# 班主任心理培训与管理范文

来源：网络 作者：醉人清风 更新时间：2024-08-23

*第一篇：班主任心理培训与管理范文健康心灵阳光教育--------------------------班主任心理健康培训与管理初探宁化二中班主任是班级的管理者、组织者，是整个学校教育计划的具体执行者。一个班级工作的好坏，班主任起关键作用。教...*

**第一篇：班主任心理培训与管理范文**

健康心灵

阳光教育

--------------------------班主任心理健康培训与管理初探

宁化二中

班主任是班级的管理者、组织者，是整个学校教育计划的具体执行者。一个班级工作的好坏，班主任起关键作用。教师的心理压力有来自角色社会期待方面，有来自教学、教育工作方面，有来自人际关系方面，也有来自家庭、社会方面……而与普通课任老师相比，班主任不仅要担负教学工作，还要承担育人管理工作。班主任的心理健康水平不高，轻则影响师生关系，重则伤害学生心灵。班主任是中学教师中心理健康问题最应受到关注的一个群体，工作上的压力时时威胁着他们心理健康，但是由于他们经常扮演学生的“心理咨询师”的角色，“能医不自医”，很多班主任并不会察觉自己出现心理障碍。因此，学校必须把提高班主任的心理健康水平放在重要位置，进行分析和研究，找出问题的症结和解决的方法。

一、实施班主任心理培训的必要性和重要性

1.教师心理健康现状不容乐观，师源性心理问题浮出水面

近年，对教师心理健康状况担忧的新闻报道、调查研究越来越多，灵魂的工程师能否培育祖国健康的未来已经成为社会讨论的热点。

造成班主任心理负担过重的原因，主要来自三个方面：

第一来自社会。社会飞速发展中的激烈竞争给教师带来的前所未有的压力。每个人都有追求幸福生活的愿望，而现实与理想之间常有很大的差距，因此教师总感到力不从心，有受挫感。教师的角色要求他们为人师表，在道德和社会层面趋于完美。特别是班主任，直接与社会、家长打交道，很多不应该由班主任承担的压力却集中到他们身上，使他们始终处于一种压抑的状态。长此以往，难免产生心理问题。

第二来自学校。学校教育教学的各方面工作都要通过班主任有效地去落实。学生的安全、养成性教育、学习成绩、家长的意见要求等等都需要班主任做大量耐心细致的工作。评职称、晋级、量化考核等教育教学发展的要求、终身学习的理念要求使班主任的工作量不断增加，有些时候他们感到不轻松。

第三来自于班主任自身。没有探索出班级管理科学有效的方法，时常被一些班级琐事困扰，面对压力，不能及时正确调整心态，有时就陷入不良情绪中，出现忧郁焦虑等心理问题。

2.班主任是学校心理健康教育有效渗透的关键环节

班主任与学生朝夕相处，最易了解和掌握学生心理活动，也是最有利于多途径开展心理健康教育，把学生培养成具有健全人格和良好心理品质的一代新人。提高班主任的心育意识和能力，有利于创设良好的班级心理环境，有利于营造良好的班集体氛围来潜移默化提高学生心理素质。

每学期初，通过班主任例会向各班发放学校心理咨询室的相关预约制度和表格，透过班主任的宣传，学生在对心理健康知识有所了解的情况下，遇到问题时会有意识考虑新途径——心理咨询。

班主任如能掌握基本的心理知识和技能，能够处理学生一般的心理问题，一方面能缓解学校心理专职教师配比不足的情况，另一方面能及时发现学生隐藏的问题，及时与学校的专职心理教师反馈。

班主任是一班之主，是上传下达的桥梁，是联络各学科教师的枢纽，是家校联系的纽带。学生的很多心理问题需要学校、家庭系统性配合。有了班主任的协助，心理专职教师的工作更有力度，必要时能及时与家长联系，寻求各课任老师的配合，使学生的心理问题得到更有效解决。

在学校心理健康教育的起步阶段，班主任作为与学生接触最为密切的师长、学校德育工作最直接的承担者,应当将心理健康教育引入班级管理,利用班主任工作优势，肩负起学生心理健康教育的责任，做好学生心理健康教育的导师。

我校是一所有一百多年历史的完全中学，青年教师占六成，学生在县城高中择优后被录取到我校，生源素质比较特殊，对班级管理带来极大的挑战，特别是高中部的教师，对待学生方面更 要注重办法，在班主任工作当中难免出现性情急躁，处理问题的方法比较单一，与学生关系比较紧张，如若得不到及时的疏导，极易引起心情压抑，从而引起心理疾病。而教师的心理状况，对学生的影响是不可忽视的。在教师的素质修养中，教师的心理素质占重要位置。一个理想、合格的教师，除具备良好的思想道德素质、业务素质、身体素质以外，还必须具有诸如热爱、合作、活泼、愉快、乐观、幽默等积极健康的心理品质。教师心理健康的状况，会直接影响学生的行为和身心成长。可以说，班主任既是导演,也是演员，教师的心理健康是学生心理健康的先决条件。

二、实施班主任心理培训的可行性

1.丰富学校教研组、德育处的班主任培训计划

每年，学校相关处室都会为班主任进行各类培训，以提高教师素质。在学校的教师培训计划中纳入心理培训不仅能丰富培训内容，还能提高校本培训的层次性。

2.结合学校特点，满足班主任成长的需要。

班主任工作是一项复杂的工作，通过班主任心理工作培训可以弥补年轻班主任经验不足，促进有经验的班主任进一步思考班主任工作问题。心理培训能够给予班主任理论和实践的指导，启发思路，使班主任工作更快上手，逐渐扎实。

3.以点带面，使心理健康教育的全员渗透逐步走向实际。

班主任是学校众多教师中的一部分，也是重要的一部分。从班主任入手，逐渐铺开，纵横发展。纵向，班主任以老带新，以老促新，互相帮助，共同成长。横向，班主任以点带面，影响课任老师，参与到心育工作中，既渗透了心理健康教育，又减轻了自己的工作负担。

三、班主任心理培训工作想路

以前说，要给学生一滴水，老师就要有一桶水，现在要给学生一滴水，教师要有自来水。那么今天，要想学生身心健康成长，老师们更要自我学习，自我成长。帕克〃帕尔默在《教学的勇气》中提到：“任何行业的成长都依赖于它的参与者分享经验和进行诚实的对话。”班主任心理工作培训正是为班主任的经验分享、诚实对话、心灵成长提供载体。

班主任心理培训工作思路。

班主任心理培训工作对象为每年担任班主任的教师以及希望获得成长的往届班主任、见习班主任。

内容包含两大块，一方面针对学生及班级管理，掌握教育心理学理论、青春期心理健康教育、各年龄段学生心理特点、心理健康辅导基本技能、家庭教育指导基础知识等。另一方面针对教师自我的心理内省和调适，涉及压力管理、生涯规划与心理调节技巧等方面。可通过专家系列讲座、研讨会、学习小组等形式集中学习，也可通过定期的教师心理测验了解教师的心理状况和改善情况；还可通过成立教师心理阅览室、教师心理团队训练等多种途径锻炼教师的心理素质。

班主任心理培训工作前期以班主任迫切需要的问题入手，通过问卷调查等方式收集问题，聘请相关专家进行讲座，校内专职心理教师也可承担相应培训，同时建立教师心理阅览室；中期班主任以年段为单位分成学习小组，通过讨论、团队训练等方式真诚对话，敞开心灵，交流经验；发展到相对成熟阶段可考虑编写教师心理培训校本教材，供更多教师阅读学习。

四、维护班主任心理健康的途径与方法

从班主任心理健康现状的分析来看，班主任的种种心理不适现状是内外因共同作用的结果。从内因讲，影响因素主要有班主任个人心理健康意识的强弱和心理健康知识的多少，思维方式的开放或封锁等；从外因讲，主要有中等学校管理体制科学与否、绩效评估合理与否、个人基本需求满足与否等因素。因此，维护学校班主任的心理健康，必须内外兼修、双管齐下：一方面，班主任要注重个人的心理卫生保健,加强自我心理调适，不断完善自身；另一方面，学校相关部门也要重视班主任心理健康问题，因势利导，努力改善外部环境。(一)加强自我心理调适，增强职业心理素质

1、班主任要注重学习心理学知识，注重个人心理卫生保健。班主任上岗前培训应该由心理专家进行专门培训；坚持系统性、实用性和科学性的原则编写指导性的学习手册，提高班主任的培训工作的有效性，提高班主任的心理学理论水平和心理保健意识，对班主任保持身心健康十分必 要。班主任通过培训、进修，学习到相关的情感、认知、意志、挫折等方面的心理学知识，才能了解自我个性、心理特点，掌握自我调控的手段和方法，形成良好的心理反应能力和适当的宣泄方式，才能在变化无常的各种环境下合理调节自己的心理状态，保持心理健康。

2、班主任要培养爱岗敬业精神，融洽人际关系。班主任是需要默默奉献的职业,要始终坚持爱业、敬业、精业、乐业。班主任只有充分认识到这一点，确保工作兴趣的稳定性和持久性,处理好与上级、同事、学生之间的关系,促进相互间的情感交流和理解信任，有利完善自身素质，加强理论修养，保持良好的心态，沉着应对错综复杂的学生工作。

3、班主任要更新思想理念，改进工作方法，增强自控能力。班主任的工作得不到普遍承认的重要原因之一就是因为其思想理念相对滞后，工作方法过于老套。要调适好这种失衡心态,最有效的途径之一就是以时俱进，勇于创新、勇于实践、勇于打破旧观念，从传统的工作模式中解放出来，不断创造出适应新世纪中学生发展的思想教育模式，提高抗干扰和自控能力，自觉有效地控制言行，预防心理疾病的发生。

(二)建立科学合理的评价机制，优化班主任的成才环境

1、优化班主任的各项管理机制，大胆创新。我国中等学校班主任工作是中国特色社会主义中等教育的重要特征之一。因而,要针对班主任工作的特殊性，健全优化各项机制：包括建立有别于其他普通教师的职称评审和效绩评估体系；激活用人机制，根据他们的工作实绩、综合素质和个人专长，通过正常的途径，切实做好换岗工作；适当改善经济待遇,提高生活质量，关心、满足他们的合理需要，消除后顾之忧。

2、明确班主任工作职责，重视业务培养。学生工作是繁杂而又琐碎的体系,具体涉及学校的教务科、团委、财务科、后勤科等部门，这些相关处室应该主动承担起本部门的事务，不能全部都压到班主任身上。因此，学校应明确班主任的岗位职责，制定科学合理的班主任工作条例，使班主任工作有章可循、有据可依。此外，中等学校应把使用和培养相结合，建立和完善班主任的培养制度，设立专项经费，花大力气培养辅导员，从知识结构、理论素养、心理素养上全方位提高班主任的工作水平，积极创造条件，组织班主任外出调研进修，争取科研项目，推动班主任进行思想教育的研究探索，增强他们的自信心，同时，中等学校要激活用人机制，优先提拔优秀班主任走上领导岗位，使班主任看到工作有出路，也只有出路解决好，才能从根本上稳定这支队伍，提高班主任的心理素质。优化班主任的成长和工作环境，为学校的稳定发展做贡献。

3、设立班主任心理健康的保障机构，维护其心理健康。当前，我国大部分中学都设立了针对中学生的心理咨询中心,很少有专门面向教师的心理协助机构。班主任是中学教师中心理健康问题最应受到关注的一个群体，工作上的压力威胁着他们心理健康，但是由于他们经常扮演学生的“心理咨询师”的角色，“能医不自医”，很多班主任并不会察觉自己出现心理障碍。因此，有心理专家呼吁,教育部门应该尽早设立专门的教师心理协助机构，心理专家为教师提供心理咨询或辅导。同时也要开展形式多样的心理健康知识的普及活动，提高教师尤其是班主任的心理素质。

五、通过培训使班主任心理健康达到以下目标。

第一，通过培训，使班主任以平衡的心态投入到工作中。

作为班主任首先愉快地接纳自己，包括自己的长处、短处。保持自已的心理健康，维护心理平衡。不把自己的缺点和短处看得太重。只有这样，才能集中精力投入到工作去。其次，努力加强自我休养，不断完善自我，把自己融入学生中，达到忘我的境界。无论什么时候，班主任都应心静如水，胸怀博大。这样，自然会胜不骄，败不馁，工作起来，精力充沛，信心十足

第二，通过培训，使班主任在工作中理智做事。

在班主任的工作中，有很多事情要做，学生的衣食住行，思想、学习等工作，千头万绪，各项活动紧锣密鼓，突发事件时有发生。作为班主任，必须保持冷静，不急不燥，更不能因为不顺心而迁怒学生。班主任，应该学会通过自我调节的方法，随时随地调整自己的心理状态，改善心理环境，保持相稳定的情绪，充分发挥自己的主观能动作用和自控潜能，用自己的全部力量把班主任的工作由沉重的负担转化为让人乐此不疲的肥田沃士。

第三，通过培训，使班主任在工作中自我调节。

1、减轻心理负担。在学校，班主任常常会面对比普通老师大得多的压力，比如各种学校竞赛，班级的纪律、卫生评比，学生成绩等等，面对各种压力，心中淤积的消极情绪会对身心造成极大的伤害，因此，采取合理宣泄、自我放松的方式将其释放出去，是一种自我保健和矫正的好办法。通过自我调节，如聊天、购物、看电影、聚会、外出旅游、体育锻炼、找人倾诉、自我宣泄、音乐调节、运动调节等方式，使自己的精神得到松弛，这样可以能获得较明显的效果。

2、遇事妥善处理。在班级工作中，出突发事件是难免的。遇事这样的情况，要有极强的自我控制力。做到不急不燥、不武断。要用一个班主任的理智和修养，压制心中的怒火，要避免冲突，首先要制止其行为，然后让学生的情绪的所缓和再进行处理。如果是突发的恶性事件，也是要用理智加机智妥善解决。千万不能大发雷霆。由于班主任的工作名目繁多，且竞争强烈。因此，班主任也是有情绪激动的时候，此时最好是去打打球，或者与学生做个游戏，就会显得理智多了。在班级也会遇上一些高兴的事，比如：班级受到表彰，学生在竞赛中获奖，班主任可以借此良机调动和激发学生的积极性，但要注意分寸，切不可喜过了头。告诉学生，成绩只是代表过去，绝不能永远守住不放，否则就一事无成的。

3、建立良好的人际关系。在工作中与同事、学生、领导友好交往，建立和保持一种和谐的人际关系，保持心情舒畅，养成积极乐观的性格，促进工作效率不断提高；在生活中与家人互敬互爱，营建幸福和谐的家庭氛围。美满的家庭、幸福的婚姻，能促进教师健康人格的形成与发展，在遇到困难时家人给予真诚地鼓励和帮助，能够极大缓减教师的心理压力。当教师在工作中遇到难题时，要主动与其他教师进行沟通与讨论，寻求解决问题的有效途径；当教师在生活中遭遇不幸时，要及时与亲近和信任的朋友或亲人倾诉衷肠，减轻心理压力，以免产生身心失控的现象。

第四，通过培训，使班主任在工作中提高自身素质。

班主任作为一个班级的领导者、组织者。必须经常进行自我反省，博古通今，多读书，多看报，准确地把握自己的心理状态，及时调整并保持良好的、积极向上的心态。养成终身学习的习惯，不断更新教育观念，不断接受继续教育，完善知识结构，了解最新信息动态，才能走在学生前面，才能为现代的学生“传道、授业、解惑”，才能寻求新的发展，才能真正拥有心理上的安全感。

第五，通过培训，使班主任以更务实的人生进行职业生涯规划。

教师进行职业生涯规划，使教师对自己的现在和未来有明晰的定位，不仅可以维护教师的心理健康，同时也可以促进教师自我潜能的实现。目前，影响教师心理健康的是两种极端目标的设定：一种是没有目标，教师对教育事业失去了热情，对工作疲于应付，处于职业倦怠的心理状态；另一种是目标过高，造成很大的工作压力，同时为了追求目标经常与同事或者领导产生矛盾，在沉重的工作负荷和紧张的人际关系下，处于焦虑状态。在这两种情形下，职业生涯规划对缓解其心理问题尤为有效。因为职业生涯规划不仅能够使教师从心理上正确认识自己，对自己的能力水平、性格特点进行恰当、客观的评价，积极认同和接纳自己的教师身份；同时也可以通过帮助教师制订切合实际的职业目标和理想，及时调整实现目标的途径和策略，减少教师对自身未来发展的迷茫，避免职业倦怠的发生。因此，指导教师进行职业生涯规划，不仅可以避免其在工作中自责、自卑，真正做到自量、自尊和自立，而且可以更好地挖掘教师自身的潜能，促进教师自我价值的实现。班主任教师在这方面更应该重视，不能因为繁忙的班级工作而缺失对自己的规划。

《美国行为科学》杂志(American Behavioral Scientist)2024年发表的一项针对60个业务团队的研究发现，拥有活跃氛围并相互鼓舞的业务团队，利润和客户满意率都更高。密歇根大学(University of Michigan)2024年的一项研究说，感觉愉悦或满意的人，比情绪消极的人思路更加开阔，更有创造性，所能接受的行动选项也更多。2024年《心理学公报》(Psychological Bulletin)发表的一项调查研究也显示，人越快乐，在工作中出现失误的机会就越少，老板给予的评价也越积极。

总之，作为学校，班主任是学校德育工作的骨干力量，让他们拥有一个阳光的心理，阳光的心态，让他们快乐的工作、生活，必然会对教育工作注入无限的活力，产生的教育效果将不可估量。

**第二篇：班主任心理培训学习心得**

济宁市学校心理咨询教师培训

学习

心

得

邢 电 岩 2024-4-17

为期五天的金乡学习结束了，首先是非常感谢学校领导给予我这次难得的学习机会，应该说，对于学校每次给予我的学习机会，我都是带着一种感激而又略带负担的一种心情去学习的，感激之情不言而喻，而所谓的负担就是考虑着如何把每次学习的经验有效的去指导我今后的工作，并见成效。这次培训是面向济宁市中小学教师就心理咨询方面进行的培训，通过这次培训学习，我深刻体会到，要做好学生工作，仅仅依靠满腔的工作热情是不够的，还需要讲究学生工作的艺术，原先的的对于所提出的讲究工作的艺术，仅仅是感性的认识，确切的说仅仅只是一种认识而已，而现在，通过这次学习，我深刻体会到这种管理的艺术可以具体附载到研究学生心理、生理特点上。较上次济宁培训，在这次学习中，我感受的最大区别是，这次培训我有了自己的教学经历，专家老师提到的案例感到非常的熟悉，近，因此，我的学习兴趣是很高的，感受也是很深刻的，具体为：

一、不要过多的、过早的给孩子贴标签。

某个同学“上课不注意听讲、作业不认真、差生……”家长、老师往往就给孩子贴上某种印象标签，学生长期就认同了，达不到转化教育学生的目的，相反的，我们应该是去赞赏他，激励他，正面引导，塑造孩子的积极观念，消除消极观念，在孩子来说形成一种心理暗示。不能恶语批评嘲笑孩子。孩子是夸大的，表扬大的。对于问题学生，要引导他们去发现自己的优点、长处。

二、老师、家长要学会倾听，处理学生问题不能简单粗暴。

1、全神贯注地听；

2、不仅用耳听，也要用心听；

3、要有所分析的去听。

教育孩子要善于等待，多让学生反思自己的行为，百千次的呵斥责骂，不如一丝的情感触动。

三、“早恋”问题

这个问题，一直都是教育工作者所关注的问题，专家指出，就这个问题，对初中生、高中生的教育方式是有所不同的。对于初中生的教育，还是不要过早的介入“早恋”的概念，可以说不要交往过密。这里的交往包括同性及异性之间的交往。一般采用疏导、淡化，冷处理的方法：出现苗头后，在教育过程中，除了道理说服外，可引导他们去找对方的缺点，这一点也往往是最奏效的。与家长交流此问题要讲究方式方法，否则一旦出现问题，责任就会全推给你。且大部分家长在得知孩子有这方面的倾向后，往往不注重教育的方式方法，不懂得语言的迂回，而是直接质问孩子，所以说，作为老师不能捕风捉影，没有足够的证据不要和家长去说，否则，将会人为地与学生之间制造鸿沟，这样的的话，孩子对老师的反感是加倍的，另外，不要在班会上说这个问题，要私下交流。

四、网瘾

家长要控制孩子看电视，上网时间，要让孩子不玩、少玩电脑，首先家长不能玩，至少不应该让孩子看见，这让我想到我班李明聪，一个迷恋于网络的孩子，正是得益于他有一位“以身示范”的爸爸（迷恋于网络游戏）。

要更好的做好育人工作，一方面要求我们能及时发现学生中存在的问题，并及时有效地进行处理；另一方面对我们更高的要求是及早发现苗头，预防问题的出现。这就需要我们深入的研究了解这些孩子的生理、心理特点，以便对症下药。专家就此对我们支招: 如何辨别正常心理与异常心理？ 普通方法

（一）现在与过去精神状态比；

（二）本人与他人比；(三)是否符合当地的风俗习惯；

(四)是否符合客观现实；(五)是否有不可理喻的行为；(六)他的精神活动是否协调统一。专业识别方法：

(一)主观世界与客观世界统一性的原则

作了以下阐释：

处理学生问题不能偏听（幻听、幻嗅、幻视）

学生提出“换位”要具体了解原因，不能偏听。联系到我工作中类似的“kd换位事件”，作了反思。

(二)心理活动（认知、情感、意志、品质）内在统一性的原则。

(三)人格相对稳定性原则

“核心家庭”培养孩子（即爸妈亲自培养），家长是孩子的第一任老师，也是终生老师，家庭教育是重要的教育资源。教育孩子要学着理解父母，要有方法，用具体的事例去感化孩子。为期五天的培训，几位专家老师的精彩报告，在传授我们做好工作的真经的同时，透漏着对于我们教师自己的人性化的关怀，要关注自己，关注自己的家庭。老师要学会生活，学会料理自己。爱情、婚姻和家庭方面：

如何经营婚姻，教育孩子（具体到对孩子的一言一行）

家庭中婚姻是双方共同经营的（双方都要下厨房，都要有油烟味）家庭幸福（夫妻关系，亲子关系）

孩子有好的表现是否就要奖赏（偶尔奖赏，让优秀变成习惯）尊重孩子的性别（男孩要当男孩养，女孩要当女孩养）

婆媳关系（学会“演戏”，女士更重感情，一旦没有感情，就特别没感情）

“育儿秘诀”——每天熄灯后做心理暗示 入幼儿园——“渐进法”，从亲和力方面入手。教育孩子——在吃饭时讲别人孩子的故事。亲人无理可讲，只有情。

最后，济宁医学院杨秀英主任给我们老师提出了几点忠告：

1、一定要把自己定好位，自己就是老师，不是家长。譬如有的家长说，把学生交给您，打也行，骂也行，作为老师，千万不能这样认为，千万不能越权，避免给自己带来麻烦。

2、善于发现孩子的闪光点，多表扬、鼓励，少批评。

3、教育方式上要注意，不要在其他人面前批评孩子，给家长说话要注意，要婉转，要有自我保护的意识，不要人为地与学生制造鸿沟。

4、教育要用语言，不要用肢体语言，更不能暴力及暴力语言（讽刺、挖苦），对异性学生不要用肢体语言，孩子们都很敏感。

5、要一视同仁，不要偏心，自找麻烦。

6、不要把不良情绪带到课堂上去，要学会恰当的发泄。

7、注意老师的仪表，为人师表。

8、注重学生中榜样的作用，他们的感染力、影响力超过我们。

9、从应试教育逐渐转化为素质教育。

“给我机会，给您惊喜”——在上次学习归来我也是以这句话做结的，绝不是简单的翻版，而是精彩的延续，前一段工作已经证明，我是带着这份心情去学习的，现在，我也是带着这份决心与信心又回到我工作的岗位上的，相信精彩在继续……。

**第三篇：班主任心理辅导培训总结**

班主任心理辅导培训总结

桠溪中心小学刘兰娟

通过这次学习，作为一名班主任，我深深感到做学生心理工作的重要性，不能把学生的任何问题都定位在表面处理上，而且应该透过现象看学生行为的心理因素，从根本上指导学生心理健康地发展。

在这里，我谈一下自己这次学习的感受和想法。

感受之一：这次培训帮助我认识了小学心理健康教育的重要。真正的心育确实是进行德育、智育等教育的基础，而心理健康教师只有通过自己的努力、发挥自己的作用，赢得学生、家长、学校的认同，才能更好的发挥中学心理健康教育的作用。

感受之二：这次培训帮助我重新认识了学生、认识了自己、认识了教育。可以说每一位教师都是爱学生的，正是有了这份爱，我们才对学生付出了很多，可结果却是我们常常感慨：学生怎么会是这样？真是一代不如一代了。而我现在真正体味到：没有教不会的学生，只有不会教的老师这一句话的内在含义，那就是我们没有真正了解学生、没有把握学生的心理需要，我们的爱再多却都偏离了我们的预期，简言之我们的爱不是学生所需要的，那结果就可想而知了，这样怎能谈到教育的效果？也正因为如此，教师也无法体味到自己工作的乐趣，沉重的负担压得教师没有也不可能体味到应属于自己的快乐，这也许就是不懂心理教育、不会运用心理教育的必然结果吧！让我们每个人都学会去观察学生、去了解学生、去把握学生的心理需求，再循序渐进、因材施教，这也许才是教育的真谛！

感受之三： 每一名教师都应该成为一名合格的心理健康教师。作为一名正规师范院校的毕业生，每一个人都接触、学习过心理学，但一走上工作岗位之后却没有感到心理学的用途，因此早已将它抛之脑后了，虽然有时也会装模作样的应用一两个心理学的术语，那也不过是装装自己的门面罢了。可以说那是真的不懂心理学，更没有想到如何正确在教育教学上运用心理学的知识，所以在工作上产生了许多的困惑。正是这次学习它帮我才开始认识到心理学的重要，更帮我认识到心理健康的重要。原来我们在不经意之中虽运用着心理学，我们的困惑也正是源于不了解学生、不了解心理学啊！只有每一名教师都成为合格的心理健康教师，我们才会更了解自己、更了解学生，从而更好的做好教育工作。

感受之四：通过培训我学到了更多的进行心理健康教育的方法。以往，自己将心理健康课看的过于神秘，原因就在于没有真正的懂得小学心理健康教育的实质，而忽视了学生的心理感受和心理需求，通过培训我明白了小学心理健康教育的实质，那就是：源于学生，服务学生；引导学生，把握人生！

感受之五：这次培训帮助我明白了学无止境的道理，人非生而知之者，不学习，不及时充电，不及时改变自己的知识结构，我们就将被时代所淘汰。

有太多的感受，溢于言表；有太多的工作，等着我们去做。作为班主任，我们始终应该把心理和德育工作放在首位，以其来促进智育的发展，使得学校能培养出健康的学生。

**第四篇：群体心理与管理**

演讲稿 工作总结 调研报告 讲话稿 事迹材料 心得体会 策划方案

群体心理与管理

第五章

群体心理与管理

AAA

一、单项选择题

1．处理冲突的行为意向有竞争、协作、回避、迁就和（a）。

A．折衷

B.认知

C.相容

D.协调

2.群体(a)是指群体活动的动向及其对个体行为的推动力量.A.动力

B.阻力

C.合力

D.活力

3.冲突并非全是坏事,有（d)的冲突,也有建设性的冲突.A.激化性

B.相容性

C.对抗性

D.破坏性

4.行为意向是指介于一个人的(b)、情感和外显行为之间做出采取某种特定行为的倾向.A.协调

B.认知

C.相容

D.交流

5.在处理冲突时，自我肯定并且合作的行为意向是指（b）。

A．竞争

B.协作

C.回避

D.迁就

6.在处理冲突时,合作性与自我肯定性均处于中等程度的行为意向是指(d).A.竞争

B.协作

C.回避

D.折衷

7.规范,是指群体成员共同接受、共同遵守、约定成俗的行为（b）。

A.标准

B.准则

C.习惯

D.道德

8.冲突就是两种目标的互不(c)和互相排斥激化的表现.精心收集

精心编辑

精致阅读

如需请下载！

演讲稿 工作总结 调研报告 讲话稿 事迹材料 心得体会 策划方案

A.联系

B.交流

C.相容

D.协调

9.凝聚力是群体使其成员在群体内积极活动并拒绝离开群体的（c)力.A.协作

B.竞争

C.吸引

D.破坏

10.在组织内部可能发生的群体冲突有三种:职工、权力、大小都相同的群体之间的冲突；权力、地位不同的群体之间的冲突；（a）。

A.附属群体对抗大群体的冲突

B.个人与群体之间的冲突..C.管理者与被管理者之间的冲突

D.个人与个人的冲突

11.在处理冲突时,自我否定并且不合作的行为意向是（c).A.竞争

B.协作

C.回避

D.迁就

12.在处理冲突时,自我肯定,但不合作的行为意向是（a).A.竞争

B.协作

C.回避

D.迁就

13.确定处理冲突的行为意向的维度有:其一是（c)程度;其二是肯定程度.A.认知

B.相容

C.合作

D.协调

14.凡是双方目标一致,只是手段不同所产生的冲突,大都属于（a)冲突.A.建设性

B.对抗性

C.激化性

D.破坏性

BBB

二、多项选择题

1．影响从众行为的群体因素有（ABCDE）。

A．群体的性质

B.群体的成员

C.群体的气氛

D.群体的凝聚力

E.群体的一致性

精心收集

精心编辑

精致阅读

如需请下载！

演讲稿 工作总结 调研报告 讲话稿 事迹材料 心得体会 策划方案

2.美国管理心理学家莱维特发现,当一个群体开会讨论出现不同意见分歧时,会经历(ABCD).A.合理辩论阶段

B.劝解说服阶段

C.攻击阶段

D.心理上的隔离阶段

E.和好阶段

3.“群体规范”的类型有(ABCD).A.正式规范

B.非正式规范

C.社会认可的规范

nD.反社会规范

E.道德规范

4.在阿希的实验之后,一些心理学家进一步分析产生顺从现象的原因.他们询问被试者产生错误的反应,归纳出的类型有(ABC).A.出于知觉的歪曲

B.出于判断的歪曲

C.出于行为的歪曲

D.出于听觉的歪曲

E.出于幻觉的歪曲

5.当个体对群体压力不予接受时叫做不从众,可分为（ABC)情况.A.反从众

B.独立

C.集体主义自决

D.抵制

E.对抗

6.企业内部的冲突,从性质上可分为(CE).A.调解性冲突

B.妥协性冲突

C.建设性冲突

D.破坏性冲突

E.对抗性冲突

7.建设性冲突在发展过程中的特点有（ABDE).A.双方对实现共同的目标都十分关心

B.彼此乐意了解对方的观点、意见。

C．双方对赢得自己观点的胜利都十分关心

D.大家以争论问题为中心

E.互相交换情况不断增加

精心收集

精心编辑

精致阅读

如需请下载！

演讲稿 工作总结 调研报告 讲话稿 事迹材料 心得体会 策划方案

8.冲突源概括为（BCD).A.素质

B.沟通

C.结构

D.个人因素

E.反馈

9.(ABCDE)等都可以是群体的规范.A.法律

B.纪律

C.道德标准

D.风俗

E.习惯

10.冲突的过程划分为(ABCDE)阶段.A.潜在的对立或不一致

B.认知和个性化

C.行为意向

D.行为

E.结果

11.对抗性冲突的特点是（ABCE).A.双方对赢得自己观点的胜利都十分关心

B.不愿听取对方的观点、意见。

C．由问题的争论，转为人身攻击。

D．双方对实现共同的目标都十分关心

E．互相交换情况不断减少，以致完全停止

12．从众行为的管理对策是（ABCD）。

A．要充分利用从众行为的积极作用

B．要警惕和防止从众心理、从众行为的消极作用

C．领导者要防止在“表面一致”的情况下，匆忙地作出决策

D．重视并善于倾听不同的及反面的意见

E．由问题的争论，转为不发表意见

13．美国管理心理学家莱维特发现，当一个群体开会讨论有关问题

精心收集

精心编辑

精致阅读

如需请下载！

演讲稿 工作总结 调研报告 讲话稿 事迹材料 心得体会 策划方案

而出现不同意见分歧时，会经历（ABCD）过程。

A．合理辩论阶段

B.劝解说服阶段

C.攻击阶段

D.心理上的隔离阶段

E.激烈争论阶段

14.顺从行为有其表面和内心两个方面,这内外两方面的反应,并不都是协调一致的.它包括(ABCD).A.心服口服

B.口服心不服

C.心服口不服

D.口心都不服

E.内心接纳

15.群体规范的形成,一部分是群体本身由于特殊需要而正式规定的,另一部分来源于(ABC)等心理的一致性.A.模仿

B.暗示

C.顺从

D.隐含

E.引导

CCC[参考答案]

一、单项选择题

1．A

2.A

3.D

4.B

5.B

6.D

7.B

8.C

9.C

10.A

11.C

12.A

13.C

14.A

二、多项选择题

1．ABCDE

2.ABCD

3.ABCD

4.ABC

5.ABC

6.CE

7.ABDE

8.BCD

9.ABCDE

10.ABCDE

精心收集

精心编辑

精致阅读

如需请下载！

演讲稿 工作总结 调研报告 讲话稿 事迹材料 心得体会 策划方案

11.ABCE

12.ABCD

13.ABCD

14.ABCD

精心收集

精心编辑

精致阅读 如需请下载！15.ABC

**第五篇：班主任与学生心理素质教育**

班主任与学生心理素质教育

我国自１９９４年颁布《中国教育改革和发展纲要》以来，全国都在全面实施素质教育，作为学生素质重要组成部分的心理素质越来越引起人们的重视。当今的中学生由于各方面的原因都或多或少的存在着心理方面的问题，加强中学生的心理素质教育已成为人们的共识。只有在不断学习研究的同时，通过各种形式、采取多种方法才能更好地对学生进行心理素质教育。

当今的农村中学对学生的心理素质教育更有待于进一步加强，在这项工作中，班主任老师起着至关重要的作用，因为就目前来看，农村中学中受过心理辅导专业训练的老师奇缺，基本上没有这方面的人才，而且中学方方面面的教育工作都要通过班级这个最基层的单位去落实，而班主任是这个单位的领导者、组织者与管理者，说到底班主任工作是塑造学生灵魂的工作，为此班主任老师是对学生进行心理素质教育的主要力量。既然如此，班主任老师应如何做好这方面的工作呢？现结合自己几年来的班级工作实际粗浅的谈一谈自己的看法和做法。

第一，班主任老师必须努力提高自身的关于学生心理素质教育的理论水平。

班主任老师虽然大多是大学毕业，在校时学过心理学，教育学等方面的知识，但对心理素质教育特别是心理健康教育却知之不多，所以，为胜任班级管理工作，必须加强这方面的学习与研究，努力掌握更多的知识，明确心理素质教育的意义，目标及措施等，提高自身的理论水平，以便针对学生的不同阶段、不同学生的特点展开工作。为实施心理素质教育奠定理论基础。

第二，班主任老师努力提高自己的心理素质水平。班主任要培养学生良好的心理素质，自己首先必须是一个具有较高心理素质的人（或者说应是一个具有良好心理品质的人），否则，又怎能谈到教育别人？班主任作为一种积极的、重要的教育因素，它可以直接影响学生心理素质的形成。著名教育家苏霍姆林斯基曾说过：“我们工作的对象是正在形成中的个性的最细腻的精神生活领域，即智慧、意志、感情、信念自我意识。这些领域也只能用同样的东西去施加影响。”班主任老师与学生接触最多，影响也最大，他的一言一行，一举一动都有可能给学生的心灵留下深深地烙印，或是创伤，或是产生巨大的力量。（班主任

www.feisuxs）基于此，班主任老师如果不具备良好的心理品质或心理健康水平不高，就不可能给学生创设一个良好的成长环境，他的教育也是苍白无力的甚至是适得其反的。在实际工作中，有些班主任由于自身心理存在着问题，在处理班级中的某些问题时采取简单、粗暴的方式，结果不但没教育好学生，反而造成了学生的逆反心理，抵触情绪，学生良好的心理素质是不可能形成的。

那么，作为班主任老师应当具备哪些基本心理品质呢？具体说有以下几个方面：

１、要具有爱心，热爱教育事业，爱护每一个学生班主任不能凭自己的好恶来对待学生，而应一视同仁，不偏袒优秀生，更不能歧视后进生。班主任的爱是关系到心理素质教育成败的重要因素，只有爱才能使学生“亲其师，信其道”。

２、增强心理承受力及自我调节能力，学会消除精神压力。中学阶段，既是学生个体发育过程中充满生机的阶段也是最容易产生心理冲突和行为过激的危险年龄阶段，他们行为往往缺乏自制，有时会对老师不满甚至对抗，此时班主任老师只有克制自己、宽以待人，才不至于对学生产生不良影响。

３、要具有坚强的意志，即自尊、自信、坚毅、刚强、不畏艰难、不怕挫折。对学生的教育是一项长期而又艰巨的工程，其中的挫折是不可避免的，要持之以恒，知难而进。

４、善于理解别人，乐于与人交往，建立相互理解，信任、关心的人际关系。班主任应既能“自我接纳”，又要接纳每一个学生理解每一个学生。

５、具备积极的稳定的情绪。积极的稳定的情绪是工作有序进行的保证。当心境不好时，要注意控制和调节自己的心态，不可借题发挥，把学生当成发泄的对象；当心情好时，也不可过分激动，做到喜怒不形于色，既充满激情，又富有理智。

６、培养良好的性格。开朗、乐观而又稳重是班主任老师的特殊性格要求。

第三，班主任老师除具备较高的心理素质教育理论水平和良好的心理素质外，还应采取行之有效的措施，把学生的心理素质教育工作落到实处，切实提高他们的心理素质水平。

中学时代是人的良好心理素质发展的关键时期，青少年学生处于心理产生急剧变化的时期，再加上社会生活的影响，使他们的心理面临许多困惑、焦虑和压力，班主任不但要及时发现学生中存在的心理问题，更要在班级工作中予以及时教育，并与其它各项工作相互渗透。班主任可以采取召开主题班会、举办讲座、进行心理辅导、个别心理教育等方式对学生进行直接的、专项的教育，同时还应注重对学生潜在的心理素质教育。

1.发展健康向上的班级文化。将班级文化建设作为班级管理的一项重要工作来抓，充分利用黑板报、壁报等营造健康向上的文化氛围，注重培养和训练学生文明、互助、竞争良好的行为习惯，形成和谐、融洽、友好、合作的人际环境；注意教室的环境卫生，保证教室干净整洁，创造良好的生活学习环境。

2.创造良好的班级气氛。班主任的一些传统做法，如低估学生自主、自治、自理能力，事无巨细，包办代替，凭个人意志制定班级措施，以命令、训话、指示等方式布置工作，忽视学生个性差异。偏爱优生、歧视差生等直接影响良好班级气氛的形成。班主任应改变这种做法，创造良好的班级气氛。

①以“爱护”治班。即象对待自己的孩子一样关照学生，做学生的“忘年交”，真诚交往。

②以“民主”治班，师生平等交往，组织学生参与班级管理，尊重学生的兴趣爱好，创造宽松的班级氛围。我现担任初一班主任，学生虽小但我并未轻视他们，而是虚心向他们征求班级管理的好方法、好建议，并予以采纳，对学生提出的意见都能虚心接受，一年来的实践证明：以“民主”治班，为学生的健康成长创造了条件。

③以“舆论”治班。利用晨会（夕会）、班会上课等机会引导集体舆论向正确方向发展，通过周队活动、墙报、黑板报、专题讨论、主题班会等途径来维护、促进健康舆论的发展。有一个阶段我发现我班学生在劳动时有偷懒，相互等靠等不良现象，我并未直接批评哪一个学生，讲应该如何，而是在班内展开“如何对待劳动“大讨论”最终达成共识，不良现象已不复存在。针对成绩不好同学有气馁、动摇情绪，我及时组织召开了“我们都是好学生”主题班会，让同学们相互找优点，使他们树立信心，迎头赶上。

④以“活动”治班，在活动中陶冶学生情操，沟通师生心灵，在轻松的气氛中拉近师生心理距离。如可在适当时候组织学生野游、野炊、登山、观海等有意义的活动，这对学生的健康成长是十分必要的。

３、形成合理的竞争意识。竞争意识是指对外界活动作出的一切积极、奋发、不甘落后的心理反应，针对学生在竞争中取胜的动机过强或过弱等总是进行宣传、分析优胜劣汰的必然规律，激发竞争意识和拼搏向上精神；组织书法绘画比赛、朗诵比赛、辩论会、英语竞赛等多种竞赛，积极参加学校举办的各种竞赛活动，为每个学生创造成功的机会，增强参与竞争的兴趣与信心。这些活动激发了学生的上进心，并能正确对待成功与失败。

总之，学生良好心理素质不是一朝一夕就能形成的班主任老师只要具备良好的心理素质、较高的理论水平，采用好的教育方法，并将这项工作常抓不懈，相信一定会造就出具有良好心理素质的学生。

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