# 2024-2024上心育总结

来源：网络 作者：梦中情人 更新时间：2024-08-16

*第一篇：2024-2024上心育总结莆田第十三中学心理健康教育工作总结2024-2024学年上学期为切实推进我校心理健康教育工作的顺利开展，根据期初工作计划，结合省三级达标评审工作要求，本学期心理健康教育工作开展情况总结如下：一、充分发挥...*

**第一篇：2024-2024上心育总结**

莆田第十三中学心理健康教育工作总结

2024-2024学年上学期

为切实推进我校心理健康教育工作的顺利开展，根据期初工作计划，结合省三级达标评审工作要求，本学期心理健康教育工作开展情况总结如下：

一、充分发挥心理健康与发展指导中心的功能。

本学期，学校在原有的清心成长工作室的基础上建成了心理健康与发展指导中心，包括心理接待室、心理阅览室、心理咨询室和团体辅导教室。各功能室环境温馨，设施已初步完善，为心理健康教育的开展提供了良好的平台。我中心积极发挥各功能室作用，如合理安排心理咨询室值班工作，保证每天都有咨询人员在岗；购进新书二百余册，充实心理阅览室，并做好值班工作，以保证其正常运行。

二、继续探索心理咨询途径。

随着社会信息化的发展，学校的心理咨询也有了新的途径。在进行咨询的过程中，我们发现越来越多的同学除了使用QQ、电子邮箱外，更喜欢用微信进行咨询。这个平台功能强大，我们要合理使用它。另外，尽管它给我们带来了不少便利，但仍然无法完全替化面询。所以，依然要指导学生选择更适宜更有效的方式，鼓励学生可以进行面询或两者相结合。

三、推进心理协会正常运作。

本学期，心理委员继续由班主任推荐，心理助理由心理教师在工作中考察产生，整体素质较好。心理委员根据期初工作布置及时完成各阶段工作，积极性较高，完成度较好。尤其是在心理咨询室的值班方面，大多数同学都能按时按序值班。另外，本学期，我们建立了心理协会的QQ群，加强了协会成员的沟通和交流，从而使心理的学生骨干力量更有生机，心理健康教育更有活力。

四、继续推进心理健康教育进课堂。

本学期，我们继续在高一年段开设了心理课，每周一节课，主题涉及适应、人际交往及智力发展等。如《心理漫谈》、《在一起》、《创新思维》、《记忆训练》、《天使降临》、《多看你一眼》、《自我介绍》、《我的学校》、《打破思维定势》、《选择》等。此外，为丰富教学内容，我们还进行了影片《老男孩》、《父亲》、《记忆的秘密》赏析。教学活动得到了师生的广泛认可，深受学生喜爱和欢迎。不足在于户外活动偏少。

五、分发清心报。

本学期，清心报分发仍按年段进行针对性较强的编发，毕业班基本能做到二周一期。但是由于条件限制，仍未能实现学生自主编发。

六、参与建设班级环境。

本学期由于为了迎接省三级达标评估工作，学校对各教室都进行了全新的规划和布置。在与班级规划相统一的基础上，我们布置了“心灵小语”版块。从内容上看，普遍注重班内交流和互动；从版面设计上来看，新颖活泼。效果较好。不足之处，评比完之后，分数未能及时公布，各班的图片资料也只收集了一部分。

七、校园心理危机应对机制的建立和完善。

本学期，校园心理危机应对机制虽已初步建立，但工作团队尚未发挥足够积极的作用，尤其是班级心理委员和班主任的跟踪报告作用。目前班主任只收集了班里的心理个案，但从上交的材料来看，有部分存在应付的态度，有待提升意识。

八、参加教研活动，提升专业素养。

本学期，两位专职教师参加了在仙游榜头中学举行的“市中小学心理健康校际教研”活动，观摩同行教学之余，还进行了相关研讨。另外，我们还开展了校级心理小论文评选活动，初中部和高中部共评出一等奖、二等奖和三等奖共16名，并推荐初中部和高中部各2篇参加市级首届心理小论文评选活动。

九、按照学校三级达标的工作部署开展相关工作。

本学期，我校迎来三级达标工作的评审。我中心在第17项心理健康教育和第24项办学特色方面提供了相关的资料备查。在检查过程中，检查组对我中心的工作给予了积极的评价，同时也提出了一些中肯的建议。我室将根据建议进行改进。

心理健康与发展指导中心

2024-1-21

**第二篇：2024上心理学总结**

2024上半年福州大学学生心理健康教育工作总结

阳光学院大学生心理健康教育工作在院党委的正确领导下，依托人文系心理学专业，开展了大量形式多样、内容丰富的心理健康教育和心理咨询活动，使心理健康教育工作成为我院学生工作的亮点之一，并促使我校的大学生心理健康教育工作进一步走向深入。现将具体工作总结如下：

一、学校高度重视大学生心理健康教育与指导工作

（一）健全工作机构，加强基础设施建设

我院领导十分重视大学生心理健康教育与指导工作，在原有的大学生心理健康教育与指导工作的基础上，进一步健全工作机构，2024年建立的阳光学院大学生心理健康教育咨询中心。2024年心理学专业招生以来，依托学科专业教学，建立了一支兼职心理健康教育与指导工作人员队伍，初步形成了以课堂教学、课外教育指导为主要渠道和基本环节，课内与课外、教育与指导、咨询与自助紧密结合的心理健康教育工作体系。

（二）进一步完善了心理健康教育与指导工作制度

大学生心理健康教育咨询中心在我院相关制度的基础上，结合当代大学生心理健康实际情况，制定了心理健康教育工作制度和心理辅导员工作条例，包括：心理咨询中心接待制度、职责规范等。每学期初召开专门工作会议，安排、布署全校心理健康教育与指导工作。

（三）加大心理健康教育经费投入，保障工作的高效运作

学院领导在专题会议确定：心理健康教育咨询中心的兼职教师按照工作量计算超工作量，参加辅助工作的学生按照学院勤工助学岗位工资进行补贴。中心平均每年投入近3万元，有力地保证了工作的顺利运行。

二、主要工作举措和成效

（一）对学生进行心理健康普测，建立心理健康档案

我院坚持对大学生的心理健康状况进行普测，在新生报到一个月内，采用SCL—90量表进行测试，并对测试结果进行统计和分析，分析结果为我院有针对性地开展心理健康教育工作提供了科学的依据。根据测试结果，为心理健康咨询中心建立了新生心理健康档案，与辅导员进行及时信息沟通，对有心理问题的学生进行了主动干预，预防了恶性事件的发生。

（二）普及心理健康基础知识 根据大学生心理健康教育与指导委员会的总体安排，我校“两课”教师在授课中专门安排了学生心理健康教育的相关内容。同时，我校心理健康教育骨干教师还开设了《大学生心理健康教育》、《趣味应用心理学》、《心理咨询与心理治疗》、《社会心理学》等选修课。通过学习，不仅在学生中普及了心理健康基本知识，树立了学生的心理健康意识，也使广大同学掌握了维护心理健康的基本技巧，在一定程度上提高了学生的心理素质。

（三）拓展宣传渠道，耐心实施指导

利用网络、广播、博客等现代传媒手段，多渠道、全方位地宣传和普及心理健康知识。心理健康咨询中心编辑出版了《心晴》报，发放至学生宿舍，为学生的心理健康提供了发展性和预防性教育指导，开设了学生心理谈话专线，电子邮箱，近两年来，对400余名学生开展个别和团体心理辅导，为学生解决了生活、学习、人际交往、情绪情感、自我意识发展中的诸多问题。2024级学生余某，因情感问题几次想轻生，经系主任、辅导员和心理健康教育咨询中心的干预、教育、引导，2024年以优秀毕业生资格提前一年毕业。

（四）加强队伍建设与研究工作

心理健康教育与指导工作是一项专业性很强的工作，工作人员的素质水平很大程度上影响着工作的顺利开展。学校心理健康教育与指导工作人员通过参加日常学习培训和外出调研考察等途径来提高自身工作水平，力求打造一支素质高、业务精的心理健康教育与指导工作队伍。目前学院心理健康教育与指导中心兼职教师7人。辅导员队伍中有3人已经取得国家三级心理咨询师从业资格证，9人参加本学期的心理健康教育培训。

（五）指导学生社团，开展丰富多彩的教育活动

我院目前拥有心理健康指导方面的学生社团一个----大学生心理健康协会。协会由院心理健康咨询中心和社团联合会教师指导，通过主题讲座、书籍阅览、创办报刊杂志等形式宣传普及心理健康知识。通过举办心理健康活动月、现场咨询以及指导学生社团编排心理剧大赛和心理剧场等展示活动，生动刻画了学生的心理活动过程，在帮助解决学生中比较普遍存在的心理问题，营造良好的心理健康教育氛围方面发挥了重要作用，提高了全校师生对心理健康的认识。

（六）建立特别关注学生信息库

为预防和避免个体冲突事件，做好学生教育管理工作，学校在每学期开学初和学期末对全校的特别关注学生进行全方位的排查，对每年排查出的精神类疾病、神经症、严重心理问题、一般心理问题、厌学、网络沉迷、人格问题等各种类型的特别关注学生都一一建立心理健康档案，具体包括问题类型、主要症状表现、采取措施、目前情况、是否在校等信息，建立起特别关注学生数据库，并根据心理咨询日常工作和辅导员反馈的动态信息对数据库进行不断更新，以确保及时掌握学生心理动态变化的最新趋势。针对这些特别关注学生，还加强和各系的联系，督促学院研究制定切实有效的教育帮助方案，加大教育监控和辅导咨询推荐转介的力度，确保每一个需要关注的学生都得到有效的心理帮助和教育管理。

（七）加强预防性心理健康教育

为广泛了解我院学生的心理动态，及时疏导大学生心理问题，防范校园危机事件的发生，我院在每个班级配备1名心理气象员，积极构建学校--班级心理健康教育二级网络。我院推行心理动态月报制度、心理异常学生及时报告制度、心理气象员工作制度等，要求心理气象员在日常学习和生活中，负责宣传、普及心理健康知识，因地制宜地开展一些心理健康教育活动；观察并及时报告班级同学中存在的异常心理现象，协助学校开展心理健康教育工作，使学校能够及时把握学生在各个时段的心理动向和发生的一些问题。为培养一支具有较高心理自助与助人能力的心理保健员队伍，提高他们的理论和技能操作水平，更好地掌握学生心理动态，及时预防心理危机。

（八）心理实验室的建立---心理宣泄室

心理宣泄室是心理实验室的一个组成部分。室内设有橡皮人供师生宣泄郁闷和愤怒之用。心理宣泄是缓解学生心理压力的有效途径之一，以适当的方式进行心理宣泄对于缓解学生心理压力是有益处的。先通过心理宣泄再加之以心理辅导，心理咨询的效果将事半功倍。

（九）构建心理咨询平台，加强专业人才保障

1、以心理咨询中心为主体，提供专业心理指导。

阳光学院心理咨询中心于2024年夏季正式成立，历时两年多，全力为阳光学院师生的心理健康问题答疑解惑，排忧解难，已成为和谐校园建设的不可或缺的力量。咨询室内设备齐全，并配备心理学专业老师担任咨询师，目前拥有心理咨询师五位。心理咨询室向全体师生开放，并安排专人值班，便于学生随时得到帮助和辅导。同学们可以电话提前预约，与心理辅导老师作面对面交流，以现场获得心理咨询和辅导的帮助。目前心理咨询中心工作开展顺利，主要通过个别咨询、电话咨询、心理行为训练等多种形式，为学生提供及时、有效、高质量的心理健康指导和服务，大部分来访者都对咨询效果表示肯定。

2、各系配备心理辅导老师，组建长效服务机制。

为了更好地进行心理健康教育宣传，提高全院学生的心理保健意识和参与意识，我院成立心理健康辅导老师团队，以各系人数安排相对应的心理辅导老师。每学期前两周，对各系辅导员、班级指导老师进行心理知识集训，以便辅导员在面对学生问题时，能够较为准确判断其原委。这样非心理学专业老师就可以从专业老师那学到基本的技能，对于普及全院心理健康教育工作发挥重要的作用。

三、特色活动

1、人文系精品活动----“心•视觉”摄影大赛

为了让同学们充分感受生活的美好、积极向上、热爱生活、彰显青春风采，在 5.25大学生心理健康月举办系列活动之“心•视觉”摄影大赛。虽然活动命名是摄影比赛，但这并不仅仅就只是一场摄影技巧的角逐，最重要的是使广大同学在这次活动中感受美好、促进人格健康、优化心理生活。能够陶冶同学们的情操，丰富同学们的生活，扩宽同学们的视野，加强心灵交流是这次活动给同学们带来的最好精神食粮。

2、“美丽心灵 斑斓人生”心理情景剧大赛

校园心理剧大赛为我们提供了这样一个反映大学生热点心理问题，加强心理学知识的普及，提高心理自助、互助能力的平台。它是一种极具吸引力的文化表现形式，反映校园现实，展示学生风貌，对大学生起到很好的启示作用。它不仅能丰富同学们的校园文化生活，而且能使同学们了解更多的心理知识达到心理交流的目的。

四、存在问题及改进策略

1.没有建立完整的学生心理健康教育课程体系。

2.我院心理健康教育硬件建设滞后，缺少一些专门的心理健康教育设备、心理咨询用品等。

3.增加心理健康与指导工作人员编制，学院要按1：5000的师生比例引进或培训足够数量的专兼职心理健康指导老师，形成一支相对稳定的高素质大学生心理健康教育与指导工作队伍。

4.我院心理健康教育工作体系已初步形成, 但仍存在问题，制度还不完善, 缺乏学校正式的心理健康教育工作文件。

5．心理健康教育应在提高全体学生心理健康水平的同时, 重点关注特殊群体。我院对于双困生、女生等群体的关注还不够, 这不利于心理健康工作的整体提升。

6．部分师生对心理健康教育工作认识不到位，学校还没有完全形成人人关注大学生心理健康的良好氛围。

7．加强对班级心理气象员心理学基本常识的培训，使心理健康工作从基层抓起。8．我院对于心理健康教育工作专项资金和相关培训的投入还不足。

福州大学阳光学院学工部心理组

2024年7月6日

**第三篇：2024-2024上心语室总结**

心语室心理辅导工作总结

2024-2024学年第一学期

一学期结束了，在全体师生的共同努力下, 我们学校的心理辅导工作开展得有声有色，取得了明显成效。主要做了以下工作:

一、加强宣传，普及学校心理健康教育。

通过印发宣传资料、广播室定期广播等形式扩大宣传，充分利用其他各种途径进行宣传，更加深入地向学生渗透心理健康知识，普及心理健康教育。

二、加强心理辅导室建设，整理完善档案资料。为了使心理辅导工作朝着系统性、连续性的状态发展，对心理辅导室材料和档案进行了一系列重的整理、完善、充实，为面向全体学生扎实有序地开展心理健康教育，打下了坚实基础。

三、开展心理健康教育，从整体上提高学生心理素质。为使学生的心理素质得到整体性提高，我们面向全体学生，着重开展了心理健康教育辅导。

（一）辅导的主要形式

1.举办心理健康讲座和专题班会。在学校心理健康教育中，讲座是较为可行的一种措施，其一次可以面对众多学生，在中学心理健康教育中有很大的发展空间。我们充分利用学校的多媒体教室，根据学生的年级、年龄的特点，积极向学生开展心理健康教育。并根据一些班级的实际情况，制定相应的心理健康班会课，心理辅导室配合班主任做好学生工作。分别进行了班主任辅导学生群体辅导和个体心理辅导,并作好了相应记录。

2.进行个体辅导。采取多种方式来满足学生的要求，周五中午为学生提供辅导服务。同时，心理辅导信箱每天定时打开，心理辅导师认真、仔细地分析每一封来信，给每个来信的学生一个满意的答复。

（二）辅导的主要内容

1.学习辅导。帮助学生适应学校的学习环境和学习要求，培养正确的学习观念，学习意识，改善学习方法，学会计划学习，运用学习策略学习，提高学习能力。

2.青春期前辅导。让学生了解自己，提前学会克服青春期的烦恼，正确面对青春期，逐步学会调节和控制自己的情绪，抑制自己冲动行为，开展适宜的性教育活动。

3.情绪辅导。了解情绪产生的原因以及消极情绪对我们的生活、学习、行为等方面的负面影响，掌握克服消极情绪的方法，学会调节和控制自己的情绪。

4.人际交往辅导。学会人际交往的技巧，加强师生、生生、学生与家长之间的人际沟通；了解异性交往的原则，学会正常交往；形成良好的礼仪素质，提高人际交往能力，培养良好的人际关系。

5.悦纳自我辅导。加强学生自我认识，客观地评价自己，能够扬长避短；逐步适应环境的各种变化，培养学生的耐挫折的能力，提高自信心。

6.生活辅导。引导学生树立正确的价值观和消费观，形成正确合理的消费行为及休闲方式，克服盲目攀比、超前消费的不切实际的心态。

7.贫困学生辅导。贫困学生一是要面对从农村到城市的反差。他们在家乡往往比较优秀，对自己的经济状况不太在乎，到学校后一下子陷入生活和别人关注的低谷，心态会格外自卑。二是与同学交往的困难。孤僻、沉默、敏感，这些学生往往处不好人际关系，以至于自闭和产生仇视心理；这些隐性的问题更应该得到足够重视。

（三）具体辅导情况

1.与学校工作相协调，向教师提供心理科学知识，便于学校开展心理健康教育。面向全体学生开展发展性、预防性的心理辅导，采取朋友式的心灵对话，使学生逐步消除不良心态和心理困惑，提高心理素质。

2.请班主任协助，做好心理诊断性的评价工作，分析学生有关心理症状，掌握学生确切的征兆，筛选学生心理方面的问题，以便提出排除障碍的措施即预防学生在校学习期间可能出现的问题，促进他们心理健康的发展。

3.做好行为矫正工作，具体地帮助道德越轨、学习困难、情绪挫折和社会性发展不适的学生，了解个他们的心理困惑，适时地和学生沟通心灵，帮助他们走出心理阴影，重塑自我形象，获得正常的发展。

四、开展问卷调查，进行分析统计。

为了更客观地了解学生的心理状况、对学生心理状况作出客观地评价，心理辅导室在班主任的配合下，对学生进行心理健康调查并对所得数据进行分析、统计、建档。

**第四篇：带上心生活美文摘抄**

不知道从什么时候开始，我们都变成了路上那个匆匆而去的背影，似乎每个人都很忙，忙得像一只一刻都不能停止旋转的陀螺，步履匆匆，无暇侧目，没有时间与家人一起吃顿饭，没有时间与朋友论道聊会儿天，忙工作，忙升职，忙找钱，来不及细品生活的滋味，来不及静候时光的飞逝。

看书看报，喜欢浏览标题，一目十行，囫囵吞枣，没有耐心去体会书中人物的心境变化，更没有心情去领悟书中风物人情的细致，变成了名副其实的标题党，读书读报只读标题，因为忙乱，所以心安理得地停留在浅阅读的层面上。

出门旅行，喜欢跟团观光，因为可以省却旅途中的诸多琐事的烦恼，比如订票，比如住宿等等问题，只要带上身体，像行军打仗一般，混在人群之中，来去匆匆，上车睡觉，下车拍照，到地儿购物，看过什么，当然是不知道。

上网浏览，多数是瞅瞅大标题，很少会点击进入，哪怕大标题再揪心再刺眼，也不会随便点击进入，被忽悠的时代已经渐去渐远，淡定漠然，脸上挂着洞悉一切的微笑，喜欢挂Q却不说话，喜欢刷新却不点击，喜欢围观微博，却不评论。

经常给父母打电话，却很少回家。打个电话问候一下，便心安理得，方便快捷省事儿，代替了回家开车堵车的心烦与纠结。能够听听儿女的声音，当然也很好很幸福，但天下父母最盼望的事情，还是能够和自己的孩子一起吃顿饭。

经常和朋友聊天，聊过之后却不知所云。朋友遍天下，打开手机，朋友有几十个甚至几百个，永远不知道哪个朋友会在什么时候会和你见面聊天说事儿，就算见过面，聊过天，仍然会把朋友甲当成朋友乙，把朋友乙当成朋友甲。

天天和爱人一起吃饭睡觉，却记不得她前一天说过什么话，记不得她今天换了什么衣服和发型。似乎每一天都很忙，似乎每一天都在追赶什么，可是若要较起真来，问自己在忙什么，追赶什么，又无从做答。

真的不知道从什么时候开始，我们都变成了路上那个匆匆而去的背影，看不见路边开满鲜花的树，忽略了小桥流水的灵秀，来不及去品味亲情之暖，爱情之美，友情之甘，来不及品味生活中种种细节带给我们的感动。

这些年来，身体一直在朝着一个方向不停地奔走，而灵魂却一直在不远处若即若离。说话，不过大脑。做事，只是应对眼前。不知道自己想要什么，也不知道自己想去哪里。仿佛什么都想要，却一直是两手空空。仿佛哪里都想去，却一直停留在原地。

其实，对于这个世界来说，你就是一个人，或者说是某一个人，可有可无，可多可少，可是对于某个人来说，你却是整个世界。这句话的意思，当然，你懂的。好好活，活仔细一点，活认真一点，是对自己的期望，也是某人对你的期望。

不知不觉中，我们在生活中背离了自己，说着言不由衷的话，做着并不从心的事儿，被诸多的欲望追赶着脚步，没有幸福感，没有方向感，茫然而混沌，不知快乐为何物。

浅草没马蹄是一种闲情，采菊东篱下是一种意境，请带上灵魂赶路，请带上心生活，不妨试一下，生活肯定会变成另外一番景象。

**第五篇：怒上心,忍最高美文**

记得那还是我上初一的时候，数学老师邓三毛把这句话用毛笔字抄写好后贴在自己的门上。那时年纪小，尽管经常看到这句话，却不知其中的深意。如今，我年近而立，才突然发现，这句话是那么地富有哲理，道出了生活中的某些真谛。

怒是一个人的一种心理情绪，这种情绪如果处理不好，很可能造成难以想象的后果，有的甚至是灭顶之灾。谁会一直都开开心心呢？只要与人相处，就总会或多或少地在某个时刻产生这样的情绪，这不足为奇。然而当怒上心时，各人表现出来的态度与做法却不尽相同，甚至是大相径庭。殊不知，现实社会中有多少人因为一时冲动，为了所谓的“争一口气”而鲁莽行事、大打出手，最后酿成恶果，促成大祸，实在让人扼腕叹息！

“怒上心，忍最高”。这句话主要是说一个人当他有了愤怒的情绪时，应当尽量地使自己保持冷静，沉住气，不要让愤怒的情绪肆意蔓延，以免伤害自己与他人。很多人会对这句话中的“忍”字产生误解，以为这个“忍”字是忍气吞声的意思，其实不然。这个忍我们应当理解成“冷静”。句中的“高”乃是“好”之意。

事临头，思而行；怒上心，忍最高。

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！