# 中小学心理健康工作总结

来源：网友投稿 作者：蓝色心情 更新时间：2024-07-26

*中小学心理健康工作总结（8篇）中小学心理健康教育也并不是孤立地进行，而是与其他学科的教学渗透起来，全方位地对学生进行心理健康教育。中小学心理健康工作总结要怎么写？下面小编给大家带来中小学心理健康工作总结，希望大家能够喜欢。中小学心理健康工作...*

中小学心理健康工作总结（8篇）

中小学心理健康教育也并不是孤立地进行，而是与其他学科的教学渗透起来，全方位地对学生进行心理健康教育。中小学心理健康工作总结要怎么写？下面小编给大家带来中小学心理健康工作总结，希望大家能够喜欢。

**中小学心理健康工作总结精选篇1**

随着改革开放的深入，社会文明程度的提升，特殊教育越来越受到广泛重视，智障学生的健康成长已成为备受关注的话题。我校心理健康教育工作依据“让每个学生得到更优的发展，为每个学生提供更适用的教育”的办学思想和“融会、融入、融和”为内涵的“融和教育”办学理念，有目的、有计划、有步骤地通过多种形式及途径，提高智障学生的心理综合素质，促进智障学生自强、自立、平等参与社会生活，回归主流社会，成为自食其力的劳动者。

一、加强教师心理健康教育培训

1．普及知识，增强责任

学校精选了部分理论书籍和文章推荐给老师，作为教师学习和培训的内容，如《心理辅导技术》、《班主任心理辅导》、《成长教室心理活动课教案集》、《花季心雨心理辅导个案集》等；邀请专家到学校作心理专题报告；请本校领导作心理知识普及座谈会的主讲人，以强化教师的责任意识，明确心理健康教育工作的意义，了解其涵义和特点。

2．理念引领，经验推广

每次会议或活动后，负责老师都会及时通过学校校园之家向老师们汇报会议精神，分享信息资源；每月都由负责老师及时总结学校心理工作，反思不足和改进之处，部署下阶段学校心理工作；经常召开多种形式的专题讨论会，举办教师演讲比赛、班主任教育小故事演讲比赛，观摩心理活动课等，以点带面，以新的理念引领学校心理工作的深入开展，不断提高教师心理健康教育的实践能力。

二、开展学生心理健康教育活动

1．温馨教室创建活动

教室是学生逗留时间最长的地方，校园是学生成长广阔的天空。虽然校舍比较陈旧、设备比较简陋，但以“两纲”为指导，在学校德育室的大力支持下对于温馨教室的创建，制定了详细的计划，进行了具体的部署。让幽雅、温馨、健康的教室文化，影响学生个性的培养、心理素质的锻炼、道德习惯的形成、知识才能的增长，促进教师与学生、教师与家长关系的民主、融洽、和谐，让学生的生命在充满温馨的氛围里更加灿烂。

2．社会实践活动

组织学生参观、感受祖国的巨变、中国人民的伟大，激发学生热爱祖国，热爱家乡的真切情感；组织学生参加各级各类的融合活动，培养学生的活动能力和人际交往能力等，也使他们看到了社会对他们的关爱，感受到幸福。

三、提供学生心理健康辅助服务

1．小组辅导

根据心理有问题学生的共同需要和问题，学校心理教师利用小组辅导的方法，通过学生的互动，帮助他们加深了解，改善同学间的人际关系，培养合作意识。

2．心理广播

利用学校的校园广播站定期宣传心理知识。每次专题广播均由学生自己制作，对什么感兴趣，对什么迫切想知道就制定哪方面的专题，然后心理教师指导他们收集资料、编排内容、评审节目等。实践证明，从学生自身出发，贴近智障学生们生活成长需要的心理知识，易于接受，能够引起他们的兴趣，产生共鸣。

四、给予家庭心理健康教育指导

1．以灿烂的微笑面对家长

当家长把学生送进校门的时候，他们交给老师的是一份信任、一份期望。学校教师树立学校和家庭是一家的思想，特别是对弱势学生，我们给予家长更多的尊重，保护他们的自尊心和自信心，积极帮助他们寻找家庭教育中的不足，帮助他们激发孩子的上进心。

2．以真诚的爱心感动家长

学校教师平时都注意观察学生的一举一动，并把观察的结果及时反馈给家长，主动与家长沟通，用我们为学生最优发展的那一份真心诚意感动家长。

3．以教育的艺术号召家长

学校教师重视家庭教育指导艺术，讲解家庭教育在孩子成长中的作用，家长是孩子最好的心理医生，增强家长抚养教育孩子的责任感和义务感；教给家长一些常用的家庭心理健康教育的方法，使家庭教育更贴近学生的心理，使家长重视为孩子营造和睦、温馨的家庭气氛，提高智障学生的生活质量。

4．以规范的要求指导家长

平时，偶然的路遇、一个电话、一次家访都是进行个别间交流沟通的指导家庭教育的好机会。而家长会和家长学校更是对家长进行群体指导的一种有效途径。每次召开家长会，学校教师会根据学生心理发展特点，制定帮助孩子完善心理品质的措施，向家长提出规范的、明确的、具体的、不同层次的家长都能做到的要求，让家长在家庭教育中有的放矢地进行指导，共同提高孩子的心理素质；每次开办家长学校，学校都抓住良机，普及心理教育基本知识，交流先进经验与做法，共同探讨孩子心理健康问题，形成学校、家庭教育合力。

通过近一年各项工作的系统开展，我校心理工作取得了一些成绩和经验，但与兄弟学校相比我们还存在很大的差距。“为让每个学生得到更优的发展”，我们任重道远。

**中小学心理健康工作总结精选篇2**

在学校的教育过程中为学生提供心理方面的帮助和服务，以达到充分发挥学生潜能、促进形成学生心理健康和个性主动发展的目标，让每一位学生在活动中了解自我、悦纳自我、调控自我、实现自我，超越自我。在教育活动中学会认知、学会做事、学会做人、学会共处。

一、共同努力营造心育环境。

把心理健康教育贯穿在学校教育教学活动之中。创设符合心理健康教育所要求的物质环境、人际环境、心理环境。寻找心理健康教育的契机，注重发挥教师在教育教学中人格魅力和为人师表的作用，建立起民主、平等、相互尊重的新型师生关系。班级、团队活动和班主任工作要渗透心理健康教育。

二、以班级为主题开展心理健康教育。

积极发挥班主任的心育作用，做好班级学生的心理辅导工作，解决学生的实际问题。在班级内开展形式多样，丰富多彩的心育活动，提高学生的适应能力，进而提高学生的心理健康水平。

三、重视学法指导。

通过开展学法指导课等活动，引导学生认识自己的潜能，端正学习的动机，掌握适合自己特点的学习方法，改变不良的学习习惯，从而改善学生在学习过程中的被动无助状态，增强学生对本学科的兴趣，增强自信，提高学习的效率。

四、关注毕业班。

毕业班工作是学校的重点工作之一。关注毕业班学生的心理健康状况是也学校心理健康教育工作的重点之一。因此。我们针对九年级开展了《轻松迎考》的心理讲座。通过放松训练，学法指导等活动，帮助学生减轻心理压力，提高学习效率，轻松迎考。

五、关注教师。

为教师提供心理服务，帮助教师工缓解压力，调整状态，提高工作效率。特别关注班主任的心理健康状况，减轻精神紧张和心理压力。帮助教师学会心理调适，增强应对能力，有效地提高心理健康水平。

六、关注学生家长。

通过指导家长转变教子观念，了解和掌握心理健康教育的方法，提高自身良好心理素质，营造家庭心理健康教育的环境，引领孩子的健康成长。

总之，学校心理健康教育工作日益受到大家的欢迎和认可，体会着学生走出烦恼的喜悦感，感受着为学生家长带来帮助的满足感，为教师专业发展助力的成就感。我们深深感到学校理健康教育工作任重而道远，还要加倍努力提高自身素养和业务能力，更好地服务于广大师生和学生家长。

**中小学心理健康工作总结精选篇3**

时光荏苒，一个学期又要过去了，这个学期当中，心理健康工作又上了一个新的台阶。

一、常规工作：

心理健康辅导课程的开设：本学期在初一年级开设心理健康辅导课，这些学生基本上从未参加过心理健康辅导活动，对心理完全没有概念。为此，本学期心理健康辅导课的内容主要围绕在对心理、心理健康的初步认识，及心理学基础知识。针对这个年龄的发展任务（认知发展和同伴交往，增加人际交往技巧及学习方法的辅导，共十六课时。课程内容的选材尽量使心理学容贴近学生生活实际，用一些通俗易懂的例子帮助解释，将身边的现象用心理学观点去分析，以便学生更好地了解、接受心理知识，并在方法上努力做到既实用又便于操作。

心理咨询工作在原来的模式上，今年新增加了网上咨询，开设电子信箱，帮助那些不愿意来心理咨询室当面咨询的学生。 除此之外，为初三学生特设了心语信箱。初步实施效果还不是非常理想，在下学期要加大宣传力度。

心理联络员网络的建立：各班挑选心理联络员定期与心理老师联系，关注、沟通同伴中出现的心理现象及问题，形成心理联络机制。每星期心理委员汇报班级情况给各年级组长，并进行记录，组长汇报给心理委员。为了增加心理委员的知识量，提高其工作技能，每月对心理委员进行一次心理学知识培训。本学期开展了心理健康基础知识和网络成瘾的两次培训。通过培训，学生普遍感到受益匪浅，也能够用自己掌握的知识来发现同学的问题，并及时通知心理老师。 [1][2]

心理广播：本学期心理广播不作定期播放，在收集学生心理动态的基础上，对普遍的现象作广播指导，并对六年级学生家长开展了《同孩子一起成长》的广播指导，针对初三学生及家长的考试焦虑发放了宣传资料。

心理小报：本学期与大队部校报编辑组合作，每月制作一期心理小报，宣传心理知识及学校心理工作、活动动态。最初，学生对心理小报的内容完全没有想法，通过多次的解释和培训，终于第一期心理小报发表了，预备在下学期同全校师生见面。

二、专题活动

本学期的专题活动主要是初三年级学生减压助考活动。

在期中考试前后对全体学生分别作了两次考试焦虑测试，并进行对照。测试发现，在考试前20%的同学有较强的焦虑反应，而在考试后只有3%的学生依然存在焦虑。而且大多数焦虑学生出现在一个班级内，针对这个情况及时通班主任联系，对个别学生进行了单独辅导，并进行追踪。

（二）定期与初三班主任的\'联系，关注出现特殊心理状态及行为的学生，尤其是无故旷课、逃学的学生。关注厌学的学生，及时调整他们的心理状态，防止厌学、逃学现象的恶化。

本学期的心理健康工作重点有一些改变，这样的改变是在适应学生心理状态的基础上发生的，使心理工作更贴近学生的需要，使心理工作能成为班主任的帮手。

**中小学心理健康工作总结精选篇4**

在教育实践中，我校深刻体会到良好的、健康向上的心理素质是学生全面发展的基础，因此，有必要对学生进行心理健康教育，帮助学生提高心理素质，增强学生承受挫折、适应环境的能力。在本学期的教育、教学工作中，是这样做的：

一、加强教师自身修养，树立“身教”楷模

心理健康教育的目标是提高学生的心理素质、促进学生人格的健全发展。这一目标的实现，离不开教师。教师与学生朝夕相处，在向学生传授科学文化知识和组织各项活动的过程中，在与学生的日常交往中，无时无刻不在以其自身的人格力量影响学生，教师的作用是无处不在、不可取代的。教师的心理素质直接影响着学生心理素质的发展，影响着教育教学工作的成效。因此，我们首先阅读了什么是心理健康、如何维护自身的心理健康，如何保护学生的心理资源、如何对学生进行一般性的心理辅导等方面的书籍。学习心理健康教育理论，和学年组教师共同研讨心理健康教育的具体操作方法。并身体力行，时时、事事、处处为学生做榜样，要求学生做到的自己首先做到。

二、坚持全面渗透，多渠道全方位开展心理健康教育工作

1、学科教学为主渠道进行学习方法辅导，并在教学过程中渗透心理健康教育。学校心理健康教育的一项重要内容是对学生进行学习心理辅导。会学习的人轻松愉快富有成效。进行学习心理辅导，能帮助学生学会学习，这既是当前提高学生学习效率和效益的需要，也是使学生将来能有效地进行终身学习、适应飞速发展的社会的需要。学习心理辅导通过包括学习智能辅导，学习方法辅导，学习态度、动机、兴趣和习惯的辅导，预防学生学习疲劳，减缓学生考试心理压力等。学习方法不当是学生较突出的心理问题，应加以辅导。虽然智力水平高的学生常能通过摸索，掌握一些有效的学习方法，但多数情况下要走一些弯路，而许多学生很难在学习中“自然而然”地掌握科学的学习方法，所以有必要对学生进行科学的、系统的学习方法辅导，帮助学生积极主动地建立自己的学习方法体系。

2、课堂教学方面，充分发挥课堂教学主渠道作用。通过学科教学中的创造性教育，发展学生的求同思维和求异思维，注重激发学生的探索欲望，培养学生的创新精神，提高学生的创造性思维能力；通过心理健康教育，培养学生的心理品质；通过文学欣赏、艺术欣赏课，培养学生的审美观。

3、班主任工作方面，精心培育学生的创造性人格。在班集体建设过程中以发展学生个性、尊重学生为基础，建立民主、平等、和谐的师生关系和团结、协作、竞争的同学关系，营造创造教育氛围，创设创造性人格形成的有益的外部环境，促进学生创造性心理品质的形成和发展；组织创造性实践活动，班主任通过组织主题班会、文体活动、校外社会实践活动，为学生提供参加创造性活动的\'机会，发挥学生的积极性和主动性，培养学生的创造性人格品质；组建创造性学习小组，鼓励学生利用课余时间独立地开展创造性活动或以小组为单位进行集体创作，促进学生创造性人格的健康发展；正确评价学生的创造性，班主任通过科学地评价学生的创造力和创造性人格，帮助学生认识自己的创造力，引导学生在活动中发展自己的创造性人格，提高创造力。这些实践使班主任深刻体会到，心理健康教育有助于在班主任与学生之间建立起平等、和谐的师生关系，为班级工作的开展、良好班集体的形成，创设了和谐、融洽的心理氛围。

4、努力营造有利于学生创造性人格形成的文化氛围，通过组织参加科技节、艺术节、黑板报、团队活动、文体活动、校园建设等，营造发展个性、师生平等的创造教育氛围，教育学生敢想、敢说、敢做，敢于向权威挑战，激发学生的创造意识，培养学生的创造心理。

5、在个性教育方面，通过开展学科兴趣小组活动、心理咨询活动等个性教育方式，对学生进行个别辅导。

6、在学校与社会结合方面，通过与家长及时的沟通，随时了解学生思想动态，取得家长的有效配合。

总之，只要教师要真正融入学生当中，成为他们的知己，在师生和谐的互动中，正确引导、矫治学生的不良倾向，最终会解决学生的心理健康问题，把心理健康教育真正落到实处。

**中小学心理健康工作总结精选篇5**

个体生活于人类社会的大生态系统之中，个体的存在状态受到整个社会生活的影响。学生生活、学习于家庭、学校、社会之中，其心理健康状况极大程度上与这些外在的生活环境相互联系，受到他们的强烈影响。

只有了解这种联系和关系，对这些因素进行综合分析，我们才能找出导致学生心理健康问题的根源，才能帮助学生比较彻底有效第矫治其心理不健康的状态，使其享受健康的`生活。影响学生心理健康的外在因素主要包括家庭因素、学校因素和社会因素。

一、家庭因素家庭是社会的最基本单元，人们最早也最久生活于家庭之中。

家庭因素对中小学儿童的身心健康来说影响很大。国内外大量研究表明，不良家庭环境因素容易造成家庭成员的心理行为异常。这些因素主要有：家庭主要成员变动，如父母死亡、父母离异或分居、父母再婚等；家庭关系紧张，如父母关系、婆媳关系、姑嫂关系、兄弟姐妹关系不和谐，家庭情感气氛冷漠，矛盾冲突频繁等；家庭教育方式不当，如专制粗暴、强迫压制，或溺爱娇惯、放任自流等；以及家庭变迁，出现意外事件等。

二、学校因素儿童时期，花在学校的时间要占去32％，仅次于在家庭的时间。

学校对儿童发展和心理健康的影响也仅次于家庭的影响。学校因素主要有学校教育条件、学习条件、生活条件，以及师生关系、同伴关系等。这些条件和关系如果处理不当，就会影响学生的身心健康发展。例如，校风学风不振、学习负担过重、教育方法不当、师生情感对立、同学关系不和谐等，都会使学生的心理压抑，从而精神紧张、焦虑，如不及时调适，就会造成心理失调，导致心理障碍。

三、社会环境因素社会因素主要包括政治、经济、文化教育、社会关系等，这些因素对一个人的生存和发展起着决定作用。

其中社会生活中的种种不健康的思想、情感和行为，严重地毒害着学生的心灵。特别在当前，人与人之间的交往日益广泛，各种社会传媒的作用越来越大，生活紧张事件增多，矛盾、冲突、竞争加剧。所有这些现象都会加重学生的心理负担和内心矛盾，影响身心健康。

**中小学心理健康工作总结精选篇6**

心理健康教育作为学校健康教育工作的内容之一，正日益体现出它的重要性。本学期我校的心理健康教育，继续把全面培养学生健康的心理素质作为工作的重点，在德育办公室的领导下，围绕学校德育要求，开展了一系列行之有效的心理健康教育，取得了较为明显的效果。

一、多种形式结合，进行心理健康教育

1。集体教育和个别辅导相结合

集体教育和个别辅导相结合，全体参与和个别对待相结合的方法，既可让全体学生都能受到适当的教育，又使个别学生的各种特殊问题得到及时解决。学期初，我们针对学校情况，要求班主任开展一次心理健康教育的主题班会，将心理健康知识慢慢渗透到每一个孩子的\'心中。与此同时，我们从学生之间存在的差异出发，建立了个别辅导模式，以弥补“集体辅导”的不足。开设心理咨询室进行个别咨询是教师和学生通过一对一的沟通方式，对学生在学习和生活中出现的问题给予直接的指导，排解心理困扰，并对有关心理行为问题进行诊断、矫治的有效途径。

2。通过课堂教学渗透心理健康知识

课堂是学校进行教育活动的主要场所，课堂教学不仅是知识的传授，更是学生心理发展的过程。各科内容都是很好的心理健康教育素材，如在语文学科中进行心理教育，在品生、品社课中进行心理教育的渗透……让学生并不是孤立地接受心理健康教育，而是多方位地受到心理健康教育。

作为教育的主体，教师不仅在知识上影响着学生，而且教师的人格也会在教学的师生互动过程中起潜移默化的作用。

3。心理健康教育与学校、家庭、社会教育相结合

心理健康教育不能仅限于学校教育这一领域，它应当以更积极、更主动的姿态拓展阵地。我们全面分析了学校教育的特点以及影响学生素质提高的各教育因素，觉得家庭与社会亦是心理健康教育的重要阵地。特别是家庭教育，它直接与学生心理健康状况相关联。我校利用家长学校进行心理卫生知识教育，指导家长转变教子观念，了解和掌握心理健康教育的方法，注重自身良好心理素质的养成，营造家庭心理健康的环境，以家长的理想、追求、品格和行为影响孩子。当实践表明，家长能够配合学校促进子女全面健康成长，成为学生心理健康教育中的一支重要力量。

4。心理健康教育与德育、教学工作相结合

学校德育工作、教学工作和心理辅导的主要对象都是学生，它们共同服务于年轻一代的健康成长和个性的全面发展，服务于学校教育的总目的。它们的具体任务在一定程度上互相交叉和渗透，但又各有侧重，不能相互代替。

二、整合教育资源，发挥心理健康教育作用

学校心理健康教育是全程的、全方位的心理健康教育，因此，日常教育中我校十分注重整合学校各种资源，来发挥心理健康教育的合力。

1。丰富校园文化、通过各种喜闻乐见的活动来推进心理健康教育。

我校通过开展丰富多彩的校园文化活动，如少先队大队活动、运动会、集体舞等为学生搭建表现才华的舞台，调节学生的身心，释放学生的潜能，并通过各种竞赛，来培养学生的合作精神、奋勇拼搏的精神等，这些，都在潜移默化中培养了学生良好的心理素质。

2。利用学校各种阵地，推进心理健康教育。

开展心理健康教育，我们注重利用好学校的各种设施，通过宣传橱窗、教师博客、黑板报等阵地来开展形式多样，丰富多彩的各种心理健康教育活动。

总之，学校的教育教学实践不仅是运用心理学知识的重要场所，同时也是心理学知识丰富的源泉。作为学校及教育工作者必须掌握好心理知识，遵循学生心理发展的规律，在实践中灵活运用心理教育规律，总结心理教育的经验，与家庭、社会紧密联系，才能取得良好的成效。

**中小学心理健康工作总结精选篇7**

良好的心理素质是人的全面素质中的重要组成部分。心理健康教育是提高小学生心理素质的教育，是实施素质教育的重要内容。中学生正处在身心发展的重要时期，随着生理、心理的发育和发展、社会阅历的扩展及思维方式的变化，他们在学习、生活、人际交往和自我意识等方面，会遇到各种各样的心理困惑或问题。因此，在中学开展心理健康教育，是学生健康成长的需要，是推进素质教育的必然要求。

心理健康教育的总目标是提高全体学生的心理素质，充分开发他们的潜能，培养学生乐观、向上的心理品质，促进学生人格的健全发展。具体目标是：使学生不断正确认识自我，增强调控自我、承受挫折、适应环境的能力；培养学生健全的人格和良好的个性心理品质；对少数有心理困扰或心理障碍的学生，给予科学有效的心理咨询和辅导，使他们尽快摆脱障碍，调节自我，提高心理健康水平，增强自我教育能力。

中学心理健康教育是帮助学生在学习生活中品尝解决困难的快乐，调整学习心态，提高学习兴趣与自信心，正确对待自己的学习成绩，克服厌学心理，体验学习成功的乐趣，培养面临毕业升学的进取态度；培养集体意识，在班级活动中，善于与更多的\'同学交往，健全开朗、合群、乐学、自立的健康人格，培养自主自动参与活动的能力。

我校根据学校的实际情况开展了丰富的心理健康教育活动，注意发挥各种方式和途径的综合作用，增强心理健康教育的效果。如：

1、心理知识讲座。

普及心理健康科学常识，帮助学生掌握一般的心理保健知识，培养良好的心理素质。诚然，个别生在心理健康发展方面需要得到特别的教育和帮助。但是，心理健康是全员性的问题，是每一位学生在成长与发展中都必然会面临的挑战，包括那些学习优秀、在教师看来是“好”孩子的学生，也同样需要心理健康教育。许多研究与实践证明，有时这些“好”学生反而更需要心理健康教育。因为，往往由于学习成绩好，这些“好”学生心理发展中不健康的侧面就常常被忽视，得不到教师的重视和及时的帮助教育。如，一些“好”学生由于长期被宠、被捧，心理承受能力已变得极脆弱，稍不如意就发脾气，有的还采取极端措施进行打击、报复，甚至走上犯罪道路。可见，心理健康教育并非只是个别学生教育的需要，心理健康教育是面向全体学生的重要课题，心理健康教育应成为我们学校教育的重要任务，防止心理健康教育学科化的倾向。针对七年级学生进行适应性教育，针对八年级学生进行青春期教育，

2、团体辅导。

针对学生身心发展的特点和社会需要，依据一定的心理辅导理论与方法，引导学生自我了解、自我探索、自我体验、自我发展、自我成长。心理教师积极配合毕业班教师对学生进行考试考虑心理的调适，包括深呼吸松弛法，联想放松法，积极暗示法，转移刺激法，模仿学习法，系统脱敏法，等一些心理辅导，坚定学生的信念和决心，增强临考心理素质。

建立学生心理健康挡案并使之逐步规范化，这对于提高学校心理健康教育的针对性和有效性具有重要作用。它将有助于确定具体的、有针对性的学生心理教育工作的目标、内容、方法与途径，有助于有的放矢地诊断、分析、解释与评价。

心理健康教育是提高中学生心理素质的教育，是实施素质教育的重要内容，培养心理健康的教育人才，是学校教育的重要任务，是一项需要细致和爱的工作。为了培养心理健康的人才，我们在心理健康教育活动中，还将不断努力，不断完善工作的思路，不断创新工作的模式，使学校的心理健康教育更有效。

**中小学心理健康工作总结精选篇8**

本学年学校根据学生身心发展特点，运用心理学理论和方法，有目的、有计划、有步骤的通过多种形式及途径，培养学生良好的心理品质，积极开展丰富多彩的促进学生身心全面发展和素质全面提高的教育活动，现总结如下。

一、广泛宣传：

利用学校的校园广播站、政教信息、家长学校、讲座等宣传心理知识。从实际出发，自己选材，自行设计，贴近学生们生活成长需要，易于接受，能够引起兴趣，产生共鸣。

二、开展心育班会、心理讲座

我校积极倡导广大教师员工学习教育、心理理论知识，提高自身心理素质，重视心理工作对学生发展的重要意义。心理健康教育领导小组成立以来，不少班主任利用班会，逐渐渗透心理辅导内容，以学生关心的心理问题为主题，互相探讨。引导他们正确的看待他人，和他人和睦相处，向他人学习，克服妒忌等不良心理，树立正确的心态。

心理健康教育讲座的开展分为三个部分：第一部分是针对学生开展的教育。本学年主要有《怎样与老师交往？》、《与室友难处怎么办？》、《浅谈中考的心理调适》等心理讲座。第二部分是针对教师的培训。作为一名教师应如何看待学生，如何尊重学生的完整人格，独特的个性，了解学生的内心世界，和学生成为朋友，加强师生间沟通等，使全体教师在树立现代学生观，如何从心理角度理解学生、尊重学生的深刻的教育，收获很大。在此过程中，教师们积极开展工作，一方面研究了专项课题，提高教师教科研能力，另一方面在研究过程中自身也不断学习，提高了心理理论知识和自身心理素质。第三部分是对于家长的教育。为了使家庭教育能更好的配合学校教育，对家长的心理教育指导也是非常关键的，为此利用家长学校为家长们作讲座，指导家长正确认识孩子的心理问题，如何和孩子沟通，怎样从心理角度做孩子的教育等等，使家长对心理健康教育有了一定的了解，对于学校的心理教育工作得更好开展奠定了坚实的基础。

三、开展咨询工作

心理咨询工作是心理健康教育的一个重要组成部分。随着学生面对学习压力的增大，竞争日益激烈，青春期躁动以及遇到的一系列青少年常见心理问题，他们迫切需要心理辅导以摆脱日益严重的不良情绪。我校的心理咨询工作充分发挥其职能作用，从学生咨询来看，反映的内容主要有学习问题、考试焦虑问题、自制力问题、人际关系、异性交往、家庭关系等等，心理老师都一一作了回复，从专业领域向他们解释、建议、鼓励，从中帮助他们走出困境。

咨询室定于每周五课外活动，学生可以按时间来当面咨询，也可以和心理老师预约时间。心理老师对待每一名前来寻求帮助的学生都耐心和他们一起讨论问题，分析原因，探讨解决的方法，增强他们的自信心，使每名学生都得到相应的帮助。家长咨询，以及一些家长亲自来反映问题。家长从家庭角度反映一些孩子的问题，寻求帮助，不知该如何处理这些事情，如何教育孩子。心理教师会指导他们正确的看待孩子的心理问题，正面开导，加强沟通，在理解孩子心理的前提下再施以恰当的教育，如有必要，心理老师还会直接找到该生谈心，做到学校教育和家庭教育密切配合，共同做好学生教育工作。

通过各项工作的系统开展，取得了一些成绩和经验。首先，心理教育紧密围绕学生的实际需求开展，抓住了学生的特点，学生感兴趣什么，需要什么就及时开展相应的教育指导工作。如中考临近时，及时出了开设了《浅谈中考的心理调适》的讲座，告诉他们正确认识考试，对自己做出恰当的估计，调整期望水平，降低焦虑。因此对于学生的心理教育工作既要按照成长规律进行系统安排，又要兼顾特殊时期、特殊情况出现的问题，灵活掌握，切实满足学生的需求。其次，对于心理咨询工作的时间上应尽量方便同学。正常的教学可以有正规的课时安排，但心理咨询不同，要随时以学生的课余时间为工作时间。定为下午，放学后的高峰期，或是另外预约的时间更是不包括在规定时间之内。咨询的时机是千变万化的，一旦错过就很难再找到，而有些学生是鼓足勇气，下了很大的决心来的，如果这次没能及时帮助，也许就不会有下次了。因此，面对这样一种情况，就要求心理教师爱岗敬业，甘于奉献，一切以学生为主。再次，学生渴望心理健康教育。在信息化时代，社会处于同新月异的变化之中，学生们在学校中在体验自身成长变化的同时，还要感受激烈的竞争，学习的压力及以不断变革所带来的不稳定因素的影响，因此他们内心的矛盾、冲突、压抑就更为显著。在开展心理教育的工作中可以明显感受到他们的迫切需求，渴望参与的心情。在这种局面下，就更有利于在学生中间开展各项活动与工作，也能够及时的发现问题进行指导。第四，教师心理水平比以往有了较大的提高。以前很多教师对心理学一知半解，对于学生的心理发展规律、心理健康教育都不清楚。而现在教师都能接受心理健康教育工作，对学生的心理问题也有了一定的认识，如对学生异性交往问题，不再是以往的严厉批评，生硬拆散，严禁交往……现在许多班主任对这个问题都有了新的认识，会找同学谈心，和他一起分析探讨，能够正确看待青春期中学生向往异性接触的心理。因此，随着教师心理水平的提高，对学生的教育和管理也更趋于人性化，更注重心理感受，避免了矛盾冲突或直接造成尖锐的问题。

在我校本学年开展的一系列工作取得了很多成绩的同时，不可否认，心理健康教育工作还在刚刚起步，处于探索阶段，这其中还会有很多困难，存在很多不足的地方，主要有：

1、领导、教师、家长的重视程度不高。心理健康教育工作在我校尚处于初级阶段。一些教师，家长对于开展学生的心理健康工作置若罔闻，持不支持态度；

2、教师心理知识、心理素质有待提高

在学生提出的很多问题当中，有很多问题客观上说是由某些教师直接造成的。受多年应试教育思想的影响，旧观念不能及时转变，也就不能适应新时期新的受教育者的发展，新与旧必然产生矛盾，这也就造成了学生的一些问题。因此一个教师自身身心素质的提高也是当务之急，只有教师心理健康，才能给学生以正面影响，只有教师有足够的心理理论知识，才能准确洞悉学生的心理，及时发现问题，给学生以科学的.心理指导，注重心灵的交流。

3、心理健康教育的配合力度不足

心理教师一个人的工作力度和可利用范围是有限的，以及一些特殊问题是需要广大教师和家长多方支持和配合的。如班主任发现的一些学生心理问题可以及时反映给心理老师，是心理老师能够随时掌握学生的发展情况，制定相应的工作计划。而心理老师在咨询过程中需要其他教师的共同配合，创设一种有利于帮助学生解决困难的情境，或者是需要家长做家庭教育密切配合心理教师指定的辅导方案，帮助学生一点点从不良情绪中解放出来。因此教师和家长的大力支持和密切配合是开展心理工作的有力后盾，而这种配合形势还有待进一步加强。

4、大的心理健康教育氛围还未形成

心理健康教育不仅仅是开几节讲座，或是开设个别的咨询工作，它应该贯穿于整个教育教学过程中。学生从每一节课上都能获得相应的收获，每一个潜能的发挥都能在每一科教学中找到适当的时机。教师们应力求使学生在学习科学知识的同时，心理也不断得到充实，素质逐渐提高。因此心理健康教育应是每一名教师的任务，使每一名学生的关心的事情，是校园内形成一个良好的心理健康氛围，学生们能够敞开心扉互相讨论各自感兴趣的问题，教师充分关注学生及自身的心理健康，上咨询室不再是偷偷摸摸，怕别人知道的事情。在这样一个大的氛围下，心理健康工作才算是真正到位，落到实处。

在心理健康教育工作中可以发现，学生所反映的心理问题是有共同点的，有很多学生遇到的问题是相一致的，主要有：

（1）、学习问题，包括学习困难，成绩落后，考试焦虑，上课注意力不集中等。学生的主要任务是学习，因此学习问题是大多数学生所困扰的。

（2）、人际交往问题，包括人际关系问题，异性交往问题和家庭关系。由于自身的某些原因，性格上或是没有掌握好人际交往技巧，和同学之间相处不和谐，要么关系冷淡，凡人不理，要么关系紧张，剑拔弩张。异性交往似乎是青春期阶段学生和教师的永恒话题，现在也是一样的受学生关注。家庭中和父母的关系也越来越多的被学生们提出，认为父母不了解自己，太多的干涉自己，从一系列的由于父母监管过严，孩子杀父母的事件中我们也应引起足够的重视，更多的探讨家庭教育存在的弊端。

（3）、自信心、自制力、情绪控制等问题，这些应该算是一些常见问题，是学生们成长的一部分，反映出他们更多的关注自己，感受自己，渴望提高自己的身心素质。

心理健康教育工作开展以来，我校在看到工作取得的成绩的同时，更是认真总结工作中存在的不足，针对这些不足的地方，制订下学年的指导思想和计划，在保持已有工作的基础上，对于不完善的方面，重点开展工作，号召全校领导和师生积极参与进来，给与心理健康工作更多的关注和支持。

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