# 小学学校心理健康教育工作总结(7篇)

来源：网络 作者：静水流深 更新时间：2024-06-08

*小学学校心理健康教育工作总结一一、加强组织领导，提升心理健康教育意识1．重视管理。学校从行政和专业两个层面组建了心理健康教育的管理网络。行政管理层级为：分管校长、德育主任、教研组长。专业管理层级为：专职心理健康教育教师、兼职教师和班主任队伍...*

**小学学校心理健康教育工作总结一**

一、加强组织领导，提升心理健康教育意识

1．重视管理。学校从行政和专业两个层面组建了心理健康教育的管理网络。行政管理层级为：分管校长、德育主任、教研组长。专业管理层级为：专职心理健康教育教师、兼职教师和班主任队伍。加强组织管理，全面、稳步推进学校心理健康教育。

2．适当加大投入。学校现有心理辅导专用室一间，配备了电脑。为了营造心理辅导室舒适、宽松的氛围，安装了窗帘，提供温馨的心理辅导氛围。

二、加强培训，提高教师心理健康教育的能力

加强师资队伍建设是搞好心理健康教育工作的关键。学校建立了在校长领导下，以班主任和专、兼职心理辅导教师为骨干，全体教师共同参与的心理健康教育工作机制。

1．培养专、兼职教师。心理健康教育有很强的专业性，工作中必须遵循原则，应用一些专业技能，学校本学期选派仲艳老师参加昆山市心理健康教育教师进阶培训，王四凤老师参加国家二级心理健康教师进阶培训。

2．建立班主任例会学习制度。在班主任例会时，开展心理健康教育专项学习任务，组织班主任讨论如小学生常见心理问题，学习心理问题，如何提高小学生学习自我效能，小学生自我意识心理辅导等，提高教师开展心理健康教育的能力。

3．重视课堂教学渗透心理健康知识，课堂教学不仅是传授科学知识，也是进行心理健康教育的主渠道，通过心理健康教育，培养学生良好的心理品质。

三、开展宣传教育，普及心理健康知识

1．积极利用校园广播，网络，板报，宣传栏等形式，广泛宣传普及心理健康知识，培养学生的心理健康意识，从而营造积极，健康，向上的校园文化氛围和心理健康教育环境。

2．举办心理健康讲座和专题班会。我校根据学生的年级、年龄的特点，积极向学生开展心理健康教育。并根据一些班级的实际情况，制定相应的心理健康班会课。

四、有序开展心理健康教育活动，从整体上提高学生心理素质。

1．建立学生心理档案，记录每一个学生心理成长的轨迹。发现学生有心理问题时，就可以积极给予心理辅导和心理咨询，通过一段时间的调整或矫治，仍可以通过心理档案考察效果。

2．进行个体咨询。采取多种方式来满足学生的要求。开辟了心灵屋、心语信箱，周一—周五每天中午12：00准时开放心灵屋，为学生提供咨询服务。心语信箱每天定时打开，及时回信，做好个别辅导工作和学生个案地收集整理工作，对辅导的学生和个案做好记录，并正式建立完整的学生心理档案。

3．进行团体心理辅导与训练。我们针对不同的团体的性质进行辅导与训练，增强学生的心理素质。

4．认真组织开展心理健康“五个一”活动，举办了主题手抄报评比、主题讲座、团体辅导、观看心理电影《男孩、女孩》、心理培训等活动。通过活动，使全体师生学会关爱自我，保持一份阳光的心态。

五、加强家校共育，整合教育资源。

心理健康教育是一项系统工程，需要建立学校、家庭、社会三位一体的心理教育网络，全面渗透、多渠道推进地实施学生的心理健康教育工作。我校充分利用电话、“家校路路通”、集体家访等形式，有效促进家校沟通，加强对学生的心理健康教育。

总之，经过努力，我校的心理健康教育取得了一定的成绩，同样还存在不足，在今后的工作中，我们将不断更新完善工作，不断开拓和创造更加全面和完善的心理健康教育的局面，使它深入到学校生活的方方面面，在每一个教师学生的心中内化生根。让心理教育成为素质教育的有机组成部分，促进学生综合素质的提高。

**小学学校心理健康教育工作总结二**

我校的心理健康教育工作，以《中共中央国务院关于进一步加强和改进未成年人思想道德建设的若干意见》和教育部《中小学心理健康教育指导纲要》为指导，以完善学校心理健康教育的组织机构和工作机制为保障，以提高教师的心理健康水平、促进学生健全人格发展为目标，紧密结合新课程改革精神，不断加强学校心理健康教育工作，努力提高了学校心理健康教育的质量和水平。总结如下：

一、开展宣传教育，普及心理健康知识。

本学期，通过“心理健康讲座”，“校园广播站”，校报等宣传方式，继续宣传心理健康的含义和拥有健康心理的意义，进而扩大心理咨询的影响。吸引更多学生走进心理咨询室，及时与老师沟通交流，提高自己的心理健康水平。

二、积极有效地开展个别心理咨询工作。

心理咨询是心理咨询室的主要工作之一，我们积极开展针对学生的团体咨询，做好学生的个别辅导工作，为来访的学生提供咨询，对学生在成长，学习和生活中出现的心理行为问题给予指导，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，应及时识别并转介到专业诊治部门。通过同伴互助，促进班级心理卫生工作的开展。心理咨询室对各班班主任进行定期的心理培训。对个别存在心理问题或出现心理障碍的`学生及时进行认真、耐心、科学的心理辅导，帮助学生解除心理障碍。

三、发挥了“成功父母成长讲堂”的辐射作用。

本着家校合作的理念，“成功父母成长讲堂”协同德育处办好家长学校工作。积极动员与争取家长的配合与支持，建立有利于学生发展的家校合作教育系统。热心真诚地为家长们在家庭教育中出现的困惑提供帮助，并且与教师配合，对相关学生进行疏导，同时帮助改变家长一些不合理的家教观念，使学校教育工作得到全面的稳固，全方位启发学生自己认识自己，自己接纳自己，自己帮助自己，自强自立，健康快乐的成长。

四、协同班主任与家长，加强学生的心理辅导，建立学生心理档案。

与家长合作，为学生个人心理健康发展提供了十分重要的条件，建立学生心理档案，记录每一个学生心理成长的轨迹。发现学生有心理问题时，就可以积极给予心理辅导和心理咨询，通过一段时间的调整或矫治，仍可以通过心理档案考察效果。因此心理健康档案能对每位学生个人的心理成长、心理潜能开发提供帮助，为通过心理辅导和心理咨询解决学生心理问题和心理障碍提供了重要保证。同时，学生心理档案还可以揭示教师教育教学工作中的问题，家长在家庭教育上的问题，揭示学生共性心理品质的问题，能促进学校和教师与家长更新教育观念、转变教育思想、改革教育方法、创设良好的学校、家庭心理环境，从而提高学生的心理品质，促进学生心理的健康发展。针对少年儿童活泼好动的年龄特点，开展丰富多彩的教育活动，为他们创造良好的教育情境，培养健康向上的班风，学风；积极推进班级管理和教育方式的民主化，充分发挥学生自主管理能力。面向全体学生，立足于学生发展性、预防性的心理健康教育，做到预防、疏导为主，干预、治疗为辅。加强每周心理健康课的指导与研究工作。密切与班主任的联系，更好地与学校德育工作有机结合。认真细致地做好个别咨询辅导工作，在个案上有所突破。

五、加强心理辅导活动课

心理辅导活动课是针对全体学生进行的心理健康教育活动。本学期要让心理课成为培养学生积极心理品质，促进学生健全人格发展的主阵地。根据低、中、高不同年段学生的特点开展系列性、主题性的心理健康教育辅导活动。

六、营造了积极、健康的心理健康教育环境

积极利用校园广播，板报，宣传栏等形式，广泛宣传普及心理健康知识，培养学生的心理健康意识，从而营造积极，健康，向上的校园文化氛围和心理健康教育环境。

**小学学校心理健康教育工作总结三**

在科技飞速发展的今天，要求我们培养的人才必须具备优良的心理品质和完善的人格。自信是一个人成才素质中的重要因素，是人格的核心部分。在提倡“以人为本”的今天，作为人类灵魂的工程师—教师如何去关爱学生，让自信扎根于学生的心灵，尤其显得十分的重要。

一、主要工作要点：

通过心理健康教育，不断转变教师的教学理念，改进教育、教学方法，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。加强学校心理健康教育队伍建设。学校心理健康教育不是心理健康教师一个人的事，是所有学校教育工作者的事，所以学校成立以心理健康教师为主，班主任教师为辅，其他教师为基础的学生心理健康教育战线。

1、坚持以人为本，根据学生心理特点及发展规律，运用心理健康的理论和方法，开展丰富多彩的活动，培育学生良好的心理素质，促进他们身心全面和谐的发展。

2、立足教育，重在指导，遵循学生身心发展规律，保证心理健康的实践性和实效性，面向全体学生，关注个别差异，尊重学生、理解学生。

3、提高全体学生的心理素质，充分开发他们的潜力，培养学生乐观的、向上的心理品质，促进学生人格的健康发展。

4、立足实际、创造条件，努力开展好学校的心理健康教育工作。将心理健康教育渗透在班主任工作中，不断丰富教师的教学策略，有效提高教育教学水平。

二、工作措施和成果：

1、探索多渠道的学校心理健康教育的模式

（1）团体辅导

利用健康课，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。班主任结合本班的实际进行心理健康教育。

（2）个案教育

班主任、任课老师、兼专职心理健康老师通过日常行为的观察和学生的自述，了解学生的心理状况，通过“知心姐姐信箱”帮助个别学生解决日常生活中的心理问题。

（3）指导家庭进行心理健康教育

小学生的心理健康教育仅仅由学校实施是不够的，在更重要的意义上讲，小学生心理健康教育主要依靠家庭教育，因为家庭才是学生的来源与归属，小学生心理健康最后要归结于此。因此，学校、家长应该合力重视小学生心理健康教育，我们利用家长学校、家长开放日、等多种途径，坚持不懈向家长提出各种建议，指导家长开展小学生家庭心理健康教育。

（4）指导小学生进行自我心理健康教育重视指导小学生学习简单有效的自我心理健康教育的方法：

（1）学会放松。要使小学生知道紧张是正常的心理反应，是可以通过想象、转移注意力、调整呼吸、体育活动、听音乐、唱歌、阅读、睡觉等方法调节放松。

（2）与人谈心。要使小学生知道有问题要学会求助，在学校可以找老师、心理辅导老师谈心；在家里可以找长辈、亲友谈心；在社会上也可以有谈心的对象，如心理咨询电话等等。无论何事何时都可以与人谈话，学会与人谈心一辈子受益。

2、具体体现

①提高了小学生对校园生活的适应能力（特别是一、二年级），培养他们开朗、合群、乐学、自助的独立人格。

②培养了学生善于与老师，同学交往的能力，不断正确认识自我，悦纳自我，增强自我调控、承受挫折、适应环境的能力。培养学生健全的人格和良好的个性心理品质。

③帮助了学生克服孤独、依赖、由学习和环境的不适所带来的困惑和交往障碍。对这部分学生给予科学有效的心理咨询和辅导，使他们尽快摆脱障碍，调节自我提高心理健康水平，增强发展自我的能力，使学生开朗、热情、善解人意富有爱心的健康人格。

**小学学校心理健康教育工作总结四**

开展心理健康教育，既是学生自身健康成长的需要，也是社会发展对人的素质要求的需要。小学心理健康教育是根据学生身心发展特点，运用有关心理教育的方法和手段，培养学生良好的心理素质，促进学生身心全面发展和素质全面提高的教育活动。是全面推进素质教育，培养高素质人才的重要环节。一学期来，我校十分重视学生心理健康教育，并取得了一定成绩，一面就这方面工作做简单总结。

一、以人为本，促进教师的心理健康和学生的人格健全。

社会的发展与变革以及基础教育的改革与发展的不断深化，无疑给教师的心理和行为带来了巨大的影响。如何帮助教师应对社会和教育的改革与发展的新挑战，排除消极心理，优化心理状态，提高心理承受能力，已经成为学校必须重视和关注的问题。我校提高了认识、更新了观念，加强对教师的人文关怀，定期组织教师学习心理健康常识，指导教师树立自我保健意识与学会调适良好的心态，并在学校管理过程中关注教师的心灵世界，注重营造良好的心理氛围，积极建立和谐的人际关系，努力为教师的工作、生活和学习提供支持性的心理环境。

同时，进一步深入贯彻《中共中央国务院关于进一步加强和改进未成年人思想道德建设的若干意见》和教育部《中小学心理健康教育指导纲要》的精神，采取切实有力的措施，把心理健康教育作为实施素质教育的着力点和提高德育工作实效的突破口，着眼于每个学生健全人格的培养和心理潜能的开发，不断促进学生的健康成长。

二、创造条件，努力开展好学校的心理健康教育工作。

虽然我校资源条件差，但我们充分认识开展好学校心理健康教育工作的重要性。我们迎难而上，立足学校实际，建立心理咨询室，注意贴近学生生活，盘活教育资源，发挥学校优势，争取家庭和社会的配合，全方位、分层次、多渠道地开展心理健康教育工作，力求在范围上有所拓展、在形式上有所创新，努力提高学校心理健康教育的科学性、规范性和实效性。

如本学期将完成心理咨询室的建设，举办专题心理辅导讲座、设计主题教育活动、优化班级心理环境、活动课，并利用学科教学、班队会、家长会等途径对学生及家长进行心理健康教育的渗透与宣传。随着我校教育信息化工程的推进以及校园网的逐渐完善，校园网络正以其自身的特点和优势，为学校心理健康教育的开展提供了更加广阔的时空，开辟了一条全新的心理健康教育的绿色通道，我校充分利用校园网络平台，为学生和家长提供心理健康教育服务。

三、不断探索，促进心理健康教育与思想道德教育的有效整合。

学生道德品质的形成与心理发展水平密切相关，而心理问题与道德问题无论从问题的特性、内容，还是从产生源头上看都不是一类问题，它们既有区别，又常常交织在一起。实践证明：开展心理健康教育可以有效地丰富思想道德教育的途径，拓宽思想道德教育的渠道，提高思想道德教育的成效。因此，我校树立“以心育心、以德育德”的教育理念，把心理健康教育作为增强德育工作的针对性和实效性的突破口。

同时，逐步完善心理辅导室建设，充分发挥参加各级心理健康教育师资培训的专兼职教师的作用，面向全体学生，定期开放，加强心理辅导和心理咨询，及时对有心理障碍的个别学生进行心理危机干预，帮助他们排除心理困扰，并积极做好心理健康档案的建设与管理。在本学期里，为深入贯彻落实《中共中央国务院关于进一步加强和改进未成年人思想道德建设的若干意见》的精神，同时，鉴于思想道德品质的形成和提高是以个体健康的心理为前提的，而良好的思想道德品质有助于提高心理健康水平，我校组织教师围绕开展“心理健康教育与思想道德教育的有效整合”这个课题进行研讨、并做好了相关记录。

四、加强学习，大力开展心理健康教育实验研究工作。

我校积极参加上级组织开展的专题师资培训、活动课观摩、案例论文评选、经验交流等活动，不断提高学校心理健康教育工作水平。围绕新课程改革这个中心，以新课程环境下学校心理健康教育的实践探索为主要内容，以课题研究为载体，加大实验与研究的力度，积极探索切合学校实际和学生特点的心理健康教育模式，努力构建良好的学校心理健康教育的运行机制。

**小学学校心理健康教育工作总结五**

有赖学校、家庭、社会的正确引导和教育。其中学校和家庭的教育起主导的作用，我校就这些方方面面进行一些探讨。

一、学校进行心理健康教育的必要性

社会日新月异的急速发展和变革，各种不良思潮和矛盾使在校青少年学生产生了极大的影响。由于青少年学生正值成长发展过程中，缺乏科学的辨别能力和社会实践经验，加上小学生的独立意识较差，所以小学生很容易民发生心理行为偏差。

近年来，小学生常出现妒忌、自卑、孤僻等不健康心理行为，究其原因，我们不难发现，他们存在心理偏差，是由于在学习和生活中碰到问题和困难时，缺乏解决矛盾，应对挫折和处理危机的能力。

作为教育工作者我们对此不能漠视不理，不能只注重分数而不管学生是否具有健康的心理和健全的人格，我们要培养的是人才而不是废才，更不是害群之马。因此，我们必须形成共识：要下足功夫，正视心理健康教育，促使中学生的健康发展，健全他们的人格，为21世纪培养合格的人才。

二、开展心理健康教育的基本原则心理健康教育，是一项科学性、实践性很强的教育工作，我校在开展中遵循以下基本原则：

1、根据学生心理发展特点和身心发展的规律，有针对性地实施教育。

2、面向全体学生，通过普遍开展教育活动，使学生对心理健康教育有积极的认识，使心理素质逐步提高。

3、关注个别差异，根据不同学生的不同需要开展多种形式的教育和辅导，提高他们的心理健康水平。

4、以学生为主体，充分启发和调动学生的积极性。把教师在心理健康教育中的科学辅导与学生对心理健康教育的主动参与有机结合起来。

三、进行心理健康教育工作的途径

1、通过课堂教学渗透心理健康知识，是进行心理健康教育的主渠道。

课堂是学校进行教育活动的主要场所，课堂教学不仅是科学知识传授的过程，也是学生心理发展的过程，从教材内容看，各科内容都是很好的心理健康教育素材，例如，语文、思品课可以陶冶学生的心灵，塑造高贵优雅的品质；数学、自然可以进行科学思维的训练；美术、音乐可利用特有的旋律、线条、色彩培养学生的审美能力，体育课可锻炼学生的坚强意志，培养学生竞争、拼搏、进取的精神。在各科教学过程中渗透有关的知识，可以使学生处处都感受到真、善、美的教育，提高自身的心理素质，且作为教育的主体，教师不仅在知识上影响着学生，而且教师的人格也会在教学的师生互动过程中起潜移默化的作用，这就构成了心理健康教育的一个重要内容。

在这里着重指出，我校充分利用思品教材：这门课程是从德育的高度，以非智力因素的品质修养为主，集品德和心理知识学习、培养能力于一体，重在心理训练和行为指导的课程。

2、联系家庭，引导学生家长关心子女的心理健康，是对学生进行心理教育的重要方式。

由于学生家长与学生固有的血缘关系，感情和伦理道德上的内在联系，家庭教育直接影响着学校教育的效果，也是学校教育所不能代替的一种力量。父母在关心子女的生理健康的同时，还应关心他们的心理健康。有些父母认为孩子才得壮、不生病就是健康，这是不全面的认识，事实上，在一些青少年身上存在心理障碍，如说谎、无理取闹等行为。然而，由于认识的片面性，不少家长对于孩子的心理健康不够重视，甚至采取违背心理保健的教育方法，这是不利于他们的心理健康发展的。在发现他们心理有缺陷时我们就及时与家长联系做到及时矫正，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、独立性、自尊心和自制力，养成乐观进取的精神。

3、充分利用其他的各种途径，进行心理健康教育。①我们还利用广播对学生进行心理教育，如：在“神六”上天之际，我校抓住这个机会，一方面进行爱国教育，另一方面进行心理素质的教育，利用广播时间对杨利伟沉着冷静的心理状态进行分析和报道，培养学生良好的心理素质。②开设心理咨询活动，帮助学生解除心理障碍。可由各年级优秀学生组织成小记者的咨询小组，共讨成长中的烦恼，通过师生之间的朋友式的交流，既解决了学生因学习方法、成绩等方面产生的困惑，又增强了学生的交往能力。并通过建立“心灵驿站”信箱，学生们如有什么疑问，可以随时把自己的心里话或疑问以书信形式投入信箱，并很快能得到咨询回复，引导学生、疏导学生，或接受个别咨询。③学校还努力建设好校园文化阵地，对环境进行了整体改装，给学生创设一种比较宽松的心理环境。

实践证明，要使学生的心理得以健康发展，学校及教育工作者必须掌握好心理知识，遵循学生心理发展的规律，在实践中灵活运用心理教育规律，探索学生的心理发展，总结心理教育的经验，与家庭、社会紧密联系，才能取得良好的成效。

**小学学校心理健康教育工作总结六**

本学期，学校心理健康教育工作以\_\_区心理辅导室创建为契机，以做好学校心理咨询常规工作为主，贯彻省教育厅《中小学校心理健康教育工作规范》，以学校“发展每一位学生”的教学理念为指导思想，抓好学校心理健康教学工作，营造学校良好心理氛围。提高学生的心理素质，提高学生的心理健康水平是教改的重要内涵，国家教委新制定的中小学德育大纲中已明确将心理健康教育作为中小学德育的重要组成部分。因此要通过多种方式对学生进行心理健康教育和辅导，帮助学生提高心理素质，健全人格，增强承受挫折、适应环境的能力。

一、创建新的“心理辅导室”

本学期初，我们就根据\_\_区教育局有关心理辅导室检查的文件精神，异地重新设置了小学部的“心理辅导室”。

我们在新的“心理辅导室”中，添置了必要的座椅、沙发，配备了电脑，便于存放相关心理辅导的档案。相关的制度规范也贴到墙上，让心理咨询师能有一个舒心的工作环境，也让接受心理疏导的学生有一个舒心的环境。

以后的工作中，我们还将根据需要进一步加强硬件设施建设，为心理健康教育提供必要的设施设备和环境。

二、加强“心理咨询师”队伍建设

本学期，我们继续加强“心理咨询师”队伍建设。一支强大有力的师资队伍是落实心理健康教育的保证。本学期，我们队学校的两名年轻的心理咨询师李佳斌和邱依晴进行了专门的会议培训，希望他们利用所学的专长，为我们学校心理健康教育工作出力。

会议上，吴\_\_副校长对他们提出了要求，一是要为每个心理有偏差的孩子做好档案记录；二是要坚持不懈做好心理辅导的工作，发现情况及时进行心理疏导；三是做好照片记录和辅导记录，要在规范上下功夫。

接下来学校要继续依托\_\_区教师发展中心，进行心理咨询师的培训工作。争取心理辅导师达到6人以上，为每个年级的学生配备心理辅导师。

三、落实既定工作目标

1．坚持以人为本，根据学生的心理特点及发展规律，运用心理健康的理论和方法，开展丰富多彩的活动，培育学生良好的心理素质，促进他们的身心全面和谐地发展。

2．立足教育，重在指导，遵循学生身心发展规律，保证心理健康的实践性和实效性，面向全体学生，关注个别差异，尊重学生、理解学生。

3．提高全体学生的心理素质，充分开发他们的潜力，培养学生乐观的、向上的心理品质，促进学生人格的健康发展。

4．对少数有心理困扰或心理障碍的学生进行科学的、有效的心理咨询和辅导，使他们尽快摆脱障碍，提高心理健康水平，增强自我教育能力。

5．建立学生相关档案。

四、心理健康教育有成效

1．学校心理健康教育队伍建设。学校心理健康教育学校工作中的一件大事，开学初即成立以心理健康教师为主，班主任教师为辅，其他教师为基础的学生心理健康教育战线，为全体学生的心理健康保驾护航。

2．学校心理健康教育的方式。采取多种教育方式的有机结合，有利于学生受教育的全面性和选择性。

（1）心理课辅导。每个月的最后一周班主任教师利用班会课根据本班具体情况开展心理活动课。

（2）心理咨询室。开放“心语小屋”，接受以学生个体或小组为对象的咨询。心理咨询室有专任教师负责，固定的开放时间，固定的场所。

（3）办好“心灵信箱”，以便个别学生羞于启齿，可以利用写信的方式和学校的心理老师进行沟通、预约咨询，一般的问题由心理老师转交班主任回复，特殊的由心理辅导老师进行个别咨询。

（4）以“点”带“面”，利用学校宣传阵地。行知廊宣传橱窗、各班板报、学校广播站是我校学生熟悉的宣传阵地，本学期充分利用现有的阵地宣传心理知识，在阶梯教室进行讲座，对个别案例进行解析，对一些常识性的问题进行解答，让学生在学习、生活中随时保持正常的心态。

（5）指导家庭进行心理健康教育。小学生的心理健康教育仅仅由学校实施是不够的，在更重要的意义上讲，小学生心理健康教育主要依靠家庭教育，因为家庭才是学生的来源与归属，小学生心理健康最后要归结于此。因此，学校主持与家长合力重视孩子的心理健康教育，我们利用家长学校、家长开放日，家长会、电话联系等多种途径，坚持不懈地向家长提出各种建议，指导家长开展小学生家庭心理健康教育。

（6）指导小学生进行自我心理健康教育。指导小学生学习简单有效的自我心理健康教育的方法：

a、学会放松。使小学生知道紧张是正常的心理反应，是可以通过想象、转移注意力、调整呼吸、体育活动、听音乐、唱歌、阅读、睡觉等方法调节放松的。

b、与人谈心。要使小学生知道有问题要学会求助，在学校可以找老师、心理辅导老师谈心；在家里可以找长辈、亲友谈心；在社会上也可以有谈心的对象，如心理咨询电话等等。无论何事何时都可以与人谈话，学会与人谈心一辈子受益。

c、学习写日记或周记。小学生要学习用笔与自己谈心，把心灵的轨迹用文字描绘下来，这对心理健康成长有很大的帮助。

3.心理健康教育成效明显。

本学期，我们学校对三到六年级学生都开设“心理健康”教育课程，加上心理咨询师的辅导，我们\_\_学校（小学部）心理健康教育覆盖率达到100%。

我们的心理辅导师还为超过10人的学生建立了心理档案。为身心发展困难学生进行辅导超过20次。

本着“成长比成绩重要，成人比成才重要”的理念，我们全体教育工作者全心投入，重视小学生自我心理健康教育，利用一切资源开展小学生心理健康教育，促进全体学生的健康发展，为孩子的心理健康保驾护航是我们为之努力的目标。

**小学学校心理健康教育工作总结七**

一、指导思想：

尊重学生的人格，遵循学生的心理发展规律，根据学生成长过程的需要，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、促进形成小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。

二、工作要点：

1、以师生发展为本，加强师生的心理健康教育，争创心育工作优秀学校。

2、作好已有科研课题的结题工作；

3、加快心理健康教育骨干教师培训工作，提高心育工作实效。

三、具体措施：

1、创设良好的校园心理环境

为了使学生的心理健康素质得以正常发展，在学校日常工作中，重视营造良好的校园氛围和宽松的心理环境，注重校容校貌的建设，使学校环境实现绿化、美化、净化。完善心理辅导室，配备部分设施，添置适合学生阅读的心理书籍，使心理辅导室漂亮、温馨。使学生能时时刻刻接受着健康的熏陶，学校心理环境和谐、真诚、奋进，孕育一种健康向上的心理氛围。

2、开展有实效性的心理健康教育课

针对学生成长过程中的需要，全校开设心理健康教育课，并根据各班的实际情况，及时调整学习内容，培养良好的心理素质。

3、心理健康教育与家庭教育结合

家庭教育是学校教育的一个不可忽视的部分。但是家庭教育中，一些家长单纯地重视孩子的胜利需求而忽视了孩子的心理健康教育。在各年级的家长学校中把心理健康教育作为重要的内容，举办专题讲座，开展亲子活动。

4、心理辅导室的工作

心理咨询室要真正发挥心理健康教育的矫正性功能，让更多的学生能走进心理辅导室，安排好值班人员并加强宣传力度。

5、学校重视

坚持把心理健康教育工作作为学校的一项常规工作，列入学校工作计划内，并制订专项计划。在学科教学、各项教育活动、班主任工作中，都应该注重对学生心理健康的教育，全面渗透在学校教育的全过程中。

心理健康成为我们现在关注的问题尤其对小学生来说我们要从小培养成心理健康心里的美得学生，用最好的状态去学习这就是我们首要抓住做好的问题之一。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找