# 心理感悟总结

来源：网络 作者：岁月静好 更新时间：2024-05-24

*心理感悟总结(精选10篇)心理感悟总结要怎么写，才更标准规范？根据多年的文秘写作经验，参考优秀的心理感悟总结样本能让你事半功倍，下面分享【心理感悟总结(精选10篇)】，供你选择借鉴。>心理感悟总结篇120\_\_年7月23日“有幸”参加了20\_...*

心理感悟总结(精选10篇)

心理感悟总结要怎么写，才更标准规范？根据多年的文秘写作经验，参考优秀的心理感悟总结样本能让你事半功倍，下面分享【心理感悟总结(精选10篇)】，供你选择借鉴。

>心理感悟总结篇1

20\_\_年7月23日“有幸”参加了20\_\_年\_\_省高校新任辅导员岗前培训班，“走运”聆听了\_\_省委教育纪工委\_\_书记关于大学生心理健康教育的报告。受益匪浅，体会颇多。

一、重新认识了“健康”、“心理健康”

蒋书记在报告开始前问了大家一个问题：“你觉得什么是健康?”培训班的老师们踊跃发言，各抒己见。我也思量着健康的标准：应该是一种积极且持续的状态，在这种状态下表现为身心无恙、品行端正，情绪稳定，意志坚强，人际和谐……但是听了蒋书记转述的联合国教科文组织对健康的定义：身体健康、心理健康和良好的社会适应能力，还是让我自惭形秽。这也让我觉得在以后的工作中不能仅停留在关心学生的“身”“心”方面，还应该在大学生活中力所能及的去引导、帮助学生培养良好的社会适应能力，当然在关心学生“身”“心”健康的基础上，如何培养学生的社会适应能力显然是一门庞大复杂的系统学问，不可能紧靠辅导员一人之力就能解决，它需要学生本人、学生家庭、任课老师、辅导员老师……各方的合力才有可能解决。

作为学生的引路人之一，在倍感荣幸之余也有些许压力，担心自己能力有限，误人子弟，虽然这份担心有点夸张，但是作为辅导员老师还是应该力求尽善尽美，严格要求自己，在辅导学生前扪心问一下，自己凭什么去辅导学生，这样才会更加有责任使命。让学生接受高质量的辅导同时，自己也快快的成长起来。当然短时间内成长的快，也就意味着成长伴随的“痛苦”来的也越加猛烈，因此在接下来的时间里，应该做好吃苦的准备，多学习，多锻炼，争取让自己有能力、有方法去为学生做些有意义的事情，与学生共同成长和进步。

我在做兼职辅导员老师前，在学生工作岗位历经班长、协会主席、学工处助理，加起来已经4年多了，也一直认为自己是个积极肯干、身心健康的人，却一直没能有机会系统的学习过心理健康方面的知识，遗憾之余多了一份庆幸，庆幸的是接下来我将担任学院心理自助中心的指导老师，对于这份熟悉但并不擅长的工作，相信我还有很长的学习之路要走，因此肩负重任，所以更需加倍努力，在这里也悄悄许下一个愿望，争取在未来的时间里通过三级心理咨询师的资质，能够更加专业的去解决学生遇到的心理方面的困难之余也多学习一些心理健康方面的知识。

回到报告来，其实听了报告，我还是体会颇多，辅导员老师是学校心理健康教育的推行者、具体实施者之一，想要成为一名成功的心理健康方面的老师，除了要有渊博的学识和优良的育人技能外，更需要的是辅导员老师本身要有健全的人格和高尚的品德。辅导员老师的言行对学生的影响是巨大的，尤其是在刚刚入学的新生同学们眼中，辅导员老师是智者--什么都懂;是能者--什么都会;是权威者--甚至比父母还高的权威力量，因此辅导员老师的言谈风度、待人接物……都会使学生受到深刻的影响。

所以，辅导员老师更需要有完善的心理素质和人格，这也是不久的将来和新生同学们建立良好师生关系的基础，同时也是对学生心理健康教育的出发点，包括我在内，期许每一位辅导员老师都应该从自身的心理健康的角度，完善自身的人格，提升自身的人格魅力，更好的去“辅导”学生。假如有一天学生和辅导员老师在一起有如沐春风，轻松愉快的感觉，而不是一种紧张、如坐针毡的感觉，我想这应该是一名合格的辅导员老师了。

二、诱发学生心理波动的原因

正如报告中蒋书记所说，我们的学生目前正处于一个“高压”社会，来自竞争、评奖、评优、升学、就业，甚至是家庭、恋爱……各方面的压力，学生在大学校园里面会遇到各种不可测的变数，引发了学生心理问题的上升，也对学校的心理健康教育提出了严峻的挑战。是啊，我也是亲身经历过的人，身边也有一些这样、那样的同学让我意识到这一点，在大学校园里面正是这些不可测的变数是诱发学生心理波动的主要原因，在报告现场淮海工学院的辅导员老师分享的两个案例也恰恰说明了这一点。审视我们目前学校的学生心理健康状况，我个人也是存在着些许不足，还是刚才说的那句话，让自己快快成长起来，吃点苦、受点累不要紧，不能因为个人原因“误人子弟”。所以辅导员老师们，我们应该更加努力了。

三、辅导员要有“品”：谦虚、随和、公平

不管是处理好辅导员老师与学生的师生关系，还是处理好学校事务、学生之间的关系来说，都必须谦虚、随和、公平又不失严格……处理学生的心理问题和其他问题时，要有平等、共同学习的意识，遇事多一些商量、多一些沟通，或者和学生经常性的多一些交流思想、交换意见。辅导员老师更需要心胸宽广一些，要有一种容人、容事的胸怀，甚至要听取不同的意见和学生的批评，宽以待人，多一些理解、关怀和友爱之心。这样在给学生做好示范的同时也会使做人做事的效果收到事半功倍的作用。

四、育人同时自己也要学会减压

辅导员老师在大学校园里面似乎是一个超级忙碌的角色，正如一位老师举得一个例子：“千根线下面只有一根针。”学生党建工作，学校的组织部要给辅导员安排工作;学生团建、校园活动，学校的校团委要给辅导员安排工作;学生资助、学生日常管理、心理健康教育、就业……学校的学生处要给辅导员安排工作;甚至学生在课堂上迟到、早退、旷课，学校的任课老师也会找辅导员老师;每年的新生入学就更是忙上加忙了。辅导员的工作苦、累、压力大。尽管如此，我们周围还是有很多辅导员老师爱着这份职业，因为辅导员老师这个职业赋予了我们太多的赞美，但同时也给辅导员老师提出了很高的要求。也正是如此有时会感觉有些许的的压力，因此辅导员老师在育人的同时也要学会自己减压的方式，心情郁闷的时候，打个球，出身汗，吃点零食，看个电影。找个知心的领导也好、朋友也好、家人也好聊聊天，心情自然会好了。

正如报告中所说郁闷的时候谁都会遇到，这也是很正常的现象，郁闷和抑郁症的最大区别就是，郁闷找个合适的方式让自己的心情变好，抑郁症就是郁闷的持续了，当然说这些并不是说我或者辅导员容易出现郁闷，同时也是号召大家生活中多一些观察、多一些细致，很多同学、朋友诱发心理健康出现问题，往往是缺乏早期的关注、关心和正确的疏导。

最后想说的是，高校的最大功能就是教书育人、为社会培养“健康”(身体健康、心理健康和良好的社会适应能力)的人才。为了让学生形成健康的心理，辅导员老师更需要不断完善自己的人格，不断提升自己的人格魅力。良好的性格、高雅的气质、风趣的谈吐、卓越的才能以及高尚的品德将会对学生产生潜移默化的熏陶与教育。希望每一名辅导员老师都能够真正作到为人师表，将来桃李满天下。

>心理感悟总结篇2

1、在抓好常规心理咨询的基础上重点开展好“人生目标确立”、“职业选择”、“生涯设计”、“学习方法指导”、“心理调适”等贴近学生需要的专题指导，消除和缓解学生成长中出现的各种心理问题。

2、开展好面对学生和教工的心理测量及人格分析工作。

3、建立心理委员联系制度，定期组织培训、辅导。

4、针对学生中存在的普遍性问题，及时地组织开展好团体训练和集体心理矫治，防止其发展和蔓延。

5、改进和完善“校园心理热线”和“心理信箱”，并以此为纽带加强与学生的联系。

6、坚持讲好心理健康教育课，努力使内容贴近学生的思想和心理实际、注重实效，同时针对学生突出的心理问题开设好心理健康专题讲座，保证全年不少于5个。

7、努力提高自身的业务素质，通过自学、参加行业人员培训以及定期内部业务学习和研讨等形式不断提高业务水平和服务意识。

8、针对学生的心理成长需要，在继续定期编发“学生心理自助材料”的同时编好“心理健康辅导资料”等系列材料，争取在年内把《高学生心理信箱》、《高中学生心理健康案例解析》、《专家谈心理健康》等3种“心理健康辅导资料”编写完毕并放到学生手里。

9、搞好新生的心理普查、加强对个别心理问题严重学生的跟踪治疗和监控工作，努力建立稳定长效的心理监控体系和学生心理健康教育机制。

10、建立学生心理健康档案并认真做好。

11、开展学生职业生涯教育研究，加强学生人生目标和职业生涯方面的教育和引导。

>心理感悟总结篇3

五月份为心理健康活动月。我协会在院团委的正确带领下，通过心理健康指导中心指导老师的指导，为宣传和普及心理健康知识，加强同学们对心理健康知识的认识，提高我院学生心理素质，构建和诣校园，面向全体同学开展了一系列，关于心理健康的活动。

五月份的主要活动有:1.主题为:\"心灵世界，有你有我\"的手抄报比赛。2、心理影片的赏析。3、大型现场心理咨询活动。4、5.25心理飞情剧晚会。5\"心灵世界，有你有我\"主题班会。6、心育干部心理健康知识培训。

5月4日，我协会全体会干在1栋202教室召开会议，会议主要讨论5月中旬到6月中旬的各项活动。

5月11日，我协会出版心理影片赏析海报，片名《楚门的世界》旨在宣传和普及心理健康知识，此影片于5月12日晚19:40在生化楼101教室展播。

5月12日，心出版于生化楼101教室展播心理影片，>。通过影片的赏析目的是让同学们认识到心理健康对生活、工作，家庭的重要性，从而从更多渠道学习心理健康知识，提高心理素质。

5月22月下午，我协会在志远楼四楼，进行心理情景剧的彩排，并取得预期的结果。

5月23日早上，我协会协助心理健康指导中心的老师在升旗台旁开展了以\"心灵世界，有你有我\"的大型心理健康心理咨询活动，活动开设了心理咨询区，心理健康指导中心的七位老师现场为同学心理咨询，同时还开展心理游戏，由心协会干引导同学们玩，活动中同学们积极参与，此活动取得圆满成功。

5月24日晚在志远楼报告厅由心协协办的第三届\"心理情景剧\"晚会隆重演出。晚会邀请了心理健康指导中心的老师右医心协、百职心协、院学生会、院团委、分团委、各系学生会代表及各兄弟协会代表。黄荣蜂老师上台发言并预祝晚会圆满成功，晚会的演出除了风趣却意味深远的话剧，还有院心育部的优美民歌，赢得了观众们带来正餐后可口的甜点，精彩的演出让观众流连忘返，给观众一个美好原夜晚，情景剧圆满结束。

五月份，一系列关于心理健康的活动，不仅增强了我院大学生对心理健康知识的认识，同时让广大同学认识到心理健康的重要性，相信我院学生一定会带着阳光的心态，缔造阳光的生活，走向阳光的未来。

>心理感悟总结篇4

为响应学校关于加强大学生心理健康教育的号召，自我校心理危机干预四级网络建立以来，在学校心理健康教育中心的指导下，在全院学生的广泛参与下，传播学院结合学生实际，组织开展了丰富多彩、形式多样的活动，增强了心理健康教育的实效性，有助于学生培养良好的心理素质，对营造健康、乐观、积极向上的校园氛围产生积极的影响。08-09学年我们以配合学校心理健康中心工作、通过常规工作和特色活动预防心理问题发生及做好个案咨询三条主线开展工作。现具体总结如下：

一、在配合学校心理健康教育中心的工作。

1、协助做好5.25心理健康节的相关工作。

在我校首届心理健康节中，我们和管理与经济学院共同承办了“心随影动”优秀心理影片展播活动。在活动中，我们选择了《海上钢琴师》等四部心理影片，精心制作海报，联系教室，为大家放映。放映前，我院心里协会广播电视编导专业的学生向观众简要介绍影片内涵，引导同学们从心理角度欣赏影片。此外，我们还组织观众撰写影片观后感，并邀请我院广播电视编导专业老师担任评审，评选出优秀作品。

2、建立心理档案，做好个案咨询

在学校心理健康教育中心的统一指导下，认真做好级新生的心理健康档案建立工作。通过整理档案数据，我们针对新生普遍存在的问题开展了心理知识普及工作;对于心理问题严重的学生，及时反馈给该生辅导员，并通过于辅导员老师的沟通，寻找该生的症结所在，有针对性地做好个案咨询工作，并关注该生在学校的发展，发现问题及时处理。

二、加大工作力度做好大学生心理健康教育和心理危机预防工作

由于广大大学生心理健康状况较好，我们主要做的工作是通过抓好心理社团、心理委员和心灵护航员，开展心理健康知识普及和素质拓展工作，从而有效预防心理疾病的发生。主要通过以下工作具体实施：

1、依托组建心理社团，倡导自我服务

6月，为激发学生积极关注心理健康，学院在心理辅导员老师指导下成立了心理协会。协会从成立初就建立了较完备的体制，征集确定了协会名称“聆心心理协会” 及logo，拟定了协会章程，并确定了工作宗旨、机构设置、职能分工等。协会的成员包括各班心理委员、各宿舍心灵护航员及对心理知识感兴趣的同学。协会内根据公平竞争的原则，竞选出秘书、调研、策划等工作小组的负责人。协会自成立以来，常规工作和特色活动有条不紊地展开。调研组定期调研学生心理情况，并在例会中上报心理辅导员，然后根据老师的指导寻求解决办法。协会还通过“心理活动月”等特色活动，加大心理健康教育的宣传力度，提高同学们对心理健康的关注程度。心理协会的成立为学院心理工作奠定了良好的基础。

2、抓好骨干培训，夯实工作基础

学院的心理工作主要通过心理委员和心灵护航员开展和落实，他们是学院心理工作的骨干力量，其工作是否到位事关整个学院心理工作。为了提高他们在心理工作方面的专业素质，学院组织了多次心理委员培训讲座。培训中，学院心理辅导员老师介绍我校心理危机干预的四级预防体系及心理委员的职责定位和工作要求，并结合案例介绍如何科学合理地预防与解决大学生常见心理问题，扩展心理委员的心理知识，指导心理委员开展工作的方法及强调保密等工作原则。参加培训的同学专心聆听、认真记录，收效良好。一名心理委员参加培训后说：“作为一名心理委员，很高兴能接受到专业的培训，这无论是对个人心理素质的提高，还是对班级心理工作的开展，都是一件很有益的事。经过培训，我对自己的工作更加感兴趣了。”

3、注重教育实效，丰富活动载体

学院每学期通过征集问题、张贴海报、主题班会等形式分阶段进行心理知识普及。本学期开学后，为了帮助08级新生更快、更好的适应大学生活，同时帮助07级、06级同学及时排解心中的苦恼与疑惑，协会向06、07、08三个年级的同学发去了邀请函，邀请大家参与“最困惑自己的心理问题”征集活动。活动得到了大家的积极响应。大家纷纷写下令自己最困惑的心理问题，并及时地反馈给协会。协会通过向心理辅导员老师反映、利用网络资源查询资料、向心理专家请教等多种渠道寻求解决方案，并及时将得到的信息反馈给大家。在团总支的指导下，各班还召开了“感悟生命”、“朋辈互助”、“如何塑造成功心态”、“怎样正确面对考试”等主题班会，帮助同学们进一步提高心理素质。

4、打造特色活动，浓厚心理氛围

学院从11月到12月上旬组织了“心理活动月”特色活动，活动月期间开展的各类活动面向全院同学，得到了同学们的积极参与。系列活动包括“心随影动”优秀电影展播、“心路启航”心理健康培训、“欢乐体验坊”游戏环节、“快乐向前冲”心理知识竞赛四个内容。“心随影动”每周一期，共放映了《美丽心灵》等四部电影，引导同学们从心理学角度观赏影片，引发对人生的思考，并组织同学们撰写观后感。“欢乐体验坊”环节中通过解手链、排生日、说与唱等多个心理游戏，促使个体通过团体的内在交互作用提高团队意识、交往能力和组织归属感，完善自我。在游戏之后，有同学说通过心理游戏不仅能加深同学之间的相互了解，而且能在开心与放松的同时学到很多的心理知识。在“心路启航”讲座中，学院心理辅导员老师为各班心理委员、心理导航员进行心理知识普及和心理工作培训，以发挥心理委员的专业职能。“快乐向前冲”活动分为室内和室外两部分：室外活动在校园中进行，依靠团队成员的团结协作来完成探路、寻宝等任务，并依据所用时间确定参加室内活动的队伍。室内部分是心理知识竞赛，竞赛中考察了参赛同学较为专业的心理健康知识，让喜欢心理知识的同学得到了充分的展示，并促进了心理健康知识在同学中更为广泛地宣传和普及。心理活动月历时近四十天，活动形式多样，参与同学多，受到同学们的广泛欢迎。

三、科学开展个案心理咨询工作

对于心理异常的学生，各年级辅导员会咨询学院心理辅导员该生的状况及四核的咨询方式，并进行进一步的干预。对于干预后效果不明显者，则由心理辅导员直接进行心理咨询。一年来，共咨询案例二十余人次，涉及家庭贫困、自卑、恋爱、人际关系交流、因身体原因引发心理问题等多方面。咨询后效果良好。

一年来，通过常规工作和特色活动相结合的途径，通过团体活动和个案咨询相结合，传播学院坚持将心理健康教育工作长期性开展，努力提高了工作实效性，同时作为一名心理辅导员，也有一点感触。通过初级心理咨询师的培训，增加了心理辅导员对于心理学的基本理论和基本方法的了解，对于开展心理健康教育工作起到很好的指导作用。然而，随着工作的深入，心理辅导员的水平尚显不足，尤其是诊断、咨询等技能水平较低。希望心理健康中心领导为心理辅导员开设咨询和技巧辅导及推荐书目等参考资料。

>心理感悟总结篇5

从1987年起，建立心理辅导室，为来访的学生解决了生活、学习、人际交往、情绪情感、自我意识发展中的诸多问题，促进了其人格的健康发展。在此工作中，还曾及时发现和转介了有心理障碍倾向的个别学生，使他们得到了及时地帮助和治疗。

从1994年起，开始为全校学生建立学生心理档案。每年对初一、高一学生实施《学习能力诊断测验》、《学习适应性诊断测验》、《心理健康水平诊断测验》、《问题行为诊断测验》、《亲子关系诊断测验》，为教育教学提供依据;一年后，进行复测，检验教育效果。

从1984年起，成立家长学校，聘请本校有经验的优秀教师为辅导员，系统而有针对性的为各年级家长开办讲座，接待家长的来访;曾编辑《好家长育人经验集锦》，发给家长们学习。家长学校不仅受到家长们的欢迎和好评，还曾被评为西城区优秀家长学校。

\_\_年，建立心理健康服务中心，有校长、副校长直接领导。中心聘请全国青少年心理卫生专业委员会副主任为心理顾问，另有专职教师两人，兼职教师一人;内设谈心室(个别心理辅导室)、会客室、心理阅览室、团体心理辅导室和开心屋(心理活动室)。中心通过开放硬件设施，开展有关心理健康的宣传、选修课、专题讲座、个别心理辅导和团体心理辅导，为学生的心理健康提供发展性和预防性教育、指导;同时中心对全校的心理健康教育发挥着规划、组织和督导的作用。

\_\_年，本校与全国青少年心理卫生专业委员会、西城区心理教研室合作，成功举办了“心理健康教育培训班”。该班聘请国内知名心理学专家11位，共上课两百多学时，系统讲解了心理健康教育的有关知识和方法。我校有70多位教师参加了培训。此后，本校又连续举办了系列专家讲座、优秀班主任心理健康教育工作经验介绍和交流。经过校领导和教师的共同努力，教师基于心理学、教育学的教育观念和教育能力得到改善和提高，本校的心理健康教育取得了突破性发展，班主任成为心理健康教育的骨干力量，课堂教学、班集体建设、各种活动成为心理健康教育的主渠道。本年度，本校被评选为北京市心理健康教育实验校。

\_\_年，《重点中学心理健康教育的理论和实践研究》被北京市教育学会批准为“十五”科研规划课题。此课题由副校长直接负责，各年级组长分别担任“提高初高中一年级学生适应能力”、“初高中二年级学生青春期教育”、“初高中三年级学生升学应试心理调整”子课题的负责人。在课题已进行的过程中，教师参与热情高，同时得到了来自北京师范大学、首都师范大学、中科院心理所专家教授的帮助和指正。此课题将带动本校的心理健康教育工作进一步朝向具有本校特色的、科学化、规范化、系统化的方向发展。在此期间，\_\_年有十一位教师的心理健康教育方面的论文在全国青少年心理健康教育专业委员会年会上获奖;\_\_年六位老师的论文在中国心理卫生协会年会上交流(其中一篇被选为大会发言)。

到目前，本校的心理健康教育已初步形成以下特点：

1、心理健康教育有指导、有协调、有落实、有研究，重实效。

2、全体教师参与，面向全体学生，重视学生品格修养、生活体验和自我调适。

3有机实现了课内与课外，教育与指导，咨询与服务的紧密配合。

经过脚踏实地的努力，本校的心理健康教育促进了学生心理潜能的开发、人格的健全发展，同时增长了教师解决学生心理冲突和矛盾的能力，增强了教师在教育教学中的价值感和幸福感;同时得到了各界好评，西城区、北京市教委先后在我校召开心理健康教育经验交流和成果展示会;\_\_年被评为西城区心理健康教育先进校;诸多兄弟学校的同行曾到我校参观学习。

>心理感悟总结篇6

根据学工部本学期工作要求和我院本学期工作计划，我院“525心理健康活动月”各项活动已圆满落下帷幕。各项活动的开展紧张有序，“我爱我”、“和谐寝室人际关系”的理念已经深入学生，朋辈辅导员的工作职责、权利与义务进一步得到了强化，个别重点学生寝室人际关系出现了明显改观。现将近阶段我院心理健康教育工作总结

一、缤纷多彩的活动，深受学生的喜爱

1、3月底至4月初，我院筹备策划了以“释放心灵、放飞梦想”为主题的心理健康风筝设计大赛，并于4月17日在\_\_校区行健轩宣传栏处及汀香园前坪成功举办了作品展览。4月20日上午，组织\_\_、\_\_级的风筝爱好者和阳光心理部的学生干部一行三十余人，到\_\_市烈士公园开展心理健康风筝放飞比赛。这一系列活动的设计与心理咨询中心本学期525心理健康教育的主题不谋而合。60余件风筝制作成品中有50余件是以寝室为单位完成，通过风筝制作过程中的选材、设计、制作等环节加强了寝室同学的沟通和合作，为寝室成员的交流与协作提供了一次很好的机会。

2、结合汶川大地震这一牵动全国人民的大事件，我院于5月20日在\_\_校区文化广场组织全体\_\_、\_\_级学生开展了一次主题为“心系灾区、关爱心灵，我们都是一家人”的特殊的心理健康教育活动。通过这次活动让学生们在感悟生命珍贵之余关注到心灵健康的重要性，教育学生珍惜眼前的大学生活，学会宽容和谐地与人相处。

3、为进一步加强学生之间的沟通交流，我院于5月28日组织\_\_、\_\_级全体学生共19个班级，举办了一次“凝心聚力、阳光生活”班级趣味运动会。这是一场规模空前、声势浩大，心理与体魄、个性与团结的大聚会。活动内容均以寝室为单位代表班级参加比赛，“绑腿跑”、“夹气球”、“吃水果”等环节，旨在促进寝室成员的团结和谐，加强班级之间、寝室之间的沟通，为学生们提供了一次年级之间相互交流的机会，让学生在竞赛中感受集体的力量，在娱乐中体会人际交往的快乐。

4、根据学工部心理咨询中心的活动安排，我院有条不紊地开展了“大爱无疆、我们相爱一家人”和谐寝室人际关系的主题班会，“我手写我心”心理征文，学习寝室人际关系小册子等活动。

主题班会的形式很受学生的欢迎，特别是以寝室为单位用四个词形容自己的寝室环节，气氛相当热烈，每个寝室都各有特色、各有千秋。心理征文活动得到全院班级心理委员和寝室信息员的积极支持和踊跃参与，共收到113篇成长故事。经过三次选拔，我院共评选出一等奖8篇，二等奖8篇，三等奖9篇共25篇精美文推选到学工部心理咨询中心参加全校的评选。寝室人际关系小册子发放到寝室后，学生们都以寝室为单位认真阅读并进行了交流。学生们一致认识到寝室人际关系对自己学习、生活的重要性。学生们对宣传册中“受欢迎的寝室人”栏目和“趣味测试篇”的感兴趣程度相对集中，纷纷表示这本“相亲相爱一家人——寝室人际关系”小册子对促进寝室人际关系有很大的帮助。

二、心理健康教育工作得到进一步规范

1、学院心理健康教育工作进一步规范化制度化。本学期我院心理健康教育工作得到了张\_\_副书记的大力支持和重视。在张书记的指导下，本学期我院相继出台了一系列心理健康教育的规章制度。制定了《电气学院关于加强大学生心理健康教育与管理的暂行办法》，建立了重点学生入库、出库制度、各年级辅导员重点学生月报告制度、重点学生的学生负责人向辅导员月汇报制度、重点学生负责领导、各年级辅导员、朋辈辅导员对各自负责的工作进行跟踪。

2、朋辈辅导员队伍建设得到加强。本学期我院成立了以班级心理委员和寝室信息员为主要对象的“阳光使者团”，旨在以使者团的形式让朋辈辅导员感受到集体的归属感和团队的力量。通过培训、座谈会、户外活动等形式，充分调动朋辈辅导员的工作积极性，让他们充分认识到这个角色的积极作用和肩负的责任。一个学期的尝试，朋辈辅导员的工作主动性得到了很大的提高，特别是在组织班级活动，关注班级、寝室同学思想行为动向方面发挥了很大的作用。本学期我院新增的1例一级干预对象、4例二级干预对象均由朋辈辅导员发现上报。

3、学生对心理健康的关注度显著提高。通过各项活动的开展和与学生的沟通交流，绝大部分学生对自己的心理健康关注度得到了明显的提高，能够在发现自身问题时主动与心理辅导员进行语言或书信的沟通，对去心理咨询室接受专业老师的辅导并无排斥。特别值得一提的是，5月25日晚，我院\_\_级电子2班同学自发组织了一次以“我爱我家”为主题的心理健康主题晚会。晚会通过表演、游戏、放飞孔明灯、点燃心愿蜡烛等形式让同学们更深刻地感受到要珍爱自己，珍爱自己心灵成长，关爱他人。

本学期我院心理健康教育工作以525心理健康活动月为载体，开展了一系列丰富多彩、形式多样的活动。心理健康教育工作得到了学院副书记、全体学工办老师、广大学生的支持和配合，各项工作进展顺利。各年级均认真执行了重点学生的“五个一”工程，积极主动地对重点学生进行了危机干预，保证了心理健康基础工作的平稳开展。在今后的心理健康教育工作中，我院会更加积极地配合学工部心理咨询中心的工作安排，努力发掘我院学生特色，并以此为突破口针对性地开展活动、扎实开展工作。

>心理感悟总结篇7

市中小学心理健康教育指导中心成立于\_\_年10月。在上级指导中心的正确领导下，在市教育局的大力支持下，指导中心开展了多方面的工作，取得了一定的成绩，现总结如下：

一. 领导重视，机构成立，相关文件出台

根据国家教育部、省教育厅有关文件精神，我市早在几年前就已经开

展心理健康教育工作。为进一步推进并保障心理健康教育工作的科学化、规范化、制度化、日常化的开展，\_\_年10，市教育局成立了以教育局田中朝副局长为主任的“市中小学心理健康教育指导中心”，下达了

永教[\_\_]151号“关于加强中小学心理健康教育工作的通知”，并颁发了《市中小学心理健康教育指导纲要(试行)》、《中小学心理健康教育运行机制及管理办法(试行)》、《中小学心理辅导室等级评估方案(试行)》、《中小学心理辅导员任职资格及优秀心理辅导员评比办法(试行)》、《中小学心理辅导室主任任职基本条件、职责》等具体操作规定和办法，确保了心理健康教育的有效开展。

二、统一部署，明确要求，切实开展

为贯彻国家教育部《关于加强中小学心理健康教育的若干意见》文件精神，认真落实省教育厅《关于认真贯彻教育部文件精神，进一步加强我省中小学心理健康教育的意见》有关指示，推动和落实我市心理健康教育工作，我们制定了《市中小学心理健康教育指导纲要(试行)》，明确了学校心理健康教育的主要任务、指导原则，主要内容、主要途径，促进心理健康教育的健康发展，避免工作中的盲目性、无目标性和错误操作。

三、构建了心理健康教育三级工作网络，完善了管理办法

为使心理健康教育管理到位，责任到人，我们构建了心理健康教育三级工作网络。一级工作机构，市教育局成立“心理健康教育指导中心”，下设办公室，具体负责心理健康教育工作的规划、实施、管理、指导、考核工作;二级工作机构，各学区辅导中心、市直属学校成立“心理健康教育领导小组”，具体负责本学区、本校心理健康教育工作的规划、管理、指导工作;三级工作机构，各中小学成立“心理辅导室”，具体实施学校心理健康教育工作。

在管理中，我们做了如下规定：(1)首长负责制原(!)则。各中小学校长、各学区辅导中心主任为学校心理健康教育工作第一责任人;(2)日常化原则。心理健康教育工作必须与学校的教育、教学管理工作紧密结合起来，渗透到学校的一切教育、教学活动中及管理工作中，使之成为学校日常工作的一个组成部分。(3)全员参与原则。学校的每一名教师都是心理健康教育工作者，都对学生心理的健康和发展负有责任。(4)督导原则。学校必须主动、积极地争取和接受上级指导中心及专家的督导，以克服自身工作中的盲目性或可能出现的偏差，提高学校领导、心理辅导员、班主任及学科教师的心理学素养和实践能力。

我们把学校领导、心理辅导员、班主任、学科教师均列为考核对象，心理健康教育将作为名校长、优秀班主任、先进教师的考核条件之一。

我们还规定了考核的内容、方式和评奖办法，使考核措施具体化。

四、加强培训工作，提高教师素质

为尽快提高教师的心理素质和实施健康教育的能力，我们开展了有计划、有步骤的培训活动，争取到\_\_年，有10%的教师获得省教育厅认证的心理辅导员上岗资格证书，100%的教师接受过一轮培训。我们的具体做法是：

1.确定市教师进修学校为培训责任单位，负责教师的培训工作。

2.确定教师的心理健康教育与教师的继续教育或技能培训相结合，

把教师的心理健康教育作为继续教育的重要组成部分。

3.确定了培训方式的多元化。外出进修学习、聘请专家学者来讲学、校本培训和自学讨论已经成为了提高教师心理健康水平和实施教育能力的主要途径。北京师范大学博士生导师郑日昌教授以及浙江师范大学、浙江教育学院的专家相继应邀到讲学。大批的教师到杭州、宁波、金华等地进修学习。

4.构建了心理健康教育的平台。心理健康教育贯穿于师德教育、校长培训、教导主任培训、名师培训、新教师上岗培训、初级教师培训、教师资格培训、教育科研培训、新课程培训以及其他培训工作之中，成为培训的主要内容。

5.以心理健康教育论文、个案征集和评比为手段，内化教师的心理健康教育水平和能力。中心成立后，我们已经搞了一次论文征集、一次个案征集活动，收到论文、个案近300篇，教师已经树立了心理健康观念并自觉运用于实践。

6.培训活动有声有色。第一期学校心理辅导员的培训受到了全市中小学的大力支持和教师们的热烈响应，有176名教师参加了培训。第二期学校心理辅导员的培训活动也即将展开。本学期我们将组成讲师团，开展巡回讲课活动，对全市教师开展心理健康教育与辅导。

7.学生心理健康教育工作紧锣密鼓地进行。各学校都已经成立了心理辅导室并着手开展宣传活动、建立学生心理挡案、开展团体辅导和个体辅导、开设心理辅导课，以多种方式、多条途径促进学生心理健康。

8.心理健康教育科研化。市教师进修学校申报的课题《区域性推进教师心理健康教育的研究与实践》已经获得省级立项，同时有30多所学校也已经开始心理健康教育相关课题的研究。

>心理感悟总结篇8

\_\_年，我在教育局及活动中心领导的关心和支持下，发挥中心未成年人思想道德教育阵地之资源优势，在校内外心理健康教育的开展途径、方式、内容等方面作了一些尝试。为总结经验，发现不足，更好地开展明年的工作，特写此总结与计划。

一、 工作总结

1、\_\_年暑期，举办了两期“生命如花绽放”心智成长主题夏令营即中小学学生团体心理辅导，供辅导学员35人。夏令营以团体心理辅导及心理拓展训练等为形式，融入生命教育、心理健康教育的有关内容，帮助学生认识生命的独特性，学习珍惜和热爱生命并创造生命独有价值。活动形式新颖，内容丰富，尤其是互动中的体验和同伴分享给了孩子们前所未有的心灵触动。学员们通过活动加深了自我认知，树立了生命信念，提高了自信，增强了与人合作的意识和能力，活动收到了很好的教育效果和社会效应。

2、10月10日，参加了城区妇联主办的世界精神卫生日主题宣传。开展了现场咨询、版面宣传和心理健康知识传单免费发放等活动，帮助市民更科学地认识心理咨询的同时，也扩大中心的知名度。

3、10月28日，应基教科要求，为城区中小学心理健康教师作了题为《学校心理咨询室建设——兼谈中小学心理健康教育的新途径》培训。明确了心理辅导室建设的有关要求，介绍了台湾生活素质教育课程的一般理念和操作技巧，为学校科学规范建设心理辅导室并开展心理健康活动课提供了及时而有益的帮助。

4、11月15日至30日，随基教科对全区各中小学心理辅导室建设情况进

行了一次排查，比较全面地掌握了全区中小学心理辅导室的建设情况，并对检查工作做了及时总结和交流。

5、完成了城区中小学心理健康教师成长沙龙的个人资料收集工作。

6、从11月9日开始，为满足学校提升教师心理健康水平、提高家长教育水

平之需要，主动义务送讲座下校。先后为城区职高、英雄街小学、惠丰小学、淮海小学、站前路小学、华丰路小学等六所学校送去七场教师及家长心理健康知识讲座。受到了听课教师和家长的欢迎。

7、自觉开展理论学习，坚持提升业务能力。暑期先后赴北京参加了第三届海峡两岸生命教育研讨会和首届积极心理学与教育国际研讨会，并将学到的理念与技术及时应用到学生团体辅导和教师及家长的各类培训中。

8、继续完善了咨询部档案并做对外宣传报道。

二、 工作反思

1、有时候想问题理想化，脱离实际，原因在于一方面急切想为城区中小学展开心理健康教育工作做点什么，但又不了解各校实际状况。为此，以后还需要更主动深入学校，这样才能确切了解他们的需要，也才能发现典型，总结经验，为做好辅导积累第一手资料。

2、在校内外心理健康教育的模式、内容、途径等方面还需要结合城区实际做进一步的探索，做出特色同时追求实效。

3、在扩大心理与教育咨询部的知名度方面还需要坚持不懈地努力。只有被更多人知晓，才能为更多人服务。

三、 工作计划

(一)完成咨询部本职工作，扩大咨询部社会影响。

1、立足活动中心，发挥公益资源优势，做好个体咨询和团体辅导，推广

亲职教育公益讲堂，坚持为广大中小学生和家长服务。

2、继续搞好学生心智成长主题冬夏令营活动，为广大中小学生提供有益的辅导。

3、做好课题研究。申请省级十二五科研课题，并发展有积极性和有能力的学校和老师加入，尝试走出一条边学边研，以研促教的可持续发展的心理健康教育之路。

4、完善资料归档留存，为明年文明城市验收检查打基础。

5、完成咨询部室软硬件建设。

6、做好咨询部对外报道工作。

7、加强业务学习和交流，坚持不懈地提升自己的理论水平和实践能力。

(二)完善沙龙运作机制，探索学校心理健康模式。

1、在教育局的领导下，建设好中小学心理健康教师成长沙龙。组织心理健康教师成长沙龙持续开展培训和学习，让我们的心理老师有一个团队支持系统和持续学习的动力。争取在五年之内，帮助我区心理老师有理念、会技术、能研究，在所在学校生动、活泼、有效、多渠道、多形式、独立地开展心理健康教育工作。

2、以心理教师为主体，通过集体教研、公开课展示等形式，尝试以绘本为载体的《生活素质教育课程》的班级教学实验，探索形成我区学校有特色的心理健康教育活动课。并在实践的基础上编制适合我区学校应用的《生活素质教育》教师用书与学生用书。

3、主动对各中小学心理辅导室及心理健康教育工作进行日常指导和帮助。选择有兴趣、有潜力的重点学校重点辅导。

4、坚持义务送讲座下校，满足学校对教师、班主任及家长的培训需求。

5、时机成熟时，组织开展一些心理健康教育成果展示的活动，如优秀咨询手记征集、心理活动课设计评选、绘本故事朗读大赛、“我画我心”绘本故事创作评比、心理健康节主题宣传等，推进各校心理健康教育工作主动、积极、有效发展。

>心理感悟总结篇9

根据学工部有关工作要求和我院本年度工作计划，我院\_\_年度心理健康教育各项工作已圆满落下帷幕。\_\_年上半年，我院除完成其他自主工作外，以“525——大学生心理健康日”系列活动为契机，配合校心理健康教育中心活动主题“认识爱，理解爱，学会爱”开展了一系列活动，使正确的恋爱观和理念深入学生心中，下半年则围绕新生心理健康教育及全院学生的发展性心理健康教育开展工作，同时也不放松对重点学生群体的关注和干预。现将本年度我院心理健康教育工作总结如下：

一、加强领导重视、建立工作平台，心理健康教育工作得到进一步规范

1、本学年，学院领导进一步加强对心理健康教育工作的重视。

我院党委十分重视心理健康教育工作，在进行发展性心理健康教育的基础上，不断完善学生心理危机干预机制。3月下旬，我院党委、心理健康教育领导小组成员召开了心理健康教育工作专题研讨会。会上，主管领导张\_\_书记通报了\_\_省各高校发生的学生非正常死亡事件，特别强调了由于信息渠道不畅通而导致有些学校不能及时采取危机干预措施，给学生本人家庭及学校都造成了不可挽回的损失。张书记还将我院心理健康预警学生的情况，如预警情况、目前状态及干预方案，特别是曾出现过的一些危机事件一一做了详细的介绍。各位领导就其所负责对象情况展开讨论，并对如何进一步采取干预措施交换了意见。对于存在学习问题、不能按时毕业的心理预警学生，将制定专业学习辅导方案，给予他们一定的帮助和指导。另外，张书记对学工办全体老师提出了工作要求，心理辅导员与年级辅导员要加强对心理预警学生的辅导和管理，凡是出现晚归、夜不归宿、情绪不稳定等异常现象须及时上报。最后，学院党委何书记特别强调在工作中一定要保持信息的畅通，对心理预警学生出现的任何问题都要做到及时发现，同时，学院领导将加强分工协作，以保证学院的安全稳定，坚决不让任何危机事件发生。9月上旬，学院党委张书记再次召开心理健康工作会，通报了我院开学初的重点学生情况，要求各负责领导和老师继续一如既往关心重点学生的心理状态和成长。

2、建立“心情驿站”，搭建心理健康教育工作平台。

为给我院心理健康教育提供一个更广阔的平台、更坚实的阵地，帮助广大学生树立心理健康的意识，经过一个多月的精心组织和筹备，电气学院成立了“心情驿站”工作室。在“心情驿站”的成立过程中，受到了学校和学院的高度重视，学校学工部杨\_\_部长、学生心理健康教育中心龚\_\_主任给予了热心关注与指导，学院曾\_\_院长、何\_\_书记和张\_\_副书记亲自过问并特批5000元经费，促成了“心情驿站”的成立。同样，学院学工办老师与原阳光心理部成员、学研会电气分会成员为“心情驿站”布置做了精心策划，并付出了辛勤的工作与努力。“心情驿站”工作室是在电气与信息工程学院党委的领导下，由心理辅导员老师负责，学生自主管理的充满真诚、融洽、互助、互爱的学生组织，它向同学们普及心理健康知识，营造良好氛围，使得心理问题社会化、生活化，更贴近大学生的学习和生活。

“心情驿站”工作室成立后，我院出台了一系列相关文件及规章制度，并安排朋辈辅导员值班，尽量在最大程度上发挥“心情驿站”的平台作用。

二、贴近学生、开展活动有针对性，深受同学欢迎

1、3月，针对\_\_级同学即将离开\_\_校区而心怀不舍这一心理，我院筹备策划了“\_\_心语”系列活动，包括“\_\_，我们一起走过”征文、心语墙以及心理沙龙三项活动。征文活动面向我院\_\_级同学开展，大家用散文、小说、诗歌等不同形式写下了对\_\_的各种情结，其中有5篇文章被校报以专版的形式刊登。心语墙作为了\_\_、\_\_学子与\_\_级学长学姐沟通的平台受到了广大学生的欢迎，同学们纷纷写下了对06级同学的祝福和不舍，而06级同学也表达了对学弟学妹的希望以及对\_\_的留恋，活动进行之时引来了校电视台、校报记者的关注，影响较大。而心理沙龙则将“\_\_心语”系列活动推向了高潮。\_\_级的同学在沙龙中与\_\_、\_\_级的学弟学妹进行了交谈、沟通，讲述了这三年一路走来的点点滴滴，总结了学习、生活、工作等各方面的经验，活动中有着苦中作乐的感慨，也有催人泪下的感动，而同学们最受感动的是在艰苦环境下一张张笑脸背后永不言弃的精神。此次“\_\_心语”系列活动拉开了本学期我院心理健康教育活动的序幕，也在校园内获得了较大的影响与关注，受到了领导及学工办各位老师的一致好评，同时也锻炼了“心情驿站”工作室全体成员的工作能力和团结协作精神，顺利完成了部门新老成员更替的过渡，为科学建设我院朋辈辅导员队伍建设奠定了良好的基础。

2、针对金融危机下严峻的就业形势对大学生就业心态会产生的各种影响，大学生心理健康学习研究会电气学院分会组织开展了大学生就业心态调查。本次问卷调查以随机抽样形式开展，共发放问卷500份，回收有效问卷494份，有效回收率为98.8%。调查对象为长沙理工大学本科四个年级的在校学生，基本可以反映出不同阶段的学生就业心态变化。调查对象的专业类别以工科为主，并覆盖学校其他专业学科，基本上代表了我校以工科为主，多学科发展的特点。问卷调查的内容围绕大学生对当前就业形势的认知、大学生就业心态的调整、国家政策对就业心态的影响以及大学生就业的自身准备四个方面展开。本次问卷调查与社会当前实际相结合，抽样具有代表性，调查结果反映出大学生对就业基本持以积极的态度，能够正确、合理地看待金融危机对社会就业形势造成的影响，并且即使目前遇到就业压力和困难，也能够理性面对，先就业后择业。但同样也暴露出大学生的就业心态方面存在一些问题，如就业理念存在误区、缺乏职业规划、不了解用人单位需求等。

3、为加强朋辈辅导员间的交流沟通，3月26日，我院与化学学院在学生活动中心宣泄室进行了心理沙龙第二季之朋辈辅导员工作交流沙龙。参加沙龙的有来自两个学院的24名心理委员，其中包括我院的14名08级心理委员和化学学院的10名\_\_、\_\_级心理委员。活动进行过程中，大家并没有因为学院、年级的不同而产生隔阂，而是共享工作中的得与失。部分班级心理委员介绍的安抚、陪护及换位思考等方法引发了大家的深思，逐渐明白助人自助的真正含义。此次工作交流沙龙从某种程度上解决了心理委员在工作过程中遇到的种.种疑惑，对同学中主要存在心理问题的鉴别有了更多的了解。

4、为进一步加强我院朋辈辅导员队伍建设，4月23日，我院“心情驿站”工作室邀请学校心理健康教育中心龚勋主任举行了一场题为“朋辈辅导员的角色定位与工作方法”的培训。培训中，龚老师对朋辈辅导员的角色给予了清晰的界定，强调大家都是学校心理健康教育工作队伍中的一员。同时，龚老师还用一些生动的例子向大家传授了朋辈辅导员工作开展中应具备的素质要求、助人技能，让大家都对自己的工作有了更为深入的理解。培训结束之后，同学们认为这次的培训让大家学会如何更加乐观、理性地看待生活，学会了一些朋辈辅导的专业知识，进一步明确了自身的角色定位。相信此次培训必将对今后我院心理健康教育工作中朋辈辅导的开展起到促进作用。

5、“525”期间，我院按照学工部的要求有条不紊地开展了以“认识爱、理解爱、学会爱”为主题的心理健康主题班会、心理成长征文。

主题班会以学校下发的方案为模板，各班心理委员结合各班实际情况，发挥主观能动性，采取了情景剧表演、分组讨论、答记者问等多种形式进行，同学们参与积极性高，气氛热烈，大家纷纷敞开心扉分享了自己对于爱情的观点，班会效果显著。同样，心理征文活动也得到了我院朋辈辅导员的积极支持和踊跃参与。经过选拔，我院共评出一等奖3篇，二等奖4篇，三等奖6篇以及优胜奖6篇，并选出5篇作品推选到学工部学生心理健康教育中心参加全校的评选。

另外，我院还积极配合参与学校的首届大学生心理健康知识抢答赛以及“两性成长”团体心理辅导、心理沙龙和“人际信任”心理拓展活动。在心理健康知识抢答赛中，由我院08级心理委员牵头组队参加的两支队伍分获二等奖和优胜奖。同时，我院还积极发动有需求的同学参与团体心理辅导、心理沙龙以及心理拓展，其中我院一名心理健康重点学生一级库在库学生也主动参与了“两性成长”团体心理辅导，收获颇多，并与心理辅导员形成了良好的互动关系。

6、“525”期间，我院结合实际情况，自行组织了“发现爱”摄影秀和“表现爱”大学生心理情景剧比赛。

“发现爱”摄影秀活动所展出的作品都是同学们在生活中捕捉的画面，他们用镜头记录下身边爱的点滴，并文对画面进行了诠释，在发现爱的过程中品味爱、欣赏爱，从而对爱有更深的了解。在活动现场，参赛选手的作品被依次展出，过往的同学在观看作品后，纷纷用手中的贴纸给喜爱的照片进行投票，对作品进行了一次“群众评选”，并且还进行了简单的评价。本次活动展出过程中，同学们积极参与，用热情换来了对爱的崭新认识。“群众评选”过后，《品味雨湖》、《发现爱》等作品脱颖而出，同时也为本次活动画上了圆满的句号。

“表现爱”大学生心理情景剧比赛分为初赛和决赛两个部分。通过前期的宣传招募、剧本筛选，初赛一共有十个团队参加，结合老师、专业人士以及现场观众的反映，最后选出六个团队进入决赛。心理情景剧比赛作为此次我院“525”心理健康系列活动的重头戏，将“认识爱，理解爱，学会爱”的主题发挥得淋漓尽致。比赛既增强了观赏性和互动性，又保证了知识性和趣味性，给同学们提供了一个展示自己的舞台，也让同学们对于恋爱问题有了更深次的理解与思考。同样，这次活动对于我院新成立的“心情驿站”工作室也是一个全新的挑战，作为学院团总支学生会的一个部门第一次独立承办这样的大型活动，朋辈辅导员们都普遍反映收获很大，也经受了锻炼。

>

>心理感悟总结篇10

\_\_年-\_\_学年下学期心理健康工作总结本学期，在学校领导和团委于\_\_书记的领导下我们努力提高自身的业务素质，通过自学、参加行业人员培训、大量阅读心理专业书籍、和同行进行广泛交流等形式不断提高自身的业务水平。本学期的主要工作有：

1、 做好个案辅导工作。本学期来\_\_咨询的学生的主要问题还是集中在学习问题、人际关系和家庭关系等几个方面。我们针对来访学生的具体情况，实施个案辅导，帮助他们排解心理困扰，对于个别有严重心理障碍和心理疾病的学生，我们会及时转介到专业诊治部门。学生咨询比较集中的时间是考试前后，有不少学生是成绩非常优秀甚至在年级都名列前茅的。来咨询的学生中，部分学生是自愿来的，部分学生是班主任和各科老师推荐来的，还有部分学生是家长带着来的，另外也有家长为了孩子的问题单独前来咨询。

同时，本学期，依然有几位老师走进心理咨询室。谢谢你们的信任!我们共同成长!

2、 针对学生的心理成长需要，每月定期精心编发《心语》。

3、 做好来访学生的预约记录和咨询记录并认真做好。

4、 做好学生心理健康教育讲座

本学期\_\_为高一年级学生开展了心理健康教育讲座：《播种梦想》，讲座做了两场，每场讲座近三个小时，以激发出学生们奋发向上的内在动力，并用一些活动体验让学生直观的感受“信念”的力量，以促进学生们树立自信，并保持积极的心态。讲座后舒心苑还发起《我和未来有个约会》活动，让孩子们规划自己的人生，和未来做个约定，不要忘记自己的梦想。学生们积极参与，用心的写下这份规划和约定，并交托给舒心苑保存。我们也期待着若干年后见证他们梦想的实现!

5、开展5.25心理健康月活动

1)用两期《心语》及《心理加油站》传递正能量。

2)精心策划“杯水浓情谢师恩”活动，高一高二的每位同学都热情高涨的积极参与，表达对老师们的感恩之情，并行谢师礼。不少老师很受触动，师生情谊进一步融合和升华。

6、高考前精心准备了《高考心理加油站》，对高考前和高考期间学生的心理状况做出针对性的指导。不少高考前来咨询的高三学生都表示从中受益。

在咨询过程中，我们发现学生问题的原因与家庭有密切关系，或需要家庭配合的，我们会积极联系家庭，本学期有不少家长通过电话或直接来舒心苑咨询有关孩子的问题，我们都会热情接待并引导学生家长关心子女的心理健康，这也是对学生进行心理教育的重要形式，当我们发现学生心理出现不好的苗头时，也会积极和其班主任及相关人员联系，做到及时矫正，引导他们热爱生活、热爱科学、关心社会、关心他人，培养他们的责任感、自尊心和自制力，养成乐观进取的精神。

在心理健康知识的普及与心理咨询工作开展的过程中，我们深切地感受着广大师生和家长对心理。

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！