

# 最新中小学心理健康工作总结(汇总5篇)

总结的内容必须要完全忠于自身的客观实践，其材料必须以客观事实为依据，不允许东拼西凑，要真实、客观地分析情况、总结经验。那关于总结格式是怎样的呢？而个人总结又该怎么写呢？这里给大家分享一些最新的总结书范文，方便大家学习。

## 中小学心理健康工作总结篇一

1、着力抓好《zz职业技术学院关于加强和改进大学生心理健康教育实施方案》上报批准工作。

2、改善心理健康教育条件，加紧申请团体活动室、心理宣泄室等建设，并购置相应的配套设备，努力营造温馨舒适的互动空间，为广泛开展团体辅导、提供心理服务奠定基础。

3、进一步优化心理咨询中心现有功能室，充分发挥心理咨询室作用，为有效开展心理咨询工作提供有力保障。

1、力促心理辅导老师学习成长。通过举办心理辅导老师培训班、鼓励其积极参与zz市相关心理成长活动，坚持学习制度和跟诊制度等措施，使心理辅导老师逐步掌握心理咨询、学生心理发展特点以及常见心理问题干预、危机干预等基本知识，不断提升工作团队整体素质。

2、组织各学院加强对班级心理委员、宿舍心理信息员（由宿舍长兼任）等学生骨干的培训与指导，开展班级心理委员、宿舍心理信息员等考核工作，切实树立典型，表彰先进，激发其工作的热情和积极性，发挥他们在宣传教育、危机干预等方面的重要作用。

1、将心理健康教育培训内容纳入辅导员、班主任、公寓管理

人员培训计划中每学期培训不少于二次。

2、心理辅导班主任老师广泛深入学生开展多样化的主题班会，如《人际你我他》、《寻找闪光的自己》、《与自信同行》、《团队合作》等，协助学生在团体互动中学会团队合作，改善人际关系，克服成长中的种种障碍，充分发挥潜能。

3、将心理健康教育宣传贯穿于各项活动之中，注重心理健康教育与日常工作相结合。

1、指导各学院有组织、有计划地开展心理健康宣传教育活动，努力打造心理健康教育作品牌或特色活动。

2、认真做好心理健康日和大学生心理健康宣传周活动，拓宽心理健康教育载体，积极举办现场心理咨询、心理测试、心理健康知识图片展、心理影苑、心理沙龙等形式多样、生动有趣的活动，营造人人关注心理健康的良好氛围。

## 中小学心理健康工作总结篇二

当今中小学生的心理健康正越来越受到人们的关注，中小学生学习年龄小，学习、生活上碰到的困惑，有时无法自行解决，长期如此会产生心理上的障碍。此时确实需要教师的及时引导、帮助，我们学校心理咨询室正是为解决学生的心理问题服务的，为了使心理辅导进一步得到普及并更好地为学校实施全面素质教育服务，特制订如下工作计划：

### 一、指导思想

以学校的工作计划、德育计划为指导，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向更高的心理健康境界发展，达到“助人自助”的教育效果。

## 二、辅导目标：

1. 通过多种形式的宣传，让学生正确认识和对待心理辅导，普及心理辅导工作。
2. 密切与班主任的联系，更好地与德育工作相辅相成。
3. 认真细致地做好疏导和跟踪辅导工作，力求在个案上有所突破。
4. 采用科学的管理手段，使辅导工作更加规范。

## 三、辅导宗旨：

留下你的烦恼，带走我的微笑

## 四、辅导形式：

个别辅导、团体辅导、家庭辅导

## 五、辅导计划：

### (一)常规工作：

1. 综合运用多种辅导形式，以个别辅导和团体辅导为主，以点带面。
2. 利用各种宣传手段，普及心理保健常识。可通过板报、广播、讲座等，让广大学生懂得日常心理自我保健，并增强心理健康意识。
3. 建立学生心理档案，更好地、更全面地记录学生情况，并做好保密与保管工作。
4. 学生特殊情况反馈制度，建立与班主任的双向反馈，必要

时还与学生家长、任课教师取得联系，以保证辅导的综合成效。

(二)开放时间：

(三)心理健康活动

三月份：

高血压的预防宣传讲座。

“没有你不行”七年级团体辅导活动。

四月份：

心理健康教育黑板报“我的底盘我做主”。

心理健康教育班会活动。

五月份：

教师解压心理健康讲座。

心理健康教育班会活动。

六月份：

“如何微笑面对中考”心理健康讲座一九年级。

《面对中考，我们微笑》期刊发放。

心理辅导站应在原有工作的基础上，真诚面对学生，扎实开展工作，争取在辅导面上略有扩大，在辅导成效上有所突破。

# 中小学心理健康工作总结篇三

## 【篇一】

本学期的心理健康教育工作根据教育部关于《中小学心理健康教育指导纲要》的文件精神，高中生的生理和心理发展特点，学校心理健康教育工作的实际，将本着“热爱、维护、奉献、争光”的一中人精神，“互动、体验、感悟、创新”的教学模式，积极、扎实、有计划、有重点的开展心育工作。

### 一、心理健康教育教学工作情况

1、开课时间:按照上级教育部门的要求，根据学校的具体情况和高三学生的实际需要，心理辅导课安排在每天的第6、7节课进行，每班均每周0.5课时。

2、开课内容:根据高三年级学生的学习生活实际和心理发展特点，授课内容主要安排了:a激发潜能:情绪调节;b作战策略:学法辅导;c轻装上阵:考试焦虑的调节;d灵活作战和决胜高考:考前应考技巧辅导;f择业心理辅导等内容;g团体辅导。

3、心理测试:为了让学生清楚地知道自己的焦虑程度是否严重到了影响考试成绩和神经功能的地步以及准确地把握自己在考试焦虑方面存在的问题，找出导致个人考试焦虑的主要原因、抓住考试焦虑的主要表现，对自己的心理状态有更客观、准确的认识，准备为学生安排考试焦虑自我检查、考试焦虑原因和表现自我检查两项心理测试，并当堂给予学生反馈结果。

4、团体辅导:为每个班考试焦虑程度相对较高的学生开设团体心理辅导课。

### 二、心理辅导工作开展情况

这学期根据高三学生调节考试焦虑的实际需要，主要开展的是面谈辅导。

- 1、咨询时间:周一至周五15:00——16:30，周日全天。
- 2、为每一位来访的学生制定相应的咨询计划并建立心理咨询档案。
- 3、信件咨询:公布“知心姐姐”信箱以及“心灵驿站”电子邮箱，随时为学生解决学习和生活中遇到的问题。

### 三、开展多种形式的心理健康知识宣传

- 1、定期推出心理健康小常识宣传板。
- 2、在校园广播中开设《心理导航》栏目。
- 3、在校报上开辟《心语折光》专栏。
- 4、充实校园网心理健康网页的内容。

## 【篇二】

为了适应学校心理健康教育发展的需要，进一步贯彻教育部《中小学心理健康教育指导纲要》的指示精神，结合我校实际，积极推进心理健康教育再上新台阶，制定如下工作计划□

### 一、完善心理咨询室档案资料

- 1、整理完善国家、省、市心理健康教育文件。
- 2、印制适合我校师生的心理健康调查材料。
- 3、建立健全高中生心理健康档案。

4、及时记录心理咨询案例及来访纪录。

5、搜集学校教育教学、团队活动、家长学校等方面与心理健康教育的相关的资料、图片，整理存档。

## 二、加大宣传力度，全面渗透教育

1、创建“健康班级”“健康课堂”，在教育教学中全面渗透心理健康教育。

2、将每月第一次班会定为心理健康教育班会，班主任带领学生开展励志教育、团队培养、学习能力提升等多方面的活动。

3、重视朋辈互助，通过班级心理委员开展“阳光使者”进班级活动，普及心理健康知识。

4、坚持在校刊刊载心理健康知识，办好两月一期的心理健康教育简报《阳光心苑》。

## 三、有效开展活动，整合教育资源

1、发放《石家庄市心理健康教育指导用书》，利用校园网对班主任、任课教师进行培训，初步形成健康教育网络。

2、结合家长学校拓展心理健康教育广度和深度，积极整合家庭教育和学校教育的优势。

3、三四月份开展两次心理委员培训，设立“阳光使者之家”，形成心理健康动态月末上报制度。

4、以石家庄市“5·10心理健康日”为契机，将5月9日至15日定为心理健康教育周。

(1)开展“健康班级推介会”，选出学生代表利用ppt开展演

讲比赛。

(2) 进行心理健康手抄报评比展示活动。

(3) 以家长学校为平台，开展阳光家教培训。

(4) 着手编辑我校《教师心理健康教育文集》。

四、坚持学习提升，积极进行教研

1、学习青少年心理咨询相关知识，提高专业素养。

2、积极参加省市县相关学习活动，开拓工作思路。

3、与高级心理咨询师及石家庄八院心理科建立联系，及时学习，方便转介。

## 中小学心理健康工作总结篇四

为了进一步贯彻落实中共中央关于开展党的群众路线教育实践活动精神以及教育部颁布的《中小学心理健康教育指导纲要》与《关于进一步加强和改进未成年人思想道德建设的若干意见》精神，促进和加强学生心理健康教育工作，提高心理健康教育的科学性和实效性，结合我校实际，制定本学期学校心理健康教育计划。

### 一、指导思想

根据中学生教育的特点和心理发展的规律，通过多种途径认真开展新式多样的心理健康教育活动和指导，帮助学生认识心理健康的重要性，获取心理健康的初步知识，树立正确的人生观、世界观、价值观，培养“自尊、自信、自强”的信念，促进学生青春期人格的健全发展，使学生能健康快乐地学习和生活，为今后学习生活打下良好基础。

## 二、工作思路

1. 面向全体学生，立足于学生发展性、预防性的心理健康教育，做到预防、疏导为主，干预、治疗为辅。
2. 认真开展宣传，不断普及心理健康知识，营造积极、健康、向上的校园文化氛围和心理健康教育环境。
3. 寻找解决问题学生问题的途径和方法。掌握学生心理，捕捉学生的即时心态，抓住教育契机，促进师生的情感沟通，有利于提高学生的原认知，达到问题行为的改变，学习习惯和行为规范的培养。
4. 密切与政教处、教导处、团委、班主任联系，将心理健康教育工作很好地与学校的德育工作有机结合。
5. 认真细致地做好个别咨询与辅导工作，力求在个案上有突破。
6. 不断强化咨询室建设，争创优秀咨询室。

## 三、主要工作

1. 认真开展宣传教育，不断普及心理健康知识

本学期，是我校心理健康辅导中心启动运行和心理健康教育课程开设的第一学期，因此首要的工作任务是通过校园广播、板报、宣传栏等多种渠道和方式，广泛宣传普及心理健康知识，宣传学校开设心理辅导中心并开展心理健康教育的重要性，不断扩大心理健康教育工作的影响，吸引更多学生走进心理健康教育辅导中心，及时与辅导老师沟通交流，认识悦纳自我，不断提高自己的心理健康水平，使其掌握更多的心理自助方法和技巧，营造积极、健康、向上的校园文化氛围和心理健康教育环境。

## 2. 加强心理学教师队伍建设，不断提高自身素质

积极倡导心理辅导教师通过网络、书籍和报刊等渠道，不断学习，进一步提高认识，充实自我，掌握基本的心理辅导知识、方法、形式等，并提倡全体教师在自己的工作实践中运用心理知识及教育方法，丰富教学策略，提高教育教学水平。

## 3. 重视咨询室的常规建设，努力发挥“助人自助”的职能。

(1) 积极有效地开展个别心理咨询与辅导工作。心理咨询是心理咨询室的主要工作之一，我们充分利用课外活动时间，积极开展针对学生和老师的个体咨询和针对学生的团体咨询。做好学生的个别辅导工作，为来访的学生提供咨询，对学生在成长，学习和生活中出现的心理行为问题给予指导，充分发挥心理咨询的作用，帮助他们排解心理困扰，消除不良情绪，解除心理障碍。

咨询方式：电话咨询、书信咨询、网络咨询、面对面交流等。

咨询性质：公益 免费

咨询时间：每周星期一至五下午4:30-5:30集中对学生开放。

咨询地点：学校实验楼四楼 “心灵驿站”

(2) 做好心理健康测评和普查工作。运用心理咨询室的专业测评软件，对高一年级学生进行一次全面的心理健康测评和普查工作，建立心理档案，并能有所侧重地进行跟踪调查。通过建立学生心理档案，有利于教师或班主任迅速找出一些学习生活适应困难和成长中存在严重困惑的学生，依据学生的心理进行辅导，从而提高教育与辅导的效率，提高教育的针对性，同时有利于预防学生的心理疾病，贯彻防重于治的方针，体现发展性指导的原则，而且可以形成学校，家庭的教育合力，帮助学生家长了解其孩子的心理特点，及时发现其

存在的心理困扰。

(3)加强辅导中心工作室及其制度建设。本学期工作重点是布置好心理健康教育工作室建设，添置有关设施设备，充分运用多功能音乐减压放松椅、沙盘游戏和发泄室设备等做好学生的个体和团体辅导；建立并整理好学生心理档案，完善学生心理档案制度，收集整理相关材料和书籍，完善心理健康教育工作室的档案资料。

(4)设立“心灵之声”信箱(qq□电话)，对个别学生的困惑进行解答和个体辅导。

4. 开设心理健康课和团体辅导课,充分发挥课堂主渠道作用。心理健康课是针对全体学生进行的心理健康教育活动的,是培养学生积极心理品质,促进学生健全人格发展的主阵地。因此,要积极发挥课堂主渠道作用,根据不同年段学生的特点每月每班最少开展一次系列性、主题性的心理健康教育课及团体辅导活动,让心理健康教育走进课堂,形成教育合力。

5. 开展心理健康讲座,针对性地进行心理疏导和团体辅导

心理讲座是有效的心理教育途径,特殊的空间和环境能起到积极的放大式的教育效果,互动与沟通多种思想的融合是讲座的优势,某些心理问题在特定的年级或班级具有普遍性,为了避免单纯个别咨询的重复低效率,所以应该加强校园心理讲座。本学期,心理咨询室将根据年级部的学生特点出发,有步骤、有计划地开展一系列有针对性的心理讲座,为同学们切实解决一些问题。主要针对以下几个方面开展工作:(1)新生适应问题的心理健康教育;(2)青春期的心理健康教育;(3)人际关系障碍的心理健康教育;(4)学习困难及厌学的心理教育;(5)网络成瘾等问题的心理健康教育。

6. 关注教师心理健康,不断解决师源性问题

鉴于当前学生中产生一些心理障碍有不少是师源性的，而近年来经调查，教师的心理健康状况也不容乐观，为丰富教师的心理知识，提高心理学涵养和科研意识。本学期，心理健康辅导中心在加强对学生的心理疏导的同时，也将关注教师群体的心理健康问题。第一，充分运用咨询室的资源和设备(多功能音乐减压放松椅和发泄设备)帮助教师进行心理减压、调控和放松;第二，适时请进心理专家来校传授经验，针对难点热点的心理现象、问题开展讲座。帮助教师加强对自我心理行为的控制和调节，不断完善、提升自我，以健康、积极的心理状态更好地为学生服务。

#### 四、具体安排

三月份：

1. 制订并讨论学期心理辅导工作计划。
2. 好心理健康辅导中心启动前的宣传和建设工作。
3. 精心筹备心理健康辅导中心的启动运行工作

四月份：

1. 心理咨询室开始开放(每周一至周五下午4：30——5：30)。
2. 高一年级开展一次心理健康测评和分析工作，并建立心理档案
3. 心理咨询室的再建设和再完善工作。

五月份：

1. 开展“5.25”心理健康节系列活动
2. 高三年级举办“释放压力，科学备考”考前减压及团体心

理辅导。

3. 在《教研动态》出一期《减轻压力的30个点子》。

六月份：

1. 根据测评普查结果，针对性的进行一次个别心理辅导。

2. “如何调控不良情绪”心理健康教育讲座(高一年级)

七月份：

1. 做好学期总结及资料积累和个案分析

2. 做好心理档案整理工作。

以上是我校心理健康教育工作的初步计划，由于我校心理健康工作正处于起步阶段，难免有疏漏和不合理之处，届时将根据具体情况和相关领导老师的指导不断补充、完善，使计划得到有效的落实。相信乘着“党的群众路线”的强劲东风，通过我们的不懈努力，学校心理健康教育活动会愈办愈好。

## 中小学心理健康工作总结篇五

当今小学生的心理健康正越来越受到人们的关注，小学生年龄小，学习、生活上碰到的困惑，有时无法自行解决，长期如此会产生心理上的障碍。此时确实需要教师的及时引导、帮助，学校心理咨询室为了使心理辅导进一步得到普及并更好地为学校实施全面素质教育服务，特制订如下工作计划：

### 一、指导思想

以学校的工作计划、德育计划为指导，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

助和激励学生向更高的心理健康境界发展，达到“助人自助”的教育效果。

## 二、辅导目标：

1. 通过多种形式的宣传，让学生正确认识和对待心理辅导，普及心理辅导工作。
2. 密切与班主任的联系，更好地与德育工作相辅相成。
3. 认真细致地做好疏导和跟踪辅导工作，力求在个案上有所突破。

## 三、辅导宗旨：倾听你的心声，诉说你的烦恼。

## 四、具体工作

### 1. 积极开展心理咨询工作

心理咨询是心理咨询室的主要工作之一，我们积极开展针对学生的个体咨询和针对学生的团体咨询。做好学生的个别辅导工作，为来访的学生提供咨询，对学生在成长，学习和生活中出现的心理行为问题给予指导，帮助他们排解心理困扰。心理咨询采取值班与预约相结合的方式。辅导教师固定值班，主要安排与个别学生见面辅导活动，每周一、周三、周五咨询室有咨询老师值班，每天咨询室开放1小时。开放时间为：中午13：00到14：00。其他时间的辅导，主要通过提前预约。落实“悄悄话信箱”的交流通畅功能，让学生信任“悄悄话信箱”，真正走进学生心灵。

### 2. 加强心理班会活动课

本学期安排每月一次心理班会活动课，心理班会活动课是针对全体学生进行的心理健康教育活动。本学期要让心理班会

成为培养学生积极心理品质，促进学生健全人格发展的主阵地。指导班主任根据低、中、高不同年段学生的特点开展系列性、主题性的心理健康教育辅导活动，并落实实效上做好功课。

### 3. 针对学生心理发展的需要积极开展心理讲座

心理讲座是有效的心理教育途径，特殊的空间和环境能起到积极的放大式的教育效果，互动与沟通多种思想的融合是讲座的优势，所以应该加强校园心理讲座。

### 4. 积极做好学生心理健康档案工作

通过建立学生心理档案，有利于教师或班主任迅速找出一些特殊适应困难的学生问题，依据学生的心理进行辅导，从而提高教育与辅导的效率，提高教育的针对性，同时有利于预防学生的心理疾病，贯彻防重于治的方针，体现发展性指导的原则，且可以形成学校，家庭的教育合力，帮助学生家长了解其孩子的心理特点，及时发现其存在的心理困扰。

### 5. 营造积极、健康的心理健康教育环境

积极利用校园广播，网络，板报，宣传栏等形式，广泛宣传普及心理健康知识，培养学生的心理健康意识，从而营造积极，健康，向上的校园文化氛围和心理健康教育环境。

### 6. 精心策划学校第四届心理健康教育周系列活动

三月份：

1. 制订学期心理辅导工作计划。

2. 心理健康教育示范课研究

3. 接待学生心理咨询

#### 4. 心理健康教育周活动

四月份：

1. 做好心理辅导小联络员的培训工作。
2. 举办心理健康讲座
3. 接待学生心理咨询

五月份：

1. 组织学习有关心理辅导的知识、方法等。
2. 召开特殊学生会议，并进行个别心理咨询。
3. 组织心理健康教育专题手抄报活动

六月份：

1. 用家长学校向家长宣传“家庭心理指导”的有关内容。
2. 做好学期总结及资料积累和个案分析
3. 心理档案建立工作。
4. 对六年级部分学生座谈会，并进行毕业前夕个别心理咨询。

东官小学

20xx年x月