# 2024心理健康教育工作计划热门5篇

来源：网络 作者：红尘浅笑 更新时间：2024-02-21

*工作计划对每一个岗位上的人来说都是一次成长的机会，拥有详细的规划之后，会使我们的工作更加轻松有序，你知道相关的工作计划怎么写才更吸引人的眼球吗？以下是小编和大家分享2024心理健康教育工作计划热门相关参考资料，提供参考，欢迎你的参阅。202...*

工作计划对每一个岗位上的人来说都是一次成长的机会，拥有详细的规划之后，会使我们的工作更加轻松有序，你知道相关的工作计划怎么写才更吸引人的眼球吗？以下是小编和大家分享2024心理健康教育工作计划热门相关参考资料，提供参考，欢迎你的参阅。

2024心理健康教育工作计划热门1

学校教育要树立“健康第一”的思想。新形势下如何针对少年儿童成长的特点，加强学生的体育、卫生健康教育，培养学生强壮的体格、较强的活动能力、健康的生理和心理、勇敢顽强的毅力、艰苦奋斗和团结合作的精神，使他们更加适应现代社会的需要，是小学阶段的体育和健康教育迫切需要解决的新课题、新任务。因而本着科学、全面、可比、可行性原则，制定本计划。

一、指导思想

小学心理健康教育工作计划

学校健康教育是学校系统教育的重要组成部分，培养学生的各种有益于自身、社会和全民族健康的行为和习惯，提高卫生科学知识水平，从而达到预防和减少儿童少年某些常见病和多发病，尽可能避免意外伤亡事故，增强体质，促进身心发育，为一生的健康奠定基础。

二、学校健康教育的任务：

1、提高学生卫生知识水平；

2、降低学校常见病的发病率；

3、提高生长发育水平；

4、促进儿童少年心理健康发展、预防心理卫生问题；

5、改善学生对待个人公共卫生的态度；

6、培养学生的自我保健能力。

三、学校健康教育的目的：

1、促进学生身心健康发展，保证学生们具有旺盛的精力、愉快的心情投入学习，养成良好的卫生习惯。积极参加体育锻炼，增强体质。

2、培养学生正确的饮食和卫生习惯。注意饮食卫生，吃好早餐，一日三餐，定时定量，不偏食，让学生知道暴饮暴食的危害。

3、根据学生的年龄特点，由浅入深，循序渐进，达到教材要求，提高健康教育课的效果。

四、学校健康教育的内容：

一年级

1、通过课堂内外的教育，向学生传授卫生科学知识，培养学生生活自理能力、个人清洁习惯，使他们自幼养成讲卫生、爱清洁、维护环境的良好品德

2、培养学生有规律的生活作息制度，养成早睡早起、定时定量进食，既不偏食、挑食、也不过量进食。懂得环境污染对人体的危害，自觉地保护环境，并懂得预防接种的好处，自觉接受预防接种。

二年级

1、让学生观察自己身高、体重的变化，了解儿童期的正常生长发育，并注意生长发育期应注意的事项。知道保护眼睛、牙齿、耳朵、鼻子的重要；

2、认识到阳光、空气、水与身体健康的关系；

3、了解均衡饮食对身体发育的好处，培养良好的饮食习惯。

三年级

1、培养学生独立生活的能力，学会自己的事情自己做，懂得并掌握保护视力、预防近视的方法；

2、教育学生交通安全知识，避免发生意外事故；

3、了解自身的发育及运动对身体的好处，教导学生安全用电，并知道触电急救的方法及小外伤的处理。

四年级

1、使同学们熟记急救、火警、盗警电话号码，

在遇到急救病人、车祸、火警等急救、意外事故时，懂得如何打电话；

2、培养学生独立思维的能力，知道人体需要的营养素，知道常见传染病及其预防。

3、懂得体育与健康常识：运动前后的注意事项；过量饮水也会中毒；玩与心理健康；学会调控自己的情绪。

五年级

1、使学生理解健康的概念，培养健康的意识行为，懂得预防食物中毒的方法；

2、让学生了解适时、适体的穿着有益健康，引导学生培养朴素、大方、适时的穿着风格；工作计划

3、使学生认识吸毒的危害，教育青少年千万不要因好奇去尝试吸毒。

六年级

1、让学生了解心理健康的概念和心理健康的标准使自己逐步具备良好的社会适应能力。正确看待自己身上的生理和心理变化，培养独立思考能力，善于听取别人的意见，控制自己的情绪，多参与集体活动，培养良好的兴趣，并懂得如何自我保护；

2、让学生了解学校健康促进的内容，并在行动上支持和参与学校健康促进活动。

总之，加强学生的健康教育，培养学生强壮的体格、健康的生理和心理、勇敢顽强的毅力、艰苦奋斗、团结合作的精神，是学校教师的职责；学校体育、卫生工作，必须抓紧抓好，使学生不仅能学到知识，而且身心健康，体格健壮，使我校的健康教育工作及卫生管理工作再上一个台阶2024小学心理健康教育工作计划2024小学心理健康教育工作计划。

2024心理健康教育工作计划热门2

小学心理健康教育的目的在于帮助小学生认识自己、悦纳自己，提高他们对小学生活的适应能力，养成良好的生活习惯和正确的学习态度，培养他们开朗、向上、乐学、合群、自信、自立、开拓、创新的健康人格。结合我市几年来开展小学心理健康教育的教育科学研究与实践，我们认为，有效地开展小学心理健康教育，要充分根据小学教学内在机制和小学生自身发展特点来构筑和优化育人环境。

一、让“心理健康教育”走进“班级”

班级，是学生学习生活的主要场所，必然可以是心理健康教育的主要场所。小学班主任，同时又是中队辅导员，每日每时把握着学生的思想脉搏，也同样经常关注着学生的身心发展。因此，以班主任为主开展班级团体心理辅导，可以有效地使思想道德、行为习惯教育，科学文化知识技能教育，心理健康教育整合成为一种“三合一”的教育、从而构建成为一种结合课程教学的渗透，结合斑级日常工作和活动，结合全面和个别育人教育的交互，而形成较为完善的班级团体心理辅导操作系统。

这种操作系统所体现的主要功效有：

1、融入班集体建设

班主任要善于通过引导全体学生，以形成班集体共同奋斗目标来发展学生个性心理：这种共同的奋斗目标，旨在树立正确的集体舆论凝聚，提升优良的道德情操，倡导良好的班级风气和弘扬健康向上的精神风貌。因为良好的班集体建设，能美化集体生活，能振奋全体学生，能使集体像熔炉一样，对全班每个学生起熏陶感染、潜移默化的功能。

2、丰富班级活动

有活动，才有生气、才有活力、才有发展。把心理辅导渗透于班级活动，既是班级活动的创新和发展，又使辅导质量得到提高。寓心理健康教育于班级活动之中，学生能在丰富多彩愉悦舒心的实践活动中获得心理践行和发展，而且这是一种比较自然、比较完美的践行和发展。

3、发展班级文化

班级是学生在校内学习生活和相互交往的主要空间，充分利用这个空间，积极营造和发展健康的班级文化，可以形成良好的心理氛围，发挥十分重要的陶冶、濡化的隐性教育功能。班级文化的发展要充分张扬班级中学生的个性、特长，充分发挥每个学生的智慧和力量。

4、优化班级管理

优化班级管理的目的是为着促进每个学生的发展。通过班级管理创造良好的育人环境，就能充分调动每个学生的主动性和积极性，并且尽可能少地约束人、限制人和压抑人。优化班级管理要在实施民主管理中发展民主意识；要在自我管理中发展学生自主；要在情意管理中发展学生情意；要在有形管理中发展无形管理。

5、构建班级教育合力

班级不是封闭的，班级中每个学生的心理、道德和文化素质都是在班内班外、校内校外、有意无意、有形无形的各种因素的综合影响下形成发展的，因此班主任需要充分利用班内外校内外，包括家庭和社会的各种教育力量，充分利用各种有效的校内外教育资源，形成“全社会都来关心教育”，都来关心学生的成长和发展。

班主任构建整合一致的班级教育合力进行心理辅导，有赖于班主任自身的智慧和技巧。

6、建设良好班风

班风是一个班级稳定的、整体的、特色的集体风气。班风需要靠班级中大多数学生为基础的思想、品德、作风来形成、，需要有一个较长时间的发展来形成。而一经形成，可以对班级中的每一个人产生较为积极、稳固、健康、向上的作用力，这种作用力是内在的、无形的、激活的。建设良好的班风可以为每个学生的身心发展创设出一种美好的时空，唤发出一种蓬蓬勃勃的力量。

二、让“心理健康教育”成为一种“校园文化”

校园文化是多元的，其中校园文化的阵地建设是一项基础性的物化工程。让“心理健康教育”成为一种“校园文化”，首先要打造基础性工程。这种基础性工程，既可以充分利用学校内部原有的一些设施，也可以不断地开发出新的活动阵地，如：

1、让校园内的墙壁、橱窗、黑板、园落成为“不说话的心理辅导老师”。

2、随着学校的园林化发展步伐，不断创建出“开心园”、“舒心廊”、“交心亭”、“谈心室”等等。

3、在校园内形成对学生开展心理辅导的“一条龙”服务：心理信箱—心理热线（电话、网站）；—心语导播（红领巾广播、红领巾小电视台、校园网）——心语小屋（心理辅导室、心理测量室）。

在这些阵地的建设中，“开心园”、“心语小屋”等要真正具有“快乐小屋”的功能，让希望获得心理帮助的学生从中感悟愉悦，体验愉悦，释放烦恼，消除烦恼；从中获得欢乐的自助、互助和他助。“心理热线”要不断延伸、畅通，成为“宽带网”，它由师生双方或班主任――学生――家长三方建起连心的纽带，通过“心理联系卡”、家庭走访、家长来校、师生通信、电话、上网联络、电子邮件等多种方式，定期或不定期，双方或三方、个别或集体相结合的局部性和个别性心理教育与沟通。“心理热线”较偏重于保守秘密、尊重隐私、尊重人格。也有利于实现学校教育与家庭教育的同步一致，有利于形成教育的合力。

三、让“心理健康教育”形成一种“主体性活动”

学生是学习的主体，同样是心理健康教育活动中的主体。要把小学心理健康教育成为一种新颖的丰富的“校园文化”，就要充分让学生畅心地生活在这一文化天地之中。在实践中，许多学校已开展了丰富多彩的小学生心理健康教育主体性活动。

1、心理教育活动课

心理教育活动课是在班主任组织下，全班师生共同参与，开展以学生为中心，生动、活泼、交互、联动的活动。活动课可以利用班会团队活动课、科技文体活动课等活动课时进行，也可以利用周会、晨会进行，有条件的可以纳入校本课程建设。根据需要可以安排在室内外、校内外进行。活动课体现主体性、实践性、系统性、组织性和多样性的特点，通过游戏、讨论、辨析、观察、演讲、表演、小品、训练、检测等方式方法，旨在发展和提高学生心理品质，进行心理训练。心理活动课有明确的目标，有精心的准备，有确定的内容，有具体的步骤，有恰当的技巧。心理活动方案的设计要根据小学生实际、班级实际、发展趋向、防范要求等作认真细致的处理。

2、心语沙龙

心语沙龙类似于少心理活动课，相比较它参加人数要少，一般8～12人左右。活动形式更显简约、宽松和灵活，活动时间一般利用课外、晚间或双休日进行。场地选择也十分自由，包括在师生家中。活动的主题也较为集中，参与的对象则较为专一，如班主任或按班级、团队干部，或单亲家庭学生，或贫困生，或存有某向类心理困扰的学生，针对一个目标组织一次沙龙活动。心语沙龙更重于心灵沟通，情感体验，更重于加深理解，求取共识。

3、心育小报

心育小报可以是小学生自办的“手抄报”，班级中可以有一份或多份，也可以在班级墙报、黑板报中开辟出专栏。心育小报由学生自编自办，旨在让学生交流各自的内心世界，介绍心理健康知识，进行学生心理问题的探讨。班级心育小报可以“走出”班级，与其他班级交流，与学校的广播、小电视台相结合，充实校园媒体、校园文化内容。作为“心育小报”的“双胞胎”，还可办出“心理画报”和“心理漫画”，借助美术表现、欣赏的功能，提高心育效应。

4、心育雏鹰行动

雏鹰行动是少先队教育活动的一种形式，心育雏鹰行动是在此基础上，侧重在小学生中开展如品德践行，社会实践、献爱心送温暖等活动，让学生在相互鼓励、相互帮助、相互关爱、相互学习中，心心相印，共同进步。

5、心理小剧

心理小剧包括心理儿童剧、心理小品、心理故事会、心理训练操等等。心理小剧的素材来自学生，心理小剧的写、编、演、看、评都以学生为主体，教师主要发挥支持、帮助、辅导、组织等作用。同时，还可以或教师参与其中，与学生一起活动，或由教师演学生看。这种为学生喜闻乐见的表演形成更具寓“教”于乐的作用。

6、“心语日记”

结合小学生写日记、周记，鼓励学生记“心语日记”（周记）。“心语日记”有学生心理宣泄和排解，有心理认知和感悟；是能反映学生内心世界的“镜子”，也是能显现学生心理健康发展的“窗口”，还能成为学生健康进步的“阶梯”。班主班老师通过浏览学生“心语日记”（以学生主动愿意提供为前提），能搭通学生的“脉搏”，开展对话，交流思想情感。

7、“心语赠言”

“心语赠言”是班主任主动向学生作心理冲击。班主任的“心语赠言”可出现在学生的作业练习本的改评批语中；可出现在“学生素质报告单”的操行评语里；可出现在“家校联系卡”内；也可以是老师专门设置的“心语赠言”卡（由老师自制成的卡更佳）。“心语赠言”要抓住时机，如学生表扬获奖时、困难受挫折时、心烦苦恼时、学生生日、毕业升学时等等。要选准火候，把握温度；要击中要害，引发震动。“心语赠言”要重情感重文采重形式，可以是诗歌、名言，可以是书法、绘画可以是工艺小制作，总之，是能以“美”和“爱”来激活学生，在心灵深处迸发出璀璨的火花，成为学生渴望获取的“珍藏品”。

“校园文化”建设，无论是“硬件”建设还是“软件”建设都是无止境的，尤其是“软件开发”凝聚着教师的创新和智慧，同样，蕴含心理健康教育的“校园文化”也是一座取之不尽的宝库，我们每一个教师都是开发者、建设者和创造者。

2024心理健康教育工作计划热门3

一、完善基础设施建设，助力心理健康教育工作更上新台阶。

完善基础设施，为心理健康工作开展提供强力保障。改善心理健康教育条件，加强团体辅导室、情绪宣泄室、音乐放松室、心理沙盘室等建设，努力营造温馨舒适的互动空间，为广泛开展团体辅导、提供心理服务奠定基础；进一步优化心理健康教育中心现有功能区，充分发挥心理咨询室、心理阅览室、心理测评室等的作用，为有效开展心理咨询工作提供有力支撑；除学生外对全校教师开放中心功能区，为广大教师提供温馨心理服务。

二、加强二级学院心理健康辅导站建设，实现工作重心下移。

出台《二级学院心理健康辅导站建设方案（试行）》，稳步推进二级学院心理健康辅导站建设和规范化运作，实质性开展工作，显著提升二级学院心理健康服务水平；建立辅导站业务交流和工作研讨机制，资源共享、互促共进；定期督导，对二级学院心理辅导站从学院重视和支持程度、工作机制、教育活动、心理危机预防和干预以及工作实效等方面进行检查、评估和考核。实现心理健康教育工作重心下移，扩大心理健康教育的覆盖面。

三、聚焦心理健康宣传和教育，营造全员育心氛围。

加强宣传。以网络（微博、人人网、青春湖医药App）、宣传窗、《心语馨园》会刊、宣传册等形式对心理健康知识进行广泛深入宣传。持续适时对中心网站进行更新。从外观和内容上丰富信息，对外展示学校心理健康教育工作的良好态势和形象。开展心理服务信息进课堂、进班级、进宿舍“三进”活动，提高中心知晓率和宣传度。

推出心理健康教育特色活动。中心组织的特色活动拟以音乐心理休闲会、心灵瑜伽会和团体辅导式班会为主，进一步增强心理健康教育的吸引力和感染力。

指导学院开展特色活动。学院是心理健康教育的主体，支持各学院开展“量身订制”的特色活动，实现一个学院一个精品项目。

指导社团开展活动。指导朋辈心理咨询团、心理协会以“助人自助，互助成长”为宗旨，通过知识宣传、团体活动、心影赏析、心理游园、阳光心理舞会等各种形式开展活动，营造良好的校园心理教育氛围。

适时举办有针对性的心理健康讲座。根据学生在不同时期、不同阶段普遍存在的心理问题，适时举办有针对性的心理健康讲座。如：针对大一新生的《适应心理》讲座，针对大二学生的《人际交往心理》、《恋爱心理》讲座，针对高年级学生的《压力管理》、《就业心理》等。本学期计划邀请校内外专家作报告，以使大学生用更加理性的眼光看待专业学习和情感生活中问题，乐观的面对各种困难，健康成长。

开展团体辅导活动。9月份开学后确定主题、撰写方案、招募成员，计划开展2个主题的团体辅导，每个主题6-8次。

自主编印心理健康教育材料。拟编印《怡心园》心理刊物和《新生活，心适应》、《新起点，心起航》、《一个都不能少》等系列宣传单页。

四、力促心理健康教育工作队伍学习成长，打造高素质团队。

试行双周例会学习制度和案例研讨制度等措施，实行学工干部心理干预能力提升计划，使专兼职教师、学工干部逐步掌握心理咨询、学生心理发展特点以及常见心理问题干预、危机干预等基本知识，不断提升工作团队整体素质。

举办阳光心理学校，加强对朋辈心理咨询员、班级心理委员、宿舍心情联络员等学生骨干的培训与指导，发挥他们在宣传教育、危机干预等方面的基层堡垒作用。

五、着力打造“新生心灵成长计划”，提高学生自助和互助能力。

以新生为主体，启动“新生心灵成长计划”，内容包括新生适应性讲座、心理健康教育中心新生开放月、新生心理委员培训、新生心理测评及访谈、新生团体辅导、“10.10”世界精神卫生日宣传、新生心愿望征集、“心悦聊吧”、阳光心理舞台、新生心理趣味联谊会等活动，关注“95后”学生心理需求。

六、全力做好心理咨询这项重点工作，切实为学生提供全程化优质服务。

进一步完善预约、值班、咨询、反馈、督导、档案管理等制度，启用新版《心理咨询记录册》，加强心理咨询的专业化、规范化建设，保证和提升心理健康教育和咨询服务的专业水准;继续实行临床心理咨询专家每周来校坐诊制度，邀请校内外具有心理督导师资格的高水平专家任督导师，以便为学生提供更贴心的心理咨询服务；设立24小时怡心热线，为学生提供全方位的悉心服务；做好网上QQ预约及在线咨询、E-mail咨询、心理信箱预约咨询，通过多种方式满足学生需求。

七、健全危机预防和干预体系，促进学生阳光成长。

健全“早发现、早报告、早研判、早预防、早控制”“五早”预警机制，完善“学校、学院、班级、宿舍”四级预警网络和自杀预防快速反应机制，明确相关部门在危机预防、干预、善后工作中的责任与义务，以降低学生心理危机事件的发生率；扎实开展20xx级新生心理测评工作，建立心理档案，组织疑有心理问题的学生进行一对一面谈或个别辅导；组织各学院认真排查特殊群体学生，并开展辅导工作；试行心理健康信息双向月报制度，坚持“月月随访”，扎实做好特殊群体学生和危机学生的心理干预工作，定期跟踪辅导并记录学生心理发展趋势，关注危机学生的心理动态，把握其发展方向，力争将危机问题解决在萌芽状态；加强与心理健康教育实践基地的联系，建立高效、顺畅的精神疾病转介、联动机制。

八、积极开展大学生心理健康教育研究，促进心理健康教育专业化发展。

积极开展大学生心理健康教育科研，调查、研究医学生突出心理问题及教育对策。组织、参与大学生心理健康教育学术交流活动。做好《自信心团体辅导缓解贫困医学生心理压力的实验研究》、《压力通过缓冲因子影响心理健康的机制研究》、《大学生心理危机预防与干预研究》等三项课题的研究工作。

九、拓宽心理健康教育工作领域和空间，提升心育工作内涵。

积极拓展工作领域，心理服务对象覆盖全校学生和教师，尝试在教师中开展心理健康讲堂；出台《研究生心理健康教育工作实施方案》，探索研究生心理健康教育工作模式；依托蒲公英心理志愿服务队，借助茅箭区心理疏导进社区、心理健康教育实践基地、十堰市教育电视台、十堰市未成年人心理健康辅导中心等平台，将服务对象由校内逐步向周边社区、学校、医院、企业、地区等辐射；加强与市内其他高校的联系，交流工作成绩与特色，开展案例研讨与督导，试行疑难案例会诊转介制度，促进心理健康教育教师职业成长。

工作月历

日常工作

心理健康教育示范中心建设工作、临床医学专业认证相关工作、二级学院心理健康辅导站（室）建设及规范运作工作、心理咨询日常值班、咨询记录管理、咨询师案例讨论会、团体心理辅导和户外素质拓展、三大心理社团（朋辈心理咨询团、蒲公英心理志愿服务队、心理协会）管理和指导工作、《班级学生心理晴雨表》收集整理、网站更新与管理、《心语馨园》刊物、《怡心园》刊物和《新生活心起航》系列宣传手册编印、“心悦聊吧”系列活动。

九月

1、秋季学期学生返校心理问题排查和心理测评关注对象跟踪访谈；

2、秋季学期心理咨询值班安排及相关宣传；

3、开展新生心理健康教育宣传活动，组织朋辈心理咨询团走访军训现场和新生宿舍；

4、拟定《新生心灵成长计划》方案；

5、拟定《贫困医学生自信心团体辅导》方案，招募、筛选人员，开展活动；

6、招聘第六期朋辈心理咨询员、蒲公英心理志愿服务队学生干部调整；

7、筹划第六期朋辈心理咨询员和新生心理委员培训；

8、20xx级新生心理测评准备工作（数据导入、系统调试、学生助理培训等）；

9、新生适应性讲座；

10、《缘来一家人》新生团体辅导；

11、心理咨询师座谈会；

十月

1、20xx级新生心理测评工作；

2、开展第六期朋辈心理咨询员培训；

3、开展“10·10世界精神卫生日”主题宣传活动；

4、开展贫困医学生自信心团体心理辅导（第1-2次）；

5、举办阳光心理学校，开展新生班级心理委员的选拔及培训；

6、举办心理健康教育中心新生开放月活动；

7、新生心愿望征集活动；

十一月

1、新生心理测评数据统计分析、结果反馈、关注对象访谈和后期干预；

2、新生心理趣味运动会；

3、《心理疾病的识别与处理》主题培训；

4、市内高校心理健康教育工作交流；

5、开展贫困医学生自信心团体心理辅导（第3-6次）；

6、绘画心理治疗班学习；

7、人情讲堂——宿舍相处艺术；

十二月

1、20xx年学生心理健康摸底排查和干预工作；

2、“12·5要爱我”主题宣传活动；

3、《心理危机预防与干预》主题培训；

4、《考试焦虑调适》团体辅导；

二〇一五年一月

1、心理健康教育与咨询工作总结与工作计划；

2、20xx年详细的咨询工作量统计及关注学生的汇总整理分析；

3、20xx年临床心理咨询专家咨询费核算。

2024心理健康教育工作计划热门4

一、基本情况分析

现代社会对教育提出了学生创新精神和实践能力培养的高标准要求。审视我校当前学校的心理健康教育工作现状，通过调查发现，当今独生子女个性较强，学习压力带来厌学心理，人际交往出现障碍，以自我为中心等许多亟待研究和解决的问题。要想及早预防、减少和解决小学生的这些心理健康问题，提高学生的心理素质，全面提升素质教育品质，就离不开心理健康教育。因此，在小学开展心理健康教育，不仅是社会和时代发展的需要，也是实施素质教育，促进小学生全面发展的需要。

二、指导思想

为全面贯彻市区素质教育工作会议精神，立足《学校心理健康教育研究模式的构建》课题，通过心理健康教育，转变教师的教学理念，改进教育教学和班主任工作方法，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。通过各种途径认真开展形式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，培养小学生良好的心理素质，促进学生人格的健全和谐发展。

三、研究目标

学校心理健康教育面向全体学生，通过心理辅导促进学生心理健康并不断发展完善。对个别存在障碍的学生给予适当帮助达到心理健康，促使学生个性全面发展。加强对学生创新人格的研究，注重培养学生的创新意识，发展学生的创新能力，以适应社会发展的需要。

四、实施措施

（一）设施环境建设

1、加大经费投入，建设高标准的学生“心理咨询室”和“心理辅导活动室”，并不断进行完善和创新。

2、积极装备心理健康教育“爱心书屋”，创设良好的读书学习环境。

3、建设心理健康教育“心灵交融”的主题文化，努力营造人与自然、师生和谐、舒适、温馨的育人氛围。

（二）六条途径入手

1、心理辅导活动课的研究。

（1）通过每周一节心理辅导活动课，及时解决学生在日常生活、学习、交往中发生的问题。

（2）举行“心理辅导活动研讨课”、“心理辅导活动观摩课”，探讨心理辅导活动课实施模式。

（3）构建特色鲜明的《心理辅导活动课》校本课程体系。

（4）不断积累研究案例，编制适合不同年龄段的心理辅导活动课教材。

2、学科教学中的心理辅导研究。

（1）依托“构建自主有效课堂”加强对教材教法的研究，培养学生浓厚的学习兴趣和自主学习的能力。引领学生自主学习和小组合作学习，培养学生良好的创新思维能力。

（2）开展丰富多彩的学科展示活动，为学生搭建个性展示的平台，创造成功体验的机会。

（3）提倡学生课堂大胆的质疑、批判，鼓励学生求异、求新。

3、小学生心理咨询研究。

（1）做好个案研究工作，每学期确定个别辅导目标后，分别对需要帮助的问题学生校内外进行跟踪研究，写出辅导记录与个案分析。

（2）发挥每周一句的“心理辅导老师的话”和每月一版的“心灵交融”功能作用。

（3）建立学生“知心姐姐”工作机制，建立学校、班级“二级”知心姐姐活动小组，实施“知心姐姐行动”，定期召开“知心姐姐”座谈会及时帮助学生度过心理危机。

4、家庭教育中的心理辅导研究。

（1）创新家长学校工作，建立学校、班级“二级”家长委员会。

（2）对一年级新生发放家庭情况调查表，了解家庭教育状况。每学期对全校学生发放“学生心理成长评价表”，实施学生自评和家长评价。

（3）聘请专家来校进行家长学校“心理健康教育专题培训”，组织家长会，与家长及时沟通交流，组织评选学习型家庭教育活动。

（4）举行一次大型的“课堂教学开放日”活动，让家长了解孩子的学习生活。

（5）聘请“中队家长辅导员”到校参与队主题活动，在家校之间建立起多维度、立体式的教育网络。

（6）家长学校开展“个性化辅导”家长咨询，实施以级部、班级为单位的“成功父母成长讲堂”。

5、教育活动中的心理辅导研究。

（1）利用每班的班队课，为学生提供全面的帮助，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。

（2）深化学习力行《弟子规》教育活动，践行《弟子规》养成教育成果展示。

（3）开辟校报“心理导航”专版，设“特色教育”、“青苹果”、“点金术”栏目。

（4）开展丰富多彩的主题队活动，指导学生如何与人交往、怎样与人合作的技巧和方法，提高生活能力，积累生存智慧，促进心理健康。

（5）创编“校园心理情景剧”，让学生在情境中体验感知，认识自我，发展自我。

6、教师健康素质的培养。

（1）成立学校教研团队，举行专题教研活动。

（2）依托“教师负性情绪的产生原因与自我调节”课题研究，集中心团队力量，聘请专家对班主任及辅导员进行针对性问题培训和互动培训，为教师具体传授排解负性情绪、体验执教幸福感的方法与技巧帮助，教师与专家面对面亲身感受心理成长。

（3）发挥优秀教师的示范带动作用、骨干力量优势。

四、大事安排

四月份

1、学校依据中心组计划制定切实可行的学校年度工作计划。

2、力行《弟子规》教育，开展争做“四好少年”活动。

3、举行心理辅导研讨课。

五月份

1、举行“学科教学中心理辅导的研究”课堂教学专题研讨活动。

2、召开校园“知心姐姐”行动工作座谈会，启动“成功父母成长讲堂”活动。

3、装备心理健康教育“爱心书屋”，开展“心灵交融”班级文化展评活动。

六月份

1、组织开展“心理辅导活动研讨课”研究活动。

2、组织“书香班级”建设工作及个案研究专题研讨活动。

3、开展家长学校家长学校“课堂教学开放日”、“心理健康教育专题培训”及家长学校家委会力行《弟子规》专题会议。

七月份

1、组织开展家长座谈交流、学生个案辅导案例征集、教师心理健康教育论文、案例征集评选活动。

2、中心工作阶段性总结交流。

八月份

1、暑期组织“教师暑期训练营”团队综合素质专题培训。

2、聘请心理健康教育专家进行“班主任团队专题培训”活动。

九月份

1、组织一年级新生家庭情况调查。

2、组织优秀教师案例及个案研究论坛。

十月份

1、组织家长学校“心理健康教育专题培训”。

2、组织“心理辅导活动课观摩研讨”及“班级文化展评”专题研讨活动。

十一月份

1、组织家长学校“课堂教学开放日”活动及亲子主题活动。

2、开展“校园心理情景剧展示”活动。

3、组织开展“学习型家庭”、“学习型个人”评选活动。

十二月份

1、 学校工作总结论坛，班级档案成果展示、交流活动。

20xx年X月

2024心理健康教育工作计划热门5

一、基础现状分析

1、我校是全国教育科学“十五”教育部规划课题实验点，自20xx年10月起成为中科院心理研究所主持的国家级“中小学学生学习策略与创造力培养的应用研究”课题实验协作学校，并于20xx年4月起成为厦门市中小学生心理健康实验学校。在过去两年的课题实验中，教师已能主动在教学中渗透心理健康教育，部分教师根据教学实践、研究写出的论文、活动方案、个案辅导分别获得全国第二届、第三届课题实验成果评选一、二、三等奖，部分论文发表在中科院心理研究所出版的《心理科学进展》刊物上，学校被授予全国第二届中小学心理健康教育优秀成果评选“先进学校”荣誉称号，这表明我校在心理健康教育方面已经跨出了可喜的第一步，教师对心理健康教育已有一定的认识，并且具有进行心理健康教育科研的能力。另外，我校于暑假期间外派教师参加福建省心理健康教育B证培训和心理健康教育夏令营，也为我校顺利开展心理健康教育增添了理论基础保障。今年学区提出“把心理健康教育建设成我学区的一大品牌，一大亮点”，明确地表明了学区领导对心理健康教育的重视，以及做好心理健康教育的决心，这给心理健康教育工作的蓬勃发展带来了新的春天，也为我校的心理健康教育工作提供了一个适宜成长的大环境。

2、由于我国心理健康教育起步较晚，大多数人对心理健康教育的认识还存在一定的偏差，甚至有一些错误的认识，尽管我校已经致力于心理健康教育课题的研究，但在师生中未能正确认识心理健康教育的现象还是存在的，在学生群体中，对心理健康持有不正确观念，或者知之甚少的例子还比较普遍。如何消除部分教师对心理健康教育的不正确认识，加强教师对心理健康的了解；如何让更多的学生认识心理健康，甚至主动参与心理健康教育，是本学年应该重视、优先解决的问题。

二、发展方向分析

1、让教师更了解心理健康教育

教师是心理健康教育的实施者，当然更应该站在一定的高度来认识心理健康教育的内涵、功能、实施途径与方法，否则心理健康教育只能成为一纸空谈。虽然我校教师对心理健康已有一定的了解，但缺乏理论指导和深刻认识的教育是无法使我校的心理健康教育工作上升到更高的层次的，因此，本学年的一个重心应放在教师的理论学习和正确认识上。

2、让学生也认识心理健康教育

一提起心理健康教育，人们的脑海中就浮现出变态、神经病、心理治疗等字眼来，内心极不舒服，下意识地排斥。其实心理健康教育的范畴很广，心理治疗（矫正性功能）只是其中一个方面，我们的教育对象更多的是心理健康的学生，发展性功能、预防性功能更为普遍和重要。因此，让学生正确认识心理健康，了解心理健康教育，进而主动学习心理健康知识，形成健康的心理，是本学年的重点。

3、形式灵活多样，真正把心理健康教育开展起来

对于小学生来说，心理健康教育是一个抽象的概念，只有通过多种途径、多种形式把心理健康教育渗透在课堂中、渗透在游戏中、渗透在生活中，才能真正实现心理健康教育的功能。因此，本学年学校的各种教育途径都要行动起来，发挥自身的优势，让心理健康教育深入人心。

三、具体措施

1、开设心理健康教育课，保证心理健康教育活动的时间；每周三下午第三节为心理健康教育课，各班开展形式多样的心理健康活动，提高班级凝聚力，集中解决班级中存在的普遍问题

2、在课堂教学中渗透心理健康教育，把心理健康教育和课题研究结合起来；结合学科教材内容，渗透有机专题教育，如语文课，课文中丰富的思想内涵可以直接成为心理健康教育素材；体育课竞技项目教学同样可以帮助学生提高心理品质。

3、整理心理健康教育相关材料，教师集中与分散学习相结合；可以通过召开讲座、团体辅导、个别咨询、自学材料、外出培训等途径提高教师理论水平和实践能力

4、设立心理咨询室，真正发挥心理健康教育的矫正性功能；

咨询室设“星星知我心”信箱，专人解答学生来信咨询室设“星星和月亮”谈心区，专人辅导学生解决心理问题做好心理咨询档案的收集与整理。

5、编辑心理健康小报

每月一期，每期一个主题，至少每班一份，发动学生采、编、出稿，办成学生展示认识成果和交流心得的平台。

6、把心理健康教育和班会、队会结合起来，落实发展与预防功能；尝试以队会的形式、班会的内容来进行心理健康教育，在学生喜闻乐见的形式中，春风化雨地渗透心理健康教育。

7、充分利用国旗下讲话、红领巾广播站、宣传栏、黑板报等宣传途径，让更多的人正确认识心理健康教育；红领巾广播站的月安排中至少有两周以心理健康为主题开辟心理健康宣传专栏国旗下讲话主要围绕心理健康展开。

8、可以在同安开设我校心理健康教育专块，扩大心理健康教育的影响力，提升我校心理健康工作档次，让更多人来支持、更多的专家来指导我校的心理健康教育工作。

9、注意收集活动材料，如照片、稿件等。

四、月份安排

学生：

（一）低年级

1、目标

通过帮助学生适应学校学习生活，培养学生的良好适应能力，与他人良好相处的能力，使其初步具有学习的自我效能感、良好的学习习惯、合作意识，初步形成积极正确的自我概念。

2、内容

九月、学生角色意识（如“我是小学生”）

十月、学校环境、集体生活适应（如“我们的校园”；“集体生活真快乐”）

十一月、基本学习技能、行为习惯训练（如“好习惯交朋友”）

十二月、体验合作、体验友情（如“大家一起来”；“我和同学手拉手”）

一月、学习成功体验（如“我能行”；“成功体验真好”）

二月、学习兴趣（如“兴趣是最好的老师”；“到兴趣乐园去”）

三月、自理、自立意识（如“今天我值日”；“自己能做的事自己做”）

四月、排除不良情绪方法（如“情绪气象台”；“让自己更快乐”）

五月、正确处理同伴人际冲突的方法（如“沟通化解小矛盾”；）

六月、自我保护方法（如“披着人皮的狼”；“自护在我心”）

七月、时间观念（如“做守时的好学生”；“时间的妙用”）

（二）中年级

1、目标

初步具有独立自主的学习能力，能初步客观地评价自己和他人，具有爱心和集体责任感，初步具有自我完善意识、生活强者意识和创新意识。

2、内容

九月、自我控制策略（如“智斗难题真快乐”；“当天功课当天清”）

十月、基本学习策略（如“巧学苦练无难题”；“学习要得法”）

十一月、如何交朋友（如“谦让、友善朋友多”；“让我们走到一起来”）

十二月、认识自己的优缺点（如：“优点轰炸”；“缺点轰炸”）

一月、应对挫折的方法（如“批评不可怕”；“我也曾失败过”）

二月、正确的消费观（如“巧用零花钱”；“小会计”）

三月、体验创新、创造（如“我不同意这个想法”；“创造就在你身边”）

四月、如何适当地表达自己的情绪情感（如“当我难过的时候”）

五月、集体意识、集体责任感（如“我爱我班”；“集体力量大”）

六月、什是理解、宽容、原谅、信任（如“与我同行”；“握住我的手”）

七月、什么是死亡（如“热爱生命”“珍惜每一天”）

（三）高年级

1、目标

能进一步认识自我并悦纳自我，使其心理变化与生理变化相适应，初步学会分析自我、设计自我、发展自我，具有一定的自学能力、竞争意识和正确的性别观念。

2、内容

九月、学习计划的制定（如“订好学习时间表”）

十月、应考策略（如“考试前的我”；“考试中的我”；“考试后的我”）

十一月、工作神圣而平等（如“职业大舞台”；“条条大路通罗马”）

十二月、家庭观念（如“家庭小帮手”；“爸爸妈妈和我”）

一月、心理防御机制的运用（如“学会说不”；“使自己感觉好起来”）

二月、如何与他人沟通（如“当小朋友难过的时候”；“怎样赞美别人”）

三月、什么是竞争（如“同学进步我高兴”；“正确竞争好处多”）

四月、正确认识社会不良现象（如“做遵纪守法的小公民”；“攀比之风不可长”）

五月、调节情绪的方法（如“做情绪的小主人”）

六月、什么是健康的生活方式（如“筑起防范恶习的城墙”）

七月、什么是心理学健康及其重要意义（如“健康的一半是心理健康”；“心理健康不神秘”）

教师：

九月、心理健康教育的意义、内涵、功能

十月、心理健康教育目标、内容、途径

十一月、教师心理健康

十二月、心理健康教育的原则

一月、心理健康教育课程改革

二月、心理辅导与心理咨询

三月、心理健康档案的建立

四月、心理健康测验

五月、心理训练

六月、家庭心理健康教育

七月、学生社会活动心理辅导

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！