无法体味到自己工作的乐趣，沉重的负担压得教师没有也不可能体味到应属于自己的快乐，这也许就是不懂心理教育、不会运用心理教育的必然结果吧！让我们每个人都学会去观察学生、去了解学生、去把握学生的心理需求，再循序渐进、因材施教。

感受四：这次培训帮助我明白了学无止境的道理，人非生而知之者，不学习，不及时充电，不及时改变自己的知识结构，我们就将被时代所淘汰。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。

总之，有太多的感受，溢于言表；有太多的工作，等着我们去做。专家的讲授一方面使我们感到了适时更新班主任教育管理理念的必要性，使我对班主任工作有了更深的理解，更多的思考；另一方面也指导着班主任工作技能和水平的提升，也深感班主任工作的任重而道远。引用张军老师的话：点击生活的快乐频道，做幸福的老师。让学生因为我作为他们的班主任而感到幸福作为自己追求的境界。做一个有爱心、有责任心、有自信心、有自尊心、有恒心、有进取心的班主任。用自己的心灵与学生沟通，使蕴藏在学生脑中的巨大潜能得以开发，唤醒学生心灵中美好的东西。让学生在生活、学习、感知、创造、感恩的过程中，去成长和享受。

## 班主任心理健康总结报告篇六

“教师应当是心理医生”是现代教育对教师的新要求。现代教育的开展要求教师“不仅仅是人类文化的传递者，也应当是学生心理的塑造者，是学生心理健康的维护者”。作为一名心理保健工作者，也许不是一个班主任的主要任务，然而作为一班之“主”的班主任，能否以科学而有效的方法把握学生的心理，因势利导地促进各种类型学生的健康成长，将对教育工作成败有决定性的作用。

经过长期观察，笔者认为当前中学生中普遍存在的心理问题表现为以下几个方面：

1、情绪方面的极不稳定，喜怒无常。当其情绪喜悦时，学习积极性高涨，与别人相处和谐；当其情绪烦躁忧郁时，学习积极性低落，与别人难以友好相处，甚至出现逃学、打架、斗殴等现象。

2、意志方面一般为优柔寡断、虎头蛇尾，自制力差，易受暗示。当其情感冲动时，自制力较差，不能正确对待自己和控制自己，当外界诱因强烈时，容易动摇。当学习中碰到困难，生活中遇到不顺心的事时，就表现为悲观、失望，甚至退缩，意志崩溃，破罐子破摔。

这些主要的心理问题产生的原因尽管十分复杂，但由于中学生心理的可变性与可塑性、过渡性与动乱性等特点，因此只要班主任有的放矢地加以正确地引导、扶持、帮助和教育，这些学生所谓心理问题是能够得以纠正与调整的。

良好的集体活动是富有教育力和感染力的课堂，它能使学生在活动中消除心理障碍，相互沟通，它能使师生在互动中产生潜伏的积极影响，同时它还有利于教师在活动中教学论文发现问题，解决问题。

其一，针对一局部学生缺乏恒心、毅力、对学习存在惰性，从而使他们智力因素受到极大束缚的特点，我开展了“学习为了什么”、“磨砺坚强的意志”等主题班会，〔班主任〕帮助学生制定了不良学习习惯治疗卡，制定了系列监督机制，并配合“学习竞争伙伴”、“进步之星”，经验交流会等活动，使学生的自信心和积极性得到极大提高，在活动中，非智力因素对智力因素起到动力、定向、引导、维持、调节、控制和强化的作用，一定程度上抑制了学习两极分化的局面。

其二、针对一局部学生以自我为中心，冷漠、自私的心理特点，我又先后开展了“九班的故事”，让每个学生寻找、发现本班的故事，让每个学生共同创作班歌，唱班歌，共同参与班级公约的撰写与讨论，让学生与兄弟班开展辩论赛、拔河比赛、篮球赛等，在活动中，学生开始变得热情，开始团结，开始互相关心帮助，整个班集体开始形式较强的凝聚力。

其三、笔谈——开启学生心理的一把钥匙。我发现，要想了解学生的内心世界，要想进行有效的心理疏导，笔谈比个面谈更加行之有效〔特别对于一局部特殊生而言〕。

笔者在开学伊始就让每个学生制作一本“交心本”，要求字数、内容不限，一周与我交流一次，刚开始学生并不习惯，东搬西凑或词不达意，渐渐地，学生敢说悄悄话，知心话了，每次与他们的交流都是一种心灵的对话。

笔者曾经有这么一个女学生，成绩优异，能力强，却过于要强，要斤斤计较，一次在“交心本”中她谈到自己竞选班长落选后颇多微辞的看法，我随即也在交心本中写了一封诚恳的回信，其中信的末尾我是这么写的“一个人衡量能力的大小不在于职位的上下，只有输得起的人才可能赢得真正的人生，虽然每个人都有自己的利益得失，然而与年龄不相称的衡量得失实在是最大的悲哀。”此后这个女学生有了很大程度的改变，爱计较的毛病也收剑了不少。

再有一个男生曾经为自己迷恋某个女生而陷入矛盾和痛苦中，我也给他回了一段话：“欣赏别人的同时，不是要你忘了自我。与其匆匆涉入爱河，不如静静等待成长，干任何事都要有一个高的起点，爱情也一样。我始终相信，当你事业成功的时候，幸福就会来临。”事后我又反复与该生进行了交流，最后该生终于平稳地渡过那个悸动的阶段。

总的来说，心理健康教育不是班主任工作的全部内容，假若想对学生进行心理健康教育，严格意义上，必须配合一定的心理健康课程与学校专门的心理咨询措施，但是作为一名班主任，结合心理健康教育来开展工作，又是必要和有效的。当然以上仅是笔者的一些粗浅探讨，那么如何在二者间寻找更加有效和完美的切入点，需要我们德育工作全体同仁继续探讨和实践。

## 班主任心理健康总结报告篇七

我听了清华大学心理学教授熊华堂所做的心理健康知识讲座，受益匪浅。熊教授从教师心理健康、职业倦怠等方面讲了教师要拥有阳光心态。

如今的教师与以前相比，工作量、课改压力、社会期望值等显然都增加了很多。作为新课程改革下的教师，工作繁忙，日常事物琐碎繁杂，虽不是日理万机，也足以忙得焦头烂额了。加上社会竞争机制的日益激烈，物质需求的不断上升，极易产生焦虑、烦躁的负面情绪，甚至形成职业倦怠，悲观视之，真是苦中挣扎苦无边！如何才能每天轻松工作，愉快生活，做一个幸福的老师呢？因此，必须进行自我心理调节，塑造积极向上、知足、达观、感恩的阳光心态，也就是要让我们教师们建立积极的价值观，获得健康的人生，获得强劲的影响力。我们的内心如果是一团火，就能释放光和热，我们的内心如果是一团冰，就是融化了还是零度。要想温暖别人，我们的内心先要有热，要想照亮别人，请先照亮自己，要想照亮自己，首先要照亮自己的内心，怎样照亮内心？点燃

一盏灯，塑造阳光心态。只有良好的心态才能很好地影响学生，影响家长，最后影响社会；才能真正成为一个快乐幸福的教师！我们要把工作当作一种享受，充分体验自己的职业幸福感。对于教师的工作，乐观对之，必将是苦中有乐苦亦甜！

我们教师应该学会用阳光心态享受生活，善于发现美。生活中并不缺少美，缺少的是发现。要学会欣赏每个瞬间，要热爱生命，相信未来一定会更美好。用阳光心态享受生活，学会放下。该放下的放下，学会谅解、宽容。不原谅别人，等于给了别人持续伤害你的机会。要学会放下，忘记该忘记的，记住该记住的。

生活因为热爱而丰富多彩，生命因为信心而瑰丽明快，激情创造未来，心态营造今天。如果你心情好，你会发现沙漠为你唱歌，小草为你起舞；如果你心情糟糕，你会发现开放的玫瑰在留泪，奔腾的小溪在哭泣，这叫境由心造、相由心生。因为快乐的心态会像一缕温的阳光驱散心里的阴云，阳光会铺满每个角落。

所以通过学习这一讲座使我们教师认识到作为阳光教师面对孩子要有阳光般灿烂的笑脸；面对同事要有阳光般温暖的态度；面对家长要有阳光般真诚的交流；面对教育要有阳光般平和的心态；面对教研要有阳光般积极的热情；面对发展要有阳光般不息的能量。在今后的工作中，教师们将按照阳光教师的标准去要求自己，塑造阳光的心态，争做阳光教师，热情地学习，快乐地生活，幸福地工作，去缔造阳光生活，走向阳光未来。

## **班主任心理健康总结报告篇八**

我有幸参加了烟台市小学心理健康教师培训班。短短几天的培训学习，让我真切感受到心理健康教育对成就孩子健康人生的现实性和重要意义，让我受益匪浅。

在培训过程中，北京的心理专家和健康专家和鲁东大学专家教授给我们做了精彩的讲座，他们用一个个鲜明的实例，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。从专家们的讲座中，我深深地认识到，真正的心理健康教育不是嘴上说说，也绝不是每周一、两节课，或者搞几次轰轰烈烈的心理健康知识讲座就能实现的。心理健康教育和其它教育一样，需要与学校日常的常规教育教学活动相结合，需要“润物细无声”的意识和观念；需要在点滴的生活实践经验中积累而成；需要教师潜移默化的培养。所以学校日常活动就成为小学生心理健康教育的主渠道，只有将心理健康教育的思想、内容渗透到具体的教育教学工作中去，才能把心理健康教育真正做到实处。利用学科知识加强情感教育，使学生有良好的情感生活。

鲁东大学教育科学学院王惠萍院长《亲子关系与家庭心理健康教育》的讲座，让我们明白了家庭心理健康教育的重要性，做家长的只有给孩子一个可以依恋安全的氛围，给孩子学习的榜样，注重人格培养，才能防止童年的创伤性经历。使我们认识到单亲家庭孩子、隔代抚养孩子出现问题的深层原因。作为老师，我们应该更多的关注这些学生，关注他们的心理健康，关注他们人格的培养。王院长的一句话，给我很大的触动“一个优秀的母亲可以带出一个优秀的女儿，却带不出一个优秀的儿子。”这道出了当今男孩子教育培养问题，这也是我们在对学生进行心理健康教育时所应注意的。

通过这次培训，我觉得学校今后开展心理健康教育应做好以下几点。一是加强教师对学生心理健康教育重要性的认识，做好对教师进行心理教育的培训工作。向老师宣传心理健康教育的有关知识及方法，并要求班主任和老师在自已班内尝试开展心理健康教育。扩大能从事心理健康教育的队伍。



二是对学生的心理健康教育。坚持以人为本，根据学生心理特点和发展规律，运用心理健康的理论和方法，开展丰富多彩的活动，培养学生良好的心理素质，促进他们身心发展。充分开发他们的潜能，培养学生乐观的、向上的心理品质，促进学生人格的健康发展。对少数有心理困扰或心理障碍的学生进行科学的、有效的心理咨询和辅导，使他们尽快摆脱障碍，提高心理健康水平，提高自我教育能力。对于学生的心理健康教育，可以采取以下方式进行。一是团体辅导。针对不同年级、年龄段学生开设不同心理活动辅导课(或活动)，为学生提供全面的帮助，主要为塑造班级集体良好的氛围和集体的良好行为，激发群体向上的精神。二是心理咨询。开展“心晴小屋”心理咨询室，优化心理咨询室的环境，创造宽松和谐的咨询氛围。每周定期接受以学生个体或小组为对象的咨询，做好档案积累和跟踪研究。在咨询室外设立心理咨询信箱，解答学生疑惑。三是要把心理健康教育贯穿在学校教育教学活动之中。要创设符合心理健康教育所要求的物质环境、人际环境、心理环境、寻找心理健康教育的契机，注重发挥教师在教育教学中人格魅力和为人师表的作用，建立起民主、平等、相互尊重的新型师生关系。班级、团队活动和班主任工作要渗透心理健康教育。

此次心理健康培训的时间虽然仅仅4天，但在我的心里却激起了层层涟漪。这次培训给与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，并将所学运用到实际工作之中！