

2023年心理咨询室工作计划和总结(精选5篇)

计划是人们为了实现特定目标而制定的一系列行动步骤和时间安排。怎样写计划才更能起到其作用呢？计划应该怎么制定呢？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的计划书范文，我们一起来了解一下吧。

心理咨询室工作计划和总结篇一

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。

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。

留下你的烦恼，带走我的微笑

个别辅导、团体辅导、家庭辅导

(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. 值班与预约相结合。辅导教师固定值班，主要安排与个别学生见面辅导活动，其他时间的辅导，主要通过提前预约。
3. 开通辅导站的固定信箱与电子信箱，对于学生的来信，要有不同方式的回复。
4. 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。
5. 接待登记制度。值班教师做好值班接待记录，便于总结工作和定期检查。
6. 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。
7. 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：

每周一——周五中午时间段及周二下午（其它时间的咨询辅导由学生另行预约）

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。

心理咨询室工作计划和总结篇二

在上级教育思想的指导下，以“尊重学生，服务学生，发展学生”为指导，以提高学生心理素质，完美人格为目标，做好学校的心理健康教育工作，尊重“一个教师能有多健康，就能把他的学生带得多健康。”的理念，对不断提高教师自

身心理健康给予支持与保障，从而更好服务学生，促进全体学生心理健康发展。

继续做好学生日常的心理咨询服务工作，每天开放心理咨询室，做好学生的来访接待和咨询工作。对于问题较明显的学生，坚持个案的跟踪，及时与家庭联系。

2、开设心理辅导讲座。

本学年，邀请心理教育专家、行家到学校作专题讲座；准备开六年级学生心理教育会议，结合青春健康教育、人际交往、学习压力等内容，积极为学生提供知识指导和帮助。

3、认真做好心理咨询室来访者的记录工作。但对咨询案例的情况要进行保密，不得任意传播，以免给学生带来更多的心理压力。

心理辅导员要认真学习心理健康教育的相关知识，在缺少专业书籍的情况下，主要通过网络等媒体来充实相关知识，为做好心理咨询工作打下坚实的知识基础。同时，争取本年度利用假期安排一部分心理咨询员去深造相关专业知知识，争取让每一位咨询员都具备心理辅导的一般常识。

加强同兄弟学校心理健康教育者的联系。

准备在第一学期，组织全体咨询员到兄弟学校参观学习，从他们那里获取一些资料和经验，为搞好心理健康教育服务。

三、值班要求：

1、心理咨询员每周星期一至星期五按照下面时间值班。

2、心理咨询员轮流交替值班。

3、当次值班的教师要通知下一次值班的教师下周值班。

心理咨询室工作计划和总结篇三

我校的心理健康教育工作，将以《中共中央国务院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》和教育部《中小学心理健康教育指导纲要》为指导，以完善学校心理健康教育的组织机构和工作机制为保障，以提高教师的心理健康水平、促进学生健全人格发展为目标，紧密结合新课程改革精神，不断加强学校心理健康教育工作，努力提高学校心理健康教育的质量和水平。

- 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。加强每月最后一周心理健康班会课的指导与研究工作。
- 2、密切与班主任的联系，更好地与学校德育工作有机结合。
- 3、发挥班级心理委员的作用，并对他们进行培训。
- 4、认真细致地做好个别咨询辅导工作，力求在个案上有所突破。

1、面向全体学生。学校心理辅导的功能在于通过对学生的引导、指导，协助和服务，来促进学生的成长和发展，从本质上讲，心理辅导应是日常教育教学活动的有力的配合与合理的补充，因此，应面向包括正常学生在内的全体学生。此原则要求我们要制订计划时要着眼全体学生，要考虑大多数学生共同需要与普遍存在的问题，让尽可能多的学生参与其中。

2、预防与发展相结合。学校心理辅导应将重点放在帮助学生掌握一定的心理学知识和社会技能，学会用有效的，合理的方式满足自己的需要，提高人际交往水平，学习自主地应付由挫折、冲突、压力、紧张、丧失等带来的心理困扰，减轻痛苦和不适的体验，防止心理病产生，保持正常的生活秩序与工作效率，做到未雨绸缪。其次是发展功能，即帮助学生

树立有价值的生活目标，认清自身的潜力和可利用的社会资源，承担生活的责任，过健康充实有意义的生活。

3、尊重理解学生。自尊、自重、自信是健全人格的重要特征，是心理辅导所要追求的重要目标之一，心理教师尊重学生，学生才会尊重自己，才会珍惜自己的成绩和进步，体验到做人的尊严感和成就感，也才会信任教师，愿意倾吐心声。

4、学生主体原则。尊重心理辅导中学生的主体地位，使其成为活动主体，在心理辅导活动中自我理解、自我指导。

取灵活多变的辅导策略。

6、整体性原则。心理辅导追求学生人格的整体性发展，在当前的教育中，学生的情感成分在不干扰学生知识的获得时，往往不受重视，这一原则正好达到补偏救弊的目的。

1、思考、筹划、考察后制定出计划。

2、完成心理咨询室的建设工作，并正式向全校师生开放，开通“心灵直通车”校园广播。

3、确定团队名单，和班主任一起集体确定活动主题。

4、办一期展板（心理学知识普及，提高师生认识）。

5、向家长分发心理知识小册。

设计2—3次心理辅导课，并以班主任（老师为授课教师到各班上好课，然后及时总结，不走过场，不流于形式，坚持落到实处。

6、联系资深心理咨询师到学校讲座，开阔眼界，提高师生认识，并解决一些师生感到困惑的问题。

7、撰写好学期总结。在总结和反思中走向成熟。

以上是心理咨询室制定的本学期开展心理健康教育工作的计划，由于自身理论有待完善，经验也不够充足，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完善，使计划得到有效的落实。

心理咨询室工作计划和总结篇四

提高学生的心理素质，提高学生的心理健康水平是教改的重要内涵，国家教委新制定的《中小学德育大纲》中已明确将心理健康教育作为中小学德育的重要组成部分。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。

1、坚持以人为本，根据学生的心理特点及发展规律，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，促进他们的身心全面和谐地发展。

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

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、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、心理健康教育的开展

(1)心理课、讲座辅导。本学期不定期为各年级学生进行团体辅导、讲座以及心理活动。同时，各班主任要在班内进行心

理健康主题的班会，为学生提供全面的帮助，主要为塑造班级集体良好的氛围和集体的良好行为，激发群体向上的精神。

(2)完善心理咨询室。

a□加强心理咨询室的常规建设，做好学生心理咨询工作，并能有所侧重地进行跟踪调查，建立心理档案。

咨询途径：

(b)班主任老师推荐

(c)辅导老师访谈

b□继续开设“心语箱”信箱，以便个别学生羞于启齿，可以利用写信的方式和学校的心理老师进行沟通、预约咨询。接受以学生个体或小组为对象的咨询。心理咨询室有专任教师负责，固定的开放时间，固定的场所。

3、以“点”带“面”，利用学校宣传阵地

本学期开展了心理健康主题橱窗、心理展板，在学生中大力宣传心理健康的重要性，同时端正学生对心理健康教育的认识，消除误区。

4、继续通过动力朝小博客□qq群、家长会等多种途径开展学习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。

总之，本着“成长比成绩重要，成人比成才重要”的理念，全心投入，重视学生自我心理健康教育，利用一切资源开展小学生心理健康教育，促进全体学生的健康发展，为孩子的心理健康保驾护航。

心理咨询室工作计划和总结篇五

我校的心理健康教育工作，将以《中共中央国务院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》和教育部《中小学心理健康教育指导纲要》为指导，以完善学校心理健康教育的组织机构和工作机制为保障，以提高教师的心理健康水平、促进学生健全人格发展为目标，紧密结合新课程改革精神，不断加强学校心理健康教育工作，努力提高学校心理健康教育的质量和水平。

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、密切与班主任的联系，更好地与学校德育工作有机结合。
- 3、发挥班级心理委员的作用，并对他们进行培训。
- 4、认真细致地做好个别咨询辅导工作，力求在个案上有所突破。

三、具体工作

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，帮助他们排解心理困扰，对于个别有严重心理障碍和心理疾病的学生，应及时识别并转介到专业诊治部门。每周一到周五咨询室有咨询老师值班，每天咨询室开放2小时。开放时间为：中午13：00到14：00，下午16：00到17：00。

- 2、加强每月最后一周的心理班会活动课

每月最后一周的心理班会活动课是我校心理健康教育的一大特色，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。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。

3、针对师生心理发展的需要积极开展心理讲座

(1) 针对七年级新生的适应学校生活的心理教育。

(2) 针对八、九年级学生开展青春期的心理教育。

(3) 开展针对班主任的心理讲座。从学生的心理特点、心理发展规律、心理诉求等进行介绍和讲解，促进师生关系的改善，促进和谐班级建设。

(4) 利用校讯通与家长宣传家庭心理教育的有关内容。

班级心理委员教育是我校针对学生的发展实际，实施的一项创新性的心理教育工作，旨在在班级中普及心理科学，促进班级心理卫生工作的开展。心理咨询室对各班心理委员进行不定期的心理培训。

5、积极做好七年级新生心理健康档案工作

针对七年级新生，积极作好新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。

6、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。

7、加强心理咨询室心理测量软件建设和正常应用

本学期完善心理测量软件建设，搜集和整理适合学校教师和心理测评软件，积极开展心理测量工作。

四、每月重点工作

九月份：

- 1、制订并讨论学期心理健康教育工作计划。
- 2、为迎接区教育现代化验收的咨询室各项材料的整理工作。
- 3、咨询室正常开放。
- 4、让班主任开展心理健康教育班会活动。（重点：一年级新生学校生活适应性的心理教育）

十月份：

- 1、心理健康教育示范课研究。
- 2、心理健康教育优秀活动方案的设计活动。
- 3、出好心理健康教育专题黑板报及“我的地盘我做主”。
- 4、心理健康教育班会活动。

十一月份：

- 1、利用家长会向家长宣传“家庭心理教育”的有关内容。

2、心理健康教育班会活动。

十二月份：

1、开展针对班主任的心理讲座。

2、出好心理健康教育专题黑板报及“我的地盘我做主”。

3、心理健康教育班会活动。

一月份：

1、心理健康教育班会活动。

2、做好学期总结及资料积累和个案分析、心理档案建立工作。

3、各类资料整理、归档。