# 辅导员心理健康教育专题培训学习心得体会（精选7篇）

来源：网络 作者：独酌月影 更新时间：2024-09-12

*辅导员在心理培训中学到了许多实用的方法和技巧，以帮助学生应对各种心理挑战。通过这次培训，辅导员们不仅加深了对心理健康重要性的理解，还学到了如何在实际工作中应用这些知识。以下是小编为大家整理的关于的内容，供大家参考，希望能够给大家带来借鉴或帮...*

辅导员在心理培训中学到了许多实用的方法和技巧，以帮助学生应对各种心理挑战。通过这次培训，辅导员们不仅加深了对心理健康重要性的理解，还学到了如何在实际工作中应用这些知识。以下是小编为大家整理的关于的内容，供大家参考，希望能够给大家带来借鉴或帮助。

**篇一：辅导员心理健康教育系列专题培训学习体会**

彭老师以如何构建家校联系为切入点，用两个性格测试向我们展示了如何快速了解学生性格，到深入沟通后进一步进行效果评估等，使我们了解到家校联系在辅导员工作中的重要性。

许老师生动诙谐的口吻，给我们详解了比赛中和实际工作中谈心谈话的实用技巧，让我获益颇丰，勤学是基础，善思才能明辨，最终回归脚踏实地。

彭老师以邻家大姐姐的口吻，细数一路工作历程中不断积累的经验，用心用情，真诚以待，四梁八柱图、复盘分析、探索规律等工作技巧值得借鉴。

**篇二：辅导员心理健康教育系列专题培训学习体会**

与学生共同观看“为心灵减压，为成长赋能”主题心理健康公开课后，我收获颇丰，作为一名辅导员，在和学生相处过程中，既是教导者也是引领者，既要耐心细致倾听学生们的心声，也要及时掌握学生们的心理问题，更要及时给予疏导和帮助。

在平时在工作中，我们应当做到：关注学生心理问题，必要时及进行谈心谈话，让他们可以诉说自己的困扰和焦虑，积极倾听，给予帮助;积极开展各项丰富多彩的课余活动，帮助学生放松身心，劳逸结合，缓解压力，热爱生活;教会学生面临压力时的放松方法，如深呼吸、冥想、放松等，使学生在面临压力时能保持冷静和平衡心态，积极正确应对。

在观看了本次心理健康课后，我更加明确了应当如何帮助学生分类疏导心理压力，引导学生掌握心理健康知识和技能，有效提升学生积极心理品质和心理健康素养。

**篇三：辅导员心理健康教育系列专题培训学习体会**

当今大学生常因为社会竞争日益激烈，生活节奏加快，原生家庭问题，家庭经济原因，情感问题等陷入心理困境，这时就需要老师、辅导员注重日常观察，加强与学生的沟通交流，对存在心理问题的学生及时的进行心理疏导，培育积极心态。通过本次培训，听取专家的讲解与分享，我对“心理健康”有了更深层次的认识，也更清楚如何应对学生的情绪问题，提升日后学生管理的能效。

**篇四：辅导员心理健康教育系列专题培训学习体会**

通过寒假教师心理健康的培训，我深知拥有一个健康的心理是一个人全面发展必须具备的条件和基础，优良的心理素质在大学全面素质的提高中起着举足轻重的作用，它必将对人才的质量产生积极而深远的影响，作为一名辅导员，首先应该具备这种优良健康的心理素质，才能更好的在岗位中发光发热，为学生提供服务。教师的言行深深的影响着学生的身心健康发展，教师是学校心理健康教育的推行者、具体实施者。总之，通过这次的培训，收获颇丰，我相信在接下来的工作中，这收获定能够潜移默化影响到我，真正做到为人师表。

**篇五：辅导员心理健康教育系列专题培训学习体会**

团体心理辅导是高校学生工作中解决学生问题有效手段，我们身为高校辅导员，教育、管理、服务的对象是新时代的大学生，作为高校学生思想政治工作的主力军，在教育人、引导人、培养人、塑造人的过程中发挥着不容忽视的作用，其素质的高低直接影响他们的表现，进而影响到大学生的健康成长和全面发展。

因此，要想做好辅导员，必须有较强的综合素质和能力。团体心理辅导正是提升我们能力的有效方法。通过这次培训，我收获最大的就是掌握了团体心理辅导的培训技巧：接纳、倾听、共情。说说很容易，但是真正落实到学生工作中，很困难。当心困学生需要帮助时，辅导员首先要接纳对方，即无条件的积极关注对方，认真倾听困扰着对方的事情，对其产生共情，感受对方的感受，了解其情况，让对方的情绪得到宣泄，然后一起探讨，最后解决问题。

通过这次培训，争取把学到的知识最大限度的融入日常工作中，达到学有所获，学以致用的目的，真正发挥高校辅导员的作用。

**篇六：辅导员心理健康教育系列专题培训学习体会**

在寒假期间，我通过在国家智慧教育公共平台上参加了心理健康教师专题培训，相信这对我今后的工作生活会有很大的帮助。在这次学习中，我认真学习心理健康方面的专家与从事心理工作一线老师的讲座，他们都以实实在在的案例和具体丰富的知识内涵及精湛的理论阐述了心理健康这门学科的魅力所在，给了我强烈的感染和深深的理论引领。一个真正合格的辅导员，就是要在生理和心理上都是积极健康向上的，保持良好的工作态度，为学生创设良好的心理发展环境，应该把重点放在平时维持其心理平和、积极、顺畅等方面，为孩子创设平等的交流环境，不应该把个人情绪带到工作中去，对待学生要有三心：耐心、细心和爱心。同时也让我知道，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。

**篇七：辅导员心理健康教育系列专题培训学习体会**

近期通过学习心理健康教育教师培训课程，收益颇丰。其中苏\_\_教授的“关系中的理解和沟通与压力应对”让我印象深刻。她讲到在青少年发展阶段的个体基础上，我们应该关注什么?一是健康保证：运动和睡眠，保证孩子的身心健康、情绪调节、认知发展、身心状态的适应、记忆巩固和大脑健康;二是关系中的理解和沟通：无论是老师还是家长对于青少年期的孩子，其实是一个发展中的相遇。

那怎么解决在发展中相遇引发的冲突呢?处于优势的一方要调整方式，从孩子的角度去换位思考;对于在不同的关系、不同地位上的我们，需要用不同的方式来调整理解和沟通的方式。

理解青少年应该是从中学到大学这样一个很长的发展阶段中去理解，我们需要去了解、理解这个群体，并需要做出一些行为上的改变，在这个过程中不止是孩子的成长，成人自己的成长和变化也是非常显著的，最终达成共同成长的目标。

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！