# 202\_心理健康工作总结【7篇】

来源：网络 作者：悠然自得 更新时间：2025-03-07

*20\_精选心理健康工作总结【7篇】总结是对前一段的实践活动中进行回顾、检查、分析和研究，从中找出经验和规律的认识文书，那么心理健康工作总结如何写呢?下面是小编给大家整理的20\_精选心理健康工作总结【7篇】，欢迎大家来阅读。20\_心理健康工作...*

20\_精选心理健康工作总结【7篇】

总结是对前一段的实践活动中进行回顾、检查、分析和研究，从中找出经验和规律的认识文书，那么心理健康工作总结如何写呢?下面是小编给大家整理的20\_精选心理健康工作总结【7篇】，欢迎大家来阅读。

**20\_心理健康工作总结篇1**

学校心理健康教师主要是对有心理不适应、发展障碍的学生进行理解、共感，重视的是人的“问题”和“人格”的异常，而“疾病分类”的概念并不那么重要，并且辅导的方法也以心理健康讲座、教育指导为主，旨在促进儿童青少年的身心健康成长和发展。

本学期我做到了以下几方面工作：

1、心理健康教育的组织、宣传工作。对心理健康教育信息、资料的收集，提供学校内心理辅导的讲座，积极开展对社区、对家长的心理健康教育宣传与联系等，起到学校教育资源的“整合”作用。

2、心理健康教育的研究工作。对学校或学校周围的社区生活环境进行心理学的调查统计，与相关的研究所协作开展心理教育的课题研究，自觉地接受有经验的学校心理学专家的督导，并积极地学习最新的心理咨询的理论和技术等，即具有“科研的”心理学专业能力。

3、 在心理健康讲座辅导和心理咨询工作方面，真正为学生排忧解难，协作班主任管理好班级，使学生有一个好的心态去面对学习和生活。

健康作为现代人的生活方式，包括生理、心理的健康和体面的生活方式。我们在身体健康和心理健康中渗透追求“体面”的可持续发展教育，教育孩子意识到这种有教养的生活方式一定来自对于自我和他人的尊重，对于生命本质的理解。我们在“教”和“养”上着力和入手，包括文明规范的生活行为、学习习惯，进而与热爱生命、热爱生活、热爱学习有机结合的一种文化与气质的培养。学生的可持续发展、学生人格的和谐，是我们追求的教育理想和教育境界。

**20\_心理健康工作总结篇2**

这是我第一次作为心理老师写关于中考备考的总结。首先想说的是对学校领导、年级领导以及年级同事们的感谢。20\_\_级是我担任班主任的年级，也是我完整带完三年的一个年级，因此对这个年级的学生了解较多，和这个年级学生的感情也最深的。正是这些缘故也点燃了我的工作热情，很想在心理辅导工作上投入更多，花更多心思。下面我做一些总结：

一、未雨绸缪，做好常规工作

初三的心理辅导需要很强的预见性。这样的预见性对我这样缺乏经验的青年教师是具有挑战性的。初三的时间非常宝贵也很紧张，每一个节点，每一个管理措施，每一次月考模拟考会对什么样的学生产生什么样的心理影响都要做好充分的预测，并做好预案，及时做到有效的心理干预。

初三学习非常紧张，学生压力较大，认真备课上课很重要，保证专课专用，课程设计主要从应对压力、调整情绪，考试应对，增强信心几个方面出发，多设计活动，充分利用多媒体，力求让同学们在紧张的备战中考中缓下神，喘口气，从而以更好的状态投入到学习中。 对于一些备考常见的问题好注意事项我们还编印了《中考必胜》小册子发给每一个学生。

二、科研带头，注重个体辅导

在年级的大力支持下，我们申请的《\_\_》获得了市十二五教育规划的重点课题。科研带头，使我们的辅导工作有了更新的理论和技术支持。并且参与科研课题的多为班主任，最为了解班级学生的是班主任，班主任经过课题的培训，掌握了基本的心理辅导方法，增加了个别辅导的点和面，壮大了心理辅导的师资队伍，提高了工作效率。

再有就是对加强班的同学的一对一谈话。按照学校安排，对于年级的优秀生都安排了几次谈心，做出心理评估并建立心理档案，了解他们遇到的困难以及自己准备采取的应对措施，对这些学生进行学习策略，饮食，睡眠，人际关系等方面的建议和指导。

三、开拓思维，创新工作方式

怎么样在以往工作的基础上有所创新，从而更有效的辅导初三学生的心理，这是学校提出的要求。在年级大力支持下，我们开展了《\_\_》活动。此次活动我们一共开展了3期，每期为期1个月。辅导的学生主要是加强班的学生。活动内容主题为“调节情绪，和谐人际”、“认识自我，发掘潜能”、“中考加油站”。组织这个活动对我来讲压力很大。一方面我没有组织过的这样的活动，没有任何经验。

另一方面，我的时间紧，学生的时间也很紧，在这么紧张的时间里抽出的时间是多么宝贵，如何让来参加辅导学生觉得我牺牲了复习的时间来参加活动是值得的。值得欣慰的是活动得到了学生闷得认可，第一次活动结束后，很多学生都来踊跃报名参加，导致报名表一度不够用。从参加活动的学生反馈看，学生觉得活动对自己还是很有很大帮助的，也很喜欢来。有些同学从“被”拉来到“迫切”来参加，让我也颇感欣慰。

四、继续努力的地方

1、家长考前的心理辅导

家长对学生的心理状态影响很大。我们在学校花了很多力气，学生稍微有些好转，回到家，爸爸妈妈的一句话就使我们的工作功亏一篑。中考来临，有些家长知道需要注意了，但是不知道该怎么做;有些家长根本就不知道要注意了。考前两三天才做准备已经有些来不及了。我想如果可以还是需要给家长，尤其是优秀生家长普及一些中考备考的注意事项。

2、临考前优秀生的心理调节

如何踢好临门一脚，如何能坐怀不乱，如何能正常发挥甚至超常发挥。学生超强的心理素质的培养，尤其是面对中考这样的大事件是稳定的心理状态怎么样培养，我还在思考。

**20\_心理健康工作总结篇3**

工作后，我已接受和认识到，因为学生不同，所以心理课堂是没有可现学现用的教材和教参的，针对这个情况，我在本学期开学前就认真翻看了我前几年的教学记录反思本，结合自己这几年来的一个教学体验，将本学期的教学内容有选择性的做了一个大致的安排，同时，主动联系心理咨询教师，将自己的工作上的一些想法和思路做一交流，表达了愿意协助心理咨询教师开展班级工作的这一想法。注重班级心理委员的选拔，注重课堂活动的实效性。这学期的工作整体来说，是比较稳、比较实的。育人理念上的一些跨越，让我更有底气，也更清晰了方向。一学期下来，我在工作上的变化主要有如下：

一、课堂教学基于学生一生的发展，从发展的角度来看学生、看课堂。

我深深地认识到，心理健康是一个终生相随的人生课题，并且表现出很强的阶段性。开展工作要善于结合并利用学生的特点，在读学生、品学生的基础上展开。由此，我们的工作就不再那么机械和简单。这学期的每一节心理课，我都在想，本节课的教学内容和这个年龄段的\'孩子有哪些联系，他们可能需要些什么，他们有可能获得哪些成长，这些又将和他们今后的人生有什么联系。我发现，当我开始想这些的时候，我的世界便有了变化，随之而来的是课堂课程设置的变化和举措上的调整。

二、在结合学科特点的基础上，思考并学习如何“调动学生、发动学生”。

曾听过内蒙古教科所刘彦泽老师的讲座，让我尤为震撼的是他在教学改革上的一些举措和理念，我愿意相信：“学生都是希望将自己最美、最棒的一面曾现在班级老师和学生面前。”我虽经验有限，但在工作中，我坚持贯彻着这一点，结合我对学生有限的了解和关注，发动不同的学生为课堂做不同的贡献，我发现，当学生被支持、被理解时，他们的力量就出来了，他们对课堂的关注和投入度也提高了，这样的课堂，不再是老师一个人的阵营，师生的情感就在这活动中升华了。

三、不受限制于课堂教学目标，而是关注学生需求，基于学生的课堂反馈展开教学。

本学期有一堂有关于“朋友”的心理课，课内有一个小讨论是关于“下列哪些行为是朋友间的友谊”，其中有个题是“朋友和人打架，作为好朋友的我帮他打架，为朋友出气。”学生们对这个问题的看法分歧比较大，我没有武断地采取回避或是息事宁人的态度，而是尊重这种分歧，冷静地和学生说：“我看到了大家对这个问题的分歧和关注，同学们能诚实地表明自己的一些想法和看法，很好，我想，大家都是有各自的理由的，那究竟孰是孰非，我们是否能找到判定的标准，我想并非我们一己之愿所能决定的，请大家周末回去后查阅相关资料，结合你自己的一些感悟，进一步来澄清一下你自己的观点，我们下节课的主题就定为“朋友和人打架，作为好朋友的我帮他打架，为朋友出气”这种行为是不是朋友之间的友谊。下堂课如期而至，那是一堂让我震撼的课，学生精心的准备、课堂内的群枪舌战，我看到有时在课堂内有些小调皮、校捣蛋的同学，那次的表现竟是那样的精彩。我想起了阿基米德说的“给我一个支点,我将翘起整个地球”，这也是课堂内学生角色在发挥作用。

四、坚持言传身教，坚持学习，坚持写作，让知识和见识充盈课堂。

美国作家杰克凯鲁亚克说过一句话：\"我还年轻，我渴望上路。\"我把每天作为一个新的起点，心怀希望，愿在这块土地上，发挥自己的光和热。我深知，我还有很多待办工作和成长空间，在此要感谢学校领导对我工作的信任和关注。

总之，我在本学期的工作中，虽然取得了不少成绩，但是在工作中任然存在很多问题，我将在今后的工作中严加要求自己，努力将工作做的更好。

**20\_心理健康工作总结篇4**

本学年即将结束，回顾本学年健康教育工作，我们始终贯彻学校健康教育工作要求和学校健康教育工作评价方案，全面落实市、县教育局的工作要求，把实施素质教育，关心学生的健康成长，作为我们工作的重点。我们始终本着 以人为本 的基本理念，长抓不懈，领导重视，教师认真执行，取得了可喜的成绩，使全校师生逐步树立健康理念。

一、规范管理体制，强化管理理念。

鉴于以往我们在管理体制上的疏漏，本学年我们积极反思、总结，进一步规范了管理体制，加强了管理理念的建设。

(1) 认真落实好学校健康教育工作计划。以明确的工作计划为指导，学校把健康教育作为一项长期工作来抓，从指导思想上明确了工作的长期性、持久性，让每位工作人员都有打持久攻坚战的思想准备。

(2) 根据《学校健康教育评价方案》，调整和确定健康教育的目标掌握学校健康教育的工作内容。健康教育领导小组，成员包括了体育教师、校级领导和各班班主任，小组内部分工明确、责任到人、组织有序。学校定期召开健康教育会议，肯定成绩，指出不足，形成了定期汇报，定期总结，及时改正，上下一心，齐心协力，共建健康校园的喜人局势。

(3)立足根本，营造氛围，学校健康教育成效逐步显现。我们坚持将健康教育列入了整个教学计划，对培养学生的良好卫生习惯及常见病的防治起了很好的作用。学校的健康教育工作有教案，有课时，有考核，有评价;充分利用橱窗、黑板报等形式，积极开展卫生知识宣传，提高学生自我保护意识。

二、健康教育常规工作长抓不懈。

(1)配合少队的中心工作，适当选择学校卫生工作主题，开展丰富多彩、形式多样的健康教育活动，使学生从小学到卫生、保健知识，养成良好的卫生习惯，掌握自我保健方法。

(2) 注重培养学生卫生习惯，提高了学生卫生意识。在全校范围内开展了讲究卫生、保护环境、崇尚文明等健康教育知识宣传，培养了学生科学的健康观。知识是教育的基础，让学生建立健康教育的卫生行为是关键，平时班主任及任课教师时刻在督促学生注意个人卫生习惯的养成。如不随地吐痰、不乱扔垃圾、勤洗衣物等，从点点滴滴入手，使之成为学生的一种习惯和技能。此外，学校非常重视学校的环境卫生工作，采取班主任重点抓，学生每天相互督促检查，校领导组织抽查等方法，对学生的行为进行规范。经过一年的规范和培养，学生的卫生习惯得到了很大的改善，乱丢垃圾等不文明行为在校园里越来越少。

三、反思与展望

本年度我校健康教育也即将进入尾声，回首这一学年的工作，有成绩也有不足，现总结如下：

(1)在健康教育的具体执行的过程中，往往会忽视学生个性化的教育。我们在工作中过于强调学生的共性，而忽视了对学生的个性的尊重和塑造，这一点有违健康教育的宗旨。我们在塑造学生共性的同时又很容易忽视对学生创造性的塑造。社会迫切需要的是创造性的人才，健康人格不但要求学生生理、心理健康，还需要有创造性的个性品质。

(2)健康教育工作发展不平衡，还离健全、完善的健康教育模式有一定的距离。我们在很多时间只注重对学生进行说教，而忽视了身体力行对学生有着更有效的教育意义。

(3)专业知识欠缺。应加强卫生知识，心理健康知识的学习，以便更好地开展工作。

相信在我校健康教育领导小组的领导下，在全校上下的密切配合下，我校的健康教育工作必将上一个新的台阶。

**20\_心理健康工作总结篇5**

社会竞争的日益激烈，心理健康问题也日益严重地呈现于我们的面前，解决学生在校其间的心理困扰，帮助其建立健全的人格，培养良好的性格，增强其社会适应性，同样是学校教育的一个重要组成分。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、重视新生入学心理健康教育。

我校心理健康教育十分重视新生的入学教育工作。在政教处的统一安排下，心理健康教育小组对高一新生入学开展了“走进新学校”的讲座。这次讲座对帮助高一新生如何认识高中生活、更好地开始高中生活起到了积极的作用。

二、开展有特色的心理健康教育活动

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，利用各种渠道开展心理健康专题讲座。通过讲座、观看心理学影片及心理测试等形式多样、内容多采的活动，既丰富了学生的课余生活，倡导了健康的生活方式，同时也培养了他们积极的生活态度，达到“健康、快乐、成功”的目的。

三、建立心理咨询室，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、注重理论学习和总结实践经验。

在工作中，我们还很注重理论学习和总结实践经验，注重将理论和实践紧密的结合在一起，取得了很好的效果。

五、今后工作努力方向

1、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。

2、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。

3、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，争取积累更多的经验。

4、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。

心理健康教育工作是一项意义深远的工作，开展心理健康教育工作需要有探索的勇气，但更需要有行动的决心，在行动中不断创新、改善。对于我校心理健康教育工作的思路、途径、内容与模式，我们还将进一步摸索和研究，我们希望得到学校领导的支持，以及专家的帮助和指导，以便更加科学、有效地搞好这项工作，进一步培养学生良好的心理品质，促进学生个性社会化的实现，为全面推进素质教育作出新的贡献。

**20\_心理健康工作总结篇6**

在学校的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。

一、共同努力营造心育环境。

把心理健康教育贯穿在学校教育教学活动之中。创设符合心理健康教育所要求的物质环境、人际环境、心理环境。寻找心理健康教育的契机，注重发挥教师在教育教学中人格魅力和为人师表的作用，建立起民主、平等、相互尊重的新型师生关系。班级、团队活动和班主任工作要渗透心理健康教育。

二、以班级为主题开展心理健康教育。

积极发挥班主任的心育作用，做好班级学生的心理辅导工作，解决学生的实际问题。在班级内开展形式多样，丰富多彩的心育活动，提高学生的适应能力，进而提高学生的心理健康水平。

三、重视学法指导。

通过开展学法指导课等活动，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。

四、关注毕业班。

毕业班工作是学校的重点工作之一。关注毕业班学生的心理健康状况是也学校心理健康教育工作的重点之一。因此。我们针对九年级开展了《轻松迎考》的心理讲座。通过放松训练，学法指导等活动，帮助学生减轻心理压力，提高学习效率，轻松迎考。

五、关注教师。

为教师提供心理服务，帮助教师工缓解压力，调整状态，提高工作效率。特别关注班主任的心理健康状况，减轻精神紧张和心理压力。帮助教师学会心理调适，增强应对能力，有效地提高心理健康水平。

六、关注学生家长。

通过指导家长转变教子观念，了解和掌握心理健康教育的方法，提高自身良好心理素质，营造家庭心理健康教育的环境，引领孩子的健康成长。

总之，学校心理健康教育工作日益受到大家的欢迎和认可，体会着学生走出烦恼的喜悦感，感受着为学生家长带来帮助的满足感，为教师专业发展助力的成就感。我们深深感到学校理健康教育工作任重而道远，还要加倍努力提高自身素养和业务能力，更好地服务于广大师生和学生家长。

**20\_心理健康工作总结篇7**

学校心理健康教育是学校教育的重要组成部分，目的是根据学生生理、心理发展的规律和特点，运用心理教育方法和手段，培养学生良好的心理素质，促进学生身心和谐发展和整体素质的全面提高。本学期，我校继续贯彻落实上级文件精神，开展了一系列工作。

一、进一步健全心理健康教育组织机构

我校的心理健康教育队伍在校长室的领导下，由政教处组织，形成以年级组长、班主任及心理辅导教师为骨干的心理健康教育教师队伍。建立了从班主任和任课老师，到学校管理层及学校心理咨询室，再到区域学生心理健康教育机构的三级心理健康监护网络。

二、大力开展心理健康教育宣传工作

本学期，我校通过年级组、班主任讲座，学校板报宣传、学校开放心理咨询室等途径向学生宣传心理健康知识，引导学生正确认识心理健康。学校还订阅了大量的心理健康教育类书籍、刊物，便于教师专业水平的提升。

三、积极开设心理健康教育课

开设心理健康教育课，是学校开展心理健康教育课的一条重要途径。我校安排每周二下午第八节课内容为心理健康教育，并纳入常规教学工作检查。各年级组根据学生的实际情况，3月上旬，各年级组分别开展了心理健康准提讲座，使女生们对自己的身体和青春期的生理卫生知识有进一步的了解，消除了青春期的焦虑。

四、继续开展好心理咨询室阳光屋的开放工作

每周一至五中午12：20\_\_：50开放心理咨询室，由心理健康教育老师为学生进行个别辅导，对学生在学习和生活中出现的问题给予直接的指导，排解心理困扰，并对有关的心理行为问题进行诊断、矫治，并认真做好相关的资料整理。

五、建立健全学生心理挡案

建立学生心理健康咨询挡案并使之逐步规范化，这对于提高学校心理健康教育的针对性和有效性具有重要作用。它将有助于确定具体的、有针对性的学生心理教育工作的目标、内容、方法与途径，有助于有的放矢地诊断、分析、解释与评价。

五、通过家长会进行心理教育

学生生活的环境主要是家庭和学校。学校在实施心理健康教育过程中起主导作用，但不可忽视家庭因素。家长是孩子最好的心理医生，学校心理健康教育要赢得实效，必须赢得家长的支持。本学期，我校各年级分别召开了年级家长会，共同探讨孩子一些心理困惑，形成学校、家庭教育合力。

心理健康教育是一项需要细致和爱的工作，是一项意义深远的工作。在今后的工作中我们将不断完善工作的思路，不断创新工作的模式，使学校的心理健康教育更有效。

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！