# 2024心理健康教育工作计划优秀范文5篇

来源：网络 作者：心旷神怡 更新时间：2024-02-24

*当我们在写工作计划的时候，就是增强自我认知的时候，只有对自己拥有全面的认知，才能大大提高自己的工作效率，你是否也有这样的体会呢？写一写相关的工作计划吧，以下是小编和大家分享2024心理健康教育工作计划优秀范文相关参考资料，提供参考，欢迎你的...*

当我们在写工作计划的时候，就是增强自我认知的时候，只有对自己拥有全面的认知，才能大大提高自己的工作效率，你是否也有这样的体会呢？写一写相关的工作计划吧，以下是小编和大家分享2024心理健康教育工作计划优秀范文相关参考资料，提供参考，欢迎你的参阅。

2024心理健康教育工作计划优秀范文1

本学期我校心理健康教育工作，以完善学校心理健康教育的组织机构和工作机制为保障，以学校的工作计划、德育计划为指导，认真贯彻执行教育部《关于加强中小学心理健康教育的若干意见》，通过多种形式对不同年龄层次的学生进行心理健康教育和指导，努力创造条件辅助和激励学生健康成长。

一、指导思想：

提高学生的心理素质，提高学生的心理健康水平是教改的重要内涵，国家教委新制定的中小学德育大纲中已明确将心理健康教育作为中小学德育的重要组成部分。因此要通过多种方式对学生进行心理健康教育和辅导，帮助学生提高心理素质，健全人格，增强承受挫折、适应环境的能力。

二、具体目标：

1、注重学生心理辅导，做好学生心理咨询工作，做好个案辅导、登记工作。

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、重视学生心理团体辅导工作。

4、不断丰富教师的教学策略，有效提高教育教学水平。

5、做好家长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。（每学期最少开设两节以心理健康为内容的主题班队会）

三、内容要求：

1、学习心理与智能发展指导。

（1）帮助学生了解自己，认识自己的潜能，激发其学习的信心。

（2）引导学生形成强烈持久的学习动机。

（3）引导学生养成良好的学习习惯。

（4）学习策略的辅导，包括阅读、记忆、思维、问题解决、自我监控等策略。

（5）特殊时段的学习心理调适。如竞赛前夕、升学考试前夕。

2、情绪、情感、情操教育。

（1）认识情绪的丰富多样性与易变性。学会认识自己与他人的情绪。

（2）掌握控制、表达、发泄情绪的适当方式与合理途径。

（3）学会保持积极心境的方法。

3、坚强意志与承受挫折的教育。

（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。

4、自我意识、人际交往及性教育。

（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。

5、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、学校心理健康教育的途径：

（1）心理课辅导。每个月的最后一周班主任教师利用班会课根据本班具体情况开展心理活动课。

（2）心理咨询室。逐步开放“心灵家园”，接受以学生个体或小组为对象的咨询。逐步做到心理咨询室有专任教师负责，固定的开放时间，固定的场所。

（3）办好“心灵信箱”，以便个别学生羞于启齿，可以利用写信的方式和学校的心理老师进行沟通、预约咨询，一般的问题由心理老师转交班主任回复，特殊的由心理辅导老师进行个别咨询。

（4）以“点”带“面”，利用学校宣传阵地。

“各班板报、红领巾广播站”是我校学生熟悉的宣传阵地，本学期将充分利用现有的阵地宣传心理知识，在红领巾广播站、多媒体教室进行讲座，对个别案例进行解析，对一些常识性的问题进行解答，让学生在学习、生活中随时保持正常的心态。

（5）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的心理健康教育，我们利用家长会等多种途径，坚持不懈地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。

（6）指导小学生进行自我心理健康教育。

指导小学生学习简单有效的自我心理健康教育的方法：a、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的。b、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。c、学习写日记或周记。小学生要学习用笔与自己谈心，把心灵的轨迹用文描绘下来，这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。

本着“成长比成绩重要，成人比成才重要”的理念，我们全体教育工作者全心投入，重视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康教育，促进全体学生的健康发展，为孩子的心理健康保驾护航是我们为之努力的目标。

五、每月具体工作安排如下：

3月：

1、制定心理健康教育工作计划，明确本学期工作思路。

2、开放心灵家园，心理老师开始正常值班。

3、开放“心灵信箱”。

3、利用“红领巾广播站”进行心理健康知识专题讲座。

4月：

1、组织班主任学习有关心理辅导的知识、方法等。

2、建立学生心理档案。

3、开展心理健康教育讲座——打开心灵的快乐频道，对学生进行常规心理健康测查。

5月：

1、利用家长会向学生家长宣传心理健康知识。

2、开展心理健康知识专题讲座。

6月：

2、心理健康教育学期工作总结。

3、心理健康教育档案资料汇总整理。

2024心理健康教育工作计划优秀范文2

为全面贯彻落实党的教育方针，促进学校健康教育事业的发展，不断增强我校师生的健康意识，提高健康水平，开展扎实有效的\'健康教育工作，现结合我校实际情况，特制定本年度健康教育工作计划。

一、工作目标

1、 普及基本健康常识，使学生了解健康卫生的重要意义，了解生活中遇到的生理现象，培养学生良好的行为习惯，改善学校的卫生与教学条件，加强学生对常见疾病和传染病的了解与预防。

2、 提高全体学生的心理素质，充分开发他们的潜能，培养学生乐观、向上的心理品质，使学生不断正确认识自我，调节自我，承受挫折，适应环境的能力，对有心理困扰或心理障碍的学生给予科学有效的心理辅导，使他们尽快摆脱障碍，提高心理健康水平。

二、组织健全 责任明确

学校健康教育成立了以校领导为组长，以教务处、政教处领导为成员的健康教育领导小组，以健康教师为主干成员，完整地构建了由学校领导、教务部门、健教老师组成的学校健康教育三级管理网络体系，责任到人，落实到位。

三、主要工作

1、 课程开设：

为了充分发挥课堂教育的主渠道作用，学校将开足健康教育课，内容包括生命健康常识与心理健康教育，以每周开设0、5课时的健康教育课的形式展开。

2、 教材与教案

教材的编写和制定都蕴含着不少健康教育的因素。教师要充分地有意识地运用教材本身的魅力作用，有机地运用它去塑造学生健全人格与全面发展。一、二年级学生一律使用义务教育阶段统编的教材《小学生健康教育》，三、四、五、六年级使用地方实验课程版的《生命与健康常识》。

教案书写力求做到无概念错误、整洁、简练等内容。一方面要包含基本的生理健康与卫生常识，另一方面要包含学生心理健康的教育内容，在既把握健康教育课总理念的同时，又要充分保证各班“因人制宜”的个性发展。

3、 开设心理辅导室

心理辅导室，配有专门的心理疏导设备，有舒适温馨的疏导环境，由心理咨询师和专业的心理健康教师进行一对一的辅导。对学生在学习和生活中出现的问题给予直接指导，排解学生心理困扰。

在开展中学生心理健康教育过程中，学校为了保证心理健康教育的实践性与实效性，必须坚持以下基本原则：（1）针对性原则，根据学生心理发展特点和身心发展规律，有针对性地实施教育；（2）全面性原则，面对全体学生，通过普遍开展教育活动，使学生对心理健康教育有积极的认识，使心理素质逐步得到提高；（3）差异性原则，关注个别差异，根据学生的不同需要开展多种形式的教育和辅导，提高他们的心理健康水平；（4）尊重学生，以学生为主体，充分启发和调动学生的积极性。积极做到心理健康教育的科学性与针对性相结合；面向全体与关注个别差异相结合，尊重、理解与真诚相结合，预防和发展相结合。（5）保密性原则。对求助学生的所有资料和信息决不应作为社交闲谈的话题，要进行保密。

4、 健康教育师资培训

大力开展读书活动，以提高教师专业水平。健康教育师资培训期初有计划，期末有总结，全期培训将采用集体培训与个人学习相结合的方式。健教教师将积极参加市级培训及区组织的培训，在学校采用由主管领导以及校行政人员和部分教师讲座的形式，组织教师看碟、听广播等。教研组要经常组织健教教师开展教研活动，组织听课，评课，每学期还要进行1—2次健康教育检测。与此同时，为更好的保证教学质量，学校组织常规教学检查和针对健康教育的专项检查，检查结果将最终作为健教教师考核依据之一。

5、 创设良好的课堂环境与校园环境

在课堂中，教师努力创造一种和谐、民主、平等、轻松的心理氛围，充分发挥学生的主动性、独立性、合作性，让兴趣引导学习。在这样的氛围中学生健康愉快的情绪得以保持，自主性得到发展，合作精神、创新精神得到培养。

在学校日常工作中，重视营造良好的校园氛围和宽松的心理环境。学校注重校容校貌的建设，使学校环境实现绿化、美化、净化。继续健全、完善心理辅导室，配备设施，添置适合学生阅读的心理书籍，使心理辅导室漂亮、温馨。校橱窗设“健康园地”，通过校广播、电视、书刊、网络等宣传媒介大力宣传健康小常识与心理知识，使学生时时刻刻接受着健康的熏陶，学校心理环境谐和、真诚、奋进，孕育了一种健康向上的和谐氛围。

6、 健康教育与家庭教育结合

家庭教育是学校教育的一个不可忽视的部分。但是家庭教育中，一些家长单纯地重视孩子的需求而忽视了孩子的心理健康教育。今年通过家长学校对家长进行教育培训，在校报开设家长心理健康教育专栏。通过举办专题讲座，开展亲子活动等提高家长教子的能力。

7、 建立健康档案

建立学生健康档案，对我校学生进行心理健康普查，了解我校学生心理问题，为心理健康教育提供参考依据，建立测试档案，有利于增强心理健康教育工作的实效性和针对性。与此同时，为加强师资队伍建设，以人为本，关爱教师，促进师生的全面、和谐发展，我校也为教师建立健康档。

2024心理健康教育工作计划优秀范文3

一、指导思想

随着中小学阶段独生子女群体的日益扩大，以及社会经济的发展，心理健康教育问题成为一个需要普遍重视的问题。《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》明确指出：“针对新形势下青少年成长的特点，加强学生的心理健康教育，培养学生坚韧不拔的意志、艰苦奋斗的精神，增强青少年适应社会生活的能力。”

二、学校心理健康成长项目应达到以下标准

1、要将学校心理健康教育工作纳入班级工作计划。

2、要有课时计划（含必修课、选修课、活动课、班团队会活动等）。

3、要设有心理咨询室及相关设施，并建立学生心理档案，坚持开展心理辅导工作（团辅与个辅相结合、面对面辅导与通讯工具辅导相结合）。

4、要以能力建设为导向，通过逐步完善青爱小屋的“十个一”功能，实现青爱教育的总体目标。

5、要开展生命教育，引导学生增强生命意识，学会自我保护，提升生命质量。

6、要有专项经费，要有专人负责，并配备一定比例的专（兼）职心理健康教育教师，对专（兼）职心理健康教育教师、班主任及德育干部等有系统的培训和进修计划。

7、要制定并实施相应的考评方法。

三、学校心理健康成长项目的组织领导

学校充分认识到心理健康教育的重要性和紧迫性，把心理健康教育工作纳入德育工作体系，把心理健康教育做为增强德育实效性和针对性的重要突破口。

学校根据本校实际情况，积极开展调查研究，制定符合本校的发展规划和健全心理健康教育工作网络，成立心理健康教育成长项目指导组，研讨、指导学校心理健康教育，做到有分管领导，有专兼职辅导教师。

四、学校心理健康成长项目的内容

学校心理健康成长项目是要帮助学生树立心理健康意识，普及心理健康常识，了解心理异常现象，增强学生的心理体验和感受，并初步掌握一些心理保健常识和心理调节技巧等。根据各个年龄阶段的发展特点和规律，心理健康成长项目指导组结合学生实际情况，确立好以下教育重点：

1、学习心理。包括学生的学习方法指导、思维训练、潜能开发、心理调适、对学习环境的适应等，使学生减轻学习压力、提高学习效率。

2、人际关系调适。建立对他人积极的情感反应，适应各种人际环境，教给学生基本的人际交往技巧等，主要教给学生正确处理好师生、生生及亲子关系等。

3、自我调适。要引导学生正确认识自我、评价自我、帮助其树立信心，获得积极的自我认同感，要让他们学会调节和控制自己的情绪和意志。

4、青春期心理。要让学生了解青春期身心发展特征、卫生常识，引导学生正确看待异性交往等。

5、生活和社会适应（包括职业指导）。要培养学生具有主动适应生活和社会的各种变化的能力，提高抗挫折的心态和能力，在各种意外环境下学生能够自我保护，同时要加强对学生的职业指导，增强对预期生活方式或社会环境的适应能力。

五、实施心理健康成长项目的具体安排

（一）常规工作

1、加强心理健康教育的宣传和动员工作。

组织心理辅导老师认真学习中央和教育部有关加强心理健康教育精神，积极开展对本校的调查研究，制定计划，重点推进，分层实施。

2、心理健康教育渗透。

心理健康教育要渗透到学校教育中的方方面面，在学科教学、班主任工作、班团队会活动中，注重对学生健康心理的引导和培养。

3、大力开展心理健康教育活动课。

（1）学校开设心理健康教育活动课，把开设心理健康教育活动课作为开展心理健康教育工作的切入口，每周上一节。在教学中注重指导学生解决成长中所遇到的较为普遍性的问题，增强学生适应生活的能力。共同备课，资源共享，结合学生实际分析材料，得出结论，调动学生积极性，进行心理体验。

（2）利用综合实践活动课、班（团队）会活动课进行，做到心理活动与行为指导同步。

4、科学开展咨询和辅导，提高教育的针对性。

（1）根据每一个时期学生普遍存在的心理问题或倾向，开展团体心理辅导。

（2）建设和完善心理辅导室，心理老师定期值班，对个别存在心理问题或出现心理障碍的学生要及时进行耐心、科学的心理辅导，帮助学生解除心理障碍，有完整的心理辅导台账记录。

5、努力建立学校与社会、家庭密切沟通的渠道。

对学生进行心理健康教育是学校、家庭和社会的共同责任，要充分利用村、社区资源和家长学校，通过各种形式对家长进行心理健康教育基本知识的普及，发挥家长的作用，共同形成心理健康教育的合力。

6、开展以班级为单位的心理辅导，总结“心情之约”工作，让班主任和认可教师追踪每一位心理特困生的现状。

7、争创无锡市中小学心理健康教育特色学校，积极推进我校心理健康教育工作。

8、充分利用心理咨询室沙盘做好个案和团体辅导。

（二）其它工作

4月份、5月份

心理健康月

9月份

初一年级参观“青春港湾”

10月份

初二年级青春期教育

11月份

初三年级励志教育

2024心理健康教育工作计划优秀范文4

心理健康教育是学校素质教育的重要内容，是学校德育工作的重要方面。对全体学生开展心理健康教育，使学生不断正确认识自我，悦纳自我，增强调控自我，承受挫折，适应环境的能力;培养学生健全的人格和良好的个性心理品质。对少数有心理困扰或心理障碍的学生，给予科学有效的心理咨询和辅导，使他们尽快摆脱障碍，调节自我提高心理健康水平，增强发展自我的能力。因此心理健康教育要贯彻在教育教学的全过程，贯彻在学校工作的方方面面。

一、指导思想

进一步贯彻落实教育部《关于加强中小学心理健康教育的若干意见》，充分认识心理健康教育对未成年人成长的重要作用，加强对本校心理健康教育工作的组织和管理，面向全体学生，培养其健全的人格和良好的个性心理品质，并助其充分认识和发展心理潜能，促进他们心理素质和其它各方面素质得到发展。

二、具体目标:

面向全体学生，开展预防性与发展性的心理健康教育，帮助学生在自我认识、承受挫折、适应新环境，以及学习方法、学习兴趣、交友方式方法等方面获得充分发展;对少数有心理困扰或心理障碍的学生，给予科学有效的心理咨询和辅导，使他们尽快摆脱障碍，调节自我，提高心理健康水平，增强自我教育能力。

三、主要内容:

小学低年级主要包括:帮助学生适应新的环境、新的集体、新的`学习生活和感受学习知识的乐趣;乐与老师、同学交往，在谦让、友善的交往中体验友情。小学中、高年级主要包括:帮助学生在学习生活中品尝解决困难的快乐，调整学习心态，提高学习兴趣与自信心，正确对待自己的学习成绩，克服厌学心理，体验学习成功的乐趣，培养面临毕业升学的进取态度;培养集体意识，在班级活动中，善于与更多的同学交往，养成开朗、合群、乐学、自立的健康人格，培养自主、自动参与活动的能力。

四、工作措施

1、全员参与，提高师资心理素质。

心理健康教育的主要途径，应是渗透在学校教育的全过程中，在学科教学、各项教育活动、班主任工作中，都应注重对学生心理健康的教育。为此，我们首先要抓好心理健康教育的两支队伍:一是教师群体，二是班主任队伍。通过学习心理健康教育的有关文件和理论知识，组织外出学习、参观等途径，帮助老师树立新观念，重视心理辅导教育。

2、面向全体，开展心理健康教育。

根据心理健康教育的“主体性、发展性、活动性、协同性”等实施原则，我们的心理健康教育要着力于面向全体学生，着眼于学生的未来发展，通过班级各科教学、班集体建设、班级活动、班级文化建设、班级管理以及整合班级内外、学校内外各种教育，实施心理健康教育。班主任要在本学期内组织二次心理健康团体辅导活动。

3、关注个别，重视心理咨询辅导。

对少数有心理困扰或心理障碍的学生，给予有关的心理咨询和辅导。班主任和课任教师要关注班内心理上比较特殊的学生，及时进行认真、耐心、科学的心理辅导。辅导者要本着理解、尊重、真诚、同感等原则，协助学生提高其正确认识自我、自我调控、承受挫折、适应环境的能力。

4、结合德育，提高心理健康教育的质量。

心理健康教育与德育工作相结合是学校教育的最佳互补模式。心理健康教育要与思想品德课、健康教育等相关内容有机结合，同时，利用活动课、班队活动等，帮助学生掌握一般的心理知识和方法，培养良好的心理素质。充分利用社区教育资源，建立好学校和家庭、社会心理健康教育的沟通渠道。

五、健全组织

心理健康教育领导小组:

组长:孔庆宏

组员:林功刚 邹同英 宇丽华

心理咨询教师:

各班主任

2024心理健康教育工作计划优秀范文5

学校心理健康教育工作经过几年不断努力取得相当成绩，并经过实践不断摸索出一条心理健康教育工作新模式 双全互动的学校心理健康教育模式。如何使学校心理健康教育工作继续取得长足发展，如何使学校独特的心理健康教育模式再上一个台阶都是值得深思的问题。针对学校心理健康教育工作中存在的问题、结合学校心理健康教育工作的发展新要求，我们制定以下新学期的心理健康教育发展计划。

一、学校心理健康教育工作面临的挑战

1、学校心理健康教育的一个核心特征就是学校全体班主任利用班会课实践心理辅导活动课。但随着学校班主任队伍的新变动，我们发现其中有很多近几年刚毕业的大学生，也有许多是以前并没有担任班主任工作的老师加入到这个队伍中来了。但这些教师大多没有参与学校前几年对班主任进行的系统的心理辅导知识、技巧的培训。这就造成无论是班主任执教心理辅导课还是参与学校心理健康教育工作都是很困难的。

2、前几年心理健康教育工作的长足发展离不开学校关于心理课题的带动，而学校的《学校心理健康教育校本课程开发、实践和校本培训的研究》课题即将全面结题，如何确立新的科研课题，并以次作为学校心理健康教育发展的有效抓手也就成为我们现在面临的挑战。

大学心理健康教育工作计划大学心理健康教育工作计划

3、学校在完成静安区中小学心理健康教育三年发展规划(20xx-20xx年)的交流总结已经结束，如何针对前三年发展规划中存在和新发现的问题展望新的三年规划，是区里每个学校应该思考的。

4、上海市许多学校开始试点 生命教育 ，就心理健康教育和生命教育之间的联系，学校也可以考虑如何在心理健康教育工作中如何有效融入生命教育。

5、如何调动学生的积极性，使学生也踊跃加入到学校心理健康教育的队伍中来，如何完善学校的心理社团。

二、新学期学校心理健康教育工作计划

1、对新一届班主任队伍进行心理健康教育的知识、技能的培训。整合各种有效资源，比如邀请专家、学校心理老师、以及前几期接受过培训的班主任对未接受过培训的新班主任进行培训。内容可以适当精简为关注学生心理、如何上好心理辅导活动课、关注自身心理健康建设等几个与班主任工作休戚相关的几个内容。

2、结合新教材的教学，发展学校 双全互动 模式。仅把学校的班主任队伍调动起来，还远远不能达到 促进全体学生的全面心理健康发展 的要求。学校的每个人都可以成为心理健康教育工作者。心理健康教育的学科渗透可以充分调动课任老师对学生心理健康发展的关注。 双全互动 模式也可以由原来的班主任全员参与心理健康教育发展成为教师全员参与。学校的预备年级和高一正在实施新教材的教学，也为我们结合新教材组织这两个年级部分学科的老师就本学科中心理健康教育渗透进行探讨提供有利契机。从寻找学科教学目标中的关于心理的部分、实现这些心理目标的教学方法和教学组织等方面进行积极探索。

3、发挥班主任力量，干预学生家庭教育。学生的心理健康的发展是个系统工程，不仅需要学校班主任、任课教师的努力，还需要家庭教育的积极配合。但许多家长对如何关注孩子的心理健康发展还不是很了解，这样就容易采取一些不正确的教育方法，不仅不能作为我们学校教师的有利支持，有时候反而会抵消我们的教育效果。所以我们可以尝试利用班主任和家长的密切联系关系，让接受过心理健康教育培训的班主任对学生家长进行有效指导。当然这也仅仅是一种设想，我们可以以一、两个年级进行试点，探讨其可行性及操作方法。

4、发展学生心理社团。以前因为学生的活动时间有限，将学生社团的社员组织起来比较困难，学生心理社团一直得不到有效发展。本学期结合心理老师的高中选修课任务，一方面为对心理感兴趣的选修课学生进行关于心理方面教学，一方面可以利用这个时间将学生心理社团发展起来。

5、保证学校心理常规工作的有序。坚持日常的咨询、对起始年级的学生进行心理测量等、心理课教学等常规工作。新学期结合学生心理社团进行心理广播。

6、积极配合学校和学校政教部门的工作。

如何促进学校心理健康教育的长足发展，真正起到示范作用，需要学校的心理健康教育队伍的共同努力。

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！