# 心理心得体会(精选14篇)

来源：网络 作者：琴心剑胆 更新时间：2024-01-13

*当我们备受启迪时，常常可以将它们写成一篇心得体会，如此就可以提升我们写作能力了。我们想要好好写一篇心得体会，可是却无从下手吗？以下我给大家整理了一些优质的心得体会范文，希望对大家能够有所帮助。心理心得体会篇一教师工作是一项研究人、教育人和富...*

当我们备受启迪时，常常可以将它们写成一篇心得体会，如此就可以提升我们写作能力了。我们想要好好写一篇心得体会，可是却无从下手吗？以下我给大家整理了一些优质的心得体会范文，希望对大家能够有所帮助。

**心理心得体会篇一**

教师工作是一项研究人、教育人和富有创造性的工作。在教学中，教师可以采用多种方法来加强对学生的教育和引导。

其中情绪管理教育在中学阶段显得尤为重要，这是因为中学生所处的特定发展时期容易出现一些情绪问题。但是在中学教育的现实中，与教学相比，情绪管理教育却相对缺乏。与浸润着理想教育和理性思考的父辈相比，今天的中学生身处文化和价值多元、知识和信息空前开放、自由和个性张扬的时代，却很少接受关于如何管理自己情绪的教育。中学生经常接触的流行歌曲、qq聊天、网络游戏，一方面对情绪起到一定的疏导宣泄作用，另一方面又往往加重了负面情绪的“泛滥”。如何教育学生学会妥善管理情绪，促进他们的个人成长，就显得十分重要了。

中学阶段的青少年正处于青春期，其独立意识显著增强，他们认为自己已经是成年人，更倾向于独立解决自己的问题，并把能够独立解决问题看成“成熟”的标志。实际上他们尚不具备完全独立解决问题的能力，依赖性还较强。他们自以为能够圆满地解决自己的情绪问题，结果却可能走很多弯路。因此，应该让学生知道，与长者一起分析讨论自己的问题，共同寻找解决之道，并非是丢人的事情，也不是“不成熟”的表现。相反，教师、家长参与其问题解决并不是对他们的一种监控，而是一种“协助”。这个道理也许学生自己还不能完全理解，因为他们确实正处于充满着矛盾和相对闭锁的青春期，在这种情况下，如何让学生意识到这一点非常关键。教师可以从以下几方面去努力，从行动上向学生展示这些道理。

1、双向沟通。

与学生分享你的经历和感受。沟通和交往都需要一种双向的互动，就像交往中你不但要经常帮助别人，为了维持这种交往，需要互动，即你也要适当地、“艺术化”地求得别人的帮助，尽管有时你并不是那么迫切需要他人的帮助，不然，交往就无法很好地继续。有时候，教师需要在学生面前示弱，这样对于教师跟学生的交往或许很有好处。教师可以在与学生闲聊过程中，向他讲述自己在工作或家庭生活中遇到的事情，甚至可以向他诉说烦恼，把自己碰到的麻烦和盘托出，告诉学生你的体会、你的想法、你分析这件事的过程、你解决问题的过程中碰到的阻碍、你的情绪等等，只要是你感受到的东西，都可以拿出来与学生分享。教师应该知道，与学生分享你的感受，至少有以下几点好处：拉近与学生的距离，取得学生的信任;展示你的成长经历，给学生树立一个榜样;构建良好的崇尚沟通的氛围。

2、无条件地接纳和信任学生。

所有的学生都需要被接纳、被鼓励，无论是独立性很强的学生还是习惯依赖的学生;无论是自信的学生还是容易畏缩的学生，无一例外。如何才能尽可能地做到无条件地接纳和信任学生呢?正确的做法是，认真对待学生向你抱怨的每个问题，理解他、同情他，跟他说：“是啊，这确实是个问题”;或者“我年轻的时候也碰到过这类事情”，让学生觉得情绪可以在教师这里得到承认。同时，当学生情绪低落时，教师要表示出理解和认可，设法让学生把情绪问题说出来。要知道，发泄也是排解不良情绪的途径之一，只要发泄情绪的方式合理，应该允许学生表现软弱。

3、调整好自己的情绪。

既然环境氛围对中学生的情绪会产生相当重大的影响，那么作为教师——学生接触较多的长者，也应该学会调整好自己的情绪，为学生树立榜样，同时也为营造好的班级、学校气氛做出贡献。同时，教师如果本身就是一个很好的情绪管理者，那么学生自然会受到教师潜移默化的影响。

在当代的教育中，教育者应当扮演什么角色?我认为，他应当是一个观察者，细心捕捉学生的特点和优势，引导他们发挥所长;是一个促进者，对任何看法和开放的态度，不否定、不代替、不灌输，适当为学生提供必要的支撑，帮助营造恰当的氛围，启发学生深入思考、投入行动。

每个教育工作者都应该知道教育过程中的罗森塔尔效应(由于他人的期望和热爱，而使人们的行为发生与期望趋于一致的变化)，充分地信任学生能做得好，并满怀希望地期待他们的成功，学生的表现就会向你所期待的那样发展。所以，让每个教师都努力，帮助中学生做好情绪管理。

4、关爱学生言传身教。

教师在对学生进行激励教育的同时，还要重视情感教育。

“亲其师，信其道。”从心理学的角度看，愉悦的情感体验可使学生感知敏捷，思维活跃，积极向上;相反，消极的情感会使学生从中感受到社会的否定和排斥，从而自暴自弃，不思进取。因此，必须重视情感教育。

首先，以真挚去激发学生的真情，让学生在自觉不自觉中去看、去听、去说、去学。尤其是那些“后进生”，他们的心灵中同样拥有对美的向往、爱的渴求，教师更要把真挚的爱撒向他们的心田。

其次，正确运用爱去感染学生。师爱是情感教育最重要的内容、灵魂。正如苏霍姆林斯基所说的：“教育技巧的全部奥妙就在于如何爱护儿童。”没有真正的爱就没有真正的教育。当然，这种师爱要注意两点：一是爱全体学生，不能偏爱少数学生;二是要把爱和严格要求相结合，不溺爱。

最后，“言传身教”，以身作则。教师平时的一言一行应是学生的表率，做到身体力行，为学生做出榜样。例如关爱每一位学生，让学生在亲身感受爱护和关怀中，学会怎样去关心人，为他人着想，正确处理与他人的关系。这些潜移默化的影响，对调动学生的积极性起到了很好的作用。

**心理心得体会篇二**

七年级学生面临以下问题，可能会导致学习自信心、交往能力和情绪控制等方面心理异常。

1、学生从“老大”到“老小”

孩子进入中学，积极性普遍都较高，因他们脱离了“小”字，充满着种种新的幻想和憧憬，然而，一跨入中学大门，他们发现许许多多现象都向他们提出挑战。在小学时，他们是老大，而在中学，自己又是老小，社会、环境及家长对他们的要求都不一样，导致他们情绪上的不安；也可能会出现叛逆心理导致放纵情绪。小学阶段，教师和家长都保持着相当的权威，而进入中学，由于学生的独立性增强，都会有较多的民主。比如自己支配更多的钱和时间，能部分参与大人的而有些学生有时会错误地理解这种民主，会渐渐滋生叛逆心理。从而放松对自己的要求，在出勤、清洁、课堂纪律、作业、预习、复习等环节出现漏洞。教师同样的要求，可在不同学生身上的效果往往大相径庭，问题主要源自家庭教育的差异。任何时候，行为习惯和心理品质都是大树的根，而学习成绩只是树叶、花果。只有根深，才能叶茂、才有果实。因此，重视学生的行为习惯和心理品质的培养，在真正成熟之前，家长还是要保持适度的权威，要立规矩、要真督促、要适度的饥和寒。反对棍绊教育、反对贿赂孩子、反对盲目家教辅导。

2、功课“从寥寥无几”到“五花八门”

小学就那么寥寥的几门课，两三位老师一竿子包到底；而中学，一下子十几门课全端出来，老师一人授一门课；这节课刚一完，下一节又换了老师，换了内容，门门有作业，应接不暇。容易学习遭受挫折导致畏难情绪，在小学阶段成绩比较优秀的学生，对初中的学习成果期望值较高，如果开头不能尽快适应，受到挫折就会影响学习的信心。家长要协助孩子掌握中学阶段的学习特点和方法，最重要的是学会听课和主动预习、及时复习。家长不要过于看重考试分数，不同试卷的分数没有可比性，偶尔没有考好，也不能打击自信心。要鼓励并帮助孩子分析错例原因，既而发现学习或考试中的缺陷。

3、老师从“里里外外”到“抓大防小”

小学班主任一天到晚和他们在一起，老师不仅管课内，也管课外，不仅管学习，也管生活，而中学，班主任通常自己抓影响力大的班级表现而将许多日常事务布置给班委会，让班委会同学率领大家完成，科任老师作业批改和备课负担较重，一般是学生学习上有问题了方才找学生，于是小学时自觉性不够强的孩子就需要增强。过于自卑，内向的孩子要学会与老师沟通。家长要多与孩子沟通，进行及时的的思想疏导。因为家长更了解孩子自卑的诱因，更清楚孩子对老师的不满。要首先肯定孩子的长处，比如他可能板报出的不好，但劳动很认真。增强其自信心。要肯定教师的批评动机是关爱、是期待。促进其大胆与老师交流，这样就可以消除误会，缓解孩子的焦虑。

4、从“街坊邻居”到“五湖四海”

小学同伴大都是街坊邻居，中学则不同，五湖四海聚在一个教室，面孔陌生。同一年级的伙伴来自更大的范围，须重新选择朋友。现在的孩子大都是独生子女，凡是都以我为中心。但班级是一个集体，唯我独尊必然要遭受挫折，主要是来自同学的不买账和老师的批评。如果不能正确对待，可能形成孤芳自赏，远离集体，甚至会激化矛盾，打架闹事，可见学会与同学相处十分重要。我们希望家长能坚持教育子女以“宽容、互助、自盛交流”处理好同学关系。，以期培养一种合作意识，树立一种团队精神，协助班主任营造一个良好的班级大家庭氛围。防止因为不善处理人际关系导致行为障碍。

通过这次心理健康培训，我回顾自己短暂的一年教育工作，自己也曾对学生做过一些简单的心理健康教育，总结了一些经验，但是总体存在着很多的问题与不足。

几个月前，我还是一名农村资教老师，当时担任着小学三年级的班主任，以及多门学科的教学。班上有二分之一的学生是留守学生，父母长期在外打工，跟随爷爷奶奶生活。作为班主任，我想在短暂的时间能了解大部分的学生，所以在一个班会时间，我给每一位学生发了一个调查表，这是一份网上搜索的心理调查表，内容包含他们自己在遇到一些事情的心理状况。做完这个调查，我总结出学生虽然平时打打闹闹，其实很多时候会有一些心里上的问题。例如，有的学生会经常觉得别人讨厌他；还有觉得自己会很担心一些事情；有一位学生觉得自己时常不开心。这样的年龄本应该无忧无虑，快乐的成长，为什么会出现这样的情况。针对这些各种情况，我尝试去对学生做一下工作。

第一，用心与他们沟通，了解他们的心理状况。利用班会时间和学生谈心，交心，和他们零距离。让他们不会对我产生畏惧，能够当做朋友一样告诉我他们的心情与心事，让他们觉得自己其实不会很孤独，身边有老师爱护他们。

第二，适当的表扬与鼓励。出于刚毕业，对学生教学过于急躁，很多事情会要求高以至于对学生造成压力，很少鼓励他们。当他们做一些他们认为比较满意的事情后，适当的用语言激励他们。让他们不再自卑，更加自信。

第三，要因地制宜地教育学生。每一个学生的心理状况是不一样的，有的人容易骄傲，有的人容易自卑，有的爱表现，有的太沉默。对个别存在心理问题或出现心理障碍的学生及时进行认真、耐心、科学的心理辅导，帮助学生解除心理障碍。

第四，定期开展心理健康调查，做心理咨询与辅导。及时了解学生的心理状况，适当的进行心理健康教育，让他们正确认识自己，培养他们良好的心理素质，能够提高自己的适应社会的能力，促进身心全面发展，健康快乐的成长。

由于在此培训之前没有进行过系统的心理健康教学培训，在对学生进行辅导时可能欠缺科学性。同时，在对学生作心理指导时不能做到更周全。学生对心理健康知识的了解较少，在进行沟通时偶尔会回避，不能完全了解学生的心理状态。学校在对学生作心理健康指导上没有形成系统。

希望对学生心理健康教育能够作为学校的一门必修课，伴随学生的成长，教师引导学生身心全面发展。与家长联系，共同解决学生成长中的各种心理问题，培养出跨世纪高质量人才。

**心理心得体会篇三**

心理心得体会书是指个人在学习、生活和工作中所积累的有关心理学和人类行为的体验、感悟和思考，并将这些心得总结成书的一种形式。这些书籍经过作者亲身实践、反思和总结，旨在帮助读者更好地理解人类行为、心理规律以及自身的心理状态，提高其心理素质和生活质量。对于读者来说，心理心得体会书是一种学习、成长和认识自我的有效途径。

我在大学时接触到了一本名叫《心灵陪伴——珍妮特书信》的心理心得体会书。这本书是由一位心理学家收集了她与患有精神疾病的患者之间的书信，描绘了这些患者在求助与愈合的过程中的心路历程。阅读这本书让我感受到精神疾病对患者和家人的影响，也让我更加意识到了精神卫生的重要性。我不仅对精神疾病有了更深入的认识，同时也对自我理解和成长有了新的启示。

心理学是一门研究人类行为和心理规律的学科。通过阅读心理心得体会书，我们可以更加深入地理解人类行为背后的心理驱动力和心理需求，进而更好地理解他人和自己。例如，我曾读过一本名叫《人生的五种境地》的书，它通过深入分析人类行为和内心情感，将人类心理经历划分为五种境地，即平衡、危机、变革、升华和领袖。这种理解和认识可以帮助我们更好地应对人生中的不同阶段和变化，更好地把握自己的命运和事业。

个人成长是一个持续的过程。通过阅读心理心得体会书，我们可以汲取他人的经验和智慧，启发我们的自我思考和发展。例如，我曾阅读过一本名叫《自卑与超越》的书，它揭示了人类行为和思维中的自卑心理以及如何超越自卑，开展成功的人生之路。这种书籍的阅读不仅可以帮助我们发掘自身的潜能和自信心，也让我们更好地认识自己的不足，进而不断完善自我。

通过以上的阐述和例证，我们可以看出阅读心理心得体会书的益处。首先，它可以帮助我们更好地理解人类行为和心理规律，让我们更好地应对人生中的各种挑战和变化；其次，它可以启发我们的自我思考和发展，促进我们的个人成长和提高自身素质；最后，阅读心理心得体会书也可以促进心灵的愈合和成长，让我们更好地认识自己和他人，建立和谐的人际关系。因此，我相信，阅读心理心得体会书不仅是一种学习和认识自我的有效途径，也是一个促进人类进步和幸福的积极力量。

**心理心得体会篇四**

第一段：人的心理是复杂而深奥的，经历了无数磨砺与成长，使得我们拥有了丰富多样的心理体会。这些体会不仅帮助我们认识自己，也帮助我们与他人更好地相处。在日常生活中，我也积累了一些有关心理的心得体会。

第二段：理解和调整情绪是我在心理方面的一项重要心得。无论是喜悦还是沮丧，情绪都会影响我们的行为和决策。但情绪并非无法掌控，通过积极的思考和自我调整，我们可以将负面情绪转化为积极的力量。例如，当面临挫折和困难时，我会告诉自己“没有过不去的坎”，积极地面对问题，从中寻找成长的机会。这种积极思维的转变让我更加乐观和自信。

第三段：学会与他人沟通是我在人际关系中的一项重要心得。人与人之间的交流是相互理解和沟通的过程，但很多时候我们容易陷入误解和冲突之中。因此，我学会了倾听和体谅他人，尊重他人的观点和感受。通过主动与他人交流，我可以更好地理解他人，与他人建立起良好的关系。在团队合作中，我也学会了分享和互助，相信只有团队的力量才能取得更大的成功。

第四段：正确认识自我是我在自我成长中的一项重要心得。在成长的过程中，我们会面临自我认同和自我价值的困扰。我意识到每个人都有自己的优点和不足，没有谁是完美的。关键是正视自己的不足，并积极地努力改善。我努力寻找自己的兴趣和潜力，通过培养和发挥优势来实现自己的价值。同时，我学会了从失败中汲取经验教训，不断反思和调整自己的方向。

第五段：积极面对压力是我在应对挑战中的一项重要心得。生活中经常会遇到各种挑战和压力，但这并不意味着我们要放弃或沮丧。相反，我学会了面对挑战并积极应对。通过设立目标、制定计划和坚持努力，我可以渐渐超越自己。在面对压力时，我也学会了适度地放松自己，通过参加运动和娱乐活动来缓解压力。这种积极的生活态度让我更加坚韧和乐观。

总结：通过总结自己的心理心得体会，我认识到理解和调整情绪、学会与他人沟通、正确认识自我以及积极面对压力对于我的成长至关重要。这些心得不仅帮助我更好地认识和掌握自己，也帮助我与他人建立起良好的关系。在未来的成长中，我将继续努力，不断积累新的心理心得，使自己更加全面和成熟。

**心理心得体会篇五**

心理咨询，是指咨询员运用心理学的知识，通过询问等方法解决其心理困惑。心理咨询事实上是帮助来访者实现心灵再度成长的过程。那些认为只有心理有病的人才会去心理咨询的观念是不对的总之，心理咨询是指运用心理学的方法，对在心理适应方面出现问题并企求解决问题的来访者提供心理援助的过程。

在心理咨询的活动课中，我认识到了人心中脆弱一面，有时心灵事多么的需要他人的呵护，那种心与心的交流才能让人体会到交流得喜悦，我们的心理咨询的模仿有时会让人感觉像节目表演，但是大家真诚的心却又不能不让感动，初次它让我体会到了那种帮助别人的喜悦。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印。

**心理心得体会篇六**

告别了中学时代，跨进大学，进入了一个全新的生活天地。人每踏进一个新环境，都会遇到一系列新问题。上大学后,紧张的学习、严格的纪律、宽松的生活环境，我们一下子难以适应。所以说，作为大学生应该注重心理健康，完成学业深造的同时，积极主动适应大学生活，让大学生活过得充实而有意义。

学校给我们开设了心理课程，导师是陈理才。虽说陈导师其貌不扬，年纪与我们相仿，但却丝毫没有削弱其幽默的“威力”。课堂上总不乏有同学发自心底的笑。原本以为心理课是导师发表长篇大论，不大愿意去，第一堂课还迟到哩。实际上呢，陈导师并不“简单”，我凳还没坐热，已彻底被其迷住了。说实在，上陈导师的心理课是一种享受。在不知不觉中学到了知识，同时，还让自己发现了自己。

健康是人生的第一财富，心理健康更是学业成就、事业成功、生活快乐的基础。心理健康是指具有正常的智力、积极的情绪、适度的情感、和谐的人际关系、良好的人格品质、坚强的意志和成熟的心理行为等。“我心理有问题吗?”“我的心理与他人比较是否正常?”这些可以说是每个成长中的大学生可能都会问到的问题。以前自己对心理健康标准缺乏认识，总觉得自己是个“怪人”，“心理有问题”。有时，还会因某方面的心理压力或障碍过于紧张恐惧。学习了相关的心理知识后，觉得心理障碍其实也并不可怕。只要及时给予关注，并加以引导，这些成长中的困扰是可以消除的。

记得陈导师说过几句趣话，“青春痘是青春的象征”，“鼻子小也有好处，不容易被天上掉落的东西砸中”。说得太对了，不是么?换一个角度看事物，其实也不会太坏，要乐观啊。我们时常因自己的长相、能力、学习成绩等因素产生各种各样的焦虑，严重者还会过度自卑。有这样一句名言“天生我材必有用”，关键在于自身怎样看自己。我们要学会自我认识，在比较过程中，不能专门“以己之长比别人之短”，也不能“以己之短比别人之长”。通过比较认清自己的优势和劣势，长处和短处，达到扬长避短，缩小差距的目的。

陈导师在课堂上做了不少的心理测试，有一次是要求学生把自己的几个优点用纸写下来，让同学来猜。在此之前，我从没发现自己有什么优点，而且还是3个以上，有那么多吗?搜肠刮肚冥思苦想后，只写了3个。经过课堂上导师的启发，我又陆陆续续想到了好几个，哇塞，原来自己的优点还蛮多的嘛，怎么一直没发现?一个小小的心理测试，让我自信“番了一翻”。

大学心理课程结束了，可我追求健康心灵的步伐仍不会停止!直到永远!

小学心理健康教育活动课的有效途径论文。

**心理心得体会篇七**

心理学是研究人的心理活动以及人类行为的科学。在学习和研究心理学的过程中，我深深感受到了它的重要性和影响力。通过学习心理学，我得到了许多心得体会，下面我就来分享一下我的心理心得体会。

第一段：了解自己，更好地处理情绪。

心理学教会了我如何更好地了解自己并处理情绪。通过学习各种心理理论和技巧，我学会了观察和分析自己的情绪，并能够找到合适的方法来处理和调整它们。在面对困难和挫折时，我能够更加冷静地思考和应对，避免情绪的干扰，同时也能更好地掌控自己的情绪，不被它们左右。

第二段：加强人际关系，改善沟通能力。

心理学也让我意识到人际关系的重要性，并教会了我如何改善沟通能力。通过学习人际交往的原则和技巧，我懂得了如何更好地与他人进行沟通和合作。我学会了倾听和表达自己的观点，更好地理解他人的需求和感受。这让我能够更加和谐地与他人相处，有助于建立良好的人际关系。

第三段：认识到心态的重要性。

心态在我们的生活中扮演着至关重要的角色。通过学习心理学，我认识到了积极心态和抗压能力的重要性。积极心态不仅可以让我更加乐观地面对困难和挑战，还能够激发我的动力和创造力。同时，抗压能力的培养也可以让我在压力和挫折面前保持冷静和坚韧，更好地应对各种挑战。

第四段：培养自我认知，推动个人成长。

心理学还启迪了我对自我认知的重要性。通过深入了解自己的优势和劣势，我能够更好地发挥自己的潜力和优势，同时也能够意识到自身的不足，有针对性地改进和成长。通过培养自我认知，我能够更加清楚地了解自己的需求和目标，并且更有能力制定合理的计划和决策，推动个人的成长和发展。

第五段：促进社会和谐，共同进步。

心理学的学习和应用对于社会的和谐与进步也起到了积极的推动作用。了解人类行为和思维的规律，可以帮助我们更好地理解他人，增强对不同群体的包容和尊重。同时，心理学的研究还可以促进社会制度和政策的改善，为人类的幸福和发展做出贡献。

总结：通过学习心理学，我深刻认识到了它在我们生活中的重要性和影响力。它不仅让我更好地了解自己，处理情绪，改善人际关系，还使我认识到心态的重要性，推动个人成长，并且促进社会的和谐与进步。我相信，通过不断学习和应用心理学的知识和技巧，我们每个人都能够在自身的成长和发展中取得更大的进步。

**心理心得体会篇八**

生活中，不管是学生还是作为教师的我们，多多少少会有拖延的现象。如学生的迟到，不及时上交作业……作为教师的我也是习惯把工作留到最后才做。因此最近在忙碌的工作中抽空读完了一本《拖延心理学》。发现其中所讲的许多道理，可以应用于我们的日常教学上。

学生最常见的就是迟交或者不交作业。我们每天面对着学生的在这种行为。读了这本书后，让学生首先找出拖延的原因，作者归结为：缺乏自信、反感心理、目标和回报过于遥远、无法自己约束。找到了自己拖延的\'原因后，学生便能顺藤摸瓜找到解决方法，通过笔记、日记、随想等等。让学生记录下自己最真实的想法，见证自己的改变，又或是从这些内容中更深刻地探讨自己。做好计划，分步骤一点一点解决解决这些问题。有几个学生很明显的进步。

保护你的时间，学会怎样说不，要合理安排时间，管理自己!

**心理心得体会篇九**

在今年的暑假里，我读了皮连生教授主编的《教与学的心理学》，感觉受益匪浅。

本书有三大特点，体系新、内容新、形式新。并且根据6月教育部公布的《基础教育课程改革纲要》进行了必要的修订。本书分为三大部分，分别为：教师与学生心理，学习心理和教学心理，从这三个方面全面的阐述了教学和学习中我们可能遇到的心理问题以及解决办法。

在第一部分教师与学生心理的阅读中，我学习到了一个良好的教师所需具备的心理特征。作为一名新手教师，到专家教师的路途是很漫长的，我们要通过自己的努力和实践，尽快的缩小新教师与专家教师之间的差距。在学生素质及其心理发展章节中，我学到了加涅的学生素质观，皮亚杰认知发展阶段理论的主要内容，自我意识的构成部分以及埃里克森人格发展的五个阶段。加涅把学生的素质分为三类：先天的、习得的和自然发展中形成的。根据加涅的学生素质观，我们了解到了，教学应该“避免超越人类的潜能”，教育应当适应学生在发展中形成的素质和习得素质的个体差异。我们应当根据习得素质形成的规律进行教学，而智慧技能的教学是素质教育的重点。在学生认知能力的问题上，瑞士的心理学家皮亚杰提出了认知发展的阶段理论，他认为学生认知发展有四个阶段：（1）感知运动阶段（0－2岁），（2）前运算阶段（2－7岁），（3）具体运动阶段（7－11岁），（4）形式运算阶段（11－15岁）。认知发展阶段制约着我们教学的内容和方法，教学促进着学生的认知发展。学生的发展除了年龄特征之外，还会因为个体的不同而表现出个别差异。学生在认知、性格方面都有着显著的差异。研究学生的差异才能对每个学生对症下药，从而更好的提高学生的学习效率，使学生找到适合自己的学习方法。在实际教学中，我们还可能常常遇到特殊学生，如智力超常学生或者学习困难学生。在遇到这样的学生时，我们应当首先在理解他们的基础上热爱他们，坚持对学生实行因材施教，为特殊学生提供特殊的教育，并且逐步使特殊学生正常化，使他们不孤立，不脱离集体，从而更好的适应学习生活。

教与学是一个互动的过程，我们必须从自身入手，调节好自己的心理状态，然后通过分析学生的成长心态，看清学生的.个别差异，因材施教的对学生进行教导。在日常的教学中，我们要分析好教学任务，设置正确的教学目标，狠抓课堂教学过程、方法与技术设计，更好的激发学生学习的动机，控制好课堂的管理，才能更加有效的为学生提供服务与指导。教学讲究的是“授之以渔”，作为教师，我们是学生学习的领路人，我们的天职是帮助学生有效的学习。只有更好的研究好学生学习的心理，才能更加有效的投入我们的工作。

今后的教学之路还很漫长，我们要在学习好学生心理的基础上，在实践中摸索经验，以期更好的为教育教学服务。

**心理心得体会篇十**

段落一：引言（200字）。

心理是一门探究人类思维和行为的科学，通过心理学的研究我们可以更好地了解人与人之间的关系以及人与自己内心的关系。在学习心理学的过程中，我有幸接触到了诸多心理知识和经验，对于心理的运作和应用有了更深入的理解。在这篇文章中，我将分享我在心理学学习中的体会和心得，希望能够对读者有所启发和帮助。

段落二：认知心理学的体会（200字）。

在学习心理学过程中，我经常遇到认知心理学的概念和理论。通过学习认知心理学，我开始意识到个体的思维方式对于情感和行为的影响是巨大的。我们的思维方式塑造了我们的认知模式，这又进一步影响我们对于世界的感知和反应。因此，我学会了更加有意识地审视自己的思维方式，通过调整和改进来提升自己的情绪和行为。

段落三：社会心理学的体会（200字）。

社会心理学是研究个体和社会之间关系的学科，它帮助我们更好地理解人的行为是如何受到他人和社会环境的影响的。通过学习社会心理学，我开始更加关注人际关系和群体行为。我意识到每个人都是社会的成员，我们的行为和情感都受到他人的评判和影响。因此，我学会了更加关注他人的感受和需要，以更好地与他人交往和合作。

段落四：发展心理学的体会（200字）。

发展心理学研究个体从婴儿期到成年期的发展过程，它帮助我们更好地理解人的成长和变化。通过学习发展心理学，我开始关注个人在不同阶段的发展特点和需求。我了解到每个人都会经历不同的生理、心理和社会发展，这些因素都会对个体的思维和行为产生影响。因此，我学会了更加包容和理解他人的成长过程，并尊重每个人的个体差异。

学习心理学不仅仅是获取知识，更是将其应用于实践中。通过实践，我发现心理学的理论与实际生活密切相关。例如，在处理情绪和压力时，我学会了运用心理学的方法，如深呼吸和积极思考，来缓解情绪和减轻压力。此外，我也开始使用积极心理学的技巧来培养自己的幸福感，如感恩和自我激励。通过实践，我发现心理学的应用能够帮助我们更好地应对生活中的挑战和困境。

结论：通过学习心理学，我不仅仅是获取了知识，更是拓宽了思维和增强了自我认知。我学会了更好地理解他人和自己，更好地处理情绪和压力，更加关注他人的需要和帮助他人。心理学的学习和实践不仅仅是知识的积累，更是修正思维方式和提升情绪智商的过程。希望我的心理学体会能对读者有所启发和帮助，让我们共同成长和进步。

**心理心得体会篇十一**

通过这段时间对管理学的学习,使我对有关心理学的基本知识有了更进一步的了解,学会了通过对别人心理的分析而更加了解接近别人，也对社会上的一些现象有了更加深入的了解。我认为,无论在学习生活还是工作中都需要具备几点管理心理学的知识。因为，它可以帮助我们在某些方面变得更加得心应手，而且，在管理工作的同时时，也是一种捷径，更能让自己的工作达到时间少效率高的效果。

管理心理学是现在管理理论的重要组成部分，它是一门以心理学，社会学和政治学等学科为基础，以组织中人的心理活动和行为反应模式为研究对象的学科。它主要探讨组织中的个体，团体以及组织的行为规律，以便运用这些规律来预测与控制这些行为，以提高组织的效率。它是心理学知识在组织管理工作实践中的应用的结果，是研究组织系统内，个体，团体及结构对组织内人的行为的影响，以理解，预测和管理人类行为，提高组织绩效的一门科学。工商管理，企业管理以及公共事业管理中，管理心理学均是非常重要的核心必修课程，而把心理学运用到管理学里面是一种突破。什么是管理者?管理者通过别人来完成工作，他们做决策，分配资源，指导别人的行为以及达到工作目标。管理者在组织中完成他们的工作。曾有人说，所有的管理者都发挥五种职能：计划，组织，指导，协调和控制。今天，这些职能被简化为计划，组织，领导和控制者的角色有人际角色，信息传递角色，决策角色，管理不是一门只有天才才能掌握的学问，而是我们每一个普通人每一个不完美每一个充满这样那样缺点的人都能掌握的学问。简单来说就是“如果一个组织需要天才或超人管理的话，那么他就不可能生存下去。一个组织必须有一个形式，在一个有普通人组成的领导集体领导下能够正常运行。”也就是说，管理学的奇妙之处在于能够通过让一群平常的人做出不平常的事情来，管理学的关键问题是，如何让普通人发挥不同寻常的效率，而不是如何找到绝无仅有的天才。

管理心理学是运用普通心理学提示的人的心理活动的一般规律，并使之在管理活动中具体化，了从而解人心理活动的规律。譬如在企业，人是主体，是人财物诸多生产要素中最重要的要素，因而也是管理的核心。管理心理学以分析组织中人的心理与行为为重心。人是一切事业的基础，人是管理的基础，也是所以需要管理的原因及目的。现代管理的特点之一就是强调以人为中心的管理，要做到这一点，就应该掌握人在管理过程中的心理活动的规律。而管理心理学就是研究管理过程中人的心理活动规律的一门学科。因此，学习心理管理学的知识，不仅有助于管理者掌握管理过程中人的心理互动的规律性知识，而且有助于管理者树立以人为中心的管理理念。

感觉,知觉,记忆,思维等认知因素是影响组织管理中人的行为差异的重要心理条件之一,每个人都有自己的经验,爱好,兴趣及个性特征,这就是人眼中事物被打上了主观的烙印的原因,也是为什么不同的人对于同样的事物有不同的方法.管理主要是针对人的管理,所以管理学必须涉及个体行为的管理问题.人的个性是个体行为中的一个重要内容,只有了解了人的个性差异,做到人尽其才,管理工作才能收到好的效果,在一定的社会条件下,每个人都会形成自己待人处事的态度,而态度在很大程度上决定了人的工作行为和生活方式,因此在管理活动中,必须重视态度的作用.目标管理的概念扩大到整个企业,它是通过上下级共同参与制定企业目标,是个人从中受到激励,共同实现目标而努力,并检验目标实施情况和事实结果的管理方法,今天目标管理已成为一种激励技术,成为员工参与企业管理的`一种有效方式,职工的心理水平对于工作效率有很大影响,人的智力体力的发挥,不但要与健康的身体,还要有健康的心理作为前提条件,所以我们必须了解有关心理健康的知识。

人是社会性的，作为社会的一个成员，人不能独立的生存。一个人总是生活在一定的群体中，他在某个群体中的行为，同他在独自一个人时候的行为是不同的，有其特殊的规律。现代社会是信息社会，信息把许多独立的个人群体贯通起来成为一个整体。信息沟通是交流意见传递感情，协调人际关系是必不可能少的手段。沟通是管理的重要组成部分，作为一个管理者，首要的任务就是进行有效的沟通。人不能脱离社会群体而单独生活，人在社会实践和群体中，不可避免的要与他人发生相互作用相互影响，形成一定的人际关系，只有维持良好的人际关系，才能使人们团结一致，协调和谐工作，提高劳动生产效率。

管理心理学是一门专门研究管理活动中个体群体组织的心理活动规律的学科，他强调以人为中心和人力资源管理和开发的理念，协调组织与团体的人际关系，改善组织与环境条件，改进领导与管理方法，调动人的积极性主动性和创造性，从而实现组织目标和促进与人的关系发展。

管理心理学的研究原则:客观性原则，管理领域中的一切心理现象都是一种客观存在的事实，活动的外部条件和内部条件是互相联系的：联系性原则，人的心理现象与外部条件的刺激，主体的状况和反应活动紧密联系着；发展性原则，世界上的万事万物都是处在运动与发展之中，所以管理心理学的研究也要观测发展性原则。

管理心理学研究的方法：观察法，是在日常不做人工干预的自然社会情况下，有目的有计划的直接观察组织中人的行为的研究方法；实验法，是研究者有目的通过严格控制或创设条件，主动地引起被试者的行为变化；调查法，是通过收集各种材料间接了解组织中人的心理活动的方法，调查的方法有谈话法，问卷法等；测试法，是根据预先制定的标准测量表对人的心理品质进行测量的方法；个案法，也叫案例法。

在管理心理学中，沟通是一个非常重要的环节。沟通，指在管理中发生的两个或两个以上的人或群体，通过一定的联系渠道，传递和交换各自的意见观点思想情感与愿望，从而达到相互了解的过程。而人与人的沟通有很多特殊性，主要是通过语言来进行的，不仅限于信息的交流，而且包括情感思想态度观点等的交流；而交流动机，目的和态度等因素有重要的意义，也是出现特殊沟通的障碍。因此，不管是面对上司还是下级，只要有良好的沟通，才能使事情进展顺利。

对于我们大学生来说，能够在毕业后找到一份满意的工作，首先自己要懂得如何去搞好人际关系，学会与他人相处的方式，为工作的需要奠定坚实的基础。

人们在共同劳动过程中，彼此间结束了复杂的社会关系，其中有一件人与人之间的关系——人际关系。在现实中，人的经历知识，经验能力，性格各有所长，也各有所短，产生双向交流，使彼此的长处得意递减，彼此的短处得以克服，进而为实现群体的工作目标共同努力。在心理学中，人际关系是指人们在生活过程中形成的人与人之间的心里关系。它反映了人们之间的心理距离。人与人之间的这种心理关系是社会交往的基础，它对于人们的日常生活工作，都是必不可少的。人际关系的主要特点就在于它具有明显的情绪体验的性质。人们在共同活动的前提下建立起来各种关系，在性质，方式和过程完全相同的活动中，人们之间的工作关系，行政关系经济关系往往是固定或相同的，而人际关系确实不相同的，其根本原因就在于人就关系具有情感体验的特点。

另外，学会管理沟通也很重要。人际沟通的行为准则有两种功能：首先，它提供和获得社会资助条件，为人际沟通提供了基础；其次，它是一种调节行为，他可以减少可能导致破裂的积极因素，旨在维持关系的过程中达到个人目标。

人际交往能力就是在一个团体群体内与其他人和谐相处的能力。人是社会的人，很难想象，离开了社会，离开了与其他人的交往，一个人的生活将会怎样。有人存在，必须与人交往，当我们走上社会的时候，我们会与各种各样的认为打交道，在与人的交往中，如何得到别人的支持帮助，这里就涉及到自生能力的问题。所以我们在学校学习期间，可以论争不同的学术观点，可以谈对社会现象的不同认识，在论辩中提高自己思辨能力。与老师交谈，可以交流读书心得，里清不同的思想认识，可以从中受到启迪；与领导交谈，可以充分交流自己对问题的不同见解，也许可以锻炼自己在领导面前的不怯场；与职工打交道，可以了解到他的工作状况和不同的心态，善于与人交流，你会从中学到很多书本上学不会的东西。

作为处于青年期的大学生，思想活跃感情丰富，人际交往的需要十分强烈。人人都渴望真诚友爱，大家都力图通过人际交往或的友谊，满足自己物质和精神上的需要，但面对心的环境新的对象和紧张的学习生活，使得一部分学生由此而导致心里矛盾的加剧。此时，积极的人际交往，良好的人际关系，可以使人精神愉快，情绪饱满，充满信心，保持乐观的人生态度。

处于青年期的大学生，思想活跃、感情丰富，人际交往的需要极为强烈，人人都渴望真诚友爱，大家都力图通过人际交往获得友谊，满足自己物质和精神上的需要。但面对新的环境、新的对象和紧张的学习生活，使得一部分学生由此而导致了心理矛盾的加剧。此时，积极的人际交往，良好的人际关系，可以使人精神愉快，情绪饱满，充满信心，保持乐观的人生态度。一般说来，具有良好人际关系的学生，大都能保持开朗的性格，热情乐观的品质，从而正确认识、对待各种现实问题，化解学习、生活中的各种矛盾，形成积极向上的优秀品质，迅速适应大学生活。相反，如果缺乏积极的人际交往，不能正确地对待自己和别人，心胸狭隘，目光短浅，则容易形成精神上、心理上的巨大压力，难以化解心理矛盾。严重的还可导致病态心理，如果得不到及时的疏导，可能形成恶性循环而严重影响身心健康。

处于青年发展期的大学生，正处在人生的黄金时代，在心理、生理和社会化方面逐步走向成熟。但在这个过程中，一旦遇到不良因素的影响，就容易导致焦虑、紧张、恐惧、愤怒等不良情绪，影响学习和生活。实践证明，友好、和谐、协调的人际交往，有利于大学生对不良情绪和情感的控制和发泄。大学生情感丰富，在紧张的学习之余，需要进行彼此之间的情感交流，讨论理想、人生，诉说喜怒哀乐。人际交往正是实现这一愿望的最好方式。通过人际交往，可以满足大学生对友谊、归属、安全的需要，可以更深刻、更生动地体会到自己在集体中的价值，并产生对集体和他人的亲密感和依恋之情，从而获得充实的、愉快的精神生活，促进身心健康。

**心理心得体会篇十二**

总觉得心理学是一门玄奥的学问．这种想法主要源自于少年时代读书中的惊讶与崇拜,如诸葛孔明的空城计,赵子龙将军的偃旗息鼓,诸如此类的等等.

管理心理学,中国古代就有.孙武在《孙子兵法》一书中就写道：道者，令民与上同意也，故可与之死，可以与之生，而不畏危.孙武强调领导与下属之间意愿协调一致的重要性，这在今天看来也是十分重要的管理心理学原则.

行军打仗是一件很严肃的事情,要有绝对的纪律素质.所以自古以来军队都有从大至小的建制,都有系统的监督和执法人员.但汉飞将军李广带的部队就没有,李广才气天下无双.他的才气在他带兵的奇特方略上表现的格外突出.他行军不按建制不成行列;驻扎不按建制,各随其便;夜间不打更巡逻;大帐很少使用文书.军队的战斗力在于建制,建制一乱,队伍即一盘散沙,这是通常的说法.而李广带兵是非常将带兵,才将带兵,不拘一格.他注意抓心理,从管理心理学的角度上,分析如何正确成功的不拘一格,这么做还会使士兵们少受了许多辛苦,加上他对待官兵体恤过人,所以都乐于跟随他出征,力拼死战.史实证明李广将军的这支部队没有因为没有建制监管就一盘散沙毫无军纪,它是一支骁勇善战军纪严明的部队.惟可惜的是,李广难封.

通过管理心理学的学习我发现它是一门和生活很近的学科,学好它且能正确的运用好它,将对人们的日常生活工作学习中有很大的帮助,可以减少许多不必要的麻烦,可以优化生活的人际环境.

在《管理心理学》中，我学习了“人的从众行为”，我想既然人有从众行为，那么由人组成的企业同样也具有从众行为。在某种意义上来说，这种非理性的企业从众性行为正破坏着我们并不富足的改革积累。为什么在中国的企业界、企业之中会有这种从众性现象？一个人的行为是受很多方面制约的，但主要归纳来看一是受外部环境的制约，二是受自身思维的影响。就正如一个人的跑步行为，只有当他有了跑步这个想法（内部因素），而且至少有一个能跑步的地方（外部因素），他的才能实施跑步这个行为。如果他自己没有要跑步这个想法，就算有再好的跑道在面前，他也是不可能跑的。如果他在水中，就算他再想跑，他也是不能够跑，而只能够游。同理，一个企业的从众性行为也是多方面影响的结果，我认为主要有以下几方面的原因。

如果有某种产品在市场上毫无利润可言，我想是不会有企业愿意生产的。正是有利可图，有暴利可图，才使众多的企业盲目地争相进入。先进入的企业由于获得了暴利而极速膨胀，这种模范的影响导致更多的企业急于进入，形成另一轮的多米诺骨牌效应。可以说，高额的利润是产生从众性行为的最根本的原因。

进入壁垒包含两方面：一是技术方面的壁垒，二是资金方面的壁垒。也就是说某个行业有从众性行为的发生那么该行业进入所需要的资金肯定不多，其产品的技术含量也一定不高。

市场运行机制的不健全必然要导致竞争的无序，而这种无序又会成为企业从众性行为的催化剂。大家都想乘乱捞一把，在里面的想多捞些，还没进去而看着眼红的拼命往里挤。市场不能进行有效的调控，就像一群人（企业），得了一种病（从众性行为），医生（市场机制）却不知道该怎么医治（约束，调控），传染的人越来越多。最后，身体特好的熬过来了，熬不过的占大多数。

目前，我们的市场还没有一个完善的、强有力的市场准入制度，也就是说很多企业没有该种产品的生产资格却上马生产，市场对这种无证上岗的企业不能进行有效的制约，这样就会造成很多企业没有完备的生产手续也能生产，为从众性行为的发生开了方便之门。

一个企业的行为是由这个企业的领导者作出的，领导者所作出的决定能反映其素质的高低。通过对众多的失败的案例分析，我们发现了以下几点共同之处。首先，企业领导者普遍缺乏道德感和人文关怀意识。这种意识是以胜者为王，败者为寇作为参考标准。企业家往往无意于追究企业成长，发展过程中的道德性，这在很大程度上也助长了企业家们的功利意识。追求功利，就是要求高额的利润，从而又归结到从众性行为产生的最根本的原因上来了。其次，企业领导者普遍缺乏对规律和秩序的尊重。我们的许多企业领导者缺乏对游戏规则的遵守，许多人以“不按牌理出牌的人为标榜。本来，不按牌理出牌，出奇招制胜是很好的经营手法，但是由于领导者自身素质偏低，不按牌理出牌变为了不看自己的牌出牌，不按规律，规则出牌。在企业发展的决策上是天马行空，百无禁忌。根本不在意自身的条件够不够。再次，领导者普遍缺乏系统的职业精神。这主要是我们现在的企业家基本上都是改革以来的第一代企业家，他们没有受过什么专业化的教育，没有受过现代化管理的训练。基本上都是敢闯，敢拼再加运气而获得成功的。这种先天的.不足常常导致很多企业家在获得一点成功之后不思进取，刚腹自用。当该行业前景较好时，企业家们的这些缺陷就会被掩盖，但当该行业一出现行业危机，或者是较高的获利时期过去后，这种先天不足就要演变为灾难。

如果没有自己的观点、没有好的发展办法，当然也就只有跟着别人走。看着哪利润高，就想一头扎进去。世界上没有任何一家著名企业是一直跟着别人发展起来的。创新是企业发展的根本，一个企业如果要想长久地保持稳定的发展，没有对自己的产品不断的创新，没有对自己体制的不断的创新是不可能的。但是，我们看到的却是我们的很多企业并没有一个系统化的创新机制，比如产品的更新换代、企业的投资方向等关系到企业生死的重大决策基本上都是由老总一个人说了算，没有一个专门的机制，没有专业的人员来进行科学的、合理、理性的分析、预测和可行性研究。没有研究必然就没有发言权，又正如上一点所说的，企业最高领导人员素质的低下，导致他们的决策几乎全部依据于报纸零星的新闻、无聊的电视剧的对话以及日常生活之中的一些比喻和经验。

**心理心得体会篇十三**

心理战是一种通过扭转对方心态，削弱对方意志，以达到自己战略目标的战争手段。它涉及到心理学、战略学等多个领域的知识，是一门博大精深的学科。作为一名军事学院的学生，我在学习和实践中不断总结心理战的心得体会，下面将从学习理论知识、思维转换能力、沟通技巧、情绪控制以及团队合作五个方面，分享我对心理战的认识与思考。

首先，学习理论知识是进行心理战的基础。心理战的本质是通过对敌人心理进行分析和破解，以达到操纵和控制对方思维的目的。因此，了解心理学、战略学以及敌情分析等专业知识是进行心理战的前提。这些理论知识可以帮助我准确把握敌情，了解对方的心理特点，并根据对方的特点制定相应的心理战策略。比如，在了解到敌方指挥官易受威胁心理的情况下，可以借助心理战手段，对他进行牵制，削弱他的指挥能力。因此，学好心理学等相关课程，对于提高心理战能力是至关重要的。

其次，思维转换能力是进行心理战的重要因素。心理战需要不断调整和转变策略，以应对敌方的心理变化。拥有良好的思维转换能力可以使我们在心理战中灵活应对，创造出更多的战机。要做到这一点，我们首先需要树立辩证思维的观念，对事物进行多方位、多角度的思考，避免陷入固定模式的思维定势。同时，我们还需善于观察敌方的行动和反应，通过推断对方的思维逻辑，将其脆弱点转化为我们的攻击点。只有不断培养和训练良好的思维转换能力，我们才能在心理战中立于不败之地。

第三，沟通技巧是进行心理战的重要手段。心理战最核心的任务是要影响和掌控他人的心理，而沟通是实现这一任务的最重要手段之一。在进行心理战时，我们需要灵活运用言语、行动和非言语等多种沟通方式，来传递我们希望对方接受的信息。在进行沟通时，我们需要善于倾听对方的心理需求和情感，根据对方的需求和心理特点，选择合适的沟通策略，以便更好地达到心理战的目的。同时，我们还需要注意自己的表达方式和语言技巧，准确表达出我们自己的意图，使对方更容易被我们所影响和掌控。

第四，情绪控制是进行心理战的重要技巧。在心理战中，我们不仅要了解和破译对方的心理，还要注意控制自己的情绪，以保持冷静和理智。冷静和理智是进行心理战的重要条件，只有当我们能够高度自控，才能更好地应对对方的心理攻击。情绪控制包括对自己情绪的分析和调控，以及对他人情绪的洞察和引导。通过不断提高自身的情绪智力和情商，我们能够在心理战中更好地把握和运用情绪，增强自己的心理攻防能力。

最后，团队合作是进行心理战的重要保障。心理战需要多方面的支持和合作，无论是获取情报、分析对方心理还是实施心理战术，都需要团队成员的密切配合和协作。团队合作不仅仅是指个体之间的配合，更要求每个团队成员都具备团队精神和合作意识。只有每个人都能将集体利益放在首位，密切配合、相互支持，才能保证心理战的顺利进行和成功实施。

总之，心理战在现代战争中起着至关重要的作用。通过学习理论知识、培养思维转换能力、掌握沟通技巧、提高情绪控制能力以及强化团队合作，我们能够更好地进行心理战，实现我们的战略目标。这些心得体会不仅适用于军事领域，也可以在日常生活中应用，帮助我们更好地与他人进行交流和思考。相信在不断地实践和锤炼中，我会进一步提高自己的心理战能力，为未来的军事事业做出更大的贡献。

**心理心得体会篇十四**

最近学习了皮连生的教育心理学，通过学习，使我进一步了解到教师职业的神圣，同时也感责任的重大。我们不仅学到了丰富的知识，还进一步提高了业务素质，下面我从以下几个个方面谈谈我对学习的心得：

\"教师是太阳底下最崇高的事业。\"人们常把教师比喻为\"红烛\"、\"人梯\"、\"春蚕\"、\"铺路石\"，意在表达教育这一职业的无私和伟大。所以，教师从自己执教之日起，就该对教师这一职业有充分的认识，才能彻底清除\"拜金主义\".\"仕爵主义\"观念，把自己的全部心血奉献给自己所人事的教育事业，象陶行知所说的那样：\"捧着一颗心来，不带半根草去\"，无论何时，都能够理直气壮地说，投身教育事业，我终生无悔。

教育是爱的共鸣，是心和心的呼应。教师只有热爱学生，才能教育好学生，才能使教育发挥最大限度的作用。可以说，热爱学生是教师职业道德的根本。对学生冷漠，缺乏热情，决不是一个有良好师德的好教师。教师爱学生体现在\"严\"和\"慈\"上。常言道：\"严师出高徒。\"又说：\"严是爱，宽是害。\"对学生不严格要求，严格训练，是难以培育出跨世纪的可靠接班人和合格的建设者。\"自古雄才多磨难，从来纨绔少伟男。\"所以，对学生不严不行。当然，严要得法，严要有度，不能按法西斯式的训练来要求。慈，就是对学生要关心、爱护、宽容、尊重。充分鼓励学生的自尊和自信，关心学生的学习和成长进步，使学生全面发展。

教师是人类灵魂的工程师，\"为人师表\"是教师最崇高的荣誉，也是教师的神圣天职。二十一世纪的中国，不仅在经济发展上将上一个新台阶，而且在社会主义精神文明建设上更将跃上一个新高度。作为一个人民教师，负担着全面提高国民素质、提高全体人民，特别是青少年一代文明程度的直接责任。\"教育者先受教育\"。只有最大限度地提高教师为人师表的水平，才能胜任人民教师的历史使命，无愧于人民教师的光荣称号。这就要求教师要时时处处以身作则，为人师表，凡要求学生做的自己必须先做到做好。比如要求学生不迟到早退，教师自己就不能迟到早退;要求学生文明礼貌，教师自己言谈举止切切不可粗鲁;要求学生遵守行为规则，教师应自觉遵守教师守则。否则，光要求学生，而自己又不身体力行，反而胡作非为，学生就认为这样的老师言行不一，出尔反尔而不可信赖。正如孔子所说：\"其身正，不令而行，其身不正，虽令不从。\"正说明这个道理。

教师要把自己的学生培养成为全面发展的有用人才，就必须把书教好。这就要求教师要具渊博知识。在知识的海洋里，宇宙间的任何事物都只有其中的一朵浪花，一粒泥沙，而教师如同一叶扁舟，常年累月航行于其中，将一批又一批渴望成才的求知者送达理想的彼岸，风雨无阻，无怨无悔。浪头上行舟，难免惊心动魄，但也有欣慰与欢畅，谁说不是呢?选择了教师职业就选择了艰辛和挑战。胸无点墨，混迹社会，腰缠万贯者大有人在，但我们无法想象，更不能容忍一个滥竽充数的教师堂而皇之立于那些求知若渴者目光聚焦的神圣讲坛。

虽然上学时也学习了教育学心理学，但理论知识领悟得还不深刻。暑假里重读了普通高等教育“十一五”国家级规划教材高等师范院校专业基础课教材《教育心理学》感觉受间的任何事物都只有其中的一朵浪花，一粒泥沙，而教师如同一叶扁舟，常年累月航行于其中，将一批又一批渴望成才的求知者送达理想的彼岸，风雨无阻，无怨无悔。浪头上行舟，难免惊心动魄，但也有欣慰与欢畅，谁说不是呢?选择了教师职业就选择了艰辛和挑战。胸无点墨，混迹社会，腰缠万贯者大有人在，但我们无法想象，更不能容忍一个滥竽充数的教师堂而皇之立于那些求知若渴者目光聚焦的神圣讲坛。

虽然上学时也学习了教育学心理学，但理论知识领悟得还不深刻。暑假里重读了普通高等教育“十一五”国家级规划教材高等师范院校专业基础课教材《教育心理学》感觉受益匪浅。让我收获最大的是第四章教学心理中教学目标的设计一节，它让我对我们每节课都要出示的教学目标有了新的认识。第一，教学目标是选择教学方法的依据。一旦教学目标确立了，教师就可以根据教学目标选择适当的教学方法。第二教学目标是我们进行教学评价的依据。第三，教学目标具有指引学生学习的作用。教学伊始，教师将教学目标明确地告诉学生，有助于指引学生的学习，激发学生的学习动机并把学生的注意力集中在要达到的学习目标上。其中布卢姆的教学目标分类学有助于我们从多角度、多水平、多层次去考虑学校的教育、教学目标问题。它提醒每一位教师，使学生获取知识或者能简单回忆我们所教内容远不是教学所要达到的最终目标，我们必须努力帮助学生达到更高水平的认知目标。

其次，从感性上让我认识到教育心理学是一门博大精深的学问，而不是我以前所想象中的那样简单。比如说处理学生个性和共性之间的关系，怎样从个性中提炼出共性，又怎样在对共性的总结中充分尊重学生个性。还有怎样实现学生学习的最优化，怎样教学才能最大限度的调动学生的积极性又不让其对某些枯燥的只是感到厌烦;还有怎样根据不同年龄阶段孩子的不同心理特点对其施以针对性的教育教学方法，如此等等。在书中介绍到了很多不同时代的著名学者的观点，各有利弊，都很值得我思考。读了这些，我才逐渐认识到教育心理学是一个备受重视，被广泛研究的学科。不光是理论，书中很多地方也提到了怎样将理论运用到实践中去，这对于教学的实践活动有很直接和现实的意义。书中举到了很多这样的例子，让我发现原来生活中很多看似司空见惯的事其实就是教育心理学研究的成果。比如应该怎样让小学生克服坐不住的问题，还有怎样不动声色的纠正学生的语法错误又不至于引起学生反感。其实对于这些问题我也是早就有所想法，读了教育心理学后，这些原先模糊不清的想法才渐渐明白起来，真的感慨颇多。

还有，我在读完以后有了这样的认识：我认为教师读《教育心理学》第一，是因为我们要形成优秀的心理品质必须学习教育心理学。本书所要强调的是，教师只有认真学习教育心理学，才能知道作为一位人民教师，必须具备哪些优秀的心理品质，从而自觉地培养这些心理品质。第二，是因为我们要提高教育业务水平必须学习教育心理学，本书对此作了比较精简的归纳和概括可以有效地提高教学质量。教师只有学习了教育心理学，才能系统而全面地掌握学生认识过程的规律和年龄特征，才能选择适当的教材，采取相应的措施，有效地提高教学质量。可以更好地培养学生的品德。学习过教育心理学的教师，就能够掌握学生品德形成的规律，及在各种因素影响下形成的心理特点。可以更有针对性地对学生因材施教，可以科学地总结教育经验，我觉得这也是第一点的基础，是为提高教学质量作准备的。

书中许多观点，都让我开始对我们的教育方式进行反思。确实，不管教育到底是怎么一回事，最后还都要靠“人”来实现。所以教育问题就是人的问题，要解决教育问题，就要解决人的问题。我们教师是教育过程中的重要人物，要提高我们的教育质量，就要提高教师的专业地位，那么老师的专业地位就仅仅是学科知识吗?我想，教师的专业地位更加体现在教师对教育心理方面知识的理解和运用。所以从现在开始我不仅要加强学科知识的提升，更要加强教育心理知识的钻研，让我成为一位真正的好教师。恐怕任何一位教师，没有多年的经验积累，是很难把这些理论的知识和教学的实际经验结合起来，用所学的知识来解决教学中的问题，这也是我们的教育的一大缺憾吧。

书中最后一章教师心理中教师的职业心理健康对我帮助也很大。教师是一种特殊职业，工作对象是未成年的学生。教师的情绪变化会直接影响学生的情绪、心态。这就要求教师必须具备较强的自我控制能力。如果教师的自我控制能力不强，烦躁、易怒、处理问题不理智，或者不能公平地对待每一个学生，就会损伤学生的心理，使学生产生对立情绪，学生也会模仿教师的作风，养成不良的心态。长期以来，由于师范教育中心理学科没有受到应有的重视，继续教育中也很少重视心理学的训练，学校对教师的业务考评大多局限于所教授的学科专业知识。历史和现实的诸多原因，致使我们许多教师缺少心理科学方面的基本知识，既不能准确判断出学生心理方面的异常，也不能正确地运用心理学知识去科学地分析学生心理，解决心理问题。仅此还不够，应当在所有教师中加强心理学进修，使教师队伍的心理学修养和应用心理科学的能力有普遍提高。创造一代身心健康的学生，就是创造未来。

首先一点，我从感性上认识到教育心理学是一门很博大精深的学问，而不是我以前所想象中的那样简单。比如说处理学生个性和共性之间的关系，怎样从个性中提炼出共性，又怎样在对共性的总结中充分尊重学生个性。还有怎样实现学生学习的最优化，怎样教学才能最大限度的调动学生的积极性又不让其对某些枯燥的只是感到厌烦;还有怎样根据不同年龄阶段孩子的`不同心理特点对其施以针对性的教育教学方法，如此等等。在书中介绍到了很多不同时代的著名学者的观点，各有利弊，都很值得思考。读了这些，我才逐渐认识到教育心理学是一个备受重视，被广泛研究的学科。

不光是理论，书中很多地方也提到了怎样将理论运用到实践中去，这对于教学的实践活动有很直接和现实的意义。书中举到了很多这样的例子,让我发现原来生活中很多看似司空见惯的事其实就是教育心理学研究的成果。比如应该怎样让小学生克服坐不住的问题，还有怎样不动声色的纠正学生的语法错误又不至于引起学生反感。其实对于这些问题我也是早就有所想法，读了教育心理学后，这些原先模糊不清的想法才渐渐明白起来，真的感慨颇多。

第三，教育心理学给我提供的不只是一个研究结果，它所提到的更多的是一种研究方法，指导你怎样利用这些看起来书面化的大理论，把他们真正变为指导你教学的利剑。其实每个学生都是特别的，都有值得你特别去关注的地方，而每个学生又都是相似的，都有共性让你总结规律，更好的认识教学。教育心理学为我所提供的这些科学的研究法我认为不管今后是否从事教育事业都是让人从中受益良多的。原来一直不明白所谓量表是什么东西，现在才开始懂得原来心理学是这样一门精密的科学，要求很强的逻辑思维和分析能力才能懂得如何从数据中了解人内心的世界。

第四，对自我提出了更高的要求。教育心理学以教与学互动作用为主线，以学习心理为核心，对学习动机、知识和技能的掌握、学习策略与教学策略、学习迁移、智力与创造力、品德心理、群体心理、个性差异与因材施教、心理卫生与教师心理等方面作了较为系统、深入浅出的分析。作为一个教育工作者，必须具备判断学生是否热爱学习以及引导学生学习的能力。教师是文化的传递者，“师者，所以传道、授业、解惑也”，这是从知识传递的角度来反映教师的重要性。教师是榜样，\"学高为师，身正为范\"，学生受教育的过程是人格完善的过程，教师的人格力量是无形的、不可估量的，教师要真正成为学生的引路人。教师要有较强的组织领导、管理协调能力，才能使教学更有效率，更能促进学生的发展。教师要富有\"爱心\"，作为一名教师，对学生的爱应是无私的、平等的，就像父母对待孩子。教师还要善于发现每一个学生的闪光点和发展需要。

最后，教师是学生的心理辅导者。因此，教师必须要懂教育心理学、心理学，应了解不同学生的学习心理特点，选择科学合理的、适合本班学生的学习策略，并在上课过程中多加思考，适时改进教学方法和策略，以艺术的眼光去对待教学，争取精益求精。在新课程改革的背景下，一定要认真地贯穿新的教学理念，以学生发展为本，以新的教学姿态迎接新的挑战，使学生的身心都能得到健康的发展。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！