# 中学心理咨询室学期工作计划范文(精)(9篇)

来源：网络 作者：雾花翩跹 更新时间：2025-03-08

*中学心理咨询室学期工作计划范文(精)一心理健康是指这样一种状态，即人对内部环境具有安定感，对外部环境能以社会上的任何形式去适应，也就是说，遇到任何障碍和因难，心理都不会失调，能以适当的行为予以克服，这种安定、适应的状态就是心理健康的状态。心...*

**中学心理咨询室学期工作计划范文(精)一**

心理健康是指这样一种状态，即人对内部环境具有安定感，对外部环境能以社会上的任何形式去适应，也就是说，遇到任何障碍和因难，心理都不会失调，能以适当的行为予以克服，这种安定、适应的状态就是心理健康的状态。

心理健康是大学生成才的基础，心理健康可以促进大学生全面发展健康的心理品质是大学生全面发展的基本要求，也是将来走向社会，在工作岗位上发挥智力水平、积极从事社会活动和不断向更高层次发展的重要条件。充分认识德智体美劳等方面的和谐发展，是以健康的心理品质作为基础的，一个人心理健康状态直接影响和制约着全面发展的实现。

心理健康可以使大学生克服依赖心理增强独立性。大学生经过努力的拼搏和激烈的竞争，告别了中学时代、跨入了大学，进入了一个全新的生活天地。大学生必须从靠父母转向靠自己。上大学前，在他们想象中的大学犹如天堂一般，浪漫奇特，美妙无比。上大学后，紧张的学习，严格的纪律，生活的环境,使他们难以适应。因此，大学生必须注重心理健康，尽快克服依赖性，增强独立性，积极主动适应大学生活，度过充实而有意义的大学生活。

心理健康是大学生取得事业成功的坚实心理基础。目前我国大学毕业生的分配工作已发生了很大变化，大学生都实行供需见面、双向选择、择优录用等方式，择业的竞争必然会使大学生心理上产生困惑和不安定感。

心理健康利于大学生培养健康的个性心理。大学生的个性心理特征，是指他们在心理上和行为上经常、稳定地表现出来的各种特征，通常表现为气质和性格两个主要方面。气质主要是指情绪反映的特征，性格除了气质所包含的特征外，还包括意志反映的特征。当代大学生的心理特征普遍表现为思想活跃、善于独立思考、参与意识较强、朝气蓬勃的精神状态等等，这些有利于大学生的健康成长。

我认为，心理健康是对生活和学习有乐观的心态。有正确的自我主观意识，能很好的把握自己控制自己的情绪，妥善处理同学、师生间关系，积极融入集体，热爱并勤奋学习，更好的适应新环境。

大学生活与中学生活有着很大的不同，然而在大学中仍需要保持浓厚的学习兴趣和求职欲望。学习是大学的主要任务，有了学习兴趣就能够自觉跃入浩瀚的知识海洋中，拼命地汲取新知识，发展多方面的能力，以提高自身素质。同时也应该积极参加各种创新大赛，这样及开发思维的多向性又锻炼了自己的动手能力。更值得重视的是英语方面，现代社会中英语已经成为了一种趋势，也可以说是每个人必备的素养之一，这样看来口语更显得尤为重要。

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。积极加入学生会、分团委等，如此既丰富了大学生活又锻炼了自己能力。每个人都渴望得到一个自我展示的平台，让自己成为一个闪光点。积极参加业余活动，发展社会交往。丰富多彩的业余活动不仅丰富了大学生的生活，而且为大学生的健康发展提供了课堂以外的活动机会。大学生应培养多种兴趣，发展业余爱好，通过参加各种课余活动，发挥潜能，振奋精神，缓解紧张，维护身心健康。然而，当遇到悲伤和忧愁的事情时要学会自我调节，适度的表达和控制情绪。

作为21世纪的大学生，我们应该不断加强对适应性、承受力、调控力、意志力、思维力、创造力以及自信心等心理素质的训练，使自己真正懂得：要想占有未来，不仅要作思想品德、智能、体魄的储备，更要作战胜各种困难挫折的心理准备，从而使我们科学地走出自我认识的误区，更新观念，突破时空，超越自我，唯有如此，方能在搏击中，翱翔自如，走向成熟!

**中学心理咨询室学期工作计划范文(精)二**

我校心理健康教育和心理咨询活动已经开展了好长时间了，对于一名非专业人员来说，我有点力不从心，总是在摸索中前进，创设育人情境，营造优美的校园环境，促进学生心理品质的优化。学校是学生的第二个家，学生从学校不知不觉的接受教育和影响，校园中亭阁假山、书画长廊、名人名言、校风校训以及各种宣传橱窗都会给学生美的享受和理性的思考。

目前，青少年心理和行为问题日益增多，而人的心理和行为是密不可分的，良好的行为习惯受良好心理素质的支配，同时，良好行为习惯又可内化、积淀为一定的心理素质。因此，学校心理健康教育不是单纯的口头说教，更应该创设各种情境，在行动中促使学生自我体验、自我认识、自我教育、自我控制，形成良好的行为习惯，形成一定的心理素质。

一、创设有利于学生心理健康发展的环境

在校中学生的心理健康问题日趋严重，我们学校建立了心理咨询室，还配备了的心理咨询师。学生通过咨询、倾吐和宣泄，释放心理压力，解决心理困惑和矛盾。但由于学生的学习压力大，时间紧张，没有足够的时间进行心理疏导。据了解，咨询的学生反映出的心理问题主要有：学习压力重造成考试的自卑、抑郁、狂躁、恐惧等情绪情感问题，人际关系问题，无法自制的不良行为问题，青春期困惑的问题等。行为咨询方法的先驱者克罗姆布鲁兹指出“咨询的中心目标就是要帮助每一个当事人解决他之所以来寻求帮助的那些问题。”学校心理咨询师要给予咨询学生温暖，指导他们自我调空，还要详细了解咨询学生的各种情况，尊重、理解学生，保护学生的隐私，做到既是学生的倾诉者，又是学生的咨询顾问，努力消除学生的心理障碍。我们的学生很多是需要帮助的，除了求助心理咨询师外，学校还可以开设心理健康课程，举办心理健康讲座，组织各种心理健康教育活动等。

二、教师是实施心理教育的主体

教师要本着以人为本、以学生发展为主的原则，不断更新观念，不断改变教学方式，尊重学生，缩短师生之间的心理距离，促进学生的心理得到健康调整。当老师把学生当作知心朋友，师生之间加强沟通和了解，学生喜欢你的课，学习喜欢你的课，学习有了兴趣，学业成绩就能提高：与老师关系亲密了，也增强了学生的归属感和自信心，又能培养人际交往能力，这将有利于完善学生情绪状态和人格及身心的健康发展。有一次，我到心理咨询室了解情况，我发现高一二班学生某某徘徊在门外，我觉得应该帮助他。于是经常找他闲聊，了解到他因学习压力过重，致使

学习紧张、焦虑，成绩下降，进而产生自卑心理，结果恶性循环。找出症后就能“对症下药”，我与他分析原因和寻找解决的办法，他初中成绩拔尖，父母期望过高，高中基础不扎实，学习竞争激烈，一时不能摆脱失败的困惑，便产生焦虑、烦躁等消极情绪，无法静下心来学习。

三、发挥家庭教育功能

开展心理健康教育，仅仅依靠学校是不够的，学生的心理问题，学校只能在极有限的时间和空间进行矫正和引导，社会环境和家庭影响也尤为重要。可以说，大部分青少年的心理障碍都与其父母有直接或间接的关系。取得家长的合作，帮助家长发挥他的教育功能，对于改善和预防孩子的心理障碍，帮助孩子成材极为重要。良好的心理素质需要良好的家庭的教育培养，学校要于家庭紧密配合，教师与学生家长要加强沟通，时刻关注学生存在的问题，对家长给予适当的指导，对学生给予及时的疏导。父母在孩子成长过程中，应正确引导孩子，加强交流，培养孩子健康的心理。

**中学心理咨询室学期工作计划范文(精)三**

尊敬的各位领导、亲爱的同学们：

大家上午好!我是\_\_\_ 今天我要演讲的题目是让花开的更灿烂。

告别了中学时代，迈进大学校门，人生的历程翻开了新的一页，人生的道路跨入了新的阶段。面对崭新的学习环境，同学们既会充满好奇和兴奋，也容易遇到不适和困难.作为一名大学生应该有积极健康向上的心理，但是我们在现实中却存在着许多的问题。以下是我所总结的几个方面：

一、生活适应问题

这一问题在大一新生中表现最为突出。新生来自全国各地，以往的家庭环境、受教育环境、成长经历、学习基础等相差很大。来到大学后，在自我认知、同学交往、自然环境等各方面都面临着全面的调整和适应。由于目前大学生的自理能力、适应能力和调整能力普遍较弱，所以，在大学中，生活适应问题广泛存在，有的思家、恋旧，常常偷偷以泪洗面;有的厌学、仿徨、沉溺于无所事事;有的失眠、抑郁、在焦灼中挨度日子;更有的则想休学、退学。

二、学习问题。

大学生的主要任务是学习，学习上的困难与挫折对大学生的影响是最为显著的。大量的事实表明，学习成绩差是引起大学生焦虑的主要原因之一。虽然大学生在学业方面是同龄人中的优秀者，但由于大学学习与中学存在很大的不同，所以很多学生存在学习问题，包括学习方法、学习态度、学习兴趣、考试焦虑等。

三、人际关系问题。

受应试教育的影响，多数学生较为封闭，人际交往能力普遍较弱。进入大学后，如何与周围的同学友好相处，建立和谐的人际关系，是大学生面临的一个重要课题。由于每个人待人接物的态度不同、个性特征不同，再加上青春期心理固有的闭锁、羞怯、敏感和冲动，都使大学生在人际交往过程中不可避免地遇到各种困难，从而产生困惑、焦虑等心理问题，这些问题甚至会严重影响他们的健康成长。

四、恋爱问题。

恋爱问题一直是大学校门的热门话题，也是大学生们倍加关注的自身问题之一。大学生处于青年中后期，性发育成熟是重要特征，恋爱问题是不可避免的。由于大学生接受青春期教育不够，很多学生根本未弄懂什么是真正的爱情，对异性的神秘感和渴望交织在一起，由此产生了各种心理问题，严重的还导致心理障碍。他们有的求爱遭到拒绝后陷入深深的自责与自卑中，有的面对“第三者”而焦虑、抑郁，有的为单相思或暗恋某人而茶饭不香;有的为失恋而萌发报复或自杀念头?

五、择业问题。

职业选择方面的心理冲突往往出现在高年级学生中，经过三年或者四年的苦休苦练，总希望让自己找到一份满意的工作，他们会考虑个人理想、收入多少、社会声望、工作条件、发展前途等因素，而如今社会竞争激烈，用人单位的要求也越来越高，加之很多大学生在校时一心只读圣贤书，与社会接触少，对社会缺乏真正的了解，这些情况导致大学生在找工作时觉得不随人愿，与自己想象中的差距太大，从而失落、不安、仿徨和焦虑。

而对于这些问题如果没有及时加以调整将会带来很严重的后果：前段时间报道的日本留学生因生活费的事起了一点小争执，该生在候机厅对其母亲连捅8刀!!!对此我们真的很震惊，我们能说他的心理是健康的吗?前不久，北大一名学生涉嫌砍死同班同学的消息，令公众为之震惊。平息很长时间了的“马加爵事件”仍令我们记忆犹新，加上屡屡发生的大学生自杀事件，不由得让人不断追问：大学生，你为何如此脆弱?

“远亲不如近邻。”但对当代大学生来说，“近邻”往往不一定能“先得和睦”，反而因为交往的频繁，同学个性和阅历的差异，造成各种摩擦和冲突。例如，某学院机械专业本科二年级学生林某，上了大学后不知道如何与人交往，怎样处理人际关系问题使他伤透了脑筋，吃尽了苦头。上学一年多，和班上同学很不融洽，跟同寝室人发生过几次不小的冲突，后来搬出宿舍，几乎不与同班同学来往，集体活动也很少参加，与同学感情淡漠，隔阂加深，常常感到特别的孤独和自卑，情绪烦躁，长期的苦恼和焦虑使他患上了神经衰弱症，于是失去了学习信心，厌倦学习，厌恶同学，坚持要休学.

要举的例子真的很多很多，我们不禁要问：我们大学生的心理究竟怎么了?

大学生现在面临的压力过大，造成心理的落差比较大，与整个社会发展的形势和家庭的影响是分不开的。而我们大学生是国家宝贵的人才资源，是民族的希望，祖国的未来，肩负着人民的重托，历史的责任!作为新世纪的大学生，学会更好地认识自己、了解他人，开发自身的潜能，提高心理健康水平，掌握心理调适方法，优化心理健康途径，预防心理疾病，纠正不良心理，促进身心健康与人格完善，都是大学生自我修养的重要内容，也是大学生心理健康教育的重要课题。

所以我们要振作起来，调整自己。

第一：完善人格。良好的人格品质首先应该正确认识自我，培养悦纳自我的态度，扬长避短，不断完善自己。其次应该提高对挫折的承受能力，对挫折有正确的认识，在挫折面前不惊慌失措，采取理智的应付方法，化消极因素为积极因素。挫折承受能力的高低与个人的思想境界、对挫折的主观判断、挫折体验等有关。提高挫折承受能力应努力提高自身的思想境界，树立科学的人生观，积极参加各类实践活动，丰富人生经验。

第二：情绪调节。大学生处于青年期阶段，青年期的突出特点是人的性生理在经历了从萌发到成熟的过渡之后，逐渐进入活跃状态。从心理发展的意义上说，这个阶段是人生的多事之秋。进行自我调节，合理疏导不良情绪极其重要。

第三：确立目标，规划未来。人生，需要启明灯，没有目标，没有规划，极易走弯路，造成不必要的损失。树立目标，做好职业规划是一条避免迷茫颓废的良策，人无志不立!

第四：加强交流。交流，是双方的。交流时，不仅可以把自己想倾诉的诉诸于人，同时还能从他人那里吸取经验和教训，或者消除彼此间的误会矛盾等不安定因素。

总之，欲成才，先成人。只有时刻保持健康的心理状态，全身心的投入到学习工作中，才能无愧于心，无愧于父母，无愧于天地。

“少年强，则国强;少年弱，则国弱，少年胜于欧洲，则国胜于欧洲;少年雄与地球，则国雄于地球。”梁启超先生这一名言震荡着一代代年轻大学生的心灵，我们大学生要以良好的心理素质迎接未来的挑战，为国家的富强奉献自己的青春!

当茫然的时候，想想自己的梦想，给自己一个明确的目标，用激情去做自己认为应该做的事，当自己累了的时候，多一些平静的心态放松自己，因为我们不是圣人，我们也有累了的时候，所以我们便要学会健康快乐的成长。

我们大学生还存在着对生活不够自信，我们往往缺少面对困难的勇气，遇到困难我们总是焦头烂额，束手无措，甚至还会选择逃避，要知道人的潜能是无限大的，不要低估了自己的能力，在生活中我们应该自信的面对困难，给自己一个微笑，你会一下子豁然开朗。

心态决定命运，即使你失败了一千次，你也要想总会成功的一天，再困难只要保持乐观，自信的心态，成功就是你财富，做命运的主人，做生活的强者，健康、快乐的成长，我们要把自信和快乐带给别人，让大家更爱自己，更爱生命，做最好的自己。勇往直前，快乐成长,让花开的更灿烂!

我的讲话到此结束，谢谢大家!

**中学心理咨询室学期工作计划范文(精)四**

我于20xx年4月份，对我居住地周围的一所省重点中学的学生的学习心理状况进行了调查。通过调查研究，对农村中学生的学习心理有了初步的了解，为准确地把握当前农村初中学生的学习心理动向，深化教学改革，加强教育教学的针对性，提高教育教学的实效性，探索实施素质教育的新路子，提供了客观依据。

1、农村中学生的学习心理现状

2、当前农村中学生的学习心理特点

3、当前农中学生的学习心理成因及对策

学生问卷，内容涵盖教育价值观、学习态度、学习需求和学习目的四个方面。问卷调查在澄西中学进行，共发问卷800份，回收有效问卷786份，接近理想的高效样本数。

整个调查共召开了两次教师座谈会，四次学生座谈会。这些座谈会，不仅为我提供了大量生动的典型材料，而且为理性分析提供了基础。

对学生问卷调查分析，以及多次教师、学生座谈结果显示，农村中学生的学习心理具有明显的时代特征。

调查显示，大部分农村中学生具有较为明确的教育价值观。74%的学生认为学习的作用是提高自身素质，10%的学生认为学习的作用是为了考大学，16%的中学生没有考虑。

调查还显示，农村中学生的教育价值观带有显著的经济社会特征。他们认为，农村青年的经济收入与受教育程度成正比，其中65%的学生认为大学生挣钱多，25%的学生认为高中毕业生挣钱多，8%的学生认为初中毕业生挣钱多。

调查结果表明，67%的学生对学习的热情较高，24%的学生对学习的热情中等，9%的学生害怕学习。这与他们“考大学”意识淡化是相一致的。值得注意的是，害怕学习的学生数占相当份额。而且，我们在调查中还发现，90%的学生都有自己“最讨厌的课程”。学生害怕学习或讨厌某些课程的根本原因，一是与教师的教学方法紧密相关;二是与该课程的实用价值紧密相关。调查结果显示，86%的学生对与现实生活联系紧、实用性强的语文、数学、物理、化学热情较高，而对学术性较强的历史、地理、生物、英语不感兴趣。在学生讨厌的课程中，英语是初中的核心课程之一，有45%的学生认为“英语对于我们以后的生活几乎没有用处”。

当前，“特长”是师生共同关心的热门话题，在调查中我们发现，大部分学生对“特长”有正确的认识，其中，92%的学生有自己感兴趣的目标，且有52%的学生希望得到教师的指导。同时，78%的学生希望学到较多的、实用的科技知识，使之能对他们以后的生活工作有所帮助。

调查结果表明，对于初中毕业后的打算，97%的学生选择读高中或中专，3%的学生选择就业，对于高中毕业后的打算，99%的学生有读大学愿望。

调查显示，当前农村中学生的学习心理与以往农村的中学生的学习心理相比，有明显不同。

自己跳出“农门”，走向城市。他们中的大部分人已经认识到了教育的重要价值在于帮助他们提高自己的综合素质，使他们掌握生存、生活所需的基本的文化科学知识，以增强自己在未来社会的竞争能力。在此基础上，部分家庭经济条件较好且成绩优秀的学生则致力于追求更高等的教育。

中学生的教育价值观的另外两个特点是务实化和功利化。中学学生越来越强烈地追求未来教育输出的经济价值，他们中的很多人从经济的角度去衡量所学课程的价值，继而决定自己在不同课程上的努力程度。他们要求课程教学更多地联系生活和生产实践，渗透更多的实用技术。

我们知道，由于年龄和学识的制约，中学生的认知、分析、判断等能力既不成熟又不稳定。事实上，相当多的中生的教育价值观是迷茫的。其原因在于：一是越来越多的大学生难以就业，从而使他们对考大学失去信心;二是学术性较强的初中文化课程难以满足学生对职业技术的需求，难以使他们产生学习的内在刺激和利益驱动。这些原因使越来越多的学生厌学。

在调查中我们发现，农村中学生由于个人的学习基础、教育价值观和对未来的期望等方面的差异，使他们的学习需求具有纵向多层次和横向多目标的特点。学习需求的纵向多层次是指学生对所学知识的深度要求不一。初中毕业后准备就业的学生，只要求掌握基础知识;准备考中专的学生，要求课程教学难易适度、学业成绩达中等水平;追求大学教育的学生，则要求最大容量地掌握所学知识，学业成绩达上等水平。学习需求的横向多目标是指学生对所学知识的广度要求宽泛。他们既要求学好学术性较强的课程知识，又要求充分培养自己的特长，还要求掌握更多的实用技术。

对学生的问卷调查表明，89%的学生具有明确的学习目的。但是，通过对调查问卷的对比分析和对学生本人的考察，我发现，学生的学习目的具有严重的主观性和不协调性。学生学习目的主观性突出表现在：他们已经认识到了未来进入城市就业或在农村非农产业就业的艰难性，但有67%的学生却表示不准备在农村务农。很明显，如此大的一个群体具有这个想法是极不现实的。此外，40%的学生希望自己以后在事业上能取得成功，但他们中48%的学生没准备接受高等教育，甚至不准备读高中中专，从而忽视了科学文化知识对于事业的发展所起的基础性作用。学生学习目的的不协调性主要表现为思想与行动的不协调。调查结果表明，3%的学生将准备在农村务农，同时，37%准备考大学的学生中有相当多的人在学习上并没有显现出相应的积极性，而是呈现出一种消极等待的学习态度。

当前农村初中生的学习心理状况，其主流是积极向上的，他们正在健康地成长，同时也存在消极的一面，不容忽视。

从宏观角度看，农村中学生深深地感触到了国家经济发展的快步伐，欣喜于辉煌的经济成就。调查结果显示，98%的学生对未来充满美好的向往，其中有82%的学生对“竞争”这一市场经济的本质属性了解较深。从微观角度看，市场经济在农村的逐步深入，使农业的生产结构、生产方式不断变化，农村中学生对于这些变化极为兴奋，因为他们享受到了蕴藏其中的经济利益和文化利益，使他们不愿生活在农村，且幼稚地想及早结束学业而外出打工。

随着高等教育的改革，将有越来越多的人获得上大学的机会，以至于部分学生对考大学信心十足。但是，我国高等教育招生和分配制度的改革，对学生的负面影响也很大。调查结果表明，26%的学生认为家庭难以负担未来读大学的高额费用而放弃考大学的愿望;52%的学生认为大学不包分配而感到前途渺茫，从而在学习上漫无目的。需要特别指出的是，由于高等教育招生和分配制度改革的影响，使部分德、才兼备的学生感到迷茫和失望，并逐渐淡化了对学习的兴趣，失去了学习的积极性。

素质教育是一种突出生存能力和生活能力的教育。其对于学生的积极作用，是使他们认识到了具有真才实学、一技之长的重要意义，从而要求课堂教学更多地联系生活实际和生产实践，并自发地抵触以考试为中心和片面追求升学率的教学方式。其对于学生的消极作用，是使部分学生过多地追求学习的功利性，而忽视了学术性较强的文化课程的基础性意义。

当前，农村中学生中有一部分是独生子女，处于一种相对优越的生活环境中，备受家人的宠爱，他们一般表现为意志不坚强，缺乏进取精神，耽于生活享受。值得注意的是，我们在接触众多的学生家长后，发现很多家长对学生的要求很高，且大多数侧重于学业成绩方面，而对学生提出考高中、特别是考大学要求的家长越来越多，从而在学习上对学生形成了一种内家庭、户外、学校紧张的矛盾局面。

在农村教育全面实施素质教育的进程中，农村中学越来越重视特长教育和培养学生的个性。可是，由于资金和人才的制约，对于学生学习的纵向多层次和横向多目标需求无法满足，从而导致学生需求与学校教育之间的矛盾冲突。

在诸多的影响因素中，我们认为，教师对于学生的影响最直接、最持久、最有效。但当前的问题是，由于教师行为不断提高，所以使教师的教育和教学工作对学生学习产生的影响越来越大。

影响学生学习心理的因素非常复杂，因而帮助他们形成健康的学习心理的任务十分艰巨。为了适应改革开放新形势的要求，实现由应试教育向素质教育的转轨，应积极地帮助农村中学生形成健康的学习心理。

当前，农村学生已经感受到了社会进步的快节奏，初步了解了渗透于社会生活各个领域的高科技。但在日常的学习中，他们接触的却是落后的仪器设备、简陋的实验场所、过时的科技知识，这种强烈的反差必然使他们感到厌倦并产生抵触。因此，只有增加硬件和软件的投入，使仪器设备、实验场所、科技知识具有鲜明的时代特征，才能对学生产生求知的诱惑和刺激。

由于主客观方面的原因，农村中学生对国家市场经济发展、高等教育改革、素质教育实施等的了解不透彻，所以有必要以专题报告的形式，向他们介绍国家市场经济发展所取得的辉煌成就和存在的困难以及未来的美好前景;向他们介绍高等教育改革中招生制度的合理性、科学性，收费制度的公平性、保护性，分配制度的灵活性、公正性;向他们介绍素质教育实施的具体内容、价值和未来取向，以帮助他们明辨是非，消除误导。

开设心理辅导课程，对学生进行学习动机、学习兴趣、学习能力、考试心理、学习适应性等内容的辅导是当务之急。

1986年，原国家教委等四部委联合召开的全国职业教育工作会议明确提出，农村教育“应该从办学为了升学转到以为本地区物质和精神文明建设服务为主，兼顾向高一级学校输送新生这个方向上来”。我们可以尝试在农村中学进行初中后职业教育——学期职业培训或“3+1”制的培训。但我们应该引以为鉴的是：传统的也是落后的农村职业高中教育，当前步入了关、停、并、转的恶劣境况。那么，在农村中学实施职业教育，则必须致力于追求教学内容的科技化和教学方法的科学化。

为了真正体现素质教育的特点，在普教中渗透职教，促进学生的全面发展，就必须进行课程改革，相对均衡各学科在教学时间上的比重，淡化各学科考核的学术标准，以使学生具有充足的时间和精力去进行各学科的均衡学习和最感兴趣的学科的强化学习。

发展经济学家的研究指出，第三世界国家的初等教育和中等教育“学习方法简单和学习内容贫乏是与大多数教师能力差和缺乏主动性密切相关的，他们往往得不到应有的工资，没有兴趣，也没有机会更新自己的知识，提高自己的教学水平”。我们的农村中学教育基本上是属于这种情况。解决“教师行为滞后”问题的有效办法：一是提高教师的工资水平，为他们提供接受继续教育和进行终身学习的经济保障;二是改革教育系统的人事制度，保证教师考核的公开性、公正性、科学性，营造一个合理、高效的竞争环境;三是提高继续教育和终身学习的质量，改变当前继续教育中的形式主义和低效局面。

**中学心理咨询室学期工作计划范文(精)五**

我们对初中学生的学习心理状况进行了调查。通过调查研究，对农村初中生的学习心理有了初步的了解，为准确地把握当前农村初中学生的学习心理动向，深化教学改革，加强教育教学的针对性，提高教育教学的实效性，探索实施素质教育的新路子，提供了客观依据。

(一)具体目标

１.农村初中生的学习心理现状

２.当前农村初中生的学习心理特点

３.当前农村初中生的学习心理成因及对策

(二)调查方法

１.问卷调查

学生问卷，内容涵盖教育价值观、学习态度、学习需求和学习目的四个方面。问卷调查共发问卷１０２１份，回收有效问卷１００４份，接近理想的高效样本数。

２.座谈会及个案调查

整个调查共召开了两次教师座谈会，四次学生座谈会。这些座谈会，不仅为我们提供了大量生动的典型材料，而且为理性分析提供了基础。

对学生问卷调查分析，以及多次教师、学生座谈结果显示，农村初中生的学习心理具有明显的时代特征。

(一)农村初中生的学习心理现状分析

１.教育价值观

调查显示，大部分农村初中生具有较为明确的教育价值观。７４％的学生认为学习的作用是提高自身素质，１０％的学生认为学习的作用是为了考中专和大学，１６％的初中生没有考虑。

调查还显示，农村初中生的教育价值观带有显著的经济社会特征。他们认为，农村青年的经济收入与受教育程度成正比，其中６５％的学生认为高中中专毕业生挣钱多，２５％的学生认为初中毕业生挣钱多，８％的学生认为小学毕业生挣钱多，只有２％的学生认为文盲能获得较高收入。

２.学习态度

调查结果表明，６７％的学生对学习的热情较高，２４％的学生对学习的热情中等，９％的学生害怕学习。这与他们“考中专或大学”意识淡化是相一致的。值得注意的是，害怕学习的学生数占相当份额。而且，我们在调查中还发现，９０％的学生都有自己“最讨厌的课程”。学生害怕学习或讨厌某些课程的根本原因，一是与教师的教学方法紧密相关；二是与该课程的实用价值紧密相关。调查结果显示，８６％的学生对与现实生活联系紧、实用性强的语文、数学、物理、化学、劳技学习热情较高，而对学术性较强的历史、地理、生物、英语不感兴趣。在学生讨厌的课程中，英语是初中的核心课程之一，有５７％的学生认为“英语对于我们以后的生活几乎没有用处”。

3.学习习需求

当前，“特长”是师生共同关心的热门话题，许多教育工作者甚至把“特长”看做是“素质教育”的代名词对于这一认识的争议性，不属本文讨论的范畴。在调查中我们发现，大部分学生对“特长”有正确的认识，其中，９２％的学生有自己感兴趣的目标，且有５２％的学生希望得到教师的指导。同时，７８％的学生希望在劳技课、活动课上学到较多的、实用的农业科技知识，使之能对他们以后的工

作有所帮助。

在对调查结果的整理中，我们得到了一组令教师们震惊的数据，５２％的学生认为“学校老师能满足自己的学习需求”，４８％的学生认为“学校老师能力有限，希望得到名师指点”。对于这一结果，也许我们对信息的有效度产生怀疑，或者强调它的地域性特点，但需要特别指出的是，“教师行为滞后”已经得到越来越多的学生的认同，并越来越严重地影响着他们的学习。

４.学习目的

调查结果表明，对于初中毕业后的打算，５５％的学生选择读高中或中专，１８％的学生选择就业，２７％的学生还没有考虑。有读大学愿望的占３７％。

初中学生对于“务农”的态度是我们调查的重要目标之一。调查结果表明，农村初中生大部分不愿意务农，其比例随年级变化，且该心态呈现出一种特殊的波动，其波动特点为：初一为６９％，初二为５８％，初三为７２％。

(二)当前农村初中生的学习心理特点

调查显示，当前农村初中生的学习心理与以往农村的初中生的学习心理相比，有明显不同。

１.教育价值趋向多元化、务实化、功利化

自己跳出“农门”，走向城市。他们中的大部分人已经认识到了教育的重要价值在于帮助他们提高自己的综合素质，使他们掌握生存、生活所需的基本的文化科学知识，以增强自己在未来社会的竞争能力。在此基础上，部分家庭经济条件较好且成绩优秀的学生则致力于追求大学教育。

初中生的教育价值观的另外两个特点是务实化和功利化。初中学生越来越强烈地追求未来教育输出的经济价值，他们中的很多人从经济的角度去衡量所学课程的价值，继而决定自己在不同课程上的努力程度。他们要求课程教学更多地联系生活和生产实践，渗透更多的实用技术。

我们知道，由于年龄和学识的制约，初中学生的认知、分析、判断等能力既不成熟又不稳定。事实上，相当多的初中生的教育价值观是迷茫的。其原因在于：一是越来越多的中专生和大学生难以就业，从而使他们对考中专或大学失去信心；二是学术性较强的初中文化课程难以满足学生对职业技术的需求，难以使他们产生学习的内在刺激和利益驱动。这些原因使越来越多的学生厌学。更为严重的是，我们在教师座谈和学生家长访谈的过程中发现，由于对学生前途的失望，部分家长和教师也失去了对教育的信心，厌学情绪在受教育者和教育者身上同时滋生并蔓延，我们称这一现象为农村教育的世纪迷茫现象。不可否认，这一现象所反映的是一种消极的教育价值观。

２.学习需求的纵向多层次和横向多目标

在调查中我们发现，农村初中生由于个人的学习基础、教育价值观和对未来的期望等方面的差异，使他们的学习需求具有纵向多层次和横向多目标的特点。学习需求的纵向多层次是指学生对所学知识的深度要求不一。初中毕业后准备就业的学生，只要求掌握基础知识；准备考中专的学生，要求课程教学难易适度、学业成绩达中等水平；追求大学教育的学生，则要求最大容量地掌握所学知识，学业成绩达上等水平。学习需求的横向多目标是指学生对所学知识的广度要求宽泛。他们既要求学好学术性较强的课程知识，又要求充分培养自己的特长，还要求掌握更多的实用技术。

３.学习目的明确，但具有主观性和不协调性

对学生的问卷调查表明，７３％的学生具有明确的学习目的。但是，通过对调查问卷的对比分析和对学生本人的考察，我们发现，学生的学习目的具有严重的主观性和不协调性。学生学习目的主观性突出表现在：他们已经认识到了未来进入城市就业或在农村非农产业就业的艰难性，但有６７％的学生却表示不准备在农村务农。很明显，如此大的一个群体具有这个想法是极不现实的。此外，４０％的学生希望自己以后在事业上能取得成功，但他们中４８％的学生没准备接受高等教育，甚至不准备读高中中专，从而忽视了科学文化知识对于事业的发展所起的基础性作用。学生学习目的的不协调性主要表现为思想与行动的不协调。调查结果表明，３３％的学生将准备在农村务农，但这部分学生在上劳动技术课时并不认真，平时也很少接触农业科技方面的资料。同时，３７％准备考大学的学生中有相当多的人在学习上并没有显现出相应的积极性，而是呈现出一种消极等待的学习态度。

(一)当前农村初中生的学习心理状况成因分析

当前农村初中生的学习心理状况，其主流是积极向上的，他们正在健康地成长，同时也存在消极的一面，不容忽视。

１.市场经济发展的影响

从宏观角度看，农村初中生深深地感触到了国家经济发展的快步伐，欣喜

于辉煌的经济成就。调查结果显示，９８％的学生对未来充满美好的向往，其中有８２％的学生对“竞争”这一市场经济的本质属性了解较深。从微观角度看，市场经济在农村的逐步深入，使农业的生产结构、生产方式不断变化，而轰轰烈烈的农民打工队伍更使农村人的生活发生了质的变化。农村初中生对于这些变化极为兴奋，因为他们享受到了蕴藏其中的经济利益和文化利益，使他们不愿生活在农村，且幼稚地想及早结束学业而外出打工。

２.国家高等教育改革的影响

随着高等教育的改革，将有越来越多的人获得上大学的机会，以至于部分学生对考大学信心十足。但是，我国高等教育招生和分配制度的改革，对学生的负面影响也很大。调查结果表明，２６％的学生认为家庭难以负担未来读大学的高额费用而放弃考大学的愿望；５２％的学生认为大学不包分配而感到前途渺茫，从而在学习上漫无目的。需要特别指出的是，由于高等教育招生和分配制度改革的影响，使部分德、才兼备的学生感到迷茫和失望，并逐渐淡化了对学习的兴趣，失去了学习的积极性。

３.农村教育全面实施素质教育的影响

素质教育是一种突出生存能力和生活能力的教育。其对于学生的积极作用，是使他们认识到了具有真才实学、一技之长的重要意义，从而要求课堂教学更多地联系生活实际和生产实践，并自发地抵触以考试为中心和片面追求升学率的教学方式。其对于学生的消极作用，是使部分学生过多地追求学习的功利性，而忽视了学术性较强的文化课程的基础性意义。

４.家庭教育的影响

当前，农村初中生中有一部分是独生子女，处于一种相对优越的生活环境中，备受家人的宠爱，他们一般表现为意志不坚强，缺乏进取精神，耽于生活享受。值得注意的是，我们在接触众多的学生家长后，发现很多家长对学生的要求较低，且大多数侧重于纪律方面，而对学生提出考高中、特别是考大学要求的家长越来越少，从而在学习上对学生形成了一种内家庭松外学校紧的矛盾局面。

**中学心理咨询室学期工作计划范文(精)六**

生活中灾难、暴-力、事故、意外等创伤性事件时有发生，侵害人们的心灵，造成不良后果。在学校，学生面对学习压力、亲子关系、环境适应、人际关系等诸多问题，而青春期的躁动和感性使他们处理问题容易极端化，同时四川汶川大地震对他们的心理伤害，使产生心理危机的可能性大大增加。因此，心理危机干预迫切而重要。针对高危人群的心理社会干预能够防止或减轻创伤后的不良心理反应，避免心理痛苦的长期化和复杂化乃至极端化，促进创伤性事件的适应和心理康复。这不仅是对每一个学生的人文关怀，也是构建和-谐社会，落实科学发展观的现实诉求。为此，特制定南轩中学心理危机干预应急方案，以期尽最大努力帮助师生解决面临的可能心理困境，促进南轩中学心理健康教育的更好发展。

一、心理危机干预的目标：处理突发心理危机事件，避免造成的更大的伤害；解决心理危机过程中的具体问题，群体或个体危机消除，恢复常态。

二、心理危机干预组成人员：主管领导、班主任、心理老师、校医、校警、司机、心理社团成员等。

三、心理危机干预工作分工：

1、主管领导全面组织协调指挥。

2、班主任了解信息、通知家长、稳定班级。

3、心理老师现场疏导、干预，避免极端心理行为。

4、校医现场处理可能的躯体病患及伤害。

5、校警维持秩序。

6、司机保证交通。

7、心理社团成员辅助开展工作。

8、干预结束后观察和随访。

四、心理危机干预的程序：

1、心理危机发生后，班主任与心理社团成员应在第一时间通知主管领导。

2、主管领导通知心理老师、校医、校警、司机等相关人员到达现场。

3、按照分工迅速展开工作。

五、心理危机干预的注意事项：

1、危机瞬间发生，决策很重要，所有成员应绝对服从领导安排，避免拖延导致不良后果。

2、危机就意味风险，所有成员不能因干预无效而自责、内疚，要意识到干预的有限性。

**中学心理咨询室学期工作计划范文(精)七**

学校心理剧《花季序曲》剧本\_中学怎样对待早恋

故事大纲：本剧本主要讲述了一名成绩优异的女同学与另一名男同学之间学习上互相帮忙，共同提高。而就是这样单纯的关系，却被同学们说成了早恋。后在心理教师的帮忙和引导下，同学们能够正确对待男女生之间的交往，并正确对待这份友谊。

主角

小雯：女，热情善良，成绩优异。

陈信：男，坦诚大方，勤奋好学。

同学甲、同学乙、同学丙：对男女生交往甚为敏感。

心理教师：女

第一场：（地点：教室）

[独白]要好的女孩把头凑在一齐说悄悄话，要好的男孩色肩搭背，说笑打闹。而要好的男孩和女孩呢？他们能否无所顾忌地互述心事，互相帮忙呢？

[开场]本与小雯不是同桌的陈信突然坐到小雯旁边，拿着练习册想要与小雯共同解决一道题。

[陈信]小雯，能够帮我看看这道数学题吗？我尝试了好多种方法，但都没有理出头绪。

[小雯]当然能够吗？让我先看一看。（拿过练习册）

[陈信]就是这道题（用手指着练习册上的一道题）

[小雯]你忽略了一个隐蔽的条件，这样就解开了。（先是皱眉的演算，之后豁然开朗）。

[陈信]对啊，我怎样没想到！你真聪明，小雯，真不愧为我们班的“才女”。（旁白）从这件事以后，小雯和陈信走得越来越近，关系也越来越融洽。

[陈信]小雯，今日放学我们一齐走吧！

[小雯]行啊，正好我们一齐研究探讨一下今日所学的知识。

[陈信]noproblem，没问题！

[同学甲]哎，我说（摆着手势，召集几个同学）他们俩个怎样总在一齐啊？你们没觉得怪吗？

[同学乙]怎样没，我敢说那里面必须有事。

[同学丙]对了，我昨日还看见他们一齐吃午饭呢！

[同学甲、乙、丙]肯定有问题！

旁白：两个十五六岁的孩子，难道真的没有把握好恋爱与友谊的尺度，逾越了单纯的男女关系吗？我们拭目以待。

（铃声响了）第二天上午的语文课，陈信发现小雯一向趴在桌上。下课后，他走到她的身边。

[陈信]小雯，你怎样了？

[小雯]没事，就是有点发烧。[陈信]严不严重啊，手摸了一下小雯的额头，又摸了一下自我的额头，（自言自语）好烫啊，去看看医生吧！

[同学甲、乙丙]哎！你们俩什么时候好上的，也不告诉大家一声，都进展到这种程度了，哈哈！

[陈信]你们可不要乱说，多难听！我们是正常的同学交往！

[同学丙]什么难听啊，都做出来了，还怕我们说吗？

[小雯]你们怎样能够这样啊！怪不得好朋友都开始疏远我，（趴在桌子上开始哭泣）

[同学甲]怎样了，我们不就是把事实的真相说出来了吗？有什么好哭的，哎，我可什么都没说啊，她自我乱想，想哭的，大家看到的，与我无关。

[陈信]你们，你们太过分了！真不明白在想些什么？小雯，别哭了，走！转自：.

第二场：（地点：心理教师办公室）[心理教师]（了解了整件事情后）微笑着拭去小雯眼中的泪水，（示意几个同学坐下），语重心长的说，看来我的学生们是真的长大了，有属于自我独特的看法了。对男女生之间的关系看的异常敏感。其实这是青春期的中学生很容易出现的行为，甚至能够说是中学生成长过程中容易发生的正常现象。可是，你们明白吗？用你们自我主观的意识想法去伤害他们的心灵，你们研究到后果了吗？（同学摇头）同学们，因为缘份，处于花季雨季的你们走到了一齐，相逢是缘，相知是情。朝朝暮暮的相处中，你们相互了解，你们意趣相投，同时又因性格各异，每个人都有自我的闪光点，这一点一点的闪光点组成了多彩星河，点缀着花季的岁月。点点闪光排列组合，总会有几点光会靠得更近，会彼此吸引，会心存默契，于是这几点光构成了星座，谱成了花季里最美的友谊。不是吗？我想此刻你们明白该怎样做了吧！（那几个嘲笑，挖苦过小雯和陈信的同学走下座位，来到他们身旁）

[同学甲、乙、丙]对不起，刚才我太没礼貌了，太武断了，我误会你们了，真心向你们说声“对不起，对不起……”（参差不齐的道歉声）

[陈信]我的做法（摸小雯脑门）也太过鲁莽，以后我会注意的。[小雯]（擦擦眼泪）没关系，我们大家以后都是最好的朋友！[同学们]对，最好的朋友（参差不齐的声音）

[独白]大人们总是说孩子无权谈爱，于是发明了“早恋”这个词。可是，既然是“恋”又何来早晚？并且多大为早，多大为晚？既然心是年轻的，梦总是会飞的，心与心的碰撞便是火花，梦与梦的融会就是彩虹，这是挡不住的，所有这些都是纯洁的稚嫩的芽，在我们年轻的心灵中悄悄萌发。放纵它，让它无方向的“成长”，显然是不理智的，但强行扼杀也决不会有好结果。所以聪明的教师们，请你们用你们的谆谆教导来帮忙这些懵懂的孩子吧，教会他们如何应对男生、女生间的感情，从而获得真正的友宜

**中学心理咨询室学期工作计划范文(精)八**

学习管理心理学这门课程已经有一段时间了，虽然只有短短的几节课，但是我从中学到了很多知识。对于我而言，选择管理心理学这门课的主要原因在于我认为无论是在日常学习，生活中，还是在未来要加入社会，开始工作后，管理心理学都是应用最广泛，对我最有帮助的一门科目。“在21世纪，当社会变革、国际交流、信息技术、个性发展等诸多挑战与机遇降临到社会分工的每一位参与者面前时，无论我们是否身处领导者的职位，都应该或多或少地具备某些领导力”，这是毋庸置疑的。管理心理学可以应用在我对自己日常生活、学习，合理安排时间等这些方面，更能帮助我更好的与身边的老师、同学和朋友相处。同时，当我们身处某一个团体时，管理心理学能帮助我们更好地对团队成员进行管理，更有效地挖掘每一个成员的价值，使团队工作更顺利地进行。

一、如何做好团体工作

激励是管理心理学中一个非常重要的功能，是管理心理学的核心问题之一。想办法激发动机，强化动机，运用动机的机能，影响职工行为。把组织目标变成每个职工自己的需要，把企业的利益与满足职工个人的需要巧妙地结合起来，使职工积极地、自觉地努力工作。这就是激励在团体工作中的功能。

激励的作用是不可忽视的。在大一时我加入了某院科协秘书部，我在这一年里的经历充分证明了这一点。科协在安排干事工作时没有能够统筹安排好各个人的具体工作，一有事情就是谁有空谁去做。结果每次做事的都是那几个人，有些人总是没空，但所有人得到的待遇都是一样的。而且在下一任部长的人员选择上，它过早地透露出了倾向，导致其他成员消极怠工，甚至辞职。在下学期就已经有三分之二的人退出了，造成人员缺乏，很多工作都无法及时完成。该院科协没有重视激励的作用，更没能充分利用激励的功能，导致日常工作的不顺利。 然而怎样正确运用激励也是一个值得深入研究的问题。

首先我们看一个企业管理的案例。

日本富士xerox公司从1988年就开始实施\"关于事业风险投资与挑战者的纲领计划\"。如果公司员工的新事业构思被公司采纳，则公司和提出人就共同出资创建新公司。并保证三年工资。假如失败了，仍可以回到公司工作。对于新创立的公司，不但给予资金的支持，还给予经营与财务等必须的人才的支持。 人是经济动物，更是知识动物。人是理性动物，更是感情动物。每个人都需要周围人的支持、鼓励与帮助。创新是创造性活动，探索新事业、研究开发新产品，成功与失败、风险与收益同时存在。我们不但要重奖成功者，也要正确对待失败和公正评价失败者，对于历经艰辛努力、兢兢业业的开拓者，虽然暂时失败了，我们也应该给予奖励。不仅仅是肯定开拓、敢冒风险与挑战精神，更重要的是\"失败是成功之母\"!

可见，给予正确的激励措施，我们将收到丰富的效益，就如日本富士xerox公司一样，最终走向了成功。

然而，并非所有的激励措施都会收到积极的作用，有的却收到了异样的效果。 某校决定采用“满勤给奖”制度来加强管理，出满勤的发奖金20元，如果上课、教研组活动、政治学习一次缺席、两次迟到者，该月就没有奖金。这种办法实行后第一个月效果很好，无人缺席、迟到，教学秩序趋于正常。两个月后，工作一直认真负责的王老师，因患病请假2天，病未痊愈，就来上班了，却被扣发了当月的奖金;李老师经常是小病大养，自由散漫，实行“满勤给奖”后，人是来了，课也上了，但教学效果差，奖金却照拿;赵老师在月初的第一周就迟到2次，在他看来，一个月的奖金已经没了，于是在后几周的工作就随随便便了，何必准时来上班呢?

该校管理者的激励措施为何失败了呢?

由于管理者未明白教师工作的特点和实际。教师工作有其自身的特点，如：教师工作有松散化和弹性化的特点等。以全勤奖激励教师，不会起到真正的激励作用。

当今社会，讲究人性管理，作为一个企业管理者应给予员工更完美的心理上的激励，这将比物质上的激励更有效。合理利用激励，要求我们结合实际情况，那样我们就将会收到其带来的丰厚效益。

二、如何搞好人际关系

在心理学中，人际关系是指人们在生活过程中形成的人与人之间的心理关系。它反映了人们之间的心理距离，人与人之间的这种心理关系是社会交往的基础，它对于人们的日常生活工作，都是必不可少的。人际关系的主要特点就在于它具有明显的情绪体验的性质。人际关系的以定的情感为基础建立起来的，并且以一定的情感为纽带，人们在共同活动的前提下建立起来的各种关系，在性质、方式和过程完全相同的活动中，人们之间的工作关系、行政关系、经济关系往往是固定的或相同的，而人际关系却是不相同的，其根本原因就是在于人际关系具有情感体验的性质。

由于各种因素的影响，每个人的性格都是不同的。对于两个性格不同的人来说，该怎样相处呢?

1、学会求大同，存小异。

性格不同的人，处理问题的方式往往不同，我们要学会在不同之中发现相同之处。比如，你若是一个性格平各的人，你给小李提意见，可能言辞不那么激烈，语气也比较委婉。如果你身旁有一位性格刚强而倔强的同事，他给小李提意见，可能单刀直入，语言尖锐，甚至可能转而批评你，说你给别人提意见转弯抹角，是钝刀子割肉。这时候，如果你只看到那个直率的同事开展批评的态度和方式跟你不一样，觉得他太鲁莽，太不讲情面，你可能就会感到跟他格格不入，合不来，如果你除了看到你们两个提意见的方式不一样之外，还看到他也和你一样，也是出于一片好心，真心帮助同事，这样你可能就不会觉得他粗鲁无情，而觉得他有难得的古道热肠，同时也不会计较他对你的批评。我们要是多看别人和自己之间的共同点，就容易与不同性格的人相处。

2、要注意全方位了解别人。

人们在互相交往中，可能都有这样的体验：你如果对一个人不了解，你和他在感情上就必然有距离。一个人性格的形成，往往跟他生活的时代，家庭的环境，所受的教育和经历，遭遇有关。我们在考察一个人的性格的时候，最好也要了解他性格形成的原因。这样，你可能就会理解他，体谅他，帮助他，慢慢地，你们之间就会相互增进了解，甚至还可能成为好朋友。

3、注意多发现别人的优点，取长补短。

两个性格不同的人在一起，由于对比明显，双方可能会很快发现对方的长处和短处。发现了别人的短处之后，正确的态度是给别人指出来，帮助他。世界上一切事物都不是尽善尽美的，每个人在思想上，性格上都爱有缺点，我们对人不能求全责备。同时我们更要注意发现别人的长处和优点。这样，大家不仅能够和睦相处，相互还会有所补益。

4、胸怀应该宽一些，气量应该大一些。

5、要注意讲究不同的方式方法。

这不是指那些见人说人话，见鬼说鬼话的世故圆滑，也不是指那些逢场作戏的玩世不恭。我所说的待人的别，是指要看到性格不同的人有他自身的特点，我们要针对这些特点采取因人而异的恰当态度。

三、总结

管理心理学这门课程生动有趣，并且和生活联系紧密，记得一句话：一个人的成功，只有百分之十五是依靠专业技术，而百分之八十五却要依靠人际交往、有效说话等软科学本领。管理心理学则在这百分之八十五中发挥了很大的作用，体现在自我管理中，与他人的合作中，更体现在步入社会后与上下级的人际关系处理中。日后我将会更多的关注这门学科，更好的利用所学知识，在自己的生活中努力奋斗。

**中学心理咨询室学期工作计划范文(精)九**

把握中学生的心理特点，帮助学生明确如何正确处理交友这一重要人际关系的问题，了解交朋友的意义和重要性，明确交朋友的原则和态度。

一、导入

我国著名青年歌唱演员臧天朔曾经唱过一首名叫\"朋友\"的歌，其中有两句歌词是这样的：朋友，如果正享受幸福，请你离开我；朋友，如果你正面临痛苦，请你告诉我。真挚朴实的歌，使我们对真正的朋友有了深刻的认识。今天的班会课，就让我们一起来讨论中学生该如何交友这一重要人际关系的问题。

二、青少年交友的心理需要

1、学生讨论：青少年为什么十分渴求青年朋友？

a、学校生活越发重要，朋友在学生的人际关系中成为一种重要的关系。

b、对独立的渴望，希望有更多机会发表自己的意见，而朋友是最好的听众。

c、与父母在沟通上存在困难，同龄人之间易产生共鸣。

2、教师小结：

青少年社会生活的中心从家庭转到学校，这是走向独立的一种表现，青少年需要认识自我，肯定自我，希望有更多的机会表达自己的意见、想法，也希望有人倾听自己的话。而这种需要较少能从父母那里得到满足，所以他们只能去寻找与他们有更多共同语言的青年朋友。

三、同龄朋友的影响作用

学生分组讨论，每组发表至少一个代表性观点。各组观点提出后，有异议者可要求讨论，展开辩论。

1、朋友可帮助你增进对自我的了解。

2、朋友可以帮助你肯定自我的价值。

3、与朋友相处，还可以使你得到情绪上的缓解。

4、学习处理人际关系，是青少年学习适应社会的一个过程。

四、青少年交朋友的原则

1、每个人的性情爱好不同，但是，真正的朋友都应该能够相互帮助，以诚相待，这是交朋友的首要原则（讨论）

2、如果抱着功利主义的目的，为了某种实际好处而去结交朋友，这种关系是不会持久的。

五、交朋友应有所选择

1、珍重友谊，与朋友相处应当学会宽以待人，严以律己。人无完人，金无足赤，每个人都会有这样那样的缺点、短处，应尽力帮助对方改正，切勿嘲笑、轻视朋友的缺点、错误。

2、当发现自己交了一个坏朋友，如果，你不能改变他们，反而在交往中受到他们的坏影响，那就要拿出决心和勇气，坚决离开他们。

六、孔子曰：\"友直，友谅，友多闻，益矣。\"愿每一位青少年朋友都能找到真正的友谊，和朋友相互鼓励，相互关心，共同提高，一起进步。

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！