# 2024学年度浦兴中学心理健康教育工作总结.doc-1五篇

来源：网络 作者：雨雪飘飘 更新时间：2024-06-07

*第一篇：2024学年度浦兴中学心理健康教育工作总结.doc-1浦兴中学心理健康教育工作总结（2024学年度）在全面贯彻教育方针、实施素质教育的过程，学校开展心理健康教育正在引起人们的重视,开展心理健康教育，既是学生自身健康成长的需要，也是...*

**第一篇：2024学年度浦兴中学心理健康教育工作总结.doc-1**

浦兴中学心理健康教育工作总结

（2024学年度）

在全面贯彻教育方针、实施素质教育的过程，学校开展心理健康教育正在引起人们的重视,开展心理健康教育，既是学生自身健康成长的需要，也是社会发展对人的素质要求的需要。要加强学生的心理健康教育，培养学生坚韧不拨的意志、艰苦奋斗的精神，才能增强青少年适应社会生活的适应能力。现我把本校开展心理健康教育工作情况做一个小结。

一、领导高度重视，心理健康教育工作认识到位，组织落实

1、认识到位：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。

2、学校将心理健康教育纳入学校四年规划中，不论是学年还是学期工作计划都将心理健康教育列为学校重点工作之一。

3、组织落实：我校心理健康教育工作组织是严密的。校长挂帅开展心理健康教育工作，主管德育的校长助理直接负责，政教主任具体负责组织实施。使心理健康教育有了组织上的保证。发挥班主任心理健康教育的基础作用，每位班主任就是学生的心理辅导员，在班集体建设过程中精心培育学生健全的、创造性的人格。构成了以班主任为基础、任课教师参与、各部门协同一致的心理健康教育的网络队伍。

二、加强心理健康教育的校本培训

学生接触最多、最直接的是课任教师和班主任，因此，在全体教师中普及心理健康知识，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。我们通过教育心理学、青少年心理卫生、心理健康教育技能等常识的心理培训，使全体教师掌握心理卫生的基本理论和基本技能。校本培训的形式主要通过自学、专题讲座、课题研究等形式，力争实用有效。每学期学校都布置本学期教师自学任务，纳入校本培训考核中。心理健康的校本培训，提高了教师对心理健康教育重要性的认识，使广大教师把学生的心理健康教育当作自己义不容辞的责任来完成，形成了重视心理教育工作，人人参与其中的良好的良好氛围。

三、坚持全面渗透,多渠道全方位开展心理健康教育工作

1、开展心理健康知识讲座： 针对各年级学生不同的心理状况、学习阶段中遇到的心理困惑，利用各种渠

道开展专题心理健康专题讲座。针对预备年级的学生刚进入初中，学习方法与小学大有不同，进行学习方法的讲座，针对初二年龄段学生性心理出现的一些心理偏差，进行青春期性心理讲座：《十四岁走向成熟的开始》；《与青春对话》；在国旗下演讲《缓解压力快乐学习》，为学生提供缓解压力的简单方法等。

2、心理健康教育的学科课堂渗透

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。尤其是利用思想品德课的感恩教育、生命科学的珍惜生命教育和科学课青春期教育。

3、加强班主任工作,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、设立悄悄话热线信箱。

设置心理咨询信箱。鼓励学生把自己的苦恼、学习的烦躁、成长的困惑等写出来投入信箱，心理辅导老师利用个别谈话、电话、写信多种方式帮助学生排忧解惑。十分有利于与中学生进行交谈，这种方式对一些尚不善于进行面对面谈话的学生十分方便，而有些话又是碍于颜面的，所以信箱可省去害羞的忧虑，而且中学生又可以把自己的思考在信中组织得更为严密。这样可以使老师

中学生又可以把自己的思考在信中组织得更为严密。这样可以使老师更有针对性地解决心理健康问题。

5、心理咨询室，进行心理咨询与治疗

现心理咨询室已成为学生们解惑、倾诉烦恼的地方。有的刚开始从拘束、害羞地进门到落落大方自然地进行心理咨询；有的从以试探性的心情谈话到充分倾吐心中之烦闷。

四、心理健康教育特色

1、学习、生活、成长三位一体的心理健康教育模式

学习是整个学生生活的中心，既紧张而又繁忙。如何把紧张的学习生活调节

好，是学生面临的最大的心理健康问题，他们承受着来自老师、父母和自身的巨大压力，如果不能调适好自己的心理状态，很容易就会崩溃。所以学校以课题《快乐学习》为主线，把减轻学生心理上对学习的压力作为学生心理健康的最低目标，使他们真正地快乐学习，愉快地度过学习生活。

2、加强家校联系，密切亲子沟通

初中阶段正处于人生成长过程中的青春期，在国外被称之为“暴风骤雨期”，对长辈有逆反心理、闭锁心理，因而在这个阶段亲子间的沟通问题就显得更突出。特别是在这个飞速发展、急剧变化的社会，信息更新之快已令父辈无法跟上子女的步伐了，两代人的沟通已成为了社会问题，所以说亲子沟通问题已成为我们学校心理健康教育必须面对的难题。学校通过家校互动平台，密切与家长的沟通，还可以对学校系统完整的心理健康教育起到一个补缺的作用，学校的教育是面向全体的，而家庭教育则可以做到一对一沟通，这样可以密切注意每个学生的变化，做到个别观察。

五、重视科研

在科研方面，参与政教处的校科研项目《成长的足迹》和《快乐学习》，使心理工作更上一层楼。

以上是我校对心理的一些做法和想法，今后我们将不断完善关于心理的各方面，逐步把心理教育做好做实。

**第二篇：2024学浦兴中学心理健康教育工作总结.doc-1**

浦兴中学心理健康教育工作总结

（2024 学）在全面贯彻教育方针、实施素质教育的过程，学校开展心理健康教育正在引 起人们的重视,开展心理健康教育，既是学生自身健康成长的需要，也是社会发 展对人的素质要求的需要。要加强学生的心理健康教育，培养学生坚韧不拨的意 志、艰苦奋斗的精神，才能增强青少年适应社会生活的适应能力。现我把本校开 展心理健康教育工作情况做一个小结。

一、领导高度重视，心理健康教育工作认识到位，组织落实

1、认识到位：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。

2、学校将心理健康教育纳入学校四年规划中，不论是学年还是学期工作计 划都将心理健康教育列为学校重点工作之一。

3、组织落实：我校心理健康教育工作组织是严密的。校长挂帅开展心理健 康教育工作，主管德育的校长助理直接负责，政教主任具体负责组织实施。使心 理健康教育有了组织上的保证。发挥班主任心理健康教育的基础作用，每位班主 任就是学生的心理辅导员，在班集体建设过程中精心培育学生健全的、创造性的 人格。构成了以班主任为基础、任课教师参与、各部门协同一致的心理健康教育 的网络队伍。

二、加强心理健康教育的校本培训 学生接触最多、最直接的是课任教师和班主任，因此，在全体教师中普及心 理健康知识，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。我们通过教育心理学、青少年心理卫生、心理健康教育技能等常识的心 理培训，使全体教师掌握心理卫生的基本理论和基本技能。校本培训的形式主要 通过自学、专题讲座、课题研究等形式，力争实用有效。每学期学校都布置本学 期教师自学任务，纳入校本培训考核中。心理健康的校本培训，提高了教师对心 理健康教育重要性的认识，使广大教师把学生的心理健康教育当作自己义不容辞 的责任来完成，形成了重视心理教育工作，人人参与其中的良好的良好氛围。

三、坚持全面渗透,多渠道全方位开展心理健康教育工作

1、开展心理健康知识讲座：

针对各年级学生不同的心理状况、学习阶段中遇到的心理困惑，利用各种渠 道开展专题心理健康专题讲座。针对预备年级 的学生刚进入初中，学习方法与小学大有不 同，进行学习方法的讲座，针对初二年龄段学 生性心理出现的一些心理偏差，进行青春期性 心理讲座：

《十四岁走向成熟的开始》《与青 ； 春对话》 在国旗下演讲 ； 《缓解压力快乐学习》，为学生提供缓解压力的简单方法等。

2、心理健康教育的学科课堂渗透 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。尤其是利用思想品德课的感恩教育、生命科学 的珍惜生命教育和科学课青春期教育。

3、加强班主任工作,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、设立悄悄话热线信箱。设置心理咨询信箱。鼓励学生把自己的苦恼、学习的烦躁、成长的困惑等写出来 投入信箱，心理辅导老师利用个别谈话、电话、写信多种方式帮助学生排忧解惑。十分有利于与中学生进行交谈，这种方式对一些尚不善于进行面对面谈话的学生 十分方便，而有些话又是碍于颜面的，所以信箱可省去害羞的忧虑，而且中学生

又可以把自己的思考在信中组织得更为严密。这样可以使老师 中学生又可以把自己的思考在信中组织得更为严密。这样可以使老师更有针 对性地解决心理健康问题。

5、心理咨询室，进行心理咨询与治疗 现心理咨询室已成为学生们解惑、倾诉烦恼的地方。有的刚开始从拘束、害 羞地进门到落落大方自然地进行心理咨询； 有的从以试探性的心情谈话到充分倾 吐心中之烦闷。

四、心理健康教育特色

1、学习、生活、成长三位一体的心理健康教育模式 学习是整个学生生活的中心，既紧张而又繁忙

忙。如何把紧张的学习生活调节 好，是学生面临的最大的心理健康问题，他们 承受着来自老师、父母和自身的巨大压力，如 果不能调适好自己的心理状态，很容易就会崩 溃。所以学校以课题《快乐学习》为主线，把 减轻学生心理上对学习的压力作为学生心理健 康的最低目标，使他们真正地快乐学习，愉快 地度过学习生活。

2、加强家校联系，密切亲子沟通 初中阶段正处于人生成长过程中的青春期，在国外被称之为“暴风骤雨期”，对长辈有逆反心理、闭锁心理，因而在这个阶段亲子间的沟通问题就显得更突出。特别是在这个飞速发展、急剧变化的社会，信息更新之快已令父辈无法跟上子女 的步伐了，两代人的沟通已成为了社会问题，所以说亲子沟通问题已成为我们学 校心理健康教育必须面对的难题。学校通过家校互动平台，密切与家长的沟通，还可以对学校系统完整的心理健康教育起到一个补缺的作用，学校的教育是面向 全体的，而家庭教育则可以做到一对一沟通，这样可以密切注意每个学生的变化，做到个别观察。

五、重视科研 在科研方面，参与政教处的校科研项目《成长的足迹》和《快乐学习》，使 心理工作更上一层楼。以上是我校对心理的一些做法和想法，今后我们将不断完善关于心理的各方 面，逐步把心理教育做好做实。

**第三篇：中学心理健康教育工作计划\_1**

中学心理健康教育工作计划

工作计划是行政活动中使用范围很广的重要公文，也是应用写作的一个重头戏。以下是小编为大家整理的中学心理健康教育工作计划，希望能帮到大家！

为了适应中小学心理健康教育发展的需要，进一步贯彻《中共中央国务院关于进一步加强和改进未成年人思想道德建设的若干意见》和xx提出的新时期荣辱观的要求，及教育部《中小学心理健康教育指导纲要》的指示精神，结合学校实际，积极推进我校心理健康教育再上新台阶，制定如下计划。

指导思想

坚持以人为本，尊重学生的人格，遵循学生的心理发展规律，根据学生成长过程的需要，在学校的全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、促进形成中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。

基本原则

我校在开展中学生心理健康教育过程中，为了保证心理健康教育的实践性与实效性，必须坚持以下基本原则：

1、针对性原则。根据学生心理发展特点和身心发展规律，有针对性地实施教育;

2、全面性原则。面对全体学生，通过普遍开展教育活动，使学生对心理健康教育有积极的认识，使心理素质逐步得到提高;

3、差异性原则。关注个别差异，根据学生的不同需要开展多种形式的教育和辅导，提高他们的心理健康水平;

4、尊重学生，以学生为主体，充分启发和调动学生的积极性。积极做到心理健康教育的科学性与针对性相结合;面向全体与关注个别差异相结合，尊重、理解与真诚同感相结合，预防和发展相结合。

5、保密性原则。对求助学生的所有资料和信息决不应作为社交闲谈的话题，要进行保密。

心理健康教育的目标是：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，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，对有心理困扰或心理障碍的学生给予科学有效的心理辅导，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，适应21世纪日趋激烈的国际竞争需要。

学校心理健康教育的主要任务是：全面推进素质教育，增强学校德育工作的针对性、实效性和主动性，帮助学生树立出现心理行为问题时的求助意识，促进学生形成健康的心理素质，维护学生的心理健康，减少和避免对他们心理健康的各种不利影响;培养身心健康，具有创新精神和实践能力的有理想、有道理、有文化、有纪律的一代新人。

根据我校实际情况：普及心理健康基本知识，树立心理健康意识，了解简单的心理调节方法，认识心理异常现象，初步掌握心理保健常识，学会学习，学会交流，适应升学择业、生活、社会等。主要内容包括：帮助学生适应中学的学习环境和学习要求，培养正确的学习观念，发展其学习能力，改善学习方法，体验学习成功的乐趣;把握升学选择的方向;了解自己，学会克服青春期的烦恼，逐步学会调节和控制自己的情绪，抵制自己的冲动行为;加强自我认识，客观地评价自己，积极与同学、老师和家长进行有效的沟通;逐步适应生活和社会的各种变化，培养对挫折的耐受能力。

积极开展心理健康教育的教师培训，加强师资队伍建设是搞好心理健康教育工作的关键：通过培训提高专、兼职心理健康教育教师的基本理论，专业知识和操作技能水平。定期聘请心理健康教育专家来校做报告，增强心理健康教育的责任意识，建立全体教师共同参与的心理健康教育的工作的机制，今年暑期重点举办班主任心理健康教育培训班。逐步形成在校长领导下，分管干部负责，以专、兼职心理辅导教师和班主任为骨干，全体教师共同参与的心理健康教育的工作体制;同时学校重视教师心理健康教育工作，把教师心理健康教育作为教师职业道德教育的一个方面，为教师学习心理健康教育知识提供必要的条件。

开展多种多样的心理教育的途径和方法

1、心理健康教育要有机渗透到学科教学

1）开展学习辅导，促进学生的学习兴趣。

通过主题班会、学法指导月等活动，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。

2）创设良好的课堂心理环境，使学生乐学会学

在课堂中，教师努力创造一种和谐、民主、平等、轻松的心理氛围，充分发挥学生的主动性、独立性、合作性，让兴趣引导学习。在这样的氛围中学生健康愉快的情绪得以保持，自主性得到发展，合作精神、创新精神得到培养。

3）利用教材与课堂，塑造学生完美人格

教材的编写和制定都蕴含着不少心理健康教育的因素。教师要充分地有意识地运用教材本身的魅力作用，有机地运用它去塑造学生健全人格。

2、开设心理健康活动课或专题讲座：包括心理训练、角色扮演、游戏辅导、心理知识讲座等，普及心理健康科学知识;每学期进行1—2次教师心理健康教育活动，由心理专家主讲，在全校普及心理健康科学知识。每学期分年级进行1—2次学生心理健康教育活动，帮助学生掌握心理保健知识，促进身心全面健康的发展。

3、开设心理辅导室，进行个别的辅导。由心理咨询师和专业的心理健康教师进行定期辅导。对学生在学习和生活中出现的问题给予直接的指导，排解学生心理困扰，并对有关的心理行为问题进行诊断、矫治。

4、建立测试档案：对新生入学进行学生心理健康普查，了解我校学生心理问题，为心理健康教育提供参考依据，建立测试档案，有利于增强心理健康教育工作的实效性和针对性。

5、建立了心理健康email 和热线电话，以最快的时间答复，以便那些不愿和辅导教师见面的学生可以通过电话和悄悄话信箱、email寻求帮助

心理健康教育与家庭教育结合

家庭教育是学校教育的一个不可忽视的部分。但是家庭教育中，一些家长单纯地重视孩子的需求而忽视了孩子的心理健康教育。今年通过家长学校对家长进行教育培训，在校报开设家长心理健康教育专栏。通过举办专题讲座，开展亲子活动等提高家长教子的能力。

创设良好的校园心理环境

为了使学生的心理健康素质得以正常发展，在学校日常工作中，重视营造良好的校园氛围和宽松的心理环境。学校注重校容校貌的建设，使学校环境实现绿化、美化、净化。继续健全、完善心理辅导室，配备设施，添置适合学生阅读的心理书籍，使心理辅导室漂亮、温馨。校橱窗设心理健康园地“心理健康园地”，通过校广播、电视、书刊、网络等宣传媒介大力宣传心理健康知识，使学生时时刻刻接受着健康的熏陶，学校心理环境谐和、真诚、奋进，孕育了一种健康向上的心理氛围。

**第四篇：中学心理健康教育工作总结**

中学心理健康教育工作总结

中学心理健康教育工作总结

心理健康教育作为我校教育的重要组成部分，在本学年取得了丰硕的成果。在巩固己有的成绩的同时，本着促进我校心理健康教育更加深入健康地发展，全面推进素质教育的目的，我们在总结过去的成功经验的同时，对工作提出了更高的要求，不仅从提高学生心理素质入手，完善了我校心理健康教育的立体网络，还不断加大宣传力度，拓宽心理健康教育的渠道，继续推进我校心理健康教育工作更加健康、系统、全面、有效地展开。回顾过去的一学年我们开展的心理健康教育工作，主要有以下几个方面：

1．精心组织心育小社团活动。高一年级“心育小社团”，继续坚持两周活动一次，活动的主题分别为：《我说你画》、《做一个自信的人》、《体验成长的快乐》、《放松训练》等等，使成员在活动体验中了解、训练和提升自己；编发《心馨小报》4期，共同关注自己和他人的心理健康，提升学习和生活质量。

2．认真实施心理健康教育授课制度。针对高一年级学生的心理发展特点、普遍存在的心理烦恼与困惑，利用班会课时间，实施心理健康教育授课制度，使之成为学生接受心理健康教育的主要途径，使学生了解心理卫生常识，学会自我控制、自我调节等保健知识，培养良好的心理品质，提高人格水平。为高三年级全体同学作了考前心理辅导课。

3．坚持常规心理咨询。每天中午12：30—1；15和下午活动课时间开放“心馨”小屋，由专职心理教师与学生进行面对面的咨询，让学生卸下烦恼、困惑，带走快乐、愉悦；通过心理咨询信箱和心理咨询电子邮箱对学生进行心理咨询，并作必要的案例分析，共有80多例；辅助班主任解决部分学生的心理问题，使学生能够健康、快乐地成长。

4．学科教学中渗透心理辅导。各科老师充分挖掘教学中有利于学生心理发展的因素，尽可能清除各种不利因素，将心理健康教育的思想、内容、行为渗透到各学科的具体教学活动中，在潜移默化中发挥心理教育的作用。

5．认真办好了5月心理健康教育月的活动。5月是xx中学心理健康教育活动月，为了更好地宣传、普及心理健康知识，增强学生心理健康意识，引导学生更好的认识自我、调整自我、发展自我，提高预防和解决心理困扰的能力，我校开展了心理趣图展、主题手抄报比赛、心理电影放映、心理健康教育主题班会、心理健康教育黑板报等一系列活动。高

一、高

二、高三年级分别奔赴西塘、同里和无锡参加户外拓展训练。

6．积极组织了初中高中片心理剧的评比和展示。根据教育局心理健康教育计划，认真组织初中高中片心理剧的学习与评比工作，使大家认真学习怎样把学生中出现的心理问题搬上校园舞台，让学生自己表演、自己观看、自己体悟，从而使表演者和观看者得到启发。我校心理剧《适应环境 追逐梦想》获得xx市二等奖。

7．积极参与《中等学校生涯发展教育的实践研究》。我校参与了苏州市中等学校生涯发展教育研究与指导中心的《中等学校生涯发展教育的实践研究》课题，认真学习研究和交流探讨，收集、整理生涯咨询案例，开展相关主题活动，积极收集、整理子课题结题实验报告。撰写的文章获得苏州市二等奖。

8.参加苏州市各级各类培训。我校徐瑾老师认真参加xx市教育局组织的心理健康教育老师上岗培训，并顺利结业获得上岗证；于广春老师通过一年的认真的学习，于今年6月通过了国家三级心理咨询师考试。心理老师刘增兰参加苏州市骨干教师的培训，江浙沪的心理高峰论坛，苏州市心理学年会，xx市的进阶培训等等。

总之，在过去的一学年中，我校的心理健康教育工作取得了巨大的进步，但还有许多不足：如心理健康教育课还需要加强、改进，我们对心理健康教育的观念还要进一步转变，我们仍然有部分班主任、教师对心理健康教育的认识与重视还很不够。今后我们要继续提高认识，转变观念，特别是广大教师要转变观念，把心理健康教育工作做得更好，真正让每个学生都能在健康、温馨的环境中学习和成长。

2024年6月

**第五篇：中学心理健康教育工作总结**

心理健康教育工作总结

社会发展，人才辈出，竞争日益激烈，更要求人们在拥有各种知识、技能的同时拥有良好的心理素质。教育的目标就是培养全面发展的人，而人的发展中既包括身体的、生理的发展，也包括心理的发展。可见在学生整体素质中，心理素质本身占有重要地位。良好的心理素质是优良的思想品德形成的基础；是有效学习科学文化知识和进行智力开发的前提；是引导学生正确交往、合作成功的重要手段；是增进学生掌握劳动技能的保证；是促进学生身体健康的必备条件。因此素质教育应包括旨在提高学生心理素质的心理健康教育。怎样面对挫折、如何与同学交往、面对父母的期望与唠叨该怎么办？„„这一系列问题都是学生们真切面临的课题。心理健康教育作为素质教育的一个重要组成部分，它渗透在教师们的日常课堂教学中、浸润在班主任的教育管理中、也表现在学校为之专门开设的心理健康主题教育之中。

一、组织机构部分

学校心理健康教育一直以来被校各级领导所重视。校长在各级工作会议上强调学校所倡导的爱心教育、关注学生心灵。学校组成的心理健康教育教研组织。学校有专职的心理教师，负责心理教育工作的日常事务。日常活动有目标、有计划、有措施、有宣传、有总结提高。学校领导经常利用校教职工大会宣传、布置工作，在全校营造了良好氛围，形成领导重视、全员参与的喜人局面。学校拥有独立的、规范的心理辅导室。有工作条例和辅导员守则。

二、心理健康教育工作的开展

1、建立建全学生心理档案。

建立学生心理档案是加强学生心理教育工作，推进素质教育向纵深发展，实现教育现代化的重要条件和必要保障。它可以为学校的宏观管理提供决策依据，可以提高教师教育决策和科学研究的水平，可以为学校心理辅导、咨询和治疗工作提供操作指南，可以为学生的身心健康发展提供动态的监测手段，以致于为全面提高教育教学质量提供切实有效的帮助。

已建立初一年级学生的心理档案，并且根据学生心理档案积极地有针对性地做好个别辅导工作。

2、开设心理辅导活动课。

在初一整个年级开设心理辅导活动课，每周一课时，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。

3、经常性开展个别辅导

个别辅导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，青春萌动以及遇到的一系列青少年常见心理问题，他们迫切需要专业心理辅导以摆脱日益严重的不良情绪。我校的心理咨询室工作充分发挥其职能作用，相应开设了信件咨询、学生个体辅导、团体辅导及家长咨询。

学生有什么心理问题、困惑需要帮助而又因为某些原因不能面谈的，都可以写信投到“心灵之约”信箱，由心理老师写回信放到传达室。信箱每天下午开一

次，保证第二天准时回复。适时的心理咨询为学生解决了考试心理胆怯，时间紧迫，思想压抑，食欲不振，厌倦学习，情绪低落和如何调节不良情绪，怎样追求远大目标，人的基本情绪、心情，心境，等一些实际学习，生活中的问题，并针对个别学生的心理失衡，心理挫折和心理障碍，及时给予心理支援和心理疏导，切实关注他们，理解他们，倾听他们，帮助他们„„

4、开展班会

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。在班主任日常工作中、在心育主题班会中针对全体学生共性的心理品质，开发学生的心理潜能，塑造良好的人格。全校经常性开展心理健康教育主题班会。根据每个年级的学生心理特征和问题背景，由教科室和心理辅导室倡导活动主题。展开了丰富多彩的班级活动。

三、广泛宣传

利用学校的校园广播站定期宣传心理知识，组织学生制作心理专栏和心理小报。各项专题均由学生自己制定，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学习相应的的知识，通过消化吸收，形成自身独特的思想，根据自己所思、所想、所知、所解，编排内容、设计版面。这样一方面从学生自身出发，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；另一方面主创人员在编排过程中必须认真学习，努力消化吸收，有了深刻的理解才能设计出好的方案，因此在这个过程中，也使他们自我学习，自我创造的过程，及增长了心理知识，又锻炼了各方面能力，从实际工作中提高自我心理素质。

四、心理健康教育课题研究深入开展

学校对心理健康教育的科研工作十分重视，各班主任、年级组长、政教处有规律地针对学生心理健康问题展开研讨，并进行课题研究。在探索主体性德育教育的基础上，学校提出以健全人格培养作为我校深入实施素质教育的总课题。

研究前期，全校德育工作者围绕主题进行理论探讨，鼓励教师通过资料检索对比和反复思考，提练出一些较有新意的观点。我们认为根据时代发展对人才的要求，中学生健全人格的内涵应包括以下主要内容：明确一致的人生哲学、生活定向；良好的日常习惯、生活与学习方式；自我认可、现实性知觉和自我客观化表现；坚韧自觉的意志、行为准则；主动积极的观察、思考、探索习惯；与他人热情交往、和谐合作的能力；一定的审美情趣与修养；较强的责任感和较高的道德品质与情操；优良的性格、气质特征。反映了一个人在心理、生理、社会、道德、文化等各方面所应达到的和谐统一的境界。实验初期，拟聘请有关专家来校讲座，组织参加实验的教师系统学习国内外心理学、教育学、教育心理学、美育、德育的理论著作，通过查阅资料，了解和掌握学校人格教育和心理教育的最新动态。为实验的顺利开展提供前提条件。在问卷调查阶段，了解实验对象在学习、生活、心理、道德、个性等方面的人格现状，为实验研究提供重要的材料基础。在实验班和对照班，以问卷形式组织学生参加人格现状测定和情感活动现状调查。在调查基础上，我们为实验对象建立学生人格档案。然后在实验研究阶段，拟通过专题培训，主题班会，课程设置，自主管理，实践活动，家长学校，校园文化，个别辅导等方式进行系统的，有针对性且全方位的训练和指导。

五、积极参加上级教研培训

两年来，学校心理健康教育教研活动频繁。沈燕瑾老师作为桐乡市心理健康教育中心组成员积极参加省、市及桐乡的各种心理健康教育教研培训活动，并在

全校展开活动。

六、几点体会

首先，心理教育紧密围绕学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。如新生入学一段时间后，有很多学生对新环境不适应，就及时进行新生适应不良症的教育，指导他们如何尽快适应新的环境，新的学习形式以及和新同学相处等。

其次，对于心理辅导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。为了方便学生，把咨询时间放在了中午，这样心理教师就不得不放弃午休时间，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。

第三，学生渴望心理健康教育。在信息化时代，社会处于日新月异的变化之中，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。而现在大多数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。

现在，人们已逐渐达成了这样一种共识，即健康不仅包括身体健康，也包括心理健康。《世界卫生组织宪章》就开宗明义地指出：“健康不仅是没有疾病和病态，而且是一种个体在身体上、精神上、社会适应上健全安好的状态。”这表明人的健康不仅要重视生理健康，而且更要重视心理健康。这对我们从事教育的教师就显得尤为重要。特别是现在，我们面对的学生多为独生子女，由于社会的不良影响和家庭的影响，学校教育的失误，导致他们中的部分人程度不同地存在学习困难、、情绪不稳、孤独胆小、惧怕挫折、缺乏毅力，进而身上存在着懒惰、怯懦、自私等缺点。如果学生的这些缺点不能正确引导的话，他们的主体性就不能更好地得以发挥。

人类已经步入二十一世纪，社会竞争也更加激烈。我们所培养的学生必须具有丰富的知识、强健的体魄、健全的人格，积极乐观的人生态度，承受各种挫折和适应不同环境的能力。也就是必须具有国际竞争力，且极具创造力。而健康的心理是人发展的中枢枢纽，是为人一生不断进取、不断探索的催化剂。

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！