# 心理健康工作总结范文10篇

来源：网络 作者：诗酒琴音 更新时间：2025-05-18

*心理健康工作总结范文（10篇最新）心理健康工作总结范文如何写?学校开设的心理健康课程是正确的选择，但是要落实到实处。下面是小编为大家搜集整理的关于心理健康工作总结范文10篇，供大家参考，快来一起看看吧!心理健康工作总结范文【篇1】我校心理健...*

心理健康工作总结范文（10篇最新）

心理健康工作总结范文如何写?学校开设的心理健康课程是正确的选择，但是要落实到实处。下面是小编为大家搜集整理的关于心理健康工作总结范文10篇，供大家参考，快来一起看看吧!

**心理健康工作总结范文【篇1】**

我校心理健康教育工作在学校领导、老师的大力关注下，始终坚持做好日常工作，开展形式多样的心理健康教育活动，在帮助学生培养健全人格，保持心理健康及全面推进素质教育的工作方面取得了一定的成效。现将本学期的工作总结如下：

一、关注校园心理安全，首先抓好教师的心理健康

现代生活的日益紧张和繁忙，使一些教师产生心理冲突和压抑感，教师不健康的心理状态必然导致不适当的教育行为，对学生心理会产生不良影响。校领导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，教师以自身健康的心理去影响学生，本身就是种最有说服力的心理健康教育。为了营造一种民和谐的、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，校领导通过各种活动，如教师运动会、教师聚餐、班主任出外考察、教师心理健康讲座等加强对老师的心理健康教育，丰富多彩的活动更有力地帮助教师缓解压力，减轻了教师的心理压力和精神负担。

二、建立和谐的师生关系，奠定心理健康教育的基础

建立和谐的师生关系是活跃课堂心理氛围，开发学生创造潜能和为学生提供心理安全和心理自由的基础。老师们承诺“努力建立和谐的师生关系”，倡导热爱学生、理解学生、尊重学生。在日常的教育教学行为中，有一份公心，对各类学生，无论是成绩优异的，还是成绩稍差的，一律公平对待，不应存有任何主观偏见。

三、整合学校各种资源，发挥心理健康教育合力

学校心理健康教育是全程的、全方位的心理健康教育，因此，日常教育中我校十分注重整合学校各种资源，来发挥心理健康教育的合力。首先充分利用课堂教学，扎扎实实推进心理健康教育，在学科教学中渗透心理健康教育，在课堂上，师生之间无时不在进行情感的交流和心灵的沟通，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。再次丰富校园文化，通过开展丰富多彩的校园文化活动如学习节、艺术节、科技节等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。另外我们注重利用好学校的各种现代化设施，通过宣传橱窗、广播等渠道来开展形式多样，丰富多彩的各种心理健康教育活动、引导学生主动参与，成长和发展从根本上来说是一种自觉和主动的过程，如果学生没有主动意识和精神，处于被动的地位，那么心理健康教育就会成为强制行为，变得毫无意义。为了引导学生主动参与，切实提高心育实效，通过加大宣传力度，让学生科学了解发展性心理健康教育，来强化其参与心理健康教育来优化自身心理素质，提高自身心理健康水平的心向。

四、加强心理辅导，关注和保护特殊学生的身心健康

在学校生活中，有一些特殊群体的利益更容易遭到侵害，包括学习成绩落后的学生，比较调皮、淘气的男生，家庭条件差、父母离异的学生，有亲属患有精神病的学生，以及那些性格内向、怯懦、寡言少语的学生等等。这些少年儿童因生活中一些不尽如人意的事件而容易遭到教师或学生的歧视，受到心理伤害的可能性也要比一般学生大得多。女生虽受到各种惩罚的经历比男生少一些，但却对惩罚怀有更多的恐惧，在心理上受到的伤害更大。对这类学生群体，我们必须从生活上、心理上、学习上关心、帮助他们，使他们找到自己的自信，防止他们在隐性伤害中过早对社会和自己丧失希望，走上自暴自弃的道路。学校的具体做法是：

(1)开展心理咨询，建立健全心理档案。每学期初，都从学生自卑、自悲、自私、自负、学习焦虑、消极、厌学等方面对学生进行调查，在普查基础上根据其结果设立特殊学生心理档案，力争将心理安全隐患消灭在萌芽状态。

(2)理解信任学生，消除对立情绪。对立情绪是学生是受挫后的逆反心理反映。要相信学生会有进步，要创设宽松、和谐的环境，消除对立情绪。

(3)表扬鼓励学生，消除自卑。学校的教师在教育中形成了这样的共识：对学生的教育不要太急，更不能在公开场合大肆批评，而要根据因材施教的原则，依据循序渐进的要求提出目标和任务，让他们体验成功的愉悦，增强前进的信心和毅力，消除自卑。同时，善于发现学生的闪光点，增强学生们的信心。

五、针对小学生的心理特点，开展有针对性的教育和适应性训练

不经过艰苦的磨练，就像温室里的花朵一样，没有强大的生命力。让学生多接触社会、接触自然、学会生存、学会做人，尤其是要通过具体事例开展有针对性的教育，在实践中增强孩子们的各种生存和适应能力。宝剑锋从磨励出，梅花香自苦寒来。在设计教育活动时，学校专门设计了一些素质教育、军训、夏令营等，让学生磨练意志，增其所不能，并让学生在挫折环境中磨练出坚强意志。

总之，我们虽然取得了一点成绩，但还要继续努力，一如既往的做好学生的心理健康教育工作。

**心理健康工作总结范文【篇2】**

心理健康教育作为我校教育的重要组成部分，在本学年取得了丰硕的成果。在巩固己有的成绩的同时，本着促进我校心理健康教育更加深入健康地发展，全面推进素质教育的目的，我们在总结过去的成功经验的同时，对工作提出了更高的要求，不仅从提高学生心理素质入手，完善了我校心理健康教育的立体网络，还不断加大宣传力度，拓宽心理健康教育的渠道，继续推进我校心理健康教育工作更加健康、系统、全面、有效地展开。回顾过去的一学年我们开展的心理健康教育工作，主要有以下几个方面：

1．精心组织心育小社团活动。高一年级“心育小社团”，继续坚持两周活动一次，活动的主题分别为：《我说你画》、《做一个自信的人》、《体验成长的快乐》、《放松训练》等等，使成员在活动体验中了解、训练和提升自己；编发《心馨小报》4期，共同关注自己和他人的心理健康，提升学习和生活质量。

2．认真实施心理健康教育授课制度。针对高一年级学生的心理发展特点、普遍存在的心理烦恼与困惑，利用班会课时间，实施心理健康教育授课制度，使之成为学生接受心理健康教育的主要途径，使学生了解心理卫生常识，学会自我控制、自我调节等保健知识，培养良好的心理品质，提高人格水平。为高三年级全体同学作了考前心理辅导课。

3．坚持常规心理咨询。每天中午12：30—1；15和下午活动课时间开放“心馨”小屋，由专职心理教师与学生进行面对面的咨询，让学生卸下烦恼、困惑，带走快乐、愉悦；通过心理咨询信箱和心理咨询电子邮箱对学生进行心理咨询，并作必要的案例分析，共有80多例；辅助班主任解决部分学生的心理问题，使学生能够健康、快乐地成长。

4．学科教学中渗透心理辅导。各科老师充分挖掘教学中有利于学生心理发展的因素，尽可能清除各种不利因素，将心理健康教育的思想、内容、行为渗透到各学科的具体教学活动中，在潜移默化中发挥心理教育的作用。

5．认真办好了5月心理健康教育月的活动。5月是\_\_中学心理健康教育活动月，为了更好地宣传、普及心理健康知识，增强学生心理健康意识，引导学生更好的认识自我、调整自我、发展自我，提高预防和解决心理困扰的能力，我校开展了心理趣图展、主题手抄报比赛、心理电影放映、心理健康教育主题班会、心理健康教育黑板报等一系列活动。高一、高二、高三年级分别奔赴西塘、同里和无锡参加户外拓展训练。

6．积极组织了初中高中片心理剧的评比和展示。根据教育局心理健康教育计划，认真组织初中高中片心理剧的学习与评比工作，使大家认真学习怎样把学生中出现的心理问题搬上校园舞台，让学生自己表演、自己观看、自己体悟，从而使表演者和观看者得到启发。我校心理剧《适应环境追逐梦想》获得\_\_市二等奖。

7．积极参与《中等学校生涯发展教育的实践研究》。我校参与了苏州市中等学校生涯发展教育研究与指导中心的《中等学校生涯发展教育的实践研究》课题，认真学习研究和交流探讨，收集、整理生涯咨询案例，开展相关主题活动，积极收集、整理子课题结题实验报告。撰写的文章获得苏州市二等奖。

8.参加苏州市各级各类培训。我校徐瑾老师认真参加\_\_市教育局组织的心理健康教育老师上岗培训，并顺利结业获得上岗证；于广春老师通过一年的认真的学习，于今年6月通过了国家三级心理咨询师考试。心理老师刘增兰参加苏州市骨干教师的培训，江浙沪的心理高峰论坛，苏州市心理学年会，\_\_市的进阶培训等等。

总之，在过去的一学年中，我校的心理健康教育工作取得了巨大的进步，但还有许多不足：如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。今后我们要继续提高认识，转变观念，特别是广大教师要转变观念，把心理健康教育工作做得更好，真正让每个学生都能在健康、温馨的环境中学习和成长。

**心理健康工作总结范文【篇3】**

本学期学校的心理健康工作紧紧围绕本校德育工作要求，根据学校实情，运用心理健康教育理论和方法，培养学生乐观向上的心理品质，促进学生形成健全的人格，促进学生身心全面和谐发展。

一、加强心理健康教师师资队伍建设

我校目前有心理健康教师6人，均持有\_\_市心理健康教育教师上岗证，其中一人是国家级二级心理咨询师。

我校积极组织教师参加各级心理健康教师培训，本学期在校领导的带领下，心理健康教师参加了\_\_市级心理健康教师培训1次，参加\_\_市级心理健康教师培训2次，都获得了专业提升。

我校组织教师积极参加心理健康论文比赛，1人获\_\_市心理健康论文比赛二等奖，1人获三等奖。

二、开展多种心理教育活动

1.心理健康教育有机渗透到学科教学

我校在初一年级开设专门的心理健康课，一周一节，学习心理知识，营造轻松的心理氛围，充分发挥学生的主动性、独立性、合作性。在课堂的氛围中，引导学生培养健康愉快的情绪，形成健康人格。

本学期，我校承办市级心理健康评优课初赛和复赛活动，沈月芬副校长的《我与情绪共舞》夺得\_\_市评优课一等奖。

2.开设心理健康专题讲座。我校邀请了“中国学生心理成长网——感恩励志教育演讲团”青年应用心理学专家、青年励志演说家、青少年教育专家、心灵成长导师张泽来校作《让爱你的人为你自豪》为主题的大型感恩励志演讲会。3200多名沙一中的师生以及学生家长聚集在学校操场聆听了本次报告。

3.开放“阳光小屋”心理辅导室。我校心理咨询室继续使用预约机制，每周周一—周五中午12：10—13：00安排心理健康教师进行值班，接待学生个体咨询，及时帮助学生解决心理困惑。本学期心理咨询23人次。

本学期，学校添置了“沙盘”辅助心理咨询，来咨询的学生体验沙盘世界的乐趣，在沙盘的世界中体验自我，对心理咨询起到了很好的辅助效果。

4.建立心理档案：对新生入学进行学生心理健康普查，了解我校学生心理问题，为心理健康教育提供参考依据，建立心理档案。调查结果显示，初一年级大部分学生心理健康情况良好，个别有问题的学生由心理咨询室协助班主任做好心理疏导工作。

5.心理剧是我校的传统节目，在积极开展校内心理剧活动的同时，积极选送优秀节目参加大市级评比，本学期，我校制作的校园心理剧《青春进行曲》获得\_\_市二等奖。

三、心理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。我校注重家校联系，除了开展心理健康励志讲座外，我校专门印制家庭教育学习材料，定期发放给家长，以此来提高家庭教育的内涵和质量。

四、创设良好的校园心理环境

为了使学生的心理健康素质得以正常发展，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，本学期添置了“沙盘”、电脑、照相机等设备辅助心理咨询，添置适合学生阅读的心理书籍，添置了沙发等设施，使心理辅导室更加漂亮、温馨。

学校心理健康教育的主要对象是学生，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。今后我们要进一步理顺心理健康教育和学校其它工作的关系，要转变教育观念，培养学生健康的心理和健全的人格，保证学生身心全面发展。

**心理健康工作总结范文【篇4】**

本学期，我校心理健康教育工作以做好学校心理咨询常规工作为主，贯彻x省教育厅《中小学校心理健康教育工作规范》，以学校德育工作为指导思想抓好学校心理教学工作及营造学校良好心理氛围，提高学生的心理素质。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。

一、本学年心理健康教育工作具体情况

（一）心理个案辅导，学生成长的后盾。开放心理咨询室，为学生提供个别心理咨询服务，帮助学生解决个人问题。

按照规定心理咨询室开放时间为每周一—五中午和下午，由兼职心理老师值班。方便学生来访前情况了解，也有利于解除学生来访前的一些心理芥蒂。继续做好学生来访来点咨询，对有心理困扰的学生进行辅导，极大限度地帮助学生走出心理困扰，重建信心，重新适应学习生活，使学生不断获得自我发展。值班心理兼职老师认真接待来访学生，耐心、热心地给学生做好咨询，并且做好相关的咨询记录，存档。

（二）心理健康活动，学生成长的摇篮。

1、开设心理健康课程，时刻关注孩子的心理。学校在高一、初一年段开设心理健康教育课，针对学生的实际情况，认真制定本学期的教学工作计划，认真备课，做到有教案，有教研活动。从学生实际出发设计课堂活动，应用科学的教育方法，提高心理健康课程的质量。在心理健康教育课课堂通过情境设计主体式讨论、课堂即兴小品、话剧表演等生动活泼的教育形式，将深刻的内涵寓于其中，使学生通过学习而发展自我、完善自我，不断开拓进取，以主动适应社会发展的要求。高一年《心窗》《青春健康教育》课程，有意识地去关注孩子的心理，并给予有效的指导。

2、借助心理健康广播，进行集体心理辅导。充分利用每双周周四中午的心理广播对全体师生进行集体心理辅导，通过讨论学习生活中相关的案例、进行心理小测试等，普及心理健康知识。在知识传授中了解自己的心理状态，知道调节心理的方法。

（三）心理健康教育讲座，学生成长的阶梯。

学生要有健康的心理状态，家长和老师的心理也值得关注，家长和老师的\'心理健康，以及有辅导学生有健康心理的辅导力，将会成为学生成长的阶梯。

1、关注班主任和教师心理健康及拥有辅导和调节心理的能力。学校请相关的心理专家和德育专家来校做讲座，让班主任和任课老师掌握中学生的心理成长规律，能主动去根据心理规律去寻找解决学生行为问题的好办法；让老师们知道自己的心理健康也会直接影响孩子的情绪等，所以我们要学会自我调节心理状态；当学生发生心理问题时，我们要用较为科学的方法去面对，不可操之过急，或者作出错误指导。

2、指导家庭进行心理健康教育

中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，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，中学生心理健康最后要归结于此。因此，学校与家长合力重视孩子的心理健康教育，我们利用家长学校、家长开放日，家长会、电话联系等多种途径，坚持不懈地向家长提出各种建议，指导家长开展中学生家庭心理健康教育。

二、反思与建议

要加强对教师心理健康的关注。长期以来我们都在重视学生心理健康教育，相对忽视教师心理健康的工作。随着教师压力越来越大，以及社会对这方面问题的日渐重视。对教师的个性化心理辅导这方面，比较缺少，更多的是由于心理教师的业务能力还需不断地提高。

心理健康教育工作开展以来，我校在工作取得成绩的同时，也认真总结工作中存在的不足，针对这些不足的地方，指定下学年的指导思想和计划，在保持已有工作的基础上，对于不完善的方面，重点开展工作，号召全校领导和师生积极参与进来，给予心理健康工作更多的关注和支持。

**心理健康工作总结范文【篇5】**

转眼一学期又要过去了，学校的心理健康教育工作也又开展了一年了，学校的心理健康教育逐步朝着有系统的，朝着正规化的方向发展。

首先，基本工作有条有条不紊的开展着；

心理咨询作为一个为学生解除烦恼、吐露心声的重要途径，继续受到学生的欢迎，在心理咨询室学生们打消顾虑、畅所欲言，而心理老师也作为他们的朋友，平等的和他们对话帮助他们自己解决自己的困惑和问题。心理热线也是一个重要的心理健康教育的方式，经常有学生会打来热线电话，吐露心中的秘密，畅谈自己的观点，这是心理咨询的有利补充，她使得一些不敢或不愿意咨询的学生可以“安全”的与心理教师进行交流而不会有顾虑。平时，了解学生的思想动态和内心的真实想法，并据此有针对性的开展心理健康工作。随着工作的开展，在学生中有了一定影响，校心理咨询为各个年级分别做了一次心理健康讲座，在学生中起到了积极的作用，关注自身心理健康的意识已为他们所接受，而这就是对学生最有益的。

其次，积极打开其他途径的工作：

在做好基本工作的基础上，还不断创新，开展种方式的心理健康教育。在校广播台开设“心声”栏目，为学生普及一些心理知识，并回答一些学生的问题，在学校里营造良好的氛围。在心理兴趣小组里，进行团体心理辅导的`训练，让学生体验角色扮演情景小品等团体训练的魅力，从而对心理辅导有更生的认识。对于心理测试，除了个别

的心理测试，还由专业公司开发的软件引进了学校，通过标准化的计算机软件测试，为预初年级、初一年级建立了心理档案，为班主任的工作提供了数据方面的支持。

最后，加强了研究工作：

基于对学生状况的了解和原始资料，为进行研究提供了良好的基础。比如：心理咨询的资料，学生的心理档案参加了区里对学生的学习干扰性的研究，对学校里的班级进行了抽样。另外，还参与优质生与差生受学校环境影响的研究课题，正在进行有关部门方面的调研。

当然，工作还缺乏深度和广度，有些学生还未接触到心理健康教育，而且从总体上来看效果不是非常显著，而且心理健康教育工作还要继续加大力度，同时在形式上采取创新方式，争取更贴近与学生，更好的帮助学生！

**心理健康工作总结范文【篇6】**

本学期，我校心理健康教育工作遵照市教科所和学校的工作部署，围绕培养全面发展人才的工作思路，扎实开展心育活动，较好地完成各项工作任务。现小结如下：

1、继续完善学校心理健康教育工作制度，克服学校心理咨询室设施简陋的困难，使各项工作正常化开展。

2、加强心理健康教育教师队伍的建设，建立、完善心理咨询团队，正常开展心理咨询活动，促进学生身心的健康成长。附：\_\_年学校心理健康教育领导小组名单

组长：

副组长：

成员：领导、资深心理辅导老师：

华东师范大学心理学研究生班在读的老师：

国家心理咨询师：

经过心理辅导专业培训的.老师：

年级组长：

各班班主任

3、协同政教处组织开展班主任心理健康教育培训，发挥班主任作为心理健康教育主力军的作用，通过班会课，对学生进行心理健康教育，使此项工作有序开展。

4、对教师开展理心理健康教育培训，让教师结合学科特点，在课堂上进行心理健康教育渗透，通过各种渠道，采取灵活多样的形式把心理健康教育工作渗透到日常教育教学活动中，发挥全员育人、全面育人的作用。

5、向学生推介心理健康科普读物，开展读心理健康科普读物活动，促进学生心理健康的自我调节。

6、协同教务处举办毕业班备考心理健康讲座，邀请心理健康教育专家耿春华对初

三、高三学生进行考前心理辅导。

7、邀请教科所所长杨春城所长来校开展教师心理健康讲座，为教师缓解工作压力，增强职业愉悦感，促进教与学的和谐发展提供帮助。

8、派教师参加市教科所举办的由知名专家主讲的应考心理辅导专题讲座，回校后对毕业班师生进行传达，为毕业班师生以饱满的精神状态参加中高考，夺取升学考试的胜利作出贡献。

**心理健康工作总结范文【篇7】**

今年三月我参加了宜昌市秭归县心理健康网络培训，经过学习，使我更加深入地认识到教师心理健康的重要性以及学生心理健康的重要性，这段时间来，我克服种种困难，认真学习，按时完成作业，集中精力参加培训的各项活动，顺利完成了培训预定的各项任务。

在此期间，我自学了网络课程，聆听了专家的视频专题讲座，即《教师心理问题的自我调适》和《教师职业倦怠的自我调适》，对心理健康知识有了更深入的了解，为以后更好的开展工作打下扎实的基础。这次培训活动主题鲜明，重点突出，任务明确，安排得当，使我在思想认识上都有了很大的提高，对心理健康教育工作的开展以及自身素质的提高都有很大的帮助。在这次培训中，本人受益匪浅，感想颇多，现将学习情况及学习体会总结如下：

一、通过培训，提升了我心理健康方面的知识。

通过培训学习，使我对心理健康教育方面的知识从少到多，由浅入深。使我认识到：健康不仅是身体上没有任何疾病，而且也包括心理方面没有任何问题，如能正确了解和接纳自我，能正确地感知现实并适应现实，良好的适应及良好的人际关系，能平衡过去。

在专家们的讲课中，有很多都是具有实际操作方面的知识，更多的注重了理论联系实际的培养。在这次的心理健康教育培训活动中，我们不仅了解到教师职业倦怠产生的原因，还学习到了怎样进行职业倦怠的自我调适的方法，同时还掌握了教师怎样进行心理问题的自我调适。

二、通过培训，懂得了教师应具备健康的心理。

教师心理不健康就不能正确理解学生的行为，更无法巧妙地处理学生问题，轻则影响师生关系，重则可能伤害学生心灵。因此，为了更好地教育学生，教师自己首先必须是心理健康的人。教师是学校心理健康教育的具体实施者，他不但要有渊博的学识和出色的专业技能，还要有健全的人格。

教师的言行对学生有很大影响，在学生的心目中，教师是很神圣的。教师的言谈举止、待人接物的方式，都会让学生受到深刻的影响。一名优秀的教师，会在课堂中营造出和谐与温馨的气氛，让学生如沐春风。因此，教师完善的心理素质，是构建良好师生关系的基础，是实施心理健康教育和情感教育的出发点。新的`教育实践要求每一位教师都应不断地完善品德修养，提升自己的人格魅力

三、通过培训,认识到了学生心理健康的重要性。

学生的心理健康对其一生都有极为重要的影响，我们总能在报纸或新闻中看到学生自杀的事例，为学习，为人际关系等等，且有增长的势头，这就说明现代学生承受心理压力的能力值得引起我们的关注。在层出不穷的新现象、新问题面前，心理健康教师力求“对症下药”,从心灵上给予学生鼓励和信心，了解学生的不良心理的成因，既包括学校因素,如单调枯燥的学习生活，也包括家庭、社会因素,如家庭的生活环境、抚养环境，社会风气等。

当我们感觉无力摆脱社会风气的困扰时，就应该会同学生家长采取较为科学的方法教育子女。例如，可以尽量创设健康的教育环境，可以有计划有针对性地开展心理健康教育活动;可以与学生家长沟通思想，相互配合，而且要将其渗透到学校教育的全过程。我们教育的目的就是教书育人。

为了让学生形成健康的心理，教师就要不断完善自己的人格，不断提升自己的人格魅力。良好的性格、高雅的气质、卓越的才能以及高尚的道德品质将对学生产生潜移默化的熏陶与教化作用，真正作到为人师表。只有形成学校、家庭、社会的心理健康教育网络，齐抓共管，学生的心理素质和心理水平一定能朝着健康的方向发展。

总之，这次培训使我澄清了以前的一些心理学方面的错误见解，弄清了一些原来迷惑的问题，理清了心理学教育方面的思路，为以后的心理教育工作提供了理论基础和理论支持。

我感谢这些知名的教授和学者，他们既有理论功底，又有实际经验，他们以自己智慧为我们点燃了一盏明灯;同时也感谢我的学校，为我提供了一次心灵洗礼的机会。

**心理健康工作总结范文【篇8】**

社会发展，人才辈出，竞争日益激烈，更要求人们在拥有各种知识、技能的同时拥有良好的心理素质。教育的目标就是培养全面发展的人，而人的发展中既包括身体的、生理的发展，也包括心理的发展。可见在学生整体素质中，心理素质本身占有重要地位。良好的心理素质是优良的思想品德形成的基础；是有效学习科学文化知识和进行智力开发的前提；是引导学生正确交往、合作成功的重要手段；是增进学生掌握劳动技能的保证；是促进学生身体健康的必备条件。因此素质教育应包括旨在提高学生心理素质的心理健康教育。怎样面对挫折、如何与同学交往、面对父母的期望与唠叨该怎么办？这一系列问题都是学生们真切面临的课题。心理健康教育作为素质教育的一个重要组成部分，它渗透在教师们的日常课堂教学中、浸润在班主任的教育管理中、也表现在学校为之专门开设的心理健康主题教育之中。

一、 组织机构部分

学校心理健康教育一直以来被校各级领导所重视。校长在各级工作会议上强调学校所倡导的爱心教育、关注学生心灵。学校组成的心理健康教育教研组织。学校有专职的心理教师，负责心理教育工作的日常事务。日常活动有目标、有计划、有措施、有宣传、有总结提高。学校领导经常利用校教职工大会宣传、布置工作，在全校营造了良好氛围，形成领导重视、全员参与的喜人局面。学校拥有独立的、规范的心理辅导室。有工作条例和辅导员守则。

二、 心理健康教育工作的开展

1、 建立建全学生心理档案。

建立学生心理档案是加强学生心理教育工作，推进素质教育向纵深发展，实现教育现代化的重要条件和必要保障。它可以为学校的宏观管理提供决策依据，可以提高教师教育决策和科学研究的水平，可以为学校心理辅导、咨询和治疗工作提供操作指南，可以为学生的身心健康发展提供动态的`监测手段，以致于为全面提高教育教学质量提供切实有效的帮助。

已建立初一年级学生的心理档案，并且根据学生心理档案积极地有针对性地做好个别辅导工作。

2、 开设心理辅导活动课。

在初一整个年级开设心理辅导活动课，每周一课时，针对学生身心发展的特点和社会需要，依据一定的心理辅导理论与方法，引导学生自我了解、自我探索、自我体验、自我发展、自我成长。心理教师积极配合毕业班教师对学生进行考试考虑心理的调适，包括深呼吸松弛法，联想放松法，积极暗示法，转移刺激法，模仿学习法，系统脱敏法，等一些心理辅导，坚定学生的信念和决心，增强临考心理素质。

3、 经常性开展个别辅导

个别辅导工作是心理健康教育的一个重要组成部分。随着学生面对学习压力的增大，竞争日益激烈，青春萌动以及遇到的一系列青少年常见心理问题，他们迫切需要专业心理辅导以摆脱日益严重的不良情绪。我校的心理咨询室工作充分发挥其职能作用，相应开设了信件咨询、学生个体辅导、团体辅导及家长咨询。 学生有什么心理问题、困惑需要帮助而又因为某些原因不能面谈的，都可以写信投到“心灵之约”信箱，由心理老师写回信放到传达室。信箱每天下午开一次，保证第二天准时回复。适时的心理咨询为学生解决了考试心理胆怯，时间紧迫，思想压抑，食欲不振，厌倦学习，情绪低落和如何调节不良情绪，怎样追求远大目标，人的基本情绪、心情，心境，等一些实际学习，生活中的问题，并针对个别学生的心理失衡，心理挫折和心理障碍，及时给予心理支援和心理疏导，切实关注他们，理解他们，倾听他们，帮助他们??

4、 开展班会

我校积极倡导广大教师员工学习教育、心理理论知识，提高自身心理素质，重视心理工作对学生发展的重要意义。在班主任日常工作中、在心育主题班会中针对全体学生共性的心理品质，开发学生的心理潜能，塑造良好的人格。全校经常性开展心理健康教育主题班会。根据每个年级的学生心理特征和问题背景，由教科室和心理辅导室倡导活动主题。展开了丰富多彩的班级活动。

三、 广泛宣传

利用学校的校园广播站定期宣传心理知识，组织学生制作心理专栏和心理小报。各项专题均由学生自己制定，对什么感兴趣，对什么迫切想知道就制定哪方面的专题，然后心理教师指导他们学习相应的的知识，通过消化吸收，形成自身独特的思想，根据自己所思、所想、所知、所解，编排内容、设计版面。这样一方面从学生自身出发，自己选材，自行设计，贴近学生们生活成长需要，易于接受，能够引起兴趣，产生共鸣；另一方面主创人员在编排过程中必须认真学习，努力消化吸收，有了深刻的理解才能设计出好的方案，因此在这个过程中，也使他们自我学习，自我创造的过程，及增长了心理知识，又锻炼了各方面能力，从实际工作中提高自我心理素质。

四、心理健康教育课题研究深入开展

学校对心理健康教育的科研工作十分重视，各班主任、年级组长、政教处有规律地针对学生心理健康问题展开研讨，并进行课题研究。在探索主体性德育教育的基础上，学校提出以健全人格培养作为我校深入实施素质教育的总课题。 研究前期，全校德育工作者围绕主题进行理论探讨，鼓励教师通过资料检索对比和反复思考，提练出一些较有新意的观点。我们认为根据时代发展对人才的要求，中学生健全人格的内涵应包括以下主要内容：明确一致的人生哲学、生活定向；良好的日常习惯、生活与学习方式；自我认可、现实性知觉和自我客观化表现；坚韧自觉的意志、行为准则；主动积极的观察、思考、探索习惯；与他人热情交往、和谐合作的能力；一定的审美情趣与修养；较强的责任感和较高的道德品质与情操；优良的性格、气质特征。反映了一个人在心理、生理、社会、道德、文化等各方面所应达到的和谐统一的境界。实验初期，拟聘请有关专家来校讲座，组织参加实验的教师系统学习国内外心理学、教育学、教育心理学、美育、德育的理论著作，通过查阅资料，了解和掌握学校人格教育和心理教育的最新动态。为实验的顺利开展提供前提条件。在问卷调查阶段，了解实验对象在学习、生活、心理、道德、个性等方面的人格现状，为实验研究提供重要的材料基础。在实验班和对照班，以问卷形式组织学生参加人格现状测定和情感活动现状调查。在调查基础上，我们为实验对象建立学生人格档案。然后在实验研究阶段，拟通过专题培训，主题班会，课程设置，自主管理，实践活动，家长学校，校园文化，个别辅导等方式进行系统的，有针对性且全方位的训练和指导。

五、 积极参加上级教研培训

两年来，学校心理健康教育教研活动频繁。沈燕瑾老师作为桐乡市心理健康教育中心组成员积极参加省、市及桐乡的各种心理健康教育教研培训活动，并在全校展开活动。

六、 几点体会

首先，心理教育紧密围绕学学生的实际需求开展，抓住了学生的特点，学生感兴趣什么，需要什么就及时开展相应的教育指导工作。如新生入学一段时间后，有很多学生对新环境不适应，就及时进行新生适应不良症的教育，指导他们如何尽快适应新的环境，新的学习形式以及和新同学相处等。

其次，对于心理辅导工作的时间上应尽量方便同学。正常的教学可以有正规的课时安排，但心理咨询不同，要随时以学生的课余时间为工作时间。为了方便学生，把咨询时间放在了中午，这样心理教师就不得不放弃午休时间，另外预约的时间更是不包括在规定时间之内。咨询的时机是千变万化的，一旦错过就很难再找到，而有些学生是鼓足勇气，下了很大的决心来的，如果这次没能及时帮助，也许就不会有下次了。因此，面对这样一种情况，就要求心理教师爱岗敬业，甘于奉献，一切以学生为主。

第三，学生渴望心理健康教育。在信息化时代，社会处于日新月异的变化之中，学生们在学校中在体验自身成长变化的同时，还要感受激烈的竞争，学习的压力及以不断变革所带来的不稳定因素的影响，因此他们内心的矛盾、冲突、压抑就更为显著。在开展心理教育的工作中可以明显感受到他们的迫切需求，渴望参与的心情。在这种局面下，就更有利于在学生中间开展各项活动与工作，也能够及时的发现问题进行指导。

第四，教师心理水平比以往有了较大的提高。以前很多教师对心理学一知半解，对于学生的心理发展规律、心理健康教育都不清楚。而现在大多数教师都能接受心理健康教育工作，对学生的心理问题也有了一定的认识，如对学生异性交往问题，不再是以往的严厉批评，生硬拆散，严禁交往??现在许多班主任对这个问题都有了新的认识，会找同学谈心，和他一起分析探讨，能够正确看待青春期中学生向往异性接触的心理。因此，随着教师心理水平的提高，对学生的教育和管理也更趋于人性化，更注重心理感受，避免了矛盾冲突或直接造成尖锐的问题。

现在，人们已逐渐达成了这样一种共识，即健康不仅包括身体健康，也包括心理健康。《世界卫生组织宪zhang》就开宗明义地指出：“健康不仅是没有疾病和病态，而且是一种个体在身体上、精神上、社会适应上健全安好的状态。”这表明人的健康不仅要重视生理健康，而且更要重视心理健康。这对我们从事教育的教师就显得尤为重要。特别是现在，我们面对的学生多为独生子女，由于社会的不良影响和家庭的影响，学校教育的失误，导致他们中的部分人程度不同地存在学习困难、、情绪不稳、孤独胆小、惧怕挫折、缺乏毅力，进而身上存在着懒惰、怯懦、自私等缺点。如果学生的这些缺点不能正确引导的话，他们的主体性就不能更好地得以发挥。

人类已经步入二十一世纪，社会竞争也更加激烈。我们所培养的学生必须具有丰富的知识、强健的体魄、健全的人格，积极乐观的人生态度，承受各种挫折和适应不同环境的能力。也就是必须具有国际竞争力，且极具创造力。而健康的心理是人发展的中枢枢纽，是为人一生不断进取、不断探索的催化剂。

**心理健康工作总结范文【篇9】**

本学年作为学校的心理教师，我结合既往在心理健康教育工作中积累的实践经验，以及在任教中发现的实际问题，在本学期开展心理健康教育工作的过程中，以科学务实、服务学生为工作宗旨，着力强化学校心育工作的正规化和系统化建设，突出学生心育形式的创新性与多样性，切实提高我校心理健康教育的实效性，并逐步扩大我校心理健康教育的影响。现就这一年来的工作情况做一下总结。

一、切实有效的拓宽了心理健康教育渠道

本学年，我采取了多种渠道对学生进行心理健康教育，收到了较好的教育效果，扩大了在学生中的影响。

1、在心理辅导课中，我根据学生的年龄特点和实际心理需求设计课程，内容的选择上做到了以学生为主体，从学生的心理需求出发，充分发挥了学生的主观能动性，使学生在课堂上确实有所获。

2、为了了解学生的心理现状，9月对部分学生进行了问卷调查，通过调查表明，大部分学生的学习动机比较明确，也能够较好的利用互联网，但也存在着无集体意识和依恋网络的现象。对此类现象我采取了咨询与引导相结合的方式，对学生进行个别心理辅导，锻炼其自律自制的能力。

3、11月，我校开展了以“学会感恩、与爱同行”为主题的班队会。此班会设计切实的关注了学生的心理需求，学生在班会后深刻体会到了父母之爱、同学之爱、师生之爱，激发了学生爱的情感，并立志要感恩亲情、感恩师友、感恩社会、感恩自然，建立健全了学生的感恩意识。

4、每月进行不同主题的心理健康教育讲座。如：重视我们的心理健康，激发学生高昂的学习情绪，被人误解的解决方法以及在甲型H1N1面前正确对待的方法。结合故事和真实的新闻事件教育学生，讲座后班主任普遍反映学生有所改变，收到了较好的效果。

5、充分利用了学校的宣传阵地，进行了“好习惯，需要坚持不懈的训练”，“中国家庭教育十大误区及十大建议”，“教孩子知识，不如给孩子爱”为主题的宣传内容。由于宣传栏处于显著位置，所以学生和家长一目了然，为家长教育孩子提供了帮助。

心理健康教育活动。学校的心理健康教育活动的开展往往要受到时间和空间条件的制约，因此在开展学生集体性心育活动的过程中我的确遇到了一些困难和问题，以后还要与各部门和年级组做好协调，为不同年级的学生或家长提供了不同主题的有针对性的专题心理辅导。

二、心理咨询室的日常工作

心理咨询室是承担学生日常咨询活动的固定场所，为突出咨询室的环境优势，为学生提供更为优质的服务，我利用假期积极筹备，在开学前将原有的咨询室进行了重新的布置。同时我在咨询室门口公布相关的联系方法，便利了师生辅导。同学们可以走进咨询室，跟心理辅导老师说出心中的烦恼。老师通过倾听，做好疏导、解释、鼓励工作，对学生提出最佳建议，切实解决学生遇到的问题和解开学生心中的忧虑。

本年度开始，我逐步完善心理档案，以记录每一个学生在校期间所参加过的各种形式各类主题的心理健康教育活动，并追踪各项教育活动的效果，使我校学生心育工作更加系统、完善，同时也为今后开展工作提供必要的参考，以形成一套完整的校本心理健康教育方案。

网上心理宣传。我将QQ号公布给学生，声明学生可上网与我聊天，受到了学生们的积极关注。依托网络优势，为学生广泛搜集、不断提供大量科学有效的心育信息及心理常识，打破了时空的限制，扩大了心育的受众范围。但网络心育仍有很大的发展空间。

个别生谈话工作。个别生谈话工作是一种全新的德育教育形式，需要在实践中不断摸索、完善，本学期在开展此项工作的过程中，基本经历了前后两个工作阶段：开学伊始，利用班主任会的时间，我向全校班主任“征集”各班的“心育个别生”，但由于种种原因，征集到的信息十分有限，各班没能将本班学生在心理方面确实需要得到个别辅导的名单准确上报，此项工作暂时陷入僵局；

三、点滴成绩

本年度，我被聘为绿园区心理学科研究室成员，有幸参与区里的`各项调研工作，这对我来说既是鼓励也是动力。我所设计的《我是谁》一课还作为示范课在区里公开讲授，在课堂中学生也确实真实的体验到了自我，变得悦纳自我并完善自我了。我校师生参与编演的校园心理剧《我是农民工的子女我骄傲》获得了绿园区校园心理剧展演活动中唯一的特等奖。

临近年末，又传来喜讯：我校被评为长春市心理健康教育特色学校，这是对我校心理健康教育工作的莫大鼓励。

以上的点滴成绩将成为我校今后发展的动力，今后我校将继续努力，逐步扩大我校心理工作的社会影响。

三、不足与建议

当然，在本年度的工作中也有一些不尽如人意的地方，这其中有我个人的因素，当然也存在一些客观条件的限制，如：咨询室尚未独立安装电话，无法开展电话咨询；无法确保社团固定的活动时间；学生心育讲座或辅导的时间无法在最佳时机如期进行，常常因与其他活动相冲突，而要一拖再拖，失去最佳教育时机等。当然从我个人来讲，工作角色的转换也尚需时日来适应调整，重新定位，同时本年度工作中的一些经验教训也将成为下年度提高工作水平的重要参考。

我校心理健康教育刚刚起步，前方的路还很长，我们将在心育这块领域内继续努力探索，勇于实践，把心理健康教育当成关注学生生命的教育来抓，让孩子们快乐成长。我将不断学习学生心理健康教育的知识和技巧，注意积累心理辅导的工作经验，使我校心理健康教育工作逐步走向成熟。

**心理健康工作总结范文【篇10】**

一、开展心理委员、心理信息员的培训工作。

开学初，心理健康教育与咨询中心对各系的心理委员和宿舍心理信息员分别进行了培训。培训内容主要针对心理委员和心理信息员的工作职责、工作方法、工作内容、工作技巧等方面展开。

二、办好心理健康教育宣传读物《心弦》报并及时做好心理健康教育宣传工作。

自《心弦》报创刊以来，这份报纸就受到了广大师生的\'喜爱。透过它，大家既可以看到当前心理研究的一些前沿问题，也可以了解到我院学生的一些现实问题。

心理健康教育宣传的网页作为学生工作部部门网页之一，发挥着它独有的作用。它以网络为载体，传递着我们的工作思路和工作成果。

三、开展心理健康教育宣传月活动

每年的5月25日是全国大学生心理健康节。因此，我们响应教育部的号召，开展了以“微笑、微爱、微成功”为主题的心理健康教育宣传月活动。在这一指引下，结合我院实际开展了“寻找身边最灿烂的笑容”、心理影片展播和“我的微成功”演讲比赛等活动。

四、开展心理健康讲座。

针对目前大学生人际交往中存在的一些问题，我们邀请学生工作部刘辉副部长为学生做了“大学生如何在集体中生活”的专题讲座。

五、日常心理咨询和心理辅导工作。

在做好日常的心理健康教育宣传工作和课堂教学的工作之余，中心还坚持不懈地开展心理辅导和心理咨询工作。通过网络、电话、面对面等形式开展。

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！