# 中小学心理健康教育活动总结精选

来源：网络 作者：紫云飞舞 更新时间：2025-05-23

*中小学心理健康教育活动总结精选（8篇）活动结束以后，我们也要做好回顾分析，做好归纳，写好总结。那么总结怎么写才不会流于形式呢？以下是小编整理的一些中小学心理健康教育活动总结精选，欢迎阅读参考。中小学心理健康教育活动总结精选（精选篇1）由教育...*

中小学心理健康教育活动总结精选（8篇）

活动结束以后，我们也要做好回顾分析，做好归纳，写好总结。那么总结怎么写才不会流于形式呢？以下是小编整理的一些中小学心理健康教育活动总结精选，欢迎阅读参考。

**中小学心理健康教育活动总结精选（精选篇1）**

由教育部思想政治工作司主办，\_\_大学、\_\_省高等学校辅导员培训中心承办的“全国高校大学生心理健康教育专题培训班”于\_\_月24日-28日在\_\_大学举办，共有来自全国50所部属高校、43所省属高校的\_\_1名教师代表参加培训。此次培训机会难得，安徽省仅有2个名额，我倍加珍惜此次学习机会，严格按照培训班的要求，认真学习交流，顺利完成培训任务，受益匪浅。

一、培训内容丰富

包括《社会主义核心价值观背景下的高校思想政治教育工作》、《高校辅导员在学生心理健康教育中的角色与作用》、《高校辅导员工作礼仪》、《大学生心理问题识别与心理危机预防及干预策略》、《做最好的自己—沟通与自信心训练》、《压力管理心理学之成功的要素》六个专题报告，既有理论知识的讲解，也有实际操作技能的传授，涉及面较为广泛，大家在\_\_大学古色古香的中国文化书院收获了知识，开阔了眼界。同时也领略到了\_\_大学优秀教师的课堂风采，各位授课教师的讲解都极具个人特色，有的睿智理性、有的慷慨激昂、有的亲切自然、有的风趣幽默，可谓是视觉和听觉的盛宴，为我们的课堂教学带来了一定的启示。

二、\_\_大学心理健康教育咨询中心工作特色鲜明

\_\_大学心理健康教育咨询中心成立于\_\_年\_\_月，九年来，中心开展了一系列的工作，探索并建立了“五位一体”的心理健康教育服务体系，走出了一条具有\_\_大学特色的工作路子，有很多值得我们借鉴和学习的地方。

1.领导高度重视

通过中心负责人的介绍了解到，\_\_大学党委和行政高度重视心理健康教育工作，经常性地深入中心指导工作，基于这一大前提，\_\_大学心理健康教育咨询中心的工作才能开展得如此顺利。

2.“五位一体”的心理健康教育服务体系

中心积极探索并建立了“五位一体”的心理健康教育服务体系(校心理健康教育咨询中心、院级心理辅导员、班级心理委员、宿舍“心灵使者”、学生家长)，通过建立这样一个体系，充分调动各方面工作的积极性和主动性，学校各部门上下联动，相互协调，提高了工作的针对性和时效性。

3.硬件设施齐全

\_\_大学心理健康教育咨询中心占地面积约420平方米，设有团体心理辅导室、督导室、放松治疗室、心理咨询室、心理热线室、数据分析室、宣泄室、心理教室、教研室、教育宣传室等，内部硬件设施较为齐全，能够满足心理健康教育工作的基本需求，保证工作的有序开展。

**中小学心理健康教育活动总结精选（精选篇2）**

在心理健康中心的老师和校心理部的精心安排下，维持两天的培训圆满成功。作为心理健康部的新成员，我们很荣幸能够参加此次干部培训，这无疑是一次让我们受益匪浅的快乐之旅。本次培训，使我们深刻认识到要树立远大的理想，增强自我教育、自我管理、自我服务的意识，同时也意识到怎样的学生干部才是合格的学生干部。

通过培训后，首先我觉得学生干部要具备一定的素质，这也是学生干部开展工作的关键，学生会的干部应该比一般同学有更高的政治觉悟，政治上必须坚持四项基本原则，自觉贯彻党的各项路线，方针和政策，敢于同各种错误思想和不良现象作斗争。这是我们经常讲的“德”。学生干部要具备的条件中，首先“德”要合格。

再者，我觉得学生干部应该掌握的一些必要的工作方法：

一、少说多做。恪守少说空话，多干实事的原则。

学生会是一个“自我管理，自我服务，自我教育，自我约束”为议程的组织，这就要求我们学生干部在同学面前必须严格律己，说了就一定要做到，要求别人做到的自己一定要做到，用自己的行动去带领同学们，赢得同学们的信任。

二、虚心向他人学习。

“虚心使人进步，骄傲使人落后”，在实际工作中，我们学生干部一定要学会谦虚谨慎，虚心学习他人的长处，用别人的长处去弥补自己的不足，真诚的对待每一个人、每一件事。

其次就是作为学生干部对自我角色的定位。学生干部的前提和基本是学生，“干部”对于我们来说只是一个机会：一个可以为同学服务的机会，一个可以锻炼自我能力的机会。所以，作为学生干部首先应该放正自己的位置，作为学生干部都应该有一个信念－－事情要么不做，要么就认真去做。

作为学生干部首先要做的是尽心尽力做好本职工作，在平时的工作中需要“三心”，即耐心，细心和责任心。同时也应具备团队精神和协作意识，团队精神是一个集体是否有吸引力的标志，在工作中，团队精神和协作意识将能充分发挥出全部人的潜在能力，更加高效的完成任务。

通过这次的学习培训，我也深刻的体会、反省，认识到了自己思想上的问题，我将不断反省自己，以十分的热情和饱满的情绪去对待工作，认真对待自己的责任和义务，提高效率，把工作尽快尽好的完成，并不断的追求完美。

最重要的还是把握自己的心态我们要不断在风雨中成长，让暴风雨不断的洗礼自己，让自己在困难中成熟。我相信只要努力，我们一定能找到别人不曾走过的路。别人不曾到过的地方，看到别人不曾看到过的风景。

湖北理工学院数理学院学生会心理部

在以后的工作中，我们数理学院心理健康部一定会尽自己最大的努力将在培训中学到的知识付诸于行动，依照心理健康的工作宗旨及工作模式即“以人为本、促进发展”去开展各项活动。虽然我们都是这个部门的“新手”，但是我们会好好学习，及时了解本部门的工作，发扬上一届心理健康部的良好风气，同时不断创新，不论最后结果如何，重在过程的风景！

**中小学心理健康教育活动总结精选（精选篇3）**

20\_\_年9月—20\_\_年1月间，我参加了济宁市中小学心理健康教育教师职业技能培训活动，历时四个月的远程培训，使我对学生心理健康工作有了全新的认识和思考，越发的感受到学生心理健康教育的重要性和身上肩负责任的重大。

一、提高认识，明确责任

这次培训让我更加明确，心理健康教育是素质教育的重要内容，良好的心理素质是人的全面发展的重要组成部分，中小学生正处在身心发展的重要时期，随着生理、心理的发展，特别是面对新时期学习、思维方式和社会环境的变化，他们在学习、生活、人际交往、升学和自我意识等方面，会遇到各种各样的心理困惑和问题，因此，心理健康教育作为学校健康教育工作的内容之一正日益体现出它的重要性和时代性。

二、正视自身，认识学生

这次培训使我重新正视自己、认识学生。教师都是爱学生的，正是因为有了这份爱，我们才会对学生无私的付出，可结果常常不如人意，怎么会这样呢？现在我明白了，我们并没有真正的了解学生、没有把握清楚学生的心理需要，我们更多的是把我们的爱“强加于”学生身上，这并不是学生真正需要的，爱一旦偏离了轨道结果就会南辕北辙，效果就更无从谈起了。这也间接导致了教师无法感受到工作带来的乐趣和成就感，更容易产生职业倦怠！因此，这就需要我们学会观察学生、了解学生、把握学生的心理需求，再循序渐进、因材施教。

三、同频共振，促进成长

“如果孩子生活在鼓励中，他便学会自信；如果孩子生活在容忍中，他便学会耐心；如果孩子生活在赞扬中，他便学会自赏；如果孩子生活在受欢迎的环境中，他便学会钟爱别人；如果孩子生活在赞同中，他便学会自爱；如果孩子生活在平等中，他便懂得什么是公正；如果孩子生活在安全中，他便学会相信自己和周围的人；如果孩子生活在友谊中，他便会觉得他生活在一个多么美好的世界。”从这里不难看出，我们应该无条件地尊重他们，信任他们，宽容他们，指导他们，平等地和他们对话，充分挖掘他们的潜能，只有这样才能和他们产生同频共振，我们的教育才有影响力，才会产生价值，才能促进他们自由、开放而又健康地成长。

四、树立理念，终身学习

树立终身学习的理念，不断学习和积累丰富心理学素养，掌握心理辅导技巧，在自己的教学过程中关注学生的心理健康，引导他们“发现自我，认识自我，超越自我”，形成健全的人格。孩子的成长会受到各种各样的影响，必定会遇到诸多的心理障碍和困惑，因此，我们应当树立终身学习的理念，积极吸收内化最新的心理学研究成果，不断地总结和丰富心理健康指导的经验技巧。只有这样才可以为孩子提供更加适应成长的土壤，促进他们健康的发展。

五、争取主动，家校合作

家长是孩子的第一监护人，家庭是孩子最重要的成长环境，要促进孩子的健康成长，缺乏家长的正确指导和配合，仅靠学校的努力是远远不够的。心理学研究成果告诉我们：孩子的心理问题，往往植根于家庭，凸显于学校，爆发于社会。可是当前现实是，家长空有满怀的爱，却缺乏必要的心理学知识和儿童心理健康指导的技巧。因此，要促进儿童的健康成长，必须在家长中普及必要的心理健康指导知识和技巧，争取他们的积极配合与支持。

总之，这次培训帮我纠正了一些错误见解，解决了教育困惑，理清了教育思路，为以后的心理健康教育工作提供了坚实的理论基础和支持。我会继续学习，不断努力，争取早日成为一名优秀的心理教育教学工作者。

**中小学心理健康教育活动总结精选（精选篇4）**

今年9月，我校进行教育体制改革，实行全乡集中办学，中小学一体化管理。在改革过程中，我校各领导积极服从上级部门的指导，坚持以人为本的原则和学生的主体地位，更加注重学生德育发展，尤其注重学生心理健康教育。

良好的心理素质是人的全面素质中的重要组成部分，中小学心理健康教育是帮助学生在学习、生活中体验解决困难的快乐，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，健全开朗、合群、乐学、自立的健康人格，培养自主自动参与活动的能力。因此，在中小学开展心理健康教育，是学生健康成长的需要，是推进素质教育的必然要求，是培养社会各类型人才的重要保证。

为了提高小学生心理素质，我校根据学校的改革实际，开展了丰富的心理健康教育活动，注意发挥各种方式和途径的综合作用，增强心理健康教育的效果。在此，特此对我校以往心理健康教育工作做以下总结：

一、心理健康教育工作目标

1、坚持以人为本，根据学生的心理特点及发展规律和《\_\_乡九年制一贯制学校德育建设方案》，明确各年级的\'心理健康目标。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，促进学生的身心全面发展。

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

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、积极向上的心理品质，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，从而提高我校教育教学质量。

5、建立问题学生心理健康教育档案，结合其班主任进行实时跟踪，定期询问，关注学生心理健康发展和心理健康方案调解。

二、具体工作实施与成效

(一)具体工作实施

我校学生心理健康教育主要围绕《\_\_乡九年制一贯制学校德育建设方案》进行开展，以学生为主体，班主任及各科任教师为主导，面向全体学生开展心理健康教育，注重问题学生的心理健康引导。

1、班会辅导形式

由政教处根据《\_\_乡九年制一贯制学校德育建设方案》，统一制定各年级各时期的心理健康教育主题，传到相应班级和班主任，由班主任在班会课上进行辅导和教育，各科任教师根据班级实情，实时进行学生心理健康教育辅导。

2、黑板报表现形式

由学校团支部确定主题，通知各班级班主任、学生干部，在班级板报上定期出与心理健康教育知识有关的黑板报。并由团支部组织相关人员进行检查打分。

3、校园广播形式

由团支部组织校园优秀播音员，准备好与学生心理健康和心理健康调解方法的相关材料，在每周一17:35进行播音，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;指导小学生学习简单有效的自我心理健康教育的方法：如学会放松、与人谈心和学写日记或周记。

4、公开课形式

由政教德育工作处安排有关教师准备心理健康教育课件和材料，定期定时对学生开展公开课。并及时接受学生心理反馈信息，进行必要的问卷调查，及时统计并评估我校学生心理状况。

5、家庭心理健康辅导形式

家庭是学生的来源与归属，中小学生心理健康最后要归结于此。因此，学校班主任及教师与家长积极配合，形成合力对孩子进行心理健康教育，利用家长学校、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，指导家长开展中小学生家庭心理健康教育。

6、学校心理辅导室

辅导人员为我校政教处相关人员，辅导对象为班主任调节效果不明显，心理健康状况问题较严重的学生。针对上述学生，我校心理辅导室进行长期的、定时的教育辅导和实时跟踪，不断根据班主任、学生和家长的反馈信息，对教育辅导方法进行优化调整，正确引导学生心理健康发展。

(二)取得成效

我校学生心理健康教育辅导，得到学校领导和全体师生的大力支持，对于辅导对象的学生转化、自我修正的效果较好。通过开展学生心理健康教育，我校学生心理健康得到很大程度的提升，同时也从一定程度上杜绝了安全事故的发生。现学生心理健康状况只存在较小问题，如部分学生厌学等情况。

以上为我校前一年度的心理健康教育工作总结，我校各领导不忘育人使命，坚持共产党的领导，结合实际、积极寻求方法，引导学生身心全面发展，培养优秀人才。

\_\_乡九年一贯制学校

20\_\_年10月8日

**中小学心理健康教育活动总结精选（精选篇5）**

我有幸参加了中小学教师心理健康教育与管理能力提升专题培训，对我来说，这次的培训意义重大，对我今后的工作具有很大的帮助。本次培训我很认真的听了多位专家的理论课，还有课上与课下的交流，无论在理论知识，还是方法技巧上让我对心理教育有了进一步的了解，受益匪浅。以下就是我在这次培训活动后对于心理健康教育的认识和所想。

一、心理健康教育的重要性

通过本次学习，更加深刻地意识到在学生中开展心理健康教育的重要性与迫切性。调查表明，学生中存在心理异常的约占30%，患有心理疾病的约占15%。学生心理健康问题主要表现为：学习与考试焦虑、心理承受力脆弱、人际交往障碍、性格孤僻抑郁、自卑心理严重、对新环境不适应等等，并且在近几年呈上升趋势，学校心理健康教育越来越被重视。可是，不正确的关注，反而引发一些不必要的麻烦甚至更严重的后果。心理健康教育应该是预防为主的，面向的是全体学生，不应该只针对心理有问题的学生；心理健康教育与德育工作应该是有他们的各自作用的；不应把心理健康教育简单地理解为一门增加学生负担的学科，而应该具有促进学生各方面健康成长的独特功能；心理健康教有不是要你生搬硬套理论，不要我们教师诚惶诚恐，而应该是讲究艺术，心理健康教育实施方式应该是形式多样，时时处处注意的问题。

二、心理教育培训对于教师自身的重要性

俗话说，“家家都有一本难念的经”，老师也有烦心的事，也会遇到各种各样的压力和苦恼。但如果要做一名受欢迎的老师，就无论如何也不能将自己的不良情绪带入课堂，更不能因此而在课堂上随意发怒，挖苦打击学生。而是要学会良好的情绪控制，在走进教室的前一刻，告诉自己，“一定要微笑”，要把自己最积极乐观的精神面貌展现给学生，并以此来感染学生的学习情绪。没有一个学生愿意看到一个怒气冲天，动不动就发火的老师的。教师乐观积极地稳定地情绪对于学生的心理健康形成有积极地促进作用。

三、提高心理健康的时效性。

在新形势下，小学生不同阶段表现出各自的心理特点和心理需求，这就要求教师有针对性地开展工作。一是新生入学的适应期。这一阶段应用心理评价系统建立小学生的心理档案，目的是通过分析评价，了解每一个学生的气质、性格类型、兴趣爱好、情绪意向等基本心理素质和个体心理差异，帮助学生认识自己，接纳自己，树立健康的新形象。同时有助于学生更快、更好地适应学校生活的角色转换，为他们身心健康发展打下良好的\'基础。二是学习生活的困惑期。这一阶段小学生正处于儿童身心发展的一个重要转折时期，这一阶段，第二信号系统活动日益发展并初步占主导地位，口头言语，内部言语能力不断完善，但学习生活中往往表现出自制力差，社会道德是非判断力以近期、自己为主的特点。通过心理咨询、心理训练等内容丰富，形式多样的方式解决学生学习焦虑、人际关系不良、多动症和学习无能的心理问题。同时通过心理健康指导，开发小学生潜能，建立心理健康新观念，塑造正确的人生观、道德观和价值观，推进整体素质教育的贯彻实施。

有太多的感受，溢于言表；有太多的工作，等着我们去做。作为教师，我们始终应该把心理和德育工作放在首位，以其来促进智育的发展，使得学校能培养出健康的学生。

**中小学心理健康教育活动总结精选（精选篇6）**

3月30日，我参加了中小学教师心理健康教育与管理能力提升专题培训，虽然时间只有一天，而且是在网络上培训，但是对我个人而言，收获确是丰富且充实的。这次培训不仅仅是一次心理健康教育的专业培训，也是一次心灵的洗礼，更是一次精神的盛宴。每个讲座都蕴含着丰富的人生哲理，每个活动都能净化心灵。在此期间，我对心理健康有了初步的了解，使我意识到掌握心理健康教育知识的重要性，意识到育人的重要性，意识到教师健康的心理对学生以及自身的重要性。在这次培训中，我有了很大的收获，感受颇多。

一、通过专题培训，我认识到了教师心理健康的重要性。

我认为，教师是学校心理健康教育的推行者、具体实施者，一个成功的教师，除了要有渊博的学识和优良的教学技能，还要有健全的人格和高尚的品德。教师的言行对学生有很大影响，特别是对低年级学生更是如此，在他们的心目中，教师是智者——什么都懂；是能者——什么都会；是圣者——不会犯错；是权威者——具有比父母还高的权威力量。教师的衣着举止，言谈风度，以及待人接物等，都会使学生受到深刻的影响。人格健全的教师，能在课堂中创造一种和谐与温馨的气氛，使学生如沐春风，轻松愉快，而人格不健全的教师，只能在课堂上造成一种紧张或恐怖的气氛，使学生如坐针毡，惶惑不安。所以，教师完善的心理素质和人格，是构成良好师生关系的基础，是实施心理健康教育、情感教育的出发点和首要原则，新的教育实践要求每一位教师都应该从自身的心理健康的角度，完善自己的人格，提升自己的人格魅力。

通过专题培训，我也知道了教师要善于做好自身的心理调节及保健工作，了解自己，辩证地看待自己的优缺点；学习心理卫生知识和心理健康知识，掌握心理调节的方法，学会缓解心理压力，改善不良人格，提高心理承受能力；调整情绪，保持心理的平衡；善于选择自己心情愉快的角度去思考问题、处理问题，建立起良好的人际关系；乐于为工作奉献，并合理安排时间，张弛有度；培养多种兴趣与爱好，陶冶情操，只有这样，才能以积极健康地工作热情投入到教学活动中去。

二、通过专题培训，我也认识到了学生心理健康的重要性。

古老文化的.中国有这样一句格言“３岁看小，７岁看老“。这充分说明了小学阶段学生的心理健康对其一生有何其重要的影响。

专题培训之后，结合我的实践经历和周边情况，我对学生心理健康问题做了认真地分析。我认为，我们目前正处于一个社会的转变期，纷纭复杂的社会现象，多元化的价值观，来自升学、就业、竞争等方面的压力，各种不可测的变数，引发了学生心理疾患的上升，也对学校的心理健康教育提出了严峻的挑战。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。

可惜，我们无力摆脱社会风气的困扰，我们也只能劝说学生家长有科学地教育子女，我们惟一能做做的是改善自身。例如，我们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，根本的出发点就是要将其全面渗透到学校教育的全过程。

三、作为一名教育管理者，通过培训，我更加体会到没有良好心理索质的教师

就不能培养出良好心理索质的学生，教学活动是师生双向互动的过程。

教师教学的对象是学生，要达到教书育人的目的，就要了学生的心理特点，存在的问题以及掌握如何使学生保持心理健康的措施，只有心理健康的教师才能造就身心健康的学生；反过来说，教师人格不健全、心理不健康，将对学生的人格成长、个性形成和心理健康状况都会造成不良的影响。当我们心理健康时，做事就能达到事半功倍的效果。心理素质良好的教师，会凭借自己的语言、行为和情绪，潜移默化地感染学生，促使学生积极主动地投入学习；学生在教师的感召下，会表现出强烈的求知欲，体验到愉悦的情感，并流需出对教师的尊敬和爱戴。作为一个社会个体，我们应该正确对待自身的工作压力，学会自己调节，努力克服不良情绪的困扰，让自己在不断提高知识素养的基础上，做一个自信乐观、豁达开朗的健康心理的人。只有这样才能充分发掘自己的潜能，发挥自己的才干，促进学生的健康成长提高教育教学的整体效益。

总之，教学的目的就是教书育人。首先，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。其次，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。

最后，我也希望各类各级学校和社会、家庭都要把教师与学生心理健康教育教育的一大内容重视起来，作为一项战略任务来抓，并在机制上、师资上落实到位，方能使心理健康教育真正收到实效，从而培养出适应未来的具有现代素质的人才。

**中小学心理健康教育活动总结精选（精选篇7）**

为进一步贯彻落实教育部《中小学心理健康教育指导纲要》和《\_\_省委教育工委省教育厅关于进一步加强中小学心理健康教育的实施意见》《关于举办晋江市学校心理健康教育宣传周活动的通知》精神，进一步推动养正中心小学心理健康教育工作，普及小学心理健康教育基本知识，营造人人关心学校心理健康教育的氛围，进而提高学生心理素质、培育学生乐观、向上的心理品质，促进学生人格的健全发展。我校开展了第四届校园心理健康教育宣传周活动，现将总结如下。

一、学校高度重视，精心策划。

本学期，学校将学生心理健康逐步引入课堂渗透，将课内外有机结合，让心理健康教育成为学校整体工作。为此，学校将心理健康关爱周活动将学校整体活动设计与班级心理活动课结合，让每位老师每位学生都参与到心理健康关爱活动中，在心理游戏体验中分享快乐，个性展示，调节自己。

二、组织落实，讲求实效。

本次心理周设计了丰富的活动，每个活动内容即关注了学生心理健康，又关注了教师心理健康。本周，通过“毕业班学生团体心理辅导活动”、“心理健康讲座”“红领巾广播站”“班级心理健康主题班队会活动”等宣传方式，让学生懂得心理健康在成长过程中的重要性；让全体教师了解学校心里辅导的理念，学习师生关系、教师与家长沟通的一般方法，懂得教师心理健康与自己维护，能在教育教学过程中体现心理健康教育的理念。

三、反思活动，推进工作。

活动结束了，但心理健康教育还将继续下去。关注学生的心理状态才是体质的关键，如何让学生拥有健康的心智，我们每位教育工作者如何更好的选择途径疏导学生问题都将成为我们今后研究的`课题。

健康与快乐并存，让我们在关注孩子身心健康的过程中提升自己的综合素质，以科学的态度完成我们的教育使命！

**中小学心理健康教育活动总结精选（精选篇8）**

一、工作总结

1.背景

《中小学心理健康教育指导纲要》指出，心理健康教育的重点应主要放在帮助学生适应中小学的学习环境和学习要求，培养正确的学习观念，提高其学习能力，改善学习方法；把握升学选择的方向；了解自己，学会克服青春期的烦恼，逐步学会了解和控制自己的情绪，抑制自己的冲动行为；加强自我认识，客观地评价自己，积极与同学、老师和家长进行有效地沟通；逐步适应生活和社会的各种变化，培养对挫折的耐受能力。

我国中小学生的心理健康状况确令人担忧，据我国有关部门调查统计表明，目前，近30%的中小学生有不同程度的心理问题。更甚者，贵阳市某中学一项调查显示,该校有心理问题的学生近80%。

中小学生的心理问题类别也越来越多，也越来越严重，表现为厌学、焦虑、孤僻、自卑、、敌对、逆反、狂妄、网络沉迷，社会交友不良等等，甚至导致犯罪和自杀。

2.目标

提高全体学生心里健康水平，充分开发他们的潜能，培养学生乐观，向上的心理品质，促进学生人格的健全发展。

使学生达到：了解自我，悦纳自我；接受他人，善与人处；正视现实，接受现实；热爱生活，乐于学习；控制情绪，心境良好；智力正常，人格完整等六个方面的要求。

二：具体举措。

（一）领导重视，严密部署：

1、高度重视：校领导班子充分认识到心理健康教育工作是德育工作的一部分，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、严密组织：我校心理健康教育工作组织是严密的。校长亲自担任领导开展心理健康教育工作，主管德育的领导直接负责，充分联系少队，团辅导员及班主任，使心理健康教育有了组织上的保证。

我们采用了‘三位一体’，即以心理辅导与咨询为‘点’，以心理健康教育课为‘线’，以心理健康教育实践活动为‘面’的三位一体的心理健康教育模式。

3、严格考核：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）专业教师，人员落实：

提高广大教师的心理健康教育的认识深度和教学应用，是保障心理健康教育正常开展、取得成效的重要条件。而教师心理健康水平提高的重要途径就是——培训。鉴于此，我校先后派出吕阳涛，曲婧，耿攀银等几位老师参加心理健康辅导员培训，并取得了心理健康辅导员资格证书。

（三）、全校动员，健康教育

1.广泛宣传，多方渗透

积极有效的宣传，对于心理健康工作是必不可少的，如阅览室的报刊和书库适当增加了心理类的书籍和报刊杂志，校园广播台，板报栏也充分发挥了其重要作用，内容积极健康，贴近教育，更符合学生的需求，并力求带动更多的学生参与进来。

我们通过合力，全体教师都参与了学生的心理健康教育，他们在教授本学科知识的同时，还对心理知识进行恰当渗透或心理技能的训练，由此，学生在学习数理化的过程中，即提高了学科知识水平，又受到潜移默化的影响，心理素质逐渐的提高。只有在这样的一个大的环境中，广泛的教育下，人人参与的情境中，才能从根本上转变现在心理健康教育工作的艰难局面，得到社会、学校、家庭、个人的认可与重视。

2．原因分析，有的放矢。

我们调查之后发现，主要问题有：

①学习问题，包括学习困难，成绩落后，考试焦虑，上课注意力不集中等。学生的主要任务是学习，因此学习问题是大多数学生所困扰的。

②人际交往问题，包括人际关系问题，异性交往问题和家庭关系。

由于自身的`某些原因，性格上或是没有掌握好人际交往技巧，和同学之间相处不和谐，要么关系冷淡，凡人不理，要么关系紧张，剑拔弩张。造成这种现象的原因有独生子女从小养成的自我中心的心理，别人都要围着自己转，没有学习和别人交往的技巧，容易和人发生冲突或交往不当。异性交往似乎是青春期阶段学生和教师的用恒话题，现在也是一样的受学生关注。家庭中和父母的关系也越来越多的被学生们提出，认为父母不了解自己，太多的干涉自己，从一系列的由于父母监管过严，孩子杀父母的事件中我们也应引起足够的重视，更多的探讨家庭教育存在的弊端。

③自信心、自制力、情绪控制等问题，这些应该算是一些常见问题，是学生们成长的一部分，反映出他们更多的关注自己，感受自己，渴望提高自己的身心素质。

同时，造成中小学生不良心理的原因是多有社会，学校，家庭等多方面，我们班主任经大量工作，详细调查了解，掌握每个班级、每个学生的学习，生活，个性，兴趣，甚至父母亲教育程度、工作及家庭关系等情况，做到心中有数。健康教育工作才有的放矢，因材施教。

3.身正为范，教师表率。

教师职业需要你永远拥有一颗火热、诚挚的童心;永远保有一双公正信实的眼睛;永远操着健康的、心口如一的语言;永远想着给学生新鲜圣洁的思想。教师是中小学生心目中的“神”、人生路上的“灯”，教师的一言一行、一颦一笑，在小学生的眼里都是可资模仿、借鉴的

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！