# 通用心理健康教育简报及总结

来源：网络 作者：风华正茂 更新时间：2025-01-20

*通用心理健康教育简报及总结7篇其实写通用心理健康教育简报及总结并不难，来看看吧。一年来，凭着对工作更深的认识和感悟，我们总是很执着地对待每一项工作的挑战，也努力的想把工作做的更好!下面是小编为大家整理的通用心理健康教育简报及总结，欢迎大家借...*

通用心理健康教育简报及总结7篇

其实写通用心理健康教育简报及总结并不难，来看看吧。一年来，凭着对工作更深的认识和感悟，我们总是很执着地对待每一项工作的挑战，也努力的想把工作做的更好!下面是小编为大家整理的通用心理健康教育简报及总结，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

**1通用心理健康教育简报及总结精选**

育人贵在育心，心理健康教育是学校素质教育不可或缺的一部分，对学生的智力发展和身心健康的重要作用不言而喻，更是当前学校教育的新任务和新要求。一年来，我校本着全员参与、面向全体、矫正预防与全面发展相结合的原则，以让学生学会调试和学会发展为最终目标，重点帮扶与长期关注相结合，充分发挥爱心和同理心作用，学校的心理健康教育工作有序开展，师生的心理健康水平有了明显提高。

一、培训引领，全面提高心理健康教师综合素质

对于心理咨询师来说：知识是最表层的，技能是中间层次，素质是最内层的。为了更好地提高心理健康教师的专业素质，我校心理健康教师参加了三门峡阳光心理学校组织的相关心理培训，取得了国家心理咨询师资格证;同时，利用业余时间相继参加了由国家二级心理咨询师李巧英老师组织的“心灵成长”活动、三门峡“爱心之家”的相关活动，在活动中培养了娴熟与良好的助人技能，提高了心理教育的理论和实践水平。

二、科学建设，全面提升心理健康教育规范化水平

心理咨询是心理健康教育的重要途径，心理咨询室是为学生提供心理咨询的专业场所。为更好地规范心理咨询工作，学校专门配备“心语屋”一间，坚持科学性、以生为本、通用性、针对性的原则，配齐了办公桌椅、资料柜、心理图书资料、常用心理调查问卷等，硬件齐全、环境温馨，咨询室制度包括咨询室管理制度、咨询师工作制度、教师工作制度、工作守则等，统一上墙、规范管理。

三、创新载体，全面促进师生心理健康成长

心理健康教育应贯穿学校活动的全过程，以引导为主要途径，以活动为主要载体，把心理健康教育有机地融入学校的日常教育教学活动之中。一年来，我校结合实际，主要开展了以下几项工作：

1、传播正能量践行心理宣言

“Smile，smile，smileatlife”是三小人的心理宣言，他们读着，想着，同时也践行在实践中，时刻以微笑自信的姿态面对生活，传播着属于自己的正能量。

2、关注教师健康，发挥“一测、一培、两爱抚”功能，走进心灵家园

本着“欲予学生健康的心理，为师者必先心理健康”的观点，我们十分关注并努力让每位教师都掌握心理健康教育的基本常识，并注重培养教师们运用基本的心理常识来解决问题的能力。

“一测”即一次心理测试，每学期心理辅导教师都会用SDS量表、SAS量表、投影测试等方式对全体教师进行心理测试;

“一培”即每学期举行一次教师心理健康培训，由我校心理辅导教师精心安排，或讲案例，或分析现象，或心灵按摩……在培训过程中，心理辅导教师用不同的方式来增强大家的心理健康意识，并针对测试中凸显出来的问题进行调适，优化教师的心理素质。

“两爱抚”即每周心理辅导教师都会给大家发两次心灵安抚的短信：生命的意义，在于做最精的自己;每个人都用两幅眼睛看世界，用乐观看世界，万物皆好，用悲观看世界，万物皆恶……，一条条充满正能量的短信让大家都能以正性思维来面对生活，收到了好评。大家都说：“心灵爱抚，的确安抚了我的心灵。”

心灵家园是心理辅导教师在三小校内网站上的一个工作平台，在这里，每周的心理知识都会更新，为教师的心理成长提供帮助。

3、多管齐下，让每个学生都健康快乐成长

(1)测试与引导相结合，维护学生心理健康

每学期心理辅导教师都会针对低、高年级学生不同的心理特点，采用不同的方式来了解每一个学生的心理动态，并建立心理成长档案，针对孩子们暴露出来的不良倾向，再利用班班通来给孩子播放有关视频，让他们从楷模的身上学习正确的做法，跳跳羊的乐观，尼克胡哲的坚强……都给孩子们留下了深刻的印象。

(2)重点帮扶，长期关注

孩子的心灵是脆弱的，也是敏感的，我们无法预料一次偶然事件会给他们的心灵带来怎样的涟漪，更无法预测他的心灵成长之路从此会发生怎样的偏差。鉴于这种情况，我们采取重点帮扶与长期跟踪的做法。寄宿班的学生，平时多数时间都在学校生活，六年级学生，即将面临“心理断乳期”，需要重点关注;不仅如此，单亲等特殊家庭情况的学生和班级里的学困生也是我们重点关注的对象，于每周二、周四下午准时开放心理咨询室，鼓励他们把自己的困惑说出来，积极主动求助。心理辅导老师针对学生的心理特点采用疏通、引导等方法，使孩子们更好地适应周围的环境，保持良好的人际关系，善于学习他人的长处;同时心理辅导教师与班主任及任课教师建立“帮扶绿色通道”，不定时地对这些同学的生活、学习动态进行沟通、关注。

**2通用心理健康教育简报及总结精选**

几年多来，我校按照教育部《中小学心理健康教育指导纲要》的要求，结合学校实际，积极推进我校心理健康教育工作有效开展。现汇报如下：

一、加强多心理健康工作的领导

（一）建立心理健康组织机构

为使我校心理健康教育工作规范、科学、有效，我校成立了心理健康教育工作领导组：

组 长：

副组长：

委 员:

（二）落实责任，分工明确

校长\_\_：负责该项工作的领导、组织与管理工作。

书记\_\_：负责教师心理健康工作。

副校长：\_\_负责制定心理健康教育工作计划，分管心理健康教育的培训工作。

德育主任\_\_：负责心理健康教育宣传和开展学生心理健康教育活动。

教务主任\_\_：负责心理健康教育的具体实施安排和资料收集，

德育处副主任：\_\_与学校行政分别负责协调安排心理健康教育相关活动，

后勤主任\_\_为心理健康教育在人、财、物方面提供充分保障

教务处副主任：负责心理健康教育的科研工作

负责及时了解掌握学生心理健康状况

校医\_\_：负责心理咨询工作

二、加强心理健康教师队伍建设

加强健康教育、心理辅导教师的队伍建设。抓好心理课程的自学工作，提高教师从事心理教育工作的理论水平和教师自身的心理健康水平。在学校指导下，以班主任为骨干，对学生进行心理健康的教育和辅导。开设心理信箱，建立心理咨询室，学校有兼职心理辅导教师三名，积极开展个别辅导，指导广大学生做好心理调适工作。同时利用家长学校的辅导时间，对家长进行心理健康的教育和辅导，针对学生青春期的特征，家长学校对家长进行面授和函授资料辅导，多方面促进学生的健康发展。

三、加强心理健康教育制度建设

认真贯彻上级主管部门的有关精神，加强对学生的心理健康教育，把心理健康教育的内容结合实际，渗透到德育工作中去。为此，需要提供完善的心育制度作为保障，形成从相关管理部门到心育教师到班主任老师等一套系统的.规范管理制度。我校的做法是：

1、每学期初根据学校领导干部的工作调整，明确理健康教育领导组、完善我校教育心理研究室组织机构。对我校心理健康教育工作作整体部署，要求贯彻落实各级教育主管部门有关心理健康教育工作文件，提高我校心理健康教育工作的科学性和实效性。

2、学期初召开“心理健康教育工作会议”，总结我校心理健康教育经验，我校教育心理研究室主任许灵韬对下个阶段我校心理健康教育工作作总体部署，提出了十项具体要求。

3、期初明确心理咨询室建设方案并研究制定各项相关制度。

4、期中对上半学期心理健康教育工作进行跟踪，并进一步落实学期初心理健康教育工作会议要求。

5、期末对本学期我校心理健康教育工作做好总结和反馈。

四、加强心理健康环境建设

1、加强理论学习，提高教师的理论素养。

只有提高了教师的理论素养，才是有源之水，教育学生才会产生正确的积极的影响。学校可利用教师继续教育的机会，有选择地选学一些理论书籍，多订阅一些相关的杂志让老师借阅，也可以请专家给老师们进行专题讲座。

2、在教师中普及心理卫生知识。

做学生的心理保健医生，首先，教师必须是一个专家。每一个教师必须重视这个问题。多取它山之石，多加强自我修养，多关注心理卫生知识，这样才会发现并及时诱导学生身上存在的问题。

3、开展针对教师的心理咨询活动。

教师的心理健康状况作为软环境的最重要的组成部分，教师的言行对学生的心理发展起潜移默化的作用。心理健康的老师往往营造和谐温馨的气氛，使学生如沐春风，轻松愉快。相反，一个心理不健康的教师往往会直接危害学生的心理健康，如老师的恶意，专横的态度，不妥的言行，这些都会扼杀学生的创造性、健全的人格。一个健康的教育，必须有健康的老师。学校应重视对老师的心理健康的咨询活动，了解老师的心理健康水平，疗治教师的心理。

4、重视优良校风、班风的建设。

营造平等民主的心理氛围。学校大力提倡学术民主、教学相长，鼓励教师和学生独立思考，敢于向权威挑战，敢于发表不同意见；师生关系既为师长，又为朋友；既是领导，又是同志。学校要一视同仁地对待每个老师和同学。

倡导团结、合作、互助精神。一个积极健康向上、团结合作互助的才是有战斗力的集体。一个学校形成了上下一致、互尊互爱、互帮互助、精诚合作的校风班风，那么，学生也就会形成与之相应的心理品质。所以，学校和班主任、老师都要在这方面作文章。

培养遵章守纪的良好习惯。学校中学生敢说敢想敢做，还要求教师和学生都是遵章守纪的楷模，做致合理奖惩，形成有章可依，有章必依的良好风气。

5、我校广播站每周四有一期《心灵驿站》栏目，心理老师给播音员提供稿件，已播出《自信的力量》、《轻松迎考》等内容。这种形式听众多，收到了很好的效果。

总之，从学校环境的改善和建设入手，优化学校教育教学环境，是贯彻落实素质教育精神裨的重要保证，是推进和实施心理健康教育的关键。因此，学校要加大软环境的建设。

五、加强心理健康科研工作

动员全体教师参与到学校的心理健康教育科研中来，通过理论学习、问题讨论、专题讲座、工作研究、经验总结、案例剖析、典型分析等方法、引起大家对心育工作的重视，逐步统一思想形成共识，为心理健康教育在学校的实践与探索打下坚实的思想认识基础，积极倡导学习之风、反思之风、研究之风，让教师在实践中不断提高，再回到实践中去，反复循环，形成心理健康教育全方位渗透的大环境。继续加强对校本课程教材的修订，并在全校范围内开设。教育科研将成为我校心理健康教育发展的新动力，不断推动着我校心理健康教育向进一步发展。

一年多来，组织教师参观学习了市内心理健康教育先进学校心理健康教育指导中心，听心理健康教育公开课、心理沙龙，参与省级课题研究的工作，参与教育部基础教育一司课题“中小学心理健康教育工作发展状况调查”的工作。

六、反思及改进

1．心理健康教育教学有待进一步规范。我校心理健康教育存在着理论性太强，实践性不够的问题，因此，心理健康教育教师要加强自身的教育教学水平，积极向各位心理教师前辈学习，向其他的教师学习教学，学习的形式可以是现场请教、网络请教、书信请教、电话请教等。

**3通用心理健康教育简报及总结精选**

新学期开始之际，学生无论对环境、教学方法或生活节奏都需要适应，基于疫情后的心理焦虑往往与网课学习的效果密切相关，学校必须对延期开学期间的学生居家学习情况逐一进行摸底和诊断，精准分析学情，做好教学衔接，把握好教学节奏上的过渡。

\_\_市白沙滩镇中心学校结合学校实际情况，精心筹划方案，积极组织心理健康教师开展上好一堂“心理健康教育”课活动，结合不同年级不同学段的学生心理特点，教研组首先进行集体备课，制定教学课件和授课内容，相继开展“科学防疫、快乐学习”“预见才能遇见”“同心战疫、减压前行”等心理专题活动，引导学生分析了产生压力的原因，介绍了缓解压力的有效方法，并提出希望同学们学会调整心态，以阳光心态面对学习和生活。

同时聘请第二人民医院精神科专家进行了一场以“我的情绪我做主”为主题的心理健康讲座，深入浅出的向现场的学生们讲述了情绪的种类、不同情绪对人的影响以及如何排解不良情绪，并通过案例故事、心理小测试等方式增加与现场同学们的互动，调动讲座的氛围，让同学们在轻松愉悦的氛围中认识情绪，面对情绪。

讲座的最后，通过小视频的方式为现场的同学们科普了“心理健康素养十条”，引导他们正确认识心理健康问题，科学排解不良情绪等。旨在让更多的青少年关注心理健康问题，引导青少年科学的处理学习压力和学习效率之间的关系、纾解不良情绪，促进青少年心理健康，进一步健全社会心理服务体系。

学校还通过专业心理测试、调查问卷、实地走访等形式，排查所有学生的心理健康情况和家庭背景，为特殊学生建立心理档案，认真细致地做好学生的心理疏导工作，为开学季各项工作的平稳过渡奠定了扎实基础。

**4通用心理健康教育简报及总结精选**

其实，对于几乎每一个年轻人来说，似乎都觉得自己最了解自己。当然了，我也不例外。随着这个学期对心理健康课学习的深入，我发现以往的看法存在着很多的偏颇，在走上坡路时，总是把自己估计得过高，似乎一切所求的东西都唾手可得，往往把运气和机遇也看作自己能力的一部分而喜不自禁，甚至有些自以为是;在不得志时，又往往把自己估计得过低，把所遇到的困难和不利条件统统看作自己的无能，以至于做什么事总是很极端。

经过一个学期对心理健康课的学习之后，我逐渐发现想要了解自己其实并不难，除了要做一个冷静的现实主义者，更重要的是要学会如何调整自己的心态，学会自我心理调试，做到心理健康：

1、保持浓厚的学习兴趣和求知x学习是大学生的主要任务，有了学习兴趣就能够自觉地跃入浩瀚的知识海洋里邀游，拼命地吸取新知识，发展多方面的能力，以提高自身素质，更好地适应社会发展的需要。

2、保持乐观的情绪和良好的心境，大学生应保持积极乐观的情绪、愉快开朗的心境，对未来充满信心和希望，当遇到悲伤和忧愁的事情要学会自我调节，适度地表达和控制情绪，做到胜不骄、败不馁、喜不狂、忧不绝。

3、保持和谐的人际关系乐于交往心理健康的学生乐于与他人交往，在交往中能用理解、宽容、友谊、信任和尊重的态度与人和睦相处。通过人际交往，使他们能够认识大学生的社会责任，培养遵守纪律和社会道德规范的习惯。增强心理适应能力，能与他人同心协力、合作共事，与集体保持协调的关系，保证大学生心理的健康发展。

4、保持良好的环境适应能力。对大学生心理产生影响和作用的环境包括生存环境、成长环境、学习环境、校园环境等。

在渐渐了解自己之后，我发现自己以前总是在怨天尤人，不仅如此，还喜欢把一件小事考虑的很复杂。但是现在我发现所学习的心理学的知识在我脑中结成了一张大网，活生生的经历时时接受着理论的检验。我了解了，我不怨了。我学会了忍耐，学会了宽容。我的性格，为人处事的方式，甚至价值观都发生了很大的变化。开始学会如何去关心他人，处理事情时开始考虑的周到了些。逐渐开始观察、理解朋友的心理，情绪上的变化，并力所能及的给予一些心理上的疏导，和言语上的安慰，以缓解轻度的心理上的问题，也许这些“微乎其微的事”不值得一提，但从小的行为的改变，可以看到心理健康课对我大的影响。在这个过程中，我也在不断地成长着。我很感谢我们的老师以及我们的同学，是他们让我懂得了许多许多。

虽然这个学期心理学的课程结束了，它能带给我们的也很有限，但是更多的东西得靠我们自己去悟，去体会。让我明白了，原来成为大一新生所有的焦虑，暂时对陌生的学校环境及周边环境感到迷惘，不只是我有，而是每一个新生都会出现的情绪反应。我学到了人生的首要课题：保持心身健康，心理健康的影响因素，心理保健的方法;学会如何适应大学生活，如何规划我的大学生活，了解到大学生不一样的学习方法，并逐渐适应自觉学习，自我学习的方式，了解到大学生情感与健康种种问题及调节方法;学习了大学生的自我意识的培养后，有意识地塑造健全的自我意识，更科学地了解自己，更充分地认识真实的自己;学习了个性健康后，知道了更多有关大学生的个性：气质，性格，能力，大学生能力的培养是很重要的，能力与活动紧密联系，能力又会影响活动的效果，而培养大学生的个人能力，又要做到建立和优化合理的知识结构，积极参与实践活动，注重非智力因素的培养;发现原来有很多阅人的方法，各种各样的个性，当然也加深了对同学的认知，更融洽了同学间的关系;也熟悉人际关系与交往的方法与艺术，对自己以后的人际交往有一定的帮助。对于很多大学生都会关心的.问题：大学生恋爱。对恋爱方面的知识，虽然不是陌生的，但是老师给我们剖析地更彻底，的确大学生恋爱现状让很多人忧心，由于刚上大学，又对恋爱的向往，大都为了寻求精神寄托、寻找学习动力、追求浪漫，也有盲目攀比、满足虚荣心的、满足好奇心的。

总之，大学生要做到心理健康，争取身心健康是关系到成才与否的头等大事。只有健康的心理素质和健康的生理素质相结合，加之其他积极因素的相互作用，大学生成才就有了可靠的内在条件，一颗颗人才的新星就有可能升起。

**5通用心理健康教育简报及总结精选**

这学期快结束了。在我们这学期的心理健康教育中，我们取得了很多成绩，因为我们不断探索和创新，提高了有效性，取得了一些成绩。

一、关注校园心理安全，首先要特别关注教师的心理健康。

学校充分认识到，心理健康教育应以理解学生为基础，以营造和谐氛围和良好关系为前提。教师用自己的健康心理影响学生，这本身就是最有说服力的心理健康教育。因此，学校营造了民主、平等、和谐、安全、人性化、人性化的工作氛围和心理环境，真正能减轻教师的心理压力和精神负担。

二、整合学校资源，发挥心理健康教育的合力。

1、充分利用课堂教学，扎实推进心理健康教育。

在我们班的过程中，老师和学生一直在情感和精神上交流。我们注重引导教师挖掘教材中有利于培养学生良好心理素质的因素。教师和学生通过巧妙的设计和组织各种活动，可以达到共鸣与和谐，切实推进心理健康教育。

2、丰富校园文化，通过各种喜爱的活动促进心理健康教育。

我们学校丰富的文化活动是我们所需要的。我校通过开展丰富多彩的校园文化活动，为学生搭建了一个施展才华的舞台，调节了学生的身心，释放了学生的潜力，并通过各种比赛培养了学生的合作精神和勤奋精神，这些都潜移默化地培养了学生良好的心理素质。

3、利用各种学校设施促进心理健康教育。

开展心理健康教育，注重利用好学校的各种现代化设施，通过宣传窗口、红领巾电视台、校园网、免费宫殿等开展多种形式、丰富多彩的心理健康教育活动。

三、强化措施

为了实施心理教育工作，学校采取了一系列切实可行的措施。

1、分工明确。

2、保证时间。把心理教育课纳入课表，每周一节课，让心理健康教育有条不紊的进行。

3、及时监管。学校每期监督心理教育工作两次，发现工作不到位，及时督促。

四、在过去的一年里，春种秋收，我们努力收获果实。

1、教师在头脑中确立了心理教育的概念，为后续的心理教育工作奠定了思想基础。

2、班主任积累了一些心理教育经验，和学生一起成长。

3、学生幼小的心灵被洗涤，灵魂被净化。学生快乐的学习生活，快乐的成长。

**6通用心理健康教育简报及总结精选**

为了让学生健康快乐的成长，健康的心理是保证。10月20日，\_\_小学自今年开学以来，扎扎实实开展心理健康教育，在德育处的精心组织和安排下，各少先队中队认真开展了心理健康教育活动。

据了解，该校一直以来，把心理健康教育走进课堂，利用课本剧、讲故事、看视频、心理健康专栏、黑板报等帮助学生建立和谐人际关系。要求教师遵循心理学规律，将适合学生特点的心理健康教育有机渗透到日常各学科教育教学活动中。开展心理听音乐，看心理视频、做游戏、心理测试、听讲座，“消除烦恼”、“感恩父母、感恩老师、感恩对自己有帮助的人”，“做快乐少年”等学生喜闻乐见、丰富多彩等的教学形式和主题班会活动，提高学生认知优点和承受挫折能力。课程贴近学生生活，在亲密的交往中把教学内容传授给学生。

通过一系列活动，使学生喜欢学、学得进、记得牢，会运用，真正领会和感受到什么是健康的心理，如何才能拥有健康的心理及如何主动积极地调节自己的心理。并针对留守儿童和单亲家庭学生，开展心理辅导活动，帮助他们健康成长。

**7通用心理健康教育简报及总结精选**

为了丰富同学们的课余生活，培养同学之间的合作意识，认识到集体的重要性，提升其处理人际关系的能力，加强团体凝聚力。根据淮海工学院学生处心理中心第2号工作通知，在全校范围内开展“开展心理宣传周”主题活动要求，制定《体育教研部心理健康教育月活动方案》，并落实相关工作，以此为契机普及心理健康知识，促进大学生健康成长，培育奋发进取、快乐健康的学生心理和校园氛围。现将体育教研部心理健康教育活动月工作总结如下：

一、“心灵寄语，传递温馨”心理主题活动

我校在全校范围内开展“开展心理宣传周”的主题活动，为了做好体育教研部心理健康教育工作，促进学生健康成长，营造奋发进取、快乐健康的校园氛围。

在校主体育场举行“心灵寄语，传递温馨”主题活动，全体休闲班同学参与了此次活动。本次活动让同学们把平时想对朋友或老师说的真心话表达出来，一声“感谢语”，一封“祝福信”，用简单朴素的语句表达最真诚的`心里话，活动中体育部孙书记、辅导员武传钟老师亲自到活动现场参与了这次活动。活动结束后，统计一共87封信件，我们将同学们的信件进行分类，通过辅导员老师和学生干部们把信件全部顺利送到对方手中。

体育教研部“心灵寄语，传递温馨”心语速递活动已经顺利结束，活动中同学参与热情很高，并对活动给予了充分的肯定，同学们都说“这样的活动很有意思，也很有意义”。通过这次活动，通过一封信传递温馨，联系感情，增进了同学与同学、同学与老师之间的友谊，加深了感情，在同学之间、师生之间架起一座友谊桥梁，有利于形成良好的班级风貌，能够使班级更加团结，友爱，奋斗，增加了班级的凝聚力。

二、“快乐学习、快乐生活、快乐成长”安全教育主题班会

本次主题班会以“快乐学习、快乐生活、快乐成长”为主题，结合学校“安全、文明、法纪”三项教育的内容与大学生切身安全与利益，对学生进行安全教育，学习安全知识，认识到安全的重要性为目的召开。

通过本次班会，“快乐学习、快乐生活、快乐成长”，让每一位大学生懂得“关注安全，珍惜生命”，引导大学生进入角色，有责任、敢担当，勇敢的面对自己面临的任何困难，同学们之间需要互帮互助，去创造团结、互助、和谐的班集体氛围。“生命没有彩排”，我们特别要时刻对自己的人身安全负责，因为只有我们平平安安的，那些深爱着我们和我们深爱着的人才能真正地幸福。

本次主题班会让同学们获得快乐的同时加强生命安全教育，积极引导同学们共同营造团结和谐互助的班集体氛围，让休闲1班每一位同学共同参与到班级活动和管理中来，提高班集体的凝聚力。

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！