# 最新小学生心理健康教育心得体会 学校对小学生心理教育心得(4篇)

来源：网络 作者：夜幕降临 更新时间：2024-10-09

*当在某些事情上我们有很深的体会时，就很有必要写一篇心得体会，通过写心得体会，可以帮助我们总结积累经验。我们如何才能写得一篇优质的心得体会呢？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。小学生心理健康教育心得体会 学校对...*

当在某些事情上我们有很深的体会时，就很有必要写一篇心得体会，通过写心得体会，可以帮助我们总结积累经验。我们如何才能写得一篇优质的心得体会呢？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。

**小学生心理健康教育心得体会 学校对小学生心理教育心得篇一**

一、从小抓起，越早越好心理学研究表明：学习习惯在小学低年级就形成了，以后如果不给予特别的教育，形成的习惯很难有多大的改进，所以尽早使孩子养成良好的学习习惯是很重要的。学生年龄小时，习惯既容易建立，也容易巩固，不良的学习习惯若被及时发现也易于纠正，等到不良习惯越积越多并稳固定形时，既影响良好习惯的建立，又不易纠正。如有的学生有上课不专心听讲，不按时完成作业的坏习惯，即使在老师的教诲下有了改正的决心，可往往是改了又犯，犯了又改，需要经过长期的艰苦努力，才能彻底改掉。很多人认为小学低年级要让孩子多玩，到了高年级习惯自然就养成了是极其错误的，所以从小学一年级，甚至幼儿园起，就要开始引导学生建立良好的学习习惯，并在成长过程中逐步强化训练，从而形成稳定的自觉行为。

二、循序渐进，逐步发展良好的学习习惯不能一朝一夕养成，也不能统统一下子养成，它是一个由简单到复杂的逐渐形成的过程。所以我们要根据学生的年龄特点，根据教学的具体情况，结合能力增长的需要，循序渐进，逐步提出具体的切实可行的要求，使他们良好的学习习惯由小到大，持续稳定地得到发展。如在小学低年级，要让学生养成上课专心听讲，按时完成作业等简单的切实可行的学习习惯，随着年龄的增长，学习水平的提高，知识的不断更新，到了小学高年级乃至中学，就要在简单的学习习惯基础上逐步训练养成高级的学习习惯，如阅读习惯，独立思考习惯、勇于创新习惯等。那种不遵循习惯形成规律，幻想一朝一夕就养成某种高级学习习惯的想法是不切合实际的，也是极其有害的。

三、严格要求，密切配合良好习惯的养成，必须依靠学生多次反复的实践，并且对学生来说，应主要放在课堂上进行。小学低年级学生自制能力差，一些良好学习习惯易产生，也易消退，所以对他们要严格要求，反复训练，直至巩固为止。教师要有目的有计划地增强学生的学习意识，让学生在自主学习的过程中养成良好的学习习惯。但不能只讲要求，而应结合教学实际，精心备课，细心指导，反复训练，认真检查，严格督促，使良好习惯的养成融于课堂教学中，同时在反复实践和强化训练中尤其要注意各科教师之间，教师与家长之间，班级与班级之间的密切配合，步调一致，否则会降低强化效果，影响良好习惯的形成。

四、树立榜样，启发自觉小学低年级学生的学习习惯是家长、教师的要求或模仿他人情况下形成的，所以设身处地，树立榜样，不仅对小学低年级的学生，就是对高年级学生学习习惯的养成都有很大的促进作用，对小学低年级学生要多树立一些现实生活中的榜样。如在班上多表扬一些上课认真听讲，作业工整，遵守纪律的学生，使其他学生自觉模仿，形成习惯，对学生的每一点良好行为，教师不仅要及时给予表扬，而且要在班上营造一种良好的议论氛围。同时家长和教师，也要注重自己的言行，做好学生的表率，不能使自己的不良习惯传染到孩子的身上。对高年级的学生则要给他们多讲一些名人持之以恒，勤奋好学，刻苦钻研等方面的故事，引导他们多读一些课外书籍，从中感受良好习惯对一个人成材的重要影响，从而自觉培养良好的学习习惯。

五、整体发展，互相促进除了学习习惯外，还要养成的良好习惯有很多，如生活习惯、卫生习惯、劳动习惯等，它们都源于学生的学习、生活，它们之间具有很大的关联性，如一个学生一旦养成良好的生活习惯，那就为他形成良好的卫生习惯、劳动习惯、学习习惯等到创造了条件：一个在日常生活中粗心大意惯了的人，要在学习中养成认真细心的习惯是很难的，因此，培养学生良好学习习惯，不能单枪匹马，孤军作战，不仅要与良好的生活习惯、卫生习惯等结合起来，还要与学校，家长结合起来，互相促进，共同发展。

**小学生心理健康教育心得体会 学校对小学生心理教育心得篇二**

值此艳阳高照，和风徐来之日，我们欢聚一堂，为了学生的未来，畅谈经验，虽然我从事心理健康教育还不到一年时间，可我已经深深爱上了这一学科。我记得一位教育家曾经说过：教书先育人，育人先育心。所谓的心，指的就是心理健康教育，它就象学生一双隐形的翅膀，如何让学生更好的在蓝天中飞翔，是我们考虑的问题，在这里谈一下自己在教学中的浅知拙见，抛砖引玉，不妥之处，敬请各位领导和同仁给予指导。

一、正确理解健康的含义

如果你问一位孩子“你健康吗?”他也许会说：“我当然健康，瞧，我壮得象头小牛犊，从没生过病。”健康不应只指体格健壮与否，还应包括心理在内的健康。严格地说，只有体格健康还算不上是健康，还包括一个人思想心理上的成熟稳定的发展，联合国世界卫生组织提出过一个响亮的口号：“健康的一半是心理健康!”并解释：健康不仅是指一个人没有疾病，而且是指一个人有良好的身体和精神以及社会的适应状态。也就是说，健康与否从身体和精神以及社会的适应三个方面来评价。

二、目前学生存在的心理问题

现在不少孩子存在着一些心理问题。如胆小、忧郁、孤僻、依赖、神经质、人际关系不良等。专家曾经对16472名小学生进行调查，心理健康的占78.9℅，中度心理行为问题的占16.4℅，严重心理问题的占4.2℅。主要表现为：学习问题，行为问题，情绪问题，个性问题。为什么在小学生会有这么严重的心理问题呢?

1、社会的竞争压力巨大，如何使孩子生活的更好，更适应挑战，一些家长打好提前量，只重视孩子们的学习，除了学校的作业外，还有课外的各个补习班，使学生在学海中过早的苦游，感受不到成长中的乐趣。

2、一些学校心理健康教育这门课程，形同虚设，为了应付上面的检查，还有一些偏僻的学校根本不开设这门课，在学生的成长中，没有起到指导和帮助作用。

3、随着人们思想的开放，离异的家庭越来越多，没有了父母贴心的教育，很多孩子几乎成了离异家庭的“牺牲品”。

4、小学生的人生观和世界观尚未形成，极易受到外界的不良影响，诸如网络游戏，凶杀、色情等信息，不仅影响学生的学习时间，更对孩子的心理，有潜移默化的作用。

三、课程安排

本学期我所教的是五年级的心理健康教育，五年级的学生已经出现性成熟的现象，尤其是女孩子，这同社会文化传播，营养的改良，人文观念进步的刺激有直接关系，本着五年级学生这些生理心理的特点，按上级的要求五年级的心理健康教育课共安排八课时：《我也能行》、《让怯懦离开你》、《谁都不喜欢他》《让紧张远离你》、《同学哭了》、《多彩的情绪》、，《欲速则不达》、《艾滋病的基本知识》。

我在选材中，充分考虑了学生的年龄特点，我们想办法让学生了解和体会：别人能做到的，我一定能做到，逐渐培养学生的自信心和学习兴趣，指导学生如何处理人际关系，学会关心他人，爱护他人，跳出自己故事的圈子，来观察自己，学会换位思考。激励学生做一个乐观，充满活力的阳光男孩或者女孩，让学生知道你无法改变天气，却可以改变心情，你无法控制别人，但可以掌握自己，做自己情绪的主人。

四、教学方式

1、在每课的教学过程中，合理利用多媒体，使学生产生视觉享受或者刺激，走进学生的内心，拉近和学生的距离，联系学生实际达到师生共鸣，例如：在教学《多彩的情绪》这一课时，我采用的各种情绪表情差异很大，有夸张的老革命的大笑，还有孩子们喜欢的卡通人物的哭和怒等，利用这种反差产生视觉效应。问：你在高兴时是什么样子的，不高兴时又是什么样子的?快乐的情绪能够让人一身轻松，所看到的景物更美，利于学习和生活。

2、注重多种方式的引导，如现场采访、情景表演、新闻调查，对于五年级的学生，按照上面要求特别安排了《艾滋病的基本知识》应该说是一场及时雨，在本课教学中，我先是对学生做了现场采访：你对艾滋病了解多少?为什么这么恐惧?导入本课，我能看到孩子们期待的眼神闪着亮光。我把这一课的重点放在艾滋病的的传播上，我平静的直言不讳的地介绍了艾滋病可以通过性传播，告诉学生们洁身自好是多么重要。

情感体验在心理健康教学中占有至关重要的作用，在课堂教学中，设计了一些情景表演，开始的时候，学生边表演边捂着嘴在笑，在此教学环节中，我做了特别的指导，告诉学生：你是故事中的人物，要去打动你的观众，不要和观众共鸣，慢慢学生就进入境界中，达到感染和教育的目的。

“九层之台，起于垒土，千里之行，始于足下”，一年的时间，也是在摸索中前进，无所谓经验，只是与大家共同探讨，为培养健全人格的学生，聊尽绵薄之力，当然，心理健康教育进一步发展，还需各位同仁的共同努力，还应该和班主任以及家长进行沟通，通力合作。

**小学生心理健康教育心得体会 学校对小学生心理教育心得篇三**

同学们，老师们：

心理健康教育广播又和大家见面了，欢迎您的收听。

同学们，我们生活在社会群体之中，社会交往是必不可少的。在社会生活中我们不仅需要与亲戚、熟人、朋友来往，而且需要与形形色色的陌生人打交道。善于交往的人往往能受到大家的欢迎，解决问题也较容易，而一个不愿与人交往或缺乏交往技能的人往往会感到孤独与寂寞。因此，人际交往是人的重要社会生活之一。

一、什么是“交往”、“人际交往”、“人际交往教育”

所谓交往，就是人们的相互作用、相互交流、相互沟通、相互理解，是人与人之间相互联系的一种基本社会活动。交往是人类生存必备的技能，是传递信息、分享感情的重要手段。

人际交往就是指人与人之间的交流与合作，相互往来、相互影响、相互沟通。人际交往具有多个层面，一是物质层面的交往;二是知识交往，实现思想观念的沟通;三是心灵对话，人格碰撞的无声交往。应强调的是，我们所讲的人际交往是几个层面的相互渗透，更侧重于指全面的心灵对话与人性融会贯通的过程，强调的是尊重个性，理解差异、求得沟通，并协调行为。小学生具有很强的可塑性，是进行人际交往教育，奠定交往基础的绝佳时机。

人际交往教育就是引导学生在特定的情景中，在与他人的心灵对话、人格碰撞中体验美好人生，塑造美好人格，进行小学生人际交往的心理辅导与交往实践指导。

二、小学生人际交往的内容

随着我们年龄的增长，交往范围日益扩大。从与家庭成员交往，扩展到与家庭以外的其他个体进行交际，而年龄相仿，发展水平相近的同伴将成为他们重要的交往对象。

同伴关系是我们除父母及亲属以外的一个重要的社会关系。同伴交往是小学生实现社会化的一个重要手段。一般来说，小学生与成人的交往关系是不平等的，主要是照顾者、教育者与被照顾者、被教育者之间的关系。与之相比，同伴交往更加自由，更为平等，这一特殊性质使得小学生能够体验和探索一种全新的人际关系，从而发展其社会交际能力和社会判断力。

大量研究表明，在学前时期，我们的同伴交往就已经开始了，特别是游戏活动为我们提供了大量的交往机会。进入小学以后，同伴交往的频率和深度都进一步发展。跨入学校的同时，我们也进入了一个更为开阔的交往世界。我们每天有很大一部分时间是在学校里度过的。我们接触的人和事物更加丰富多彩，在同一个班级里，有来自不同类型、不同家庭的小学生，我们一起从事的活动也更加多样，学习活动、集体活动、娱乐活动、体育活动、劳动等等，使我们进行同伴交往的机会更多，交往形式也更复杂，社会交互作用的形式和内容也日趋复杂多样和深刻。随着年龄的增长，这种家庭以外的交往关系对我们产生越来越大的影响。

小学生的友谊，友谊是和亲近的同伴、同学等建立起来的特殊亲密关系，对小学生的发展有重要影响。它提供了小学生相互学习社会技能、交往、合作和自我控制，以及体验情绪和进行认识活动的机会，为以后的人际关系奠定了基础。小学生已经很重视与同伴建立友谊关系。当朋友在场时，我们会感到学习和活动更加快乐。

什么样的人可以成为朋友?对此问题的认识水平与小学生的社会认知水平相联系。对学前儿童来说，“住在隔壁”、“和我一起玩”的人可以成为朋友。幼儿与一些外部特征(如年龄、性别、种族等)和自己相似的同伴可以建立相对短时的友谊。在此基础上，幼儿开始认识到同伴有与己不同的动机和情感，这时他们认为朋友就是对自己好、不伤害自己的人。到8--10岁，小学生开始理解友谊是一种相互的关系，双方相互尊重、友好、充满情谊。

我们对友谊的认识是逐渐发展的。对“什么是朋友”、“别人如何向你表示他是你的朋友”这样的问题，低年级的同学认为朋友就是一起玩耍的伙伴;而中高年级的同学强调相互同情和相互帮助，认为忠诚是朋友的重要特征，朋友关系应该是比较稳定的。我们选择朋友的理由包括他们的积极人格特点(如勇敢、善良或忠诚)及志趣是否相投。我们总是先认识同伴与自己的相似性，大约4岁以后的儿童都能非常准确地说出有关与同伴之间的相似性，而认为朋友与自己的相异之处则要在9岁以后才能达到。

**小学生心理健康教育心得体会 学校对小学生心理教育心得篇四**

(主持甲、主持乙)：敬爱的老师、亲爱的同学们：早上好!

(主持甲、主持乙)：今天由我们为大家广播，希望大家能喜欢。

(主持甲)：我们都是独生子女，在家里受到家长的百般呵护，因此也使我们的身心存在了一些问题，今天我们就和大家来谈谈有关小学生的心理健康问题。首先请听《小学生心理健康的标准》

根据世界心理卫生协会所提出的心理健康标准，并结合小学生心理健康发展的特点，我们把小学生的心理健康标准确定为6个方面，即智力发展水平、情绪稳定性、学习适应性、自我认识的客观化程度、社会适应性、行为习惯。

(1)智力发展水平：虽然智力发展优秀者并不一定拥有健康的心理，但如果智力发展水平低下，那将毫无心理健康可言。因此，一个心理健康的小学生，其智力发展应属于正常。相反，若智力水平低下，是算不上心理健康的。

(2)情绪稳定性：一个心理健康的小学生，一般是心境良好，愉快、乐观、开朗、满意等积极情绪状态占主导，但同时又能随事物对象的变化而产生合理的情绪变化。所谓合理的情绪变化是反应，当有了喜事感到愉快，遇到不幸的事时产生悲哀的情绪。此外，还能依场合的不同，适当地控制自己的情绪。

(3)学习适应性：一个心理健康的小学生通常喜欢上学，觉得学习是一件令人愉快的事，感到轻松;对于学习内容往往抱有浓厚的兴趣，乐于克服学习上遇到的困难;学习效率高。

(4)自我认知的客观化程度：心理健康的小学生能顺利地从以自我为中心向去自我中心阶段转变;能将自己同客观现实联系起来，主要从周围环境中寻找评价自己的参照点，对自己的认识开始表现出客观性。

(5)社会适应性：心理健康的小学生往往具有独立生活的能力，自己的日常生活事务能由自己来料理，能适应不同环境下的社会生活，乐于与同学、老师交往，让自己融入集体生活中，自觉用社会规范来约束自己，使自己的行为符合社会的要求，而不是以自我为中心，把自己孤立起来，与周围的人群格格不入。

(6)行为习惯：心理健康的小学生一般有良好的行为习惯，对外部刺激的行为反应适中，不过度敏感，也不迟钝;他们不会因鸡毛蒜皮的事情而大发脾气，也很少出现让人觉得莫名其妙的举动，其行为表现同他们的年龄特征相吻合

(主持乙)：对照刚才的标准同学们可以自我检测一下，下面我们进行一个心理小测验，请看题：

(主持甲)：《当别人得第一》

在一次期末考试中，小博考了全班第一名，而小齐只得了第七。老师多次表扬小博。如果你是小齐，你会怎么做?

(1) 很生气，不再理小博。

(2) 逢人就说小博的坏话。

(3) 大方地走过去，握住小博的手，真诚地祝贺他。

(4) 虚心向他学习。

(5) 如果他有困难，真诚地帮助他。

(1)(2)，这两种做法不可取。不理他，说明你心胸狭窄。 说他坏话就更不应该，这样做损害了他人的利益。

选(3)(4)(5)，这三种做法都很好，说明你有博大的胸襟。你会进步更快，人缘更好。

(主持乙)：有了好心情生活才会快乐，学习才会有进步，那《如何保持良好的情绪 》呢?今天我们交大家几招：

(1)不对自己过分苛求。有些人把自己的抱负定得过高，根本无能力达到，却在别人面前天高海阔地谈论起来，受到别人嘲讽后，终日郁郁不欢;有些人做事要求十全十美，往往因为小小的瑕疵而自责。如果把自己的目标和要求定在自己的能力范围内，自然就会心情舒畅了。

(2)对他人期望不要太高。许多人把希望寄托在他人身上，若对方达不到自己的要求，便会大失所望，其实每个人都有自己的优点和缺点，何必要别人迎合自己的要求呢?

(3) 疏导自己的愤怒情绪。当你勃然大怒时，很多蠢事都会干出来，与其事后后悔不如事前自制，把愤怒平息下去。

(4) 偶尔也要忍让。要心胸开阔，做事从大处看，只要大前提不受影响，小事则不必斤斤计较，以减少自己的烦恼。

(5) 暂时回避。在遇到挫折时，应该暂时将烦恼放下，去做些喜欢做的事，如运动、看电影等。

(6) 找人倾吐烦恼。如果把心里的烦恼告诉你的挚友、师长，心情就会顿感舒畅。

(7) 为别人做些事。帮助别人不单是使自己忘却烦恼，而且还可以确定自己的价值，更可以获得珍贵的友谊。

(主持甲)：我还给大家带来了一条心理调适的妙招：如何拥有快乐的心情呢?试试下面的方法吧：

1 早上起来第一件事，告诉自己：“今天我很快乐。”然后，对着镜子笑一笑。

2 经常回忆过去美好的时光，比如，过生日的快乐情景，和同学们郊游时的嬉戏。

3 经常默念自己的优点。

4 看一些有趣的笑话。

心情不好的时候，我们可以：

1 听一首优美的曲子，或者唱歌。

2 去跑步、爬山，或者打球。

3 打扫自己的房间或书桌。

4 找一个信任的人，把心中的烦恼告诉他(她)。

5 将一个笑话给别人听。

6 把不快乐的事写出来。

想一想，你还有什么方法?把它们记在你的小本子上。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找