

# 最新心理健康课程教学计划(实用5篇)

计划可以帮助我们明确目标、分析现状、确定行动步骤，并在面对变化和不确定性时进行调整和修正。计划为我们提供了一个清晰的方向，帮助我们更好地组织和管理时间、资源和任务。这里给大家分享一些最新的计划书范文，方便大家学习。

## 心理健康课程教学计划篇一

会新开设的一个部门，它主要是负责了解大学生的心理素质，是大学生适应大学生活必不可少的一个组织。为下学期取得更好的成绩，心理健康部做出了以下几点工作计划。

- 1、定期在新生之间做心理调查，对出现严重不适应大学生生活的同学及时给予疏导和帮助，并将调查结果汇报给学工组老师，建议初期先定为每周一定调查，随着时间的推移，可随时更改调查频率次数。
- 2、成立一个由心理委员参加的第二小组，可随时配合并负责调查心理健康部，每次的心理普查。另外第二小组还可以分担一些部门任务，在本部门干事不能按时完成的情况下。最主要的是心理健康部和心理有关的，这需要同学们的积极配合，而心理委员就能很好的发挥他们的优势，来调动班里同学的积极性，所以成立第二小组是至关重要的。
- 3、专门开设一个信箱，这个信箱的主要用处是来解决一些同学在大学生活中遇到的各种心理问题或反馈一下学生对学校各个方面的反映和意见，所以可以号召同学们踊跃投稿，把对学校的意见或遇到的问题写下来，我们会根据实际情况在本身能力允许的范围内解决这些问题，所以这个信箱是学院和同学之间的沟通工具，同时也是一面镜子可以看到我们所做的不足，还可以拉近和同学们的距离，使他们更好的适应大学环境。

4、建议可申请1~2个农学院橱窗，在橱窗里可贴放一些与大学生如何适应大学环境或解决大学生普遍存在的心理误区的方法的资料，这样可以使心理健康部的宣传更加全面化，另外橱窗，因为它的位置和每天学生路过的必然必然性，它的宣传也一定会起到很好的效果，同时也可以将一些积极向上的文章贴上或和农学院有关的一些消息或介绍也可以放上，这样还可以起到宣传农学院的作用。

5、组织心理讲座，最好是给大一新生特别是在新生正式进入大学生活不久之后。因为新生刚来到学校，肯定会有一些疑问和不适应，特别是环境改变之后随之而来的心理的变化，这个时候就非常有必要组织开设一次心理讲座。针对新生的心理变化给予一定的指导和帮助，这对以后新生的大学生活有很积极的促进作用。

6、和其它部门合作，可开展辩论赛，演讲比较等要求全院同学参加的活动，而且这类活动可以与心理健康这一主题有关，这样既调动了同学们的积极性，又让同学们在锻炼能力的同时增长了知识，总之，组织这些活动，不仅可以促进各部门之间的团结沟通，还可以使大学生的生活五彩缤纷。

7、积极配合学校里组织的有关心理健康这一方面的活动，和校学生会校社联保持一定的联系，使农学院在心理健康这一方面尽量做的最出色。

8、建议成立一个心理咨询室，定期由心理老师做指导，以帮助解决学生遇到的各种问题，心理老师我们可以联系专门授一些与心理课程有关的老师，心理咨询室的成立标志着我院在心理健康这一方面的完善性，它将更好的解决同学们的心理问题。

以上就是心理健康部大致的工作计划，计划的不完善，还要请学工组老师给予一定的指导，我们一定要尽力踏踏实实的做事，不辜负各位领导对我们的信任，只要有大家的支持，

相信我们会做的最好！

## 心理健康课程教学计划篇二

时光荏苒，一个学期悄悄而逝，我们迎来了大二这个新的学期，一切都有了新的开始，一切都以新的面貌重新开始。

过一年长一岁，我对我的工作有了更深的了解, 更深的认识, 作为心理健康委员, 我知道我的职责除了认真了解学生的生活情况外, 还要及时解决同学生活中出现的问题, 较大的问题不能解决要上报班委, 并通过班委讨论商讨解决办法以确保每位同学都能安心的生活, 为学习创造良好的基础条件, 此外, 还要积极组织和开展活动, 宣传一些积极思想, 搞好班集体的团结。

同时, 为解决同学们沟通与交流上的障碍, 增进大家的相互理解以促进班级气氛的和谐融洽, 我个人认为当心理委员最需要将心比心, 转换立场为对方思考, 同时还需要一颗愿意开导别人愿意分享的耐心与善意。心理委员的工作具有一定的挑战性, 但是很有意义很有价值。

这个学期, , 各种过级考试都慢慢到来了, 同学们的学习任务比较重, 大多数同学都在积极准备, 希望能一举拿下各种过级考试。所以, 这个学期在班级活动方面将没有多大的动作。

这个学期, 我的工作将紧接着前面两个学期:

1. 积极负责调查了解本班学生心理健康状况, 努力和同学们搞好关系, 多和他们沟通, 倾听她们的烦恼, 并力所能及的帮助他们解决困难。
2. 努力学习心理学的相关知识, 用积极乐观的心态去引导其他同学, 并应用相应的心理学知识疏导同学的不适和困惑。

3. 对心理有困惑的同学进行耐心的开导帮助其走出困惑。

4. 及时做好信息反馈，发现有心理障碍的同学，并有可能有偏激行为的同学要及时迅速地上报，以便做出及时有效的应对措施。

5. 严守同学的秘密，保护同学的隐私，尽量避免伤害到同学的心灵。

## 心理健康课程教学计划篇三

1、通过教学使幼儿体验，大家一起玩的快乐。

2、引导幼儿与同伴友好相处，培养幼儿合群、乐群的性格。

课件、磁带、录音机。大型积木、各种玩具若干。

### （二）基本部分

1、出示课件，幼儿观看。

我们看又发生了什么事情，妞妞怎么了？她为什么生气了？鼓励幼儿想办法：你可以和你的小伙伴商量一下，怎么做才能让妞妞不生气，快乐起来呢？小朋友想的办法真不错，我们看妞妞的小伙伴是怎样做的’。

来许多小朋友哄她（对不起，我们不是故意的，你别生气了）妞妞看到小朋友态度那么友好，就原谅了他们，也不生气了。

小朋友们拉起妞妞的手说：“妞妞，和我们一起玩去吧”图五、妞妞和大家一起玩，真快乐呀！

2、提问：

(1) 小朋友你们觉得妞妞一个人玩快乐，还是和小朋友一起玩快乐？

(2) 你喜欢一个人玩还是和大家一起玩，当你和小朋友玩玩具或做游戏时，不小心碰到了别人或者碰坏了别人刚搭好积木时，怎么办呢？要向别人说：对不起，这样别人才原谅你，喜欢你，才能成为好朋友。

3、教师小结：刚才看了妞妞一个人玩不快乐，也没意思和大家一起才是最快乐的，老师给小朋友准备了许多玩具，小朋友要和大家一起玩看看是不是很快快乐。

4、教师对游戏进行总结，大家一起玩玩具很高兴，大家都成了好朋友，我们做个《找朋友》的游戏吧！

(三) 结束部分：孩子们，刚才玩的都很开心，现在我们听音乐一起做《找朋友》游戏，结束。

## 心理健康课程教学计划篇四

认真贯彻上级关于心理健康教育的有关精神，根据小学教育的特点和小学生心理发展的规律，通过多种途径继续认真开展多种多样的心理健康教育活动，指导和帮助学生获取心理健康的初步知识，促进学生人格健全发展。通过心理健康教育，不断转变教师的教学理念，改进教育教学方法，提高德育工作地针对性、学科性和实效性，为学校实施素质教育营造良好的氛围。

1、面向全体学生，开展预防性与发展性的心理健康教育，帮助学生在自我认识、承受挫折、适应环境，以及学习、交友等方面获得充分发展，以努力提高全体学生心理素质 and 人格水平。

2、对于少数有心理困扰或心理障碍的学生，给予有效地心理

咨询和辅导，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。

1、心理健康教育要全面渗透在整个学校教育过程中，要与学校德育和学生管理工作紧密结合。各任课老师尤其是班主任、思想品德教师，要有加强学生心理健康的明确意识，能够掌握一些基本的心理咨询辅导的理论和方法，同时也能自觉地使教学与德育活动成为有助于提高学生心理素质的载体。还应向家长宣传普及心理卫生知识，争取家长配合学校，共同关心学生的心理健康教育。

2、开设心理健康教育课。心理健康教育旨在普及心理科学常识，帮助学生掌握一般的心理保健知识，培养良好的心理素质，提高学生的人格水平，除了在思想品德课，体育卫生保健课中已安排的心理健康教育内容外，还要通过健康教育专题讲座，还可安排社会实践活动在社会上进行宣传，让全社会都来关心学生的健康成长。

3、开设简易的心理咨询与辅导。心理咨询与辅导室的建立和正常工作，是达到学校心理健康教育整体目标的重要途径。学校为开展心理健康教育活动，根据需要还将聘请校外心理健康辅导教师对学生进行心理咨询与辅导。

4、每周一节心理健康课。心理健康老师应指导小学生学习简单有效的自我心理健康教育的方法：

(1) 学会放松。要使小学生知道紧张是正常的心理反应，是可以通过想象、转移注意力、调整呼吸、体育活动、听音乐、唱歌、阅读、睡觉等方法调节放松。

(2) 与人谈心。要使小学生知道有问题学会求助，在学校可以找老师、心理辅导老师谈心，在家里可以找长辈、亲友谈心，在社会上可以与人谈话，学会与人谈心一辈子受益。

(3) 学习写日记或周记。小学生要学习用笔与自己谈心，把心灵的轨迹用文字描绘下来，对心理健康成长有很大的帮助。小学生也不用过分担心自己的内心秘密被他人知道，要学会坦然的对人与对己。

学校利用“红领巾广播站”这个宣传的阵地，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。总之，重视小学生自我心理健康教育，利用一切资源开展小学生心理教育，促进全体学生的健康发展，是我们的工作终极目标。

## 心理健康课程教学计划篇五

### 一、指导思想：

认真贯彻省、市、县关于学校心理健康教育的有关精神，根据中学教育的特点和中学生心理发展的规律，通过各种途径继续认真开展小型多样的心理健康教育活动和指导，帮助学生获取心理健康的初步知识，促进学生人格的健全发展。

通过心理健康教育，不断转变教师的教學理念，改进教育、教學方法，改进班主任方法，提高德育工作的针对性，学科性和实效性，为学校实施素质教育营造良好的心理气氛。

### 二、具体目标

1、注重学生心理辅导，做好学生心理咨询工作，促进学生健康成长，提高学生心理素质。

2、重视心理咨询室的常规建设，努力发挥心理咨询室的作用，进一步在全校做好宣传、发动、普及、教育等工作。

### 三、主要工作

- 1、加强心理咨询室的常规建设，做好学生心理咨询工作。根据来访者的具体问题进行鉴别归类，根据问题的类别，再确定具体咨询目标。
- 2、建立全校学生的心理档案，做好心理测评工作。
- 3、利用宣传栏、黑板报、校园广播、讲义等宣传形式，对学生进行心理健康教育。
- 4、做好学生青春心理健康教育，正确处理在身心发育过程中出现的问题。
- 5、组织教师学习有关心理健康教育资料，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，不断丰富自己的教学策略，提高教育教学水平。
- 6、通过家委会、家长会组织学习学校心理健康教育的有关内容，使家长逐步认识到对学生开展心理健康教育的重要性，不断地提高家长对学生进行心理健康教育的素质。