# 含有心理描写的作文500字(通用8篇)

来源：网络 作者：落花人独立 更新时间：2025-05-20

*含有心理描写的作文500字1这几个月来，我们班积极、主动的完成学校布置的任务，所以在老师的极力争取下，终于得到了一节心理辅导课，我们都十分开心，并非常好奇这次课的内容。但直到星期五，心理辅导老师还是没有透露给我们班这次课的内容。我们怀着好奇...*

**含有心理描写的作文500字1**

这几个月来，我们班积极、主动的完成学校布置的任务，所以在老师的极力争取下，终于得到了一节心理辅导课，我们都十分开心，并非常好奇这次课的内容。但直到星期五，心理辅导老师还是没有透露给我们班这次课的内容。

我们怀着好奇的心情，熬着，盼着，总算是等到第四节课了。心理老师刚走进来，我就忍不住扔下我正看得津津有味的课外书，把小脑袋凑到黑板跟前，想仔细看看这节课的主题。只见老师用粉笔写下九个大字：“合作心理辅导——撕贴画”，写完后，用无比清脆的声音说：“上课，起立。”原本嘈杂的我们立即了安静下来，站起来向她问好。

“今天我要给你们上一节心理辅导课——合作心理辅导。让我们每个小组都制作一幅撕贴画吧。”接着老师又给同学们讲了制作的规则，她刚说完，各个小组的成员就迫不及待的开始工作起来了。

我们先讨论应选怎样的主题。起先，3号组员与4号组员想选择以艺术为主题的撕贴画；2号组员想选择以科技为主的撕贴画。最终经过商讨，2号组员提出的“夕阳”得到我们的一致认可，我们便开始分工制作。终于，撕贴画绘制成功了！我们望着桌子上的撕贴画心中无比的自豪。

制作时间到，老师对我们的作品进行了展出，但只有一个小组还没能制作完毕，老师让他们起来自己试着找一找理由，他们总结：因为刚一开始他们就意见不合，耽误了很多时间，所以没按时完成。

今天的心理辅导课结束了，他让我深深的明白了团结的重要性。

**含有心理描写的作文500字2**

在五月如花的季节里，我们迎来了学校小学生心理健康宣传活动周。本次活动以“健康，快乐，成长”为主题，宣传心理健康知识，举办各种活动使同学们更好的了解心理健康知识，树立正确的健康观念。活动的形式活泼多样，学生在节目表演、知识抢答、诗朗诵中受到启示。

“心灵感应”活动是以合作为主题的团体心理游戏，培养同学们的合作精神，在合作的过程中感受快乐，体验成长。团体心理游戏包括：心有灵犀，价值大拍卖，走出压力等。其中“心有灵犀”使在没有语言交流并戴上眼罩的情况下进行的数字接。游戏过程中需要每个队员都能心平气和，互相尊重，相信身边的人，在一次次的失败中，不断摸索成功的途径，不断达到心灵的默契。通过本次活动让同学们认识到团队精神和心灵相犀的重要性，多与身边的人沟通理解。每个人都是团队的一份子，只要共同努力，达成共识就能创造奇迹。

“人生感悟”是同学们自己的人生经验和教训的总结，通过与他人分享促进共同的发展。心理健康手抄报比赛提高广大同学参与心理健康教育活动的主动性和积极性。在收集资料的过程中更多的接触，了解心理健康。开展“心灵之约”交友会，“心理小课堂”比赛。每一项活动都为同学们提供一个平台了解，关注，参与心理健康。

我们学校一直很重视学生的心理健康。记得有一段时间，我班同学刘怡，原来成绩很好，在这段时间里，成绩却是一路下滑，而且下课不再和同学玩耍。老师和同学都觉得不对劲，经过老师调查，原来是她的父母离婚了。生活的阴影笼罩了她，老师经常找她谈心，并在学习上给她帮助。通过老师一次次的开导和同学们的帮助，刘怡终于摆脱了心理阴影，重新变得活泼开朗，成绩也逐步上升。

**含有心理描写的作文500字3**

心理描写：以语言文字对人物的内心世界、思想道德品质、个性性格特征所进行的描写。进行心理描写应注意掌握以下三个原则：

第一，写人物的心理活动，应写特定的人物在特定的环境中必然产生的心理活动，而不能为心理描写而进行心理描写。

第二，写心理活动，要防止左一个心理活动，右一个心理活动。只有在关键的情节、动作、表情出现时，才伴之以心理描写。

第三，写心理活动，要努力写人物细微的感情波澜和复杂的心理变化过程。

“语文课开始了，老师把批好的试卷发了下来。在拿到试卷之前，我紧张得要命，就怕自己考砸了。试卷拿到手以后，我一看不及格，很是伤心。”

心理描写的方法有很多种，可分为两大类：直接描写和间接描写；直接描写包括内心独白、神态描写、梦境和幻觉描写等，间接描写包括环境烘托、动作语言描写。

内心独白，就是自己对自己讲的无声的话。人在不同的心理状态下会对自己讲不同的话，这不同的话就能反映人物不同的心理状态。把特定状态下自己对自己讲的话详尽地描写下来就能生动地表现出人物的心理。

注意:在内心独白之前应加上“想”、“心说”等提示语。

我不停地在心里念叨：“\_，上帝啊，保佑我吧！我再也不听录音机，不看电视，不打游戏机了。唉！都怪我自己，老想着打游戏机，考试前一天还趁父母不在家偷看了一个小时的电视。老师啊，发发慈悲，手下留情，我以后上课一定好好听讲，千万别让我不及格啊！”

幻觉描写，人在极度紧张的状态下，眼前或耳边会有虚幻的画面或声音，其内容往往是自己最怕看到或听到的，把这些详细地描绘下来，就能十分准确地表现人物的内心世界。

在进行幻觉描写前也要用一些提示语，如：似乎看见，仿佛听到等。

**含有心理描写的作文500字4**

在生活中，在学习中，最重要的是你的心理有没有受到困疑，如果有，又得不到及时解决。那么你就不会把全身心的投入到学习中去，就会天天像幽灵一样不知道自己在做什么。

我们这些学生都是生活在高科技时代，手机电脑是我们的生活伴侣，电子时代让我们生活变得多姿多彩，让我们学习也跟着进步。我们有机器人服务员，扫地机器人等等……。同时，我们也被这些电子产品所毒害，放学回家刷刷抖音打打游戏，让我们忘记学习玩得不亦乐乎。心理不在是单纯的学习生活。这时的我们要学会自我控制，要家长及时的提醒，不能被游戏影响学习，心理才会健康发展。

我们生活在二胎世界，从简简单单天下我最大的大头宝宝，一下子就多个占有爸爸妈妈时间的弟弟妹妹，弟弟妹妹可爱天天陪你玩陪你笑，可也同学觉得弟弟妹妹烦人，在他们学习大喊大叫让你不能专心，玩玩具时跑来抢着就走，爸爸妈妈还总说他们小。如果我们不能懂得敬老爱幼是中华传统美德，不能体会爸妈多了个宝宝负担更重，我们会和爸妈唱反调心理将会不健康。

有些同学父母会给一些零花钱，他们买一些花里胡哨的东西来学校炫耀，忘记学校是我们学习知识的地方，天天为这些高兴忧伤。这个时候需要同学老师及时提醒，自己认真改正明白学习是我们首要任务，明白‘少壮不努力老大徒伤悲’的道理，安心学习将来才能有所成就。

希望我们每个同学都生活得高高兴兴，快快乐乐。在家长老师一起关心陪伴下我们这些祖国花朵，能健康茁壮成长。

**含有心理描写的作文500字5**

周末和初中的同学聊天，她提到了，自从到了新的高中学校学习，好像越来越不合群了，都有点不太喜欢社交了。

在我们这个年纪，其实就是性格开始形成的阶段，各种叛逆也会出现。

听她说了自己的困惑，我想到了最近看到的一个关于“心理边界”的词，其实就是个体与外界的一个界限，就是他人对于你的一个影响，想清楚，你自己能力控制范围内的与范围外的。

同学不喜欢与他人交流，最开始也是一个宿舍的氛围原因。

大家来自不同的地方，有些生活习惯作息都有所不同，性格也不一样，有的安静，有的喜欢闹腾，难免就会出现小摩擦。

这个时候，如是没有很好地调整，很容易就会分成不同的派系，也会出现故意排挤孤立的局面。

我跟同学说，只要认清楚自己的心理边界就好了啦。就像之前听过的一个方法，想着这件事关我什么事？或者这件事关你什么事？

如此一梳理，就会豁达一些。

对于与同学相处过程中的小矛盾，要是在自己能力范围内可以改变的，像是不打扰别人休息，和大家说话温和些，那就做适当的改变；如果是范围之外的，就是他人不听劝不打扫之类的，你提意见就好了，要是对方不改，也没必要去用别人的行为来惩罚自己让自个生气。

学会在生活中理清心理边界，那也就会变得开心释然一些。

**含有心理描写的作文500字6**

我的心理老师——温老师是一位很美丽的老师她善良而又大方，她从不对学生生气，哪怕是这个同学犯了错她也只是小小的提醒一下，通常只要一提醒那个同学就会改邪归正。

虽然下个学期没有心理课了，但我还是很喜欢您上的心理课的，真的真的很喜欢您上的心凳瞎理课的呢，我希望我能知道您的生日、住址和QQ，您人如其名您就像你的名字了有温柔又静如水，温老师让我再告诉你几个小秘密吧，一：我讨厌学数学也厌恶做数学作业我甚至有了要放弃数学的念头，二：在中学里我有对一个男孩写过情书，三：我发现我喜欢上了温老师，以上的三个小秘密请你和我共同保密，温老师为什么七年级就不上您的心理课了呢？是不是它们觉得您上的心理课不好？所以取消了您的心理课？我想肯定不是这个原因，因为我觉得温老师您上的心理课是我觉得最好的，（至少是我见过的最好的心理课老师），您不论是做什么都好都是那么的文静，不论是打电话还是给我们上课您都是让世那么的文静，温老师我还觉得你很谦虚，（至少我是这么觉得的）。

**含有心理描写的作文500字7**

心理健康对于我们来说至关重要，它不亚于身体上的健康事业上的成功等等。自从我参加了心理社团以来，得到了许多帮助与启示，使我由内及外地发生了蜕变。变得比以前从容，比以前自信，比以前开朗……

前一段时间的期中考试，我感觉压力很大，快要被压得喘不过气来了。压力如此大的原因是第一次月考的失败，使我信心大挫，觉得前途无“亮”。于是我把这件事和心理社团的同学们倾诉之后，他们给了我许多有用的方法，并告诉我怎样才能轻松学习，怎样才能学好习，并且老师也给我们大家做了一个总结，使我受益匪浅。在期中考试成绩下来时，我惊呆了，我居然前进了，是啊，而且前进了317名，这份欣喜与自豪无法用言语形容。我感谢我的心理社团的“同胞们”，更感谢心理老师的付出。

那天下着雪，天气很冷，晚上放学后妈妈没来接我，我心里直打鼓，到底该怎么办。于是我想到活动课上老师说过，遇事要从容不迫，沉下心来想一想解决的办法。最后我到山下的超市里用公用电话给妈妈打了电话，原来是路太滑，妈妈在路上，马上就到。我听完之后终于松了一口气，感谢活动课给我带来的帮助，我很庆幸。

最后，我想深深地对心理社团的同学、老师道一声“谢谢”。因为他们我变得从容、大方、开朗、沉着、热情，我会带着大家的建议一路前行！

**含有心理描写的作文500字8**

心里健康是人人都知道的一种想法，但是，包括小学生，都造成了心理不健康。

这样的事例在我们班就有，有些同学天天造谣：“某某喜欢某某人了！”老师对这一方面也有强大的重视，可是有些同学他就是怎么也改不了，就连上课都在想不健康的事，这会耽误了学习，并且，对小孩子的身心发展有巨大影响。

我冥思苦想，想出了一个好点子，既可以让同学上课好好听课，又可以让我们的心理得到保障。那就是：上课时认真跟着老师的课堂走，坚持不跑神，想关于这个课堂有关系的事，投入进这个课堂，自身放轻松，控制住自己不要想其他事情（包括娱乐，生活的事情）听好老师讲的每一句话。

孩子是做祖国的花朵，花朵的根是好、是坏，园丁怎么也看不出，只是辛勤的浇水、培土，但是，每个人都有自己的心理活动，就算表面上不显示出来，但在内心深处，却想一些乱七八糟的东西。所以由于心理的带动，在平常也就不由自主的表现出来。

现在的我们，大部分都度入青春期了。但是，像我们这样的年龄段，应该还早着呢！有些同学早熟、早恋，还说谁跟谁在哪个地方接吻了、谁跟谁咋咋地了总之，那些同学就是三个字——不健康。我们现在应该好好学习，天天向上，不要管那些不三不四的坏事情，否则会导致我们的心理也遭到破坏！老师只要发现类似的事情，就迫不及待的在班上严厉说教。哎！没用就是没用，还是阻止不了那些不好行为。

同学们！让我们一起呼吁：好好学习，天天向上！为学习事业而奋斗！为中华崛起而读书！让我们的生活健健康康，远离不良心理，快乐生活每一天！

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找