# 最新小学生心理健康教育(12篇)

来源：网络 作者：心如止水 更新时间：2024-07-31

*在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧小学生心理健康教育篇一心理健康教育，...*

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

**小学生心理健康教育篇一**

心理健康教育，顾名思义，重在关注孩子的心理健康。

透过观摩今天的两节课堂教学活动真是让我受益匪浅啊!

首先是席老师的“戴高帽”——《学会赞美》一下子就吸引了我，《学会赞美》一课是针对五年级学生，针对他们不会赞美别人或不喜欢赞美别人、肯定别人这一现象设计的，选题贴近学生的生活实际，整个教学设计层次清楚，衔接、过渡自然，环环相扣。席老师及时地引导，恰当、幽默的点评是整节课的亮点。比如学生赞美席老师的衣服漂亮时，席老师说：“你的眼光和我们校长的眼光一样好。”因为席老师所穿的衣服是学校统一定制的，学生听了席老师的话，脸上笑开了花，缓和了紧张情绪，更有利于后面活动的开展。席老师还给同学出了很多实用的好主意，无说教之词，学生很容易接受。

席老师以传递悄悄话的形式导入，活跃了课堂气氛，拉近了师生之间的距离(席老师不是本校的老师，上课前与这些学生不熟悉)，以一则“戴高帽”的笑话引入本课主题，通过给席老师、现场听课的老师、同学“戴高帽”，由近及远地引导学生说出赞美别人的角度及赞美的益处(既给他人带来自信，又培养了自己发现美的能力，促进同学间的友谊)。通过分析案例，使学生学会发现他人的优点，并以欣赏的眼光与其交往，学会真诚地赞美他人。最后，让每个学生通过写的方式赞美自己的同学，并将所写的内容送给所赞美的同学，由动到静，给了每个学生参与的机会。整个课堂真实，不造作，不夸张。如果在询问上台接受赞美学生的心情如何这一环节能延伸一下就更好了(刚上台时学生说紧张，老师问学生为何紧张;在学生听完同学的赞美后，心情平静，老师如果问一下学生，什麽力量使他平静就更贴近主题)。

其次是毕军晓老师的《谁最重要》，更是让我耳目一新。她先以所发卡片的颜色分组，极大地调动了学生的积极性。根据二年级孩子的心理特点，首先设计了欣赏故事《五指的争论》(老师运用了丰富的肢体语言)，以故事情景为引子，让孩子们听完故事谈感受，使孩子们认识到合作的重要性，并通过用一根手指拿篮球的实践活动使孩子们认识到在团队中每个人都很重要。毕军晓老师还设计了各种生动有趣的游戏，每个游戏都能使学生通过亲身体验，感悟到团队精神的必要性和重要性，使他们提高团队意识，如《传球》使学生初步认识到团队合作的重要性;《请举手》使学生认识到在团队合作中要顾全大局，有时要牺牲个人利益;《吃枣》使学生认识到在生活中与他人配合的需要。整节课老师在设计时注重活动性原则，让学生在各种活动中得到真实的心理体验和行为训练。本节课的教学目标得到了很好的落实，结束语很精彩，可以看出上课老师的用心良苦，而课堂上学生的表现也可以看出十分的有效。但此课个别游戏规则刚开始交待得不是很清楚，影响效果，也浪费了一定的时间，如果改进一下，效果可能会更好些。

两节风格不一的心理健康课给我留下了深刻的印象，现代的孩子们的心理健康问题已引起学校家庭的重视，作为教师，应该要做学生心理健康的导师。我们教育的目的是什么?是教会学生如何做人啊!不懂做人的道理，学知识又有何用?心理健康教育活动课旨在促进学生心理健康地发展，改善学生的心理素质，因此，在课程内容安排上必须以学生的需要为出发点，以学生的活动为主体，以灵活多变的形式、丰富实际的内容去吸引学生，提高学生自助和互助的能力。使学生在玩中有所收获、在玩中得到历练、在玩中促进成长。让我们的孩子不仅拥有健康的身体，更加拥有一颗健康、愉快的心灵。

**小学生心理健康教育篇二**

小学生心理健康教育是实施素质教育的一项重要工作。如何培养出心理素质良好的新时代人才是学校所面临的一个新问题，也是学生今后全面发展和有效接受完整教育的良好基础。

一、随着社会的重视，目前学校教育已慢慢成为学生心理健康教育的主战场

1.校园主环境建设

一流教育要有一流主环境建设，环境建设是学校心理健康首要任务。学校主环境，应以崭新面貌出现，尽可能地体现“新颖、整洁、明亮、美丽”的风貌。

2.校园文化建设

学校要通过开展各种艺术、文化、体育、学习名人等活动，提高学生兴趣，活跃学生身心，达到陶冶情操、美化生活、融洽师生关系的目的，改善学生心理环境。

3.学校校风、班风、教风、学风“四风”建设

学生的生理、心理、智力、能力等综合素质，在良好的校风校貌这个心理环境中能得到良好的发展。

二、小学生心理健康教育关键是教师

开展心理健康教育，不只是一两位专业教师的事，它还需要全体教师的重视和参与。不仅仅需要专业的心理辅导员上好心理健康教育课，更需要其他各科教师结合本学科特点，把心理健康教育的原则、方法充分运用到教学中，两者有机结合，确保小学生的健康成长，使学生的人格得到和谐发展。

教师不仅是学生知识的传授者，更是学生学习的楷模，他们的一言一行对学生都有较大影响。我认为为了学生的心理健康，教师还要做到：

1.教师要尊重学生

尊重学生包括尊重学生的人格，尊重学生的劳动，尊重学生的成绩，尊重学生的隐私……

2.每一位教师在上课时都应该时刻记得帮助学生保持良好的情绪

对学生要和蔼可亲，以诱发其良好情绪;善于观察学生情绪变化，及时排除不良情绪的干扰;创造生动活泼的教育教学情境，使学生乐于学习;发现并表扬学生的优点，给予不同方式的赞许，鼓励他们进取。

最后，引用美国斯塔顿所著的《小学生健康教育》一书中的一段话来说明：

如果孩子生活在鼓励中，他便学会自信。

如果孩子生活在容忍中，他便学会耐心。

如果孩子生活在赞扬中，他便学会自赏。

如果孩子生活在受欢迎的环境中，他便学会钟爱别人。

如果孩子生活在赞同中，他便学会自爱。

如果孩子生活在平等中，他便懂得什么是公正。

如果孩子生活在安全中，他便学会相信自己和周围的人。

如果孩子生活在友谊中，他便会觉得他生活在一个多么美好的世界。

**小学生心理健康教育篇三**

培养学生良好的心理素质―小学生心理健康教育的体会

现代社会关于“健康”的概念已超越了传统的医学观点，不仅躯体、生理健康，还应该精神、心理健康。心理健康是指个体心理活动在本身及其环境许可的范围内，所能达到的最佳功能状态。

当今社会竞争激烈，造成人们心理压力重，学生在这样的社会大环境下生存，面临升学压力，心理脆弱，心理压抑得不到一定的宣泄;再者，我国独生子女以自我为中心的问题也显得越来越严重;更甚者，由于家庭的残缺，如父母离异、丧父或丧母的单亲家庭，隔代抚养孩子等现象，都使孩子缺乏良好的生活帮教育环境。苏霍姆林斯基曾说过：“要关心儿童的生活帮健康，关心他们的利益和幸福，关心他们的精神生活。”就目前状况而言，对学

证明，只要给每个学生提供舞台，他们都可以成为出色的班干部。我们常常看到这样一种现象，打扫卫生时，有的老师往往帮学生甚至替学生扫地、抹桌、擦窗;办黑板报时，有的老师往往帮着学生设计、排版、画刊头、写美术字等，这种担心小学生‘小’做不好事而结果是，同学们分工合作，有的去找相关的板报资料，有的画画，有的写字，同学们兴致勃勃，板报很快就办好了。实践证明，只要放手让学生去做，他们会越做越好，学生在锻炼中不断增强了自信心理。

3、 在集体生活中感受自我培养自信。

培养学生的集体荣誉感，是一件十分重要的工作。让每一个学生都知道我是集体中的一员，那么他们就会自觉地爱护这个集体，时时刻刻想着为这个班集体争光。要不失时机地进行集体主义教育。每当班上在学校组织的活动中获得一点荣誉，我都会让学生知道，这个荣誉感来之不易，都凝聚着全班每个学生的心血和汗水。还要开展经常性的爱国主义教育。教育学生从小就热爱自己的祖国，给学生讲清楚，我们班是祖国的一个小小的分子，爱国就得爱我们班集体。平时从一点一滴的小事抓起，强化集体荣誉感意识。原来，教室和清洁区的打扫，非得老师督促不可，有的学生甚至逃避劳动任务。班上有几个调皮的学生如梁雨逃、卢帆等经常带零食到学校而且随手就丢。自从我让他们当了学校和班上的卫生协管员后，上进心越来越强，他们那些不良习惯都没有了，受他们的影响，学生懂得了自己是班集体的一分子，要自觉维护集体，都自觉地完成自己的劳动任务。现在，老师不在场，同学们也能认真打扫，班上的卫生工作经常受到学校的表扬。同学们不仅自己不随手乱丢乱扔，注意周围的环境，还监督别人，以防破坏周围环境。

二、 创设有利于学生心理健康发展的环境

1、 营造优美的校园环境。

学校是学生装的第二个家园，学生从学校中不知不觉地接受教育。因此，优雅、洁净、文明、舒适的校园环境能给学生“润物细无声“良好心理影响。我样今年开展了”劳造书香校园活动，全校师生利用课余时间开展阅读经典名著，写讯书笔记，制作精美书签，办读书海报等一系一列文化活动。样园里书画长廊、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。再加上校园里繁花点点，绿草茵茵，这些自然风景和人文景观无时无时刻不在触动着学生的感官，使学生受到了美的熏陶和道德的感染，在愉悦受到教育，自觉地形成一种积极向上的心态。

2、 创设育人情境，促进学生心理品质的优化。

**小学生心理健康教育篇四**

总以为心理健康教育就是心态放正，身体健康而已。却不知道《心理健康教育》对于人们如此重要，特别是做教师工作的。

学习了《心理健康教育》，懂得了改善自己的心理健康状况，不断地释放自己，从而去了解对方的心理，协调自己的人际关系，是自己得到身心的正常健康发展。

学习了《心理健康教育》，是我觉得心理健康教育工作应引起高度的重视，必须从学校入手。前苏联教育家苏霍姆林斯基说，教师不仅是学科的学员，也是学生的教育者，生活的导师和道德的引路人。这样一来，学校的心理健康教育问题是教师的心理健康要保证。其中，教师的心理健康标准必须具备一是热爱教育事业，胜任教学工作;二是有积极乐观的人生态度;三是具有健全的人格;四是较强的环境适应能力，有和谐的人际关系。教师的心理健康影响着学生的心理健康，还影响着自己扮演的角色。职业的特殊性要求教师的心里健康必须处于较高的水平。

而且，学校开设的心理健康课程是正确的选择，但是要落实到实处。心理健康教育的环境的选择和布置，学校的心理健康教师的专业化水平，不能表面化。学校的成人教育应定期培训家长的心理健康知识，做好学生生活、学习的心理健康保障。

学习了《心理健康教育》，我明白了教师的心理健康有双重方面的影响。教师的心理健康不但对教师的自身有影响，对学生的影响更大，直接影响着学生性格的发展。教师的情绪不好，就会影响课堂效果;教师的失误判断，学生会产生对抗和偏激的习惯，形成心理障碍。

学习了《心理健康教育》，我也明白了心理健康教育活动不是带有的指示性说教，而是强调学生的体会和交流，班主任对学生的心理健康教育工作应该常抓不懈，把心理健康教育的内容渗透到其他学科之中。只有学生的心理健康得到保证了，才能改善家庭关系，提高师生和谐的关系，从而促进学生的其他知识和技能的发展。

我作为一名教师，我庆幸自己学习了《心理健康教育》这门课程，及时的提高了自己的心理健康知识。本人真的是受益匪浅啊!

**小学生心理健康教育篇五**

拥有健康的心理是现代人必备的条件和基础，健康的心理是孕育良好素质的保障。叶一舵教授用生动的事例、准确的语言、高度的理论，丰富的内容、实践验证的标准给我们上了难得的一课，通过这次的学习，收获很大。

首先，我感觉教师具有健康的心理非常重要。教师完善的心理素质和人格，是构成良好师生关系的基础，是实施心理健康教育、情感教育的出发点和首要原则。教师的心理健康主要还是要靠自己的调整和维护。一个优秀的教师应该能够处理好两个方面的关系――既关注学生的心理健康，同时也重视自己的心理健康。优秀的教师在需要的时候能承受巨大的压力，但他绝不应让自己一直处于压力之中以至于身心俱损，影响工作和生活的正常进行。从心理学的角度来讲，教师这一职业是如今最“开放”的职业。他的工作得接受许多人直接或间接的检查和监督――学生、校长、教研员、学生家长、教育局等等，以至整个社会。所有的这些人和社会团体都认为自己对教师的工作有评价的权利。对于教师应该怎么做，应该是什么样的人，他们都有自己不同的观念和想法。仅仅是与以上提到的这些人相处就可能让教师产生焦虑，不管是正常的焦虑还是神经过敏性焦虑。并且，教师自己心里也有“一杆秤”，随时随地都在监督着自己的工作，甚至比别人更严格、更苛刻。因此，教师应该树立正确而且稳定的自我概念。包括对自己身体、能力、性格、态度、思想等方面的认识，是一系列态度、信念和价值标准所组成的有组织的认知结构，把一个人的各种习惯、能力、观念、思想和情感组织联结在一起，贯穿于经验和行为的一切方面。正确认识自己，客观评价自己，合理要求自己，了解并愉悦地接受自己的优点和缺点 ,不给自己设定高不可攀的目标。同时，个体因为对自己更加了解，由己及人，也就能够客观地评价别人，接纳并理解别人的错误和缺点，对世事中的不平、不满、不尽善尽美之处能处之泰然。这种心态对保持心理健康是非常有利的。教师应多学习，多接受新知识，以加强自身修养。教师也可以坚持收集有关他的教学效果和学生学习情况的资料。帮助教师提高教学水平，更清楚地知道是否达到了自己预定的目标。

教师对失败的看法是自我维护心理健康能力的中心因素。正因为教师是心理上“开放”的职业，失败和过错发生的机率就特别大。人无完人，每个人都会有错，每个人都会有失败的经历，关键是看怎么去认识和对待自己的失败。如果能从失败中吸取教训、总结经验，失败就是成功之母。而且能减少压力和焦虑的来源，更有利于自身的心理健康。比如，一个对自己的教学能力充满信心的老教师对学生家长和社会上其他人员对课程提出的不同意见会处之泰然。与教育界之外的人谈论关于课程的时候，他心态平衡，语气坚定，因为他知道自己是一个有能力的教师，他知道自己在说些什么。他清楚地知道，自己对问题的直接接触更多，因而对整个教育形式也就有更客观的把握。他从实际工作中建立起来的安全感不会受到影响。因为学生对他友好而不失尊敬，因为他帮助差生并真的使其成绩上升，因为他客观地知道教学中的失败是不可避免的。事实上，正是因为他能接受这些失败，并从中总结经验，才有如此大的心理能量来勇敢面对失败。教师应该正确的认识和评价生活中所谓的“失败”。也可以说是适时当一下阿 q。

教师在学生面前应控制自己的消极情绪，不把挫折感带进教室，更不要发泄在学生身上。教师觉得在工作中受到了委屈，很自然地容易把气发泄在座在自己教室里的学生身上，因为学生常常就是让他们受委屈的“罪魁祸首”之一。本来，适当地刺激一下捣蛋学生的自尊对矫正学生的问题行为可能是有效的，然而教师在情绪激动的时候很难把握好这一尺度，常常就可能伤害学生，也破坏了自己在学生心中的形象。如果教师是因为自己遇到了挫折而烦躁，并且因此而斥责学生，学生们是能够意识到的。他们不仅不愿再尊重教师，听教师的话，还可能会报复教师。如果不良情绪积蓄过多，得不到适当的宣泄，容易造成心身的紧张状态。这种紧张持续时间过长或强度过高，还可能造成心身疾病。因此，教师也应该选择合适的时候、合理的方式宣泄自己的情绪。情绪的宣泄可以从“身”、“心”两个方面着手。“心”方面如在适当的环境下放声大哭或大笑，对亲近和信任的朋友或亲人倾诉衷肠，给自己写信或写日记。“身”方面如剧烈的体力劳动，纵情高歌，逛逛街，买点自己喜欢的东西等等。还可以出门旅游，从大自然中使自己的情操得到陶冶。

不仅仅是教师，各行各业的人都正逐步认识到，心理治疗，不管是短期的还是连续的，都能帮助他们更愉快、更有效地工作。以前，一提到心理治疗，人们就会把它与精神病挂钩。但现在，人们越来越认识到，求助于心理治疗的教师是诚实、有勇气、愿意进步和发展的教师。要一个被心理问题所困扰的教师硬撑着低效率地工作是没有任何意义的，其结果很有可能是教师把他的消极情绪投射到他所教的学生身上，给学生的心理造成不良影响。现代社会飞速发展，新的知识层出不穷，要想靠在学校学习的十几年就学会人类经历了几千年的知识技能尚不可能，更不用说今天呈几何级增长的新知识。而教师是知识的传播者，是人类知识的代言人，因此，教师不断接受继续教育，学习新的知识，就成为必然之举。所谓“活到老，学到老”就是这个道理。教师如果不学习，就跟不上时代的要求，跟不上社会的发展，而青少年的好奇心强，求知欲强，特别喜爱并能接受新事物，这样教师与学生之间的代沟会越来越大，越来越深，学生还有可能会因此而不尊重教师。所以，积极的参加继续教育也是教师维护自身心理健康的一项重要措施。身为教师，只有不断提高自身的综合素质，不断学习和掌握新的知识，尽快适应新的教学观念，掌握新的教学方法，达到新的教学要求，才能寻求新的发展，也才能真正拥有心理上的安全感。教师不断地接受新知识，开拓自己的视野，也能使自己站在更高的角度看问题，以更平和的心态对待生活和工作中不尽人意之处，更少地体验到焦虑和挫折，对维护心理健康有重要意义。

其次，学生的心理健康也非常重要。心理学研究表明，每一个学生都有很大的潜能，都有可能成为优秀者，天才人物，主要是看后天的教育与影响。而我们作为教师，在平时的教学中应该注重发挥学生的潜能，为学生的发展创造必要的条件，让其充分的发挥出来。在课堂教学中，教师要注意观察学生的实际情况，有意识的培养学生的优势，并注意培养和克服学生的劣势。注意发挥学生的优势，可以促进学生的智力的开发，也要注意采取激励的办法，记得有位学者曾描述这样一个公式：学生的学习成绩 =能力×激励 ,让学生看到自己的优势均 ,自信心增强了 ,就会促进智力的发民展 ,对于后进生 ,我们更要坚持发挥优势的原则来处理问题 .,对后进生更应该要多看他们的优势 ,使用权其能够顺利发展。

通过此次学习，我感受颇深。要想真正做到为人师表，还要不断提高自己的人格魅力，使自己具有良好的性格、高雅的气质、卓越的才能、高尚的品质，真正成为学生学习的榜样。

**小学生心理健康教育篇六**

心理健康教育作为素质教育的重要组成部分受到了广大教育工作者的重视。小学生处在长知识、长身体的阶段，他们的心理品质还不成熟，一些学生由于自身、家庭的种种变化，学习压力的加重等原因，加上缺乏对自己的正确认识，导致他们产生不健康的心理。面向全体学生，让学生健康地成长，培养其优良的心理素质，促进其个性的和谐发展，健全其人格，使他们能夯实心理基础迎接各种挑战，这是每个小学教师义不容辞的责任。如何对小学生进行心理健康教育呢?我认为可以从以下几方面着手：

一、巧妙暗示，树立自信

自信是一个人对自身能力的正确认识和充分估价，这是一种良好的心理品质。自信的孩子热情乐观，不怕挫折，能凭坚定的信念和顽强的毅力去实现目标。但目前小学生较为普遍地缺乏自信，存在自卑的消极心理。先天生理上的缺陷，在班集体中的地位，学生之间矛盾冲突都可能使人产生自卑。这种消极心理的存在，使学生不能以正确的态度、平和的心态对待自己的不足。这种心理的形成主要是因为学生自己、家长或老师常常将其不足的地方和其他同学的优点相比较，而忽略了他们的长处。时间一长，他们总觉得自己不如别人，尤其是学习成绩不理想的学生，认为自己天生笨，努力也是徒劳，这种想法更要不得。因此，教师首先应转换评价角度，睁大眼睛，及时发现学生的优点及闪光之处。其次，教师应以各种方式，如一个真诚的微笑，一个关切的眼神，—句鼓励的话语，一句看似不经意的表扬等向学生巧妙暗示，让他们了解自己的长处，看到自己的能力，以克服自卑树立自信。再次，教师应指导学生正视自己，科学地一分为二地评价自己，让学生明白，别人有你羡慕的长处，你也有别人不及的优点。教师指导学生纵向比较，让学生看到自己的进步与不足，懂得失败乃成功之母的道理，学会正确面对失败。教师可让学生讲出自己最为难的事，帮助其找到解决的办法，使学生克服困难，体验成功的喜悦，树立“我能行”的信心。

二、传授方法，促进交往

肖伯纳说过：“倘若你有一个苹果，我也有—个苹果，而我们彼此交换这些苹果，那么你我仍然各有一个苹果。但是倘若你有一种思想，我也有一种思想，而我们彼此交流这些思想，那么我们每个人将有两种思想。”小学生的交往具有获得信息的功能，并且有利于学生的社会化。通过交往，他们不仅对自己有一个客观的认识，而且对别人也有所了解，既不惟我独尊，知道山外有山，人外有人，又不自暴自弃，懂得相互学习，合作交流。有的小学生常常遭遇交往失败，有时他们的言行并无恶意，但却不被他人理解和接受，而产生矛盾和误会。渐惭地，他们变得自卑、敏感、胆怯。因此，指导学生认识交往的意义，掌握交往的方法，积极主动地交往，对其形成健康的心理是很重要的。教师应告诉学生，与他人交往，首先要做到对人有礼貌，其次态度要真诚谦逊，豁达大度，懂得克制忍让，并注意聆听他人的意见，不搞恶作剧，不挖苦取笑别人。还有的小学生性格孤僻，抑郁内向，沉默寡言，不善交往，把自己圈在自我的小圈子里，或孤芳自赏，或自渐形秽，其实这样不利于他们的健康成长。对于这样的学生，教师要善于选择话题，多启发诱导，使他们敞开心靡，愿意与人交谈。同时，要创设团结友爱的班集体，用集体的爱感染他们，使他们体验到集体生活的快乐，逐渐变得活泼开朗，并尽快融入到集体生活中去。

三、善于疏导，培养情感

成长中的小学生随着知识积累的日益丰富，各种能力的不断提高，生理心理的急剧变化，情感体验逐渐丰富。但他们处于半幼稚半成熟时期，矛盾交织，他们的情绪情感还不平衡，不稳定，往往滋生不良的情绪、情感。教师首先应了解学生，尊重学生，经常和学生沟通，对学生的点滴进步予以关注。其次，教师要让学生知道哪些情绪、情感是好的，易被人接受，哪些情绪、情感是不好的，要控制消除。教师要指导学生正确认识心理现象，学习调节控制自己的情感，努力培养高尚的情感。教师应耐心地帮助学生分清积极与消极、乐观与悲观、自尊与虚荣、自豪与自傲等不同心理品质的界限，让他们通过合理释放，调节升华自己的情感，减少心理压力和紧张感，引导学生学会多方面、多角度看问题，胸襟宽广，能容人能容事，情感丰富。

四、组织实践，锻炼意志

具有良好意志品质的人，表现为有坚定的信念，勇敢乐观，自制力强，有坚忍不拔的毅力和百折不挠的精神。如今的孩子大多家庭富裕，生活安逸。即使有的家庭经济并不宽裕，但父母总觉得再苦也不能苦孩子，自己省吃俭用，对孩子的要求尽量满足。由于缺少锻炼，很多孩子“四体不勤，五谷不分”，娇气十足，不仅动手能力、自理能力较差，还普遍存在依赖性强，自制能力差，意志薄弱，做事易半途而废，缺少恒心和毅力等问题。

学校可组织开展丰富多彩的实践活动，使学生在活动中经受磨练，通过积极克服活动中不断出现的困难，进行自我约束、自我调节、自我教育，锻炼意志，形成自强不息、坚忍不拔的心理品质。公益劳动、军训夏令营活动、社会考察活动、春秋季运动会都是锻炼学生的好机会，学生在活动中成长，在活动中走向成熟。

**小学生心理健康教育篇七**

所谓健康，有很多人认为只要有强健的体魄就可以了。其实不然，在当今日益复杂的社会中，我认为不仅要身体健康，还要心理健康，二者缺一不可。所以今天下午的讲座，对于我们这些还很年轻的教师来说，是非常重要的。

师生关系、家长关系和同伴关系的不协调是导致当今中小学心理不健康的主要原因，其中师生关系是最主要的因素。而当前的应试教育导致了师生关系的异化，要克服这些我们应该做的措施就是调适好师生关系，按照人际关系中的互动的规律去做。其中，人类的心理适应最主要的是人际关系的适应，而人类的心理变态最主要的是人际关系的失调。

我们可以从以下这几方面去入手：首先是人际互动的心理规律是人偏好正性刺激，就是说无论什么样的人，都喜欢听好听的话，即使心理明白是假的、虚的，还是喜欢听。所以我们教师就要抓住这一特点在教学中做出相应的措施，比如赏识、赞赏。我们常说“好孩子是夸出来的”，就是因为赞赏可以改善机体气氛，有利于搞好儿童教育，提高教师的领导艺术，可以促进人的心理健康，但前提这些赞赏必须是真诚的、是被在意的，在教育教学的过程中才会起到事半功倍的效果。

其次就是自我性，通常情况下人都是在利益相关的时候为自己考虑的多一些，不过这也是人的一种正常的心理现象，还有就是在某种情况下会出现嫉妒之心，这是很不好的心理不健康的表现，所以我们教师在平时的教育过程中，及时地观察了解学生，尽量避免这种现象的发生，否则有的后果会很严重。还有一种就是就是羡慕之心，这是产生在一种美好基础之上的。

还有就是心理归属感。无论是什么样的人都很惧怕孤独、希望能够远离孤独，尤其是差生，作为老师我们应该及时地关心他们，让他们感受到班集体的温暖，自己也是这个班集体中不可缺少的，从它的闪光点出发，逐步建立他们的自信心。使他们不觉得孤独。我们每个人都一样都希望自己的情感被共享、被分担，同时也希望自己在不幸或遇到困难的时候能有人相信。

之所以我们经常听到现在有很多学生跳楼自杀的、离家出走的、误入歧途的这些悲剧发生。我也在想如果我们这些教育者能够及时地去从心理健康教育的角度去多关心他们、去教育他们，也许就会减少这些悲剧的发生了。

通过今天上午李教授的讲解后，让我明白，学生出现逆反、任性等问题，是由于多种原因造成的，并非故意和老师作对。而且，出现问题的孩子正是需要我们的包容和帮助，我们老师不应该嫌弃他们，就像医生不能嫌弃病人一样，要真诚地帮助他们。当我们把问题学生当成一个个研究对象“对症下药”时，就会觉得有乐趣在其中了。我真得很庆幸能够有这么好的机会去学习，给我今后的教育教学工作带来了很大的帮助，所以在最后几天的学习中，我一定会好好珍惜的!

**小学生心理健康教育篇八**

一、指导思想：

认真贯彻落实中共中央关于《加强未成年人思想品德教育》和教育部《心理健康教育指导纲要》的有关精神，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，在学校的全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、工作目标：

1.加强心理小辅导员的管理，利用“心理减压站”社团，使我校的心辅工作上一个台阶。

2.在学校网站开设版块，提供心辅的空中平台，对少数有心理困扰或心理障碍的学生，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，增强自我教育能力。同时接受学生家长的咨询。

3.加大宣传力度,提高“你心我知”心理广播的质量。

4.加强师资培训，积极参加上级部门举办的各类培训班，提高教师的心辅水平。

5.继续开设好心理辅导活动课，让心理辅导促进未成年人思想品德教育。

6.开设团体辅导观摩课，加强研究，提高实效。

7.撰写个案、论文，注重资料的积累。

三、具体工作：

队伍：建立以校长为核心，以德育教导为分管领导的心理健康教育领导小组，和全校的教师(特别是班主任)组成强大的师资队伍。目前我校已有1名教师通过了新区心理咨询的培训，并获取了相关证书。本学期我校将加大教师的培训面，积极组织教师参加区心理辅导中心举办的各类辅导班，提高师资水平。我们将请心理健康教育专家到我校作专题讲座，争取使我校的心理健康教育工作早日上台阶。

团辅：在前几年我校开设团体心理辅导活动课的基础上，今年的3年级开设此课，每周每班开设一节，期末上交教案。组织校内的研究课，并组织参加片里的观摩课。经常吸收反馈，提高心理辅导活动课的实效性。

个辅：继续建立对学生个别心理辅导的接待制度，在每周一到周五中午的11：50——12：50为个别心理辅导开放时间。作好情况记载并作资料保存。心理辅导员每月定期进行心理辅导的交流与分析，不断提高业务水平。

宣传：今年为了加大我校的心理健康教育的宣传力度，增加了三块宣传阵地。一块是利用每周二的谈话课时间开设“你心我知”的专题广播，到时将播送学生学习上、生活上、人际交往等方面的心理问题，案例分析等。

第二块宣传阵地是辅导站与工会结合，利用工会的板报进行这方面的宣传。利用家长会和家长学校对家长进行有关方面的宣传。第三块是通过学校网站不定期地提供心理辅导方面的信息，接受学生、家长等的咨询。

常规：班主任作好每学期1位学生的个案分析，撰写心理健康教学论文，每学期至少一篇，期末上交。积极组织教师参加区举办的相关论文比赛。注重资料的积累，在校学生进行心理素质测验，建立心理健康档案。

**小学生心理健康教育篇九**

近年来，小学生心理健康逐渐引起教育者以及全社会的重视，随着改革的不断深入，我国的社会结构在发生着急剧的变化，给学生造成的心理压力越来越大。面对学业上的压力，师生、同学之间的冲突和摩擦，以及父母过高的期望，学生心理承受力显得十分脆弱，一旦遇到挫折，常出现失常或过激的行为，有的甚至走向极端。据我国学者对几座大中城市的小学生的调查显示，有13%的小学生有心理和行为问题，且有上升的趋势。这一现象表明，当前学校应加强对小学生心理健康教育。

而在学校里，教师与学生接触最频繁的。不但对学生的学习情况熟悉，而且对学生的思想、道德、行为等情况熟悉，能及时帮助学生解决学习、生活中的困惑，是学生最佳的“心理医生”。我们为师者应提高自身的素质，在教育活动过程中，我尝试着从以下几方面入手：

一、个案基本情况

叶俊辉从我接手以来，由于皮肤比较黑，我们都觉得他有点像“包公”，但他却没有遗传“包公”的“正经”。下课总是到处乱跑、上课总是坐不好。好像凳子上布满了钉子，一坐定就痛。更可恶的是，他上课老搞小动作、走神、拿同桌的东西、有时甚至特意在课上冒出一两句话引起哄堂大笑，严重影响到同桌及周围同学的正常听课。下课还打架，不是打这个，就是骂那个，投诉他的同学可从来没有停止过。但他也有闪光点：头脑灵活、接受能力强，反应能力快，是一位聪明的小男孩。于是，老师的责任心促使我暗暗下了决心：让他从野孩转变成乖孩，这对他自己、对同学都大有好处!

二、调查研究，查明原因

经过家访，与家长交流;再加上平时细心观察他与同学的交往、与他本人谈话中了解到：

1、家庭原因：无人管教

一个问题学生的背后会有一个问题家庭：

他在家是没有管的，他爸很忙，整天不在家，妈呢?每晚都出去玩，不是看篮球赛就是打麻雀或做什么其它的，所以他晚上常被寄养外婆家，当外婆家的人叫他做作业时，他就会骗他们说：“早就做完啦!”“今天很少作业，迟点做也不迟!”……但第二天还是一样没交作业。曾因为作业问题，我和他的妈妈反映过情况，她妈却说得很好听：“有这样的事吗?不会吧?我每天问他，他都说作业做完了!”“我每天晚上都要他把作业交给我检查的!” 最让我生气的是，每当我与他的家长沟通时，她都显示出很重视的样子，还说：“只要他有什么情况尽管跟我说，我一定会教育他的。”但结果第二天还是一样!典型的“说一套做一套”家长：对孩子漠不关心、放任自流。

2、自身原因：自制力差

据老师和同学们平时对叶俊辉的观察个了解，叶俊辉同学的学习习惯比较差，爱动，爱讲话，经常管不住自己，不仅是在数学课上，其他课上他也如此。他的这些行为正是缺乏自制力的表现。

3、老师原因：简单处罚

叶俊辉由于调皮捣蛋，被投诉的次数可以说是十个手指头都数不清。老师也自叹黔驴技穷，便罚他站壁角：“好好站着，好好反省，放学再回家”。起初，还站得挺好，过没多久，就开如自得其乐了。老师看见了呢，就立得笔直，做深刻反省;老师一转脸，瞬间换了副面孔——一会儿跟同学挤眉弄眼;一会儿踮起脚来东张西望;一会儿哼哼唧唧。可见，这种简单处罚对他已经毫无效果了。

三、对症下药，实施措施

(一)、从家庭入手

人创造环境，环境也创造人。环境对于孩子的影响，正如鸡蛋与温度。没有适宜的温度，鸡蛋永远也变不成小鸡。

1、榜样的原则。以身作则，身教重于言教，这是家庭教育的最主要的原则之一。俗话说：欲教子者先正其身。这是告诫做父母的要严格要求自己，时刻不要忘记旁边有个正在成长的以你为榜样的孩子。我与叶俊辉的家长约法三章：多花点时间和精力在孩子身上，改变他的不良习惯!。

2、教育一致性的原则。儿童的健康成长是学校、家庭和社会诸方面教育共同影响的整体成果。如果各行其事，彼此矛盾或互相抵消，教育是不会成功的。家庭教育也是如此，不但要密切配合学校和老师的教育，使其取得一致。我与叶俊辉的家长约法三章：出现了问题就尽量寻找方法去解决，而不是只把责任推给老师，而自己作为家长则无动于衷!

(二)从学校入手

自制力是儿童善于控制和支配自己行动的能力，是一种重要的人格特征和心理素质。它可以克服任性、多动的毛病，逐步形成自我控制自我约束的意志和能力，有助于孩子的成长与今后的不断发展。针对叶俊辉自制力差的特点：我常找这个孩子单独谈话。在谈话中，我肯定了他的优点，告诉他，他是个思维活跃的孩子，老师非常喜欢他，可就是在课堂上有时有点控制不住自己。如果，他能坚持改正这个小缺点的话，你一定会成为一个优秀的孩子。老师期待着他的表现。孩子有点不敢相信、但又有点欣喜地答应了。而当课堂上他再开小差时，老师一个带着微笑的眼神，或者是凑到他耳边低低讲几句话，他马上就认识到自己的错误，带着腼腆的笑容，改正了。

对于叶俊辉的“投诉”，我知道，简便罚站对于他来说已经失效了。真可谓“特殊人物”特殊“处理”!记得有一次：下课铃刚响不久， 报告的学生又来了，“老师，小黄和小罗又打架了，而且比上次更凶，小罗流鼻血啦。”听了一学生的汇报后，我马上来到现场。小黄抽泣着说：“是他先打我的，我就打他”。听了这话，我强忍怒火，心平气和地对肇事者竖起了大母指：“打得好!打架是锻炼身体的最佳方法，你们看小罗长得多结实呀!”围观的同学哈哈大笑，小罗也掩饰不了他调皮本性，做了个不以为耻反以为荣的鬼脸。我接着把小黄拉到一边，再进行批评教育：“你不要以为自己就没错了，他是错第一，你是错第二，因此，你也要罚。不过现在给你机会，你马上想办法与小罗和好，等会两人手拉手地来向我认错，两人就免罚了。”小黄马上转身向小罗走去，我也回来办公室。大约15分钟后，两人真得手拉手，蹦蹦跳跳的来找我了，后来可想而知，肯定是皆大欢喜，我认为宽容他们就是宽容自己吧?俗话说：“宰相肚里能撑船。”宽容大 度是一种长者风范、智者修养。当你怒气冲天时，切记“人无完人，金无足赤”。对于学生之间的小问题、小纠纷，不是要不要管的问题，而是怎样管的问题。教育无小事，事事关乎着一名学生的情感。当我们用心去教育自己的学生，得到的却是一代人思想的进步和升华。面对学生犯错时，如果能用一颗宽容的心去对待孩子犯的过错，无声胜有声，让学生自我纠错、排除孩子之间的纠纷。这样就会有意想不到的收获。

四、个案的教育效果

通过家长、同学、老师的努力，俊俊的自我控制有了明显增强，注意力也比较集中了，学习节奏加快了，也掌握了一定的自学方法，作业书写认真，特别是抗干扰能力，已初步形成，学习也有了较大的进步。

五、个案教育引发的思考

教育无小事，事事皆育人!每个孩子有每个孩子的特点，我们老师要便扮演好“心理医生”的角色，培养学生良好的心理素质和健康的人格。要有一颗阳光之心，把它的光和热洒向每一个孩子，可造就一个生机盎然、绿意蓬勃的美丽世界，让孩子能更健康地成长!

**小学生心理健康教育篇十**

一、指导思想

本学期将认真贯彻学校心理健康教育精神，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小型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。

二、具体目标

1.利用现有的心理健康的环境，注重学生心理辅导，做好学生心理咨询工作。

2.重视未成年人心理辅导站的常规建设，努力发挥心理活动室的作用，进一步在全校做好宣传、发动、普及、教育等工作。

3.利用心理健康广播、心理辅导及手抄报等方式，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。

4.充分利用班队会加强对学生的心理健康教育。

三、主要工作

(一)加强教师队伍建设，提高自身素质

1.组织教师学习有关心理健康教育资料，进一步提高认识，充实自我，掌握基本的心理辅导知识、方法、形式等，并提倡全体教师在自己的工作实践中运用心理知识及教育方法，不断丰富自己的教学策略，提高教育教学水平。

2.继续通过家长会组织学习学校心理健康教育的有关内容，使家长逐步认识到对学生开展心理健康教育的重要性，不断地提高家长对学生进行心理健康教育的素质。

(二)认真做好学生心理辅导及心理咨询工作

1.加强心理咨询室的常规建设，做好学生心理咨询工作，并能有所侧重地进行跟踪调查，建立心理档案。咨询途径：(1)学生自愿前往咨询;(2)班主任老师推荐;(3)辅导老师访谈。

2.开设“心灵信箱”，对个别学生进行有针对性的辅导。

3.全校开展跑操活动，调节呼吸，强健身心。

4.对全校学生进行心理辅导知识讲座。

5.在家教指导活动中，举行专题讲座，让心理健康教育走进千家万户，使家校教育形成合力，促进亲子沟通，进一步提高学生的心理素质。

6.积极发挥课堂主渠道作用，各班班主任要利用晨会、班会进行心理健康教育。

四、具体工作

结合我校实际，主要通过以下途径开展心理健康教育：

1)以课堂为主渠道，围绕市级课题《综合评价背景下的学生身心健康教育研究》进行探究，将心理健康教育渗透在各学科教学中。

2)每个班级每月开展一节心理健康课(或活动)。班主任根据本班的实际和心理健康课本进行心理健康教育。

3)开展心理咨询和心理辅导。

4)办好“心灵信箱”，以便个别学生表达宣泄，利用写信的方式进行咨询。

5)以“点”带“面”，利用学校广播站、黑板报为宣传阵地，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。

6)加强家校联系，优化家庭教育环境。

全学年重视学生心理健康教育，利用一切资源开展学生心理健康教育，促进全体学生的身心健康发展，在潜移默化中实现师生共同成长，促进校园的和谐发展，是我校心理健康教育工作的终极目标。

**小学生心理健康教育篇十一**

如果一个学生对自己不能正确估价，在一定意义上可以说，自己不“认识”自己。苏东坡“不识庐山真面目，只缘身在此山中”的诗句是很有道理的。

心理学研究表明，小学生不能正确认识自己的主要原因是心理上的片面性和表面性。片面性和表面性的心理常常使一些同学偏激，喜欢怀疑和争论，缺乏虚心请教精神，非常自信，行动上带有一定的盲目性。他们中间有的看问题总是抓住一点就肯定一切或否定一切，要么好的不得了，要么坏的一无是处;有的则把教师、家长对他们的教育和忠告视为对其独立性的一种限制，因此往往听不进去，并在心里上产生反感。无数事实证明，不能正确认识自己的人，就好比是“盲人骑瞎马”，很难办成大事。

民间有“当事者迷”的说法，这不无道理。要使学生不“当事者迷”，能正确认识自己，教师和家长应帮助他们学会实事求是地对自己的能力、特长和不足之处进行客观判断，多听听别人对自己的真实的评价，这样把两方面的情况结合起来，就能比较准确地认识自己。同时，还应学会自我控制，学会辩证地认识自己，即自己既不是完美无缺，也不是一无是处。在肯定自己的优点，发扬自己的长处的同时，应努力改掉自己的缺点，克服自己的不足。可能的话，还应多参加社会实践活动，在实践中获得经验，学会进行自我教育，自我调节。

再一个就是经常严格地审视自己，既不自我欺骗，也不放纵自己，对自己的言行要有一定的约束，克服心理上的偏激。

常言说得好：能正确认识自己的人就是聪明的人。如果我们的小学生都能学会认识自己，勇于创新不断进取，那么将来伴随他们的一定是成功。

做为小学老师，我们应该抓好小学生的心理健康教育，对他们做正确的引导，帮他们树立正确的人生观，价值观。

**小学生心理健康教育篇十二**

心理健康教育在现代社会的教育中越来越重要。如何开展心理健康教育，开展成功与否，是学校教育的重要一环，下面就我在心理教育方面的几点心得：

一、抓认识提高，明确心理健康教育的重要性。

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受到了极大的影响。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，所以小学生很少易发生心理行为偏差。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置之不理，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，我们全校上下形成共识：要下足功夫，正视心理健康教育，促使学生的健康发展，健全他们的人格，为21世纪培养合格的人才。

二、抓学科渗透，扎实推进心理健康教育。

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。我们严格按照上级要求，开设上好心理健康课的同时，要求教师在各科备课时注意挖掘心理健康教育的教育因素。思品课，抓好心理疏导的教育;语文课，以教材中大量的优秀文字形象，从这些人物身上体会和感悟良好的心理素质;数学课中研究重点是观察、注意、思维、记忆等心理活动;英语课则要求创设宽松、和谐的课堂气氛，增强学生学习信心，使之敢于表现自我，增强学生群体交往意识，发展能力和个性;音乐、美术等以培养学生良好的情感体验，给人以美的熏陶方面的心理健康教育。在各学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。

三、抓课题研究，从细处着手抓好心理健康教育。

探索了一系列针对小学生的关爱教育的内容及途径，探索并形成了优化学生情感体验、人格发展的一系列的方式方法。主要是在教师以身示范下，对小学生开展“关爱自己、关爱他人、关爱社会”三个方面的教育。通过开展主题活动，抓陶冶、抓体验、抓渗透等展开教育，我们明显感觉到学生的心理素质、道德情感得到不同程度的提高、优化。在校内、班级中师生之间、同学之间互相关爱、团结帮助蔚然成风，在各种学习活动中，学生合群，积极参与，团结协作，自尊自信，创新精神等得以充分体现。在家中，社会上，学生都能从小事做起主动关心、爱护、帮助他人，富有同情心。多次主题队活动的开展，使学生受到教育的同时，自身的能力不断得到提高，心理素质明显加强。

四、抓家庭教育，引导学生家长关心子女的心理健康。

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。有些父母认为孩子长得壮，不生病就是健康，这是不全面的认识。事实上，有一些青少年身上存在心理障碍，如说谎、无理取闹、妒忌、自卑、不合群等行为。然而，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，并在学校上对家长开展如何对子女进行心理健康教育的讲座，引导家长科学地教育孩子，从而培养孩子关心社会、关心他人，培养他们的责任感、独立性和自制力，养成乐观进取的精神。

总之，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。

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