# 中小学心理健康教育教师技能培训方案

来源：网络 作者：逝水流年 更新时间：2024-07-30

*第一篇：中小学心理健康教育教师技能培训方案中小学心理健康教育教师技能培训实 施 方 案一、项目背景中小学心理健康教育是德育工作的重要内容。当前，开展这项工作面临的最大困境是师资队伍的匮乏和实际操作技能的欠缺。因此，根据教育部《中小学心理健...*

**第一篇：中小学心理健康教育教师技能培训方案**

中小学心理健康教育教师技能培训

实 施 方 案

一、项目背景

中小学心理健康教育是德育工作的重要内容。当前，开展这项工作面临的最大困境是师资队伍的匮乏和实际操作技能的欠缺。因此，根据教育部《中小学心理健康教育指导纲要（2024年修订）》的通知精神，在完成北京市教委委托的中小学心理教师全部培训工作的基础上，受广东省江门市新会区教育局委托，为该区中小学培训110名左右专兼职心理健康教育教师。通过进一步总结经验，完善培训方案，优化培训课程，中国青年政治学院心理研究所决定，从2024年开始，利用5年时间，为全国部分地区的每所中小学和职业高中较为系统地培训一至二名专、兼职心理健康教育教师，使他们能够独立自主的开展心理健康教育工作。具体方案如下：

二、培训对象

培训对象应是目前从事或即将从事专兼职的中小学（包括高中、职业高中）心理健康教育教师。

各委托培训单位在选拔接受培训的心理健康教育教师时，必须考虑教师的综合素质，并注意到专兼职心理教师的稳定性。参加培训的人员要经过学校行政会讨论，教育局备案。被推荐者应符合以下条件：

1、目前正在从事或即将从事中小学心理健康教育工作的专、兼职教师；

2、具有心态平和、乐于助人、乐观向上等心理品质；

3、培训后五年内不离开本岗位；

4、年龄在45岁以下。

三、培训目标

通过培训，中小学心理健康教育教师将达到：

1、掌握现代心理健康教育的专业知识和心理咨询的基本技能；

2、能在学校有效开展全校的心理健康教育活动，在实践中分析、解决学生的心理问题;

3、促进自我成长，提升职业道德水平。

四、培训原则

本培训的实施将遵循合作管理上的统一性和课程实施上的实用、实效原则：

1、统一性原则：体现在整体培训统一目标、统一规划、统一课程、统一考核、统一预算、统一协调等方面；

2、实用、实效原则：体现在整个培训课程的设计和内容实施都必须密切联系中小学心理健康教育实际，学以致用，能够有效地开展学校心理健康教育工作。

五、培训内容及课时分配

培训课程分为三个部分：实际操作技能培训（40课时）共5天；学员在本校实习（40课时）共五天；学员总结（8课时）共一天。

实际操作技能培训通过面授课程实施，加大练习力度，使学员掌握实际操作技能；实习实践在学员本校中完成，力求将所学技能运用到实习中；最后，反思、整理、交流、提升，由总结展示这一环节完成。具体内容如下：

1、实际操作训练的面授课程

共有4个单元5天完成。主要内容为： 心理教师的自我成长； 中小学生心理咨询技能； 中小学生班级（团体）辅导技能； 本校心理健康教育总体规划。

3、校本实践的实习课程

学员实习的主要内容是制定本校心理健康教育计划并实施，为本校学生作个别咨询，设计与实施班级辅导活动。

3、总结与展示交流

主要任务是整理学习笔记和学习体会；提交三个报告（班级心理辅导课的设计、自我成长报告、个案咨询报告），进行个人总结，小组评定，班级交流。

六、培训时间、地点

本培训班由当地教育局委托并配合中国青年政治学院心理研究所主办，北京中教一线教育科技发展有限公司协办。

（一）、培训总体时间

实际操作面授5天，三个月内完成全部培训收尾工作。

（二）、培训具体时间

1、面授培训：5天；

2、学员实习和观摩阶段：6天；

3、学员展示总结：三个月内完成。

即：全程培训面授5天，实习、观摩、总结6天，共11天，其他跟踪、服务、指导时间不超过3个月结束。

（三）、培训地点

当地教育局。培训教室的桌椅要能移动。

七、培训方式

（一）、整体课程将贯彻：

1、持续反思原则，增强学习效果，促进自我成长；

2、加强合作原则，调动可利用的各种学习资源；

3、实用实效原则，密切联系心理健康教育实际，力争在岗称职。

（二）、面授与校本实习相结合

1、通过面授训练实际操作技能

在面授培训中，重实践环节的演练，在示范练习、点评纠正、小组互学的活动中理解和掌握技能技巧，在观摩优秀学校中模仿学习。

2、通过追踪督导校本实习

（1）、实习督导教师：实习阶段将由培训机构为学员配备实习督导教师，追踪督导学员实习过程。

（2）、实习督导内容：对学员的班级心理辅导和个别心理咨询进行现场分析、点评与指导，了解、检查心理咨询室的情况。

（3）、实习组织形式：以小组为单位，本校为实习单位，每人必做两次实习演练，每个组应完成两次组内互评。

3、通过总结巩固培训成果

在实习的基础上，总结、交流、展示学员的培训成果。通过展示交流活动，进一步扩展和深化培训成果，促进学员自我成长。

八、培训师资

以中国青年政治学院心理研究所为核心，组织高水平的培训专家团队，为本培训班授课。核心专家团队成员包括：

田万生：著名心理学家，国际人力资源协会心理训练师专业委员会会长，中国青年政治学院心理教育研究所所长，教授。许莉娅：中国青年政治学院心理研究所教授，研究生导师，北京青少年生命教育基地首席培训专家。

唐登华：著名心理学咨询专家，国际人力资源协会心理训练师专业委员会副会长，北京大学教授。

马凤芝：香港中文大学博士，北京大学教授。

陈一筠：世界著名婚姻家庭学家、青少年教育专家，中国社会科学研究院研究员。

赵 凯：南京师范大学博士生导师，素有“中国心理疏导第一人”之誉。擅长分析和指导员工在心理方面存在的困惑和压力。

刘正荣：中国智慧工程研究会副秘书长，全国教育行政管理学术委员会副秘书长，中国青年政治学院心理研究所副所长，教授，中国关心下一代教育研究院常务副院长兼秘书长。

九、成果与考评

（一）、考评

1、面授课程学员要提交5次反思日志；

2、在培训过程中学员要提交以下三份报告：（1）本校心理健康教育规划报告；（2）、学生心理咨询个案报告；（3）、心理教师自我成长报告。

3、指导教师按学员的学习态度、报告以及考勤等综合表现，按照优、良、合格、不合格的等级给出学员成绩。

（二）、成果

通过培训挑选出一批高质量的校本心理健康教育规划报告、学生心理咨询个案报告、自我成长报告，装订成册，提交给新会区教育局。

十、培训管理

本培训班设一名指导教师，一名班主任。指导教师由中国青年政治学院心理研究所指派，班主任由江门市新会区教育局推荐。

1、指导教师主要职责：（1）组织实施培训方案；

（2）指导、协调、组织项目实施过程中的各项活动；（3）指导实际操作，落实教学实习活动；撰写培训总结。

2、班主任主要职责：

（1）负责讲课教师的联系、订票、接待、食宿、付给讲课费等相关事宜；（2）了解教学的全过程，对学生反映的问题及时与讲课教师进行沟通；（3）负责培训班级的组织管理、教学、教务的全面工作落实；（4）组织、落实教学实践活动；

（5）负责学员的日常管理，负责班级的后勤保障与服务。

十一、实施保障

1、培训经费

（1）培训经费由当地教育局按详细预算标准，每位学员2800元人民币统一拨付给培训协办方。费用包括：项目管理费、税金、专家劳务费、往返交通费、资料费、证书费等，培训期间，专家在培训所在地产生的食宿和距离最近机场、动车（火车）站等接送费用，由培训委托单位承担。

（2）培训经费直接汇入以下账户： 开 户 行：工商银行北京马连洼支行

户 名：北京中教一线教育科技发展有限公司 账 号：\*\*\*2145

2、实施流程

签定合作协议→确定工作计划→实施培训→后期指导→培训效果监测与评估→培训验收→培训结束。

3、联系方式

单位地址：北京市西三环北路25号中国青年政治学院心理所 邮政编码：100089 电子邮件：771428658@QQ.com 联系电话：\*\*\* 联 系 人：李老师

十二、附则《学员守则》

为了保证培训目标的顺利实现，确保学员在培训中有收获、有提高，特制定此守则，要求全体学员共同遵守、自觉执行：

一、入学

1、学员应报到注册，因故不能按时入学者，应该持有关证明实现请假，没有按时报到者并没有请假者，取消培训资格。

2、学员入学之日起建立学籍档案。学籍档案由培训单位负责管理，学员结业时，学籍档案转交学员所在学校。

二、学习

1、学员要尽快熟悉培训方案、学员守则，仔细阅读有关文件，明确学习任务和学习内容。

2、面授课程要准时听课，认真记笔记，深入思考问题并积极参与教师组织的各项教学活动。

3、积极参加观摩和实习活动，实践活动次数进入学员个人考勤记录。

4、在整个培训过程中，每个学员须认真记录培训日志。

三、纪律

1、按时参加各项教学活动和班集体活动。根据学习管理规定，累计缺勤超过集中学习日四分之一者，无法获得结业证书。

2、面授学习中，不随意出入教室；关闭手机（包括接打、发短信等）；不在教室内吸烟。

四、结业

应完成培训计划规定的各项任务或作业。未完成规定任务或作业者不能参加成果展示，无法获得培训班结业证书。

五、其他

1、在培训班内应尽快实现角色转换，以学员身份按照有关规定严格要求自己。

2、积极参加班集体的各项活动、团结互助，讲究公德，遵纪守法。注意安全，爱护公物，妥善保管自带贵重物品。

**第二篇：《教师心理健康教育技能培训方案》**

XXXX中学

教师心理健康教育技能培训方案

我校的心理健康教育工作将以教育部《关于加强中小学心理健康教育的若干意见》的精神为指导，严格按照市德育科的要求，全面开展心理健康教育，开发学生的心理潜能，培养学生的心理素质，预防学生的心理疾病。我校将积极参与中小学心理健康教育活动课的研究，立足“以人为本、让学生健康活泼的成长”，开发学生的心理潜能，陶冶学生的心理情操，锻炼学生的心理素质。

一、培训背景:

培养高素质的教师与提高现有教师的综合素质，是我国教育发展的希望所在。一位高素质的教师应该具备良好的思想政治素质和心理素质，较高的专业水平与能力，并善于建立和谐的师生关系。在青少年的成长中教师的重要性怎么强调都不过分。这不仅是因为教师承担着教书育人的责任，更是因为教师在青少年心目中的形象与师生关系的好坏，对于青少年的自我概念的形成、生活目标的确定、身心健康的状况都具有深远影响。毫无疑问，如果教师本身的素质不高，就无法承担培养高素质学生的重任。如果教师自己心理不健康，学生的心理健康就没有保持。

二、培训目的和意义：

1.促进校内师生的身心健康，构建和谐校园。

2.有利于了解全校师生心理健康状况，防患于未来，构建安全校园。

3.提高学校素质教育水平，提升学校办学品味。

4.促进教师心理健康，疏导来自各方面的压力，减少长期教学所造成的疲劳感，帮其获得动力和幸福感。

5.提高教师的心理应用能力和沟通能力，有助于教师更好地了解学生的心理，采取相应的沟通技巧和教学方法，有利于帮助学生解决心理以及学习上所遇到的问题。

6.帮助教师解决长期以来形成的心理上所遭遇的困惑，树立良好的形象，以积极的姿态影响引导学生向着健康向上的方向发展。

三、培训内容：

1.教师心里减压

2.如何克服教师职业倦怠？

3.如何识别有心理问题的学生？

4.教师与学生的心理沟通技巧

5.教师人际关系疏通

四、培训形式：

1.心理健康教育骨干教师培训讲座

2.本校参加培训教师分组讨论

3.个别辅导

五、培训流程：

（一）成立领导小组，提高思想觉悟

学校将把心理健康教育作为一项紧迫的任务来抓，成立以校长任组长的心理健康教育研究领导小组，抓紧师资队伍的培训，力求全员参与。我们要切实加强和提高教师过硬的思想道德素质和心理素质，加强全校教师的职业道德教育，努力提高教师的政治觉悟，做到为人师表，言传身教。

（二）骨干教师讲座

德育（心理）健康教育骨干教师做专题讲座，并现场解答相关问题。讲座的安排、布置，由政教处负债。

（三）心理培训学习，提高活动质量

为更新教育观念，树立中小学生心理健康的意识，在教育教学中树立和谐、平等、民主的新型师生关系，我们要积极组织教师听专家、教授的讲座和看教学录相，安排教师参加心理健康知识的培训学习，努力提高教师的业务水平和心理素质。定期进行研究讨论，积极开展心理健康活动课的教研活动，推选优秀教师上观摩课，认真开展咨询活动课，注意收集整理有关心理健康资料，认真撰写心理健康教育研究心得体会、个案分析、总结论文等并进行交流推广。努力总结经验，提高教师的心理素质的业务能力。

（四）开设”心育”课

我们要认真按照课程计划开足、上齐、上好心理活动课，把要传授的心理知识寓于活动之中，潜移默化地进行心理健康教育。在课堂教学中，以活动课为主淡化理论，强化行为指导和行为训练，进行各种心理健康教育渗透。通过多种途径，多种手段，有目的、有计划地对学生的心理发展施加影响。同时注意结合运用现代的教学手段辅助教学，使之更加生动形象直观，从而更加全面提高学生的心理素质。

（五）开展心理咨询辅导

心理咨询辅导也是心理健康教育的一个重要环节，它可以帮助学生解决成长过程中的心理问题。学校准备利用“心理咨询室”、“悄悄话信箱”以及电话专线、“心育知识专栏”、校广播对学生和家长开放，及时做好学生的心理辅导并动员全体教师加强对本班学生的心理辅导，建立心理档案和典型案例做好跟踪记录，帮助学生接触心理烦恼、困惑、焦虑。

（六）培训后跟踪

首先进行培训后评估、提供培训评估报告，并提交讲师建议。制定跟踪计划，促进成果转换。

—

END

—

**第三篇：中小学心理健康教师技能培训心得体会**

中小学心理健康教师技能培训心得体会

这次，我有幸参加了由县教委组织的心理健康教师技能培训, 在这次培训中,我先后听了重庆大学教授李哲老师的《团体咨询理论与艺术》课,重庆邮电大学国家二级心理咨询师王小运的《校园危机的干预与处理》课,西南大学心理咨询师张仲明教授的《对心理异常现象的现代说明》课,他们的课都讲的非常精彩, 都是通过理论和实际相结合来进行讲解,对于我们这些初学者来说，很容易理解弄懂，以至于我们可以通过学习后马上就运用到教学中去，很实用。这次培训,让我感想颇多,受益匪浅。我想就此问题谈谈自己从这次培训中得的体会。

在这次培训中,在我印象里最深刻的就是李哲老师上的团体心理辅导课,她运用了理论与实际相结合进行教学，团体心理辅导课它相对于个体心理辅导的形式而言,觉得更实用，它是在团体情境下提供心理援助与指导的咨询形式，由领导与成员通过共同讨论，训练，引导，解决成员共同的心理问题。团体心理辅导有4个优势①感染力强,②效率高,③效果容易巩固与迁移,④人际关系的适用。李哲老师在理论课后为我们进行了实际操作,也进行了团体活动。比如活动有(糖葫芦串、生命线、撕纸游戏、释放压力圈、我的墓志铭、心有千千结、生日线、我的二十问、寻找有缘人、帮打薄情郎、我的五样,生存选择、大风吹等等活动),在这些活动中让我们感受到了团队合作的力量之大。如果给学生也实施这些活动，我相信也可以增进同学之间的友谊,可以减轻同学们的学习压力,可以增进班级的凝聚力，也可以让同 学们能明确自己的奋斗目标。我觉得这些活动真的很有意义，我们平时也可以运用到教学中去，运用到生活中去。我希望我能用通过学到的这些知识为学生减轻学习的压力，确定奋斗目标，增强学生的学习兴趣，让学生学习起来更有动力。活动不在于本身,而着重是在于活动后同学们的感受,从一个小游戏中所领悟到的东西。

在王小运老师《校园危机的干预与处理》的课中,让我懂得什么是危机干预,并且该怎么去应对，该怎么去处理。那么什么是危机干预呢？就是每一个人在一生中都会遭遇各种各样的危机，对处在危机状态下的人进行专业的帮助便称为危机干预。广义的危机干预可以是全方位的帮助，而狭义的危机干预便是作为简短心理疗法的危机干预。比如,生活中的危机公共危机 ： SARS、911事件、地震等.个人危机 ：失恋，丧失亲人等面临突然或重大生活事件(如亲人亡故、突发威胁生命的疾病、灾难等)时，个体既不能回避，又无法用通常解决的方法来解决问题时所出现的心理失衡状态。然而,虽然类似于这些事件很少出现在我们的学校,但我们也要对此方面的知识有所了解。因为一些事件的发生如果没有得到及时的处理即将可能影响到某些人的一生,影响到他的正常生活。如图: 2

如学了这方面的知识,我们才知道如何去解决,如何去处理。同时，王小运老师还给我们进行了现场的心理咨询的演练，让我们清楚怎么去给学生进行咨询，咨询时应该注意哪些事项。通过这次培训,让我感受颇多.也懂得了以后遇到这些事后应该怎么去处理,怎么才能对其伤害到最小。

在张教授的《对心理异常现象的现代说明》课中,让我们学会了辨别患有精神分离症病人和正常人的区别。理解病人的不正常的一些症状。比如：感觉症状：①感觉过敏，②感觉减退，③内感性不适（体感不适），癔症（属于精神病）④感觉倒错。在这节课中学的这些知识对我们平时也有很大的帮助。总之，这次培训我收益匪浅。

同时，我将会把这些所学的知识运用到教学中去，我希望这些知识对学生有用，对教学有用。

**第四篇：教师心理健康教育技能培训方案1**

杨店小学教师定期接受健康教育技能培训方案

我校的心理健康教育工作将以教育部 《关于加强中小学心理健康教育的若干意见》的精神为指导，结合本校师生实际情况，全面开展心理健康教育，开发学生的心理潜能，培养学生的心理素质，预防学生的心理疾病。我校将积极参与中小学心理健康教育活动课的研究，立足“以人为本、让学生健康活泼的成长”，开发学生的心理潜能，陶冶学生的心理情操，锻炼学生的心理素质。

一、培训背景: 培养高素质的教师与提高现有教师的综合素质，是我国教育发展的希望所在。一位高素质的教师应该具备良好的思想政治素质和心理素质，较高的专业水平与能力，并善于建立和谐的师生关系。在青少年的成长中教师的重要性怎么强调都不过分。这不仅是因为教师承担着教书育人的责任，更是因为教师在青少年心目中的形象与师生关系的好坏，对于青少年的自我概念的形成、生活目标的确定、身心健康的状况都具有深远影响。毫无疑问，如果教师本身的素质不高，就无法承担培养高素质学生的重任。如果教师自己心理不健康，学生的心理健康就没有保持。

二、培训目的和意义：

1.促进校内师生的身心健康，构建和谐校园。

2.有利于了解全校师生心理健康状况，防患于未来，构建安全校园。

3.提高学校素质教育水平，提升学校办学品味。

4.促进教师心理健康，疏导来自各方面的压力，减少长期教学所造成的疲劳感，帮其获得动力和幸福感。

5.提高教师的心理应用能力和沟通能力，有助于教师更好地了解学生的心理，采取相应的沟通技巧和教学方法，有利于帮助学生解决心 理以及学习上所遇到的问题。

6.帮助教师解决长期以来形成的心理上所遭遇的困惑，树立良好的形象，以积极的姿态影响引导学生向着健康向上的方向发展。

三、培训内容： 1.教师心理减压

2.如何克服教师职业倦怠？ 3.如何识别有心理问题的学生？ 4.教师与学生的心理沟通技巧 5.教师人际关系疏通

四、培训形式： 集中培训。

五、培训流程：

（一）成立领导小组，提高思想觉悟。学校将把心理健康教育作为一项紧迫的任务来抓，成立以校长任组长的心理健康教育研究领导小组，抓紧师资队伍的培训，力求全员参与。我们要切实加强和提高教师过硬的思想道德素质和心理素质，加强全校教师的职业道德教育，努力提高教师的政治觉悟，做到为人 师表，言传身教。

（二）心理培训学习。提高活动质量为更新教育观念，树立中小学生心理健康的意识，在教育教学中树立和谐、平等、民主的新型师生关系，我们要积极组织教师听专家、教授的讲座和看教学录相，安排教师参加心理健康知识的培训学习，努力提高教师的业务水平和心理素质。注意收集整理有关心理健康资料，认真撰写心理健康教育研究心得体会、个案分析、总结论文等并进行交流推广。努力总结经验，提高教师的心理素质的业务能力。

（三）开展心理咨询辅导。心理咨询辅导也是心理健康教育的一个重要环节，它可以帮助学生解决成长过程中的心理问题。学校准备利用“心理咨询室”、以及电话专线、校广播对学生和家长开放，及时做好学生的心理辅导并动员全体教师加强对本班学生的心理辅导，帮助学生接触心理烦恼、困惑、焦虑。

**第五篇：中小学心理健康教师团体活动课技能培训**

中小学心理健康教师团体活动课技能培训教学观摩小结：聆听与感悟

寇店小学 张瑞霞

根据我县中小学心理健康教育工作实际需要，2024年4月26日中小学心理健康教师团体活动课技能培训暨课堂教学观摩活动在西平县第四中学举办，为期一天半的活动旨在提升中小学心理健康教育教师队伍的专业素养、推进有关心理健康教育的课堂教学研究。

我有幸参加了此次活动。整体来说，这一次活动安排非常紧凑：专家讲座、实操演示、团体活动课示范。一天半的活动下来，几乎每个人都会感到 “高兴”，那种收获的幸福都写在了脸上。

我们认真聆听了尚宇红教授心理健康教育团体活动课训练专题讲座，教授向我们详细讲解了学校开展团体活动课的意义及理论依据，设计思路和开始与结束流程。教授以简洁朴素的语言、大量生动的事例帮我们澄清了一些对于心理健康课的误区，明确了心理健康课是一种普及、预防性的团体教育训练，重视的是学生个体的多元化成长，而不能用学科化的指标来评价。

4月27日上午四中安排二节观摩课，分别是《独特的自己》和《你是我的眼》。两位老师的课都带着自己的风格，课堂主题内容多元化，贴近学生的实际，在课堂过程中都关注学生的情感体验，强调理解尊重学生的体验和感受，注重与生活连接。

这次的中小学心理健康教师团体活动课技能培训，不仅有理论的引导，更有具体的观摩实践，为我们心理健康教育实践提供了更广阔的天地，为广大教师从形式到内涵上较好的把握心理健康教育课起到了很好的示范、引领作用，对促进我校学校心理健康教育走向规范化、科学化都具有重要而深远的意义。

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