# 2024学年第一学期心理健康教育计划

来源：网络 作者：清幽竹影 更新时间：2024-12-11

*第一篇：2024学年第一学期心理健康教育计划2024学年度第一学期 心理健康教育工作计划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。小学生正处在身心发展的重要时期，随着生...*

**第一篇：2024学年第一学期心理健康教育计划**

2024学年度第一学期 心理健康教育工作计划

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。小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，特别是面对竞争的压力，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或问题。因此，在小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。

一、心理健康教育的指导思想

开展小学心理健康教育工作，必须坚持以马列主义、毛泽东思想、邓小平理论、“三个代表”重要思想为指导，贯彻党的教育方针，落实《公民道德建设实施纲要》和《国务院关于基础教育改革与发展的决定》及《中共中央办公厅国务院办公厅关于适应新形势进一步加强和改进中小学德育工作的意见》，坚持育人为本，根据小学生生理、心理发展特点和规律，运用心理健康教育的理论和方法，培养小学生良好的心理素质，促进他们身心全面和谐发展。开展小学心理健康教育，立足教育，重在指导，遵循学生身心发展规律，保证心理健康教育的实践性与实效性。

二、心理健康教育的基本原则： 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；面向全体学生，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；关注个别差异，根据不同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；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；面向全体学生与关注个别差异相结合；尊重、理解与真诚同感相结合；预防、矫治和发展相结合；教师的科学辅导与学生的主动参与相结合；助人与自助相结合。

三、心理健康教育的目标与任务：

我们的总目标是：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。我们的具体目标是：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。

1.坚持以人为本，根据学生心理、生理的特点及发展规律，运用心理健康的理论和方法，开展丰富的活动，培育学生良好的心理素质，促进他们身心全面和谐的发展。2.立足教育，重在指导，遵循学生身心发展规律，保证心理健康的实践性和实效性，迈向全体学生，关注个别差异，以学生为本，尊重学生、理解学生。

3.提高全体学生的训练素质，充分开发他们的潜力，培养学生乐观的、向上的心理品质，促进学生人格的健康发展。

4.对少数有心理困惑或心理障碍的学生进行个别科学的、有效的心理咨询和辅导使他们尽快摆脱障碍，提高心理健康水平，增强自我教育能力。

5.重视心理咨询室的常规建设，努力发挥心理辅导室的作用，进一步在全校做好宣传、发动普及、教育等一系列工作。

6.不断丰富教师的教学策略，有效提高教学水平。7.做好家长辅导学生的心理健康知识讲座。

四、理健康教育的主要内容：

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，以及初步掌握心理保健常识，其重点是学会学习、人际交往、升学择业以及生活和社会适应等方面的常识。

小学低年级主要包括：帮助学生适应新的环境、新的集体、新的学习生活与感受学习知识的乐趣；乐与老师、同学交往，在谦让、友善的交往中体验友情。

小学中、高年级主要包括：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。

心理健康的主要工作：

（一）加强队伍建设，提高自身素质。

1、组织教师学习有关心理健康教育资料，进一步提高认识，充实自我，掌握基本的心理辅导知识、方法、形式等，并提倡全体教师在自己的工作实践中运用心理知识及教育方法，不断丰富自己的教学策略，提高教学水平。

2、继续通过家委会、家长会组织学习学校心理健康教育的有关内容，使家长逐渐认识到对学生开展心理健康教育的重要性，不断地提高家长对学生进行心理健康教育的素质。

（二）认真做好学生心理辅导及心理咨询工作。

1、加强心理咨询室的常规建设，做好学生心理咨询工作，并有侧重地进行跟踪调查，建立心理档案。

咨询途径：

（1）学生自愿前往咨询（团体咨询为主）（2）班主任老师推荐（3）辅导老师访谈

2、开展每月的“知心姐姐广播”做好心理健康的宣传工作。

3、设立“悄悄话信箱”心理咨询信箱，做好学生的心理咨询和心理训练工作。

4、在班级的黑板报中辟出一角作为“心理健康圆”。

5、心理辅导老师对全校进行心理辅导知识讲座。

6、在家教指导活动中，举行专题讲座，让心理健康教育走进千家万户，使家校教育形成合力，促进亲子沟通，进一步提高学生的心理素质。

7、每周一下午为心理咨询室开放日，对个别有需要的学生进行有效的辅导。

8、积极发挥课堂主渠道的作用，各班班主任要利用晨会进行心理健康教育，以及对本班有问题学生进行心理辅导。

（三）具体工作安排： 九、十月份：

1、制定并讨论学期心理辅导工作计划。

2、做好心理健康教育的宣传和氛围建设工作。

3、开放心理咨询室。

4、开播“知心姐姐系列广播”。

5、开设“悄悄话信箱”。十一月份：

1、召开困难学生的座谈会。

2、开放心理咨询室。

3、进行“知心姐姐系列广播”。

4、开设“悄悄话信箱”。

5、班级辅导员进行一次心理晨会课。十二月份：

1、开放心理咨询室。

2、进行“知心姐姐系列广播”。

3、开设“悄悄话信箱”。

4、出一期心理健康教育专题黑板报。一月份：

1、召开特殊学生会议，并进行个别心理辅导。

2、做好学期工作总结及资料积累和个案分析、心理档案建立工作。

3、开放心理咨询室。

4、开设“悄悄话信箱”

5、进行“知心姐姐系列广播”。

**第二篇：二年级第一学期心理健康教育计划**

二年级心理健康教育计划

城子小学 何玉敏

一、情况分析：

二年级学生经过了一年的学习生活，已经适应了新的环境，在思维能力，语言表达能力，社会交往能力等有了很大的提高，二年级学生有以下特点：

1、思维特点：二年级学生正对生活的世界形成一个初步的看法，他们擅长于识别物体的特点、判断物体之间的相同和不同点，能很快并很容易地掌握任何一个物体所固有的特征。

2、语言表达特点：二年级学生乐于向其他人交流自己已经做过的事情，这是在探究课上鼓励学生有条理地表达和培养科学、文明的用语习惯的积极因素。

3、社会交往和与人合作特点：二年级学生一是易受同伴的影响，一是以个人为中心。

二、教材分析

为了加强我校心理健康教育工作的深入开展，在二年级增设了心理健康教育课，这个具有特色的课程设置，体现学校对低年级学生的心理健康的重视，结合我校二年级学生的特点，主要的教学内容包括以下方面：第一部分内容，认识自己。使学生了解到自己的优点和不足，改正不足，完善自己；知道自己有哪些兴趣爱好，要持之以恒，坚持下去，才能成功;自信是成功的第一步，使学生了解怎样树立自信心，使不自信的学生变得自信些。第二部分内容，我长大了。孩子长大了，有的学生有攀比现象，教育学生懂得应该在哪些方面进行比一比，激发学生竞争意识。告别“小粗心”、“小拖拉”，养成良好的学习习惯，自己的事情自己做等行为习惯。

三、教学目标

二年级心理健康教育的主要目标侧重在：感受集体活动与学习知识的乐趣，在谦让、友善的交往中体验友情，在好行为好习惯的训练中培养“做一个好学生”的意识。重点在于感受集体友情、形成良好行为习惯、学习习惯、人际交往能力。

四、采取的措施

在课堂教学中，以活动课为主淡化理论，通过多种途径，多种手段，有目的、有计划地对学生的心理发展施加影响。小品表演法、设境讲解法、故事启迪法、团体游戏法、flash动画演示法等，同时注意结合运用现代的教学手段辅助教学，使之更加生动形象直观，从每周一次的心理健康课入手。

五、质量达成目标

本年级从自我意识、智力、情感、意志、个性、学习和交往七大方面对二年级学生心理素质教育作了内容安排。重点主要突出表现在以下内容：

自我意识方面：在让学生认识自我的心理特征和社会关系方面。学会较全面地评价自我，能看到自身的优势和不足，做到自信但不自负；通过觉察自身的生理变化，促使自己心理机能的成熟与发展；能够了解自己人际交往的自主程度；智力方面：让学生了解自己的注意力和观察力水平如何，以便今后有针对性地进行训练。让学生掌握一些常用的记忆方法，提高记忆效率。知道遗忘规律，能及时进行复习，保证学习效果；情感方面：培养学身的劳动情感、爱国情感、美感。同时，培养他们积极的情绪、情感，让学生保持一种愉悦心境，为学习、生活提供前提条件，有利于健康人格的形成与发展；意志方面：培养学生的坚持性、自制力和面对失败与困难的刚毅与顽强。通过改掉坏习惯来培养学生的自制力，一举两得。让学生懂得失败是不可避免的，正确对待失败，做“成功的失败者”。让学生明白坚强并非倔强；个性方面：进行个性塑造主要放在了自己与别人关系的问题上，通过教育让学生懂得尊重别人，悦纳别人，帮助别人，关心别人，原谅别人，学会关心，学会尊重，学会谅解；学习方面：在学习指导方面主要教会学生一些学习方法；交往方面指导方面主要是让学生克服羞怯，学会消除误会，掌握谈话技巧，学会运用非言语交往。

2024年8月

**第三篇：2024-2024学年第一学期心理健康教育计划**

近几年来，健康教育在如火如荼地开展着。我校在常校长的指导下，健康教育也在不断地研究、探讨、开展中，学校健康教育继续以全面培养学生健康的心理素质为工作目标，针对学生心理特点，本学期还要坚持开展一系列行之有效的健康教育。

本学期，心理健康教育工作将从以下几方面开展：

一、重点工作

1、加强教师培训工作，加强心理健康教育队伍专业化建设。

2、充分利用有效的宣传手段，强化师生及社会对心理健康教育重要性的认识，3、加强心理健康教育教科研活动，通过实际工作不断总结经验，使我校心理健康教育逐步走向科学化轨道。

4、注重学生心理辅导，做好学生心理咨询工作。

5、重视心理咨询室的常规建设，努力发挥心理辅导室的作用，进一步在全校做好宣传、发动、普及、教育等工作。

6、不断丰富教师的教学策略，有效提高教育教学水平

7、做好家长辅导学校的心理健康知识讲座

二、具体工作：

1开展宣传教育，普及心理健康知识。

本学期，心理健康教育工作室将通过宣传栏、以及与校园广播站的《心灵之声》栏目等宣传方式，扩大心理健康教育工作的影响。吸引更多学生走进心理健康教育工作室，及时与辅导老师沟通交流，提高自己的心理健康水平。

2积极有效地开展个别心理咨询工作。

本学期，心理咨询室将更充分发挥心理咨询的作用，对个别存在心理问题或出现心理障碍的学生及时进行认真、耐心、科学的心理辅导，帮助学生解除心理障碍。咨询教师在交流中应给予热情真诚的启发引导，让学生将心理不愉快的感受尽情地诉说。充分发挥广播室宣传作用，对学生存在的共性和个性的心理问题进行解答。

本着家校教育协同合作的理念，本学期，心理健康教育工作将协同少先队大队做好与社区、家长同心共岗的“三位一体”教育网络，积极动员与争取家长的配合与支持，畅通与建立有利于学生发展的理性社会系统。热心真诚地为家长们在家庭教育中出现的困惑提供帮助，并且与教师配合，对相关学生进行疏导，同时帮助改变家长一些不合理的家教观念，使学校教育工作得到全面的稳固。全方位启发学生自己认识自己，自己接纳自己，自己帮助自己，自强自立，健康快乐的成长。

心理咨询的方式有：电话咨询、面对面交流等。

3、开设心理讲座，加强对师生的心理指导

本学期，心理健康教育工作室将从不同年级的学生特点出发，每学期举办一次心理健康教育讲座及心理咨询专场活动，有步骤、有计划地开展一系列有针对性的心理讲座，为同学们切实解决一些问题。如“什么是健康的心理”“成长中的心理卫生”知识讲座、“考试情绪的调适”辅导和“小学生消费心理辅导”等进行心理疏导。

鉴于当前学生中产生一些心理障碍有不少是师源性的，而近年来

经调查，教师的心理健康状况也不容乐观，为丰富教师的心理知识，提高心理学涵养和科研意识，因此，本学期，心理健康教育工作在加强对学生的心理疏导的同时，也将关注教师这个群体，针对难点热点的心理现象、问题开展讲座。帮助教师加强对自我心理行为的控制和调节，保持健康积极的心理状态，以促进发展良好的师生关系，不断完善、提升自我，达到良性循环。

4、加强学生的心理咨询室建设

本学期工作重点是制定各种管理制度，添加有关设施设备，收集整理相关材料和书籍，完善心理健康教育工作室的档案资料；组织一次对家长的专题心理健康教育讲座，普及基本知识；定期板报、橱窗和宣传栏心理健康教育知识的更新；个案记载与分析；心理健康教育科研文件、论文、课题。保证心理咨询工作的延续性。在此基础上，在这学期对学生进行心理健康状况的抽样摸底测试，并认真进行分析总结，及时向学校进行反馈，并逐步为每个受访学生建好心理档案，从而为以后教育工作提供方向和依据。

以上是本学期心理健康工作室制定的本学期开展心理健康教育工作的计划，由于我校心理健康工作正处于起步阶段，难免有疏漏和不合理之处，届时将根据具体情况和相关领导老师的指导不断完善，使计划得到有效的落实。一切为了孩子，相信通过我们的不懈努力，学校心理健康教育活动会愈办愈好，更上一台阶。

**第四篇：小学二年级第一学期心理健康教育计划**

小学二年级第一学期心理健康教育计划

班主任：林宏波

一、指导思想：

贯彻《教育部关于印发〈中小学生心理健康教育指导纲要〉的通知》以及省、市关于学校心理健康教育的有关精神，根据小学教育的特点和小学生心理发展的规律，通过各种途径继续认真开展多种多样的心理健康教育活动和指导，帮助学生获取心理健康的初步知识，促进学生人格的健全发展。通过心理健康教育，不断转变教师的教学理念，改进教育、教学方法，改进班主任方法，提高德育工作的针对性，学科性和实效性，为学校实施素质教育营造良好的心理气氛。

二、工作目标：

1、根据学生心理特点及发展规律，运用心理健康的理论和方法，开展丰富多彩的活动，培育学生良好的心理素质，促进他们身心全面和谐的发展。

2、遵循学生身心发展规律，保证心理健康的实践性和实效性，面向全体学生，关注个别差异，尊重学生、理解学生。

3、提高全体学生的心理素质，充分开发他们的潜力，培养学生乐观的、向上的心理品质，促进学生人格的健康发展。

4、对少数有心理困扰或心理障碍的学生进行科学的、有效的心理咨询和辅导，使他们尽快摆脱障碍，提高心理健康水平，增强自我教育能力。

5、充分利用家长和社会资源，开展学校心理健康教育

三、具体措施：

1、推进心理健康教育。

心理健康教育是提高广大学生心理素质的必要途径，是青少年学生思想道德建设的重要组成部分。学校将结合心理节的方案，继续深入开展好心理节活动，让丰富的心理活动引导孩子树立正确的世界观、人生观、价值观。

2、细化心理制度建设。

将心理健康教育课纳入教育教学计划；学校要定期开展心理健康教育的展示、交流、研讨。定期开放“心语心愿吧”为学生提供咨询辅导，组织全体教师参与心理健康教育工作。

3、丰富心理教育方式（1）集体辅导。

班主任利用心理健康课，根据本班的实际进行心理健康教育，为学生提供全面地帮助，主要为塑造班级集体良好的氛围和集体的良好行为，激发群体向上的精神。另外，利用国旗下讲话，对一些共性问题，由心理辅导老师进行集体心理健康辅导。

（2）利用黑板报和宣传栏。

开辟心理宣传专刊。要求班级认真收集资料，根据需要，有针对性地设计有关栏目。如此，有效地调动了学生的积极性和主动性，使专刊真正成为学生学习健康知识的园地。

（3）组织主题班会课。充分利用班会活动课，班主任老师根据学期计划及学生的特点，积极有效的开展活动，进行团体辅导，在活动中加强心理健康教育。

（4）个案追踪。

以心理健康存在问题、问题较多、表现特别的学生作为个案对象，由心理老师进行个案的跟踪研究。

4、指导家庭心理教育

小学生的心理健康教育仅仅由学校实施是不够的，在更重要的意义上讲，小学生心理健康教育主要依靠家庭教育，因为家庭才是学生的来源与归属，小学生心理健康最后要归结于此。因此，学校、家长应该合力重视小学生心理健康教育，我们利用家长学校、家长开放日等多种途径，坚持不懈向家长提出各种建议，指导家长开展小学生家庭心理健康教育。

总之，重视小学生自我心理健康教育，利用一切资源开展小学生心理健教育，促进全体学生的健康发展，是我们的工作终极目标。

2024年9月

**第五篇：2024春学期心理健康教育计划**

2024春学期心理健康教育计划

一、指导思想：

为进一步加强全校小学生心理健康教育工作，促进学生健康发展，维护校园安全稳定，以学校的工作计划、德育计划为指导，通过多种形式对不同年龄层次的学生进行心理健康教育和指导，努力创造条件辅助和激励学生向更高的心理健康境界发展，达到“助人自助”的教育效果。

二、教学宗旨：

留下你的烦恼，带走我的微笑

三、教学目标：

1、通过心理健康教育，帮助学生学会调适。帮助学生学会正确对待自己、接纳自己，化解冲突情绪，保持个人心理的内部和谐。矫治学生的问题行为，养成正确的适应学校与社会的行为，消除人际交往障碍，提高人际交往的质量。

2、通过多种形式的宣传心理健康教育，让学生正确认识和对待心理辅导，引导学生认请自己的潜力与特长，确立有价值的生活目标，发挥主动性、创造性，追求高质量、高效率的生活。

3、普及心理辅导。工作密切与班主任的联系，更好地与德育工作相辅相成。

4、认真细致地做好疏导和跟踪辅导工作，力求在个案上有所突破。

5、采用科学的管理手段，使辅导工作更加规范。具体目标：

五年级：帮助学生适应新的环境、新的集体、新的学习生活与感受学习知识的乐趣；与老师、同学交往，在谦让、友善的交往中体验友情。

四、主要辅导工作计划：

（一）加强队伍建设，提高自身素质

1、组织相关教师学习有关心理健康教育资料，进一步提高认识，充实自我，掌握基本的心理辅导知识、方法、形式等，并提倡全体教师在自己的工作实践中运用心理知识及教育方法，不断丰富自己的教学策略，提高教育教学此文转自斐斐课件园水平。

2、积极组织宣传，充分发挥各班班主任的作用，积极利用健康教育课和班队课主渠道作用，对学生进行心理健康教育。

（二）常规工作：

1、综合运用多种辅导形式，以个别辅导和团体辅导为主，以点带面。还可以通过家委会、家长会等活动组织专题讲座，学习学校心理健康教育的有关内容，让心理健康教育走进千家万户，使家长逐步认识到对学生开展心理健康教育的重要性，使家校教育形成合力，促进亲子沟通，进一步提高学生的心理素质。

2、值班与预约相结合。每日上午及下午放学时间为辅导教师固定值班，主要安排与个别学生见面辅导活动，其他时间的辅导，主要通过提前预约。

3、利用各种宣传手段，普及心理保健常识。可通过板报、讲座等，让广大学生懂得日常心理自我保健，并增强心理健康意识。

4、接待登记制度。值班教师做好值班接待记录，便于总结工作和定期检查。

5、建立学生心理档案，更好地、更全面地做好心理咨询记录，对学生心理咨询记录的情况，并做好保密与保管工作。

6、对典型案例，实行跟踪管理，详细记录，保持联系，全程服务。结合学生特殊情况反馈制度，建立与班主任的双向反馈，必要时还与学生家长、任课教师取得联系，以保证辅导的综合成效。

7、设立心理信箱，心理健康教师做到每封必回。

（三）开放时间：

辅导应在原有工作的基础上，真诚面对学生，扎实开展工作，争取在辅导面上略有扩大，在辅导成效上有所突破。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，社会阅历扩展及思维方式的变化，特别是面对新时期学习及社会竞争等各方面的压力，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。所以，对中小学生进行及时有效的心理健康教育是现代教育的必然要求，更是当前教育的重点所在。附行事例 二 月

1.做好发放、补订心理健康教育活动手册的工作。2.召开心辅老师的会议，交流辅导心得。三 月

1.心理小信息员手册考评。2.开展学校团辅课的教研。四 月

1.开展“心理辅导活动课”研讨活动。2.心理健康教育优秀论文评比活动。3.组织老师学习心辅资料。五 月

1.组织开展的心辅研讨活动。2.邀请心辅专家来校作报告。六 月

1.做好工作交流与总结，整理资料。2.班主任开展心辅征文活动。

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！