# 心理总结

来源：网络 作者：落花人独立 更新时间：2025-05-11

*第一篇：心理总结管店中学心理健康教育工作总结在全面贯彻教育方针、实施素质教育的过程，学校开展心理健康教育正在引起人们的重视,开展心理健康教育，既是学生自身健康成长的需要，也是社会发展对人的素质要求的需要。要加强学生的心理健康教育，培养学生...*

**第一篇：心理总结**

管店中学心理健康教育工作总结

在全面贯彻教育方针、实施素质教育的过程，学校开展心理健康教育正在引起人们的重视,开展心理健康教育，既是学生自身健康成长的需要，也是社会发展对人的素质要求的需要。要加强学生的心理健康教育，培养学生坚韧不拨的意志、艰苦奋斗的精神，才能增强青少年适应社会生活的适应能力。

一、心理健康教育是德育工作的一部分：

在开展心理健康教育的工作中，首先我们明确了开展心理健康教育指导思想，将心理健康教育纳入了学校德育工作之中。学校关心学生的心理健康，促进学生全面发展。

二、我校开展心理健康教育工作的具体情况：

（一）领导高度重视，心理健康教育工作认识到位，组织落实：

1、认识到位：学校领导认识到心理健康教育工作是德育工作的一部分，是时代教育的需要，是素质教育的需要，是不断提高学校办学质量的需要，是为学生创造一个良好的成长环境的需要，是为学生终生不断进步发展奠定良好的心理基础的需要。

2、组织落实：我校心理健康教育工作组织是严密的。校长挂帅开展心理健康教育工作，主管德育的副校长直接负责，德育处具体负责组织实施。使心理健康教育有了组织上的保证。

3、学校将心理健康教育纳入学校规划中，不论是学年还是学期工作计划都将心理健康教育例为学校重点工作之一。而且，心理健康教育工作每学期要制定单独计划，进行总结。

（二）培养师资，做到心理健康教育人员落实：

学校2024年暑期派程本才老师参加安徽师大举办的心理健康教育师资培训，取得了学校心理服务上岗资格证书。

（三）开展心理健康教育的具体做法：

1、开展心理健康知识讲座：

针对初

一、初

二、初三年级学生不同的心理状况、学习阶段中遇到的心理困惑，开展专题心理健康专题讲座。针对初一年级的学生刚进入初中，学习方法与小学大有不同，请退休老教师来校为初一学生进行学习方法的讲座，针对初二年龄段学生性心理出现的一些心理偏差，进行青春期性心理讲座：《十四岁走向成熟的开始》；《与青春对话》、《科学记忆法》等。《十四岁走向成熟的开始》这个专题讲座是根据少男少女热情、好动、爱交往，有些人盲目地进入以情感为主要生活内容的现象，介绍青春期由于性腺发育，促使性心理萌动，这是一个人成长过程中正常的生理和心理的综合表现，大可不必自责，也不必过于用心，这种心理现象尤如昙花一现很快即会进入休眠状态，十四岁刚刚扬起理想的风帆，不要刚驶出港湾就要靠岸，前面的世界还很精彩，勇往直前才能达到理想的彼岸。青春期只是生理上性腺开始成熟并不是心理上的成熟，美好持久的爱情是要以心理上的成熟、稳定为必要条件的。青春期少男少女都处于心理和生理尚未稳定时期，且在极不稳定的变化中，个性在继续形成。我们提倡健康、适度的异性同学交往，要知道对异性伙伴的好奇、关注、好感及相互交往的愿望是正常的。但不要在这方面用过多的精力，因为还有许多事情等你去做。

针对初三年级的学生面临中考，择业等问题，开展的心理讲座有：《树立自信是为成功的保证》等专题心理讲座。如：《应试技巧与心理准备》的讲座主要内容是学法指导，着重在对学生考试心理与考试技巧方面进行指导，包括考试动机的激发与考试技巧的应用，帮助学生较好地在考场上发挥自己的最好水平。

2、我们利用家长学校对家长开展家庭心理健康教育指导，使学校心理健康教育在家庭中得到延伸。学生进行心理测试后，我们将家长请到学校，请有关专家向家长进行情况反馈，让家长了解孩子心理特点，分析优势和不足，并和心理老师交换意见，共同制定帮助孩子完善心理品质的措施，提高孩子的心理素质。举办家长心理健康教育专题讲座：《超级学习法》、教给家长一些常用的家庭心理健康教育的方法，使家庭教育更贴近学生的心理，通过讲座还使家长了解学校心理健康教育的情况。

3．班主任在日常教育教学中积极开展心理健康教育，如初二（2）班班主任《与老师说心里话》的周记活动，初二（3）班《构建和谐快乐班级》 等等；

4、为使我校心理健康教育不断上水平，我校心理咨询室一直坚持开展团体、个别心理辅导、进行心理训练等心理健康教育的途径。

总之，心理健康教育要纳入德育之中，使之常规化，提高有效性。

**第二篇：心理总结范文**

卢店镇回民学校心理咨询工作总结

我校从“身体素质、心理素质、智能素质、道德素质、审美素质、劳动素质、交往素质、竞争素质”八个方面进行系统地教育培养，把培养良好的心理素质作为一项很重要的任务来抓。本学期一开学，根据学校领导对学校心理咨询的要求，并以学校教育工作对心理工作要求为蓝本，通过对我校心理咨询工作的现状研究后，吸取和借鉴了已往心理咨询工作中的经验，制定了心理咨询的计划，加强对学生心理辅导的宣传力度，将集体辅导与个别辅导密切结合，相辅相成，充分利用心理咨询室的作用，落实制度，提高心理辅导中的针对性、科学性、实效性，不断提高学生心理素质，从而为全面提高学生素质打下良好的基础。具体做了以下主要工作：

一、调整和发展了学校心理咨询辅导队伍，形成了老中青三结合的心理辅导组，重点培养青年心理辅导教师力量。老老师多年从事心理咨询工作，并且都担任过十多年的班主任，具有丰富的学生思想工作经验，平时又钻研了大量心理辅导方面的书籍，对心理咨询工作十分熟悉，他们是学校的宝贵财富，不仅让他们在第一线指导学生的心理咨询，他们言传身教，更重要的是把他们的宝贵经验传授给年青的对从事心理咨询感兴趣的老师，让年青老师尽快地成长，尽快地胜任心理咨询的工作。一学期下来，年青老师对此反响很好，受益非浅。在老教师的带动下，老师们非常钻研心理知识，通过班主任的实践，在心理咨询工作中受到了广大学生的欢迎。

二、心理咨询老师主动联系班级上心理咨询课。根据对学生的调查发现，农村学生、郊区的学生遇到心理问题时，不大愿意主动跟老师讲，总是放在心里面。我们心理咨询组的老师商量后，决定每人把自己最特长的方面总结成教案，然后到班级去主动宣讲。还有一部分老师利用课余时间对学生作了大量辅导。

三、坚持每周四天心理咨询室开放日。中午12：00——13：00时或16:30——17:30，特别是在考试阶段也开放，做到有人开室，有人管书，有老教师在，有记录可查，并为咨询同学保密，不宣传同学的心理缺陷。心理阅览室让学生管理自己，借书刊阅览，增加知识面，切切实实提高学生的心理素质。

四、及时地开取心理咨询信箱，和反映问题的同学及时联络谈心。比如，有些同学因为数学走班制分班上课时位置坐在最后，而视力又不好，与教师又不说，心里很着急，很苦恼，希望心理咨询老师谈一谈如何处理这件事。收到信后，心理咨询老师总是以最快的速度与这些同学联系，和任课教师商量，和其他同学商量，轻而易举地解决了同学提出的问题，并给他们谈了以后遇到诸如此类的事情怎么处理，通过对一件事情的处理中让学生懂得更多的有关心理咨询方面的知识。

五、及时与班主任沟通，了解到第一手材料，然后给班主任反馈与指导。心理咨询的工作主要依靠班主任，既要取得班主任的支持，又要通过班主任开展工作，否则是无法满足全校同学的需要的，心理咨询的主要任务是关于心理学知识的大力宣传，让学生在科学知识的引导下，培养良好的心理素质。从这个观点出发，本学期加强了对六年级学生的心理咨询的指导，多次和六年级有关班主任老师通过个别交流。

六、与专家建交联系，在专家的指导下开展心理咨询工作。心理咨询工作一要靠对学生工作的经验积累，二是靠科学理论的指导。我们心理咨询老师实践经验比较丰富，但理论水平有所欠缺，因此我校组织教师学习网络心理咨询课程，向专家学习，对具体工作给予指导和帮助，对顺利开展工作起到了很重要的作用。

卢店镇回民学校心理咨询工作总结

良好的心理素质是人的全面素质中的重要组成部分。心理健康教育是提高小学生心理素质的教育，是实施素质教育的重要内容，加强心理健康教育，提高学生心理素质，使他们健康成长，这是历史赋予我们每一个教育工作者神圣的历史使命。为此，我校把心理健康教育工作作为工作的重点，并开展了一系列的活动。

一、学校重视心理健康教育工作

学校定期召开专门的心理健康工作会议，认真制定工作计划，在学科教学、教育活动、班主任工作中，都注重对学生心理健康的教育，全面渗透在学校教育的全过程中。充分利用国旗下讲话，红领巾广播站、宣传板、黑板报、橱窗等宣传途径，使更多的人争取认识心理健康教育。使学生的心理、身心健康快乐的成长，使教师愉快地进行工作。

二、创设良好的校园心理环境

为了使学生的心理环境健康素质得以正常进行，在学校日常工作中，我们重视营造良好的校园氛围和宽松心理环境。我校从校容校貌的建设入手，使学校环境实现绿化、美化、净化，营造一个和谐、宽松的氛围，使学生一进校园，就有一种轻松的感觉。为了更好的开展个别学生的心理辅导咨询工作，我校建立了心理心晴屋，心晴信箱等设施。让学生可以倾诉自己的苦恼、困难、也可以和别人一起分享他的快乐，他们在这些地方可以得到心情的调节、可以获得心灵的安慰，从而架起了师生心灵沟通的桥梁。现在不有不少家长也有所了解，遇到教育方面的问题，也会前来探讨。

三、心理健康教育自助活动课教学我们在1～6年级每两周开设一节心理健康教育课，并结合学校的实际情况和学生的身心特点组织教材，有目的、有计划地上好每一节课。在心理健康课堂上，教师通过游戏、活动、事例向学生进行心理渗透教育，在游戏中，发挥学生的创造力，培养他们的自信心，及遵守学校各种规章制度，培养他们热爱班集体，加强学生的凝聚力，调动学生的学习兴趣。

四、心理健康教育与家庭教育结合

我校积极开展与家庭相结合，对学生进行心理健康教育。由于学生家长与学生固有的血缘关系，感情和伦理道德上的内在联系，家庭教育直接影响着学校教育的效果，也是学校教育所不能代替的一种力量。父母在关心子女的生理健康的同时，还应关心他们的心理健康。在发现他们心理有缺陷时我们就及时与家长联系，定期召开家长会等方式使学校与家庭互相沟通，做到及时矫正，引导他们热爱生活、热爱科学、关心社会、关心他人，培养他们的责任感、独立性、自尊心和自制力，养成乐观进取的精神。

五、关注个别学生与青春期教育

心理辅导教师在每周一、周三、周五中午针对个性差异，写个案分析，跟踪辅导，及时反馈，取得良好的效果。本学期还积极开展了青春期教育，针对高年级学生进行生理、心理的辅导，帮助他们消除烦恼，减少困惑和心理压力。

实践证明，要使学生的心理得以健康发展，学校及教育工作者必须掌握好心理知识，遵循学生心理发展的规律，在实践中灵活运用心理教育规律，探索学生的心理发展，总结心理教育的经验，与家庭、社会紧密联系，才能取得良好的成效。

需要改进的问题：

1．在心理健康教育的科研方面还要加强，努力争取能拿到一些高级别的科研课题，从而实现课题对教研工作的引领作用。

2．心理健康教育课还需要加强、改进，我们对心理健康教育的观念还要进一步转变，我们仍然有部分班主任、教师对心理健康教育的认识与重视还很不够，需要进一步提高学生、教师、家长对心理健康教育的重视程度。

3．稳定心理健康课专任教师，使他们乐于心理健康课的教学。

我们相信，只要坚持以培养健全人格为目标，以教师为主导，以学生为主体，以科研为先导，心理健康教育将愈发显示出强大优势，我们回民学校学生的心灵一定会充满阳光，学生一定会愉快地学习，快乐地成长。

卢店镇回民学校心理咨询工作总结

卢店镇回民学校

2024.07

卢店镇回民学校心理咨询工作总结

卢店镇回民学校

2024.07

**第三篇：心理总结**

心理委员工作总结

大一时，我担任的是本班的团支书。那时我就发现很多同学都或多或少的存在一些心理障碍。那时我就尽我所能的去帮助同学们。但由于心理知识和经验的不足，有些时候显得力不从心。为了更好的与同学沟通，帮助他们解决一些实际的问题，构建一个和谐的班集体。在大二时我毅然选择了担任心理委员这一职务，有些同学可能认为做班长或团支书显得更风光，但我认为只要能为同学服务，担任什么并不重要。我始终认为作为一名班干，必须想同学之所想，急同学之所急。要为同学办实事。要把“大家好才是真的好”作为工作的准则。责任是第一要务，无论何时都要有一颗责任心。我担任心理委员后经历了几次心理委员培训，学到了很多。有了更加专业的知识做保证，在帮助同学处理问题方面也得心应手了许多。以下是我这一学期的工作总结。

一.举行特色心理活动，丰富同学生活。

3月，4月，5月我都组织策划了特色心理活动。4月的特色心理活动-掌控情绪，掌控自我。情绪就是人对事物的态度的体验，情绪的长期压抑对个人的健康有很大的影响。所以我通过班会的形式来向同学传达情绪管理的重要性和情绪管理的一些方法。采取寓教于乐的形式，气氛十分轻松。希望每位同学关注自己的心理健康，能够更好地管理自己的情绪。

二.了解同学，加强与同学的心理沟通。

及时了解班级各位同学的心理状况，用心去观察了解每个同学，及时发现班里同学心理和行为的变化。发现异常情况，我会立即反映给辅导员。每周我都有写每周，记录班级的整体情况，也有记录班级的个别同学的一些心理动态。因为担任团支书时的热心帮助同学，同学们都比较信任我，他们愿意来找我聊天。我也按照培训时老师所教导的，多听、少说、不批评、不说教。尊重对方，不说不该说的话，因为我知道一些不合适的话只会使事情恶化。我和同学们建立了良好的朋友关系，这也是我做好心理委员工作的基础和财富。

三.积极配合学校工作，努力建设和谐班集体

积极配合学校和学院里的心理活动，并做好宣传工作，分配好人员去参加心理活动。每次的活动我都做好了记录，除了记录人员，更重要的是我会了解参加同学们的感想，还有收集同学们在心理健康方面的需求，来协作学校展开更符合学生的心理健康教育工作。这学期我还组织聊一次通天岩郊游。大多时间我们都在是在室内学习，对一直做脑力劳动的我们来说，到空气新鲜的野外爬山是一种非常好的积极性休息，可使原来一切紧张的大脑细胞得到放松，这同样有助于我们的心理健康。同时也能促进同学间的交流和融洽。

四．学期主要活动概况

1.3月举行特色心理活动-珍爱生命，理解人生 2.4月举行特色心理活动-打开心窗，快乐生活 3.5月举行特色心理活动-掌控情绪，掌控自我 5.4月的青少年热点话题调研 6.公告栏及平台调研 7.3月塑料袋快餐盒环保调研

8.5月25日代表学院参加心理知识竞赛，并获得冠军。

9.每个月，我都填写心理情况排查表，每两周按时上交心理情况排查表。10.坚持每周向心绿报纸投稿。

总的来说，本学期的工作还是比较顺利得，各项活动的开展也较为成功。但是由于经验不足，阅历不够，也存在着一些不足的地方。在以后的工作中，我将会更加努力，争取做好。心理健康是学习、生活、工作的基础，作为心理委员的我，应当积极地去了解同学们的烦恼，更多地关注同学们的意见与想法，并主动及时进行适当的沟通，从而更好地为大家服务。我会努力引导大家用最积极平和的心态去面对生活、学习和工作上的问题，希望我所作的一切能确保每位同学都能安心的生活，为他们的学习创造良好的基础条件。让大家拥有更加完满更加充实的大学生活。

**第四篇：心理总结**

2024学校开展心理健康工作总结

社会不断发展，学生要经受住来自各方面的不良影响，有赖学校、家庭、社会的正确引导和教育。其中学校和家庭的教育起主导的作用，我校就这些方方面面进行一些探讨。

一、学校进行心理健康教育的必要性 社会日新月异的急速发展和变革，各种不良思潮和矛盾使在校青少年学生产生了极大的影响。由于青少年学生正值成长发展过程中，缺乏科学的辨别能力和社会实践经验，加上小学生的独立意识较差，所以小学生很容易民发生心理行为偏差。

近年来，小学生常出现妒忌、自卑、孤僻等不健康心理行为，究其原因，我们不难发现，他们存在心理偏差，是由于在学习和生活中碰到问题和困难时，缺乏解决矛盾，应对挫折和处理危机的能力。作为教育工作者我们对此不能漠视不理，不能只注重分数而不管学生是否具有健康的心理和健全的人格，我们要培养的是人才而不是废才，更不是害群之马。因此，我们必须形成共识：要下足功夫，正视心理健康教育，促使中学生的健康发展，健全他们的人格，为21世纪培养合格的人才。

二、进行心理健康教育工作的途径

1、加强教师心理健康教育队伍建设。

我校把实施心理教育作为素质教育的一项重要内容来加以实践，因而心理健康教育人员队伍的建设成为学校有效开展心理健康教育的关键所在。针对这种情况，我校积极加强教师心理健康教育队伍建设，不但积极参加心理培训，而且还支持心理老师参加各类的心理团体辅导课程，不断提升心理教师的专业水平，取得了较好的效果。

对教师心理培训不仅能有效疏导教师自身的心理问题，营造了和谐民主的工作环境，构建了人人重视心理教育，各科教学渗透心理教育的良好氛围，对培养学生的健康情绪和健全人格起着较好的促进作用。我校将会一如既往的支持更多的教师参加各类心理辅导课程，努力把心理学的理论、知识、技能、技巧在校园中更广的传播，争取更多的老师、学生受益。

2、通过课堂教学渗透心理健康知识，是进行心理健康教育的主渠道。

课堂是学校进行教育活动的主要场所，课堂教学不仅是科学知识传授的过程，也是学生心理发展的过程，从教材内容看，各科内容都是很好的心理健康教育素材，例如，语文、思品课可以陶冶学生的心灵，塑造高贵优雅的品质；数学、自然可以进行科学思维的训练；美术、音乐可利用特有的旋律、线条、色彩培养学生的审美能力，体育课可锻炼学生的坚强意志，培养学生竞争、拼搏、进取的精神。在各科教学过程中渗透有关的知识，可以使学生处处都感受到真、善、美的教育，提高自身的心理素质，且作为教育的主体，教师不仅在知识上影响着学生，而且教师的人格也会在教学的师生互动过程中起潜移默化的作用，这就构成了心理健康教育的一个重要内容。

3、联系家庭，引导学生家长关心子女的心理健康，是对学生进行心理教育的重要方式

由于学生家长与学生固有的血缘关系，感情和伦理道德上的内在联系，家庭教育直接影响着学校教育的效果，也是学校教育所不能代替的一种力量。父母在关心子女的生理健康的同时，还应关心他们的心理健康。有些父母认为孩子才得壮、不生病就是健康，这是不全面的认识，事实上，在一些青少年身上存在心理障碍，如说谎、无理取闹等行为。然而，由于认识的片面性，不少家长对于孩子的心理健康不够重视，甚至采取违背心理保健的教育方法，这是不利于他们的心理健康发展的。于是，我校的老师在发现学生心理有缺陷时就及时与家长联系做到及时矫正，引导他们热爱生活、热爱科学、关心社会、关心他人，培养他们的责任感、独立性、自尊心和自制力，养成乐观进取的精神。

4、充分利用其他的各种途径，进行心理健康教育 ①我们还利用各种报刊杂志的有关文章，对学生进行心理品质教育。如某日报《谨防“黃”从口出》一文告诫人们不应看黃色书刊和录像，更不应嘴巴扩散黃色病毒，败坏社会风气。这对一些爱说粗口的学生很有教育意义；或利用报刊杂志上的心理测试韪，进行测试，使学生有则改之，无则加勉。

②开设心理咨询活动，帮助学生解除心理障碍。通过师生之间的朋友式的交流或个别咨询，既解决了学生因学习方法、成绩、家庭等方面产生的困惑，又增强了学生的交往能力。

③学校还努力建设好校园文化阵地，做好宣传广播，办好宣传栏、黑板报等，使学生时时处处受教育得鞭策。

实践证明，要使学生的心理得以健康发展，学校及教育工作者必须掌握好心理知识，遵循学生心理发展的规律，在实践中灵活运用心理教育规律，探索学生的心理发展，总结心理教育的经验，与家庭、社会紧密联系，才能取得良好的成效。

**第五篇：心理总结**

袁庄实验中学2024-2024学年第一学期

心理健康教育工作总结

本学期学校根据中学教育的特点和中学生心理发展的规律，围绕学校的工作计划、德育计划，广泛运用各种形式继续深入推进心理健康工作，有效提升了不同年龄层次的学生的心理健康水平，有效实现了 “助人自助”的教育目标，促进了学生人格的健全发展。

一、坚持心理健康服务原则：

1、科学性原则：即根据学生生理、心理发展特点和规律，运用心理学、教育学、社会学、行为科学乃至精神医学等多种学科的理论与技术，科学地开展心理健康教育工作。

2、因地、因校制宜原则：不同地区、不同学校学生心理问题表现不同，教学条件、师资条件不同，开展心理健康教育的程度不同，因此，要根据我校实际情况来开展工作，以提高工作的针对性、实效性。

3、面向全体学生与关注个别差异相结合的原则：心理困惑或障碍既有共性的问题，也有个性的问题，因此要将面向全体学生同关注个别差异相结合。

4、以发展、预防为主的原则：在实践中，要坚持发展、预防为主，矫治为辅的原则。

5、助人自助原则：即帮助学生提高自助能力。

（二）其它宣传方式

1、充分利用学校心理咨询室对学生进行心理健康教育有关内容的宣传和心理健康知识的普及。

2、各班每期黑板报都开辟出心理健康方面的专栏，有效提高了学生对心理健康重要性的认识，促进了心理健康渐渐纳入班级文化建设。

3、积极创设校园心理环境，充分利用了板报和广播及时宣传心理培训活动的信息，增强心理健康教育在校内外的影响力。

四、心理辅导室的常规建设方面。

1、心理咨询室坚持每天两个小时的开放时间：每天上午9：50——10：50为小组团体辅导时间，每天下午4：10——5：10为个别咨询时间，每次的咨询都做好了详细的记录。

2、本期内抓紧时间规范了咨询室的环境布置，并有计划地梳理、归类心理健康资料，建立统一的存档格式，并派专人管理。且通过到校内其他教研组的观摩学习，对咨询室的资料查漏补缺，进一步规范。

3、初定各专职心理健康教师的工作职责及值班制度，一直坚持内部考评机制。

4、本期开展了十次小组团体辅导，做到有方案，有准备，有具体的行为训练计划和学生个体发展评价制度，使小组辅导有序开展。活动形式丰富多样，学生们意犹未尽，体验深刻，团体辅导收效显著，达到预期目的。

袁庄实验中学中学心理辅导室

2024年2月8日

袁庄实验中学2024-2024学年第二学期

心理健康教育工作

总结

初中生正处在身心发展的重要时期，随着生理、心理的发育和成熟，社会阅历的扩展及思维方式的变化，特别是面对社会竞争的压力，他们在学习、生活、人际交往、自我意识等方面，会遇到各种各样的心理困惑或问题，他们缺乏解决矛盾、应对挫折和处理危机的能力。因此，在学校开展心理健康教育，是学生健康成长的需要，是推进素质教育的必然要求。一年多来，在各级领导的精心呵护下，在全校教职员工的辛勤工作下，形成了自己的特色。现就我校心理健康教育工作总结如下：

一、以理论学习为入口，提高心理健康教育认识

两年来，我们从提高对心理健康教育的认识着手，不断增强实施心理健康教育的自觉性和主动性。从领导班子与研究骨干抓起，采取理论学习、问题讨论、专题讲座、工作研究、经验总结等方法，逐步引起大家对这一课题的重视，逐步统一思想形成共识，为心理健康教育在学校的研究和实践打下思想认识基础。

二、以校本培训为龙头，强化心理健康教育技能

学校心理健康教育，虽然国内才刚起步，但是发展迅速，有些地区已经推进到了一定的深度，形成了一些有效模式。我们认为学校心理健康教育的开展，不管哪一种模式，落脚点都在教师，首先要对教师进行培训。不但要对专兼职心理辅导教师进行重点培训，而且要对全体教师进行培训；不但要提升全体教师的心理健康教育理论水平，而且要增强他们的实践技能；不但要提高全体教师自身的心理素质，而且要树立他们的心理健康教育观。我们以行政管理人员为先导，让专兼职教师着力跟进，在全体教师中普及的“三部曲”思路分层次组织培训。

三、以多种形式相结合，拓展心理健康教育渠道

1、集体教育和个别辅导相结合。

中学生心理健康教育应树立面向全体学生，以班级集体教育和个别辅导相结合，全体参与和个别对待相结合，使全体学生都能受到适当的教育，又使个别学生的各种特殊问题得到及时解决。与此同时，我们从学生之间存在的差异出发，建立了个别辅导模式，以弥补“集体辅导”的不足，为此，学校开展心理咨询活动。

2、心理健康教育与学校、家庭、社会教育相结合

我们全面分析了学校教育的特点以及影响学生素质提高的各教育因素，觉得家庭与社会亦是心理健康教育的重要阵地。特别是家庭教育，它直接与学生心理健康状况相关联。利用家长学校进行心理卫生知识教育，以家庭教育指导为链接，加强学校与家庭的联系。实践表明，家长能够配合学校促进子女全面健康成长，成为学生心理健康教育中的一支重要力量，形成关心、支持、参与心理健康教育的良好环境，使学校心理健康教育得到横向发展。

3、心理健康教育与德育、教学工作相结合

学校德育工作、教学工作和心理辅导的主要对象都是学生，它们共同服务于年轻一代的健康成长和个性的全面发展，服务于学校教育的总目的。它们的具体任务在一定程度上互相交叉和渗透，但又各有侧重，不能相互代替。因此，要理顺心理健康教育工作和学校其它工作的关系，要转变教育观念，真正使学校从应试教育转轨到素质教育，我校的心育工作领导小组由校长、副校长、教导主任组成，我校的工作思路是把心理健康教育融入到日常的德育工作、日常的教学工作中去，从而为心理健康教育在学校的顺利开展创造和提供必要的条件。

4、课题研究与常规工作相结合

班主任工作一项重要内容就是抓好学生的心理健康教育，教育学生学会做人、学会求知、学会劳动、学会生存、学会健体、学会审美。事实证明课题研究与班主任工作相结合是课题实施的有效而重要的途径。

四、以阵地建设为手段，规范心理健康教育辅导

1、建设心理辅导室。配备了办公桌椅、必备的书籍资料、张贴挂图，尤其是辅导室的环境布置，给人一种幽雅、清静而又温馨如家的感觉。在辅导室醒目处挂有工作人员守则等条例，承诺心理辅导教师对辅导过程的绝对保密性原则，以消除学生的顾虑，力求辅导活动的正常有序开展。

2、设置“心理辅导信箱”。鼓励学生把自己生活的苦恼、学习的烦躁、成长的困惑等问题写在纸上投入信箱中，心理辅导老师每天定时开箱，通过书信、电话及面谈等形式，帮助学生自我探索，排忧解难，这里，我们强调对任何一个问题都给予积极的关注和理解，使学生的心理问题得以及时的疏导，与“心理辅导信箱”配套的我们还设立了“热线电话”，开通以来受到了全体学生的好评，来参加咨询的学生不少，同时为营造良好气氛奠定了基础。

3、利用黑板报、广播站和宣传橱窗。学校宣传橱窗开辟每月一期的心理宣传专刊。学校广播站专门开辟了“知心话题”栏目，及时传播心理健康教育知识，解决一些普遍性的问题。各班的黑板报要求认真收集资料，根据需要，有针对性地设计有关栏目，如开学初，设计“推出自我，认识朋友”；考试前，设计“考前心理调节”等栏目，如此，有效地调动了学生的积极性和主动性，使专刊真正成为学生学习健康知识的园地。

4、开展课外活动和体育活动。我校每天坚持课外活动，活动内容以初三年级中考体育项目为主，活动采取班主任带队、值周老师监督、体育老师管理的方式进行。充分利用每天的课外活动和体育活动课，让学生积极参加不同的体育课外活动，在大自然中陶冶情操，放飞心情，缓解学习压力。

5、组织主题班会课。各班级充分利用班会活动课，每月进行一到二次心理健康教育主题活动，班主任老师根据学期计划及学生的特点，积极有效的开展活动，进行团体辅导，在活动中加强心理健康教育。我们先后进行了“成长中的我”、“我与青春对话”、“我和青春有个约会”、“培养良好的心理”、“寻找最佳学习方法”、“如何交往”、“面向社会”、“抵抗诱惑”、“正确面对人生挫折”、“如何自我表现调整”、“如何面对考试”、“接除考试心理压力和焦虑”等主题班会活动，通过活动对学生进行心理健康辅导。

6、进行学科渗透。课堂是实施素质教育的主渠道，当然也是落实心理健康教育的主渠道。校园生活对学生心理发展起到很大影响，其中最重要的是学生的课堂学习，因此学校心理健康教育的主渠道应该在课堂教学，教师的教育教学行为与方法、师生间的情感交流、学生间的学习交往都成了学生心理发展的主要外部环境。所以我们除了开设专门的心理健康教育辅导课以外，把学科渗透心理健康教育作为重中之重来抓。

总之，通过开展心理健康教育，使我们拥有了一批高素质的教师队伍。那么如何让这些教师在实际教学工作中去开展心理健康教育，采取何种方法、手段、模式进行心理健康教育，这些都是要进一步深化研究的问题。我们也清醒地认识到，我们这项研究仍处于探索阶段，有许多方面还不够完善，有待进一步深化研究，任重而道远。我们将把已有的成绩作为新的起点，为更广泛深入地开展心理健康教育，全面推动素质教育的进程而做出不懈的努力。

袁庄实验中学中学心理辅导室

2024年7月8日

淮北市袁庄实验中学2024-2024学年第一学期

心理健康教育工作总结

中学生心理健康教育主要是帮助中学生培养对校园生活的适应力；提高学习兴趣、动机和自觉性、逐步提高思维能力和分析能力；同时帮助学生培养集体观念，良好的人际意识和行为习惯；培养开朗、合群、乐学、自立的个性品质；另外还帮助学生塑造乐观向上、自信、诚实的心理品质。

本学年我校心理健康教育和心理咨询工作刚刚起步，但也取得了 一些成绩，主要做了以下一些工作：

（一）开设心理健康教育课，建立和完善心理咨询室

各班级每周至少开设了一节心理健康教育课。

心理咨询室作为个别心理咨询的专门场所，它的建立和完善，直接关系到个别辅导的效果。好的心理咨询环境能使来访的学生降低焦虑，消除疑虑，愉悦情绪，达到更好的交流和沟通。心理咨询室主要 做了以下活动：

1、定期或不定期对各班级心理上有问题的学生进行心理教育和疏导。辅导的学生每学期大约有30人次。特别九三（3）班的毛丽园同学，经过多次心理辅导，学习上紧张，害怕考试等问都有了明显改观，在今年的中考中取得了优异的成绩。另外还有七一（3）班的姚杰同学，经过心理辅导，学习成绩和精神面貌都有了积极的变化。

2、订购了一些相关的心理健康教育方面的刊物和报纸提供给来询和有需要的学生和老师阅读。同时还购买一些心理图片，挂在咨询室里可以营造心理咨询室的气氛；挂到学校走廊或过道的墙壁上，可以起 到心理知识科普的宣传作用。

3、建立了心理资料库，对前来咨询的学生的咨询档案加以归类和整 理，进一步完善咨询室的功能。

4、设立了一个心理信箱，为有顾虑的学生或时间方面不便咨询的学 生提供一个渠道。

（二）开展团体心理辅导课或专题讲座

1、由心理指导教师会同各班主任根据本班实际情况在班会课上开展 了一些相应的心理健康教育活动。

2、邀请了矿关工委心理教育专家老师来我校作了心理健康教育的专 题讲座。

3、针对初三毕业班级学生学习和生活中的实际，我校心理健康兼职教师王东老师在阶梯教室为初三全体学生开展一次中考前的心理辅 导讲座，收到了良好的效果。

4、在两个学期开学初，分别举办了两次“留守儿童”心理健康教育 讲座。

（三）在学校的宣传橱窗增开心理小常识的宣传窗口

学校的宣传橱窗是一个很好宣传窗口。利用高年级同学、配合，定期在学校的宣传橱窗出好有关心理健康的黑板报。为宣传学校的特色教育和学生了解一些心理知识和常识创造一个好的宣传平台。

（四）指导家庭进行心理健康教育

家庭是心理健康教育的重要场所。中学生的心理健康教育仅仅由学校实施是不够的，从更重要的意义上看，中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和归属，中学生的心理健康最 后也要归结于此。因此，每学期开学初，学校都定期举办家长心理健康辅导讲座，由我校心理健康指导教师或者邀请心理教育的专家，对家长们进行关于家庭教育有关的心理知识培训。也收到了较好的效果。

另外，我校还利用家长学校，家长开放日，家长会等多种途径，坚持不懈地向家长提出各种建议，指导家长开展学生家庭心理健康教育；必要时班主任提供班级中个别异常表现的学生及家庭情况，由咨询老师归类学生情况，不定期地通知有需要前来沟通的家长进行教育 孩子方面的座谈和辅导，指导家庭进行心理健康教育。

（五）存在的问题与建议

1、学校的心理健康教育工作还需要加大向学生以及家长们宣传的力度，让全社会都重视起学生的心理健康教育工作。

2、对学校的心理健康教育的投入以及软件与硬件的配置还有待加强。

袁庄实验中学中学心理辅导室

2024年2月5日

淮北市袁庄实验中学2024-2024学年第二学期

心理健康教育工作总结

按照教育部《关于加强中小学心理健康教育的若干意见》和安徽省、淮北市对中小学心理健康教育的若干意见，结合《中小学心理健康教育指导纲要》，本学期学校把培养学生良好的心理素质作为一项很重要的任务来抓，并以学校教育工作对心理工作要求为蓝本，加强对学生心理健康教育力度，不断提高学生心理素质，从而为全面提高学生素质打下良好的基础。现将我校心理健康教育工作开展情况总结如下：

一、落实心理辅导室的常规工作 1．开放心理辅导室，实行预约制度。

心理辅导室周一至周五坚持全天开放，中考时间，周末特别开放，接受学生来访。为防止学生来访扎堆，节约学生的学习时间，每天15：50—18：00，实行咨询预约制度，学生可以采取上门预约、电话预约两种方式预约咨询时间。

2.继续完善心理辅导室的布置工作。

逐步完善心理辅导室的环境布置，使其符合心理辅导的要求外，符合学生的特点，让学生一进门便能感到轻松，有利于辅导的开展。

3.按时开启心理信箱，及时回复心理来信。

本学期坚持每天开启心理信箱，接到学生来信的当天即进行回复，使学生的心理困扰问题得到及时的答复。

二、建立学生心理健康档案，掌握学生心理健康状态 在校领导的关心、重视和支持下，本学期我校已经开始对心理辅导室的硬件和软件进行完善。

三、通过心理健康教育活动，不断完善了我校心理健康教育的内容

1． 心理健康的维护

这是面向全体学生的教育。为了提高全体学生的基本心理素质，本学期在生命教育、情感教育、网络健康教育、人际关系指导、青春期心理健康、学习心理指导、考试焦虑辅导等方面开展了7个心理健康讲座，具体有《珍惜生命，活出快乐——生命教育》、《网络冲浪不迷失——网络成瘾预防教育》、《搭建心灵沟通的桥梁——学会与父母沟通》、《男女有真情——青春期异性交往》、《我的青春，我爱护——青春期性心理健康》、《你是怎样一条橡皮筋——学习动机的培养》、《考前心理》。

2．学生心理行为困扰的咨询与辅导

这是面向少数具有心理、行为困扰的学生开展的心理咨询、行为辅导训练的教育。本学期心理辅导室共接待了29位学生，开展了咨询辅导27次，初步解决学生在学习适应问题（如：考试焦虑、学习压力、学习方法、逃学、厌学等）、情绪问题（主指影响正常生活、学习与健康成长的负性情绪）、人际交往问题（人际焦虑、友伴交往技巧、师生关系恶劣等）、亲子关系问题、青春期烦、职业生涯规划等方面所出现的心理困扰。其中较多的是考试焦虑和亲子代沟问题。来访学生的心理状态基本都处于困扰阶段，另有1位学生存在厌世念头、2位学生出现冲动自残行为，这三位学生将作为追踪辅导与关注对象，学校、班主任、家长也已采取严密看护措施。

在进行心理辅导的同时，指导中学生学习有效的自我心理调节方法：

（1）学会放松

让学生知道紧张时正常的心理反应，可以通过想象、转移注意力、调整呼吸、参加活动、听音乐、唱歌、阅读等方式调节心态，放松心情。

（2）建立心理支持体系

让学生知道有问题要学会求助，在学校可以找心理辅导老师、班主任老师谈心，在家里可以找亲人倾诉。

（3）学会合理宣泄

让学生知道心里有不良情绪是要学会合理宣泄、不要郁积在心里。宣泄的方法有运动、写日记等。让学生学会把心里的不良情绪用汗水排泄，或用文字描述下来，以保持心理健康成长。

四、拓宽心理健康教育途径，创造有利于学生心理健康成长的环境

1.与各班主任紧密联系。

心理健康教育需要班主任工作的配合，才能更好地完成对学生心理健康状态的把握。本学期有部分学生是由班主任转介而来，说明班主任逐渐意识到心理辅导工作的重要作用，心理辅导工作能够开始介入班主任工作中。而在辅导工作中，心理辅导室开始与班主任携手合作，密切关注个别学生的心理健康状况，完成了学生心理健康状态的追踪和反馈。

2.与科任老师沟通交流。

本学期根据来访学生的心理需要，心理辅导室与部分科任老师进行了沟通交流，动员科任老师在师生关系问题中出一份力，尽可能兼顾到差生的自尊，公正、诚信对待每一位学生，促进每一位学生的心理健康成长。

3.进一步加强与家长的沟通。

家长能够理解关注子女的心理健康问题，与子女进行良性沟通，进行家庭心理辅导，对学校心理健康教育的成效会更有利。本学期心理辅导室共接待了3位家长，给家长们提供了一些家庭心理健康教育的方法与指导。在个别学生的心理辅导过程中，在与家长进一步沟通交流后，家长们密切配合，高度重视，使来访学生的转化得到家庭的支持力量。

展望未来，心理健康教育工作任重而道远，心理辅导室将尽最大的努力，利用一切可利用的资源，在学校开展心理健康教育，促进全体学生身心健康发展。

袁庄实验中学中学心理辅导室

2024年7月1日

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！