# 心理咨询工作计划内容(十五篇)

来源：网络 作者：红尘浅笑 更新时间：2024-08-26

*光阴的迅速，一眨眼就过去了，成绩已属于过去，新一轮的工作即将来临，写好计划才不会让我们努力的时候迷失方向哦。写计划的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？那么下面我就给大家讲一讲计划书怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。心理咨询工作计划...*

光阴的迅速，一眨眼就过去了，成绩已属于过去，新一轮的工作即将来临，写好计划才不会让我们努力的时候迷失方向哦。写计划的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？那么下面我就给大家讲一讲计划书怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

**心理咨询工作计划内容篇一**

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和老师的个体咨询和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。

针对师生心理发展的需要积极开展心理讲座，协助班主任对学生进行的心理健康教育。心理讲座是有效的心理教育途径，特殊的空间和环境能起到积极的放大式的教育效果，互动与沟通多种思想的融合是讲座的优势，所以应该加强校园心理讲座。

(1 )针对各年级学生特点开展心理教育。

(2 )从学生的心理特点、心理发展规律、心理诉求等进行介绍和讲解，促进师生关系的改善，促进和谐班级建设。学校心理咨询室是为解决学生的心理问题服务的。

本学期的具体工作安排：

1.综合运用多种辅导形式，以个别辅导和团体辅导为主，以点带面。

2.利用各种宣传手段，普及心理保健常识。让广大学生懂得日常心理自我保健，并增强心理健康意识。

3.接待登记制度。值班教师做好值班接待记录，便于总结工作和定期检查。

4.建立学生心理档案，更好地、更全面地记录学生情况，并做好保密与保管工作。

心理咨询室开放时间：周一至周五中午11:00—2:00

心理咨询的主要方式有：

1 、个别咨询;

2 、邮件咨询;

3、书信咨询。

**心理咨询工作计划内容篇二**

在上级教育思想的指导下，以“尊重学生，服务学生，发展学生”为指导，以提高学生心理素质为目标，做好学校的心理健康教育工作，从而更好服务学生，促进全体学生心理健康发展。

（一）、做好学生日常的心理咨询服务。

1、做好学生日常的心理咨询服务工作，每天开放心理咨询室，做好学生和教师的来访接待和咨询工作。对于问题较明显的学生，坚持个案的跟踪，及时与家庭联系。（心理咨询室开放时间：上午：8：00—11：00下午2：30—5：30，心理辅导老师有吉老师老师、政教主任及各班主任）

咨询途径：

（1）学生自愿前往咨询或团体咨询

（2）班主任老师推荐

（3）辅导老师访谈

2、设立“心灵之窗”信箱，做好学生的心理咨询和心理训练工作。

3、本学期开设一期“心灵之声”广播，对全校学生进行心理辅导知识讲座。

4 、开设心理咨询网站，随时向学生开放。

（二）、开设心理辅导讲座。

本学年，主要通过书籍和网络来充实心理健康教育的相关知识，结合青春健康教育、人际交往、学习焦虑、压力行为习惯等内容，通过多媒体教学，开设心理辅导讲座，积极为学生提供知识指导和帮助。

（三）、认真做好心理咨询室来访者的记录工作。但对咨询案例的情况要进行保密，不得任意传播，以免给学生带来的心理压力。

（四）心理辅导老师要认真学习心理健康教育的相关知识，在缺少专业书籍的情况下，主要通过网络等媒体来充实相关知识，为做好心理咨询工作打下坚实的知识基础。

（五）加强同兄弟学校心理健康教育者的联系，为自己做充电准备。

拓展阅读

说明：以下内容为本文主关键词的百科内容，一词可能多意，仅作为参考阅读内容，下载的文档不包含此内容。每个关键词后面会随机推荐一个搜索引擎工具，方便用户从多个垂直领域了解更多与本文相似的内容。

1、心理健康：心理健康是指心理的各个方面及活动过程处于一种良好或正常的状态。心理健康的理想状态是保持性格完好、智力正常、认知正确、情感适当、意志合理、态度积极、行为恰当、适应良好的状态。受到遗传和环境的双重影响，尤其是幼年时期的原生家庭的教养方式，对心理健康的发展影响甚大。心理健康突出在社交、生产、生活上能与其他人保持较好的沟通或配合，能良好地处理生活中发生的各种情况。个体能够适应发展着的环境，具有完善的个性特征；且其认知，情绪反应，意志行为处于积极状态，并能保持正常的调控能力。在生活实践中，能够正确认识自我，自觉控制自己，正确对待外界影响，从而使心理保持平衡协调，就已具备了心理健康的基本特征。心理健康的基本含义是指心理的各个方面及活动过程处于一种良好或正常的状态。心理健康的理想状态是保持性格完美、智力正常、认知正确、情感适当、意志合理、态度积极、行为恰当、适应良好的状态。与心理健康相对应的是心理亚健康以及心理病态。心理健康从不同的角度有不同...头条搜索更多关于咨询工作计划

2、咨询：咨询（consultation）意思是通过某些人头脑中所储备的知识经验和通过对各种信息资料的综合加工而进行的综合性研究开发。咨询产生智力劳动的综合效益，起着为决策者充当顾问、参谋和外脑的作用。咨询一词拉丁语为consultatio，意为商讨、协商。在中国古代“咨”和“询”原是两个词，咨是商量，询是询问，后来逐渐形成一个复合词，具有以供询问、谋划、商量、磋商等意思。作为一项具有参谋、服务性的社会活动，在军事、政治、经济领域中发展起来，已成为社会、经济、政治活动中辅助决策的重要手段，并逐渐形成一门应用性软科学。...搜狗搜索更多关于咨询工作计划

3、工作计划：工作计划是对一定时期的工作预先作出安排和打算时，工作中都制定工作计划，工作计划实际上有许多不同种类，它们不仅有时间长短之分，而且有范围大小之别。从计划的\'具体分类来讲，比较长远、宏大的为“规划”，比较切近、具体的为“安排”，比较繁杂、全面的为“方案”，比较简明、概括的为“要点”，比较深入、细致的为“计划”，比较粗略、雏形的为“设想”，无论何种称谓，这些都是计划的范畴。由于工作竞争激烈，为了满足社会的生产力，不得不提高工作效率，与此同时工作的步伐就加快了，为了使步伐的加快不影响正常的秩序，这时就得提出一种计划。创新落地是我们的工作目标。无论是单位还是个人，无论办什么事情，事先都应有个打算和安排。有了工作计划，工作就有了明确的目标和具体的步骤，就可以协调大家的行动，增强工作的主动性，减少盲目性，使工作有条不紊地进行。同时，计划本身又是对工作进度和质量的考核标准，对大家有较强的约束和督促作用。所以计划对工作既有指导作用，又有推动作用，搞...搜狗搜索更多关于咨询工作计划

**心理咨询工作计划内容篇三**

20xx~2024学年第二学期心理咨询室工作计划 本学期阳光咨询室将根据我校各类学生的实际情况，有针对性开展各项活动，加强学生心理健康教育，推进素质教育，构建和谐校园。

本学期重点工作为，逐步完善心理健康制度建设，开展心理委员的月汇报制度；面向全校学生开展团体辅导课和心理健康教育课；以心理健康月为契机做好心理咨询的宣传和推广工作，具体工作如下：

1、规范班级心理委员的工作职责，班级心理委员每学期常规工作要做到三个“1”。 班级心理委员作为第三级心理教育网络体系，是最贴近学生的群体，最容易发现问题，要充分发挥好班级心理委员的积极作用，从而能够更及时地发现问题，有针对性地开展工作，使得心理健康工作深入每个班级，关注到每个学生。心理委员一方面要要积极参加学校组织的心理委员健康知识培训。另一方面要做好三个“1”的常规工作：

（1）每学期在本班举办提高同学心理素质的活动至少1次。

（2）每月完成心理信息月汇报表1次。

（3）每周与学生谈心1次以上。

2、进一步宣传《昆山学院学生心理预警与危机干预暂行办法》，加强生命教育。 本学期拟针对班主任、班级心理委员各举行一次学生危机干预讲座。学习危机识别与评估方法、预防与预警的应对预案，有效防止心理危机事件与极端事件。

3、科学规范地建立学生的心理档案。

在上学期09普专学生完成网上心理健康普查工作的基础上，本学期利用省校心海管理软件，进一步对09级中专和高职班级进行网上在线测试，建立心理档案，并对可能有心理问题的学生做好跟踪、回访工作，对心理健康普查结果进行总结汇总。

根据我校学生心理发展特点和身心发展规律，除了按教学要求认真上好大学生心理健康课外，还开展针对性的团体辅导课和心理健康课，加强对学生发展性问题的关注，培养学生良好的心理品质。

本学期对学生干部开展“团结合作”团队辅导训练；对09机电（单招）班、08报关（1）进行二个月的团队辅导训练，主要涉及认识自我、悦纳自我、自我成长、沟通交流等内容；对全校学生进行招募性质的“自信心训练”团队辅导课。团队辅导的形式阶段性、常规性相结合，内容针对性和普及性相结合。逐步扩大团辅学生的参与量与涉及面。

五月份组织班主任开展心理健康课比赛，引导班主任关心关注学生成长中的心理问题， 为学生提供了一个放松心情的`缓冲地带，使学生在这里能够重新审视自我、认识自我、悦纳自我，为更好地发展自我奠定基础。

本学期以心理健康月为契机，多渠道实施心理健康教育工作，积级做好宣传报道工作。扩大心理健康受教育的人群，提高心理健康知识的宣传面。

1、做好第二期心语报的出版工作。

2、做好心理健康知识展板宣传工作，

3、针对不同人员组织各类讲座。面向全体学生做知识普及类讲座；对班级心理委员做工作培训类讲座；对教师做心理问题处理类讲座；对全体家长做亲子沟通类讲座。

4、组织一次全校各班“心理健康教育”黑板报的评比工作。

5、每月面向全体学生组织一次心理健康教育广播讲座。

6、在在昆山学苑、昆山社区杂志上设心理健康专栏。

7、组织好心理剧的编排工作。

重视心理咨询辅导工作，面向全体师生开展个体心理咨询，实行心理咨询室值班制度，对学生的问题给予及时处理，以真诚、尊重为原则帮助他们解决生理与心理健康问题。

心理咨询不仅开辟多个场地，也采取主动预约咨询，还充分发挥班主任的教育主导地位，加强班主任心理咨询工作。

1、一般心理问题来访咨询。咨询方式可分为分面询、qq咨询、网上邮件咨询等。替学生排忧解难，让学生更好地投入学习、生活中。

2、问题反馈沟通咨询。对于健康普查结果中可能存在问题的学生、班级心理委员月汇报表中有问题反馈情况的学生，进行两步咨询，先与班主任进行沟通了解情况，个别有需要的学生由咨询师单独咨询，同时做好跟踪回访工作。

以课题为引领，开展心理健康教育科学研究工作。

1、参加苏州市德育课题“团体辅导在学生中的应用”中的子课题“团体辅导在职中学生中的应用”，选择09机电（单招）班、08报关（1）进行相关团体辅导课题研究。

2、咨询员要积级参加各级各类心理健康培训活动，平时要加强理论知识学习，

注重和同行的沟通交流和学习，不断提升自身的能力。本学期每人完成论文至少一篇。

另：咨询室开放时间为周一至周四下午1：30~3：30，每天有值班老师值班，

1、每月一次心理健康广播讲座

2、班级心理健康委员月汇报。

4、向学生、班主任、家长开展心理健康讲座。

5、心语报一年二期，同时在昆山学苑、昆山社区报上设心理健康专栏。

6、团体辅导课题研究。

2月份 1、心理健康教育计划制定

3月份 1、组织学生干部团队拓展课培训

2、班级心理委员工作培训

3、团体辅导课题研究两个班，每周各一次课。

4月份 1、学生专题团队辅导课（招募）

2、班级心理委员健康知识培训

3、团体辅导课题研究两个班，每周各一次课。

5月份 1、心理健康月相关活动

2、班主任心理健康课评比

3、心理健康教育黑板报评比

4、家长亲子沟通讲座

5、班主任危机干预知识讲座

6月份 1、心语报第二期出版

昆山学院 学工处

阳光咨询室

20xx年2月

**心理咨询工作计划内容篇四**

以《中共中央关于进一步加强和改进学校德育工作的若干意见》、《中共中央国务院关于深化教育改革全面推进素质教育的决定》、国家教育部《关于加强中小学心理健康教育的若干意见》等文件精神为指导，以江苏省教育厅《江苏省中小学心理健康教育实施意见》为工作导向。我校心理咨询室积极配合学校的工作，了解同学们的心理健康情况，并在全校同学中间开展了一系列有关心理健康教育的活动，积极宣传有关心理健康的知识。在新的一年工作中，我们心理咨询室将继续努力，推动学校心理健康工作向纵深发展，进一步更好的为广大师生服务。

初中生正处在身心发展的重要时期，随着生理、心理的发育和发展、社会阅历的扩展及思维方式的变化，特别是面对社会竞争的压力，他们在学习、生活、人际交往、升学就业和自我意识等方面，会遇到各种各样的心理困惑或问题。而他们的思想动态直接影响着他们世界观、人生观、价值观的形成和发展，他们对于就业、学习、感情及社会各方面的态度和看法，直接影响着他们的为人处事的方式和方法。如何改变现存于中学生中的一些不良思想和行为，促使学生更加健康地发展和成长，是当今心理健康教育工作者迫切需要解决的重要课题。

新学期，我们的工作将紧紧围绕“构建三级心理防护网络，优化、提高我校学生的心理保健意识，培养学生的健全人格，提高全体学生的心理素质”的总体目标为向导，及时发现有困扰同学的心理问题，及时反馈同学们的心理情况，更好地推动学校开展学生心理思想工作，进一步做好新学期学生的心理健康教育工作，为学生的全面和可持续发展提供优质的心理健康教育服务及平台。

1、加强心理防护网络建设

建设三级心理防护网络，第一级是指学校学生心理健康教育工作领导小组和学校心理咨询室，负责组织领导和协调督导全校心理健康教育工作的开展；第二级主要是以接受过心理学方面知识与技能培训的心育辅导员队伍为主，主要任务是协助建立学生心理档案，解决一般性的心理问题，在学校范围内大力开展心理健康教育工作；第三级即在班级推选一名认真负责、有爱心的班级心理委员，发挥信息员、宣传员与小小咨询员的作用，做好宣传普及心理健康知识工作，并开展“朋辈”辅导，及时发现身边同学心理问题、及时反馈，并每月向学校心理健康指导老师和心理咨询室递交一份心理委员月汇报表。通过心理防护网络的建设，实现“学生自助，生生互助，老师帮助，学校协助”的功能。

2、加强制度建设，规范心理健康辅导

认真贯彻上级主管部门的有关精神，加强对学生的心理健康教育，把心理健康教育的内容结合实际，渗透到德育工作中去。为此，需要提供完善的心育制度作为保障，形成从相关管理部门到心育教师到班主任老师等一套系统的规范管理制度，规范各级各层的的职责任务。本学期尤其注意的是要将每周一节的心理辅导课排入每个年级每个班级的`课表中，将心育课落到实处，从时间上加以保障。

3、运用多种形式，拓展心理健康教育渠道

一是集体辅导与个体咨询相结合。心理健康教育应树立面向全体学生的基本理念，将集体辅导和个体咨询相结合，全体参与和个别对待相结合，使全体学生都能受到适当的教育，又使个别学生的各种特殊情况得以解决。“集体辅导”引领全体学生积极发展，同时我们从尊重学生的个性差异出发，建立了个别疏导方式，以弥补“集体辅导”的不足。因此既要安排好相关心育教师做好心理咨询室值班工作，做好个体咨询记录，也要求心育教师定期开设心育辅导公开课，指导班主任老师开展班级心理团体辅导课。

二是心理健康教育与学校德育相结合。学校德育工作和心理健康教育的主要对象都是学生，它们共同服务于学生健康成长和个性的全面发展，服务于学校教育的总目标。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。

三是心理健康教育与学校、家庭、社会教育相结合，利用家长学校，向家长们传授心理健康教育的基本知识，为家长提供心理健康教育的相关服务，使家长们逐渐成为学生心理健康教育的一支重要力量，促进学生素质的全面提高，使学校素质教育得到横向发展。

4、开展心理健康教育的精品活动

心理健康教育是由一批精品活动构建的有血有肉的系统工程，绝非一个花架子，在运行过程中，我们要紧扣“优化学生心理品质”的主题，确立一批成熟的、教育效果明显的精品活动，如“系列团体心理训练”、“心理课本剧”、“心灵方舟”、“心理健康征文”、“心灵天使评比”、“珍爱生命，健康成长演讲比赛”等等。通过组织、实施这些精品活动，让心理健康观念深深根植在学生的心灵里，极大地促进学生心理的成熟，良好心理品质的形成和优化，对学生的学习生活和工作，产生广泛的积极影响，使大学生的心理健康水平不断提高。

5、推动心育科研，促进心理健康教育发展

动员全体教师参与到学校的心理健康教育科研中来，通过理论学习、问题讨论、专题讲座、工作研究、经验总结、案例剖析、典型分析等方法、引起大家对心育工作的重视，逐步统一思想形成共识，为心理健康教育在学校的实践与探索打下坚实的思想认识基础，积极倡导学习之风、反思之风、研究之风，让教师在实践中不断提高，再回到实践中去，反复循环，形成心理健康教育全方位渗透的大环境。继续加强对校本课程教材的修订，并在全校范围内开设。教育科研将成为我校心理健康教育发展的新动力，不断推动着我校心理健康教育向进一步发展。

学校心理健康教育在今后的社会发展中，显得越来越重要，我们将把已有的成绩作为新的起点，为更广泛深入地开展心理健康教育，全面推动素质教育的进程而作出不懈的努力，真正实现让每一位师生的心灵充满阳光，为兵希中学的灿烂明天贡献一份力量。

**心理咨询工作计划内容篇五**

在上级教育思想的指导下，以“尊重学生，服务学生，发展学生”为指导，以提高学生心理素质为目标，做好学校的心理健康教育工作，从而更好服务学生，促进全体学生心理健康发展

1.注重学生心理辅导，做好学生心理咨询工作。

2.通过开展各种形式宣传，让更多的学生知道并了解心理辅导工作。

3.密切与班主任的联系，充分利用班会加强对学生的心理健康教育，更好地与德育工作相辅相承。

4.不断丰富教师的心理教学策略，有效提高教育教学水平。

（一）、做好学生日常的心理咨询服务。

1、做好学生日常的心理咨询服务工作，每天开放心理咨询室，做好学生的\'来访接待和咨询工作。对于问题较明显的学生，坚持个案的跟踪，及时与家庭联系。

2、设立“知心信箱”，做好学生的心理咨询和心理训练工作。之声”板报，对全校学生进行心理辅导知识讲座。

3、学生特殊时期的心理辅导。在考试前后、节假日前后、重大事件发生前后结合具体情况对学生加以心理辅导，使其能够尽快适应各种变化。

（二）、开设心理辅导讲座。本学年，主要通过书籍和网络来充实心理健康教育的相关知识，结合青春健康教育、人际交往、学习压力等内容，通过多媒体教学，开设心理辅导讲座,积极为学生提供知识指导和帮助。

（三）、认真做好心理咨询室来访者的记录工作。但对咨询案例的情况要进行保密，不得任意传播，以免给学生带来更多的心理压力。

（四）、创办“家长心理课堂”。对于学生中出现的共性心理问题，通过小资料向家长介绍解决策略以及教育孩子的方式方法，家长通过读后反馈与老师之间建立沟通，及时商讨、解决孩子在成长出现的各种问题。

（五）、心理辅导员要认真学习心理健康教育的相关知识，主要通过读书、网络等媒体来充实相关知识，为做好心理咨询工作打下坚实的知识基础。

（六）加强同兄弟学校心理健康教育者的联系。

**心理咨询工作计划内容篇六**

我校的心理咨询工作，将以《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和工作机制为保障，以提高教师的心理健康水平、不断加强学校的心理咨询工作，努力提高学校心理咨询工作的质量和水平。

１、面向全体残疾学生，立足于残疾学生发展性、预防性的心理健康教育，做到预防、疏导为主，干预、治疗为辅。加强心理咨询的指导与研究工作。

２、密切与班主任的联系，更好地与学校德育工作有机结合。

３、发挥班级心理委员的作用，并对他们进行定期培训。

４、认真细致地做好个别咨询辅导工作，力求在个案上有新的成果和突破。

１、积极开展心理咨询工作

心理咨询是心理咨询室的主要工作之一，我们积极开展针对残疾学生和老师的个体咨询和针对全校学生的团体咨询。

开放时间为：上午8：００到11：００，中午１2：００到13：００。

２、加强每月最后一周的心理班会活动课

每月最后一周的心理班会活动课是我校心理健康教育的一大特色，是针对全体学生进行的心理健康教育活动。本学期要让心理班会成为培养残疾学生积极心理品质，促进残疾学生健全人格发展的主阵地。

３、针对师生心理发展的需要积极开展心理讲座

心理讲座是有效的心理教育途径，特殊的空间和环境能起到积极的放大式的教育效果，互动与沟通多种思想的融合是讲座的优势，所以应该加强校园心理讲座。本学期从以下几个方面开展工作：

（１）针对毕业班面临中考的心理教育。

（２）针对六年级盲聋学生开展青春期的心理教育。

（３）开展针对班主任的心理讲座。从残疾学生的心理特点、心理发展规律、心理诉求等进行介绍和讲解，促进师生关系的`改善，促进和谐班级建设。

（４）利用家长来探望学生的机会宣传家庭心理教育的有关内容。

４、做好班级心理委员培训工作

班级心理委员教育是我校针对学生的发展实际，实施的一项创新性的心理教育工作，旨在在班级中普及心理科学，促进班级心理卫生工作的开展。

５、营造积极、健康的心理健康教育环境

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。

１、制订并讨论学期心理健康教育工作计划。

2、咨询室正常开放。

3、六年级学生青春期心理健康教育专题讲座－－《青春期心理卫生》。

4、利用家长会向家长宣传“家庭心理教育”的有关内容。

5、开展针对班主任的心理讲座。

6、做好学期总结、资料积累和个案分析、心理档案建立工作。

7、各类资料整理、归档。

**心理咨询工作计划内容篇七**

为深入贯彻《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》，《公民道德建设实施纲要》和《中等职业学校学生心理健康教育指导纲要》的精神， 进一步加强规范我校学生心理健康教育工作，校心理咨询室特制定了如下工作计划。

校心理咨询室开展心理健康教育主要是提高我校全体学生的心理素质，帮助学生树立心理健康意识，培养学生乐观，开朗的心理品质，增强我校学生心理调适能力，同时，帮助学生正确认识自我，学会合作与竞争，培养学生的职业兴趣和敬业乐群的心理品质，并且提高我校学生应对挫折，适应社会的能力，并及时帮助学生解决在学习、生活、成长过程中遇到的心理困惑，及时给予有效的心理辅导与咨询，从而从整体上提高我校学生的`心理健康水平。

（一） 通过开设心理健康教育选修课，讲座，帮助学生适应我校的生活和学习环境，调整学生心态，增强学生自信心，鼓励学生在学习和生活中不断认识自己，悦纳自己，帮助学生融入集体，让学生学会调控情绪，正确对待异性交往，同时，积极引导学生了解自己的性格和能力特征，提高自我意识，帮助学生发展人际交往能力，建立良好的师生，同学，亲子关系，让学生了解生命的意义，珍惜生命。

（二） 针对入校新生开展心理适应能力讲座。由于许多新生是初次离家到我校求学，在生活，学习，人际交往等方面出现许多不适应，针对这一情况，在新生军训期间通过讲座，心理调查问卷的方式帮助新生提高在生活，学习，人际交往等方面的心理适应能力。

（三） 针对入校新生，积极作好新生心理健康档案工作，通过建立学生心理档案，有利于教师或辅导员迅速找出一些特殊适应困难的学生问题，依据学生的心理进行辅导，从而提高教育与辅导的效率，提高教育的针对性，同时有利于预防学生的心理疾病，贯彻防重于治的方针，体现发展性指导的原则，且可以形成学校，家庭的教育合力，帮助学生家长了解其孩子的心理特点，及时发现其存在的心理困扰。

（四） 作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

（五） 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。

**心理咨询工作计划内容篇八**

一、指导思想：

以《学校心理健康教育指导纲要》和本校重点工作为指导，坚持以育人为本，规范我校心理健康教育工作。根据我校不同地区、不同学段小学生生理、心理发展特点和规律，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，培养小学生良好的心理素质，促进学生人格的健全和谐发展。

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、具体工作：

（一）队伍建设

1.教师

加强师资队伍建设是搞好心理健康教育工作的关键。学校要逐步建立在校长领导下，以班主任和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体制。

（1）本学期更好地利用心理咨询室的资源，，使我校的心理健康工作可以新颖、长期、面广、有效地开展，形成长效机制。

（2）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。希望通过各级各类的培训，使我校的教师队伍中增加取得资格证的教室数量。

2.学生

（1）在学生群体中有选择地培养个别学生对心理知识的学习兴趣，并知晓一定的心理知识，组成一支“快乐小精灵”队伍，做好师生间信息沟通的桥梁。

(2)采用多途径、多形式对学困生、德困生在思想上进行引导，在学习上进行辅导，在心理上进行疏导。（“围绕“培养自信心，养成好习惯”这一主题对学困生开展心理指导服务，如正确认识自我、增强调控自我、承受挫折适应环境等；围绕“培养责任心，养成好品德”这一主题利用实例对德困生开展心理指导服务）。

(二)咨询室建设

根据学校的资金情况，在维护现有资源的基础上，努力营造一个和谐、舒适、温馨的氛围。

１、活动器具的完善与更新。

２、有针对性进行书本的添置。

３、室内用品布置：绿色植物和餐巾纸的增添等。

(三)内容安排

1、二、三月做好心理健康教育的宣传和氛围建设工作。（开始筹备“乐乐姐姐”信箱的建设，及时做好信箱资料的反馈、整理与归档）。

2、四月

（1）认真做好学生心理辅导及心理咨询工作。

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：

学生自愿前往咨询（团体咨询为主）

班主任老师推荐

辅导老师访谈

3、五月召开特殊学生会议，并进行个别心理咨询。

4、六月为了能掌握特殊学生的第一手资料，在上学期跟踪的基础上做好延续的工作，特别是与个案的个体的.谈心内容的重新规划（3月）、与家长的沟通（4月）、及需要配合的方面（5月）等，16周进行面对面的小结。

５、每月一次的“无忧学习”心理健康广播，对全校学生进行心理辅导知识讲座，做到定时、定人、定内容，形式要更活泼，增加学生间的互动。（人员定为高年级的部分学生）。

6、从第2周开始，每周中午12：1012：45的咨询室活动，内容安排为写写心里话、心理游戏、心理小故事、相关书籍的阅览、音像资料的利用和趣味问答等。

７．每月一次的党团员为特殊学生的服务。

**心理咨询工作计划内容篇九**

本学年，在吸取前两年兼职工作经验基础上，将继续保持和完善已有工作，发挥专职心理咨询教师的作用，开拓创新，逐步形成以教学、咨询、心理问题预防为一体的工作格局。

现将本学年心理咨询室工作计划如下：

（一）加大咨询室的开放度，深化咨询工作。

1．本学年，在原有工作的基础上继续开放心理咨询室“心语小屋”。真诚、热情、认真地接待每一位来访学生，给他们以心灵的帮助。

2. 认真做好信箱的及时回复工作。让心理咨询室成为学生信任的心灵港湾。

3. 开设预约制度。借鉴别校的经验，建立班主任预约和孩子自主预约相结合的模式，可以利用兴趣课和自习课时间来访，改善放学后孩子扎堆来访的状况，切实解决孩子和班主任的“心病”。

4. 面对教师开放。加强宣传，建立信任。老师们可以找咨询师咨询，因为考虑到隐私问题，也可以来借阅相关心理学知识的书籍，使咨询室做到“助人自助”。

（二）加强硬件建设：

1. 尽早配备箱庭咨询系列咨询工具（这是一种来访者在沙盘内摆放各种沙具，看似游戏形式，但具有诊断和治疗作用的现国际流行的咨询工具，比较符合儿童的心智特点。）现只能花业余时间参加培训，学习心理咨询技能，服务于学生、家长和老师。

20xx年思明区很多学校已配备箱庭，并由思明区教育局进行了统一的咨询教师培训。预计配备中档沙盘需一万三千元左右。

2. 改造咨询室书柜并购买一定数量的心理咨询、心理学方面的书籍，推荐给需要的老师、家长借阅。

此事已和范老师讨论过操作方案。作为校图书馆的一个分支书柜，年终管理归校图书馆。本学年初步预计配置50本书籍，开支一千五百元左右。

（三）规范文档资料管理，全面配合学校评估

1．建立心理健康教育工作文件档案。

包括：

1）上级发放的有关文件，本校有关心理健康教育文件，本校心理健康教育组织机构，规章制度，工作计划、总结、会议记录等。

2）心理健康教育各项活动开展情况档案。

3）对外新闻宣传资料，各种活动策划、开展资料、培训工作等。

4）预约记录，接听电话记录，接待记录，咨询记录等。

5）学生档案：包括初步建立六年级学生档案以及重点学生档案。

“独木不能成林。”一个学校心理工作开展得到位与否不是取决于专职咨询老师有多优秀，而是看是否能够建立一支团结优秀的团队，看这个团队能否把心育工作落实到每个孩子的心田，落实到每个老师的思想深处。由于学校平时工作繁重，很多老师都身兼数职，再加上大家的认识还没有到位，所以靠专职老师招兵买马或学校的号召或压制，恐怕很难奏效。所以为了尽快建立团队，我建议从以下几步入手：

（一）学校动员，请老师们根据自己的兴趣自主报名参加“心理咨询工作室”，形成一个学习型组织。

（二）为了团队更加稳定、更有战斗力，鼓励老师自觉参加学习。

1. 鼓励考取国家级资格证。建议学校顺应时代需要，鼓励老师们报考国家心理咨询师三级和二级证，并予以相应的报销制度。随着东兴市心理健康教师职称系列的出台，给更多的老师指出一条个人发展的道路。

2. 鼓励心理健康知识的学习和运用。组织老师们参加省级和市级的心理健康教育老师a、b、c证的学习。鼓励班主任持证上岗，并予以相应的班主任津贴上的区别。金额不需要差别很大，但实小的老师上进心强，一定会努力争取。

一开始学习会有点辛苦，但是随着学习的深入，心理健康知识给大家家庭生活和工作带来的轻松和好处，会带动全校进入良性的运转状态，帮助学校真正实现建立学习型组织的目标。

（三）课题带动。请校领导出面或牵线，使我校尽快和市级或省级专家建立联系，得到高层系的指导，寻找有效的心理健康科研课题，课题搭台，组织老师们尽快进入角色。

根据不同的需要，为不同年段的家长开设以心理健康知识为基础的家教讲座。如：一年级的《如何让孩子尽快适应小学生活》，如六年级的《青春期心理辅导》。其他年段的《怎样提高注意力》等等。

师资来源可以是：

1. 有能力有研究的本校领导老师。

2. 校心理健康教育专职老师。

3. 从家长及社会关系中挖掘潜力，聘请免费讲座。

4. 学校出资外聘心理学专家为我校讲座。

根据学生来访，可以明显的感觉到孩子的很多心理问题是“师源”性的。我校一些老师的心理健康状态不容乐观，一些老师快乐感降低，焦虑、抑郁，睡眠质量差，感到来自于生活或工作的压力很大。

为了更有效地为老师服务，为教学服务，我准备了《掌控情绪，成就孩子》的心理讲座，十月即可开讲。我还结合自己学习催眠的一些体会，可以从如何放松心灵，提升睡眠质量和老师们进行分享，帮助大家学会放松。

另外，我愿意结合这些年学习团体心理辅导的收获，为老师们进行团体辅导。

课题是《有效沟通》、《绘画心理疗法》、《意象对话心理疗法》等等。（一次团体辅导要用时2-4小时）

因为教师工作精力的限制，我校心理健康网站一直处于拟建状态。相信通过大家的努力，到本学年末，也就是20xx年6、7、8月，在其他工作目标都已达标的情况下，团队建设初具规模，在家长、社会上具有了一定的影响力的的大氛围下，应该腾出手来把网站建设作为一项工作重点来抓，以树立我校心理健康教育工作对外窗口。

现在东兴市不少中小学（如：英才、双十）已经引进了福州师范大学研发的“中小学心理健康教育测评与管理系统（网络版）”，在网络上构建了测评、档案、咨询系统，省时高效。在我校现阶段资金紧张的情况下，这项开支并没有提前预算，所以我建议本学年做好人力准备，到学年末，将此项工作提前准备，为下学年真正开设网络平台做好准备。

1、通过心理健康课和个体咨询让学生对自己有个初步认识，在自尊、自爱等人格发展方面有所成长；并掌握一些学习方法、自我管理、压力管理、人际交往的简单技巧。

2、通过家长咨询及培训，让家长意识到心理健康教育的重要性，改进家长的教育态度，提升家长的教育能力。

3、给教师提供一个更温馨、更人性化的教学环境，让教师感受到学校对教师精神上的关怀，帮助部分老师提高生活、工作质量。

以上是心理咨询室制定的本学年开展心理健康教育工作的计划，由于自身理论有待完善，经验也不够充足，难免有疏漏和不当之处，将根据领导和相关老师的指导以及具体情况不断完善，使计划得到有效的落实。

东兴实验小学心理咨询室

**心理咨询工作计划内容篇十**

新学期、新面貌、新发展。带着虔诚, 热情和梦想, 力求把理论与实践结合起来，努力去创造更为美好辉煌的明天。

本学期，心理咨询室将通过宣传栏、壁报栏、校园广播站等宣传方式，继续扩大心理咨询的影响。吸引更多学生走进心理咨询室，及时与辅导老师沟通交流，提高自己的心理健康水平。

本学期，心理咨询室将继续设立宣传栏、壁报栏、校园广播站，并制订咨询员值班制度，加强管理，落实制度。每周召开心理咨询教师会议，并指定咨询室教师进行定期对学生咨询。充分发挥心理咨询的作用，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。咨询教师在工作中应给予学生热情真诚的启发引导，让学生将心理不愉快的感受尽情地诉说。充分发挥校园广播站的作用，对学生存在的心理问题进行广播。播音材料由心理咨询室教师负责，做到每周一换。保证及时有效地为学生提供心理援助。

本着家庭教育、学校教育协同合作的理念，本学期，心理咨询室将协同学校开好家长会，积极动员、争取家长的配合与支持，建立有利于学生发展的理性社会系统。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。

本学期，心理咨询室将从不同年级的学生特点出发，教师上好心理健康教育课，有步骤、有计划地开展一系列有针对性的心理讲座，为同学们切实解决一些问题。如“什么是健康的心理”“成长中的心理卫生”知识讲座、“考试情绪的调适”辅导和“中学生消费心理辅导”……等进行心理疏导。

虽然当前学生中产生一些心理障碍，但是教师的心理健康状况也不容乐观。为丰富教师的心理知识，提高心理学涵养和科研意识，因此，本学期，心理咨询室在加强对学生的心理疏导的同时，也将关注教师这个群体，适时请进心理专家来传授经验，适应安排心理学专业教师针对热点的心理现象、问题开展讲座。帮助教师加强对自我心理行为的控制和调节，保持健康积极的\'心理状态，以促进发展良好的师生关系，不断完善提升自我达到良性循环。

建立学生心理档案，为学生个人心理健康发展提供了十分重要的条件。它是每一个学生心理成长的轨迹，学生可以通过心理档案了解自己的心理状况。在发现自己有心理问题时，就可以积极寻求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，因此它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，也建立教师心理档案，揭示教师教育教学工作中的问题，揭示学生心理品质的问题，能促进学校和教师更新教育观念、转变教育思想、改革教育方法、创设良好的学校心理环境，设法通过各种手段去进行教育和训练，从而提高学生的心理品质，促进学生心理的健康发展。

本学期工作重点是进一步搞好心理辅导室建设，制定各种管理制度，布置好心理辅导室，添加有关设施设备，收集整理相关材料和书籍，完善心理咨询室的档案资料：

①学生心理辅导资料统计表;

②学生心理调查记录表;

③个案记载与分析;

④广播稿、讲座稿、学生来信;⑤心理健康教育科研文件、论文、课题。保证心理咨询工作的延续性。在此基础上，还将在本学期对学生进行心理健康状况的抽样摸底测试，并认真进行分析总结，及时向学校进行反馈，并逐步为每个受访学生建好心理档案，从而为以后教育工作提供方向和依据。

以上是本学期心理咨询室制定的本学期开展心理健康教育工作的计划，疏漏和不合理之处，届时将根据具体情况和相关领导老师的指导不断完善，使计划得到有效的落实。一切为了孩子，相信通过我们的不懈努力，学校心理健康教育活动会愈办愈好，更上一台阶。

**心理咨询工作计划内容篇十一**

我校的心理健康教育工作，将继续以《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，努力提高学校心理健康教育的质量和水平。

1、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，转介干预、治疗为辅。加强每月一次的心理健康教育活动。

2、密切与班主任的联系，更好地与学校德育工作有机结合。

3、发挥班级心理委员的作用，并对他们进行培训。

4、认真细致地做好个别咨询辅导工作，力求在个案上有所突破。

1、积极开展心理咨询工作

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和老师的个体咨询和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。每周一到周五咨询室有咨询老师值班。

2、加强每月一次的心理健康教育活动

本学期要让心理健康教育活动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。根据不同学生的特点开展系列性、主题性的心理健康教育辅导活动。

3、针对师生心理发展的需要积极开展心理讲座

心理讲座是有效的心理教育途径，特殊的空间和环境能起到积极的放大式的教育效果，互动与沟通多种思想的融合是讲座的优势，所以应该加强校园心理讲座。本学期从以下几个方面开展工作：

（1）针对七年级新生关于早恋的心理教育。

（2）针对九年级学生开展中考心理辅导。

（3）开展针对班主任的心理讲座。从学生的心理特点、心理发展规律、心理诉求等进行介绍和讲解，促进师生关系的改善，促进和谐班级建设。

（4）利用家长会宣传家庭心理教育的`有关内容。

4、做好班级心理委员培训工作

班级心理委员在帮助学校班级心理活动中发挥重要的作用，旨在班级中普及心理科学，促进班级心理卫生工作的开展。心理咨询室对各班心理委员进行不定期的心理培训。

5、营造积极、健康的心理健康教育环境

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。

二月份：

1、制定并讨论本学期心理咨询室计划。

2、心理咨询室正常开放。

三月份：

1、心理咨询室正常开放。

2、心理健康教育讲座。（重点：七年级学生关于早恋的心理教育）

3、心理健康教育班会活动。

四月份：

1、心理咨询室正常开放。

2、七、八年级学生青春期心理健康教育活动。

3、出好心理健康教育专题黑板报。

4、心理健康教育班会活动。

五月份：

1、九年级学生迎接中考心理辅导工作。

2、利用家长会向家长宣传“家庭心理教育”的有关内容。

3、心理咨询室正常开放。

4、配合九年级班主任做好学生中考心理减压活动。

六月份：

1、开展针对班主任的心理讲座。

2、心理咨询室正常开放。

3、做好学期总结及资料积累和个案分析、心理档案建立工作。

4、各类资料整理、归档。

**心理咨询工作计划内容篇十二**

为改善学生的心理环境，促进学生的身心健康成长，推进素质教育，贯彻教育部颁发的《中小学心理健康教育指导纲要》，我校积极开展心理健康教育工作并取得一定的成绩，为进一步推进我校的心理健康观念教育工作，特制定本学期工作计划。

本学期，心理咨询室将通过出宣传栏、办黑板报、培训心理联络员等方式，大力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。

本学期将继续认真做好个别心理咨询工作，帮助学生解除学习、生活或成长过程当中所遇到的心理困扰或一般心理问题，遵守保密原则，做好咨询记录，在此基础上更注重效果的反馈，加大对其跟踪服务的\'力度。（开放时间：暂定每周一至周五下午4：00-7：00）

针对高三学生常见的心理问题，如学业焦虑，信心问题、人际关系等问题，开展一系列心理辅导活动：开展专题讲座1-2次（《增强自信心，笑迎高考》、《科学缓解考前焦虑》）；班级授课；团体辅导及个别咨询。

1、学校将对各班的心理联络员定期进行培训活动，充分发挥心理联络员的能力和作用。

2、本学期要求社团成员与指导老师谈心至少一次，及时了解学生心理动态。

3、协助咨询室做好宣传工作，要求每月出一期黑板报。（李倩负责）

4、针对住校生周末生活单调的现状，社团将播放2-3部电影。（影片片名为《舞出我青春》、《叫我第一名》、《美丽心灵》）。（苏秋雨负责）

5、两周年社庆活动（歌、舞、心理剧等）。（李苗、姜黎负责）

6、创办首届“5?25心理健康活动周”活动（5.22-5.28）。集中宣传和总结心理健康教育工作，在此期间开展活动主要有：

a、周一升旗后致开幕词，介绍“5?25心理健康活动节”的又来及其目的意义。

b、观看心理影片《放牛班的春天》、《爱德华大夫》等。

c、参观特殊学校，并与特殊学校学生交流，

d、开展“珍爱自我，美丽心灵”心理健康教育为主题的黑板报评比活动。

e、举办心理茶话会。

将学校心理咨询室的有关资料、开放时间等情况，还有一些心理健康小常识，心灵鸡汤等发布到校园网上，宣传并扩大心理咨询的影响。

一切为了孩子，相信通过我们的不懈努力，学校心理健康育活动会愈办愈好，更上一台阶。

**心理咨询工作计划内容篇十三**

我校心理咨询室建立于20xx年，现有兼职教师人6人，其中有四人人已经考取国家三级心理咨询师，一人考取国家二级心理咨询师。

我校心理咨询室定位为基础型心理咨询室，目前具备办公接待区（兼档案区）及个别辅导区占地面积约18平方米；团体辅导区占地面积约18平方米，合计36平方米。

我校心理咨询室的位置本着安静和方便的原则，避开教学区、学生活动区等热闹场所，邻近学校的卫生医疗室。心理咨询室的周围环境比较整洁、幽雅和清静，门前空地处种有农作物；心理咨询室内部环境温馨、健康、舒适，让来访者有足够的安全感。

目前心理学产品配置有学生心理健康检测系统（包括心理档案系统）2套；心理放松软件1套；、心理学专业用书之教师用书4套、放松音乐、心理学视（音）频播放系统、心理学挂图、心理信箱等。

我校心理咨询室有专业制度，包括心理咨询章程、心理教师工作守则、心理咨询室值班制度、心理档案管理规定等。

根据《xx市中小学校心理咨询室建设基本规范》要求，结合学校实际情况制定以下改进措施：

学校成立以校长为总负责人，分管副校长为直接负责人，教导主任、年级组长、班主任、共青团干部及心理教师等有关人员为成员的心理健康教育组织领导机构，划分职责，明确分工，建立健全相应的工作制度。

学校心理健康教育工作必须纳入学校的总体工作计划，并给予必要的课时保证。利用班会课开展心理健康教育课，原则上每两周保证1课时。

学校心理教师的待遇平时以工作量为基本考核标准，年度考核参照学科教师和班主任奖励制度进行。学校每年应列出心理健康教育专项经费，保证专款专用，以满足师资培训、添置设备等需要。

1）激活软件：心理测评软件（统计学生信息，对学生进行心理普查；分析结果，做相应的\'团体辅导；筛选个案，个别辅导）；心理放松软件。

2）改进思路：心理辅导不仅仅面向学生，更要面向老师和家长，三位一体，解决师源性问题和每个孩子背后的家庭问题。

3）扩大队伍，进行班主任老师的培训。心理老师人数有限，而班级额数较大，心理老师以班级为单位进行团体辅导，循环时间久，且团体辅导后需要巩固和强化，仅凭心理老师做工作难度大。因此，班主任应该加入到心理团体辅导的队伍中来，做好本班学生的思想教育工作。

4）健全心理咨询室。见表格。

**心理咨询工作计划内容篇十四**

认真贯彻1+1行动的有关精神，根据小学教育的特点和小学生心理发展的规律，发挥1+1的优势，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。

1、注重学生心理辅导，做好学生心理咨询工作。利用好沙盘游戏，做好学生的个体和团体辅导。

2、重视心理咨询室的常规建设，努力发挥心理辅导室的作用，进一步在全校做好宣传、发动、普及、教育等工作。

3、不断丰富教师的教学策略，有效提高教育教学水平

4、认真开展各班心理健康教育的课程活动。

5、做好家长辅导学校的心理健康知识讲座。

6、充分利用班队会加强对学生的心理健康教育。

7、争取获得绵竹市心理健康教育示范学校称号。

1、学生板块

（1）课程设置：班级心理健康活动课（每周一次），参考课题：

一年级：

1、我是小学生——学生角色意识培养

2、集体生活真快乐——学校环境、学校生活的适应

二年级：

1、自己的事情自己做——自立意识培养

2、兴趣是的老师——学习兴趣的培养

三年级：

1、与好习惯交朋友——良好学习习惯培养

2、定好学习时间表

四年级：

1、人际交往中的第一印象——交往礼仪技巧

2、学会合作

3、学会感恩

4、让自己更快乐——情绪调节

五年级：

1、我的注意我做主——注意力培养

2、我是最棒的——自信心培养

3、认识自己的优缺点

4、亲吻考试焦虑——考试技巧培养

六年级：

1、我也曾失败过——应对挫折能力培养

2、什么是竞争

3、如何与他人沟通

4、爸爸妈妈和我

（2）心理讲座

a、打开心灵的快乐

b、对六年级学生开展青春期心理健康教育讲座

2、教师板块

（1）开展心理健康教育座谈会

（2）对教师进行情绪与压力团体培训，遵循教师自愿报名参加原则，情绪团体培训每周一次，持续五周；压力团体培训每周一次，持续六周，在学校团体辅导室进行。

（3）开展心理健康教育示范课活动，教师互相观摩学习。

（3）咨询室面向教师开放，让每位教师在其中得到身心放松。

3、家长板块

通过家长学校和家长会的形式，向家长传授心理健康知识和亲子教育方法

1、进一步将咨询室设计得更加科学合理，如室内布置，心理咨询室各项规章制度的制定等等。

2、心理咨询室开放时间：周一到周五中午12：30——1：20，下午16：30——17：30。心理咨询室面向全校师生开放。

1、建立心理档案制度，拟订心理档案守则和借阅规定。配合心灵守望计划，做好学生的心理测试。。

2、收集个案记载和分析。

3、收集学生日记或优秀作品。

**心理咨询工作计划内容篇十五**

认真贯彻1+1行动的有关精神，根据小学教育的特点和小学生心理发展的规律，发挥1+1的优势，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。

1.注重学生心理辅导，做好学生心理咨询工作。利用好沙盘游戏，做好学生的个体和团体辅导

2.重视心理咨询室的常规建设，努力发挥心理辅导室的作用，进一步在全校做好宣传、发动、普及、教育等工作。

3.不断丰富教师的教学策略，有效提高教育教学水平

4.认真开展各班心理健康教育的课程活动。

5.做好家长辅导学校的心理健康知识讲座。

6.充分利用班队会加强对学生的心理健康教育。

7．争取获得绵竹市心理健康教育示范学校称号。

（一）心理健康教育具体途径：

1、学生板块

课程设置：班级心理健康活动课（每周一次），参考课题

一年级：1、我是小学生——学生角色意识培养

2、集体生活真快乐——学校环境、学校生活的适应

二年级：1、自己的事情自己做——自立意识培养

2、兴趣是最好的老师——学习兴趣的培养

三年级：1、与好习惯交朋友——良好学习习惯培养

2、定好学习时间表

四年级：1、人际交往中的第一印象——交往礼仪技巧

2、学会合作

3、学会感恩

4、让自己更快乐——情绪调节

五年级：1、我的`注意我做主——注意力培养

2、我是最棒的——自信心培养

3、认识自己的优缺点

4、亲吻考试焦虑——考试技巧培养

六年级：

1、我也曾失败过——应对挫折能力培养

2、什么是竞争

3、如何与他人沟通

4、爸爸妈妈和我

心理讲座

a、打开心灵的快乐频道

b、对六年级学生开展青春期心理健康教育讲座

2、教师板块

开展心理健康教育座谈会

对教师进行情绪与压力团体培训，遵循教师自愿报名参加原则，情绪团体培训每周一次，持续五周；压力团体培训每周一次，持续六周，在学校团体辅导室进行。

开展心理健康教育示范课活动，教师互相观摩学习。

咨询室面向教师开放，让每位教师在其中得到身心放松。

3、家长板块

通过家长学校和家长会的形式，向家长传授心理健康知识和亲子教育方法

（二）心理咨询室工作计划

1、进一步将咨询室设计得更加科学合理，如室内布置，心理咨询室各项规章制度的制定等等。

2、心理咨询室开放时间：周一到周五中午12：30——1：20，下午16：30——17：30。心理咨询室面向全校师生开放。

（三）建立并整理好学生心理档案，完善学生心理档案制度

1、建立心理档案制度，拟订心理档案守则和借阅规定。配合心灵守望计划，做好学生的心理测试。。

2、收集个案记载和分析。

3、收集学生日记或优秀作品。

（四）做好心联小屋和网站以及市心理健康教育示范学校评比各项工作。

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