# 2024中学心理健康工作总结

来源：网友投稿 作者：枫叶飘零 更新时间：2024-08-09

*20\_中学心理健康工作总结7篇工作总结要选择新颖、有特色的角度切入及有全面的数据分析，优秀的总结是什么样子的?下面是小编给大家整理的20\_中学心理健康工作总结7篇，欢迎大家来阅读。20\_中学心理健康工作总结（篇1）心理健康教育作为学校健康教...*

20\_中学心理健康工作总结7篇

工作总结要选择新颖、有特色的角度切入及有全面的数据分析，优秀的总结是什么样子的?下面是小编给大家整理的20\_中学心理健康工作总结7篇，欢迎大家来阅读。

**20\_中学心理健康工作总结（篇1）**

心理健康教育作为学校健康教育工作的内容之一，正日益体现出它的重要性。本学期我校的心理健康教育，继续把全面培养学生健康的心理素质作为工作的重点，在德育办公室的领导下，围绕学校德育要求，开展了一系列行之有效的心理健康教育，取得了较为明显的效果。

1.多种形式结合，进行心理健康教育。

1）、集体教育和个别辅导相结合。

集体教育和个别辅导相结合，全体参与和个别对待相结合的方法，既可让全体学生都能受到适当的教育，又使个别学生的各种特殊问题得到及时解决。学期初，我们针对学校情况，要求班主任开展一次心理健康教育的主题班会，将心理健康知识慢慢渗透到每一个孩子的心中。与此同时，我们从学生之间存在的差异出发，建立了个别辅导模式，以弥补“集体辅导”的不足。开设心理咨询室进行个别咨询是教师和学生通过一对一的沟通方式，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，并对有关心理行为问题进行诊断、矫治的有效途径。

2）、通过课堂教学渗透心理健康知识。

课堂是学校进行教育活动的主要场所，课堂教学不仅是知识的传授，更是学生心理发展的过程。各科内容都是很好的心理健康教育素材，如在语文学科中进行心理教育，在品生、品社课中进行心理教育的渗透……让学生并不是孤立地接受心理健康教育，而是多方位地受到心理健康教育。

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。

3）、心理健康教育与学校、家庭、社会教育相结合。

心理健康教育不能仅限于学校教育这一领域，它应当以更积极、更主动的姿态拓展阵地。我们全面分析了学校教育的特点以及影响学生素质提高的各教育因素，觉得家庭与社会亦是心理健康教育的重要阵地。特别是家庭教育，它直接与学生心理健康状况相关联。我校利用家长学校进行心理卫生知识教育，指导家长转变教子观念，了解和掌握心理健康教育的方法，注重自身良好心理素质的养成，营造家庭心理健康的环境，以家长的理想、追求、品格和行为影响孩子。当实践表明，家长能够配合学校促进子女全面健康成长，成为学生心理健康教育中的一支重要力量。

4）、心理健康教育与德育、教学工作相结合。

学校德育工作、教学工作和心理辅导的主要对象都是学生，它们共同服务于年轻一代的健康成长和个性的全面发展，服务于学校教育的总目的。它们的具体任务在一定程度上互相交叉和渗透，但又各有侧重，不能相互代替。

2.整合教育资源，发挥心理健康教育作用。

学校心理健康教育是全程的、全方位的心理健康教育，因此，日常教育中我校十分注重整合学校各种资源，来发挥心理健康教育的合力。

1）、丰富校园文化、通过各种喜闻乐见的活动来推进心理健康教育。

我校通过开展丰富多彩的校园文化活动，如少先队大队活动、运动会、集体舞等为学生搭建表现才华的舞台，调节学生的身心，释放学生的潜能，并通过各种竞赛，来培养学生的合作精神、奋勇拼搏的精神等，这些，都在潜移默化中培养了学生良好的心理素质。

2）、利用学校各种阵地，推进心理健康教育。

开展心理健康教育，我们注重利用好学校的各种设施，通过宣传橱窗、教师博客、黑板报等阵地来开展形式多样，丰富多彩的各种心理健康教育活动。

总之，学校的教育教学实践不仅是运用心理学知识的重要场所，同时也是心理学知识丰富的源泉。作为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，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。

**20\_中学心理健康工作总结（篇2）**

时间真快，转眼间半年时间就快过去了，在这半年时间里，我充分运用了我的专业知识，让同学们在心理健康教育课堂上得到全面的放松，让我有了很多的收获，同时也发现了自己的很多不足。下面我将本学期心理健康教育工作做如下总结：

首先，心理咨询工作。可能是因为心理健康教育工作正式走进课堂的原因，这学期开学以来，接待来访的学生不是很多。而来咨询的学生存在的主要的问题是：一般学习问题(包括厌学)、考试焦虑、人际交往、神经衰弱(包括失眠)、适应问题、个性发展问题、情感问题等等。从咨询的内容来看，高一年级的学生主要是适应性、人际关系和家长沟通的问题;高二年级的学生则主要是学习、恋爱的问题，高三年级的学生则以高考焦虑以及和家长沟通交流等问题。

从总的咨询看，取得了明显的效果，解决了来访者的心理问题。通过面对面的心理危机干预，积累了许多成功的案例，解决了许多学生的心理问题，避免了部分学生因心理问题而休学、退学、转学的现象，心理老师在为学生提供心理咨询服务过程中也始终贯彻全心全意为咨询者服务的宗旨，热情诚恳地倾听学生的困惑，认真负责地科学疏导，为处于危机中的学生提供及时的心理服务。

其次，开设心理健康教育课程。将心理学的基本常识直接引进课堂来实现心理健康教育知识的普及。今年，学校为高一年级的学生开设了心理健康教育课，并选择了合适的心理教育教材，同时，我们心理老师根据实践和我校学生的实际情况，每节课都围绕一个中心，对学生进行感情、意志及人际交往等方面进行指导，并运用故事法、情境法、角色扮演法、讨论等方法，在老师精心设置的轻松、愉快的情境中完成人格重塑、心理调适等。

再次，开展心理讲座，进行多种形式的心理健康教育。由于高三学生承受着高考的压力，每次模拟考试后，学生的信心受到打击，因此常出现考试焦虑，为了能让高三的学生顺利进行高考并考出好的成绩，心理辅导老师定期的为高三学生做一定的心理讲座，让学生重拾信心迎战高考。

最后，学校对心理健康教育知识进行了广泛的宣传。充分利用学校的宣传栏、校园广播等宣传心理知识，同时学校还组织了学生开展以心理健康为主题的主题班会，制作心理小报、黑板报等。同时，学校还组织我们心理学老师去参加贵阳市组织的各种有关心理健康教育的培训学习活动，让老师的理论知识和上课技巧都得到了提高。

本学期的工作到此就告一段落了，结合本学期的工作，我们在不断总结经验，争取在以后的工作中有更高的创新。

**20\_中学心理健康工作总结（篇3）**

一、加强教师自身修养，树立“身教”楷模

心理健康教育的目标是提高学生的心理素质，促进学生人格的健全发展。这一目标的实现，离不开教师。教师与学生朝夕相处，在向学生传授科学文化知识的过程中，在与学生的日常交往中，无时无刻不在以其自身的人格力量影响学生，教师的作用无处不在，不可取代的。教师的心理素质直接影响着学生心理素质的发展，影响着教育教学工作的成效。因此，我们首先阅读了什么是心理健康，如何维护自身的心理健康，如何保护学生的心理资源，如何对学生进行一般性的心理辅导等方面的书籍，还经常查阅《心理与健康》、《中小学心理健康教育》和网上大量的中小学生心理辅导的案例，有关心理健康的资料，并时时、事事、处处为学生作榜样，要求学生作到的自己首先做到。

二、坚持全面渗透，多渠道、全方位开展心理健康教育工作。

1、课堂教学方面。

课堂教学既是学生心理发展的过程，也是对学生进行心理辅导的大好时机，我校专门设立了心理教育课，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。无论是班主任还是非班主任都要根据课程的安排进行专题教育，同时抓好以课堂教学为主阵地的“心理教育工程”，充分发挥课堂教学主渠道的作用。通过教学中的创造性教育，发展学生的求同思维和求异思维，注意激发学生的探索欲望，培养学生的创新精神，提高学生的创造性思维能力。通过心理健康教育培养学生的心理品质。

2、班主任工作方面。

精心培育学生的创造性人格。在班集体建设中以发展学生个性、尊重学生为基础，建立民主、平等、和谐的师生关系和团结、协作、竞争的同学关系，营造创造教育氛围。通过组织主题班会、文体活动、校外社会实践活动，为学生提供参加创造性活动的机会，发挥学生的积极性和主动性，培养学生创造性人格品质。在这些实践中使班主任深刻体会到：心理健康教育有助于在班主任与学生之间建立和平、和谐的师生关系，为班级工作的开展、良好班集体的形成，创设了和谐、融洽的心理氛围。

3、以心理辅导室“心语小屋”为依托，扎实推进心理咨询。

我校的“心语小屋”主要为成长发展中出现心理困惑、心理困扰、心理不适应等一般心理问题的学生提供咨询和辅导，学校每星期一——星期五中午的1：00——2：00，下午4：00——5：00定时开放“心语小屋”，辅导员老师及时与学生进行心灵沟通，并做好个案记录。通过开展心理咨询活动，对学生进行个别辅导，使孩子们自己乐意地走进心语小屋，与我攀谈，说出他们的心声。有的是来扯扯家常的;有的是来说说自己的心里话;有的是来谈谈自己对家长、老师的看法等等。总之，“心语小屋”真诚、热情、认真地接待每一位来访学生，并给他们了以心灵的帮助

三、举办心理健康教育讲座、普及心理学知识

为了普及心理学知识，我们计划采用集体教育方式举办系列心理学讲座。本学年我们对教师进行了《如何保持心理健康》讲座;在学年的散学典礼会上我们对家长进行了《此时不罚胜有罚》，每月我们都对全校的学生进行了一次集体的心理辅导，内容有《如何培养学习兴趣》、《学会欣赏》、《如何与同学友好相处》、《正视差异，努力完善自己》、《“青春期心理卫生”》、 《同学交往有技巧》、《孩子心理健康的标准》、《千万别放弃》、《学会为别人喝彩》、《尊重他人就是尊重自己》。通过辅导，学生学会了正确认识与评价自我，对自己的优缺点有了清楚的了解，使学生对自己充满自信。在遇到问题的时候，不再是垂头丧气，而是比较快的调整自己，保持良好的心理状态等。

心理健康教育不是一朝一夕的事情，更多的时候是一种\"隐性\"的教育，是一种潜移默化的教程，其效果并不是立竿见影的，也不是心理教师一个人所能支撑的保护伞。要使心理健康教育朝着健康，科学，有效的方向发展，是每一名教师义不容辞的责任。我们还需要继续的去探索、研究。

**20\_中学心理健康工作总结（篇4）**

经过这一学期的适应、锻炼与培训，我对心理委员这一职务有了进一步的了解，对于如何当好一名心理委员有了一个新的认识，让我享受到付出的快乐。这些日子以来，同学们在互相学习中共同进步，在克服困难中体会着成长的乐趣，在互相影响中丰富着自己的内心世界，不少困难已经得到很好的解决，但不可否认的是我的工作也有不少问题，总感觉自己没有真正把工作做到每位同学，很多工作都还没有到位，但是我想我会努力的。

另外，我院的心理健康工作还在刚刚起步，处于探索阶段，这其中还会有很多困难，存在很多不足的地方，主要有：

一、领导，家长，同学们的重视不高

有的家长吧心理问题当作精神病看待，学校领导没有高度重视，校领导是否高度重视是关系全局工作的开展，领导不大力支持，不积极倡导，一味只关心教学，那么心理工作就不能有效进行。

二、心理健康教育还未形成

心理教师一个人的工作力度和可利用范围是有限的，以及一些特殊问题是需要同学们的多方支持和配合德。由于同学们对心理健康问题认识还停留在表面，甚至害怕别人的嘲笑，不想也不敢去与心理教师交流。

三、大的心理健康教育还未形成

心理健康教育不仅仅是开几次主题讲座，或是开设个别的咨询工作，它应该贯穿于整个教育教学过程中，学生应该从心理教育中获得相应收获，然后再把每一个潜能发挥在每一科教学中去，应力求学生在学习科学知识的同时，心理得到不断充实，素质逐渐提高，这样才能在校园内形成一个良好的心理健康氛围，学生们才能敞开心扉，互相讨论各自感兴趣的问题，只有在这样一个大的氛围下，心理健康工作才算是真正到位，落到实处。

总体来说，这一学期的工作完成地比较顺利，各项活动的开展也比较成功。但与学院的要求相比，我自身在工作当中还存在着一些不足：

1.没有充分和每一个同学进行沟通。

2.有一些工作计划，由于某些原因，也没有得到实施。

3.没有做到定期地开寝室心理互助员会议，商讨并征求他们的意见

4.缺少一些以“心理健康”为主题的班会。因为这是一种寓教于乐的形式，同学们可以自由的发言，气氛也会十分轻松，有助于增强同学们的自信心，同时还可以促进同学们之间的团结。

不过经过一学年的工作历练，以及各位同学的积极配合，对于心理委员的主要职责和工作，我已经十分了解。许多人认为这一职务无足轻重，不必太负责认真。但我却不以为然，一个人只有拥有健康的心理，才能正确的对待每一件事情，才能把每一件事情做好。因此，我依然会认真踏实做好心理委员本职工作。我知道，我现在的工作水平离上级的要求还有很大的差距，但我会不懈努力，缩小这个差距，相信我有信心也有能力当好这个心理委员。

**20\_中学心理健康工作总结（篇5）**

这一学期本人围绕学校的工作计划来展本学期心理健康教育的工作，开展基础教育课程改革，开发校本课程，完善心理健康教育工作，提高学生的心理素质，现在就一学期的工作进行总结。

一、心理健康教育课程建设

根据教育部《基础教育课程改革纲要》和《中小学心理健康教育指导纲要》的文件精神开发校本课程。在没有教材的情况，自行设计课程，编写教案。我校心理健康教育活动课在以往开展的基础上，对该课程积累了一定的经验，课程以活动课为主。

另外，有针对性地指导班主任和学生开展心理健康教育主题班会，内容涉及：指导学习方法，减少学生的考试焦虑，人际关系，学生之间的正常交往，增进班级团结。

从学生的反应上看，我校心理健康教育活动课的开展达到了预期的目的，即提高全体学生的心理素质，充分开发他们的潜能，培养学生乐观、向上的心理品质，促进学生人格的健全发展，受到了学生的欢迎和好评。

二、心理咨询

心理咨询室每周一到五下午5点到6点定时对学生开放，并不定时地做好预约咨询，据不完全统计，本学期学生的个体咨询次数有100人次。及时有效地解决了学生的心理困惑，消除了心理障碍，让他们恢复了正常的学习和生活，受到教师、学生和家长的高度评价，在社会引起强烈的反响。

针对咨询，作好记录，整理心理咨询档案，并做好每次个案与交流反思，来提高自身咨询技术水平。

三、自身专业成长

1、参加继续教育

作为一名刚刚接触心理健康教育的老师，为了尽快完成从角色的转换，适应教学工作，适应新课程改革，参加了如下继续教育：

利用视频学习、自主选择学习、结合平时班主任工作的实践与反思，进行了骨干班主任全员培训;蒋少玲老师参加了区的c证培训。

2、多听课、多读书、多交流

积极参与听课活动，开展教育教学和教研活动，同时还不断查阅相关的书本与资料，不断促进自身的再成长。进行教学反思，投身于教育创新实践，改革教学内容、方法、手段，积极探索教育教学规律，更新教育观念，提高教育能力。

3、读书活动

这学期，本人积极投入到我校的“书香校园”活动，先后共同学习了“变态心理学”、“心理咨询与心理治疗”、“团体心理咨询”、“催眠心经”、“催眠术手册”等20多本心理学专业书籍，并交流学习心得，研讨专业技术，达到专业成长。

四、今后思路

回顾昨天，我在这美丽的校园里留下的脚印，忙碌而充实。这一年里，在实践中摸索，在摸索中提升，在提升中成长，在成长中收获快乐。展望明天，过去这一切不会是我旅途的归宿，而是我充满挑战和希望的开始，以此为新的起点，更勇于探索和创新，加强交流，更加充实自己，取得更好的成绩，从而把我校心理健康教育工作推向一个新台阶。

**20\_中学心理健康工作总结（篇6）**

第一学期的教学工作康工作总结即将结束，回顾我校心理健康教育开始实施到逐渐步入正轨的过程，我们感到很欣慰。在本学期中，我们竭尽全力为广大师生提供最周到的服务，既得到他们热情的参与，也得到了他们最大程度的认可。

良好的心理素质是人的全面素质中的重要组成部分。心理健康教育是提高中学生心理素质的教育，是实施素质教育的重要内容，坚强心理健康教育，提高学生心理素质，使他们健康成长，这是历史赋予我们每一个教育工作者的历史使命。为此，我校09年依据中学是生理、心理发展特点规律，运用心理健康教育的理论、方法。以培养中学生良好的心理素质，促进他们身心全面发展为目标，开展了一系列的活动。

1、通过学科教育，班主任工作，德育工作及心理咨询等优化学生良好的心理素质，从而提高学生的心理能力教育和治理教育。

2、开展心理讲座，使学生能够普及心理健康基本知识，树立心理健康意识，使学生了解简单的心理调节方法。本学期为七年级女生做了一次专题讲座，让她们学会克服人际交往和生活中的困难和适应社会等方面的常识。另外针对初三学生面临中考的压力，进行了如何减压的讲座，使他们增强自信心，卸下包袱，轻装上阵，提高学习效率。

3、采取处处渗透的原则，普及心理健康教育。在教学中，渗透心理健康教育的原则、方法，使知识传授和心理健康教育有机结合起来，它不仅有助于提高课堂教学效果，更有助于学生良好的品质的培养和学习潜能的发展。

4、利用各种途径进行心理健康教育的宣传工作。

通过黑板报、红领巾广播站、橱窗展板等宣传途径，对学生开展心理健康教育，向学生宣传心理健康知识。让教师、学生、家长以及社会都来关注，一起参与。尽力使每一位学生都能够健康快乐地成长。

总之，在今后的教学工作中，我们将一如既往地把心理教学工作做好，不断有所创新，使我校的心理教学工作更上一个台阶。

**20\_中学心理健康工作总结（篇7）**

随着社会的不断发展，学生的心理素质越来越受到重视，时代要求我们不仅要培养出德才兼备的学生，更要求我们培养出身心健康的学生，因此，做好学校心理健康教育工作，关心学生身心健康发展、帮助学生提高心理素质、增强承受挫折能力是十分重要和必要的。下面就我校在心理健康教育方面的工作做如下总结。

1.做好心理健康教育知识宣传工作

学校有专门的心理健康教育宣传阵地，并且定期对黑板报的内容进行更换；充分利用学校广播站进行心理健康教育知识宣传。

2.开设心理健康教育课

心理健康教育活动课以帮助学生学习处理学习和生活中遇到的心理困扰为出发点，让学生学会自助。心理健康教育活动课以学生为主体，活动形式采取如辩论、情景体验、角色扮演、谈话交流等，让学生在轻松的活动氛围中去体会，并且让学生学会分享和交流，充分发挥学生的主体性、能动性和创造性。

3.对个别学生进行个体心理辅导

在学校心理健康教育工作中，个别学生在处理问题或者面对困难时，不能很好地调适自己心理状态，此时便需要运用心理学的理论和方法，通过言语交谈等方式，给予学生帮助和启发。

4.开展健康教育知识培训

为了增强学生对健康的理解，了解健康的生活方式，知道常见病的防治等相关知识。20\_\_年9月和20\_\_年11月分别进行了中学生健康教育知识培训。

5.开展心理健康教育讲座

为了让我校女生了解青春期的生理知识以及在青春期女生容易受到的伤害，让女生学会自我保护的方法，于20\_\_年9月开展了青春期女生健康教育讲座。

20\_\_年9月，为了让学生了解什么是留守儿童，留守儿童容易出现的心理问题，给学生营造良好的学习环境和良好的学习心态，针对初中生的性格和心理特点，如何预防早恋以及增强中学生的抗挫折能力等，我校开展了“六类生”健康教育活动，此次活动特别针对留守儿童和单亲家庭的孩子。

6.20\_\_年12月开展了暴力事件后的心理疏导，教会学生方法，对暴力事件后的消极心理和情绪进行调节。

一年以来，学校的心理健康教育关注全体学生的心理健康发展和成长，及时有效地帮助学生解决心理困扰。在学校心理健康教育这条路上，还需要一步步摸索，工作上要学的还有很多。

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