# 初中教师心理健康总结

来源：网络 作者：落梅无痕 更新时间：2025-03-15

*有关初中教师心理健康总结精选5篇教师总结可以帮助我们去评估教育质量和发展趋势，为社会提供客观真实的教育质量评价和教育发展趋势分析，有利于促进教育改革和提升教育质量。以下是小编整理的初中教师心理健康总结，欢迎大家借鉴与参考!初中教师心理健康总...*

有关初中教师心理健康总结精选5篇

教师总结可以帮助我们去评估教育质量和发展趋势，为社会提供客观真实的教育质量评价和教育发展趋势分析，有利于促进教育改革和提升教育质量。以下是小编整理的初中教师心理健康总结，欢迎大家借鉴与参考!

**初中教师心理健康总结【篇1】**

健康的心理是人类生存必备的条件和基础。时代在发展，人们心理健康方面的问题却越来越多。特别是在中学阶段，青少年的心理健康问题也更加引起人们的关注。作为学校里一名心理教师，常常面对各种各样学生的心理困惑，也就常常感到自己知识与能力的欠缺。

一个学期的教师心理健康培训，感觉收获颇丰，在这个过程中，通过老师们共同的交流研讨，吸取了很多实际经验，这是单纯理论所无法达到的。

通过学习，我懂得了教师首先要具备健康的心理。教师是学校心理健康教育的具体实施者，他不但要有渊博的学识和出色的专业技能，还要有健全的人格。教师的言行对学生有很大影响，在学生的心目中，教师是很神圣的。教师的言谈举止、待人接物的方式，都会让学生受到深刻的影响。一名优秀的教师，会在课堂中营造出和谐与温馨的气氛，让学生如沐春风。因此，教师完善的心理素质，是构建良好师生关系的基础，是实施心理健康教育和情感教育的出发点。新的教育实践要求每一位教师都应不断地完善品德修养，提升自己的人格魅力。

为此，教师要善于做好自身的心理调节及保健工作。要了解自我，辩证地看待自己的优缺点。要学习心理卫生和心理健康知识，掌握心理调节的方法，学会缓解心理压力。要善于调控情绪，保持心理的平衡；要善于建立良好的人际关系；要乐于为工作奉献，并合理安排时

间；要培养多种兴趣与爱好，陶冶情操。只有这样，才能以饱满的工作热情投入到教学活动中去。

通过学习，我认识到了学生心理健康的重要性。中学阶段学生的心理健康对其一生有极为重要的影响。我们常常能在报纸或新闻中看到学生自杀的事例，有学习方面，也有不善于处理人际关系方面的因素。这表明，当代青少年学生承受心理压力的能力有待提高。在这些新现象、新问题面前，心理教师应力求“对症下药”，给予学生鼓励，帮他们重拾信心。要对学生不良心理的成因多加了解，是学校因素，还是家庭或社会因素。当我们感觉无力摆脱社会风气的困扰，就要会同学生家长采取较为科学的方法教育子女。例如，可以尽量创设健康的教育环境，可以有计划有针对性地开展心理健康教育活动；可以与学生家长沟通思想，相互配合，而且要将其渗透到学校教育的全过程。

总之，我们的目的就是教书育人。为了让学生形成健康的心理，教师要不断完善自己的人格。良好的品格修养、高雅的气质、卓越的教育才能都将对学生产生潜移默化的教化作用。只有形成学校、家庭、社会的心理健康教育网络，齐抓共管，学生的心理素质和心理水平才能朝着健康的方向发展。

这是我们很好的一次学习机会。通过学习，无论在理论知识，还是方法技巧上我都对心理教育有了进一步的了解。为提升自身人格魅力，为了孩子们能够真正健康快乐地成长，我会继续学习，继续关注心理健康教育问题，并将所学运用到自己的工作实际中。

我希望自己成为虽不耀眼，但足以照彻孩子心灵的一束光！

**初中教师心理健康总结【篇2】**

良好的心理素质是人的综合素质的重要组成部分。中小学生正处于身心发展的重要时期。随着生理和心理的发展，特别是面对新时代学习和社会经验的拓展、思维方式的改变，他们在学习、生活、人际交往、高等教育就业、自我认知等方面都会遇到各种各样的心理困惑和问题。因此，心理健康教育是当今社会众所周知的科学观点。心理健康教育作为学校健康教育的内容之一，日益显示出其重要性和时代性。今年，我校已将心理健康教育纳入学校正常教学工作。从领导到教师，心理健康教育始终贯穿于他们的日常工作中。

1、老师的观念变了。

以前，大多数师生很少听到“心理健康”、“心理咨询”这两个词。随着我校心理健康教育与培训的开展，教师的观念发生了可喜的变化。特别是随着社会的快速发展，个别学生由于学习、升学、家庭、生理等多种原因，出现了不同程度的心理问题。心理健康培训使教师提高认识，认识到掌握心理健康教育知识的重要性，认识到育人的重要性，认识到教师健康的心理对学生和自己的重要性。有一句老话是这样说的:“你应该保持你的心胜过一切，因为生活的效果来自你的心。”这是一句很有哲理的话。当我们心理健康的时候，可以事半功倍。在学校，师生感到舒适，心理健康，人格健全，这是我们学校心理健康教育的目的。

2、教师的心理健康丰富了。

通过近一段时间的培训，教师们了解了自身心理健康的现状及存在的原因，并共同探讨了教师心理健康的标准。由于教师教学的对象是学生，要达到教书育人的目的，就必须了解学生的心理特点、存在的问题以及保持学生健康的措施。没有优秀的老师，就没有优秀的学生，没有心理素质好的老师，就培养不出心理素质好的学生。因此，在培训中，老师们分析了中小学教师常见的心理问题及其调试方法。只有心理健康的教师，才能造就身心健康的学生；另一方面，教师不健全的人格和不健康的心理会对学生的人格成长、人格形成和心理健康产生不利影响。因此，教师有必要了解心理健康。

3、在实际教学中效果显著。

教学上，全校各班不定期开设心理健康课程，课程内容根据实际教学情况灵活安排。根据我校的特点和学生的实际情况，从学生入学开始就安排了心理健康教育。在平时的具体教学实践中，安排了如何处理人际关系、中学生早恋等问题，提高人格和心理健康的自我维护，学会学习。所有这些课的内容都不是一成不变的，而是相互穿插，根据学生的具体情况灵活安排。这种灵活的内容安排形式，有利于及时解决学生中常见的阶段性问题，帮助他们解决自己在学习、生活、成长中的困惑，取得良好的效果。此外，在本学期的教学工作中，我们实行了教师走近学生、家访制度，加强了班主任与学生、教师与学生之间的沟通与联系。通过这些措施，学生和老师建立了良好的信任关系，从而实现了课后师生间的协商交流，及时解决了很多学生的心理问题。

4、教学和科研

根据我校学生的实际情况，目前完成的调查研究主要集中在如何调节学生因家庭危机而产生的心理障碍，以及我校学生普遍存在的厌学、不良习惯等问题。不定期组织班主任和任课教师进行沟通讨论，以求达成共识，并组织相关教师对学生的具体心理问题进行更深入的研究和分析，以确定解决问题的最佳途径和方法。通过不断的调查研究，我校教师在心理健康方面的专业能力有了明显的提高，越来越多的教师关注并积极研究心理健康问题。我们在心理健康方面的研究前景是乐观的。

对学生进行心理健康教育，教师首先应具备正常健康的心理特征。因此，心理健康教育不仅是针对学生的，对教师来说也是非常重要的。因此，我们逐步加强了对教师的培训，最终目的是使教师不仅能够胜任教学业务，而且能够成为一名合格的心理健康教育教师。

当然，任何新生事物的诞生都有一个成长成熟的过程。目前我们学校的心理健康教育还处于一个不完善、不成熟的阶段，但毕竟迈出了第一步，可以说是走在了同类学校的前面。虽然今后如何更好地开展这项工作仍将是一个需要不断探索和常识的艰苦过程，但我们相信，在学校领导和广大师生的不断努力下，我校的心理健康教育将会蓬勃发展！

**初中教师心理健康总结【篇3】**

田莘耕中学心理健康教育工作以全面培养学生健康的心理素质，为工作目标，在学校德育处的指导下，针对我校学生心理特点，围绕学校“学生人人心理要健康”的要求，开展了一系列行之有效的心理健康教育。学生心理调控能力，自我约束能力均有较大提高。现把我校近几年来的主要心理健康教育工作总结一下。

一、以理论学习为入口，提高心理健康教育认识

心理健康教育在我校才刚刚起步，尤其是它有很强的科学性尚未被许多教育工作者和广大人民群众所了解，还没有被充分意识到开展这项教育活动的重要性和迫切性。近几年来，我校从提高对学生心理健康教育的认识着手，不断增强实施心理健康教育的自觉性和主动性。从领导班子与教学骨干抓起，采取理论学习、问题讨论、专题讲座、工作研究、经验总结等方法，逐步引起大家对心理健康教育的重视，逐步统一思想，为心理健康教育在学校的开展和实践打下思想认识基础。与此同时，还引导大家从素质教育的高度来认识心理健康教育的重要性。大家逐步认识到，加强心理健康教育，培养一系列健康的心理品质，能够有效地促进学生全面发展。因此在全面实施素质教育的今天，我们没有理由忽视心理健康教育。

二、以骨干教师为龙头，强化心理健康教育技能

中小学心理健康教育，虽然国内才刚起步，但是发展迅速，有些地区已经推进到了一定的深度，形成了一些有效模式。我们认为中小学心理健康教育的开展，不管哪一种模式，落脚点都在教师，首先对骨干教师进行培训，然后再对全体教师进行培训；不但要提升全体教师的心理健康教育理论水平，而且要增强他们的实践技能；不但要提高全体教师自身的心理素质，而且要树立他们的心理健康教育观。因为教师将要面向的是全体中小学生，是活生生的人，是敏感、稚嫩、能动、可塑的一颗颗心，没有一个良好的整体心理健康教育环境，心理健康教育的效果和质量将得不到保证。可以肯定地说，全体教师的培训，是中小学心理健康教育的生命。

当然，这种培训是根据教师心理健康教育的目标系统，针对不同的对象，拟出不同的培训计划，然后分层次组织培训。

（1）、以行政管理人员为先导。学校校长和中层领导人员，是一所学校的头脑，决定着学校教育教学的目标和方向，没有他们的重视，学校开展心理健康教育将是一句空话。我校成立了以韦玉枝副校长为组长，以隆敏强、黄丽清、苏菊连、黄玖玲为组员专门进行监督和管理。所以，我们首先抓这部分人的培训，着重提高他们对中小学开展心理健康教育目的、意义、必要性和迫切性的认识。另一方面，要求他们自学心理学相关理论，改善领导和管理行为。我校崔建儿老师先后参加县、市、心理健康教育专题培训，并拿到省B级咨询师证书。

（2）、让班主任老师着力跟进。心理健康教育专兼职教师，是学校心理健康教育的业务骨干，他们不仅有自身素质的提高问题，而且还将承担对全体教师的基础培训任务，这是分层次培训中的培训重点和难点，对他们的培训，不能局限几次短期培训了事，而要求系统进行。具体途径是：一是参加自考、函授、等形式的专业学历进修；二是参加省、市、县组织的系统化培训班。要求他们掌握心理学基础理论，掌握心理健康教育的实践技能，具备一定的心理健康教育科研能力。我校有23位班主任都拿到了省C级咨询师的证书。

（3）、在全体教师中普及。有专家曾经指出，中小学生的心理健康问题，70%产生于学校。且不论此话是否言过其实，至少说明学校是学生心理问题的发源地之一。学生在学校，正面接触最直接、最多的是学科教师，教师的人格修养、教学行为乃至言谈举止通过学生的感观直达学生的心灵深处。其影响是正面的，还是负面的？是信心和鼓励，还是失落和压力？是情与爱的感化，还是责罚与伤害？一切取决于教师的管理与教育教学过程是否规范科学。因此，在全体教师普及心理健康教育知识，提高师德修养，规范教育教学行为，决定了学校心理健康教育的得失成败。我们的做法是：首先有针对性地进行师德和教师行为规范培训，期间还要求教师对照学生心目中的教师形象，作自我评价，进行自我“形象”整容。其次，通过教育心理学、青少年儿童心理卫生、心理健康教育技能等常识的校本培训，使全体教师掌握基本的学校心理卫生基本理论和实践技能。初步实践证明，这种教师全员培训是十分必要的，不但教师自身心理素质提高了，而且改变了许多教师的育人观，学生问卷调查也充分说明了这一点。

在心理健康培训过程中我们培训采取的方式主要是：

（1）请进来。请有关教育心理学专家来校作讲座，以提高教师的心理健康教育水平。

（2）走出去。没有学习、没有借鉴，就不可能有很大的提高，坐井观天，裹足不前，只能导致落后，只有不断地拓展自己的视野，适时地充电，才能提高自我。因而，我们不放过任何一个有利的机会，创设条件组织有关人员到杭州，宁海等参观学习，每次学习后都有新的体会和感悟，有效地提高了我校教师教育实践能力。

（3）传帮带。对班主任一周心理健康教育工作中存在的问题，作针对性的个别指导，参与班级辅导工作、帮助解决具体问题，充分发挥每个教师的主动性、积极性和创造性，创设身心健康的和谐氛围。

三、以多种形式为结合，拓展心理健康教育渠道

（1）集体教育和个别辅导相结合。中学生心理健康教育应树立面向全体学生，以班级集体教育和个别辅导相结合，全体参与和个别对待相结合，使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。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，为此，学校开展心理咨询活动。

（2）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网络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。利用家长学校进行心理卫生知识教育，以家庭教育指导为链接，加强学校与家庭的联系。实践研究表明，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，形成关心、支持、参与素质教育的良好环境，使学校素质教育得到横向发展。

（3）心理健康教育与德育、教学工作相结合

学校心理辅导的主要目标，是辅导人员从受辅者的实际出发，协助、引导受辅者去正确认识自己、接纳自己，正确认识环境和认识未来，学习面对困难和挫折，协调人际关系，维护和恢复心理平衡，促进身心健康，增强生活的适应性。其终极目的是使受辅者的潜力得到充分的发挥，为品德和才能的进一步发展提供良好的基础，并能依据自己的特点、环境和机缘，去选择既有利于自己，又有利于社会的人生道路，以便愉悦、有效地属于自己特有的生活。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。当前的主要问题是，由于传统的工作模式，学校的空间、时间、财力、物力和师资，几乎都被学校教学和德育工作所占有，特别是为应试教育所占有。因此，要理顺心理辅导和学校其它工作的关系，要转变教育观念，真正使学校应试教育转轨到素质教育中来。

（4）学校专门设立了绿色心屋，从周一到周五中午一个小时，晚上一个小时开放。学生们也可以预约。为此学校在今年4月份通过了心理健康达标的审批。

**初中教师心理健康总结【篇4】**

非常荣幸来到会山中学，我捧着一颗火热的心踏上讲台。开始我的教学生涯。也非常感谢学校领导和老师们对我工作的支持与帮助。在这半年里我深刻体会到了做老师的艰辛和快乐，我把自己的青春倾注于我所钟爱的教育事业上，倾注于每一个学生身上。一个学期的工作已经结束，收获不少，下面我把一学期来的工作作一总结：

一、教学工作

这学期主要担任一年级的生物、八年纪的生物和九年级的化学的教学及其中一个班的班主任工作。因为第一次上岗，对学生的思想、学习以及家庭情况等我都不清楚，必须得摸索教材，所以工作起来很吃力。新人就是新人。由于经验的缺乏，我的教学水平与其他有经验的老师相比是有差距的，这一点在考试中就显现出来了。第一次月考以及期中考试，我带的帮成绩都很不理想：二班和一班相比，差距都比较大。所以，我自身感到压力也很大。从这两次考试中，我认真总结了经验和教训。我认识到，光靠课堂教学是不可能很好地提高学生的成绩的。我为了教学经常找他们谈心、交朋友，使他们懂得老师没有把他们\"看扁\"，树立起他们的信心和激发他们学习的兴趣。

二、要提高教学质量。

（1）课前准备：备好课。

①认真钻研教材，对教材的基本思想、基本概念，每句话、每个都弄清楚，了解教材的结构，重点与难点，掌握知识的逻辑，能运用自如，知道应补充哪些资料，怎样才能教好。

②了解学生原有的知识技能的质量，他们的兴趣、需要、方法、习惯，学习新知识可能会有哪些困难，采取相应的预防措施。

③考虑教法，解决如何把已掌握的教材传授给学生，包括如何组织教材、如何安排每节课的活动。

（2）课堂上的情况。

组织好课堂教学，关注全体学生，注意信息反馈，调动学生的有意注意，使其保持相对稳定性，同时，激发学生的情感，使他们产生愉悦的心境，创造良好的课堂气氛，课堂语言简洁明了，克服了以前重复的毛病，课堂提问面向全体学生，注意引发学生学数学的兴趣，课堂上讲练结合，布置好家庭作业，作业少而精，减轻学生的负担。

三、领班工作。

在班主任工作方面，我非常重视学生的思想教育工作。通过班会、晨会、思想品德课及结合各科教材对学生进行爱祖国、爱人民、爱集体、爱老动、爱学习等的思想教育。使学生能养成良好的班风、学风。班干部是老师的左右手，所以我把培养得力的班干部作为班主任工作的一项重要内容。我培养了一位得力的班长。这些班干部能把班的学习和纪律管好，为我减轻负担。我为他们定出要争取每星期都拿文明班的目标，各施其责。还常给班干定时开会，了解他们工作的情况，鼓励他们大胆开展工作。使班干能在同学中树立起威信，成为同学学习的榜样。这学期跟其他班的同学打上几场架，我唯有苦口婆心地跟他做思想工作，慢慢把他转化，慢慢的打架违纪的现象大大减少了，上课能遵守纪律，并且非常积极回答问题，学习成绩也优秀。但还是不时出现一些消极的思想。为了把班的常规工作搞好，我每天都坚持早上七点前就到教室，到班上了解学生的早读情况，对学生进行晨会教育。经过一个的努力，我们班的各项常规工作像早读、卫生、课堂纪律等都抓得比较好。

通过一个学期的工作，我认识到，作为一个没有经验的新老师，想要把课上好，把教学搞好，把学生的成绩搞上去，就必须付出更多的劳动，花更多的时间。由于我教学经验的逐步积累，对学生辅导力度的加大，终于将学生的成绩逐步提高了上来。其实，我们这些新老师在上学期的工作中，都十分认真负责，我在其中并不能算是最好的，还有很多新老师也都取得了相当优异了成绩。和其他有经验的老教师相比，我还是有差距的，在新的学期里，我将继续努力，争取取得更好的成绩，成为一名合格的教师。

**初中教师心理健康总结【篇5】**

良好的心理素质是人的全面素质中的重要组成部分，中小学生正处在身心发展的重要时期，随着生理和心理的发展，特别是面对新时期学习及社会阅历扩展及思维方式的变化，他们在学习、生活、人际交往、升学就业和自我意识等方面，会遇到各种各样的心理困惑和问题，因此，心理健康教育在目前社会上已广为人知的一种科学观点，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和时代性。我校今年把心理健康教育纳入了学校的正常教学工作中，从领导到教师都在日常的工作始终贯穿着心理健康教育。

1、教师观念发生变化：

以前，大多数教师和学生很少听到过“心理健康”、“心理辅导”这样的词，随着我校心理健康教育培训的进行，使教师的观念发生了可喜的变化。特别是现在社会高速发展，由于学习、升学、家庭、以及生理等各方面的原因，学生个体存在着不同的心理问题。进行心理健康培训使得教师提高了认识，意识到掌握心理健康教育知识的重要性，意识到育人的重要性，意识到教师有健康的心理，对学生以及自身的重要性。有一句古老的箴言这样说：“你要保守你心，胜过保守一切，因为一生的效果，是由心发出。”这是一句很富哲理的话。当我们心理健康时，做事就能达到事半功倍的效果。在学校，师生心情舒畅，拥有健康的心理和健全的人格，这是我们学校心理健康教育的目的所在。

2、教师心理健康得到丰富：

通过近段时间的培训，使教师了解了自身心理健康的现状及存在的原因，一起探讨了教师心理健康的标准。因为教师教学的对象是学生，要达到教书育人的目的，就要了解学生的心理特点，存在的问题以及掌握如何使学生保持心理健康的措施。没有优秀的教师，就没有优秀的学生，没有良好心理素质的教师，就不能培养出良好心理素质的学生。所以培训中，教师们一起分析了中小学教师常见到心理问题及其调试方法。只有心理健康的教师，才能造就身心健康的学生；

反过来说，教师人格不健全、心理不健康，将对学生的人格成长、个性形成和心理健康状况造成不良的影响。因此教师懂得心理健康方面的知识非常必要。

3、实际教学中效果显著。

在教学中，全校所有班级都不定期地开设心理健康课，课程内容根据教学实际灵活安排。针对我校特点及学生实际情况，从学生入学就安排了入学心理健康教育。在平时的具体教学实践中，安排了如何处理好人际关系、中学生早恋等问题、完善性格、心理健康的自我维护、学会学习等内容。所有这些班级的上课内容并不是一成不变的，而是相互穿插、根据学生的具体情况灵活安排。这种灵活机动的内容安排形式有利于及时解决学生中普遍存在的阶段性问题，有助于他们自己解决学习、生活及成长中的困惑，收到良好效果。此外，在本学期的教学工作中，我们实行了任课教师走近学生制，家访制，加强了班主任与学生、任课教师与学生之间的沟通与联系，通过这些措施，学生与老师建立的良好的信任关系，因而在课后师生间的咨询性质的交流得以实现，并把很多学生心理方面的问题得以及时解决。

4、教学科研方面。

针对我校学生的实际情况，目前完成的调查研究主要是如何对家庭危机而造成的学生心理障碍进行调整，以及我校学生中普遍存在的厌学、不良习惯等问题。我们不定期组织班主任、任课教师进行交流、探讨以获得共识，并针对学生心理方面出现的具体问题组织相关教师进行更为深入的研究、分析，确定解决问题的最佳途径和方法，在不断的调查和研究中，我校教师对心理健康方面的业务能力明显得到提高，已经有越来越多的教师重视并主动研究心理健康的问题，我们在心理健康方面的研究前景比较乐观。

要对学生进行心理健康教育，首先教师要有一个正常、健康的心理特点，因此，心理健康教育不仅仅针对学生，对教师也是至关重要的，所以我们逐步加强了师资队伍的培训，其最终目的就是要让老师既能胜任教学业务，还要能担当一个合格的心理健康教育教师。

当然，任何一种新事物的诞生都有一个成长成熟的过程，心理健康教育在我校目前还处于不够完善、不够成熟的阶段，但它毕竟迈出了第一步，可以说走在了同类学校的前面。虽然今后该如何更好地开展这方面的工作仍将是一个需要不断探索与常识的艰苦过程，但我们相信，有学校领导及广大师生的继续努力，我校的心理健康教育必将蓬勃发展！

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！