# 最新中学心理教师工作总结(5篇)

来源：网络 作者：星海浩瀚 更新时间：2024-09-13

*中学心理教师工作总结一一、关注校园心理安全，抓好心理健康。我们充分认识到心理健康教育应以了解学生为基础，以创设和谐气氛与良好关系为前提，以自身健康的心理去影响学生，本身就是一种最有说服力的心理健康教育。营造一种民主的、平等的、和谐的、安全的...*

**中学心理教师工作总结一**

一、关注校园心理安全，抓好心理健康。

我们充分认识到心理健康教育应以了解学生为基础，以创设和谐气氛与良好关系为前提，以自身健康的心理去影响学生，本身就是一种最有说服力的心理健康教育。营造一种民主的、平等的、和谐的、安全的、充满人文关怀的、具有浓郁人情味的氛围和心理环境，真正减轻学生的心理压力和精神负担。

二、整合各种资源，发挥心理健康教育合力。

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，注重整合各种资源，来发挥心理健康教育的合力。

1.充分利用课堂教学，扎扎实实推进心理健康教育。

课堂，是师生沟通的一个重要场所。在学科教学中渗透心理健康教育，是实现心理健康教育目标的主渠道。在课堂上，师生之间无时不在进行情感的交流和心灵的沟通，我注重挖掘教材中有利于培养学生良好心理素质的因素，通过巧妙的设计，通过组织各种活动，使师生之间达到共鸣和合声，实实在在推进心理健康教育。在课堂中巧妙地渗透德育思想、心理教育，努力培养学生正确的人生观和积极进取的人生目标。

2.通过学校开展的各种喜闻乐见的活动为契机来推进心理健康教育。

今年，我校开展丰富多彩的校园文化活动，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。本学期开展的活动把不怕困难，顽强拼搏，不怕失败，积极进取等良好的心理因素种植在学生心中。每次活动之后，作为心理老师，在课堂上我都会进行适时教育，让学生将这种种良好品质的种子深深植于心中，这对学生今后的发展是有益的。

3.利用学校各种设施，推进心理健康教育。

开展心理健康教育，注重利用好学校的各种现代化设施，通过宣传橱窗、校园网、心理咨询室、热线电话等来开展形式多样，丰富多彩的各种心理健康教育活动。使学生在参与活动中，感受伙伴之间的团结协作的亲密友谊。

三、引导学生主动参与，切实提高心育实效。

成长和发展从根本上来说是一种自觉和主动的过程，如果学生没有主动意识和精神，处于被动的地位，那么心理健康教育就会成为强制行为，变得毫无意义。为了引导学生主动参与，切实提高心育实效，在实践中尝试了以下的做法：

第一是利用学校各项宣传，使学生科学认识心理健康教育。许多学生缺乏对心理健康教育的科学认识。比如，有些学生认为心理健康教育的对象是心理有问题甚至是心理变态的人，所以难免对心理健康教育有抵触情绪。我们利用心理橱窗、心理小报等途径来宣传心理健康教育，在心理课堂上加大力度来宣传心理健康教育。通过这些途径宣传心理健康教育，提高学生的认知水平，加深他们对心理健康教育的科学认识。通过加大宣传力度，让学生科学了解发展性心理健康教育，来强化其参与心理健康教育来优化自身心理素质，提高自身心理健康水平。

第二是针对学生需要，开展各项心理健康教育活动。兴趣是学生最好的老师，在学科教学中是如此，同样，在心理健康教育中也一样。我始终本着 心理健康教育要蹲下来看孩子的需要 为原则对学生时时进行心理谈话。在课堂上，教学内容力求联系学生的实际，每课教学只要能有利于学生的心理健康，有利于学生的潜能开发，有利于学生的全面发展，都大胆进行尝试。

四、加强心理辅导，关注和保护特殊群体的正当权益和身心健康。

在学校生活中，有一些特殊群体的利益更容易遭到侵害，包括学习成绩落后的学生，比较调皮、淘气的男生，家庭条件差、父母下岗或离异的学生，有亲属患有精神病或正在服刑的学生，以及那些性格内向、怯懦、寡言少语的学生等等。这些少年儿童因生活中一些不尽如人意的事件而容易遭到学生的歧视，受到心理伤害的可能性也要比一般学生大得多。女生虽受到各种惩罚的经历比男生少一些，但却对惩罚怀有更多的恐惧，在心理上受到的伤害更大。对这类学生群体，做为心理老师，我努力从生活上、心理上、学习上关心、帮助他们，使他们找到自己的自信，防止他们在隐性伤害中过早对社会和自己丧失希望，走上自暴自弃的道路。具体做法是：

1.开展心理咨询，建立健全心理档案。学期初，都从学生自卑、自悲、自私、自负、学习焦虑、消极、厌学等方面对学生进行调查，在普查基础上根据其结果设立特殊学生心理档案。并在各个班级设立 知心姐姐 信箱以利于教师及时了解学生的思想动态，这样学校心理辅导老师及有关班级任课教师就能够依据不同情况，协同进行引导、教育。力争将心理安全隐患消灭在萌芽状态。

2.理解信任学生，消除对立情绪。对立情绪是学生是受挫后的逆反心理反映。通过正面的、积极的教育，经过促膝谈心，提高他们的思想认识，增强理智。由于每个青少年都有较强的自尊心和上进心，都渴望得到别人的尊重、信任和鼓励，因此，遇事要征求他们的，维护其自尊心;同时，相信学生会有进步，要创设宽松、和谐的环境，消除对立情绪。

3.表扬鼓励学生，消除自卑。在教育中本着这样的原则：对学生的教育不要太急，更不能在公开场合大肆批评，而要根据因材施教的原则，依据循序渐进的要求提出目标和任务。善于发现学生的闪光点，及时肯定学生的\'优点，提高学生积极进取的自信心，获得了比较好的教育效果。

五、在行动研究中探索教育之路。

心理健康教育在我国发展的历史并不长，而且各地情况都不一样，开展心理健康教育并没有固定的模式可以借鉴，心理健康教育工作如何起到更好的作用，可以说是摸着石头过河。心理健康教育是全新的事业，这样，就更加需要有科研意识，在摸索中探索成功之路。在当前情况下，在我校开展行动研究是一线教师参加教育科研的主要方式，对学生喜欢的心理健康教育方式的调查等等，无不渗透着行动研究的理念。我觉得，为了使心理健康教育更好发挥其作用，在行动研究中积极探索心育之路也是一条可行的方式。本学期，我还和各位班主任老师交谈，针对自己在教学中碰到的特殊学生以及棘手事件，进行了交流和沟通，大家群策群力，获得了一定的启示。

实践证明，要使学生的心理得以健康发展，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，探索学生的心理发展，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。下学期，我将进一步挖掘、优化自身的教育资源，不断探索，开拓创新，深入做好小学心理健康教育这一工作。

**中学心理教师工作总结二**

一、心理健康教育是德育工作的重要组成部分：

在开展心理健康教育的工作中，首先我们明确了开展心理健康教育指导思想，将心理健康教育纳入了学校德育工作之中。学校关心学生的心理健康，促进学生全面发展。学校领导认识到心理健康教育工作是德育工作的一部分，是时代教育的需要，是素质教育的需要，是不断提高学校办学质量的需要，是为学生创造一个良好的成长环境的需要，是为学生终生不断进步发展奠定良好的心理基础的需要。在组织落实上，我校心理健康教育工作组织严密非常。校长挂帅开展心理健康教育工作，主管德育的副校长直接负责，政教处具体负责组织实施，使心理健康教育有了组织上的保证。学校将心理健康教育纳入学校规划中，不论是学年还是学期工作计划都将心理健康教育例为学校重点工作之一。而且，心理健康教育工作每学期要制定单独计划，进行总结。

二、开展心理健康教育的具体做法：

1、将心理学的基本常识直接引进课堂，来实现心理健康知识的普及。学校一直在开设心理健康教育课。心理课的基本内容是：学习辅导、健康情感辅导、人际交往辅导、适应性辅导、自我意识辅导和自信心辅导等。每节心理课都要围绕一个中心，对学生进行情感、意志，及人际交往等方面进行指导，并运用故事法、情境法、角色扮演法、讨论法、设想法等方法，在老师精心设置的轻松、愉快的情境中完成认识矫正、人格重塑、心理调适等。例如，在讲如何有树立自信时我们告诉学生：一个人要想成功，自信是必不可少的条件，如何树立自信呢?我们将自信比喻成三条腿小凳(即自信的三个条件)小凳无论哪条腿出了毛病，小凳都不会站稳，这三条腿就是：

a：认识自己的能力。

b：自己的能力得到别人的承认与欣赏。

c：运用能力承担一定的责任。只有这样才能使自己树立自信，不断成功。一个人树立自信，不但与自己有关与别人态度也有关系，我们要学会欣赏、承认别人的能力，帮助别人树立自信。

在讲如何帮助自己增强辨别是非的能力时心理告诉学生处于青春期的青少年对于外界环境影响接受较快，但遇事想一想，进行一下辩证性思维就会找出正确答案，人不论做什么事总是要冒一定的风险，决定是否冒这个风险要分析一下，利用批判性思维做出聪明决策才是唯一正确的选择。

学生在学习了心理课之后，学生反映用心理课讲到的观点，处理生活、学习中遇到的问题较为顺利。学生反映通过心理课对于少年期的心理变化有了充分的准备，在困难面前能树立自信。上课时能用合格听众的标准要求自己。处理同学之间关系上能退一步，让一步，同学之间的小矛盾不用老师，自己就可以解决了。同学之间如何建立友谊，要讲原则、方法;现在做事常常问一问为什么，做一做分析再去行动.

2、在初四年级开展心理健康知识讲座。

针对初四学生不同的心理状况、学习阶段中遇到的心理困惑，开展专题心理健康专题讲座。针对学生性心理出现的一些心理偏差，进行心理健康、性心理等讲座。针对初四的学生面临中考，择业等问题，开展心理讲座：《中考前的心理调节》、《考场快乐行》、《如何战胜考试焦虑现象》等。《考场快乐行》的讲座主要内容是学法指导，着重在对学生考试心理与考试技巧方面进行指导，包括考试动机的激发与考试技巧的应用，帮助学生较好地在考场上发挥自己的最好水平。《如何战胜考试焦虑现象》的讲座系统地向学生介绍了什么是考试焦虑，和同学们一起分析造成考试焦虑的原因，介绍排除考试焦虑的方法。在现场，主讲老师还教授学生系统的放松训练方法。经过辅导和训练，绝大多数学生消除了考试焦虑现象，以积极的心态完成升学考试。我校历年中考都取得了可喜的成绩。

3、把心理教育同家庭教育、学科教育相结合。

我们利用家长向家长开展家庭心理健康教育指导，对家长宣传青春期孩子的心理常识，考前心理常识，让家长了解孩子在校的心理健康水平和心理压力来源，并与他们及时交流学生心理状况，使学校心理健康教育在家庭中得到延伸。我校还在教师中开展了心理健康教育知识的普及工作。通过一系列的教育活动使全体教师提高了心理教育的理论，提高了开展心理健康教育的意识和开展心理健康教育的能力，并鼓励他们在工作中加以应用，有力地推进了学校的教育教学工作。

4、为使我校心理健康教育不断上水平，我校心理咨询室一直坚持开展团体、个别心理辅导、开设心理信箱、进行心理训练等心理健康教育的途径。

三、反思与建议：

1、中学生心理健康教育必须进行，而且要纳入必修课中，可分年级制定不同的课时、教材及要求。

2、中学生心理健康教育一定要有专家指导。

3、坚持做好心理健康教育课题研究工作，以科研带动全校的心理健康教育走向更高一层的台阶。

4、继续在开展心理健康教育的模式方面的探索研究，力争在班级团体心理辅导方面创出一片新的天地，为心理健康教育的模式增添新的内容。

5、要在坚持面向全体学生进行心理健康教育的同时，加强对个别有轻度心理障碍的学生的个别辅导和咨询工作。

6、应加大对家长进行心理健康教育辅导的力度和深度，充分调动家长的积极性，提高家长对心理健康教育的认识水平，促使家校合一，共同促进学生健康成长。

**中学心理教师工作总结三**

本学期，我校心理健康教育工作有了较大突破。为了持续有效地开展工作，现将本学期工作总结如下。

一、领导重视，组织有力

我校心理健康教育工作起步与发展，与\_\_\_校长的重视与支持是分不开的。暑假期间，郭校长就协调各科室开展心理咨询室建设，并多次与各位领导研讨建设步骤和方案。主管校长任校长在咨询室建设、功能室布置、心理健康简报创办、班级心理健康教育宣传等方面做了大量工作。同时，政教、教导、团委、后勤等部门领导也对心理咨询室建设进行了积极帮助与指导。

二、心理咨询室建设

1、参观\_\_中学、\_\_中心、\_\_二中心理咨询室，比对借鉴。

2、根据学校实际情况，设计建设方案。

3、更换门窗玻璃，制作心理健康展牌和挂图。

4、购买访谈桌椅、团体活动桌椅及绿植等用品。

5、合理利用学校原有沙发及桌椅、书柜，将心理咨询室分割为办公接待区、个别访谈区和团体活动区(兼心理阅读区)三个区域。

6、配备200册心理健康图书。

7、制定心理咨询室规章制度，印制必备档案材料。

8、初步建立初中学生心理档案。

三、活动开展

1、设立班级心理委员——“阳光使者”。

2、开展高一高二心理委员培训及心理体验活动。

3、开展个别心理辅导。从十月份到期末，共接待学生十七人次，家长六人次，教师四人次。(每次约50分钟)

4、进行高三毕业班学生心理健康状况调查并针对拖延等问题进行团体辅导。

5、重视个案记录与分析，为教育教学工作提供第一手资料。

6、在校刊上开辟心理健康教育板块，普及心理健康意识，宣传心理健康知识。

7、创建学校心理健康教育简报《\_\_》，与班级文化相结合传播健康理念，普及健康知识。

8、设立心理健康教育邮箱，辅助班主任开展心理健康教育。

9、以课堂为阵地，研究心理健康教育在学科中的渗透。

四、业务提升

1、参加心理健康教育教研活动及交流会，了解相关政策及发展情况。

2、参加\_\_市心理健康教育素质赛，获二等奖。

3、多次到\_\_参加心理咨询师提升培训。

4、研读《\_\_市心理健康教育教师指导用书》》

5、学习心理健康教育相关知识，提升业务能力。

总之，我校的心理健康教育工作在上级部门的指导下已初见成效。但由于刚刚起步，工作中还有许多疏漏和不足之处，很多想法和做法尚不成熟，一些工作也未落到实处，我们将不断学习、深入研究，力争使学校心理健康教育工作更上一个台阶，使之成为学校教育工作的又一个亮点。

**中学心理教师工作总结四**

我热爱心理健康教育工作，自20\_\_年自治区教育学院心理专业毕业以来“学生的快乐、成长就是我的成功”为宗旨，主动热情地投入到心理健康教育工作中去。我分别从以下几个方面开展我的工作：

一、广泛宣传

利用学校广播，各班班干、心理委员的宣传，心理健康知识宣传单以及心理手抄报设计等多种途径宣传心理健康知识。从实际出发，让学生自己选材，自行设计整理，贴近学生成长需要，激发他们对心理健康知识的兴趣;另一方面，在准备过程中，促使自我学习，自我提高。

二、上好心理健康教育课

针对我校学生实际情况，开展课程教学，分别设计新生环境适应、人际关系处理、情绪调节管理、学习心理调试、学生职业生涯规划这几个部分，通过集中的课堂教育让学生接触了解心理知识，让学生理解自身的心理状态，并学会一些自我调试的方法。

三、开展心理讲座

利用班会课或早会等时间，针对学生共有的心理困扰，指导学生正确认识自身存在的一些困惑，鼓励学生采用合适的方式排解内心的困惑。

四、开展心理辅导工作

心理辅导工作是心理健康教育重要的组成部分。随着学生学习压力的增大，竞争的激烈，青春期的躁动以及一系列青少年常见的心理问题，他们迫切的需要心理辅导以摆脱不良的情绪困扰，我校心理辅导工作充分发挥其职能作用。主要形式有个体心理辅导，团体心理辅导和通讯心理辅导。

从辅导的内容看，学生的心理困惑主要涉及新生适应(学习、生活)，人际关系处理、家庭关系等问题，针对学生在学习与生活中遇到的各类心理困惑，从心理专业角度为他们解释、建议，帮助他们顺利度过心理困惑期。一般情况下，学生主动预约心理辅导(每学期会分发预约流程和心理辅导宣传到每班、班主任和办公室作为宣传的一种方式)，并在预约好的时间来心理辅导师室，如有必要，也会主动联系个别学生，了解学生的心理状况。

五、做好教科研工作

教科研工作是教师自我提高，对专业知识深度认识的过程。是理论指导实践，实践总结理论的过程。在对教学、访谈过程中，遇到的案例及时做好记录，加强教学反思，保持专业成长。

总之，在现在以及未来的心理健康教育工作之路上，我会继续努力，让我校心理健康教育工作能够取得更加辉煌的成绩。

**中学心理教师工作总结五**

本学期我担任初一年级心理健康老师，并负责运行管理心理咨询中心和开展全校学生心理咨询工作。工作总结如下：

1、努力专研、自制教材：在初一年级没有心理健康教材的情况下，我自费购买市面上多种版本的初一心理健康课本及教师用书，并且查找文献资料学习国外发达国家先进的中学生心理健康课程理念，结合本校学生实际情况，自己制定和开设课程，使得课程更加切合学生实际，也能更加有效的帮助学生解决当下的心理问题。

2、在“玩”中人格得到成长：有位著名的心理学家曾经说过：是游戏教会了一个人如何和这个世界相处，尤其对于青少年而言，游戏对于他们的健康成长尤其重要。心理健康课不是统考科目，因此很容易受到学生的忽视。如果课程再死板枯燥些，学生更加不会听课。所以我会设计了一些小游戏，让学生在玩中学，在玩中学会相处，在玩中人格得到成长。比如：在“盲人走路”的游戏中体会团结合作的力量。在“传传话”的游戏中体会到谣言是怎样诞生的。

本学期最大型也是准备时间最长的活动就是”心理辩论赛”。同学们自己投票选出感兴趣的论题，展开辩论。比如辩题有“中学生该不该谈恋爱”“中学生该不该用手机”等等，都是他们最感兴趣的也是在心里埋藏已久的问题，不采用单纯说教，而是公开讨论，剖析。真理越变越明，在了解他们想法的同时，让他们自己判断利与弊，明辨是非曲折。

3、使用专业量表，普查学生心理健康水平：本学期在全校范围内使用《青少年生活事件量表》，并在初一年级添加“房树人”测试。发现心理健康水平最易受到影响的事件中，初中学生是父母吵架打架和考试成绩不好，高中学生则是考试成绩不好，受到老师批评。而其中最要受到重视的是校园暴力和骚扰事件，其中初中学生有9人自述受到校园暴力，高中年级有24人。初中学生有24人自述受到骚扰，高中年级有53人。并且均对自己的心理健康产生严重影响。下学期我们会对以上学生进行约谈深入一对一咨询。

4、个体咨询显成效：本学期个体咨询时间均安排在放学之后，中午12点到2点，下午5点到7点，每次一个小时。共接待学生42人，其中4人为长程咨询(即每星期一次)。高中学生37人，初中学生5人。问题集中在学习方法、人际关系、学习压力方面。其中有3人筛查出抑郁倾向，建议到专科医院治疗。

5、重宣传、知识进人心：在咨询室外开设宣传栏，根据不同时期的学生情况，提供不同的宣传单供学生取阅。比如：生活习惯主题，职业生涯主题、学习压力主题、为高三学生特别开设的高考特辑等等。受到同学们的欢迎。

针对“5·25心理活动日”进行为期一周的心理健康知识的宣传。内容不光涵盖了中学生的各个方面，还把教师心理也包括在内。因为心理健康课没有在全校范围开展，所以借此机会让全体同学包括老师都了解心理健康知识，在遇到心理问题应该怎样处理。

本学期我校心理咨询室还接受了省市区以及贵州大学各级领导的检查。在获得肯定的同时，我也希望以后的心理健康工作能给惠及更多的同学和老师。

<

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！