# 2024年教师心理学心得体会500字(实用5篇)

作者：夜色温柔 更新时间：2025-01-28

*教师心理学心得体会500字一中小学生正处于身心健康发展的关键时刻，随着他们生理、心理的发育和发展，社会阅历的增加及思维方式的变化，加之社会竞争的日益剧烈，使得他们在学习、生活、人际交往、升学、自我意识乃至人格优化等诸多方面，都存在着各种样的...*

**教师心理学心得体会500字一**

中小学生正处于身心健康发展的关键时刻，随着他们生理、心理的发育和发展，社会阅历的增加及思维方式的变化，加之社会竞争的日益剧烈，使得他们在学习、生活、人际交往、升学、自我意识乃至人格优化等诸多方面，都存在着各种样的心理障碍好、困惑及问题。

心理障碍已成为中小学生身心健康的头号大敌。根据我国城乡不同类型学校学生的心理状况调查发现，16.79%的学生存在着不同程度的心理障碍，这些心理障碍和心理问题如果不能得到及时干预和解决的话，将会对他们的健康成长产生不良影响，严重的会使他们出现行为障碍或人格缺陷。其实，中小学生，甚至大学生的种种心理问题在现实生活中早已比比皆是，比如复旦大学投毒事件、马加爵事件、中学生弑母事件以及学生离家出走等等，都是学生的种种心理问题所致。也许你觉得这些事件并没有发生在你的身边，但是不可否认的是，你每天可能会遇到学生撒谎的事件、学生抄袭作业的事件、学生不完成作业的事件等等，其实这些也都是孩子们心理问题的外在表现，作为一名老师，如若不能从心理学的角度来分析原因，而只是简单地根据他们的表现给予他们“坏孩子”的评价，那将对孩子今后的成长造成怎样的影响呢?

《教师如何成为学生的心理专家》这本书密切结合详实案例，针对中小学生中存在的常见的心理问题进行剖析，探究这些心理问题产生的根源，并提出行之有效的解决策略，理论联系实际，具有很强的针对性与代表性。就拿其中的一个案例来说吧：“学生不完成作业，怎么办?”我对此案例特别感兴趣，是因为我班有几个学生经常不完成作业，这让我感到头疼。看了此书后，我懂得了对于学生不完成作业这一行为，不能简单地进行归因，如“不重视学习、怕苦、懒惰”等，因为归因简单，对策当然也就简单了，收效也不大。看了此书后，让我了解到学生不完成作业，可能是因为他们有读写障碍，这可是我头一回了解到的。的确，我们要对学生的行为根源进行深入的分析，了解学生心灵深处最需要我们帮助的地方，对于学生的行为我们要对事不对人，对于学生的一时失手，我们不能说“你怎么就这么差劲，老做不好。”我们应该换一种说法“你这次怎么搞的，以你的能力应该做得很好的，下一次再努力吧!”学生会从此事中得到教训，也获得了力量。

可以说，对中小学生进行及时有效地心理辅导已经是现代教育的必然要求，也是广大教育工作者面临的一项重大而紧迫的任务，更是广大教育工作者必须掌握的一门基本技能。成为中小学生的心理专家是每位教师的重要职责。可能有些教师认为这个工作应有班主任来做，其他教师教好课程就行了。其实不完全是这样，为每位学生做好心理辅导是每位教师做好工作的一部分。发现心理问题或苗头就要采取措施，把心里问题消灭在萌芽状态。

最后，我想用一句话来概括读过这本书的感受：“教会学生犹如开恳一片荒地一般，需要教师的耐心、信心及爱心的滋润与浇灌，才能辟荒地成良田，化光秃为青翠。”

**教师心理学心得体会500字二**

这个学期我们学习了心理学概论，我们知道心理学是一门研究心理现象的事实、机制、规律和本性的科学。心理学是大学师范教育中不可缺少的一门必修课，我作为一名师范大学生，尤其要学好心理学，了解学生的心理，做个称职的好老师，完成好自己人生的光辉职责。学了一个学期心理学，有很多自己的体会。

心理学是研究心理现象及其规律的一门科学，人的心理现象无处不在，人们的内心活动，心理感受同样是心理现象，人的外在行为，也无一不和心理活动有关，心理学家从心理现象中总结规律，并用之于实践，对于现实生活的作用与意义是相当大的，我们学习这课程也是以心理学理论为依据，学习的时间虽短，却也获益匪浅，现实生活中，生活节奏的加快，使心理压力增大，竞争的激烈，使心理挫折感加深，思想观念的不断更新又产生种种心理不适应，出现心理失衡，加之如今社会对生活质量与生命价值的要求越来越高，心理学本身的发展都让人越来越重视。

学习心理学可以帮助正确认识自我，调节自己的言行。通过学习心理学,我们可以知道自己为什么会做出某些行为,这些行为背后究竟隐藏着什么样的心理活动,以及自己现在的个性、脾气等特征又是如何形成的等等。并且我们每个人每天都在进行着心理活动，而所进行的心理活动是否正确与有益，是值得注意与重视的一个问题。

作为一名师范大学生，心理学还有助于毕业以后搞好教育工作。特别是我们是师范专业的学生更是如此，无论是教师还是学生都应该发展自身的良好的心理品质，矫正自己的不良行为，培养自己的高尚情操、发展自己的智力、增强自己的能力，以搞好教育工作并提高教育质量。现在正值从应试教育向素质教育的转变期，更需要心理学知识，以后的素质教育，始终需要有心理学知识。

对于人际关系，我们可以把自己学到的心理活动规律运用到人际交往中,通过他人的行为推断其内在的心理活动,从而实现对外部世界的更准确的认知，这样一来，我们在人际交往中会对彼此有着一种更为宽容的态度，和睦相处;同样，我们也能更容易识别好坏，在广大人群中，择其善者而从之，交到一些很好的朋友。

学习效率也会有很大的进步，我们无论是学习还是在工作，都需要遵循人的心理活动规律办事，改进学习和工作方法，创设良好的学习或工作环境和一定的物质条件，建立和谐的人际关系，形成融洽的心理气氛，使大家在心理相容、心情愉快的情景下学习或工作，从而使效率不断提高。

我学习心理学之后，深深体会到，世间最大的景象是海洋，还有比海洋更大的是天空，还有一种比天空更大的景象那便是人的内心活动，人的内心活动每个人都不一样，千差万别，有时候心灵又是很弱的，很容易受到伤害，我们既可以运用心理学的理论和方法调节自己的情绪，心态，又可以帮助别人。

学习心理学概论可以教会我们如何管理和疏导情绪，拥有积极，健康的情绪，避免不良情绪的困境。优先和健全的人格摆脱自卑，自恋等不良心态，建立自信，能够自尊，自律，自主，自觉地工作学习。提供心理保健的方式，方法增强自我保健的意识和自我调节的能力，改善人际交往，学会快乐的工作和学习，幸福的生活，坦然地面对爱与被爱，从客观地应对挫折和失败。协助个人在重大问题正确独立地选择。安然度过人生各个发展阶段的种种危机，平安地完成人生发展任务。

学了心理学后才明白心理学在我们生活中是必不可少的，心理学的能够给人的心理以最好的按摩，使人有面向天空，大海般豁然开朗，舒通平和，神清气爽的感觉，促进人的理解力和进取心，使人充满激情，一切的财富，成就都源于健康的心理。作为在校的师范大学生，我们更应该努力的学习心理学概论，为我们以后的工作、人生、奋斗打下坚实的基础，做一名优秀的好老师。

立志做一名优秀的为人民服务的教师!

**教师心理学心得体会500字三**

听了由省教育专家的专题讲座，使我懂得心理健康教育要面向全体学生，培养学生良好的心理素质，促进学生身心全面和谐发展和素质全面提高的教学活动，现今社会不仅要求我们具有健康的身体，而且需要健康的心理状态和良好的社会适应能力。经过这次心理健康教育的学习,我的收获很大。不仅学习了许多专业的心理知识,以前很多的疑问都得到了解决,我真正认识到了心理健康的重要性。以下是我学习后的一些心得：

众所周知，我国中学生尤其是高中生学习压力太大，这也是很难改变的一个现状。随着我国经济的发展，社会竞争也愈加激烈，每位父母都希望自己的子女成才，那成才的通道就是考所好的大学，有个好的工作，于是父母便不惜一切代价地培养孩子。在学校学习，在课外补习，在特长班学音体美，在外语班学韩日俄。学生为了能顺利地通过高考的独木桥，只能被迫接受这一切安排，每天除了学习还是学习，由于过重的心理负担，使孩子的心理产生了心理障碍，长时间的压抑，他们用行动发泄，甚至报复社会。有的学生毕业后狠狠地把课本撕掉。有的学生可能恐惧、不信任自己，成绩不好产生自卑感，有的学生绝望和无意义感等等。这些现象的出现，引发了教育工作者的深思：我们教给学生知识还不够，我们还应做好学生心理的洞察倡导和心理健康教育，作为教师怎样排解学生的压力太大问题;他们这样学习有助于孩子的健康成长吗?怎样学以致用;怎样才能让孩子带着兴趣去学，而且对学校的学习生活留有美好的回忆......

在学校里，有一些孩子厌学或具有学校恐怖症。其实，这些孩子都有一定的性格缺陷，如懦弱、内向、不擅于交际等等。这些孩子在学校一旦受到伤害，在学习上一旦遇到挫折，往往不会自我调适，从而对学校对学习产生畏惧心理，严重的就发展成为学校恐惧症。通过这次培训使我懂得了如何去面对这些学生，在方式方法上都会进行有效的探索。认真研究孩子的病因。

一、教师自己必须是心理健康的人

通过一线的教学经历，深深的体会到教师自身的心理健康直接影响到周边的人，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。

二、经常关注特殊学生的心理辅导

教师的天职就是教书育人，对待问题学生更应该尽心尽责，遇到问题学生怎么办呢?一定要充分利用班集体的作用，在宽松平等的班级氛围中，加强对学生心理的团体辅导，通过主题班会的形式，充分发挥班队活动课的集体心理辅导效应。针对特殊学生的特点，有侧重地选择团体辅导的主题。如自信心教育、青春期教育等。采用讲座法、认识法、操作法、表演法、角色扮演和行为训练等多种方法来激发学生积极参与的内在动机，并在活动中得到领悟。通过一系列的团体辅导活动，不仅让全体学生获得心理健康方面的有关知识，也拉近了同学间、师生间的距离，融洽了师生关系。

在考虑学生一般心理规律的同时，也要对暴露出来的个别学生的个别心理问题进行疏导帮助。在对学生的个别辅导中，我一方面通过心理辅导室兼职心理教师的个别咨询辅导，另一方面也进行了个别谈心与辅导。通过学校开通的心理咨询箱，打通教师和学生的心理通道，及时了解学生的真实思想，帮助学生解决心理困惑。

以上，是我的一家之言，收获是巨大的，体会可能肤浅，切记心理健康的前提是身体健康!重视我们自己的心理，正视我们自己的问题，看到自己的优势，找到自己的不足，这样才能更有效的帮助我们身边的人，希望我们都能保持开阔的心境，良好的心态!使我们获得一种境界、一种风范和一种思想。

**教师心理学心得体会500字四**

以前也从未想过要写自己关于学习的想法,以前也从未没有想到学习也有一种特殊的心理活动可言,自从学了《学习心理学》这门课,才使我清醒地认识到学习也是一种特殊的动态过程。

以前总是认为学习是一种机械的运动过程，没有想到还是一种有意识的心理过程，学了《学习心理学》才知道了学习不仅是一种过程，而且在这里面已经调动了身体的各个机能，使全身都活动了起来，同时也是一种机体锻炼，现在真得觉得学习是一种身体劳动，对身体非常有好处。真的觉得学习是一种动的状态，于是乎也就很同意生命在于运动那种说法了，不变化的事物真的不多啊!

大学之前的自己一向喜欢静静的看书、生活，从来不曾有改变习惯的想法，可自从来到大学里，我就慢慢转变了观念，现在的自己也喜欢运动了，觉得要是好久不运动身体就特别不舒服。学习也是同样的情况，尤其是关注自己学习当时的感觉和以后的心得体会。不太关注是不是名人写的书，只关注是不是和自己的兴趣相投，能激起自己的心理感应。

从小学习一直到现在从来都不曾认为学习有什么不同的，都是自己一个人看书，学习的效果不同就在于每个人的吸收能力不同罢了。而今才觉得学习分为很多种，每人都有自己的不同于其他人的方法，而我苦苦不得其解的就是自己的学习效率不是自己想要的，看着别人不用太多的时间就可以学好一门功课，而自己却花了多于别人的时间，效果不比别人的好反而不如别人。这就使我觉得是不是自己的智商太低了，除了这我不知道该作何解释。

现在已经大三了，可自己的头脑依然觉得空虚，书也看了不少，可就是觉得自己依然没有什么收获，每当别人要谈论什么事的时候，自己老是觉得一点也听不懂，我于是乎就产生了一种不安的感觉，这样下去，毕业了能够找到什么工作呢?!虽然我也知道看书的多少不能决定一个人的能力 ，可要是不看书又能说明自己学到了什么东西呢?!我觉得自己是太脆弱了，自己的功底又不好，现在又不能赶上多少，到毕业了，我的竞争能力依然很低，那面临失业的不是我又会是谁呢?!

自己的学习效率是很低的，可到目前为止还没有找到更为合适的方法，于是乎也就一直这样了。我觉得这可能就是一个人的资质吧?!一个的资质是无法更改的，唯一可以更改的是一个人的习惯。无论一个人是贫穷落后还是富贵荣华，关于学习都是差不多的一种动态过程，可又不可能完全相同，都是有微秒的区别的，可这本来是没有一点高低优劣之分的，只是自我的认同不同罢了。

看着有些人轻轻松松地完成任务，而自己却要花费高出几倍的代价，自己总是想改进，可就是没有办法来提升，于是乎也就一拖再拖。以至于今天就养成了这种习惯，不管别人怎么样，我总是按自己的想法办事，再也不想改进的方法了，不是我不想，而是我不能找到更好的方法，养成了一种惯性，造成了自己的思维定势。我知道这样对我是很不利的，可要想一下子改掉也是不可能的，于是乎也就样僵持着……

关于这门课，我在大一的时候就曾选过，可每次都没有选上，以至于到大三的这个学期才选上，《中华文化》也是同样的情况，我也没有生气过，反正只要是这四年选修了就行，学分修够也就可以了。也许在别人眼里看来，我是有点另类，做事不是很积极，可在我自己看来一切都很平常，我从来不曾觉得自己这样做有什么不好的，其实我也不想这样做的，我也想早点就选修上，早早地学习完就算完事，可事实偏偏跟我想的不一样。还有就是：也许在别的学院的同学看来，艺术学院的学生都是那种学习成绩比较差，素质比较差的另类人，尤其是现在的艺术学院的表演类的另类人，行为艺术是一支很耀眼的光环，现在已经在大学生心理产生了很大的影响。可我觉得现在的东西对我们大学生的好处并没有增加，有些是没有什么好处的，就拿我们的艺术来说，现在的艺术已经远非以前的古典艺术了，已经没有办法再拿出手来了。搞行为搞拼贴那算什么水平，只是刺激一下别人的眼球而已，根本就没有起到愉悦别人的心灵的作用。

从古典的艺术中我们可以学习到很多有价值的东西，可今天又有谁来学习呢?自己看这方面的书也越来越少了，以前的还想看，现在的一点也没有兴趣，别说是学习了，就是听到就觉得恶心了。

学习是一辈子的事情，不是一朝一夕的事，可我老是觉得没有几个人能够把学习当做一生的事情来做，现在的社会已经不像古代那样安闲、舒适了，当时中国和国外还没有什么联系，现在已经全球化了，每个人都在拼命挣钱，努力程度远远地超过历史上的任何一个朝代。挣钱远远地超过了学习这件愉悦心灵的事情!

上《学习心理学》这门课，我能够听到以前不曾听说的新观点，我能够吸收一些对我味口的东西。我总是觉得自己是偏重感性的人，做事以感性为主，不太喜欢太理性的人。交友也是喜欢直爽的人，不喜欢拐弯抹角的人。上了这门课，使我自己又有一点新的认识，每个性格都有可取之处，遇到什么样的人就应该学会说什么样的话，毕业以后找工作尤其是和各种各样的人打交道，我也要学会和各种各样的人相处，只有那样我才能找到工作，过得更好，以前我老是觉得那样太圆滑了，现在觉得这就是现实，每个人都会遇到相同的问题，大家都这样做也就没有什么不好的了。

大学四年里是不能够学习到很多东西的，只是对自己心路历程的一种积淀罢了，我仅仅是这种感觉，大学毕业以后在社会里摸爬滚打才是重要的，现在只是为以后做个铺垫而已。大学里无论能否学到什么东西，只要没有虚度年华就算是优秀的，多结交几个朋友，多看几本自己想看的书，过得充实就算是优秀的大学生了，这就是我的个人标准。

学习永远不迟，只要是对自己有利的，什么时候学习都不算晚，就是明天就要死了今天依然要学，学习是一种快乐的心理活动，最起码它调动了全身心的投入，全身的肌肉都在运动，促使全身的血液循环，对身体是非常有利的。要是学习是痛苦的我想学习的人就不会有今天这么多了(虽然今天也不算太多)。以后的生活是高科技越来越占主体地位，脑力劳动也越来越吃香，大家在体力劳动方面的运动相对而言会大量的减少，脑力劳动会越来越多，掌握一种恰当的方法也是很重要的。

《学习心理学》不仅提到学习还提到心理学，这是两方面的问题，每个方面都可以做为一个问题来研究，可要想研究得很深入很透彻那是相当不容易的，这是一个人一辈子的事业!

今天我认识到学习是一种动态的变化，自己每天也都在变化，关键是否是自己想要的。要不然即使得到了也没有什么用处。大学里想考这证也想考那证，到最后都没有用，都不是自己想要的，真的觉得是有点浪费，是的，我也知道人不可能得到的都是自己想要的，包括以后的工作，说不定以后要做的就是现在所偏偏不喜欢的呢?!这个问题不是简单的一两句话或者一两篇文章就能说得清楚的。总之，我觉得按自己的兴趣和性格来学习，来安排自己现在的生活，从小处做起就行了。至于以后的确切的路那只有等到以后再做了，现在想得再好也只是空中楼阁，唯一可做的就是现在的每一步，现在的每一步对自己的以后都很重要。

学习是一种循序渐进的过程，养成一个好的学习习惯尤其重要，尤其是我们当代的大学生!现在的学习习惯对以后的自己是有很大的影响的!相信今天的抉择是对的!

**教师心理学心得体会500字五**

听了杨老师的专题讲座，使我懂得心理健康教育要面向全体学生，培养学生良好的心理素质，促进学生身心全面和谐发展和素质全面提高的教学活动，现今社会不仅要求我们具有健康的身体，而且需要健康的心理状态和良好的社会适应能力。经过这次心理健康教育的学习,我的收获很大。不仅学习了许多专业的心理知识,以前很多的疑问都得到了解决,我真正认识到了心理健康的重要性。以下是我学习后的一些心得：

一、教师自己必须是心理健康的人

通过一线的教学经历，深深的体会到教师自身的心理健康直接影响到周边的人，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。

二、经常关注特殊学生的心理辅导

教师的天职就是教书育人，对待问题学生更应该尽心尽责，遇到问题学生怎么办呢?一定要充分利用班集体的作用，在宽松平等的班级氛围中，加强对学生心理的团体辅导，通过主题班会的形式，充分发挥班队活动课的集体心理辅导效应。针对特殊学生的特点，有侧重地选择团体辅导的主题。如自信心教育、青春期教育等。采用讲座法、认识法、操作法、表演法、角色扮演和行为训练等多种方法来激发学生积极参与的内在动机，并在活动中得到领悟。通过一系列的团体辅导活动，不仅让全体学生获得心理健康方面的有关知识，也拉近了同学间、师生间的距离，融洽了师生关系。

在考虑学生一般心理规律的同时，也要对暴露出来的个别学生的个别心理问题进行疏导帮助。在对学生的个别辅导中，我一方面通过心理辅导室兼职心理教师的个别咨询辅导，另一方面也进行了个别谈心与辅导。通过学校开通的心理咨询箱，打通教师和学生的心理通道，及时了解学生的真实思想，帮助学生解决心理困惑。

以上，是我的一家之言，收获是巨大的，体会可能肤浅，切记心理健康的前提是身体健康!重视我们自己的心理，正视我们自己的问题，看到自己的优势，找到自己的不足，这样才能更有效的帮助我们身边的人，希望我们都能保持开阔的心境，良好的心态!

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