# 疫情下中小学复学后心理健康教育方案（二）

来源：网络 作者：清幽竹影 更新时间：2024-06-30

*疫情下中小学复学后心理健康教育方案（二）中小学复学复课正在稳步有序推进。为进一步加强中小学生心理健康教育工作，减少疫情对学生可能造成的心理问题和负面影响，帮助广大中小学生更好地适应新学期学习和生活，现就进一步加强我市春季复学后中小学心理健康...*

疫情下中小学复学后心理健康教育方案（二）

中小学复学复课正在稳步有序推进。为进一步加强中小学生心理健康教育工作，减少疫情对学生可能造成的心理问题和负面影

响，帮助广大中小学生更好地适应新学期学习和生活，现就进一步加强我市春季复学后中小学心理健康教育工作通知如下。

一、提高认识，进一步明确中小学心理健康教育工作的重要意义

根据世界卫生组织对健康的定义，躯体健康、心理健康、社会适应良好和道德健康四个方面都健全，才是完全健康的人。心理

健康教育对提高中小学生心理素质、促进其身心健康和谐发展意义重大，是推进素质教育不可或缺的重要组成部分。各校要充分认

识加强中小学心理健康教育的现实意义，将其摆到教育工作突出位置，尊重和关爱每一名学生，营造良好的学校和班集体氛围，为

学生健康成长营造和谐温暖的成长环境。要遵循学生身心发展规律和特点，运用心理健康教育的知识理论和方法技能，进一步强化

生命教育，普及心理常识，增强学生调节心态、调控情绪、承受挫折和适应环境的能力，培养积极乐观、自尊自信、坚韧顽强等良

好的心理品质和健全的人格，促进其身心和谐发展。

二、多措并举，进一步做好中小学心理健康教育工作

.尽快做好疫情后学生的心理“复位”工作。新冠肺炎疫情给学生带来一定的心理冲击，不少学生产生了焦虑、烦躁、失眠、恐慌等情绪。新学期初始，受两个多月的居家生活和学习影响，学生对在校学习和生活也需要一定的适应时间。复学以后，加强中

小学生心理健康教育，实现学生的心理“复位”,是摆在所有学校面前的一件要事。开学后，各中小学校要做好以下三件工作：一

是迅速成立学校心理健康教育领导小组，由校长任组长，分管德育校长任副组长，学校专兼职心理老师、行政人员和班主任共同参

与，制定学校心理健康工作计划并明确分工和职责。二是全面了解学生心理健康教育需求，构建家长、班级、年级、学校四级联动的学生心理健康教育网络，通过班会、课堂观察、谈话、问卷等多种渠道全面了解学生的身心状况，准确把握学生对疫情的恐慌、对学业的焦虑、对开学后自身健康的担忧等真实心理需求，集中商讨应对举措。三是针对教师和学生分别开展一次新学期心理健康

专题辅导，组织全体教职工开展防疫心理辅导和危机干预培训，提高其观察与识别学生心理行为变化的能力，建立全员教职工参与的心理辅导体系，正确应对学生可能出现的不良心理状态；组织学生结合疫情防控开展生命教育，帮助广大学生调整心态，珍爱生

命，乐观向上，直面挫折。要以班级为单位开展重大疫情危机下心理调节活动主题班会或团体心理辅导，面向因疫情或其他原因导

致不良心理状况的学生开展个别心理辅导，对面临升学压力的初三、高三学生及家长开展心理辅导，对贫困、留守、残疾、单亲等

困境学生给予重点关爱，培养学生形成积极心态，提升心理健康素养。

2.注重心理健康教育的全面普及。学校要将心理健康教育全面渗透到班级管理和学科教学全过程，积极引导教师在各学科教学

中遵循学生成长规律，充分预估假期网络教学可能给学生学业带来的短期困难，本着关爱、尊重每一个学生的心态及时调整教学计

划和教学节奏，注重挖掘学科体系中蕴含的心理要素，将适合学生特点的心理健康教育内容有机渗透到日常教育教学之中。班主任

在班级日常管理工作中要注重运用心理学知识，构建良好的班级心理环境，关注师生关系、同学关系、学习成长、制度文化等要素

建设，定期召开心理健康班会课，对特殊学生群体开展经常性谈心活动，给予必要的关爱。学校要树立正确的宣传舆论导向，倡导

“每个人是自己心理健康第一责任人”的理念，充分利用校园广播、网络、微信、校刊、橱窗、板报等平台，普及心理健康知识，积极开展生命教育、信念教育、科学教育与道德教育，培养学生珍视生命、热爱家人、爱国爱民的意识，营造健康向上的校园心理

氛围，引导师生在日常生活中有意识地培养积极心态。

3.提升学校心理辅导的科学性与有效性。学校要按照《关于进一步加强扬中市中小学心理健康教育工作的意见》(扬教办(2024)

50号)文件要求，进一步加大心理健康辅导室建设力度，规范和加强心理辅导室管理，建立健全规章制度，为开展团体辅导和个

别辅导提供硬件保障。要将心理健康教育作为必修课列入学校课程计划，在地方课程和校本课程中每两周安排一节心理健康教育课,通过加大教育教学管理力度，确保课程实施到位。要定期开展心理健康教育活动，将各类有益于中小学生身心健康的文体娱乐活动

和心理素质拓展活动有机结合，充分利用社会现实中积极向上的鲜活素材，拓宽心理健康教育途径，可通过团体辅导、素质拓展、问题辨析、角色扮演、心理情景剧、专题讲座等方式，融知识性、趣味性、参与性和操作性为一体，指导帮助学生解决在学习、生

活和成长中出现的困惑，真正提高学生抗挫折能力和自我心理调节能力。开展心理辅导必须遵守职业伦理规范，在学生知情自愿的基础上进行，严格遵循保密原则，保护学生隐私，谨慎使用心理测试量表或其他测试手段，不得强迫学生接受心理测试，防止出现

心理健康教育医学化倾向。

4.加大心理健康教育师资队伍建设力度。各校要明确至少一名具有一定专业基础的老师担任学校心理健康教育专兼职教师，指

导全校课程开设、活动开展、人员排查、心理辅导和危机干预工作。要组建以具备国家心理咨询师资质和镇江市心理健康教育初、中、高级教师，优秀班主任为主体的心理健康教育教研组，定期开展教研活动，集中研讨课程教学、活动组织和重点生辅导等工作。

要积极创造条件，组织教师参加各类专题培训，提升教师专业指导能力，全面提升学校心理健康工作水平。要高度关注教师的心理

健康教育，关心教师的工作、学习和生活状况，从实际出发，采取措施，减轻教师过重的精神和心理压力，指导教师学会心理调适，增强觉察能力、应对能力和指导能力。

5.逐步构建完善的校园心理危机预防及干预体系。各校要制定校园心理危机预防及干预方案，认真排查师生员工中可能存在的安全隐患，公布辅导教师名单、辅导时间、心理热线及在线答疑平台等信息，建立特异师生心理健康管理档案，积极主动与教师家

属或学生家长进行及时沟通。对个别有严重心理障碍的学生，或发现其他需要转介的情况，应及时识别和危机干预，转介到其它专

业心理咨询机构或医学心理诊治部门，并建立跟踪反馈制度。对危机事件发生的高危群体、高危时段进行提前预警，提高应对校园

危机事件的主动性、系统性和科学性，减少和避免各种不利因素对师生心理健康的不良影响。

三、多方联合，积极营造全社会共同关注的良好氛围

建立家校共育关爱心理健康协作机制，学校要引导和帮助家长树立正确的教育观、成人观和成才观，利用多种渠道向家长普及

心理健康教育知识，为家长提供促进孩子健康发展的具体方法，帮助家长掌握科学的家庭教育理念和正确的教育方法，为学生成长

提供良好的家庭教育环境。要充分争取市文明办未成年人成长指导中心、市卫健委、市公安局、市检察院、团市委、市妇联以及上

级教育行政部门或高校优质资源和力量，定期邀请专家入校宣讲，入校指导，全面提升学校心理健康教育工作水平，为广大中小学

生安全健康成长保驾护航

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！