# 心理健康教育工作计划

来源：网络 作者：雾凇晨曦 更新时间：2024-06-16

*心理健康教育工作计划（一）一、指导思想：认真贯彻省、市关于学校心理健康教育的有关精神，根据小学教育的特点和小学生心理发展的规律，通过各种途径继续认真开展多种多样的心理健康教育活动和指导，帮助学生获取心理健康的初步知识，促进学生人格的健全发展...*

心理健康教育工作计划

（一）

一、指导思想：

认真贯彻省、市关于学校心理健康教育的有关精神，根据小学教育的特点和小学生心理发展的规律，通过各种途径继续认真开展多种多样的心理健康教育活动和指导，帮助学生获取心理健康的初步知识，促进学生人格的健全发展。

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，改进班主任方法，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。

二、主要工作目标

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、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。

三、具体工作

1、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，所以学校成立了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。优秀的师资队伍是开展心理健康教育的坚强支撑。本年度，继续组织教师参加心理健康教师资质认证。同时，将适时举办班主任心理健康教育讲座，缓解班主任心理压力，提高班主任自身心理健康水平。心理健康教师对学生的心理健康情况收集整理，定期以板报、广播等形式向全校学生进行心理健康指导。

2、全力推进心理健康教育。

要更新观念，要高度清醒地认识到，心理健康教育是提高广大学生心理素质的必要途径，是青少年学生思想道德建设的重要组成部分。学校将围绕市心理健康教育的主题是“和谐、阳光、快乐、健康”这一主题，开展系列活动。要进一步加强问题学生的结对帮教制度，落实帮教措施，建立结对帮教档案。

3、加强制度建设。

将心理健康教育课纳入教育教学计划；学校要定期开展心理健康教育的交流、研讨；把心理健康教育课的开展情况纳入学校教育德育工作的年度考核之中，并开展心理健康教育课评比活动；设立网上心理咨询室，为学生提供咨询辅导，设立心理信箱，组织全体教师参与心理健康教育工作。

4、学校心理健康教育的方式

（1）集体辅导。班主任利用心理健康课，根据本班的实际进行心理健康教育，为学生提供全面地帮助，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。另外，每月一次，利用国旗下讲话，对一些共性问题，由心理辅导老师进行集体心理健康辅导。

（2）心理咨询室。心理咨询室建设的环境布置考虑到了符合心理辅导的要求，还考虑到了儿童的审美特点，让学生一进门便喜欢它。每周二～周五的下午的15：10～14：05开放心理咨询室，接受以学生个体或小组为对象的咨询，由心理辅导老师负责。在心理咨询室内门外设有“心理咨询信箱”，以便个别学生羞于启齿，可以利用写信的方式进行咨询。

（3）个案教育。以智优学生、智力临界学生、模范学生、问题较多的学生作为个案对象，以本人知道或不知道两种方式研究。采用跟踪研究，合作的方式进行。

（4）博客互动。在我校网站上，心理辅导老师建立自己的博客，在博客中另开心理专题，欢迎学生、老师、家长等的咨询，这一形式的推出，可架起心理互动的桥梁，拓展心理咨询的对象、时间、空间，更为便捷、互动，有一定的实效性。

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、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。

总之，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教育，促进全体学生的健康发展，是我们的工作终极目标。

四、月份工作安排

九月：

1、对新生进行心理健康教育，帮助他们做好入学心理准备。

2、思品老师确定心理辅导内容。

3、心理咨询室正常开放

十月：

1、国旗下讲话，进行集体辅导。

2、对六年级学生进行心理小调查。

3、进一步优化学校心理咨询室内部环境。

十一月：

1、出刊学校心理健康教育专刊。

2、班主任心理健康专题辅导。

十二月：

1、迎接上级对学校心理健康咨询室的验收、检查。

2、国旗下讲话，进行集体辅导。

3、做好学年总结。

4、各类资料整理、归档。

心理健康教育工作计划

（二）

新的学期又开始了，新的一年，孕育着新的希望。假期中的读书学习使我感觉有一种激情在心中涌动，我要把这种激情化作动力，用务实的精神扎扎实实开展本学期的心理健康教育工作，促使学校的心理健康教育工作呈现出新的局面。为了更加有效的开展本学期的工作，为了自身得到更快成长，制定工作计划如下：

一、积极参加心理工作室开展的各项活动，不断提高心理健康教育技能和水平。

翟老师对每次活动都能精心组织，让我们高兴而来，满载而归；每次活动都能碰撞出思想的火花，丰富心理辅导的知识，提高心理辅导的技能，促进自我成长并获得成长的能量。我将克服困难，积极参加工作室组织的各项活动，保质保量完成工作室布置的各项任务。同时，积极为工作室出谋划策，做好各种服务和协助工作，为工作室的发展尽自己的一份力量。

二、加强理论学习，提高自身理论水平。

读书学习是促进自我成长的根本途径。本学期，我将精读《心理学》和《发展心理学》两本专业理论书籍，并做好读书笔记，使头脑中的理论知识更加系统化。学习理论的目的是用来指导实践工作，我将努力将所学知识与教育教学工作相结合，用理论知识来指导实际工作，提高工作的效率和效能。另外，“学而不思则罔，思而不学则殆。”在学习的过程中，我将结合工作实际积极进行思考，勤于笔耕，将工作中的感受和收获及时记录下来，写出至少一篇有质量的论文，争取能在报刊杂志上发表。

三、做好沙盘辅导的研究工作，不断积累工作经验。

本学期，学校对心理健康教育工作给予了有力支持，投资购买了沙盘和沙具，将建立沙盘游戏室。由于缺少实践经验，为了充分发挥沙盘游戏室的作用，我将做好以下几项工作：一是自觉加强对沙盘疗法的理论学习，丰富沙盘疗法理论知识，掌握基本的操作流程；二是向有经验的工作室成员学习，定期进行交流沟通，熟悉沙盘疗法的技能和技巧；三是鉴于师生和家长没有接触过沙盘，对沙盘知之甚少，甚至毫无所知。我将组织师生和家长知识讲座，让师生和家长了解沙盘的基本知识与作用，解除他们心中的神秘感，扩大沙盘疗法的影响力，并积极取得他们的信任和支持；四是在师生中征集玩具，不断丰富沙具的种类，增加沙具的数量；五是主动创造机会为师生、家长进行沙盘辅导，在实践中不断积累工作经验，掌握运用沙盘进行个体辅导、团体辅导和家庭辅导的技能和技巧。

四、组织学生开展心理体验活动，在学生心中种下愿意上心理辅导课的种子。

目前，学生对心理咨询和辅导仍存有一种戒备心理，仍感觉谁要去心理咨询，谁就不正常。为了帮助学生对心理咨询和辅导有正确的认识，本学期我将以六年级和七年级为重点，利用课外活动时间组织学生开展心理体验活动，让学生消除对心理咨询和辅导的神秘感和不正确的认识，让学生喜欢上心理辅导，接纳心理咨询，为今后心理咨询和辅导工作的开展奠定良好的基础。

五、组织知识讲座，传播心理学知识，扩大心理健康教育的影响力。

1、学期内组织两次教师心理知识讲座，一是关于教育中的心理效应，促使教师将这些心理效应运用到实践工作中，增强教育教学效果，促进学生的健康成长；二是挑选十个便于操作、容易掌握的心理游戏教给老师，尤其是班主任老师，帮助老师多掌握一些教育学生的方法和手段，逐步改变教师“说教”为主的传统教育模式，而代之以学生参与体验为主的体验活动。

2、尝试给学生举办学习方法知识讲座，帮助学生掌握科学的学习方法，调动他们的学习积极性，激发他们的学习热情，提高他们的学习效率。

六、学习组织学生心理社团的方法，做好心理社团的筹备工作。

一个人的精力和时间毕竟有限，需要做的事情又很多，我将尽自己最大努力按照计划完成各项目标，不断促进自我成长，为学校心理健康教育工作的开展尽微薄之力。

心理健康教育工作计划

（三）

学校心理咨询室是为学生提供心理服务的重要场所，是学校心理健康教育的重要渠道。随着社会经济的发展，学生心理问题逐渐增多，开展心理健康教育，建立和规范学校心理咨询室尤为重要。“蓝星集团公主岭市二中”本着先进的教学思想和“一切以学生出发”的信念，为了更好的完善学校心理健康教育，重新建设了我校的心理咨询室。我做为学校的心理咨询老师，在学校的领导下，将全心全意为学生服务，协助学校开创心理健康教育的新局面。

一、基础建设和常规工作

1、协助学校重新建设心理咨询室（建设方案见附录1）

2、做好校心理咨询室的宣传工作。充分利用校广播室、橱窗、网页等宣传渠道，做好学生心理健康的教育工作，扩大学校心理咨询室的影响。

3、在各班选取心理志愿者做为“爱心火炬手”（心理卫生员）。并做好简单的培训工作，使之成为与学生沟通的桥梁和纽带。

4、分阶段的开展心理卫生知识的普及工作。如高一新生的适应性调节，高考学生的压力调节，建立和谐的人际关系，如师生之间的关系，同学之间的关系，与父母之间的关系等，正确处理好各种关系。此外，还包括高中生心理发展过程中普遍出现的一些心理问题的调节。

5、以预防为主，掌握比较容易产生心理问题学生的资料。

6、做好面向学校学生，家长，教师的心理咨询工作。

二、采取措施

1、做好上级领导及德育工作的助手，对准备举办的活动及时请示，及时汇报，及时宣传，保证各项活动的顺利进行、

2、根据学校的实际情况，制定心理咨询室的使用原则。

3、有针对性的与班主任，家长和“爱心火炬手”保持联系。

4、工作力求到位，及时检查和总结（有书面材料）。

5、加强信息反馈，及时调整工作方法和思路。

6、协助政教处做好学生的日常管理工作。

三、本学期具体工作安排

工作初期：

1、协助学校完成心理咨询室的布置工作。

2、根据学校的实际情况制定出心理咨询室的使用规则，做好各种资料的收集和整理，心理咨询室的宣传工作和辅助的心理信箱的安放和使用工作。

3、心理咨询工作的正式开展、

工作中期：

1、开展心理健康知识的普及工作。

2、在条件允许的情况下，开展一些与高中生心理特点密切相关的讲座如“认识自己”、“异性交往”、“压力应对”、“和谐人际关系”和心理卫生课程。

3、可以进行一些以班级为单位的团体训练。如“相识团体”，“相知团体”，“生命团体”

4、组织好各班的爱心火炬手，在班级开展一些趣味的有意义的心理活动。

5、建立学生心理档案。

6、举办有关感悟人生（具体内容待定）的征文比赛。

工作后期：

1、做好本学期开展的心理活动的总结工作。

2、扬长避短，规划下学期开展的心理健康教育活动。

四、注意事项

以上活动基本上按制定计划执行，若学校、上级领导另有任务安排，则以学校、上级领导的要求来执行。

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