# 心理培训心得体会7篇

来源：网络 作者：青苔石径 更新时间：2024-02-13

*通过心得体我们可以更好地认识自己的情绪和情感，从而更好地管理和调节自己的内心状态，一篇好的心得体会是具备什么特别之处呢，以下是小编精心为您推荐的心理培训心得体会7篇，供大家参考。心理培训心得体会篇110月24日至11月2月我有幸参加了国家农...*

通过心得体我们可以更好地认识自己的情绪和情感，从而更好地管理和调节自己的内心状态，一篇好的心得体会是具备什么特别之处呢，以下是小编精心为您推荐的心理培训心得体会7篇，供大家参考。

心理培训心得体会篇1

10月24日至11月2月我有幸参加了国家农村中小学心理健康教育培训，通过十天培训，我学到了许多关于心理学方面的知识，受益匪浅，收获颇多。透过一粒沙子，我们可以看到整个世界。本次培训时间虽然极其短暂，却撬开了我们广大教师的心灵之门，为我们教师提供了一个了解自身，完善自我的平台。我将本次学习的感悟总结为如下几点：

（一）教师心理健康学习意义深远

本次学习让我更深刻的意识到教师心理健康学习刻不容缓。无论是从教师自身，还是从学生的角度去考虑，我们教师都有必要去学习这方面的知识。其实每个人都存在不同程度的心理问题，只是有些心理问题影响不大而忽视了它的存在，或者有意识的否认它的存在。所以我们每一个正常的人都需要学习一些心理学方面的知识，更何况我们这些被称为灵魂的工程师的教师呢？教育是心与心的沟通，我们面对的不是一成不变的事物，而是有血有肉，有思想，有着复杂情感的人。有句话说得很好，只有心理健康的教师才能培养出心理健康的学生。从某种意义上来说，心理不健康的教师对学生身心造成的危害，远远超过其教学能力低下对学生学业所产生的影响。教师的心理健康更是直接关系到学生的心理健康、学业成就和人格发展。而从另一方面说,教师的社会压力和其他一些因素使教师心理健康受到很大影响.因此，教师心理健康是培养儿童心理健康的必要前提，维护教师心理健康对于培养合格人才促进教育和谐发展具有十分重要的意义。

（二）课程学习中的收获以及不足

在学习的过程中，我对发展性心理问题、适应性心理问题、障碍性心理问题这三种教师心理问题有所了解。同时根据学习和训练，我对自卑，自负，焦虑，抑郁，冲动等教师心理问题有了更全面的了解，并且学习到了许多实用的调适方法。通过对教师职业倦怠心理调适的学习。我对教师这一行业的\'职业特点以及教师职业倦怠有了更多得了解。这将有助于我在今后的教学过程中有意识的进行自我调节，远离倦怠，做一名乐观、积极向上、阳光的教师。此外，通过学习我觉得还有许多地方值得继续学习，比如教师课堂行为问题，学生课堂行为问题等。这些内容需要我们结合已有的心理学知识并通过自己查阅资料后继续学习。只有这样我们才能吧我们所学的心理学知识更好的糅合到我们的课堂之中去。

（三）教师学会情绪管理的必要性

学习教师情绪管理这一课，我意识到了情绪管理的重要性，等老师把教师如何管理好自身情绪的一些方法介绍完之后，我不得不也打心底里感谢国培带给我们这样的学习机会。老师说：“情绪没有对错，它只是症状而不是问题，问题的关键在于如何管理情绪如何处理情绪。”这句话给我留下了很深的印象，使我开始对情绪有了一个正确的了解。同时我也能坦然的承认并接纳自己的一些情绪，并努力采取正面的方法来处理一些负面情绪。

总之，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。此外，教学的目的就是教书育人。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。良好的性格、高雅的气质、卓越的才能以及高尚的道德品质将对学生产生潜移默化的熏陶与教化作用，真正作到为人师表。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。

心理培训心得体会篇2

此次，我再次学习了《班主任心理健康教育》，深深感受到教师心理健康对于教师的重要作用。教师是一个普通的社会人、自然人，也同样会有不同程度的心理问题，但教师职业的特殊性又要求教师必须是心理健康的人。因为教师要用高尚的师德和良好的心理素质去感染和熏陶学生，而高尚的师德和良好的心理素质源于教师的心理健康。而幼儿教师应该怎样维护和增进幼儿的心理健康呢？

（一）让教师正确认识自己、接纳自己：

正确认识自己、接纳自己是一个心理健康教师应具有的特点。只有坦诚地承认自己的缺陷与不足，并肯定自己、尊重自己的优点，才能获得别人对自己相应的尊重。

（二）不断改善教师的心理环境：

一个教师具有乐观积极的自身心理环境，就会对教师工作充满信心，对幼儿感兴趣，以工作的劳苦为欢乐。反之，当一个教师的心理环境处于消极状态，她的情绪、教育行为就会异常表现，对教育教学工作会产生负面影响。在工作评价方面，重视客观、公开、公平、公正，为教师积极地工作创设良好的精神氛围。同时，注意将“奖惩性评价”逐步转变为“发展性评价”，使每位教师看到自己每个阶段的进步与发展，让教师在工作中找到努力的方向，看到了成功、感受成就感，从而激励教师不断努力进取。

（三）重视改进教师人际关系：

教师与其他各行各业的人一样，都生活在一定的人际关系之中。幼儿教师的人际关系主要是教师与幼儿、教师与教师、教师与领导等之间的关系。这些人际关系构成了教师工作、生活的特殊环境也是教师心理健康的重要条件。教师与家长是“平等”的，他们是“教育的合作伙伴”；领导与教师是“平等”的，他们是一个学习的共同体；教师与教师是“平等”的，他们是同一条战豪里的“战友”。教师要用儿童的眼光去分析幼儿，改善自己的教育行为；教师之间应建立互帮互学制度，互相取长补短、共同提高，形成一个团结、健康的学习工作氛围，使教师的心态处于“平稳”的状态。

（四）加强教师心理健康防卫：

虽然学生教育工作与其他职业相比性质较单纯，园内的人际关系也相对简单，但教师心理健康水平的高低也不是一成不变的。因为人的内部心理状态是在客观世界的作用下逐步形成的，并随外界因素的变化而变化。特别是在社会大变革的今天，教师更容易被一系列不容回避的社会问题所困扰，容易造成心理状态失衡，导致心理健康水平下降。应该开展心理健康咨询、心理健康讲座，组织一些社会活动，通过“走出去、请进来”等形式，提高教师心理健康水平。

心理培训心得体会篇3

（一）教师心理健康学习意义深远

本次学习让我更深刻的意识到教师心理健康学习刻不容缓。无论是从教师自身，还是从学生的角度去考虑，我们教师都有必要去学习这方面的知识。其实每个人都存在不同程度的心理问题，只是有些时候大家忽视了它的存在，或者有意识的否认它的存在。所以我们每一个正常的人都需要学习一些心理学方面的知识，更何况我们这些被称为灵魂的工程师的教师呢？教育是心与心的沟通，我们面对的不是一成不变的事物，而是有血有肉，有思想，有着复杂情感的人。有句话说得很好，只有心理健康的教师才能培养出心理健康的学生。从某种意义上来说，心理不健康的教师对学生身心造成的危害，远远超过其教学能力低下对学生学业所产生的影响。教师的心理健康更是直接关系到学生的心理健康、学业成就和人格发展。因此，教师心理健康是培养儿童心理健康的必要前提，维护教师心理健康对于培养合格人才促进教育和谐发展具有十分重要的意义。

（二）课程学习中的收获以及不足

在学习的过程中，我对发展性心理问题、适应性心理问题、障碍性心理问题这三种教师心理问题有所了解。同时根据课程学习，和作业训练，我对自卑，自负，焦虑，抑郁，冲动等教师心理问题有了更全面的了解，并且学习到了许多实用的调适方法。通过对教师职业倦怠心理调适的学习。我对教师这一行业的职业特点以及教师职业倦怠有了更多得了解。这将有助于我在今后的教学过程中有意识的进行自我调节，远离倦怠，做一名乐观、积极向上、阳光的教师。

（三）教师学会情绪管理的必要性

听完培训老师对教师情绪管理的阐述，我意识到了情绪管理的重要性，培训老师把教师如何管理好自身情绪的一些方法介绍完之后，我不得不也打心底里感谢国培带给我们这样的学习机会。培训老师说：“情绪没有对错，它只是症状而不是问题，问题的关键在于如何管理情绪如何处理情绪。”这句话给我留下了很深的印象，使我开始对情绪有了一个正确的了解。同时我也能坦然的承认并接纳自己的一些情绪，并努力采取正面的方法来处理一些负面情绪。

总之，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如人意之处，更少地体验到焦虑和挫折，对维护心理健康有重要意义。此外，教学的目的就是教书育人。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。良好的性格、高雅的气质、卓越的才能以及高尚的道德品质将对学生产生潜移默化的熏陶与教化作用，真正做到为人师表。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。

心理培训心得体会篇4

这次福州市骨干班主任培训，我有幸聆听了刘晓明的《中小学教师心理健康教育状况》讲座。首先是教师的讲座非常的生动有趣;其次就是通过教师心理健康讲座，在我心中奠定了教师心理健康对于自己的工作和生活中的重要特殊的地位。使我对“健康”有了重新认识，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，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，使学生如坐针毡，惶惑不安。所以，教师完善的心理素质和人格，是构成良好师生关系的基础，是实施心理健康教育、情感教育的出发点和首要原则。在日常的生活中我们往往只关注自已的身体健康，事实上除了身体健康，更应该关注心理的健康，心理专家认为，心理问题已成为现代社会中的一种职业病，而教师又是这种心理问题的高危人群之一。

心理的健康不仅影响我们教师的个人生活，还会影响我们周围人的生活，也会影响工作。所以，我们必须重视我们教师的心理健康。

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，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。

总之，在今后的教学工作中，我一定会保持一颗健康的心态，关注每一个学生，善待每一个学生。时刻保存高度的责任心，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。

心理培训心得体会篇5

首先我感谢领导给我这次学习的机会，让我利用业余的时间线上参加了“加强心理健康教育 助力师生生命成长”的培训。对我来说，这不仅是业务理论的学习，也是一次思想认识的提升，更是一次心灵的荡涤。刘宏丽讲师就“加强心理健康教育 助力师生生命成长”这一问题做出精彩的阐述，典型案例的剖析让我惊叹佩服。这些见解和宝贵经验使我明白了作为一名教师，研究心理健康教育是必要的，也是重要的。下面我就这次学习谈一些自己肤浅的体会。

本次学习让我深刻地意识到教师心理健康学习刻不容缓。无论是从教师自身，还是从学生的角度去考虑，我们教师都有必要去学习这方面的知识。其实每个人都存在不同程度的心理问题，只是有些时候大家忽视了它的存在，或者有意识的否认它的存在。所以我们每一个正常的人都需要学习一些心理学方面的知识，更何况我们这些被称为“灵魂工程师”的教师呢？教育是心与心的沟通，我们面对的不是一成不变的事物，而是有血有肉，有思想，有着复杂情感的.人。

心理健康教育是提高师生心理素质，促进师生和谐发展，推进素质教育的一项重要工作。加强教师心理健康教育，努力提高教师心理素质和心理健康教育技能。教师是学生心灵的塑造者，也是学生心理健康发展的护导者。一方面，教师自身的心理和人格健康对教师个体工作成败有着重大的影响，直接或者间接地影响着学生的心理和行为。另一方面，教师自身所具备的心理健康教育的基本理论、专业知识和操作技能的水平，也直接关系着培育学生健康心理和良好人格的形成。这就要求教师必须具备健康的心理素质和较高的心理健康教育的基本知识和操作技能。因此，维护教师身心健康，提高教师的心理健康教育技能，既是教师发展的需要，更是维护学生心理健康、促进学生发展的根本前提。

心理健康教育技能是每个教师必须具备的基本教育技能。每个教师都要善于处理师生之间、生生之间、学生与父母之间的矛盾，能够及时发现并排解学生心理问题。加强学生心理健康教育，促进学生和谐发展。

学科教学渗透心理健康教育。课堂是对学生进行心理健康教育的主渠道。我们的教师在学科教学中，把传授学科知识与培养学生良好的心理品质相结合，既教书，又自觉地对学生进行心理健康教育。教师根据学科特点，培养学生的注意力、记忆力和思维能力。用轻松的表情、幽默的神态、幽默的语言，营造轻松的环境，消除学生的紧张情绪，激发学生学习的兴趣和主动性、积极性。建立平等、民主、和谐的师生关系，通过师生互动、学生合作、自主参与，培养学生的竞争意识、协作能力和团队精神，促进学生的智慧和人格和谐发展。

加强学生心理健康教育辅导。普及学生心理健康知识，把提高心理素质的“钥匙”交给学生，是对学生进行心理健康教育的基础。在保证上好心理健康教育课的同时，我们针对不同年级学生的身心特点和规律，开设了不同内容的心理健康教育专题讲座。

开展丰富多彩的实践活动。丰富多彩的实践活动，不仅可以提高学生的智力水平、注意力、记忆力和反应、思维、想象能力，而且还可以促进学生情绪稳定、性格开朗、疲劳感下降，同时，也是培养学生多向成才的有效途径。

通过此次线上培训，我将继续加强心理健康教育，进一步促进师生心理素质提高，推动师生和谐发展。

心理培训心得体会篇6

最近参加了市中小学教师心理健康教育培训，通过学习，我懂得了教师首先要具备健康的心理。教师是学校心理健康教育的具体实施者，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。教师的言谈举止、待人接物的方式，都会让学生受到深刻的影响。一名优秀的教师，会在课堂中营造出和谐与温馨的气氛，让学生如沐春风。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，我也认识到了学生心理健康的重要性，中小学阶段学生的心理健康对其一生有极为重要的影响。我们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，了解后采取相应的措施。例如，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。

这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对心理教育有了进一步了解，为了让学生健康快乐的成长，我会继续认真地学好后面的培训课程，并将所学运用到实际工作之中！

心理培训心得体会篇7

一、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。《中小学心理健康教育指导纲要》确定心理健康教育的总目标是：提高全体学生的心理素质，充分开发他们的潜能，培养学生乐观、向上的心理品质，促进学生人格的健全发展。心理健康教育的具体目标是：使学生不断正确认识自我，增强调控自我、承受挫折、适应环境的能力；培养学生健全的人格和良好的个性心理品质；对少数有心理困扰或心理障碍的学生，给予科学有效的心理咨询和辅导，调节自我，提高心理健康水平，增强自我教育能力。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；有利于提高德、智、体、美、劳教育的成果；有利于学生心理障碍的排除、心理疾病的防治和精神健康的维护。因此说，开展学生心理健康教育具有重要的意义。

二、心理健康的内涵

心理健康，是指一种良好的心理或者精神状态。心理健康这个概念，既代表心理健康，当然也代表着它的反面——心理问题。围绕着心理健康开展的教育，我们称之为为心理健康教育。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，才能够全面地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。所谓自尊是指学生中间，或者指某个个体中间，对自己或者对自我一种积极的肯定的评价，体验或态度。老师们都很重视对学生自尊心的培养，因为学生如果自尊就可以成为自强、自立、自信的年轻一代，因此自尊的问题最重要。

三、正确区分学生不同的心理状态

一般来说，人的心理状态可以分为三种：正常状态、不平衡状态与亚健康状态，与这三种心态相应，其社会行为方向也表现出十分重要的特点。

在没有较大困扰的情况下，学生的心理处于正常状态之中。这种状态之下，学生的行为基本上预期价值观体系、道德水平和人格特征相一致，是一种健康或者优秀的状态。

第二种状态是不平衡状态。一旦发生了扰乱正常生活、引起人们消极情绪的事件，如受到挫折、需求得不到满足等，就会进入一种不平衡状态，这里指学生处于挫折、焦虑、压抑、恐惧、担忧、矛盾等状态。一般来说，学生在生活过程中会不断地经历各种不平衡状态，这是不可避免的甚至是必要的。积极主动而不是消极被动的面对不平衡状态才会带来发展或者成长的契机。教育在某种程度上就是要不断打破对象的平衡，促进其发展。对不平衡状态的外在或内在的非建设性或伤害性处理，才会导致所谓的\"病态、变态、或偏差\".

异常行为是学生在心理不平衡的情况下发生的，是一种偶发性行为，这种行为在学生正常状态下是不会发生的，它与常态行为不同，可以称为\"偏态行为\".班主任如果能及时鉴别学生的行为 , 采取相应的措施帮助学生摆脱心理的危机状态 ,回复到正常状态 ,那么 ,学校乃至整个社会的违法行为、不道德行为以及意外事件就会大大减少。 第三种状态是不健康状态 ,当学生处于不健康状态时，往往会非线性地发生不适应行为 ,包括xxx行为和异常行为。所谓\"非线性\"地发生 ,是指这些行为的发生常常是没有明确的、直接的原因，找不到其因果关系，其因果序列是不清晰的。例如，一位小学生突然害怕方格或类似方格的所有物体 ,这是一种异常行为 ,包括他自己在内，谁也弄不清他为什么会怕方格。正是由于这种非线性的特点 ,我们对其不适应行为的产生就无法预测。学生在心理不健康状态下所发生的xxx行为或异常行为既没有直接的原因 ,也没有明确的行为动机 ,因此 ,谈不上是其价值观、道德水准或人格特点的必然产物。这类行为我们称之为\"变态行为\".

综上所述 ,我们可以看到，学生在不同的心理状态下不适应行为的发生有不同的特点 ,作为班主任，我们要看到广大学生的两个主流 ,一是大部分的学生心理健康是主流；二是有些学生由于学业、生活、环境的压力产生暂时的心理不适 ,他们要求给予指导 ,以帮助他们正确应对遇到的问题。对于班主任 ,在面对学生发展中所出现的心理偏差 ,应树立正确的观念 ,采取有效的方法予以解决；而针对极个别的出现严重心理障碍的学生，则要能够及时甄别，并积极寻求专门机构予以解决。

四、加强对学生的心理健康教育。

(一)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，身为一名教育工作者，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。

(二)全面渗透，多渠道、全方位推进心理健康教育。

为了更好地实现心理健康教育的目标，要求将心理健康教育全面渗透到学校各项工作中去，形成多渠道实施，如班主任工作团队工作等等，同时也应该将心理健康教育工作渗透到各科教学中去，每一个任课教师可以根据本学科教学内容与学习活动特点渗透相应的心理健康教育内容。这样就能够形成众多的非专门渠道，促进学校心理健康工作的开展。

注重与学校日常的教育教学活动相结合。真正的心理健康教育和良好心理素质的培养绝不是每周一、两节课或者搞几次轰轰烈烈的活动就能实现的。事实上，大量的`研究与实践经验都表明，心理健康教育和其它教育一样需要与学校日常的教育教学活动相结合，需要\"润物细无声\"的意识和观念；良好心理素质的培养仅靠有限的时间、空间是难以实现的，同样需要在点滴的生活实践经验中积累而成。因此，学校日常的教育教学活动应成为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，将两者融合在一起，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。

(五)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。

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。

短短的两天培训时间，很紧张，也很充实。因为我们在这紧张学习的氛围中学到了掌握的知识和技能。把我们所学到的、看到的、感受到的教给学生。我们将尽心尽力把学校心理健康教育工作做得更好，更出色。

因为我们是教师，我们的形象就会影响一代又一代的青少年。我们应当努力做一个乐观、豁达、幽默、平和、耐心、宽容、富有同情心的教师，那样，我们将会使自卑怯懦的孩子昂起自信的头，使孤僻多疑的孩子绽开笑脸，使暴躁易怒的孩子拥有平和的心态……

看过“教师心理健康教育工作培训心得体会”的人还看了：

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！