# 班主任心理健康教育远程培训工作总结

来源：网络 作者：无殇蝶舞 更新时间：2025-06-26

*第一篇：班主任心理健康教育远程培训工作总结为期一个月的班主任心理健康教育远程培训快要结束了，在这段充实而又紧张地学习中，让我心中充满着感激，为自己有幸聆听了教育专家的报告和讲座，感到无比庆幸。既有专家们睿智的教育思想，前沿的教育理念，又有...*

**第一篇：班主任心理健康教育远程培训工作总结**

为期一个月的班主任心理健康教育远程培训快要结束了，在这段充实而又紧张地学习中，让我心中充满着感激，为自己有幸聆听了教育专家的报告和讲座，感到无比庆幸。既有专家们睿智的教育思想，前沿的教育理念，又有来自同行们精彩而宝贵的经验交流。一个个鲜活的例子，让我倍感亲切，更给我们以思考和启迪。自己的心理也得到了一次调理。虽然在之前自己也看过不少这方面的书，也听过有关心理健康教育的讲座，但都没有这一次的学习那么投入，那么充实。多年来的班主任工作带给我的困惑，仿佛在这些天的学习中一下子都找到了答案，寻到了新的突破口。下面就谈谈这次班主任心理健康教育远程培训学习带给我的一些启示和收获：

一、关注学生心理健康，教师首先要心理健康。教师作为实施教育的主体，其自身的素质对开展心理健康教育起着举足轻重的作用。很难想象，自身心理健康水平低，对心理教育缺乏科学地认识的教师可以培养出具有良好心理素质的学生。白玉萍教授讲的《教师心理健康与压力》的讲座。给我印象深刻，由于教师的不当教育行为造成了学生心理上的障碍，影响了学生身心的健康成长。听了那么多的例子，我一次又一次的告诫自己：一定要做个细心，耐心，有爱心的班主任，不做造成学生心理畸形的罪魁祸首。小学工作是艰辛而又烦琐的，尤其是我们班主任。所以，拥有一个好的心态就很重要。教师积极乐观的情绪可以感染学生，因此必须学习有关的理论和方法技巧，提高自身的心理调节机能。总结教授们在讲座中提供的方法，我觉得应做到以下几点：

1、用愉悦充实每一天。笑着过是一天，愁眉苦脸地过也是一天，那何不微笑着接纳一切，如果一天是快乐的，那么无数个一天组成的你的一生也是快乐的。

2、多与他人交往。长期独处的人容易患抑郁症。心理健康的人需要有一种归属感，有属于自己的朋友，在朋友中感受到被尊重，被需要。

3、投身于有意义有价值的工作。如果你热爱自己的教育事业，那么正好;如果你还不太满意自己的职业，那么也请你尝试着爱上它，都说日久生情，如果突然之间让你离开教育岗位，我想很多人都会不适应的吧，假使你不想离开这个岗位，那就请你好好珍惜它。

4、培养积极乐观的情绪。记住三不要。不要拿别人的错误来惩罚自己，明明是学生犯了错，自己就气得不行;不要拿自己的错误来惩罚别人，因为自己心情不好而迁怒学生的事情也不要做;不要拿自己的错误来惩罚自己，对自己做得不够好的事情耿耿于怀也不利于身心健康。一个教师心理不健康，祸及的可能是一大批或许多批学生。这句话听来叫人不寒而栗。教师其自身素质直接决定其教育行为，只有自身心理健康，掌握有关青少年儿童心理发展的科学知识，按科学的规律和方法开展教育工作，处理学生日常表现出的心理行为问题和意外事件，教师才能真正做到将心理健康教育落到实处，才能真正促进学生心理健康的发展。

二、把握好学生的心灵气象，让孩子的心灵充满阳光。听了赵晓颖的讲座《小学生常见心理行为问题原因分析与策略应对》的讲座，案例展示。我对小学生心理健康教育的内容及方法的了解，使我们清楚地知道今后工作中要发现的问题，要注意的问题以及要积极主动地解决的问题。这其中特别是师生关系，帮助学生认识自我，消融学生逆反心理等方面的内容，从理论到实践，从讲座到活动都给我们很深印象。这对我今后的工作非常有指导意义。我以后会从学生的心理实际出发，多与学生沟通交流，做学生的知心朋友。班主任要不断学习心理学知识，了解学生的心理特点，如心理品质发展不平衡、情绪和情感的发展不平衡、人际关系不协调和自我意识、自我实现的观念与认识不平、认识能力的差异，在教育教学过程中，注意发现学生的心理问题，及时引导学生克服障碍，健康成长。

三、营造培养健康心理的氛围。在教学过程中，创设一种和谐宽松的氛围。要有这样的观念：教师和学生、学生和学生之间都要建立一种和谐合作的关系。①平等对待每一位学生。一方面，要平等对待每一位学生，尊重每一位学生的人格;另一方面，要把学生视为与自己平等的一员，要善于相互沟通。在学科教学中，不能居高临下地向学生灌输知识，而是要引导学生和自己一起去探求知识。作为教师要乐意听取每位学生的意见，重视师生情感的交流。在课堂教学管理中，特别是在纠正学生的违纪行为时，切不可伤害学生，要满足学生人格尊重的需要，要多鼓励、多信任、多肯定、多表扬，使他们产生积极向上的力量，获取信心，带着乐观、愉快、轻松的心境去学习。②保持良好的教学情绪。要用自己的真诚情感去点燃学生心灵的火花，要用自己的饱满情绪去调动学生的学习积极性。课堂上，相信我的每一个笑容、每一个眼神、每一个动作、每一句话都是在和学生进行情感交流，要把积极的情绪传递给学生。课堂上也会出现一些偶发或突发的事件，如果学生情绪反常或发生过错时，我要善于控制自己的情绪，及时拿出相应措施，作好应变处理，决不能让学生的不良行为影响自己的情绪，破坏教学的气氛。在平等的人际关系中，在和谐的氛围里，学生参与自己有兴趣的学习活动，就能有效地培养学生的自信心、自觉性、创造力和坚强的意志等良好的心理品质。

四、爱岗敬业，教书育人。对于班主任而言，首先就是要代表广大学生的利益，所作所为要有利于学生的健康成长。牢固树立一切为了学生，为了一切学生，为了学生一切的思想。在教学实践中，要以学生为主体，因为他们正处于长身体、长知识，逐步形成世界观的关键时期，喜欢模仿甚至盲从他人，常常把与自己朝夕相处的老师当作心中的偶像和楷模，因此教师的言谈举止对学生的成长、发展具有极大的感染性和示范性。作为人类灵魂的工程师，首先要树立一个正确的职业道德观念，塑造一个良好的师德形象，要以身立教，为人师表，只有这样才能有力地感染学生、教育学生，通过自己的言传身教给学生以情操的陶冶和心灵的净化，真正担负起培养社会主义建设者和接班人，提高民族素质的使命。教师应该具备甘当人梯和红烛的献身精神，对学生充满爱心，对工作充满责任心，对未来充满信心，真正做到爱岗敬业，教书育人。我当班主任已有23年，回顾自己走过的经历，我始终把教书当成了自己最钟爱的事业，怀着对得起学生的心态来对待自己的工作，从中体会到了献身教育事业的无比快乐和自豪。记得我教过的一个六年级学生在毕业时写下：兰老师，您从一年级一直教我六年级，6年啊谢谢您!是您让我知道原来还有那么多人爱我，不厌弃我，我才没有放弃自己。没有您，就没有今天的我。您就向我的妈妈，老师的爱最伟大，因为老师爱的是别人的孩子。作为班主任还有什么比听到这些话更开心的呢?我感觉到，作为老师，有时只要那么一点坚持，改变的可能就是一个学生一生的命运。这段难以忘怀的文字，让我感受到了作为人师、作为班主任的巨大幸福，同时也激励着我对自己提出了更高的要求。

五、教师要有爱心，要有真诚的爱心。着名教育学家陶行知先生说：捧着一颗心来，不带半根草去，一语道出了教育的神圣和教师的伟大用爱诠释教育。没有爱的心灵，是贫瘠的沙漠，不可能长出红花绿草般的美德;没有爱的教育，是干涸的河床，不可能绽放心灵的浪花。做了二十三年的班主任深有感悟。只有成为一个好教师，才能培养出好学生。一个名师最重要的是要有高尚的师德。爱，则是师德修养的灵魂。

1、要关注留守学生的心理健康 我校地处铁道北，学生家庭都很贫困。我校留守学生较多，作为一位老师更应关注留守学生的心理健康问题。外出务工父母无暇顾及孩子，孩子感情上得不到交流，得不到正确的引导和帮助，缺少父母的温暖和教育，这对学生心理产生极大影响。留守学生一般内向、自卑、敏感，性格比较脆弱。另一部分学生是父母在外打工，经常往家里寄钱，有的甚至给孩子买了手机，加上监护人的娇宠溺爱，监护人都是爷爷、奶奶、姥姥、老爷。导致孩子养成不爱学习，自暴自弃等不良行为，这样的学生往往自私、孤僻、暴躁、蛮横。针对这一特点，我利用课余时间、班会讲节俭的重要性，谈心、多次家访。让他们养成节俭的生活习惯，体会父母的不易，让他们感到父母出去不是不爱他们，而是为了使他们生活更好。并举办丰富多彩的课外活动，丰富学生的课余生活。并开展心理健康活动，及时解答他们的疑惑。帮他们少走弯路。鼓励、组织留守学生们多参加业余活动，以填补父母不在身边的空虚。由于父母不在身边，留守学生不能在父母身边撒娇，和父母一起享受天伦之乐，所以他们的思想上难免会出现空虚，又由于他们有比别人多出来的大量的时间无所事事，如果不能正确引导，他们很容易养成自闭的性格或是迷上打游戏等不良的嗜好。针对这种情况，我在平时多引导他们多读书等进行有益的业余活动。

2、要从生活上关爱学生。教师要关爱学生生活中的点滴，对学生的一言一行，一举一动保持敏感性。如果教师能够处处为学生着想，做他们的知心朋友，当学生处于困境时，教师能及时予以伸出援助之手，一句热情中肯的评语、一次诚心的交谈、一个会心的微笑往往能够起到意想不到的效果。

3、要从心理上关爱学生 作为班主任，深入地了解学生心理，最大限度赢得学生的信任和真心，是缩小班主任和学生之间距离的最好方法。在与孩子接触过程中，我成了孩子们最亲近的人，更是孩子们的知心朋友。我班小明一次信上写着：老师，我想问问您，是不是爸爸、妈妈不要我了，我不想上学了读到这儿，我的眼泪止不住地流了下来，没想到小小年纪的他就承受着如此大的压力。我留心观察他的一举一动，帮他树立自信心。一学期下来，他的学习成绩果然进步很快。此时的我才真正感悟到班主任适时的爱，会影响孩子一生的成长。当我领着他走在路上时，很多人会问，这是你家的孩子吗。小明会故意拉紧我的手，身子向我靠得更近了，无形中告诉人家，我们就是母子。

六、开辟有效沟通的多种渠道。通过本次培训我更加意识到教学过程本身就是师生的沟通过程，有效的沟通又是提升学生心理素质的前提。从课堂语言方面，教师要运用丰富的教学语言，新异的教学方法，现代化教学手段才能激发学生的学习积极性。所以我们一定要注意使用鼓励、尊重、商讨的话语方式，并认真倾听学生的观点，搭建师生沟通的桥梁。及时反馈，鼓励评价。教学反馈要贯穿在课堂教学的全过程，教师对各种反馈的信息要采取及时的措施，评价时要做到及时、公正，并通过及时公正的评价，强化学生的学习动机：反馈评价时要运用激励机制，要树立学生的自信心，充分地信任学生;训练学生自我检查、自我总结、自我评价、自我调节的能力，达到优化学生心理品质的目的。我想我一定要有这样的意识：课堂教学过程要以渗透心理健康教育、发展学生个性为中心。只有这样，学生在教师的引导下进行学习活动时，才能更好地掌握知识、发展智力，形成技能技巧和良好的个性心理品质。总之，通过这些天的学习，确实让我懂得了许多，提升了许多，观念更新了许多，确实感受到这些教育专家入情入味、贴近教育实际地讲解，完善了我的教育理念，为我开辟了一条新的教育思路。这些启发性的见解，导向式的思路，有待于我在今后的工作实践中慢慢地消化、借鉴、运用，在理论上不断构建和充实，以达到完善自己、发展自己的目的，更好地为教育教学服务，更好地为学生成长服务。

**第二篇：班主任心理健康教育远程培训工作总结**

班主任心理健康教育远程培训工作

总结

为期一个月的班主任心理健康教育远程培训快要结束了，在这段充实而又紧张地学习中，让我心中充满着感激，为自己有幸聆听了教育专家的报告和讲座，感到无比庆幸。既有专家们睿智的教育思想，前沿的教育理念，又有来自同行们精彩而宝贵的经验交流。一个个鲜活的例子，让我倍感亲切，更给我们以思考和启迪。自己的心理也得到了一次调理。虽然在之前自己也看过不少这方面的书，也听过有关心理健康教育的讲座，但都没有这一次的学习那么投入，那么充实。多年来的班主任工作带给我的困惑，仿佛在这些天的学习中一下子

都找到了答案，寻到了新的突破口。

下面就谈谈这次班主任心理健康教育远程培训学习带给我的一些启示和收获：

一、关注学生心理健康，教师首先要心理健康。

教师作为实施教育的主体，其自身的素质对开展心理健康教育起着举足轻重的作用。很难想象，自身心理健康水平低，对心理教育缺乏科学地认识的教师可以培养出具有良好心理素质的学生。白玉萍教授讲的《教师心理健康与压力》的讲座。给我印象深刻，由于教师的不当教育行为造成了学生心理上的障碍，影响了学生身心的健康成长。听了那么多的例子，我一次又一次的告诫自己：一定要做个细心，耐心，有爱心的班主任，不做造成学生心理畸形的罪魁祸首。

小学工作是艰辛而又烦琐的，尤其是我们班主任。所以，拥有一个好的心态就很重要。教师积极乐观的情绪可

以感染学生，因此必须学习有关的理论和方法技巧，提高自身的心理调节机能。总结教授们在讲座中提供的方法，我觉得应做到以下几点：

1、用愉悦充实每一天。笑着过是一天，愁眉苦脸地过也是一天，那何不微笑着接纳一切，如果一天是快乐的，那么无数个一天组成的你的一生也是快乐的。

2、多与他人交往。长期独处的人容易患抑郁症。心理健康的人需要有一种归属感，有属于自己的朋友，在朋友中感受到被尊重，被需要。

3、投身于有意义有价值的工作。如果你热爱自己的教育事业，那么正好;如果你还不太满意自己的职业，那么也请你尝试着爱上它，都说日久生情，如果突然之间让你离开教育岗位，我想很多人都会不适应的吧，假使你不想离开这个岗位，那就请你好好珍惜它。

4、培养积极乐观的情绪。记住三不要。不要拿别人的错误来惩罚自己，明明是学生犯了错，自己就气得不行;不要拿自己的错误来惩罚别人，因为自己心情不好而迁怒学生的事情也不要做;不要拿自己的错误来惩罚自己，对自己做得不够好的事情耿耿于怀也不利于身心健康。

一个教师心理不健康，祸及的可能是一大批或许多批学生。这句话听来叫人不寒而栗。教师其自身素质直接决定其教育行为，只有自身心理健康，掌握有关青少年儿童心理发展的科学知识，按科学的规律和方法开展教育工作，处理学生日常表现出的心理行为问题和意外事件，教师才能真正做到将心理健康教育落到实处，才能真正促进学生心理健康的发展。

二、把握好学生的心灵气象，让孩子的心灵充满阳光。

听了赵晓颖的讲座《小学生常见心理行为问题原因分析与策略应对》的讲座，案例展示。我对小学生心理健康教育的内容及方法的了解，使我们清楚

地知道今后工作中要发现的问题，要注意的问题以及要积极主动地解决的问题。这其中特别是师生关系，帮助学生认识自我，消融学生逆反心理等方面的内容，从理论到实践，从讲座到活动都给我们很深印象。这对我今后的工作非常有指导意义。我以后会从学生的心理实际出发，多与学生沟通交流，做学生的知心朋友。班主任要不断学习心理学知识，了解学生的心理特点，如心理品质发展不平衡、情绪和情感的发展不平衡、人际关系不协调和自我意识、自我实现的观念与认识不平、认识能力的差异，在教育教学过程中，注意发现学生的心理问题，及时引导学生克服障碍，健康成长。

三、营造培养健康心理的氛围。

在教学过程中，创设一种和谐宽松的氛围。要有这样的观念：教师和学生、学生和学生之间都要建立一种和谐合作的关系。

①平等对待每一位学生。一方面，要平等对待每一位学生，尊重每一位学生的人格;另一方面，要把学生视为与自己平等的一员，要善于相互沟通。在学科教学中，不能居高临下地向学生灌输知识，而是要引导学生和自己一起去探求知识。作为教师要乐意听取每位学生的意见，重视师生情感的交流。在课堂教学管理中，特别是在纠正学生的违纪行为时，切不可伤害学生，要满足学生人格尊重的需要，要多鼓励、多信任、多肯定、多表扬，使他们产生积极向上的力量，获取信心，带着乐观、愉快、轻松的心境去学习。

②保持良好的教学情绪。要用自己的真诚情感去点燃学生心灵的火花，要用自己的饱满情绪去调动学生的学习积极性。课堂上，相信我的每一个笑容、每一个眼神、每一个动作、每一句话都是在和学生进行情感交流，要把积极的情绪传递给学生。课堂上也会出现一些偶发或突发的事件，如果学生情绪反常或发生过错时，我要善于控制自己的情

绪，及时拿出相应措施，作好应变处理，决不能让学生的不良行为影响自己的情绪，破坏教学的气氛。在平等的人际关系中，在和谐的氛围里，学生参与自己有兴趣的学习活动，就能有效地培养学生的自信心、自觉性、创造力和坚强的意志等良好的心理品质。

四、爱岗敬业，教书育人。

对于班主任而言，首先就是要代表广大学生的利益，所作所为要有利于学生的健康成长。牢固树立一切为了学生，为了一切学生，为了学生一切的思想。在教学实践中，要以学生为主体，因为他们正处于长身体、长知识，逐步形成世界观的关键时期，喜欢模仿甚至盲从他人，常常把与自己朝夕相处的老师当作心中的偶像和楷模，因此教师的言谈举止对学生的成长、发展具有极大的感染性和示范性。作为人类灵魂的工程师，首先要树立一个正确的职业道德观念，塑造一个良好的师德形象，要以身立教，为人师表，只有这样才能有力

地感染学生、教育学生，通过自己的言传身教给学生以情操的陶冶和心灵的净化，真正担负起培养社会主义建设者和接班人，提高民族素质的使命。教师应该具备甘当人梯和红烛的献身精神，对学生充满爱心，对工作充满责任心，对未来充满信心，真正做到爱岗敬业，教书育人。我当班主任已有23年，回顾自己走过的经历，我始终把教书当成了自己最钟爱的事业，怀着对得起学生的心态来对待自己的工作，从中体会到了献身教育事业的无比快乐和自豪。记得我教过的一个六年级学生在毕业时写下：兰老师，您从一年级一直教我六年级，6年啊谢谢您!是您让我知道原来还有那么多人爱我，不厌弃我，我才没有放弃自己。没有您，就没有今天的我。您就向我的妈妈，老师的爱最伟大，因为老师爱的是别人的孩子。作为班主任还有什么比听到这些话更开心的呢?我感觉到，作为老师，有时只要那么一点坚持，改变的可能就是一个学生一生的命运。

这段难以忘怀的文字，让我感受到了作为人师、作为班主任的巨大幸福，同时也激励着我对自己提出了更高的要求。

五、教师要有爱心，要有真诚的爱心。

着名教育学家陶行知先生说：捧着一颗心来，不带半根草去，一语道出了教育的神圣和教师的伟大用爱诠释教育。没有爱的心灵，是贫瘠的沙漠，不可能长出红花绿草般的美德;没有爱的教育，是干涸的河床，不可能绽放心灵的浪花。做了二十三年的班主任深有感悟。只有成为一个好教师，才能培养出好学生。一个名师最重要的是要有高尚的师德。爱，则是师德修养的灵魂。

1、要关注留守学生的心理健康

我校地处铁道北，学生家庭都很贫困。我校留守学生较多，作为一位老师更应关注留守学生的心理健康问题。外出务工父母无暇顾及孩子，孩子感情上得不到交流，得不到正确的引导和帮助，缺少父母的温暖和教育，这对学生

心理产生极大影响。留守学生一般内向、自卑、敏感，性格比较脆弱。另一部分学生是父母在外打工，经常往家里寄钱，有的甚至给孩子买了手机，加上监护人的娇宠溺爱，监护人都是爷爷、奶奶、姥姥、老爷。导致孩子养成不爱学习，自暴自弃等不良行为，这样的学生往往自私、孤僻、暴躁、蛮横。针对这一特点，我利用课余时间、班会讲节俭的重要性，谈心、多次家访。让他们养成节俭的生活习惯，体会父母的不易，让他们感到父母出去不是不爱他们，而是为了使他们生活更好。并举办丰富多彩的课外活动，丰富学生的课余生活。并开展心理健康活动，及时解答他们的疑惑。帮他们少走弯路。鼓励、组织留守学生们多参加业余活动，以填补父母不在身边的空虚。由于父母不在身边，留守学生不能在父母身边撒娇，和父母一起享受天伦之乐，所以他们的思想上难免会出现空虚，又由于他们有比别人多出来的大量的时间无所事事，如果不能正确

引导，他们很容易养成自闭的性格或是迷上打游戏等不良的嗜好。针对这种情况，我在平时多引导他们多读书等进行有益的业余活动。

2、要从生活上关爱学生。

教师要关爱学生生活中的点滴，对学生的一言一行，一举一动保持敏感性。如果教师能够处处为学生着想，做他们的知心朋友，当学生处于困境时，教师能及时予以伸出援助之手，一句热情中肯的评语、一次诚心的交谈、一个会心的微笑往往能够起到意想不到的效果。

3、要从心理上关爱学生

作为班主任，深入地了解学生心理，最大限度赢得学生的信任和真心，是缩小班主任和学生之间距离的最好方法。在与孩子接触过程中，我成了孩子们最亲近的人，更是孩子们的知心朋友。我班小明一次信上写着：老师，我想问问您，是不是爸爸、妈妈不要我了，我不想上学了读到这儿，我的眼泪止不住

地流了下来，没想到小小年纪的他就承受着如此大的压力。我留心观察他的一举一动，帮他树立自信心。一学期下来，他的学习成绩果然进步很快。此时的我才真正感悟到班主任适时的爱，会影响孩子一生的成长。当我领着他走在路上时，很多人会问，这是你家的孩子吗。小明会故意拉紧我的手，身子向我靠得更近了，无形中告诉人家，我们就是母子。

六、开辟有效沟通的多种渠道。

通过本次培训我更加意识到教学过程本身就是师生的沟通过程，有效的沟通又是提升学生心理素质的前提。从课堂语言方面，教师要运用丰富的教学语言，新异的教学方法，现代化教学手段才能激发学生的学习积极性。所以我们一定要注意使用鼓励、尊重、商讨的话语方式，并认真倾听学生的观点，搭建师生沟通的桥梁。及时反馈，鼓励评价。教学反馈要贯穿在课堂教学的全过程，教师对各种反馈的信息要采取及时 的措施，评价时要做到及时、公正，并通过及时公正的评价，强化学生的学习动机：反馈评价时要运用激励机制，要树立学生的自信心，充分地信任学生;训练学生自我检查、自我总结、自我评价、自我调节的能力，达到优化学生心理品质的目的。

我想我一定要有这样的意识：课堂教学过程要以渗透心理健康教育、发展学生个性为中心。只有这样，学生在教师的引导下进行学习活动时，才能更好地掌握知识、发展智力，形成技能技巧和良好的个性心理品质。

总之，通过这些天的学习，确实让我懂得了许多，提升了许多，观念更新了许多，确实感受到这些教育专家入情入味、贴近教育实际地讲解，完善了我的教育理念，为我开辟了一条新的教育思路。这些启发性的见解，导向式的思路，有待于我在今后的工作实践中慢慢地消化、借鉴、运用，在理论上不断构建和充实，以达到完善自己、发展自

己的目的，更好地为教育教学服务，更好地为学生成长服务。

**第三篇：班主任心理健康教育培训**

班主任在学生心理辅导中的优势与技巧

——班主任心理健康教育培训资料（2025年11月23日）

目前在学校心理健康教师队伍当中，相当部分都是由班主任兼任着。因此班主任也就有必要重新认识自己在学生心理辅导中的优势，同时掌握一些必要的心理辅导技巧，以提高学生心理辅导的实效。

一、班主任与其它科任老师包括学校心理辅导老师相比有着天然的优势。具体为：

1、班主任更了解自己的学生。

从自己当上班主任，新学生报到的那一刻起，班主任就几乎与学生在一起。正常情况小循环一带就是三年，而大循环更是一带就是六年。而人生又有多少个三年六年。班主任与学生朝夕相处，可以说是对学生的情况了如指掌，学生的一举一动都很难逃过班主任的法眼。在自己学科的教学中，为了使教学更有效果，还要不时地备学生，及时地根据学情来调整自己的教学进度、教学方法，这也进一步加深对学生的了解，学生家长更是把班主任当自己了解小孩情况的可靠信息来源。心理辅导本质是心灵的沟通，有了师生之间的相互了解，不仅有利于快速打开心扉，削除心理阻抗，而且有利于迅速找到心理问题。“知学情”是班主任开展好学生心理辅导的前提与基础。这是班主任与它科任教师相比开展心理问题的最大优势。

2、班主任的德育功能的实现也要求发挥心理教育的作用。

德育与心育最大的不同之处在于工作方式方法的不同。班主任做为班级管理的第一责任人，肩负“教书育人”的双重责任。大量的事实都证明一切的教育手段都以人的心理为中介。优秀的班主任在长期的工作之中已经自觉地意识、运用到这一基本规律。“上课是老师，平时是朋友”，就是这种认识的朴素表达。班主任们应将一笔宝贵的工作财富用好用足。

3、班主任与学生容易形成心理认同感。

从现行的教育管理机制来看，班任与学生学生是紧紧在一起的整体，是利益的共同体。“班荣则我荣，班耻则我耻”已是大家的共识了；学校在日常管理当中也是将班主任的考评纳入班级常规评比之中，在这样的大背景下师生之间就容易形成融洽的心理环境，这是班主任开展学生心理辅导得力武器。

4、班主任具备相当的教育心理学基础知识。

知识是我们力量的源泉。许多班主任都感叹自己没有扎实的心理学知识，感到书到用时方恨少。事实上，我们不要忘记我们是学习过一些教育学心理学的基础知识的。在教师专业化水平日渐受到重视的今天。必要的教育心理学基础知识也是一个教育工作者必备的基本素养。现在，我们需要的是重新找出课本，给自己充充电，让沉淀已久的知识重新涣发出新的生命力。有了一定的专业知识做为支撑，班主任的育人行为就不会显得那么苍白无力。

5、班主任本身比学生年长，知识与阅历相对学生丰富。

什么人适合做学生心理辅导老师呢？抛开专业知识不讲，丰富的人生阅历就是一条重要的条件。在心理咨询师的职业培训中，明确指出一个好的心理咨询老师一定是一个人生经验丰富的、人事练达、察力敏锐的人。班主任都是从学生走过来的，学生正经历的也是我们曾

1经经历过的。从这个角度来说，班主任理应是学生人生的指路人。在开班会的时候班主任如果能适当的敞开心扉，讲一讲自己曾经的故事，不仅能拉近与学生的距离，而且对学生心理健康成长是一个很好的借鉴作用。

二、掌握一些必要的心理咨询的技巧

现代学校心理健康教育日渐强调全程性、全员性。班主任要看到自己在心理辅导中的优势，消除畏难情绪，勇敢地担任起学生的心育工作。当然，班主任如果在学生心理辅导中，掌握一些必要的心理咨询的技巧，将起到事半功倍的效果。

1、要有心理健康的意识。

早在上个世纪五十年代，世界民卫生组织就明确提出健康的定义为：“不但没有身体的缺陷和疾病，还要有生理、心理和社会适应能力的完满状态。”尽管现代人越来越重视生活质量，越来越讲求生命品质，全面的健康观念也越来越深入人心，但仍有还对许多人于心理上的健康还是不够重视，甚至还存在讳疾忌医。我们讲正确的意识是正确行为的前提。做班主任更是应该主动消除错误观念，树立完整的心理健康意识。事实上也有越来越多的人甚至是名人能勇敢地面对自己心理疾病。

2、要爱自己的学生。

教师成天与天性调皮的学生在一起，如果缺少职业热情，那就很难想象能把教育工作做好。现在有研究表明许多教师在从事教育职业后的5－7年不可避免会出现所谓的职业倦忌。原先对工作的那份热情与喜爱逐渐消退。如何始终保持高涨的职业热情不仅是学校领导要考虑的事而是教师本人要解决的问题。其中根本的一条，还是要不断学习钻研，在不断的解决问题中取得专业成长，增强职业效能感。有了对学生的一颗爱心，我们的教育行为就会显得自然而生动，其效果也会事半而功倍。心理辅导就是爱的慈善事业。伟大的文学家冰心讲：“有爱就有一切。”缺少爱的力量，工作对我们来讲是一种痛苦，对学生而言是可能就是一种折磨。

3、要克服角色冲突。

心理学对角色的定义是指不同的角色所蕴含的行为规范与要求。班主任、科任教师、心理辅导老师等都有自己的行为要求与角色定位。当要求一个人同时扮演好几种不同的角色，就不可避免会存在角色冲突，也就是所谓的行为规范矛盾。职业角色与生活角色却往往会出现冲突。“职业病”一词也由此而来。班主任与心理辅导老师角色定位还是有着本质的区别，容易造成角色冲突。班主任要充分意识到这个问题。对自我意识强烈、个性突出的学生，少一些指责命令，多一些沟通交流；少一些批评教育，多一些民主平等；少一些上纲上线，多一点温情理解。很难想象一个让人生畏的班主任，是一个可以走进学生心灵的辅导老师。

4、要正确把握好与学生的心理距离。

人与人是有一定安全的心理距离的。心理学家常常用人与人之间的身体距离来衡量心理的距离。班主任在学生的心目往往是高高在上。如果班上的学生看到你就远远地避开，那么就可以认为你与学生心理相距甚远。所以就要在与学生的交往中在适当的时间，用适当的方法缩小师生的距离从而达到缩小心理的距离。

5、要注意倾听。

心理咨询项基本的技术之一就是要学会倾听。真正的心理辅导应该是以倾听为其基本特征的，可分成“外在表现上的倾听”和“心理上的倾听”两种。良好的社会支持系统是心理健康的客观保证。学生的心理困扰如果能得到社会系统的及时支持，那么心理问题就能得到宣泄。班主任在教育学生时一定要注意避免不分青红皂白，猛灌大道理的做法。当与学生的咨询关系建立起来以后，班主任要注重启发引导学生谈出自己的心里话。不要轻易打断其谈话内容，更不要动不动就进行是非评价。有时候学生仅仅需要一个倾诉的对象，不需要你给你提什么具体的建议。你所要做就是静静听，让来访学生感受到你的理解支持。从你的支持中他会汲起前进的力量。

6、要学会共情。

共情即同感，又称“同理心”。它是指辅导教师要放下主观的态度和认识，设身处地去感受来访学生的内心体验，了解其所想所为的动机原由，不要以自己为参照标准去评判当事人的是非得失。辅导目的：要让对方走出情绪的阴影，启发他学会自己思考分析问题，寻找自我解脱的良策。这也是我们平时讲的心理换位。使用“同感”，即“自他相换”，“用对方的眼睛看世界”。这有利于学生表达出更真实的内在感受，有利于发现学生更内在更全面的矛盾。班主任的“同感”，会使学生对班主任产生“自己人”、“朋友”的感觉。很多时候，仅凭建立起良好的“同感”基础，不少心理问题就能得到较好的解决。

7、要接纳学生。

无条件地接受你的学生。要具备有教无类的思想，要始终相信自己的学生都是可教育好的，要相信学生都是有发展的潜能与空间，要对教育充满无限的信心与希望。使用接纳技巧，其目的在于使来访学生感到双方谈话无所顾忌，因而愿意敞开心扉说出心底里的话。辅导教师要让学生能充分表达并接纳其表达，包含了以下三项基本技巧： ⑴姿态亲和；⑵语调变化； ⑶适当回应。

8、要学会自我心理调节与平衡。

班主任也是一个普通的教育工作者，也有七情六欲。当我们在关注学生的心理健康问题。那么又有谁来关注我们的心理健康呢？我们讲助人自助。应该有两层含义：一是心理咨询最终的目的是要帮助来访者达到自我完善、自我成长；二心理辅导教师在帮助他人的过程中，自己的心理健康也应该得到维护，自已的专业也应该得到成长，自己的生活品质也应该得到提升。所以当我们在接受学生的咨询之后，接受的大多是负面的信息。这些负面的信息也会在不知不觉中威胁着我们的心理健康。所以教师学会自我摆脱心理烦恼与心理平衡，就显得特别的重要。建议班主任在自己咨询工作结束之后，要从事一些简单易行的活动如听音乐、参加文体活动、写咨询笔记等，让负面情绪心理充分宣泄释放出来，而后才迈着轻松的步伐回家或投入新的工作之中。

此外，班主任还要有意识地一步学习心理咨询的专业知识；有条件的要适当开展一些团体心理活动课，让学生在活动中体验探索，在活动中快乐成长；还要切实注意保密原则；别外不要以为心理健康、心理辅导是万能的，对自己没有把握的心理问题一定做到及时转介等。

**第四篇：班主任心理健康教育培训材料**

班主任心理健康教育培训材料

班主任应该掌握一些必要的心理咨询和心理辅导的技巧

现代学校心理健康教育日渐强调全程性、全员性。班主任要看到自己在心理辅导中的优势，消除畏难情绪，勇敢地担任起学生的心育工作。同时，班主任如果在学生心理辅导中掌握一些必要的心理咨询和心理辅导的技巧，将起到事半功倍的效果。

1、要有心理健康的意识。

早在上个世纪五十年代，世界卫生组织就明确提出：“不但没有身体的缺陷和疾病，还要有生理、心理和社会适应能力的完满状态。”尽管现代人越来越重视生活质量，越来越讲求生命品质，全面的健康观念也越来越深入人心，但还仍有许多人对于心理上的健康不够重视，甚至还存在讳疾忌医的情况。我们讲正确的意识是正确行为的前提。做班主任更是应该主动消除错误观念，树立完整的心理健康意识。事实上越来越多的人甚至是名人都能勇敢地面对自己心理疾病。

2、要爱自己的学生。

教师成天与天性调皮的学生在一起，如果缺少职业热情，那就很难想象能把教育工作做好。现在有研究表明，许多教师在从事教育职业后的5－7年，不可避免会出现所谓的职业倦忌。原先对工作的那份热情与喜爱逐渐消退。如何始终保持高涨的职业热情，这不仅是学校领导要考虑的事，而且也是教师本人要解决的问题。我想其中根本的一条，还是要不断学习钻研，在不断的解决问题中取得专业成长，增强职业效能感。有了对学生的一颗爱心，我们的教育行为就会显得自然而生动，其效果也会事半而功倍。心理辅导就是爱的慈善事业。伟大的文学家冰心讲：“有爱就有一切。”缺少爱的力量，工作对我们来讲就是一种痛苦，对学生而言可能就是一种折磨。

3、要克服角色冲突。

心理学对角色的定义是指不同的角色所蕴含的行为规范与要求。班主任、科任教师、心理辅导老师等都有自己的行为要求与角色定位。当要求一个人同时扮演好几种不同的角色，就不可避免会存在角色冲突，也就是所谓的行为规范矛盾。职业角色与生活角色就往往会出现冲突，“职业病”一词也由此而来。班主任与心理辅导老师角色定位还是有着本质的区别，容易造成角色冲突。班主任要充分意识到这个问题。对自我意识强烈、个性突出的学生，少一些指责命令，多一些沟通交流；少一些批评教育，多一些民主平等；少一些上纲上线，多一点温情理解。

4、要正确把握好与学生的心理距离。人与人是有一定安全的心理距离的。心理学家常常用人与人之间的身体距离来衡量心理的距离。班主任在学生的心目往往是高高在上。如果班上的学生看到你就远远地避开，那么就可以认为你与学生心理相距甚远。所以在与学生的交往中就要在适当的时间，用适当的方法缩小师生的心理距离。

5、要掌握一些必要的心理咨询技术 要注意倾听。心理咨询基本的技术之一就是要学会倾听。真正的心理辅导应该是以倾听为其基本特征的，可分成“外在表现上的倾听”和“心理上的倾听”两种。良好的社会支持系统是心理健康的客观保证。学生的心理困扰如果能得到社会系统的及时支持，那么心理问题就能得到宣泄。班主任在教育学生时一定要注意避免不分青红皂白，猛灌大道理的做法。当与学生的咨询关系建立起来以后，班主任要注重启发引导学生谈出自己的心里话。不要轻易打断他们的谈话内容，更不要动不动就进行是非评价。有时候学生仅仅需要一个倾诉的对象，不需要你给他提出什么具体的建议。你所要做的就是静静地听，让来访学生感受到你的理解支持，从你的理解和支持中他会激发前进的力量。

要学会共情。共情即同感，又称“同理心”。它是指辅导教师要放下主观的态度和认识，设身处地去感受来访学生的内心体验，了解其所想所为的动机原由，不要以自己为参照标准去评判当事人的是非得失。辅导目的：要让对方走出情绪的阴影，启发他学会自己思考分析问题，寻找自我解脱的良策。这也是我们平时讲的心理换位。使用“同感”，即“自他相换”，“用对方的眼睛看世界”。这有利于学生表达出更真实的内在感受，有利于发现学生更内在更全面的矛盾。班主任的“同感”，会使学生对班主任产生“自己人”、“朋友”的感觉。很多时候，仅凭建立起良好的“同感”基础，不少心理问题就能得到较好的解决。

要接纳学生。班主任教师要无条件地接受你的学生。要具备有教无类的思想，要始终相信自己的学生都是可教育好的，要相信学生都是有发展潜能与空间的，要对教育充满无限的信心与希望。使用接纳技巧，其目的在于使来访学生感到双方谈话无所顾忌，因而愿意敞开心扉说出心底里的话。辅导教师要让学生能充分表达并接纳其表达，包含了以下三项基本技巧： ⑴姿态亲和；⑵语调变化； ⑶适当回应。

要学会自我心理调节与平衡。班主任也是一个普通的教育工作者，也有七情六欲。当我们在关注学生心理健康问题的时候，那么又有谁来关注我们的心理健康呢？我们讲助人自助。应该有两层含义：一是心理咨询最终的目的是要帮助来访者达到自我完善、自我成长；二是心理辅导教师在帮助他人的过程中，自己的心理健康也应该得到维护，自已的专业也应该得到成长，自己的生活品质也应该得到提升。因为我们在接受学生的咨询时，接受的大多是负面的信息。这些负面的信息也会在不知不觉中威胁着我们的心理健康。所以，教师学会自我摆脱心理烦恼与心理平衡，就显得特别的重要。建议班主任在自己咨询工作结束之后，要从事一些简单易行的活动，如听听音乐、参加文体活动、写咨询笔记等，让负面情绪心理充分宣泄释放出来，而后再迈着轻松的步伐回家或投入新的工作之中。

6、班主任教师应当学习并掌握一些团体心理辅导技术。团体心理辅导是在团体情景下通过团体内人际交互作用，促进个体在交往中观察、学习、体验、认识自我、探讨自我、接纳自我，调整改善与他人的关系，学习新的态度与行为方式，以发展良好适应的助人自助的过程。它可以为健康正常的人提供一种促进自身人格成长的学习机会和学习环境。因为团体心理辅导技术的独特之处和突出的效果，在国外和我国的港台地区已经得到普及的发展，广泛应用于学校教育、企业管理、军队训练、心理治疗等领域。

班主任教师应该学习并掌握一些团体心理辅导的技术，要适当开展一些团体心理辅导活动课，让学生在活动中体验探索，在活动中快乐成长； 同时，学校也应该积极探索团体辅导在班主任的心理健康教育工作的应用，将团体辅导应用于班主任这个特殊群体，有效地调整班主任的心理状态, 帮助他们调节情绪状态、缓解心理压力，提高班主任自身的心理健康水平，促进班主任自身的成长,进而做好学生的团体心理辅导工作，更好的充当学生心理健康导师。班主任在运用心理咨询和心理辅导技术时，要切实注意保密原则；另外不要以为心理咨询和心理辅导是万能的，对自己没有把握、没有能力处理的学生心理问题，

**第五篇：2025班主任心理健康教育培训材料**

班主任心理健康教育培训材料

班主任应该掌握一些必要的心理咨询和心理辅导的技巧 现代学校心理健康教育日渐强调全程性、全员性。班主任要看到自己在心理辅导中的优势，消除畏难情绪，勇敢地担任起学生的心育工作。同时，班主任如果在学生心理辅导中掌握一些必要的心理咨询和心理辅导的技巧，将起到事半功倍的效果。

1、要有心理健康的意识。

早在上个世纪五十年代，世界卫生组织就明确提出:“不但没有身体的缺陷和疾病，还要有生理、心理和社会适应能力的完满状态。

”尽管现代人越来越重视生活质量，越来越讲求生命品质，全面的健康观念也越来越深入人心，但还仍有许多人对于心理上的健康不够重视，甚至还存在讳疾忌医的情况。我们讲正确的意识是正确行为的前提。做班主任更是应该主动消除错误观念，树立完整的心理健康意识。事实上越来越多的人甚至是名人都能勇敢地面对自己心理疾病。

2、要爱自己的学生。教师成天与天性调皮的学生在一起，如果缺少职业热情，那就很难想象能把教育工作做好。现在有研究表明，许多教师在从事教育职业后的5-7 年，不可避免会出现所谓的职业倦忌。原先对工作的那份热情与喜爱逐渐消退。如何始终保持高涨的职业热情，这不仅是学校领导要考虑的事，而且也是教师本人要解决的问题。我想其中根本的一条，还是要不断学习钻研，在 的解决问题中取得专业成长，增强职业效能感。有了对学生的一颗爱心，我们的教育行为就会显得自然而生动，其效果也会事半而功倍。心理辅导就是爱的慈善事业。伟大的文学家冰心讲:“有爱就有一切。”缺少爱的力量，工作对我们来讲就是一种痛苦，对学生而示日能就是一种折磨。

3、要克服角色冲突。心理学对角色的定义是指不同的角色所蕴含的行为规范与要求。班主任、科任教师、心理辅导老师等都有自己的行为要求与角色定位。当要求一个人同时扮演好几种不同的角色，就不可避免会存在角色冲突，也就是所谓的行为规范矛盾。职业角色与生活角色就往往会出现冲突，“职业病”一词也由此而来。班主任与心理辅导老师角色定位还是有着本质的区别，容易造成角色冲突。班主任要充分意识到这个问题。对自我意识强烈、个性突出的学生，少一些指责命令，多一些沟通交流;少一些批评教育，多一些民主平等;少一些上纲上线，多一点温情理解。

4、要正确把握好与学生的心理距离。人与人是有一定安全的心理距离的。心理学家常常用人与人之间的身体距离来衡量心理的距离。班主任在学生的心目往往是高高在上。如果班上的学生看到你就远远地避开，那么就可以认为你与学生心理相距其远。所以在与学生的交往中就要在适当的时间，用适当的方法缩小师生的心理距离。

5、要掌握一些必要的心理咨询技术 要注意倾听。心理咨询基本的技术之一就是要学会倾听。真正的心理辅导应该是以倾听为其基本特征的，可分成“外在表现上的倾听”和“心理上的倾听”两种。良好的社会支持系统是心理健康的客观保证。学生的心理困扰如果能得到社会系统的及时支持，那么心理问题就能得到宣泄。班主任在教育学生时一定要注意避免不分青红皂白，猛灌大道理的做法。当与学生的咨询关系建立起来以后，班主任要注重启发引导学生谈出自己的心里话。不要轻易打断他们的谈话内容，更不要动不动就进行是非评价。有时候学生仪仅需要一个倾诉的对象，不需要你给他提出什么具体的建议。你所要做的就是静静地听，让来访学生感受到你的理解支持，从你的理解和支持中他会激发前进的力量。

要学会共情。共情即问感，又称“同理心”。它是指辅导教师要放下主观的态度和认识，设身处地去感受来访学生的内心体验，了解其所想所为的动机原由，不要以自己为参照标准去评判当事人的是非得失。辅导目的: 要让对方走出情绪的阴影，启发他学会自己思考分析问题，寻找自我解脱的良策。这也是我们平时讲的心理换位。使用“同感”，即“自他相换”，“用对方的眼睛看世界”。这有利于学生表达出更真实的内在感受，有利于发现学生更内在更全面的矛盾。班主任的“同感”，会使学生对班主任产生“自己人”、“朋友”的感觉。很多时候，仪凭建立起良好的“同感”基础，不少心理问题就能得到较好的解决。

要接纳学生。班主任教师要无条件地接受你的学生。要具备有教无类的思想，要始终相信自己的学生都是可教育好的，要相信学生都是有发展潜能与空间的，要对教育充满无限的信心与希望。使用接纳技巧，其目的在于使来访学生感到双方谈话无所顾总，因而愿意敞开心扉说出心底里的话。辅导教师要让学生能充分表达并接纳其表达，包含了以下三项基本技巧:(1)姿态亲和;(2)语调变化;(3)适当回应。要学会自我心理调节与平衡。班主任也是一个普通的教育工作者，也有七情六欲。当我们在关注学生心理健康问题的时候，那么又有谁水关注我们的心理健康呢? 我们讲助人自助。应该有两层含义:一是心理咨询最终的目的是要帮助来访者达到自我完善、自我成长;二是心理辅导教师在帮助他人的过程中，自己的心理健康也应该得到维护，自己的专业也应该得到成长，自己的生活品质也应该得到提升。因为我们在接受学生的咨询时，接受的大多是负面的信息。这些负面的信息也会在不知不觉中威胁着我们的心理健康。所以，教师学会白我摆脱心理烦恼与心理平衡，就显得特别的重要。建议班主任在自己咨询工作结束之后，要从事一些简单易行的活动，如听听音乐、参加文体活动、写咨询笔记等，让负面情绪心理充分宣泄释放出来，而后再迈着轻松的步伐回家或投入新的工作之中。

6、班主任教师应当学习并掌握一些团体心理辅导技术。团体心理辅导是在团体情景下通过团体内人际交互作用，促进个体在交往中观察、学习、体验、认识自我、探讨自我、接纳自我，调整改善与他人的关系，学习新的态度与行为方式，以发展良好适应的助人自助的过程。它可以为健康正常的人提供一种促进自身人格成长的学习机会和学习环境。因为团体心理辅导技术的独特之处和突出的效果，在国外和我国的港台地区已经得到普及的发展，广泛应用于学校教育、企业管理、军队训练、心理治疗等领域。班主任教师应该学习并掌握一些团体心理铺导的技术，耍适当开展一些团体心理辅导活动课，让学生在活动中体验探索，在活动中快乐成长: 同时，学校也应该积极探索团体辅导在班主任的心理健康教育工作的应用,将团体辅导应用于班主任这个特殊群体，有效地调整班主任的心理状态，帮助他们调节情绪状态、缓解心理压力，提高班主任自身的心理健康水平，促进班主任自身的成长，进而做好学生的团体心理辅导工作，更好的充当学生心理健康导师。

班主任在运用心理咨询和心理铺导技术时，要切实注意保密原则;另外不要以为心理咨询和心理辅导是万能的,对自己没有把握、没有能力处理的学生心理问题，努尔巴克乡良种场村小学

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！