# 心理健康总结[范文大全]

来源：网络 作者：落花时节 更新时间：2025-05-31

*第一篇：心理健康总结心理健康教育工作总结四（2）班 廖兴荣2024.6这学期以来，在学校领导的关心支持下，在同学们的参与配合下，我班的心理健康的工作不断进步，心理教育面向每一位学生取得了实效。现就这一学期来的工作情况做一下总结。一、开设心...*

**第一篇：心理健康总结**

心理健康教育工作总结

四（2）班 廖兴荣

2024.6

这学期以来，在学校领导的关心支持下，在同学们的参与配合下，我班的心理健康的工作不断进步，心理教育面向每一位学生取得了实效。现就这一学期来的工作情况做一下总结。

一、开设心理健康课

心理健康教育课是心理健康教育主要渠道之一，也是我班心理健康教育工作的特色。本学期我们在充分利用现有资源，规范课堂进程和课堂内容，活跃课堂气氛方面做了不少努力，取得了可喜的成绩

班级为学生配备了心理健康材料，心理教育以课程形式展开，把心理健康教育作为课程落实，对学生传播心理健康知识，进行教育。

再次，继续转变观念，从“以教师为中心，教材为中心，教室为中心”的旧框框中解脱出来，真正确立“以学生为中心，以学生的学用为中心，以全体学生的主动参与为中心”的教学理念。教师不再是课堂的主角，而是课堂的组织者和设计者，课堂进程的引导者。我们努力设计好每一堂心理课，尽量做到以活动为主，以学生的体验为主，在心理教育课堂中运用心理测验、录像、音乐、讨论等多种手段。这样做的效果就是使每位学生在课堂进程中都有发言的机会，都有参与课堂活动的机会，真正做到全体学生参与，学生在热烈有趣的活动中情感得到体验，行为得到训练，同时他们在活动中相互合作，相互沟通，增进了学生间的人际信任和合作观念，使课堂环境更加融洽，课堂效果更加明显。使心理健康教育课真正成了学生放松身心，完善自我的催化剂。

二、优化教育环境

1、创设催人奋进的物质文化氛围

教学楼楼梯的两侧挂满了张恒、张仲景、达尔文、爱因斯坦等古今中外名人的画像及名言。楼道内的墙壁上挂有大幅图画并附有一段段的哲理文字，起到了净化学生情操的作用。

2、树立科学的教育观念

教师在课堂上有学生的心理健康知识传授，并把意识转变为行动。

三、广泛开展心理健康教育活动

1、进行了心理问卷调查，了解学生对新环境的适应性，调查新生生活、学习上存在的问题，有针对性地提供建议，做好学生的管理工作。

2、通过黑板报、学习园地等处出了几期心理健康知识宣传栏，普及心理健康知识。

3、组织心理座谈会，了解学生的所思所想，对他们提出的问题认真分析总结，并提出有效的解决策略。

4、在班内组织辩论赛，就某个心理话题展开辩论，给学生一个锻炼勇气、培养应变能力的机会。

**第二篇：心理健康总结**

2024-2024学年上期工作总结

一学期以来，我们学部全体教师都能做到勤勤恳恳，教书育人，工作上相互配合，积极进取，不但如期实施了本学部学期计划中的各项工作，还顺利完成了学校布置的各项任务，并取得了一定的成绩。回顾一学期以来，总结如下：

一、同心协力、和谐相处

本学部有20多位教师，平时在本职岗位上勤勤恳恳，任劳任怨，不计较个人得失，始终如一，教师之间互相配合，诚心实意地交流思想，寻求共识，认真讨论学部工作中，班级工作中出现的各种问题，在平等协商的气氛中提出问题、分析问题、解决问题。老教师以身作则，做好新教师的带头人，年轻老师谦虚好学，在教学教育过程中成长很快。师德是基础，抓好师德促工作。我组积极创设和营造了浓厚的学习气氛，不断加强学习和实践、交流。积极学习“争做时代领跑人”的理念，认真参与师德、评课等活动。通过这些活动，更提高了广大教师的职业道德，形成了良好的部风：团结、务实、奉献、高效、创新，广大教师团结一致，共商教育教学改革发展，干劲倍增，形成了爱校如家，爱组如我、爱生如子的良好氛围，问题及时提，漏洞人人补，活动勤参与蔚然成风。教师与教师之间形成了团结协助、相互尊重和信任的良好氛围，使整个学部的全期工作得以顺利展开。

二、以德为首，齐抓共管。

教育以德为首。德育工作是搞好其它工作的重要基础。学部的老师高度重视德育工作，积极创建健康、和谐、向上的良好级风、班风。开学初，我们就确定了从狠抓学生在校行为规范教育做起，以养成教育作为德育工作的切入点，以此带动教育、教学工作的全面开展。为了保证此工作落实，开创一个良好的开端。1.开好一个头，配合学校的行规教育月活动，各班认真学习了“小学生日常行为规范”，“学生一日常规”“对违纪学生的处分规定”，以确保行规教育活动的实效性。各班以行为规范为突破口，培养学生“生活自理、行为自动、课堂自主”的“三自”意识，在以管理约束为特征的行为规范养成活动中，体现“学生发展为本”的思想，管而不僵。通过这一教育活动，我们年级全体学生的精神面貌有了较大的改观，原来部分同学吊儿郎当、萎靡不振的风气一扫而光，各项管理、工作也在处于良性发展态势。2.组织好每两周一次学生会，结合当前形势、学校工作重点，针对本学部的情况确定会议主题，每次教育活动都意义深远，使学生感触颇深。3开展“责任心”讨论充分发挥学生主体活动，重新制定体现班级特点的温馨班级公约，让学生对自己有了更高的要求，约束力更强。4写好每一次的成长录，班主任把它作为了解学生，联系家长的又一途径。学部老师积极参与“德育动态”论文评选，用自己的体会书写德育心得。5关注每一个学生的心理健康，学校心灵驿站的开放，任课老师也积极配合班主任做好学生的思想工作，把一些不良因素遏止在萌芽状态。

三、提高效率，把好质量

语、数、英老师，个个工作上都是真劲实干、并具有丰富教学经验的教师。他们敬岗爱业，一心扑在教学第一线上，从不说累说苦，总是那样认认真真、踏踏实实地工作。团结就是力量，有了力量就有了战斗力。一学期以来，在学校的直接领导下，以班主任和各备课组长为核心，认真研究，精心策化，周密部署每项工作，备课组之间思想上一致，心灵上沟通，使学部的每一位教师都是以饱满的热情支持并投入学校的工作，因此我们的各项工作都开展的比较顺利。每个备课组又以备课组长为核心，通力协作，落实到位，全体教师精诚团结，一人有事，其他人都毫无怨言的顶上去，圆满完成学校交给我们的任务已成为我们共同的心声，在业务上加强督导，确保学生成绩整体上台阶。虽然开学初的成绩有点不尽人意，但通过大家的共同努力，后期有了较大的进步。

1、按学校要求加强个人备课及集体备课的力度。本学期，我部教师深入钻研教材，广泛阅读各种与教学相关的书籍、论文。把教材研究触角延伸课外，结合学生实际因材施教，备好每一节课，认真组织好每一次集体备课，每位教师积极参与发言讨论，确定最好的教学方法。在集体备课时把教学设计、教学方法、教学中容易出现的问题研究透彻，不浪费每一分钟，良好地保证了上课的高效。

2、强调作业批改的质量，特别是加强了阅读笔记批改的指导和习作指导的个体化。做到了精批细改，及时反馈，有的放矢。为了做到这些，寄宿小学本来就很辛苦，但还经常有老师中午不回家吃饭并放弃午休，晚上加班加点，甚至在家里批阅作文、试卷等。作业及时、有效地批改，有利地推动了学生知识、技能的反馈，实现了学生能力的迁移，使课堂教学得以良性循环，真正成为道德课堂。

3、注重了与课堂教学相关活动的开展与考查、辅导。在抓好课堂教学的同时，有教师利用课间甚至休息时间强化了对优生的个别提高性指导和后进生的补习辅导。实现了能力的迁移、延伸，使学生的各项能力均得到公正、及时的评价，促进学生各项能力的发展。

4、每次考试后都及时进行针对出现的问题与不足，进行反思与想对策，调整制定下一步的教学计划。对于教学工作中出现的问题细心观察、仔细分析、研究对策，小到每个学生的言行，大到每个备课组的教学设计，年级管理委员会都细心过问，我们认为精讲、精练、常考、注重反馈是取胜的法宝。

工作反思：

整体上，我们各方面工作都开展的比较顺利，取得了一定的成绩。但是，在班级管理上，还有个别班暗藏着较多不稳定的因素，暴露出不少问题。有个别教师的教学管理不是很到位，方法欠佳，效果不明显；对学困生的帮教，缺乏有效的方法和指导；对学生青春期的心理、生理的教育和辅导还做得很不够，等等。因此，我们今后还要在加强班级的有效管理上，注重整体学习风气的培养，牢牢把握教学质量关。工作虽然扎实、有效，但创新精神还有待于进一步提高。工作积极性都很高，应注重工作的灵活性与其它教师的交流。衷心希望我们教师要勇于探索、大胆尝试。树立争先赶优、敢为人先的大局竞争意识，并扎实地开展自我学习、自我提升活动，人人树立“先走半步，步步领先，多走半步，步步在前”奋发向上的思想。“苟日新，日日新，又日新，”时时都有一个崭新的自我形象。我坚信，我们学部全体教师在学校的领导下，会在新的学期更加努力，取得更优秀的成绩。

**第三篇：心理健康总结**

（2024——2024）上学期小学生心理健康教育教学计划

一、指导思想

根据《中共中央国务院关于深化教育改革全面推进素质教育的定》和教育部《关于加强中小学心理健康教育的若干意见》，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、教学目标

总目标：培养和造就具有良好的文明习惯、学习习惯、生活习惯、劳动习惯和卫生习惯，具有坚忍不拔的意志品质，自立自强的生存、生活能力，有强烈的爱国意识和社会责任感，会做人，会求知，会创新，能从容迎接未来挑战的高素质的人才。

具体目标：

1、能够经常对自己进行“警句长鸣”――一定要做到“守信”与“守时”，消除嫉妒心，言行一致，表里如一，充满信心，能够正确对待自己的学习成绩，勤于思考，不甘落后，走上成功之路。

2、使学生明白什么是真正的友谊，男女同学间怎样进行交往好，如何同老师、同学保持密切的感情联系，有集体荣誉感，并掌握一定的社会行为规范，提高学生的社会适应能力。

3、使学生知道遇到困难和挫折应怎么办，自觉地控制和改变不良行为习惯，锻炼自己坚忍不拔的毅力，培养个人灵活应对的品格，初步学会休闲，提高自我保护意识。

4、通过心理健康教育，帮助学生学会调适。帮助学生学会正确对待自己、接纳自己，化解冲突情绪，保持个人心理的内部和谐。矫治学生的问题行为，养成正确的适应学校与社会的行为，消除人际交往障碍，提高人际交往的质量。

5、通过心理健康教育，引导学生认清自己的潜力与特长，确立有价值的生活目标，发挥主动性、创造性，追求高质量、高效率的生活。

三、教学内容：

1、立下坚强志―――坚强意志与耐受挫折的教育。（1）培养坚持不懈、坚忍不拔的意志品质。（2）培养学生形成处事果断的良好习惯。（3）培养学生良好的自我控制力。（4）引导学生正确应对挫折与困难。

2、浇灌友谊花―――自我意识、人际交往教育。

（1）学会正确认识自己，悦纳自己，尊重自己、相信自己。（2）学会正常人际交往，与同学、老师、家长良好关系。

（3）正确认识性别差异，接受发育过程中的身体变化，正确认同性别角色，同异性同学保持正确的交往心态。

3、迎接新挑战―――人格养成教育。

（1）引导学生树立发展健全人格的愿望与动机。（2）注重学生的自我人格养成教育。（3）对有人格障碍的学生进行重点辅导。

四、教学措施：

1．坚持以人为本，根据学生心理、胜利的特点及发展规律，运用心理健康的理论和方法，开展丰富多彩的活动，培育学生良好的心理素质，促进他们身心全面和谐的发展。

2．立足教育，重在指导，遵循学生身心发展规律，保证心理健康的实践性和实效性，面向全体学生，关注个别差异，以学生为本，尊重学生、理解学生。

3．提高全体学生的训练素质，充分开发他们的潜力，培养学生乐观的、向上的心理品质，促进学生人格的健康发展。

4．对少数有心里困扰或心理障碍的学生进行科学的、有效的心理咨询和辅导，使他们尽快摆脱障碍，提高心理健康水平，增强自我教育能力。

（2024——2024）下学期小学心理健康教育工作计划

一指导思想

以教育部的《关于加强中小学心理健康教育的若干意见》、《中小学心理健康教育指导纲要》的重要文件为指导，认真贯彻文件精神，结合我校学生实际开展学校的心理健康教育工作，力求把我校的心理健康教育推上新台阶。

二、主要工作目标

1、坚持以人为本，根据学生心理特点及发展规律，运用心理健康的理论和方法，开展丰富多彩的活动，培育学生良好的心理素质，促进他们身心全面和谐的发展。

2、立足教育，重在指导，遵循学生身心发展规律，保证心理健康的实践性和实效性，面向全体学生，关注个别差异，尊重学生、理解学生。

3、提高全体学生的心理素质，充分开发他们的潜力，培养学生乐观的、向上的心理品质，促进学生人格的健康发展。

4、对少数有心理困扰或心理障碍的学生进行科学的、有效的心理咨询和辅导，使他们尽快摆脱障碍，提高心理健康水平，增强自我教育能力。

三、工作要点

（一）、加强学校心理健康教育队伍建设

学校心理健康教育不是心理健康教师一个人的事，是所有学校教育工作者的事，所以学校应成立以心理健康教师为主，班主任教师为辅，其他教师为基础的学生心理健康教育战线。

（二）、探索多渠道的学校心理健康教育的模式

1、团体辅导。

利用每班的健康课，为学生提供全面的帮助，主要为塑造班级集体良好的氛围和集体的良好行为，激发群体向上的精神。

2、设立“心语信箱”。

开设心理咨询室，接受以学生个体或小组为对象的咨询。心理咨询室有专任教师负责和专门的工作计划，固定的开放时间，固定的场所。根据心理咨询室建设要求，布置合理的环境，除了符合心理辅导的要求，还要考虑儿童的审美特点，让学生一进门便喜欢它。

3、个案教育。以智优学生、智力临界学生、模范学生、问题较多的学生作为个案对象，以本人知道或不知道两种方式研究。采用跟踪研究，合作的方式进行。

4、指导家庭进行心理健康教育 小学生的心理健康教育仅仅由学校实施是不够的，在更重要的意义上讲，小学生心理健康教育主要依靠家庭教育，因为家庭才是学生的来源与归属，小学生心理健康最后要归结于此。因此，学校、家长应该合力重视小学生心理健康教育，我们利用家长学校、家长开放日、等多种途径，坚持不懈向家长提出各种建议，指导家长开展小学生家庭心理健康教育。

5、指导小学生进行自我心理健康教育

提高心理健康课实效，心理健康老师应重视指导小学生学习简单有效的自我心理健康教育的方法：

（1）学会放松。要使小学生知道紧张是正常的心理反应，是可以通过想象、转移注意力、调整呼吸、体育活动、听音乐、唱歌、阅读、睡觉等方法调节放松。

（2）与人谈心。要使小学生知道有问题要学会求助，在学校可以找老师、心理辅导老师谈心；在家里可以找长辈、亲友谈心；在社会上也可以有谈心的对象，如心理咨询电话等等。无论何事何时都可以与人谈话，学会与人谈心一辈子受益。

（3）学习写日记或周记。小学生要学习用笔与自己谈心，把心灵的轨迹用文字描绘下来，对心理健康成长有很大的帮助。教师和家长要尊重孩子的隐私，公开日记要得到本人的允许。小学生也不用过分担心自己的内心秘密被他人知道，要学会坦然地对人与对己。

总之，我校将进一步加强小学生自我心理健康教育，利用一切资源开展小学生心理健教育，促进全体学生的健康发展。

2024—2024学年第一学期 小学三年级心理健康总结

百泉小学 于娟娟

这个学期的心理健康教育工作中，我们不断探索、创新，切实提高成效，取得了一定成绩。

一、关注校园心理安全，首先抓好教师的心理健康。

学校充分认识到心理健康教育应以了解学生为基础，以创设和谐气氛与良好关系为前提，教师以自身健康的心理去影响学生，本身就是一种最有说服力的心理健康教育。因此学校营造了一种民主的、平等的、和谐的、安全的、充满人文关怀的、具有浓郁人情味的工作氛围和心理环境，真正减轻教师的心理压力和精神负担。

二、整合学校各种资源，发挥心理健康教育合力。

1、充分利用课堂教学，扎扎实实推进心理健康教育。在我们上课的过程中，老师和学生之间无时不在进行情感的交流和心灵的沟通，我们注重引导教师挖掘教材中有利于培养学生良好心理素质的因素，通过巧妙的设计，通过组织各种活动，使师生之间达到共鸣和合声，在实实在在推进心理健康教育。

2、丰富校园文化、通过各种喜闻乐见的活动来推进心理健康教育。

学校的丰富的文化活动是我们所需要的，我校通过开展丰富多彩的校园文化活动，为学生搭建表现才华的舞台，调节学生的身心，释放学生的潜能，并通过各种竞赛，来培养学生的合作精神、奋勇拼搏的精神等，这些，都在潜移默化中培养了学生良好的心理素质。

3、利用学校各种设施，推进心理健康教育。

开展心理健康教育，我们注重利用好学校的各种现代化设施，通过宣传橱窗、红领巾电视台，校园网，一休自由宫来开展形式多样，丰富多彩的各种心理健康教育活动。

三、强化措施

为了使心育工作落到实处，学校采取了一系列切实可行的措施。

1、明确分工。

2、保证时间。把心育课排进课表，每周一节，使心理健康教育有序进行。

3、适时督查。学校每期对心育工作督查两次，发现工作不到位的现象，及时督促。四、一年来，春种秋收，倾注心血，喜摘成果。

1、教师在头脑中建立了心育理念，为后续心育工作打下了思想基础。

2、班主任积累了一定的心育经验，与学生一起成长。

3、学生幼小的心灵受到了洗涤，灵魂得以净化。学生健康快乐的学习、生活，幸福地成长。

2024——2024学年第二学期 小学三年级心理健康总结

百泉小学 于娟娟

心理健康教育是素质教育的基础，依据《中小学心理健康教育指导纲要》的指导思想、方法等，结合我校实际情况，本学期我校在心理健康教育方面开展了如下工作：

一、对学校全体教职员工进行培训

为了使学校的心理健康教育工作能够具有实际意义，使所有教师关注心理健康教育，提高对心理健康教育的认识，创造心理健康教育的大环境，使心理健康教育达到全员化，学校从实际情况出发，努力通过对外交流，外出学习，收集资料，派教师参加培训等手段来提高教师自身的心理健康教育水平。通过学习，我校教职工对心理健康教育的认识有了不同层次的提高，同时，在教育教学过程中，教师们也相应的有了进行心理健康教育的意识，为心理健康教育在我校的进一步开展奠定了一定基础。

二、在学科教学中渗透心理健康教育

课堂教学中渗透心理健康教育有助于课程改革目标的实现，我校在通过对全体教师进行讲座等形式的培训，提高教师对于学生心理健康教育的认识的同时，针对教师教育教学工作，学校结合学生心理健康教育对任课教师的课堂教学提出以下要求：

1、教学要含有发展学生潜能和促使学生人格完善的目标，要使学生在获得基础知识和基本技能的同时发展能力和健全人格。

2、创设能激活学生主动参与教学活动的环节，调动学生的兴趣和动机，使学生在参与中得到满足，得到发展。

3、营造鼓励学生质疑、探究和创新的课堂气氛，给学生得以发展的时空。

三、普及心理健康教育，做好心理健康教育讲座

我校定期开展心理知识讲座，普及心理健康科学常识，帮助学生掌握一般的心理保健知识，培养良好的心理素质。本期，共组织心理知识讲座3次，其中还特别组织了针对六年级毕业生的心理健康教育讲座，由兼职心理辅导员谢凡老师和六年级学生面对面的交流，收效明显，也受到了六年级学生的欢迎，此次讲座报道发表在石峰区教育科研网站上。

四、通过各年级家长会进行心理教育

学校指导与家长配合相结合。学生生活的环境主要是家庭和学校。学校在实施心理健康教育过程中起主导作用，但不可忽视家庭因素。家长是孩子最好的心理医生，学校心理健康教育要赢得实效，必须赢得家长的支持。我们着力修筑学校与家庭之间沟通的桥梁，开办好家长学校，普及心理教育基本知识。召开家长会，共同探讨孩子心理健康问题，形成学校、家庭教育合力。

在今后的工作中，我校在心理健康教育活动中，还将不断努力，争取更大的成绩。

**第四篇：心理健康总结**

心理健康活动总结

5月25日是大学生心理健康节，针对大学生的种种心理现状，围绕大学生在成长过程中普遍存在的心里困惑，09级及10级学生以“和谐心灵，精彩人生”为主题，展开了系列的心理健康活动。

本次活动旨在关注心理健康状况，交流心理健康问题。在增加学生课外活动的同时，使学生了解并正确面对心理健康问题，积极营造有利于心理健康的氛围。

本次活动的内容主要有：开展演讲，疑惑提问，倒苦水，心理测试和放飞祝福等。

1、在演讲环节，学生针对不同的方面对大学生心理健康说出了自己的了解。如：

心理健康的特质：幸福感；和谐；自尊感；潜能的发挥；人格的统整；与环境保持良好接触；在环境中保持有效的适应；在环境中保持相对独立等。

大学生心理健康中值得重视的问题：学业问题、情绪问题、人际关系问题、焦虑问题、情感问题、性健康、特殊群体心理健康问题和大学生活适应问题。

大学生常见的心理问题：学习动力不足，学习目的不明确，学习成绩不理想，存在自卑心理，孤独心理，嫉妒、报复心理，与异性交往困惑等。

这一系列的演讲是学生课余时间自己总结整理出来的。首先进行主动找寻和探索，再通过演讲的形式表达出来，起到了意想不到的效

果。多数学生表示，原来自己的某些情绪属于心理问题，需要合理的正视并调节。

2、在“倒苦水”互动游戏中，学生将自己的一些“小秘密”、“小郁闷”说出来，发现大家都在生活和学习中遇到过各种挫折。比如：宿舍关系处理问题，学习问题，嫉妒心理，异性交友问题等等。大家纷纷打开心扉，交流心得并解开心结。通过这次互动游戏，使学生了解发现了身边的心理健康问题，正确面对并调节负面情绪。同学们在本环节的活动中笑声不断，彼此的发掘对方的小秘密，增进这珍贵的友情，把本次活动推上了一个小高潮。

3、心理测试，为了使大家更加全面的对自己的心理问题进行了解，活动展开了心理测试答卷。比如：你遇到某某问题发狂概率有多大，坐公车的礼貌问题等等。在这一环节同学们认真答卷，在心理测试的形势下了解自己的心理问题，意识到心理问题是每个人都应该面对的问题，激发了学生的积极应对心态。

4、视频展播，为了让学生更加更加全面的认识到了大学生心理问题，通过大学生自杀、谋杀、退学等视频，学生认识到了心理问题的重要性，认识到了积极心态的重要性。通过观看以励志、乐观、拼搏、努力为主题的视频，激励学生勇于进取的潜能。最后，专家对心理健康系统的介绍更加深了学生对心理健康的认识。

5、绘制活动标语，此环节热火朝天，学生用自带的纸笔，加上自己在本次活动中了解到的心理健康知识。通过自制标语来表达出自己本次活动的感想，意义非凡。

最后，本次活动在学生营造的愉悦气氛下结束。

通过这次活动，让同学们增长了心理健康的知识，增加了学生交流的机会，促进了同学们的友谊，也使学生对心理健康问题有了系统全面的了解。相信在今后的生活学习中，大家都能即使合理的调节自己的心理情绪，都能更好的发挥潜能，为系为学院做出自己的贡献。

整个活动同学们积极响应，通过“放飞祝福”阶段，让学生向别人发出自己真心的祝福，培养了同学们感恩的心，使每一名学生都整理好了自己的感悟，并把今天了解到的知识牢记在脑海里。

缺点与不足：在欢笑与成绩的同时，本次活动也存在着一些不容忽视的问题。部分学生不太积极，环节的连接较慌乱，有些学生发言过于简单。相信通过这次活动的举办，今后的活动一定更加趋向成熟。

**第五篇：心理健康总结**

2024-2024第一学期心理健康教研工作总结

我们心理健康教研组，犹如一个初生的婴儿，学校领导给我们很大的关怀。在本学期里，我们心理健康教研组也扎实的迈出了第一步。

一、认真参加区级各项培训，学取真经。

开学以来，我区共举行了四次心理教研教研活动，每次都为我们解决面临的实际问题。如个体辅导技法，如何上好心理活动课，先进经验交流等，都让我们从本质上认识了心理健康教育，从而更让我们明白了其重要性。其本质在于：

育人目标：心理健康教育课程的最终目标是培养学生健全的人格，具有良好的社会适应性和良好的心理品质。

基本文化成果：心理健康教育课程的学习内容。

学习活动方式：心理健康教育课程以经验为载体，学习方式是个体自觉接纳。没有强制要求，更不是系统的心理学知识的讲授。课程以活动的方式，在教师指导下，以班级为单位，有目的、有计划、有步骤的去培养、训练、提高学生心理品质，让学生在活动中去体验、感受，从而发现自己和发现别人，认识自己和认识别人，学会学习、学会生活、学会交往。

基于以上本质我们认真将心理健康教育落到实处。以发展的眼光来看待学生的心理状况，教育活动必须立足于促进学生的心理发展，以从低到高、由浅入深、由易至难的原则安排课程内容，旨在促进学生个性心理和人格健康发展以及心理素质的全面提升。我们全体心理健康教师将心理健康教育渗透于学校教育的全过程，融入在学科教学、学校教育活动和班主任工作、少先队工作等多项工作中；进行心理健康专题讲座和开展有关的心理健康文体活动；开展团体心理咨询和辅导并将其过程详细记录，以备研究积累；建立学校和家庭心理健康教育的沟通渠道，优化家庭教育环境等。

二、定期举行观摩课、研讨课等，认真落实听课、评课制度。

本学期以来成欣、李燕、王玉霞、张晖四位老师讲授了公开课。课后，我们针对教学思路、教学方法、教学过程中的不足与亮点都提出自己的意见。以心理健康活动课的模式与特点为重点研讨对象并形成具有一定模式的心理健康教学模式。

首先，确定认知目标 态度目标与情感目标：指形成对社会、自然、他人以及对自我的态度与情感。

问题解决与能力目标 ：指运用有关知识技能和经验来分析解决问题。

其次，遵循心理健康教育课程的设计原则

1、发展性的原则：

课程必须以发展的目光来看待第一位学生，而不是仅仅限于心理健康的一般要求。

2、主体性原则：

主体性原则主要体现在：一切活动都要以学生为根本出发点和归宿，从活动内容的设计到活动形式的选择都应根据学生的实际需要和年龄心理特征，使学生在积极的活动中获得发展；学生是活动的主人，主体性活动贯穿活动过程的始终，学生可在教师的指导下，进行独立的自我设计、自我组织和自我评价。学生是活动全过程的设计者、组织者和参与者。

最后，让学生在活动中得到收获 在活动过程中：

（1）充分解放学生的各种感官，使其在自由而充分的活动中得到发展。（2）教学以学生的活动为主要形式，将心理健康教育的各项内容有机地渗透在各项生动有趣、符合学生发展需要和接受水平的活动中，使学生在活动过程中健康成长。

（3）教师引导学生创造性地设计和组织一系列丰富多彩的活动，积极主动地参与活动的全过程，在活动中进行心理的自组织，从而获得全面而健康的发展。

（4）在制定课程计划时，着眼于全体学生；确定教学内容时，考虑全体学生共同需要及共性问题；在活动安排上，注意给每个学生机会，做到全员参与。

三、初步进行了个别心理辅导

个别心理辅导个别心理辅导主要是对少数有心理问题的学习进行心理辅导，以帮助他们解除心理问题，克服心理障碍，是心理朝健康的方向发展。

进行个别心理辅导时，我们自重从以下几个方面进行：通过心理谈话和咨询，了解个别学生的心理问题现状，并在谈话过程中对所了解的心理问题进行解释和辅导，指明克服这些问题的方法；心理行为训练，即针对个别学生突出的心理问题，设计专门的活动对其进行心理行为训练，通过训练达到提高某种心理品质的目的；如本校三二班的李洋，自卑心理特别严重，并产生了厌学的倾向。心理老师针对这一现象与其谈话，并进行了一系列的行为训练，现在这名学生已没有了厌学倾向，性格也活泼多了。家长表示非常感谢。

四、下学期展望

1、继续加强心理教研力度。每月推出一节精品课

2、建立心理咨询室，为更多的学生提供服务

3、加强培训力度，让每位心理教师更专业。

4、加强心理健康教育宣传力度，每班建立心理健康专栏，普及心理健康知识。

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！