# 学校新冠肺炎疫情心理健康预防方案

来源：网络 作者：尘埃落定 更新时间：2024-11-24

*学校新冠肺炎疫情心理健康预案新冠肺炎疫情发生以来，威胁着国人生命的同时，也引起了人们的恐慌、焦虑情绪。为减轻疫情所致的心理伤害，缓解人们紧张情绪，引导全体学生、老师、家长科学调试心理，正确对待疫情，保持心理健康，特制订学校新冠肺炎疫情心理健...*

学校新冠肺炎疫情心理健康预案

新冠肺炎疫情发生以来，威胁着国人生命的同时，也引起了人们的恐慌、焦虑情绪。为减轻疫情所致的心理伤害，缓解人们紧张情绪，引导全体学生、老师、家长科学调试心理，正确对待疫情，保持心理健康，特制订学校新冠肺炎疫情心理健康预案。

开学前：由于新冠肺炎传染性强，开学之前心理健康工作主要为线上心理健康知识宣传及心理健康疏导。主要工作从以下方面开展：

一、组建专业化的心理健康教师队伍

积极联系本县具有国家心理咨询资质的专、兼职心理健康教师，建立了疫情心理支持小组。旨在为县内的学生、教师、家长提供必要的心理支持和心理教育，为不同人群实施分类干预，并及时识别高危人群，积极预防、减缓和尽量控制疫情造成的心理社会影响。

二、通过微信群、QQ群开展心理健康教育

建立两个微信群、一个QQ群。两个微信群，微信群一为工作微信群，主要是平时心理支持小组工作安排，案例讨论，学习材料分享。微信群二为疫情心理健康宣传微信群，群对象为学生家长和老师，实行值班制，值班时间为，早上9点到11点30分，下午3点到5点30分，晚上7点到9点30分。值班时间段内，值班老师在群里给群成员分享疫情相关的心理学知识，并对在群里提出的共性问题一起探讨。QQ群群成员为学生，值班时间段为中午12点到14点，晚上7点到9点半，值班期间及时了解学生的身心状况，对学生进行心理疏导使其在居家隔离期间保持积极的心态。

三、积极宣传疫情相关的心理健康知识

为师生提供有针对性的心理健康教育，通过学校微信公众平台推送《徽县一中新型冠状病毒疫情心理防护知识》，引导学生、老师、家长孩子用积极乐观的心态面对疫情，通过心理疏导方法，帮助师生减轻因疫情带来的焦虑、恐慌和各种心理压力。

四、特殊个案心理疏导

通过电话、微信、QQ，对有需求的学生、老师、家长开展一对一的心理咨询和疏导，尤其是对在疫情中出现的因过度焦虑、紧张引起的心理问题，有效的提高其心理健康水平。

五、省级心理健康专家督导

积极联系高校心理健康专家，定期督导在疫情期间本校心理健康工作，确保本校疫情期间心理健康工作有序、有质。

六、案例转介工作

针对超出咨询伦理守则的高危学生、家长、老师，及时向同级或上一级咨询老师转介。

开学后：由于本校采取错峰开学，心理健康工作主要为线上、线下心理健康知识宣传及心理健康疏导。主要工作从以下方面开展：

一、线上心理健康知识宣传

通过微信群、QQ群宣传心理健康知识，尤其是帮助教师、学生尽快适应长假期后学校的学习、工作生活，通过疫情客观的认识自身的优缺点，学会调节开学引发的焦虑和紧张情绪，鼓励学生养成良好的卫生习惯，科学锻炼身体，树立健康饮食习惯，减少和消除影响健康的不利因素，更加积极的面对未来。

二、线上心理咨询工作

在疫情尚未结束之前，心理咨询工作主要采取线上形式，咨询时间为周一下午4:50—6:00，周二下午4:50—6:00，周四下午4:50—6:00，在此时间段内有需求者可通过微信、QQ、电话与咨询老师一对一的咨询。

三、线下心理健康课程

1.结合疫情特点，积极利用心理健康课，扎实备课，上好开学心理第一课，培养学生形成良好的心理品质，使学生更快的适应环境，不断提高心理素质。

2.针对高考延迟政策，开展专题教育，缓解学生焦虑情绪，引导学生以积极的心态迎接高考。

四、线下心理疏导工作

针对需借助沙盘、测评软件等心理咨询辅助手段的特殊个案，与来访者确定时间，积极做好个人防护，对超过伦理咨询守则的案例及时向同级或上级心理咨询老师转介。

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！