# 教育培训心得体会精选推荐8篇

来源：piedai.com 作者：撇呆范文网 更新时间：2023-04-08

*我们只有将自己的感受真实地表达出来，才能写出一篇优秀的心得体会，我们可以用写心得体会的方式来记录自己的感受，大学生范文网小编今天就为您带来了教育培训心得体会精选推荐8篇，相信一定会对你有所帮助。教育培训心得体会精选篇1参加由教师进修学校组织*

我们只有将自己的感受真实地表达出来，才能写出一篇优秀的心得体会，我们可以用写心得体会的方式来记录自己的感受，大学生范文网小编今天就为您带来了教育培训心得体会精选推荐8篇，相信一定会对你有所帮助。

教育培训心得体会精选篇1

参加由教师进修学校组织的“生本教育高级研修班”已经结束，虽然四期的培训我只参加了三期，但通过聆听教授的报告，亲历了生本课堂，还是让我感触良多。其中最强烈的感觉是；作为一个教育工作者，那么多年工作下来，越来越感到现行教育有急待改进的地方（但自己对此无能为力）。而自己的教育工作并没有很大的起色，慢慢开始有点安于现状了。就好像一个在黑夜中潜行的人，一开始最大的希望就是想找到光明。随着光阴的流逝，四周依然是漆黑一片，寻找光明的希望眼看就要幻灭了。但参加了“生本”培训以后，依稀感觉到光明好像似乎又离我们不太远了。我感觉又有了那么点收拾心情继续前行的动力了。思绪很多，很想表达些什么，各种想法不断在脑海中涌现，一闪即逝，很难把握，最后我想还是结合自己所教的学科浅谈一下参加生本培训的小小体会吧。

生本教育本身只是一种教学理念，而不是一种教学模式。我觉得如果放在语文教学上，要把握好生本教育理念下的语文教学有两点很关键：一是要实现从依靠教到依靠学的转变；二是落实生本语文教学的核心（推进阅读了吗?）而开展教学。除一年级识字为中心落实认字近两千字外，其他年级一是通过单元整合，确立阅读主题，阅读方向，阅读书目，二是以课文为载体，落实以读引读，以读引说，以读引写，以读引写，以读引研，三是通过活动实践分享阅读，使阅读成为习惯，四是通过评研解决知识点的问题。单元整合的思路，使得课堂上实现大阅读，大积累，大表达，大作文，孩子们的语文素养和提升就是厚积薄发、水到渠成的结果了。

教育培训心得体会精选篇2

暑假期间，我参加了范县公需科目培训。这次培训时间虽然不长，却给我留下深刻印象。本次培训主要依据《专业技术人员创新能力培养与提高》和《专业技术人员权益保障》这两本书，同时结合河南省特别是濮阳市、范县的实际情况，激发了专业技术人员的创新意识和维权意识，共建美丽、和谐新社会。

这次培训内容丰富，总结有三大部分。

其一：包括四个方面：

（1）城市群与中原城市群；

（2）中原经济区；

（3）联系实际，抓住机遇，建设美丽、和谐新濮阳、新范县；

（4）建设中原经济区，关键在实干。

其二，专业技术人员创新能力培养与提高。包括三个层次：

（1）创新能力培养与提高的基础篇；

（2）创新能力培养与提高的素质篇；

（3）创新能力培养与提高的技巧篇。

本次培训主要讲了创新能力培养与提高的素质篇的“开发创造的心智”这一节。

其三，专业技术人员权益保障。这部分主要讲了专业技术人员的权利和利益以及权益的保护。通过以上内容的学习，我的理论知识水平有了提高。

从这次培训中我还更加清醒地认识到：作为一名教师，一个专业技术人员，我们要有对自己本土的归属感、认同感、自豪感。只有这样，我们才会全身心、满腹热情、积极地投入到工作中去，做到对工作认认真真、兢兢业业、高度负责。此次培训导师给我们介绍了河南省及我们县市的优劣势，我们教师要分清主流，看好趋势，对自己是濮阳人而自豪，又要踏实、努力地干，体味教育的幸福感。再者，教师要有创新意识，重视日积月累。让教师创新不一定非得搞大发明才叫创新。只要能够依据实际，改编教材、创新学习方法，让学生学会，那就是创新。创新的关键在于人。

教师有新方法、新思维，定能推动学生创新能力的发展。创新不是一蹴而就的事，必须通过一定的学习、内化、外显的积累过程。所以教师要重视日常的积累。厚积才能薄发，才能融会贯通，进而有创新的可能性。最后，教师要有法律意识。当自己的权益受到侵害时，我们教师要学会运用法律的武器保障自己的权益不受损害或者降至最低限度。当教师的一定要坚持学法，做到知法、懂法、守法、用法。这就要求教师要掌握跟自己息息相关的法律知识，了解法律最新动态，做到不断学习、终身学习，避免“书到用时方恨少”得现象。

总之，这次培训使我倍受鼓舞，深感受益颇多。作为一名教师，需要学习的东西实在太多了。在此我衷心地希望上级教育部门领导能多请专家、学者给我们培训以及指导，因为我们需要成长，需要“雨露”和“阳光”。

教育培训心得体会精选篇3

我有幸参加了醴泉镇幼儿教师培训班，在这一天的培训中，我们聆听了镇幼儿园领导的精彩讲座。镇幼儿园的领导以鲜活的实例和丰富的知识内涵及精湛的理论阐述，给了我们强烈感染与深深理论引领。在一次次

感悟中，我更进一步了解和掌握了新课改的发展方向和目标，观摩了几位为幼儿园骨干教师的说课，并进行交流与研讨，拓展了学习视野，更新了教育观念，理论的教育应用水平与教学的创新能力得到了提升。

这次幼儿园教师培训，我们更进一步了解和掌握了新课改的发展方向和目标，使我们的教育教学观念进一步得到的几个方面的体会：

一、学习科学的教育理论

镇幼儿园吕园长首先总结了过去一年里，幼儿教育在省市级取得的优异成绩，然后简要阐述了幼儿教育科学理论方面的精辟要点，为我们的教学实践起了提纲挈领的作用，为我们的教育科学理论注入了源头活水，她们又结合幼儿园实际工作让我们了解如何在幼儿园尽心教育工作。

接着英园长和我们一起学习了《国务院关于当前发展学前教育的若干文件》，文件指示：必须把学前教育摆在突出位置，幼儿园教育工作应该坚持体、智、徳、美诸方面的教育互相渗透，有机结合，遵循幼儿身心发展的规律，符合幼儿年龄特点，注意个体差异，因人施教，引导幼儿个性健康发展，幼儿教育要面向全体幼儿，热爱幼儿，坚持积极鼓励，启发引导，合理地综合组织各方面的教育内容，并渗透到幼儿一日生活中，充分发挥各种教育手段的交互作用，创设与教育相适应的良好环境，为幼儿提供活动与表现能力的机会和条件，以游戏为基本活动，寓教于各项活动中。

伴随着热烈的掌声，镇教管办周主任来到了我们的培训中心，对我们进行了职业道德方面的教育。他认为：教师的职业是相通的，热爱事业、热爱孩子是第一位的，幼儿不同于小学生，孩子的自我保护能力差，是一生中良好的品德行为行车的最佳时期，好模仿，是非观念在萌芽时期等特点，要求我们幼儿教师要有更高尚的人格魅力，要正直、和善、温柔、可爱，要因爱而美丽动人，我们要做到母爱般的关爱，又要做到高于母亲的教育，从思想上品质上给予渗透的影响，教育他们是非概念清晰，引导他们能关爱别人劳动，积极乐观开朗，实事求是使他们诚实，幼儿教师要有\"敬业、乐业、专业、创业\"精神，要公正的爱每一个孩子，我们带给她们的应该是最美好，最公正，最无私的爱。

二、学习技能技巧，提高个人能力

这次培训给我们安排了骨干教师示范说课，跟着镇幼儿园领导和骨干教师学习，我们感受颇深。

张老师的《声音的秘密》示范说课让我们身临其境，在她手中简单的塑料瓶，一面小鼓，一把小米，摇身一变成了很好的教育资源，成了孩子们游戏的用品，一会儿敲打小鼓，听发出什么声音，一会儿，把小米撒在鼓面用手敲打上让幼儿感觉声音振动，在这样的氛围中，孩子们乐此不疲。本次活动遵循幼儿的身心发展滚率，符合幼儿的心理特点，值得我们去认真研究与学习。

另一位老师的手指操示范课给了我们很大的启发，她结合实例，边背诵儿歌，边示范讲解，使我们在幼儿手指训练方面拓展了视野，把握了最新教学动态。

教育培训心得体会精选篇4

这次教师心理健康培训很有必要，也很在时。

如今的中小学校里出现了诸多的教师心理和学生的心理不健康的问题，师生的心理健康问题已成为当前学校教育面临的新任务和新要求.下面谈谈我培训后的心得体会。

师生心理健康问题的成因。

由于教师的工作压力过大、各界对教师的角色期望过多过高、教师的自我定位过于完美、教师评价制度不够完善乃至家庭负担、同行人际关系以及其他诸多因素，使得很多教师或多或少地出现心理健康问题甚至出现心理疾病的先期预兆。

由于受各种不良思潮影响和学习上的巨大压力，使在校青少年学生的心理出现了问题。青少年学生正值成长发展过程中，缺乏科学的辨别能力和社会实践经验，加上中学生的独立意识较差，所以中学生易发生心理行为偏差。近年来，中学生常出现妒忌、自卑、孤僻等不健康心理行为，究其原因，我们不难发现，他们存在心理偏差，是由于在学习和生活中碰到问题和困难时，缺乏解决矛盾，应对挫折和处理危机的能力。

改变师生心理健康的对策。

首先，我以为改变自己是当今教师适应新时代教育发展的唯一选择，因为学生的改变是教师的自我改变换来的。一个优秀的教师应该是教育业绩和身心健康的和谐统一，他们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，在长期的教育实践中，童化了心灵、纯化了心灵、美化了心灵，纯洁高尚、幸福乐观。他们用自身的经历向我们提示了教师工作“自利利人”的本质。

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。

其次，作为教师“教书”和“育人”是我们的神圣职责。我们不能只注重分数而不管学生是否具有健康的心理和健全的人格，要提高认识，明确心理健康教育的重要性。

在教育实践中，教师要抓学科渗透，扎实推进心理健康教育，课堂教学不仅是科学知识传授的过程，也是学生心理发展的过程。教师在各科备课时注意挖掘心理健康教育的教育因素。思品课，抓好心理疏导的教育；语文课，以教材中大量的优秀文学形象，从这些人物身上体会和感悟良好的心理素质；数学课中研究重点是观察、注意、思维、记忆等心理活动┉另一方面教师还要引导学生家长关心子女的心理健康，在发现学生心理有缺陷时我们就及时与家长联系，做到及时矫正，并用过家长学校开展如何对子女进行心理健康教育的讲座，引导家长科学地教育孩子，从而培养孩子关心社会、关心他人，培养他们的责任感、独立性和自制力，养成乐观进取的精神。

总之，加强心理健康教育是当前教育改革在新形势下的新问题，师生心理健康教育在现代社会的教育中的地位是及其重要的。

教育培训心得体会精选篇5

“教师应当是心理医生”是现代教育对教师的新要求。我有幸参加了嘉定区教师进修学院组织的心理健康教育培训，对我来说，这次的培训意义重大，对我今后的工作具有很大的帮助。本次培训我很认真的听了多位专家老师的理论课，还有课上与课下的交流，让我受益匪浅，特别是在这个过程中结下的深刻友谊，让我有了扬帆起航的足够信心和力量。以下就是我在这次培训活动中以及对于未来的一些所思所想。

一、心理健康教育的重要性

通过本次学习，更加深刻地意识到在小学生中开展心理健康教育的重要性与迫切性。调查表明，学生中存在着心理异常、患有心理疾病的为数不少。学生心理健康问题主要表现为：学习与考试焦虑、心理承受力脆弱、人际交往障碍、性格孤僻抑郁、自卑心理严重、对新环境不适应等等，并且在近几年呈上升趋势，学校心理健康教育越来越被重视。可是，不正确的关注，反而引发一些不必要的麻烦甚至更严重的后果。心理健康教育应该是预防为主的，面向的是全体学生，不应该只针对心理有问题的学生；心理健康教育与德育工作应该是有他们的各自作用的；不应把心理健康教育简单地理解为一门增加学生负担的学科，而应该具有促进学生各方面健康成长的独特功能；心理健康教育是一个长期性发展过程，所以对学生的心理问题不应该简单地下结论，要有科学的方法，要具有专业资格的人来实施；心理健康教育不应只是心理健康教师个人的责任，是我们大家共有的责任；心理健康教育不是要你生搬硬套理论，不要我们教师诚惶诚恐，而应该是讲究艺术，心理健康教育实施方式应该是形式多样，时时处处注意的问题。

二、学习的目的在于学以致用和实践。

心理健康教育工作是一个持久的过程，要成为有耐心有专业素养的老师，必须要深入的去理解知识，去运用知识；必须先改善和提高自己对自我、外界事物、环境的认知；调整好自己的心理，提升自己的生活品质，这样才能更好的服务同学。另外，实践是非常重要的，因为只有通过不断的实践总结和自我探索才能得以提高自我水平，只有通过体验才会找到真正的答案，才能得出与实际相符合的结论。

三、我们的服务主体是“人”，人是复杂多变的，情感丰富的。

所以，培养自己的耐心非常重要。此外，一名优秀的心理健康教育老师还必须博学，广泛涉猎各方面的知识。这在进行心理辅导的时候才能很好地与同学交流沟通。使老师同学迅速消除隔膜，减少心理教育的磨合期，使教育更加顺利。

四、良好的学习环境，促进知识的领悟。

在这次的学习中，培训机构认真负责、处处替学员着想，老师讲授精彩、内容充实，学员听课认真、讨论积极、发言踊跃，这是我这之前没有想到的。给我的感觉是，原来学习是这样快乐和轻松，无形之中减轻了原来对学习的担忧，增加了对学习的兴趣，对知识的掌握和理解也容易了一些。

五、心理健康教育任重道远

我们知道一个巴掌拍不响，众志能成城。学校心理健康教育仅仅有我们的热情是不够的。通过这次培训，给我的启示就是，在学校开展心理健康教育，应该从以下几方面努力：学校各育、各科要渗透心理教育；优化学校、班级文化心理环境；开展心理辅导工作、开设心理辅导课，加强学生心理辅导和心理训练。

少年儿童是国家未来的栋梁，他们的健康成长直接关系到国家教育方针的实施、民族素质的提高等战略性的问题。所以，作为一名心理健康教师，要善于动用心理战术，以心育心，努力使学生的思想文化素质和身心得到全面健康的发展；让学生能适应未来社会发展的需要，真正成为德才兼备、全面发展的有用之才。

需要描述的学习感想不尽余此，这次培训不仅填充了知识的盲点，更让我懂得了怎样拥有一个好心态去面对人生！感谢学校领导给我的这次宝贵机会，在将来的工作中，我一定用学来的知识灵活运用到工作中，做到学以致用。让学生们能够快乐学习，快乐成长！

教育培训心得体会精选篇6

20xx年的12月我校对全体教师开展了班主任培训工作之心理辅导技术专项培训，并于教育局对全县教师进行了心理辅导技术考试。通过几位我校实力雄厚的心理专项教师对我们进行的为期一周的心理辅导技术培训，我学到了许多班级管理方面的知识，使我对班主任工作有了新的思考，尤其是学了对学生心理健康教育这一专题后，我受益匪浅。

作为师范学校院校的一名学生，在大学我们都学习过学校开设的心理健康教育类课程，但是那时对于心理健康教育类课程的理解可能只局限在对知识理论的理解与掌握上，很难切实地与现实遇到的问题相结合并加以运用，而现在通过在职岗位上专业人员对我们的培训以及各自现有的在一线工作的经验的结合，使我进一步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。

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。

人的心理状态一般来说可以分为三种：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。正常状态指的是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。不平衡状态指的是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。亚健康状态指的是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，包括反社会行为和异常行为。

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，因此作为班主任，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。

作为一名人民教师，我们担负着教书育人的重任。因此我们不但教授给学生知识，还务必要关注学生的人格发展，关注学生的身心健康，并时刻准备着。那么在平时我们就得扎实专业技能与掌握心理健康常识与掌握相关的心理辅导技术，在平常的教学工作中在没出现问题前做好预防开到工作，在出现问题时能及时有效地为学生提供切实有效的帮助，使学生健康地成长起来。

教育培训心得体会精选篇7

11月我幸参加了“国培计划”——农村中小学“留守儿童心理关爱”教师培训，通过培训，我学到了许多班级管理方面的知识，使我对班主任工作有了新的思考，尤其是学了学生心理健康教育这一专题后，受益匪浅，感想颇多。心理健康教育是素质教育的重要内容，也是当前学校教育面临的新任务和新要求。在现今的学校里，如何看展学生心理健康教育呢？我想就此问题谈谈自己从这次培训中获得的体会。

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。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。

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。

加强对学生的心理健康教育。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。

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。

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。

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。

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。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。

11月21日

教育培训心得体会精选篇8

中小学心理健康教育教师上岗培训开班至今，我们进行了为期半年的网络学习，又进行了为期三周的集中面授培训。这次学习，使刚刚踏入心理健康教育工作的自己受益匪浅，收获良多。既收获了许多心理健康教育方面的理论知识，又学到了多种实践操作的方法和技巧。同时，自身的心理健康得到了进一步的发展和成长。授课教授分别是蔺桂瑞、田国秀、赵凯、崔丽霞、夏珺、杨芷英、梁凌寒、张景芳等老师，在此，对各位老师们的辛苦表示诚挚的感谢。现针对本次培训活动，特做如下总结。

一、提高了自身对心理健康教育的认识。

通过学习，我首先认识到了教师心理健康的重要性。因为教师是学校心理健康教育的推行者、具体实施者。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，在他们的心目中，教师是智者——什么都懂；是能者——什么都会；是圣者——不会犯错；是权威者——具有比父母还高的权威力量。教师的衣着举止，言谈风度，以及待人接物等，都会使学生受到深刻的影响。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。新的教育实践要求每一位教师都应该从自身的心理健康的角度，完善自己的人格，提升自己的人格魅力。其次，我也认识到了学生心理健康的重要性和必要性。自八十年代中期始，我国中小学相继开展心理健康教育，将心理健康教育纳入到工作计划之中，并启动心理健康教育的理论与实践研究。但是开展心理健康教育的步伐犹如火车进站，声音大，速度慢，没有引起充分的重视。而对于“心理断乳期”的初中生来说，心理健康教育能够更好的引导他们“发现自我，认识自我，超越自我”，形成健全的人格。因此，推行素质教育，促进学生的健康成长，不仅不能忽视心理健康教育，而且要相当重视此项工作。

二、学习了心理健康教育的知识与方法。

通过网络学习，自己了解了心理健康教育的含义、特点、目的、原则、任务、要求、标准、内容和途径，知晓了中学生心理发展特点、年龄特征，懂得了与心理健康教育有关的心理学理论知识、团体与个体咨询的理论知识，清楚了学校心理健康教育管理体制的模式、学校心理健康教育机构的设置与职责、心理健康教育室的建立、学生心理档案的规划、搜集学生资料、建立心理档案的程序、使用与管理。了解了心育和德育的走向、关系、心理健康问题和德育问题的区别，以及德育和心育的有机结合。明白了心理健康的测量与评价，常见的心理问题与转介方法。知道了咨询人员必备的专业知识和技能、个人修养、教育理念和职业道德等等……

通过面授培训，系统全面的学习了咨询师的个人成长、咨询师的个人因素对助人成长的影响、促进咨询员个人成长的有效措施；团体辅导定义、团体类型、班级团体辅导的理论基储团体辅导的基本环节；价值观、情绪；学生的自我和人际关系；个体心理咨询会谈技术；心理辅导活动课程的背景与概念、特点、设计、内容、形式、评价；团体辅导中的解说技术、核心理念、运作原则、工作技巧；学生生涯辅导；学习的意义与学习内容的类型、学习心理辅导涵义、任务、影响学习的因素、学习心理辅导的内容、途径和方式、学习策略的涵义、结构分类、学习策略和辅导方法；常用认知行为治疗的方法与技巧及其应用；中小学情绪管理课程；危机预防和干预的重要性、危机的发现与识别、干预与实施、常见的心理危机、目标、原则、危险因素、防止自杀的重要因素；教师压力管理。等等……

三、结识了众多专家教授和同行朋友。

通过三周的培训，我认识了很多首师大的心理健康教育方面的专家教授。从他们那里既学到了知识和技能，同时，又听到了很多深刻的故事，领悟了许多的人生道理。这对于自己日后的成长必将产生深渊的影响。同时，在此期间也交到了很多的同行朋友，跟她们在一起学习，交流我感觉非常的开心。我也明白这个道理：朋友多了路好走。多交几个朋友是没有错的，对于我来说，与人多沟通、多交流，多认识一些从事各种职业的朋友，非常我益于我们获取更多方面的信息。而且交更多的朋友也可以从他们身上吸取他们自身的一些优点来弥补自身的一些缺点。只有这样，才能不断地提高自身的素质，才会进步。

通过这次培训，我明白了许多、感悟了许多、开朗了很多、潇洒了许多，与人沟通变得似乎也简单了好多，同时也让我感到非常惊喜。我已经明显感觉到自己的变化，因此，我要更加努力地学习，更加用心地去学会与人交流，我想在以后的工作当中我会通过自身不断地努力去争取更大的成功。

总之，培训已经结束了。老师的教育毕竟是有限的，我们总是在不断的实践中逐步成长的。未来的路还很长，我们要学习的东西还很多，更多的青少年学生等待着我们去教育和培养，我们的责任真的很重大。我将学以致用，努力在实践中边学习，边领悟，不断提高工作水平，争取让心育之花早日绽放。

本文档由撇呆范文网网友分享上传，更多范文请访问 撇呆文档网 https://piedai.com