# 中心小学心理健康教育工作方案

来源：网络 作者：平静如水 更新时间：2025-01-09

*中心小学2024秋季心理健康教育工作方案疫情已经在国人努力下得到有效的稳定，目前我校已经复学。为进一步加强小学生心理健康教育工作，减少疫情对学生造成的心理问题和负面影响，帮助小学生们尽快适应开学后的学校快节奏生活，学校特制定了2024年秋季...*

中心小学2024秋季心理健康教育工作方案

疫情已经在国人努力下得到有效的稳定，目前我校已经复学。为进一步加强小学生心理健康教育工作，减少疫情对学生造成的心理问题和负面影响，帮助小学生们尽快适应开学后的学校快节奏生活，学校特制定了2024年秋季学期心理健康教育工作方案。

一、领导小组

组长：@

副组长：@

成员：各班主任

二、强化对疫情下心理健康教育重要性的认识面对突如其来的重大疫情，小学生缺乏足够的生活阅历和必要的心理准备，稳定的内在心理平衡被打破，且长期居家会导致许多学生产生焦虑、烦躁、恐慌等不良情绪；

前期采取线上教育、居家上课等方式导致部分学生出现注意力不集中、学习效果差等问题；春季学期师生返校后也可能会因为新的人际关系、教学模式、教学速度和学业负担、考试压力等带来的敏感、紧张、焦虑、抑郁、狂躁等心理问题。消除疫情对师生心理健康的不良影响，帮助广大师生更好地适应返校后的工作学习和生活，克服心理障碍，学会情绪管理和心理调适，是当前乃至今后学校心理健康教育工作的一项重要任务。

三、做好特殊时期心理健康教育工作

（一）做好特殊时期心理健康宣传教育。

班级要充分利用宣传栏、黑板报、微信、钉钉、班会等，开设心理健康教育，介绍心理健康普及性知识、突发事件的应激反应与应对、心理调适方法、心理重建等相关知识；发布疫情防控知识、心理防护知识、心理科普文章等，推送心理健康教育微课，引领广大师生增强自我心理保健意识，积极面对环境与身心变化，增强心理韧性。

（二）做好特殊时期心理辅导。

各学校要密切关注学生因疫情产生的各种应激反应和延期、较长时间的居家封闭带来的心理变化，以及返校后知识衔接困难、跟不上课程学习节奏、成绩出现落差等学习心理问题。返校后，要针对共性问题开展环境适应、压力应对、情绪管理、亲子关系等团体心理辅导，最大程度地预防和消除学生因疫情、延期开学而产生的心理行为问题。班主任要构建和谐的班级氛围，开展心理健康主题班队活动强化学生心理建设，多与学生情感交流，多留意学生的情绪和状态，对待学生要亲和，多与学生沟通和交流。

（三）做好学科心理健康教育渗透。

各学校要有意识挖掘学科知识的心理健康教育因素，在各学科教学中关注学生心理、呵护学生自尊，建立平等、尊重、激励的课堂心理氛围；要充分利用班会、校园活动、社团活动等各种活动，挖掘此次疫情的积极正面教育素材，引领学生树立胸怀祖国、珍爱生命、责任担当、尊重科学的人生观、世界观、价值观，促进人格健康发展。

（四）做好特殊时期教师的心理健康教育。

各地各学校要关心教师心理健康教育，学校要科学合理安排工作任务，给予教师充分的理解、激励与情感支持。返校后，适时适当开展教师心理健康教育培训，着重加强教师心理健康的自我维护、心理辅导理论与方法、特殊时期学生主要心理问题及其识别与应对等的培训，促进教师放松减压，增强教师心理健康教育意识。

四、进一步健全心理健康教育的工作机制

（一）健全心理健康教育工作机制。

要高度重视心理健康教育工作，成立疫情防控特殊时期学校心理健康教育工作领导小组，负责组织规划、统筹实施学校心理健康教育工作；要进一步完善学校心理健康教育组织机构，明确职责，在校长领导下，以心理专兼职教师为骨干，班主任为主力军，包括中层领导、任课教师在内的全体教师共同参与的心理健康教育工作机制；要有针对性地制定学生返校后学校心理健康教育工作计划，明确工作要点，制定心理健康教育工作方案

（二）完善学校心理危机干预机制。

进一步细化心理危机干预工作流程，完善心理危机应急预案，确保在心理危机事件发生的第一时间，做到多岗联动、调度到位、密切配合、无缝对接、措施有效。

（三）加强班主任心理健康教育工作实效。

班主任在日常工作中要加强对学生心理现状的关注，将班团队活动和心理健康教育内容有机结合，从健全学生人格和减少心理困扰的角度积极开展对学生的心理健康教育活动，鼓励有心理困扰的学生主动勇敢寻求帮助。班主任要加强与家长的联系沟通，发现学生情绪波动、行为异常，要及时做好心理疏导和思想工作。各学校要定期举行班主任心理健康教育工作经验交流会，分享班主任好的心理健康教育工作经验，切实提高心理健康教育的科学性和实效性。

（四）健全家校社心理健康教育协同机制。

学校要充分发挥学校在家庭心理教育中的重要作用，帮助家长增强自身心理健康意识、树立科学的教养观念。加强与家长的日常沟通联系，指导孩子合理安排作息时间，劳逸结合，提升家庭心理健康教育水平。

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！