

2023年警察心理培训课心得体会(精选5篇)

心得体会是我们在生活中不断成长和进步的过程中所获得的宝贵财富。那么你知道心得体会如何写吗？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得体会范文，我们一起来了解一下吧。

警察心理培训课心得体会篇一

通过这学期的心理学学习让我明白了，心理学是一门涵盖多种专业领域的科学，但就其根本而言，心理学是一种研究人类行为和心理过程的科学。既是一门理论学科，也是应用学科。像是这些以前我都是不知道的。

从小学到初中再到高中再后来的大学，心理健康课就一直都没有离开过我们的课堂，可见心理学对孩子的成长的重要性，大学以前的心理课都是很肤浅的教我们怎么做人怎么与人相处，自从大学上了心理学这门课后，方才知心理学简直就是一门伟大的学科，可以针对各个行业和人群，心理学首先服务的是自己，只有自己更好的了解自己，处理好了自己与社会的关系，才能更好的服务别人。

其实心理学也可以说是现代数字化教育的根本课程，现在国人基本数字还是偏低，就是接受了高等教育的人也或多或少的心理会有障碍，现在中国心理学这个行业还是新兴行业，还是初级阶段，而中国人口众多，而且中国一般的人明知道自己需要心理医生进行疏导，为了自己的面子什么的，一般都不会找心理医生进行疏导，而自己又不能自我疏导，到了最后就就会做出对社会，对国家，对社会，对家庭，对个人的过激的事情出来。

心理学的发展跟设计一样，跟社会的进步是密不可分的，越

发达的国家或地区心理学这个行业也随之发达，人们对心理学这个行业的认知度也随之提高，国家也对心理学这个行业也更加的重视，像是中国以前的七八十年代心理学这门课程都不曾听说过，后来随着中国的改革开放，国家进入了快速发展阶段，人们在享受着改革开放的胜利果实的同时，人们也明白心理健康的重要性，至此，心理学这门学科即随着国家的发展进步而不断的进步，尤其是现在国家对心理健康的重视。更加的奠定了心理学这个行业的发展的基础。

虽然说心理学这门课程对我们各个行业都是有很大作用的，但由于中国的应试教育的影响，人们在学习这门课程的时候，大多都不会明白书中的真意，不能够与实际情况结合起来，考试起来，就死死的把重点背下来，考试完了，就什么都抛到后脑勺去了，所以我们在学这门课的时候让书‘活’。所谓书活就是要与自己的实际情况出发，要‘我’读书，不要‘书’读‘我’，书是为我们人类服务的。

其实我们每个人在心理上都会或多或少的存在一些问题，比如说：我们在社会中与人交往都会或多或少的与人发生过矛盾，那我们怎么样才能避免这些矛盾和解决这些矛盾呢？这就用到我们的心理学了。学了心理学我们可以避免与人的不必要的争执，可以避免矛盾的升级。这就是前文所说心理学是门伟大的学科的伟大之所在。

总而言之，心理学这门课程可以提高自我，可以帮助我更好的融入社会，与人交际，工作中可以让我更能明白客户真正喜欢和需求的，唉！用一句俗话说：那就是：察言观色吧！

警察心理培训课心得体会篇二

古人云：“开卷有益”。再读《教育心理学》这本书，让我对这句话有了深刻的理解。品读完《教育心理学》，回顾我们的教学实践，很多教学现象与书本中的理论竟然不谋而合，书中的内容对于现在的我们而言已经不再是枯燥的定义、概

念和原则，是对我们教育教学具有指导意义的经验。《教育心理学》这本书，拓展了我的知识面打开了我认识教育及心理的思维，获得了很多以前不知道的知识，让我受益匪浅。通过阅读这本书，我有如下心得体会。

心理教育是培养受教育者良好心理素质的教育，是提高受教育者心理机能，充分发挥其心理潜能，促进个性发展的教育，是教育者和受教育者心理的自主构建相互作用的社会活动过程。

心理教育内容包括发展学生的认识能力（观察力、记忆力、思维能力、想象力、注意力），培养健康的情绪、高尚的情感、坚强的意志、良好的个性（个性倾向性和个性心理特征）。协同教学实验提出的六个“学会”，即学会生活、学会学习、学会思考、学会创造、学会关心、学会自我教育，既是心理教育的目标，又是心理教育的基本内容。

首先通过学习教育心理学，我知道了教育心理学的基本结构框架、学习性质、学习流派及主要争论的问题；通过学习，自己对教育心理学的知识体系有了比较清楚地认识，对一些基本概念有所了解，特别是对学习动机、学习策略、问题解决、心理健康教育、学生心理差异等内容有进一步的深入了解。这些有利于自己在教学中根据不同情况，因地制宜，做好教学工作；有利于自己用科学方法指导工作，减少盲目性，提高教育教学效果。

通过学习，我也更加明白教师和学生心理健康的重要性；教师这个职业有其工作独特性。作为一个教师要有一个健康的心理，稳定的心理素质，坚定的意志品质，不断地努力学习和提高。而作为一名学生忙学习态度和品德也是非常值得重视的，需要不断的提高自己，掌握不同的学习技巧和学习方法，提高解决问题的能力 and 创新能力。

要善于了解学生，知道学生存在个体差异，知道他们存在不

同的心理差异；会辩证地看待问题，面对学生的差异，采取不同教学方法和手段，引导学生自主学习、进行分层教学，进行个别化教学、适应性教学；及时了解学生，不断消除学生的心理困惑，培养学生学习的自觉性、主动性、坚持性、独立性和责任感。

另外意识到师生交往和课堂互动的必要性师生交往是非常重要的关系，作为教师要能够和自然地与每个学生交流、谈心，做他们的知心人，相互信任、彼此愿意接近。要能够利用各种方法和手段，建立一个良好的班集体，形成良好的班风学风，有统一的奋斗目标，师生关系融洽，互相爱护、关心和帮助。教师要真正了解和理解学生，不要有认识上的偏差。给学生适当的期望值得，促进学生全面成长。要在平时的工作中积累经验，不断探索学生心理发展规律的方法，形成科学的对待学生的态度。

我认为，教师是学校心理健康教育的推行者，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。教师的衣着举止，言谈风度等，都会使学生受到深刻的影响。人格健全的教师，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，而人格不健全的教师，只能在课堂上造成一种紧张或恐怖的气氛。通过学习，我也知道了教师要善于做好自身的心理调节及保健工作，了解自我，看待自己的优缺点；学习掌握心理调节的方法，学会缓解心理压力；调整情绪，保持心理的平衡；善于选择自己心情愉快的角度去思考问题、处理问题，建立起良好的人际关系；培养多种兴趣与爱好，陶冶情操，只有这样，才能以积极健康地工作热情投入到教学活动中去。

因为首先，教师是文化的传递者。“师者，所以传道、授业、解惑也”，这是从知识传递的角度来反映教师的重要性。其次，教师是榜样。“学高为师，身正为范”，学生受教育的过

程是人格完善的过程，教师的人格力量是无形的、不可估量的，教师要真正成为学生的引路人。第三，教师是管理者。教师要有较强的组织领导、管理协调能力，才能使教学更有效率，更能促进学生的发展。第四，教师要富有“爱心”，作为一名教师，对学生的爱应是无私的、平等的，就像父母对待孩子。教师还要善于发现每一个学生的闪光点和发展需要。最后，教师是学生的心理辅导者。因此，教师必须要懂教育学、心理学，应了解不同学生的学习心理特点，选择科学合理的、适合本班学生的学习策略，并在上课过程中多加思考，适时改进教学方法和策略，以艺术的眼光去对待教学，争取精益求精。在新课程改革的背景下，一定要认真地贯穿新的教学理念，以学生发展为本，以新的教学姿态迎接新的挑战，使学生的身心都能得到健康的发展。教学的目的就是教书育人。人格的培养对学生来说是最重要的。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。我想这都是将成为我更加努力的动力，我会把学习中得到的体会实践于我的教学工作中。

“习得无助”是我从这本书中读到的“新”名词，我常常埋怨现在的孩子上课不认真，学习成绩不理想，原来现在很多孩子出现厌学心理，害怕去学校，害怕见老师，了解了这些心理学理论，对我的教育教学有很大的帮助，使我不再“盲目操作”，可以依“理”办事，有章可循。用爱，用情，用心，做教育。把“心灵的围栏”变为“心灵的花园”，要用仁爱浇水，用文化做土壤，用智慧做阳光，用理性的思考做研究。去精心养护它，让它永远垂青着绿茵，飘着花香，结满硕果，给孩子们真正带来成长的快乐和终身发展的幸福。部分原因就在于“习得无助”，而且不仅仅是学习方面。

对于孩子来说，由于身心的不成熟，自我控制和约束的能力相对较弱，如果总是经历失败，那么对事情的兴趣就会大大下降，尤其是象学习这种需要付出长期努力的活动。而对学习一旦失去了信心，学习就很难进行下去，当然也不可能有好的结果。所以，对于孩子，一定要更多的去给予鼓励，让

他们自己品尝更多的成功，体验更多的成功后带来的喜悦。这样孩子才会把繁重的学习任务，变成内在的动机，只有有了内在的动机和兴趣，学习才会变得轻松。同时体验了更多的成功之后，孩子才会更有信心，也才会更愿意去尝试困难，面对挑战，战胜自我，才会出现良性的循环和不断的进步。

总之，《教育心理学》从用教育心理学去发现学生、呵护学生、激励学生、引导学生、塑造自己、打造日常教学亮点、培养学生的综合心理素质等方面出发，从多角度、多方面分析、总结了教师如何在教育中运用教育心理学的知识，如何利用心理学的知识使自己的教育更加有效的方法。

作为一个教师，真的很有必要学一些有关心理学方法的知识，或许纯理论的东西，学起来会有些累，像《教育心理学》就是一本不错的好书，值得每个教师好好品尝。了解了这些心理学理论，对我的教育教学有很大的帮助，使我不再“盲目操作”，可以依“理”办事，有章可循。用爱，用情，用心，做教育。把“心灵的围栏”变为“心灵的花园”，要用仁爱浇水，用文化做土壤，用智慧做阳光，用理性的思考做研究。去精心养护它，让它永远垂青着绿茵，飘着花香，结满硕果，给孩子们真正带来成长的快乐和终身发展的幸福。

警察心理培训课心得体会篇三

几年前学过《学前心理学》这本书后就再也没有碰过，最近拿来仔细阅读，发现收获颇多，受益匪浅。这是一本将普通心理学、儿童发展心理学、教育心理学的理论和幼儿园实际相结合的一本书，在阅读中不仅掌握了理论知识，也介绍了在实践中的经验，有助于幼儿园新老老师的指导和老教师的提高。

这本书共有十一章，分别从学前儿童的心理发展、注意、感觉和知觉、记忆、想象、语言和思维、情绪和情感、意志、社会性、个性和心理发展的几种主要学说做了详细的介绍。

在本书的阅读中，我对于几个对我教学帮助较大的章节做了详细的阅读，并在阅读中结合实际生活，发现我在教学中存在的问题，找出解决的方法。

首先，对于学前儿童的注意这个章节我做了详细阅读，在阅读中了解每个年龄阶段的幼儿都有自己的注意发展的特点，因为我现在带的班是小班幼儿，因此我特别注意了小班幼儿注意力发展的特点，发现小班幼儿的注意是无意注意占优势，有意注意只是初步形成。

因此在教学活动的准备中应该准备一些色彩鲜明和幼儿感兴趣的东西，这样才能吸引幼儿的注意，同时要注意出示的物品不能太多，这样会扰乱幼儿的注意，可以有层次的出示，不断的刺激幼儿的视觉感受，增强幼儿的喜好程度，延长幼儿的注意时间；在关于幼儿记忆力这一章节中，我了解了幼儿的记忆发展的主要特点，根据这一特点设计我的教学活动，同时注意课后的延伸和复习，在复习的时候要注意不要死板的去背诵为了复习而复习，虽然幼儿的机械记忆多于意义记忆，但是机械记忆也可以有许多花样帮助幼儿记忆，让幼儿在玩中记忆是让幼儿保持记忆深刻的方法，也是幼儿最感兴趣的方法；在学前儿童想象这一章节中，我了解了幼儿想象的发展，记得老师曾经给我们讲过，在公务员的考试中有一道题目，孩子的爸爸左思右想都没有想出答案，却让儿子一口说了出来，难道是爸爸的学识还没有儿子的高？显然不是，是因为幼儿的想象力没有被扼杀，而许多成人的想象力早在童年的时候就是被扼杀了，因此在考虑问题时往往过于死板，可见培养幼儿的想象力还是非常重要的。

在培养幼儿的想象力时应该注意丰富幼儿的表象，发展幼儿的语言表现力，为幼儿的想象发展创造条件，幼儿的任何想象只要是自己能说出缘由都是正确的，不要用一些否定的语言扼杀幼儿的想象力。

在这本书中对于培养幼儿的社会行为这一章我认为是很重要

的一章，现在的幼儿大多数都是独生子女，自我意识很强，做什么事都会以自我为中心，稍不如意就会用哭闹、打人、咬人等手段来解决，因此培养幼儿的亲社会行为是至关重要的。如果父母想要让幼儿表现出亲社会性的行为，如：分享、安慰他人、合作等，那么父母必须率先垂范，为幼儿做出亲社会行为的榜样，为幼儿营造一个和谐的家庭环境，让幼儿感受到人与人之间的平等、互助、尊重与友爱的关系。教师在幼儿的一日生活中也应该注意这方面的培养，除了以身作则外，我们还可以在讲故事、念儿歌中加强幼儿这方面的意识，在幼儿的角色游戏中表现出来，通过家园合作，共同培养幼儿优秀的品质。

通过这本书的阅读，我从中学到了许多知识，在日常工作中学以致用，也得到许多收获，我想一名优秀的幼儿园老师就是在不断的学习实践中产生的，为此我一定会更加努力，成为一名优秀的幼儿园教师。

在暑假期间我阅读了《学前心理学》它是北京师范大学出版的是陈帼眉老师主编，全书共13章，其中三、五、六和十三章，有山东师范大学教授程学超编写，第十一十二，有辽宁师范大学副教授邹晓燕编写，其余各章，有北京师范大学陈帼眉编写。我从这本学前心理学的学习上汲取了许多东西。在未接触心理学之前，我对她敬畏和景仰有加。虽然，现在的我也只是为了考试，但是，它给我带来了很大的收获，不管在教育我在教的孩子上，还是对教育幼儿方面让我学到了很多。

让我感触最深的还是学前儿童注意发展，注意是心理活动对一定对象的指向性和集中性，它是一种心理状态，特别是小班的小朋友我们平常也会说我们班某某幼儿的注意真是差，总是在抱怨怎么会这样那样的，我学了这章后我知道了3—6岁的幼儿儿童的注意发展的特征仍然主要是无意注意占优势，有意注意初步发展。有意注意处于发展的初级阶段水平低，稳定性差而且依赖成人的。组织与引导，注意的选择有赖于

知识经验好认真水平。

总之，通过这次学习，我受益非浅，掌握了许多学前教育的理论知识，我一定在工作中不断实践，利用空余时间继续学习，不断提高自己的业务水平。

目前，我们的幼儿大多数都是独生子女，我觉得就面临了缺少同伴间的交往，当然，幼儿在幼儿园时，都会有很多的同伴，在家里就缺少了玩伴，对此，我看了《学前心理学》中的同伴交往，让我明白了：同伴交往的意义和方式。

孩子在家都是与大人接触的多，这其实是一种不平等的关系，儿童所有事情，都被大人安排的井井有条的，所以孩子思考的事也就好少了，衣来伸手，饭来张口，生存能力被弱化，生活能力没有形成。还有可能身心早熟的隐患，可能会形成“小大人”的性格。由此看来，同伴交往对孩子非常重要。

在和同伴交往过程中，同龄伙伴具有同步性，能够促进身心全方位发展。这主要是由于同龄伙伴生理、心理和认知经验的相似性决定的。有人说，只有儿童最了解儿童。确实是这样的。有一次，我看到两个妈妈分别抱着自己不满岁的宝宝在一起聊天，此时发现两个孩子也在用无声的语言进行交流：一个宝宝笑了，另一个宝宝也笑了；一个宝宝发出声音，另一个宝宝也发出声音……这就说明同伴交往认知的同步性，使他们的沟通非常容易，包括我们幼儿园的孩子也是这样的，而大人就不明白他们的所思所想，所以，儿童也同伴交往更能促进其身心全方位发展。

同龄伙伴认知的同步性，就决定了同伴交往影响的有效性。孩子的心理、生理的现有水平与同伴更为接近，在同一事物认知过程、情感体验以及目的性、自控能力等方面极易产生共鸣。尤其是在社会化行为规范的形成上，具有同步进程。当孩子遇到矛盾时，我们成年人总习惯这样教育孩子：“你是大哥哥（大姐姐），应该让着小弟弟（小妹妹）”。这事

两种不同的暗示，可能对两个孩子形成不同的影响和结果。一方会觉得我是大哥哥（大姐姐），我只好吃亏了，时间久了会形成性格倾向；而另一方会觉得我是小弟弟（小妹妹），他应该让着我，久而久之，也会出现性格倾向。我觉得这种教育方式不利于儿童形成解决矛盾的能力，不具有交往影响的有效性。

读了这个同伴交往，我才明白，原来我们身边的教育方式存在了许多的误区，我会继续了解如何正确教育孩子，提升我的教育能力吧！

开卷有益，此话不虚。抽空静心地阅读《学前心理学》一书后，掩卷反思，感慨良多，从中受益匪浅。书是我们最好的朋友，而一本能引起你的共鸣的好书，则像一位你在茫茫人海中，好不容易遇到的珍贵的知己。我们可以携带它去任何地方，它可以随时给我们提供各种有益的启示，从而帮助我们学会更好的思考，变得更有洞察力。《学前心理学》就是这样的一位“知己”。通过对学前儿童的注意、感知、想象、言语、思维、情感、意志、个性等心理现象的分别介绍和分析，详尽阐明了学前儿童的心理特点和发展规律，同时，反映了当前幼儿心理学的研究动态。

《学前心理学》它丰富的知识和“内涵”，既注重阐述学前儿童心理发展的基本规律和年龄阶段儿童心理发展的特征，又注重提示根据心理发展规律和特征得出教育教学方法和结论，让我们在阅读它的时候，感触和启示，屡读屡新。《学前心理学》中提到，“小班幼儿的认识活动往往依靠动作和行动进行，思维是认识活动的核心”、“他们是先做再想而不会想好了再做”。而这些心理发展特征，孩子们在日常生活中表现得特别明显。如，每日离园前，孩子们最爱玩的是塑料拼搭积木。刚接触这类玩具时，孩子们不大会玩，即使是个别能力较强的孩子，他们拼搭出的也是构造简单的造型。随着玩的次数的增多，他们的拼搭能力也在渐渐增强。

他们能够按照自己的意愿和想法，发挥自己的想象力，创造性的拼搭出各种各样、造型各异且结构复杂的物体和造型。但是，在我对孩子们拼搭玩具的观察过程中，我发现，即使孩子们的拼搭能力在一日日地提高，但他们对自己所拼搭的物体和造型的认识和了解却很欠缺。几乎所有的孩子，在拼搭的过程中，无法说出他在拼搭的是什么，而只有个别能力强的孩子，在搭好造型的那一刻，才恍然大悟的高兴地说出：“哇，看，我搭的是桥。”可见，幼儿具有这样的发展现象，一方面在于幼儿生活经验较缺乏，所认识、知道的事物较少，另一方面在于他们具有“知觉行动思维，先做再想”的这样的心理发展特征。

在学习第八章中的《学前儿童想象的发展》。想象头脑中已有的形象进行加工，重组合成为新形象的过程。记忆和想象过程都是运用表象的过程。记忆是头脑中已有形象的重新出现，即表象恢复活动的过程。想象是以记忆表象为基本材料，对已有表象加以改造的过程。想象活动与表征活动密切联系，儿童想象最初出现的年龄和表征的发生年龄相同。所以说，想象在幼儿生活中有着很重要的地位。幼儿经常把实际生活变成想象活动。比如，吃着饼干，忽然想象它是小船，洗着手，想象“下雨了”。幼儿听故事时，想象随着故事的进程而开展。一幕幕的表象如同电影似的在头脑中活跃起来。正是想象活动，使幼儿理解故事内容，沉迷与故事情节。每一篇的故事不一定都要讲完，要留有一定的空间让他们自己去填充，丰富他们的想象力。也有一些故事本身就没有很明显写出结局的，如《狼和小羊》，故事中最后只写到狼向小羊扑去，根本就没有明显的把结果写出来，故意留下给孩子的想象空间，让他们合理地去想象狼扑向小羊，结果会怎样，这样充分地让幼儿去想象，自己去填充完故事的结果，这样能丰富他们的想象力。

还可以充分利用外界丰富的条件，加深想象。

1、让儿童边听故事边看书，或边听音乐，了解快乐和悲伤的

心情。要知道，了解人的情感比获得知识更重要，这是非常重要的生活经验。因为儿童的脑细胞十分娇嫩，对感知的对象十分敏锐，只有当感知和思考对象是可以看得见、听得着或摸得着的形象时，才能正常工作。

2、当讲到的故事中的情景现实生活中有的，应该带小孩到你所讲的情景中去，让他自己感觉其实的感觉，加深想象力。

不过，培养幼儿的想象力，并不是一蹴而就的，需要我们长时间不懈地努力。我们要敢于去尝试给幼儿留下想象的空间，帮助他们异想天开，激发他们的好奇心理的探索精神。培养他们丰富的想象力。不要认为他们是在胡思乱想，或是想得太多了，而去阻止让幼儿继续想下去，这样只能阻碍幼儿想象力的培养。

从那么多看来，童话故事对幼儿想象力的培养也是很有影响的，有相关联的，不要再认为不就是一个故事什么的。在你说这话的时候，要想到这是可以影响到幼儿想象力的培养的，不是简简单单的一个故事，这也是有注意事项的。一般来说，幼儿都十分喜爱童话故事。因为在听故事时，其中的人物、情景、情节均能很深深地吸引着孩子幼稚的心灵，唤起他们的好奇心，同情心，展开丰富的联想，从而激发智慧的火花。尤其是3-6岁的幼儿，随着语言能力的发展，已经能根据故事中的角色，情节线索进行有意识地想象。在听故事活动中，幼儿的思维被激活了，想象被催发了，想象力、逻辑思维能力得到了极大的发展。丰富幼儿的感性经验，让幼儿多看多听，使幼儿获得一些能进行想象加工的“原材料”。而听故事想象就是一种符合幼儿想象特点的、能有效促进幼儿想象发展的形式。选择适宜孩子想象的童话故事，运用多种方法，让孩子在优美的童话故事中体会生活的美好，多而大胆想象。要让孩子在听故事中张开想象的翅膀，应采取灵活多样的方法：有时采取对故事结尾作进一步的推理想象，有时对故事情节变化做出新的编排，有时还可以对故事中的角色关系作不同的设想等，使孩子在故事提供的海洋中遨游，

从而成为一个爱想象，富有创意的人。

我觉得作为一名教师学习《学前心理学》很有必要。教师要注重幼儿的心理健康，充分了解孩子的需要，创造和谐愉快的学习环境，合理安排一日活动，融心理健康教育于活动中，适时鼓励，增强孩子的自信心，正确了解孩子的差异，注意因材施教，家园携手形成合力。

由于专业的需要和兴趣使然，我在寻找阅读对象的时候都会特别关注与学前儿童有关的书籍。通过阅读这些书籍我认为要想真正地了解学前儿童，走近学前儿童，就必须先了解他们的心理发展特点。陈帼眉在所著的《学前心理学》一书中就详细地阐述了学前儿童的心理发展特点。

广义的学前儿童是指0到6岁的学龄前儿童，狭义的学前儿童指的是3到6岁儿童，主要是幼儿园幼儿。那么，这本《学前心理学》中主要介绍了幼儿园幼儿的心理发展特点。

该书提到从儿童心理发展来看1—3岁，幼儿高级的心理过程逐渐出现，是各种心理活动发展齐全的时期，而3—6岁，则是心理活动系统的奠基时期，是个性形成的最初阶段，在这三年里心理发展比较迅速，每年都有新的发展。在这里笔者重点介绍一下3—4岁幼儿的发展特点。

在3—4岁，学前初期，也就是幼儿园小班时期，这个时期幼儿的主要特点是：

（一）这个阶段幼儿的生理方面有所发展，主要表现在两个方面：

1、身体比以前结实，不像先前那么容易生病了。身体的组织结构和器官的功能都有所加强。

2、幼儿的精力比以前充沛。神经系统的发展使幼儿可以连续

活动5--6个小时，日间只需睡眠一次。

（二）幼儿语言的形成和发展使他们基本上能够向别人表达自己的思想和要求，不需要成人过多的猜测他们的意愿。

（三）该年龄段儿童身体和手的基本动作已经比较自如。能够在一定时间里掌握各种粗动作和一些精细动作。

以上几个方面的发展使幼儿已经具备了离开亲人去参加幼儿园集体生活的可能性。因此，在这个阶段，多鼓励幼儿参加集体活动，多与别人交流，并且鼓励他们去做一些自己力所能及的事情，这样能够使他们的认识能力，生活能力，人际交往能力都有所发展。

此阶段的幼儿的思维方式是直观行动性思维方式，因此他们的认识活动往往依靠动作和行动进行。他们一般都是先做再想，比如，在班上给小孩子玩结构性玩具，他们往往会一拿到手就开始玩，不会提前思考要做什么，而这时若问及他想要做什么，他往往也是回答不了的，因为他自己也不知道，这时成人千万不要因此认为是孩子笨，或是不搭理你。其实只要你站在旁边耐心的等待一会儿，等他完成了手中的创作，他会很激动地跟你说：“你看，我做的飞机，我做的汽车……”

此阶段幼儿在听别人讲述或是自己讲述时，往往也离不开具体的动作。因此，这就需要幼儿教师在进行教学活动时，多运用自己丰富的肢体语言，将文字语言具体化。这样既能够吸引幼儿的注意力，增强幼儿的兴趣，也能够让幼儿更容易记住所学的内容。

对于此阶段的幼儿来说，他们的注意力也和动作有着密切的联系。幼儿的注意力很容易转移，如在幼儿听课过程中，我发现如果他们的手里拿着别的东西，或是随便放，眼睛看着别处，注意力就很容易离开老师的讲述，这也就是为什么幼

儿园老师在上课之前总是会让幼儿将手放在膝盖上，眼睛看老师的原因。

他们往往会因为一件微不足道的事情而哭，如，我们班上有个小孩子因为自己里面衣服的袖子拉不下来而大哭，还有小孩子因为找不到自己的枕头而哭，还有小孩子因为别人跟他说你妈妈不来接你了而哭，而且越哭越激动，还会浑身颤抖。幼儿就是容易激动，这时如果对他们一般的讲道理，往往收效不大。这时就要用有趣的事情去吸引他的注意力，用行动使他安静下来，如，拿毛巾给他擦擦脸，用抚慰的语调说话，让他感觉到亲切，情绪上不再对立，等他完全冷静下来了才能说理。还有，幼儿在幼儿园里的情绪受老师的影响也很大。因为这么小的孩子，他往往只是通过表象去理解事物，他会通过他看到的，感受到的，来判断老师对他们的关怀程度。如，老师表扬他没表扬我，老师抱她没抱我等现象，来判断老师不喜欢他，这样也会影响到他来园的情绪，听课的兴趣。这就是为什么有的孩子上了很久的幼儿园，突然哭着不愿意来了的原因。这时，教师就应该自身检讨，想一想是不是对这个孩子关心不够多。在这里我觉得作为教师应该平等地看待每一个孩子，努力发现他们身上的不同闪光点，及时地予以表扬，鼓励，这样你会发现一天下来，其实所有的孩子都得到了表扬，也许你已经忘了，但是他自己知道他受到了关注。除此以外，还可以抽时间跟那些在班上不是很活跃的孩子聊聊天，或是只是抱抱他们也好。这样每个孩子都会感受到来自老师的关怀。

此阶段的幼儿往往是看见别的小朋友在做什么，自己也要做，看见别的小朋友有什么自己也想要。如，在室外活动时，玩羊角球的小朋友看见别的小孩子的玩海洋球也会要玩，看见别人摆高楼自己也摆。因此在幼儿园小班，同样的玩具要有足够的数量。

模仿也是此年龄段幼儿主要的学习方式，他们往往通过模仿掌握别人的经验。他们会模仿老师模仿父母，模仿他们所看

到的，所听到的一切。他们没有很强的判断力，对于别人特别是他们所亲近的人的语言和行为都是没有批判性的，而且因为没有太多的经验，他们往往都是通过成人的表现来判断事情的严重程度的。如，老师在吃胡萝卜的时候皱眉头，他们就会觉得那是很不好的东西，就不吃了。因此，作为幼儿教师，特别是小班幼儿教师要尤其注意自己的言行举止，也许自己做了一个不经意的不好的举动，自己都不知道，却已经被孩子学会，并慢慢地养成习惯了。

当然，在日常教学中我们也可以充分利用孩子的这一特点，让他往好的方向发展。如，在上课时间，有幼儿没有注意听讲，这时我们可以通过表扬另外做的好的幼儿，来引起这一幼儿的注意和模仿，并及时予以鼓励。在平时的生活中，我们应多向幼儿传递好的信息，如，跟幼儿说礼貌用语，老师要做到言必行，行必果等。这样幼儿通过模仿，时间久了也会成为一种好的习惯。所以，在日常生活和学习中，我们要通过正强化的方式，也就是引导和鼓励的方式，使每一位幼儿向着一个健康快乐的方向发展！

总之，我认为作为一名幼儿教师，除了日常努力工作外，还应该多给自己充充电，多看看相关书籍，使自己的教育方式更有科学性，适宜性，使自己更能走近幼儿，了解幼儿，理解幼儿，帮助幼儿，与幼儿一起成长！

警察心理培训课心得体会篇四

我是计算机分院08图形图像制作2班的心理委员。我很荣幸能参加这次学校组织的第五届心理委员培训班。让我有机会与众多乐观积极的心理委员坐在一起，听老师讲课。我意识到保持良好心态，放下心理负担，真诚待人，对于心理委员来说是很重要的。我们在帮助别人时，首先得先调整好自己。心理委员群体绝对是一个更具活力、更温馨的团体，我们要学会用乐观的眼光看待生活，学会用赞赏的眼光看待周围的人。请不要吝惜你们的掌声，不忘记去赞美他人。人与人之

间的距离也不是那么难以逾越。快乐是可以传染的，拥有快乐的心情，就拥有了属于我们自己的世界。

在这将近一个月的培训学习中我学到了很多。无论对我自身的发展还是我对心理工作的认识，都发生了明显的变化。虽然时间很短，但是我的心理已经发生了改变。在培训课上各个心理咨询老师都有针对性的给我们讲了一些基础性的心理知识。让全体心理委员们心里有一个正确的定位，也让我们认识到，作为心理委员并不只是拥有着一个“委员“的头衔，更多的是担负着一种责任和义务，就是帮助每一个同学健康快乐地学习、生活、成长，共建一个和谐、明朗、美好的生存环境。心理委员的职责是，宣传及普及洗礼健康知识；帮同学解决学习生活中经常出现的心理困惑；参加学校组织的各项心理活动等。同样心理委员有责任也有义务帮助那些处在低谷状态的同学，帮助他们走出低谷，冲破心理上的种种障碍，重新认识自我，接纳自我，勇敢地面对现实，使同学们在和谐互助中成长。心理委员要有热情、耐心、真诚、细心、宽容的心。

但是要成为一名合格有益的心理委员，并不是一朝一夕能达到的。他是需要我们长时间的去研究学习专业的心理知识，并且要去实践，要了解我们周围有可能发生的状况，同时还要有一个很好的心态。对于心理委员而言，我们要做一个被倾诉的对象。我们还要多开展一些班级团体活动，这对整个班而言很重要。它能把我们同学的积极性调动起来，增强班级的凝聚力。所以作为心理委员的我们首先要端正我们的想法，正确的看待心理问题，清晰的面对我们生活中心理问题。在帮助其他同学时同时也提升了我们自己。我们应该重视我们手头的心理工作，认真的对待，真诚的为同学付出，共创一个和谐的环境，一个和谐的校园。

警察心理培训课心得体会篇五

我有幸参加了心理健康教育培训，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李慧君专家的理论课，最让我受益的是这句话找回职业生活的勇气和幸福感，需要获得对工作的投入感和掌控感。这会受外界环境的影响，但自我的努力与调节更加重要。以上就是我在这次培训活动后对于心理健康教育的认识和所想。积极的自我认同寻找自我价值感，建立社会支持系统，用探究打败无聊，积极的自我调节。

通过本次学习，更加深刻地意识到在学生中开展心理健康教育的重要性与迫切性。调查表明，学生中存在心理异常的约占30%，患有心理疾病的约占15%。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，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。

俗话说，“家家都有一本难念的经”，老师也有烦心的事，也会遇到各种各样的压力和苦恼。但如果要做一名受欢迎的老师，就无论如何也不能将自己的不良情绪带入课堂，更不能因此而在课堂上随意发怒，挖苦打击学生。而是要学会良好的情绪控制，在走进教室的前一刻，告诉自己，“一定要微笑”，要把自己最积极乐观的精神面貌展现给学生，并以此来感染学生的学习情绪。没有一个学生愿意看到一个怒气冲天，动不动就发火的老师的。教师乐观积极地稳定地情绪对于学生的心理健康形成有积极地促进作用。

在新形势下，小学生不同阶段表现出各自的心理特点和心理

需求，这就要求教师有针对性地开展工作。一是新生入学的适应期。这一阶段应用心理评价系统建立小学生的心理档案，目的是通过分析评价，了解每一个学生的气质、性格类型、兴趣爱好、情绪意向等基本心理素质和个体心理差异，帮助学生认识自我，接纳自我，树立健康的新形象。同时有助于学生更快、更好地适应学校生活的角色转换，为他们身心健康发展打下良好的基础。

二是学习生活的困惑期。这一阶段青少年正处于身心发展的一个重要转折时期，这一阶段，第二信号系统活动日益发展并初步占主导地位，口头言语，内部言语能力不断完善，但学习生活中往往表现出自制力差，社会道德是非判断力以近期、自我为主的特点。

通过心理咨询、心理训练等内容丰富，形式多样的方式解决学生学习焦虑、人际关系不良、多动症和学习无能的心理问题。同时通过心理健康指导，开发学生潜能，建立心理健康新观念，塑造正确健康的人生观、道德观和价值观，推进整体素质教育的贯彻实施。