# 中学生心理健康教育总结讲话5篇范文

来源：网络 作者：青灯古佛 更新时间：2024-07-23

*越来越深刻的感觉到全国中小学开展心理健康教育的必要性，在国家日益繁荣发展的今天，国家需要的不仅仅是高分的人才，而更多地是对一个人全方面素质的要求，所以我觉得动力沟通在这个时候发展，也是顺应历史潮流的，就是要让人们心理健康，内心和谐安定。下面...*

越来越深刻的感觉到全国中小学开展心理健康教育的必要性，在国家日益繁荣发展的今天，国家需要的不仅仅是高分的人才，而更多地是对一个人全方面素质的要求，所以我觉得动力沟通在这个时候发展，也是顺应历史潮流的，就是要让人们心理健康，内心和谐安定。下面给大家分享一些关于中学生心理健康教育总结讲话5篇，供大家参考。

**中学生心理健康教育总结讲话(1)**

尊敬的领导，同事们：

大家好：

心理健康教育在现代社会的教育中越来越重要。如何开展心理健康教育，开展成功与否，是学校教育的重要一环，下面就我在心理教育方面的几点心得:

一、抓认识提高，明确心理健康教育的重要性。

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受到了极大的影响。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，所以小学生很少易发生心理行为偏差。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置之不理，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，我们全校上下形成共识:要下足功夫，正视心理健康教育，促使学生的健康发展，健全他们的人格，为21世纪培养合格的人才。

二、抓学科渗透，扎实推进心理健康教育。

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。我们严格按照上级要求，开设上好心理健康课的同时，要求教师在各科备课时注意挖掘心理健康教育的教育因素。思品课，抓好心理疏导的教育;语文课，以教材中大量的优秀文字形象，从这些人物身上体会和感悟良好的心理素质;数学课中研究重点是观察、注意、思维、记忆等心理活动;英语课则要求创设宽松、和谐的课堂气氛，增强学生学习信心，使之敢于表现自我，增强学生群体交往意识，发展能力和个性;音乐、美术等以培养学生良好的情感体验，给人以美的熏陶方面的心理健康教育。在各学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。

三、抓课题研究，从细处着手抓好心理健康教育。

探索了一系列针对小学生的关爱教育的内容及途径，探索并形成了优化学生情感体验、人格发展的一系列的方式方法。主要是在教师以身示范下，对小学生开展“关爱自己、关爱他人、关爱社会”三个方面的教育。通过开展主题活动，抓陶冶、抓体验、抓渗透等展开教育，我们明显感觉到学生的心理素质、道德情感得到不同程度的提高、优化。在校内、班级中师生之间、同学之间互相关爱、团结帮助蔚然成风，在各种学习活动中，学生合群，积极参与，团结协作，自尊自信，创新精神等得以充分体现。在家中，社会上，学生都能从小事做起主动关心、爱护、帮助他人，富有同情心。多次主题队活动的开展，使学生受到教育的同时，自身的能力不断得到提高，心理素质明显加强。

四、抓家庭教育，引导学生家长关心子女的心理健康。

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。有些父母认为孩子长得壮，不生病就是健康，这是不全面的认识。事实上，有一些青少年身上存在心理障碍，如说谎、无理取闹、妒忌、自卑、不合群等行为。然而，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，在发现他们心理有缺陷时我们就及时与家长联系做到及时矫正，并在学校上对家长开展如何对子女进行心理健康教育的讲座，引导家长科学地教育孩子，从而培养孩子关心社会、关心他人，培养他们的责任感、独立性和自制力，养成乐观进取的精神。

总之，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。

**中学生心理健康教育总结讲话(2)**

敬爱的领导，同事们：

大家下午好：

今年，校领导班子根据学校实际，提出了走科学发展之路，创精致教育特色的办学理念。坚持常规工作抓规范、重点任务抓落实、难点工作抓突破，推动品位升级、管理升级和质量升级。在学校领导的带领下，我们的心理健康教育工作也取得了一定的成效。

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、人本主义教育原则：其一，把学生作为独立的生命个体，充分地尊重、理解、信任学生，建立平等的师生关系;其二，把学生作为完整的生命个体，要全方位、多角度地认识学生;其三，以学生为教育的主体和活动的主体。

6、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、充分利用学校心理网站等宣传媒介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，充分利用了网站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。

三、取得的积极效果

1、在区教育局和学校领导的支持下，建立了心智和谐的新浪博客，创造了心理交流的新天地。

2、组织了心理工作小组，让在大家的共同努力下，找到了心理健康教育的捷径，提高了心理健康教育的效果。

总之，在过去的一年里，我们学校的心理工作取得了很大的成果。但是成绩属于过去，不代表未来，未来掌握在我们自己的手中。因此我们要总计经验教训，为明天的发展打下坚实的基础，相信在大家的共同努力下，平阳学校的心理工作会不断取得新成绩!

**中学生心理健康教育总结讲话(3)**

尊敬的领导，同事们：

大家好：

学校心理健康教育是面向全体学生实施的，旨在提高学生心理健康水平的教育活动。由于影响学生心理发展与心理健康的因素是多种多样的，因此形成、维护和促进学生心理发展和心理健康的途径也应该是多渠道、全方位的。本学年我校心理健康教育在学校“育人为本，和谐发展”以及“乐和”校园文化的理念下主要开展了以下几方面的工作：

一、主要工作

1、认真做好\_\_市心理达标校评估工作

本学期是\_\_市心理达标校的首次申报和评估，学校心理健康教育中心根据我校心理健康教育工作和学校的要求首批进行了申报。总结了近三年的工作情况，认真撰写了评估报告，并查找材料制作汇报PPT。按照评估标准逐条梳理几年来的文字，进行大量材料的搜集、整理、补充和装订工作。在区通过率78%的情况下顺利通过了区的评审，最终上报\_\_市教育评估院评审并成为全区首批\_\_市心理达标校(全区中小学首批通过的26所之一)。

2、举办第六届校园心理剧大赛

举办了第六届“明明白白我的心”心理剧大赛，本届大赛的主题是：“乐和少年健康快乐”，要求参赛班级围绕学生的学校生活、家庭生活以及成长历程中的自我意识、学习适应、人际交往、亲子沟通、网络游戏、情绪调节、青春期等方面的问题、困惑以心理剧的形式演绎，鼓励原创。各班在知心委员的带领下，在班主任老师的关心指导下，进行自创自编自演。参与师生的热情和积极性都很高，首场中预年级和第二场初一年级的比赛中，有部分班级的心理剧主题深刻、内容丰富、表演精彩，体现师生对心理剧比赛的关注和日益重视。

3、开展青春期主题教育活动

青春期健康教育也是学校心理健康教育的重要组成部分。为进一步加强女生生理和心理健康教育，增强女生青春期的自我保护意识，深入开展“关爱女孩行动”，学校“成长驿站”心理中心和\_\_妇联联合举办了以“关爱女孩，关注未来”为主题的女生青春期保健知识讲座。六年级50名女同学参加了此次活动。就青春期女孩子的生理特点、心理特点以及在生活中如何进行自我保护等方面通过游戏的方式分别作了系统讲授，此次活动不仅让女生了解了青春期的心理、生理的变化，以及如何正确地看待这些变化，并且让女生们认识到自己所存在的问题，在以后的学习生活中进行改进更好地成长，深受女生们的欢迎和好评。

4、家庭教育工作渗透心理健康教育

家长是学生的第一任老师，家庭教育环境深深地影响着孩子的成长，家长、老师、学生是创设良好学习心理环境的重要主体，三者缺一不可。同时，素质教育发展的要求，家庭教育工作中不可或缺的需要渗透心理健康教育。本学期举办了“玫瑰课堂——女生家长性教育”讲座。此次家庭性教育讲座应\_\_妇联的要求在\_\_中学进行试点，我认真制作讲座PPT，精心准备讲稿，通过视频资料、大量的数据、案例，剖析了引起当前青少年性开放、少女流产等问题的原因，引起家长对此重视并要求在家庭教育中对孩子进行性观念、性道德、性伦理等的教育。讲座之后，家长们纷纷表示受益匪浅，今后要重视家庭性教育问题，来帮助孩子建立正确的人生观、价值观，传授科学的知识，开启孩子健康快乐的人生。

5、积极参加心理培训和完成相关调研

本学期我参加了\_\_市“家庭治疗”的专业培训，路程远，培训量大，每次都在完成了工作了以后认真参加培训，圆满完成本学期的培训任务。利用暑假参加了\_\_国际生涯发展咨询师课程的学习，并取得了证照。另外配合上海市人口发展中心开展随迁子女人际交往状况调查，工作量大，涉及到每个年级好几个班级，我都认真按要求事先做好学生抽样工作，然后协调年级组和班主任分批完成学生测量工作，得到了人口中心工作人员的赞赏。

二、日常工作

1、加强咨询工作落实个案跟踪

为使学校的心理教育能够提高全体学生的心理品质，开发学生的心理潜能，塑造良好的人格，学校心理中心通过心理辅导和心理咨询，对学生进行适当的心理干预，为学生的心理发展提供必要的服务，指导和帮助。同时，对极个别有心理问题和心理偏差的学生进行心理辅导工作，及时疏导学生的负面心理情绪，给他们提供心理帮助。如重点关注初三人际关系适应不良的学生、初一与家长关系不良的学生等，另外对学校其他一些存在心理困惑和偏差的学生进行了咨询和疏导，效果良好，取得了老师们得认可和赞赏。本人每周一到五心理值班3-4次，每学期咨询量达五六十次，有详细记录的咨询辅导近二十次，个案跟踪2-3个，其他几位心理老师\_\_、\_\_等也作了不少的辅导咨询工作。

2、开展心理社团活动和知心委员队伍培训

开展心语心愿社团活动，一方面可以为对心理健康感兴趣的同学提供一个平台，让他们先行接受心理学的知识、理念，学习初步的心理学的助人自助的技巧，体验心理学的团体活动并从中获益，更加完善自己的心理状态，让健康的心理充满阳光;另一方面，社团本着“关心你、我、他，为每一位会员的心理健康相互支持，奉献爱心，协同发展”的宗旨，通过以社团成员为核心开展一系列活动，以点带面建立学生层面的心理互动机制。按照“帮助他人，提升自己，发动学生，助人自助”的工作思路，每班延续传统设置班级心理委员制度，了解班级学生心理情况和宣传心理健康知识，开展知心委员培训、开展团体活动，不断完善助人自助的学生自我宣传教育体系。

3、制定心理健康教育新三年规划

根据\_\_中学20\_\_—20\_\_三年建设规划和“快乐学习健康成长”新优质学创建的要求，本学期重新修定了《\_\_》。从心理健康教育中心硬件建设、心理健康教育队伍、快乐心理课堂、心理校本课程建设等方面对学校心理教育进行了三年规划，以期通过努力在硬件方面达到基本配置齐全，队伍方面形成专职+兼职+全员的“金字塔”心理辅导教师队伍以及形成我校心理健康教育特色等，并积极向\_\_市心理健康教育示范校目标努力。

心理健康教育是一项意义深远的工作，开展心理健康教育工作需要有探索的勇气，但更需要有行动的决心，在行动中不断创新、改善。对于“乐和教育”背景下心理健康教育工作的思路、途径、内容与模式，我们还将进一步摸索和研究，希望得到学校领导的支持，以及专家的帮助和指导，以便更加科学、有效地搞好这项工作，进一步培养学生良好的心理品质，促进学生个性社会化的实现，为“乐和”校园作出新的贡献。

**中学生心理健康教育总结讲话(4)**

老师们、同学们：

大家早上好!今天我国旗下讲话的题目是《阳光心理 健康人生》。

同学们，你可曾为一点小事而气恼过?你可曾无缘无故地感到郁闷不快?你可曾抱怨生活的不公?你可曾对前方的困难望而却步?如果有，请关注你的心理是否健康!心理学家告诉我们：人的健康一半是身体健康，一半是心理健康。现代的人们在重视身体健康的同时，越来越重视心理健康。回想奥运赛场，世界高手云集，竞争异常激烈，由于心理的作用，导致了比赛过程中的各种戏剧花絮，不仅令比赛更加扣人心弦，也令世人回味无穷、感慨万千。

射击运动员埃蒙斯在前9枪一路领先的大好形势下，最后一枪仅仅打出4.4环，使得心理素质稳定的中国运动员邱健意外登顶。可以说，雅典噩运已经成了埃蒙斯心中的魔障，他又一次在最后时刻把金牌拱手相让。不是输在射击技能实力上，而是输在关键时刻的心态上。由此可见，良好健康的心理是多么的重要!心理是否健康，小而言之，影响着一场考试的得失，影响着一场比赛的胜负;大而言之，影响着人的工作、学习和生活，影响着班级、学校的和谐，社会的安定。

我们怎样才能拥有健康的心理? 首先，正确认识自己，不要自卑，不要自负，要自信，相信自己。天生我材必有用，每个人都有自己的优点。

其次，正确与人交往，建立和谐的人际关系。和谐的人际关系来自于对别人的爱心，来自于对别人的尊重。把你的爱心与老师、同学分享，你会得到更多的快乐;把你的意见与别人沟通，你会得到许多有益的忠告;与人分享快乐，快乐会加倍，与人分担痛苦，痛苦会减半。多给别人力所能及的帮助，送人鲜花，留已芬香，经常真诚地对人微笑，传递快乐!享受快乐!

再次，正视现实，勇于解决问题。正视困难与挫折，勇于面对现实，找出问题的解决办法，而不企图逃避，推卸责任。

最后，情绪稳定，性格开朗。养成热爱生活、积极向上的生活态度，要树立远大的理想和信念，只有这样才能性格开朗，目光远大，心境愉快，才能胜不骄，败不馁。

同学们，让我们打开心灵的窗户，让理智、和谐的阳光滋润我们的心灵。从现在开始呵护自己的心灵，调整自己的心态，让健康、幸福的阳光沐浴我们的生活。让我们人人都拥有一个阳光心理，拥有一个健康的人生!

**中学生心理健康教育总结讲话(2)**

老师们，同学们：

早上好，首先问大家一个问题，看看你们在脑子里闪现的第一答案是什么?问题是：在你心目中什么是最重要?(停三秒钟)你们的答案可能是多种多样的，但我认为：人生最重要的东西是健康。没有了健康，金山银海也只能是废纸一堆;没有了健康，时间再多也只能是苟延残喘;没有了健康，理想再高也只能是空中楼阁。所以，健康，是人类最宝贵的财富。

再问第二个问题：什么是健康?(停三秒钟)有的同学刚才脑子里跳出的可能是“不就是身体不生病”嘛!是的，没错，但这只是健康的一小部分，上周我校响应教育局的号召，进行了冬季长跑活动，那就是为了增强体魄，促进身体健康，而真正的健康，不仅仅是生理，还包括心理和道德上。因此，真正的健康，不仅仅是身体没有缺陷和疾病，还要具有良好的心理状态、社会的适应能力和高尚的道德品质。

健康是财富，健康是理念，健康是习惯。遇到了困难勇敢地迎上前，碰上了挫折依然充满自信，失败了依然执着于既定的目标走，这些都是健康，是心理的健康。碰到同学教师学会微笑问候，他人有了困难学会热情帮助，与同学老师有了矛盾学会友善相处，这些都是健康，是社会适应能力的健康;随手拧紧过哗哗流着水的水龙头，自觉将废弃物放入果壳箱，这些也都是健康，是道德的健康。心理的健康能让人产乐观地观对一切，适应能力的健康能让人际关系和谐，道德的健康能让人成为一个有修养的人。生理上、心理上的不健康，损害的可能只是个人;而一个人适应能力尤其是道德的不健康，损害的将是他人、集体、家庭乃至国家、民族。

因此，塑造健康，就不仅仅是关注自己的养生之道，把握良好的生活节奏，更要缔造一种阳光的心态：学会自主地学习，学会参与各种有益的活动;学会正确地评价自己，愉悦地接纳自己;学会与他人沟通与相处，学会对他人尊重和宽容;学会感恩父母和老师，学会服务他人服务社会;学会保持一种平常的心态，学会享受精彩每一天。这样做，你不仅正在培养一个健康的身体，更是在培养一种健康的心理，一种健康的习惯和一种健康的人格，你就是在培养一个真正的、纯粹的、健康的、于社会有用的人。

今天下午我校将迎接健康促进学校的评估验收，我们创健康促进学校的目的不仅要倡导学生能自主、健康地学习，充分发展自我;也要倡导教师能愉快、健康地工作，不断实现自我。共同树立“健康第一”的理念，有了健康的老师和学生才会有充满生命活力的校园。让我们抓住创建“健康学校”这一契机，通力合作，把健康的种子播下去，努力营造健康的物质环境和文化环境，让我们的生活因为健康而丰富多彩，让我们的生命因为健康而生气蓬勃，带着健康心态，缔造健康生活，走向健康未来。

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！