

心理健康工作计划以及工作内容 心理健康 康教育工作计划(优秀6篇)

人生天地之间，若白驹过隙，忽然而已，我们又将迎来新的喜悦、新的收获，一起对今后的学习做个计划吧。我们该怎么拟定计划呢？以下是小编为大家收集的计划范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

心理健康工作计划以及工作内容篇一

新世纪的人才，需要具备在生理素质、心理素质、社会文化素质三方面全面发展、和谐统一，构成完善人格的整体。学校是培育新型人才的摇篮，作为基础工程，小学教育需要从培养21世纪现代化建设需要的能经受全球挑战的人才目标出发，加强小学生的心理健康教育，全面推进素质教育。心理健康教育立足以人为本，让学生健康活泼的成长，开发学生的心理潜能，陶冶学生的心理情操，锻炼学生的心理素质，预防学生的心理疾病，树立心理健康意识，把和谐、平等、民主的新型的师生关系寓于健康教育活动中。

（一）教学目标

运用心理学、教育学的原则与方法，以小学心理健康教材为载体，对青少年进行有关心理健康方面的教育、咨询和行为训练，培养他们良好的心理素质，提高他们的心理健康水平，促进他们全面和谐的发展。

（二）课程内容特点

心理健康教育的内容，除包括排除小学生的心理障碍、预防心理疾患之外，还包括小学生的全面心理健康。主要有：学习心理：学习活动为促进心理成熟中起着至关重要的作用，通过这部分内容的教育，使小学生喜欢学习，掌握科学的学

习方法，养成良好的学习习惯；自我心理：自我意识就是人除了意识到周围世界的存在外，也意识到自我的存在及自我与周围世界的关系，成熟的自我意识包括认识自己身体和生理状态，认识自己心理状况，认识自身与外界关系；交往心理：良好的社交能力对于学生今后走向社会，适应现代社会生活具有重要价值，在这部分内容的教育中，主要是增强学生社会交往的主动性，克服交往中存在的心理障碍。每课内容分档案馆、咨询台、活动区、实际园四方面安排，档案馆提供各种心理问题案例素材；咨询台是对案例的从心理学、教育学方面进行分析说明；活动区是师生讨论、表演再现案例的内容，让学生加深理解；实际园是让学生通过讨论、调查、访问等，进行心理锻炼、培养心理素质等。

（三）重点、难点

1、重点：对学生问题行为的过程分析，科学地“诊断”学生问题行为产生的根源、合理的归因。强调和学生讨论和沟通过程，更多的以心灵的感化来促进学生的自我反省和自我完善，助人自助。

2、难点：探索促进和影响学生心理健康发展的因素及其作用，提出解决这些问题的措施和方法，从而保证学生的心理健康和谐地发展。宣传推广各种维护心理健康的科学知识和方法。指导和训练学生运用心理学原理和方法克服心理障碍，使自身的心理和行为更趋完美健康；了解并掌握良好的人际交往方法，提高社会适应能力。

在课堂教学中，以活动课为主淡化理论，强化行为为指导和行为训练，教学各种心理健康教育渗透。通过多种途径，多种手段，有目的、有计划地对学生的心理发展施加影响。同时注意结合运用现代的教学手段辅助教学，使之更加生动形象直观，从心理咨询、心理讲座入手，进而将心理健康教育贯穿于全部教育教学活动中。采用如下方法进行：

3、设题展示法：确立主题后，学生分别准备材料，集体展示，进行总结；

6、社会活动法：从主题设计始，经活动实践，最后交流体会；

每周一课时，分一学年教学，以课堂教学为主，社会实践为辅。

心理健康工作计划以及工作内容篇二

为认真贯彻学校有关精神，根据大学教育的特点和大学生心理发展的规律，拟定港口管理学院20xx—20xx年度心理健康教育工作计划。通过各种途径继续认真开展多样的心理健康教育活动和指导，确保学院心理健康工作进行科学合理、系统协调、规范秩序，帮助学生获取心理健康的知识，协助学生解决在生活、人际及学业问题所引起的心理困扰，以维护其身心健康，促进学生人格的健全发展。

1、通过开展各种形式的宣传普及工作和活动，让更多的学生了解并积极配合心理辅导工作。

2、加强班级心理委员的培训工作。

3、完善充实学院心理健康教育，建立与学生的多渠道沟通网络。

4、重视调查分析、研究，认真细致地做好疏导工作，力求个案上有所突破。

（一）大力宣传心理健康知识，普及心理基础知识。

1、协助校新航港湾，做好新生心理健康普查工作。“万事开头难”，迎接新生入校，须关注他们这一时期的心理健康。进行新生心理健康普查，帮助学生在较短的时间内了解自己，

从而有效塑造自我，为规划自己的学业生涯和未来职业生涯奠定基础。

2、针对性地建立心理档案。在普查过程中若发现个别同学情绪极端不良，为该同学建立心理档案，作为学院重点关注的同学，在平时的学习生活中多留意，一旦发生问题，马上对其进行心理疏导，保证心理辅导工作的有效性。

3、组织并开设各类心理讲座和活动。开学初对新生进行心理健康辅导，使每个同学树立正确的健康观：一个健康的人，不仅仅是躯体上没有疾病和缺陷，而且还要有完满的心理状态和社会适应能力。另外寝室与学生生活息息相关，于是开展以“和谐宿舍——你我的家”为主题的心理论坛活动，“心理素质与成长故事”征文活动，心理健康宣传画大赛，心理影片展播，心理专家电视讲座等，通过这些形式多样的活动吸引学生关注自我心理，广泛接触心理知识，进行有效的心理障碍或疾病的预防。

（二）完善学院心理委员制度。

1、在新生中进行班级的心理委员的遴选和培训。选择对心理学感兴趣，热爱班集体，乐于和同学交往，有一定威信的非担任班级干部的同学作为心理委员，了解学生心理动态，充分发挥联络员的作用，及时发现问题，上报解决问题。

2、完善老生心理委员机制，加强心理委员骨干队伍的建设。

（1）心理委员定期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，充分发挥心理观察的能力和作用。

（2）在心理委员中选择1-2名负责人收集活动记录及总结，督促心理委员骨干时刻谨记学生心理健康教育的重要性。

3、认真做好学生心理辅导及心理咨询工作。

(1) 完善充实心理培训内容，为学院学生提供更多关于心理活动的动态信息，并针对学院学生特色设置专门的心理保健知识。

心理健康水平的稳定和提高。要求心理委员本学期在班内至少开展一次全班性的心理活动。并及时上交方案，活动记录以及总结等材料。

(3) 心理委员须向班主任、辅导员报送“班级学生心理状态晴雨表”，分别从学习、生活、交往、情感、危机事件、综合评价等多个维度对本班学生的心理状态进行评估报告。并参考工作成绩，学期末评出优秀心理委员予以报道。

(4) 心理委员发现班内个别同学有辅导需要（超出心理委员能力所限）时，应及时上报学院，并推荐其前往心理咨询室进行咨询。

通过以上举措，促进心理委员的工作积极性，保证心理辅导的参与率和高效率。

(三) 建立心理辅导网络。

拟建立学院三级心理健康教育工作网络体系。体系的参与者，包括学院党总支副书记、辅导员、心理委员。心理委员是学生身份，他们与学生交往最密切，通过他们的联络员作用把信息及时反馈到辅导员，随时掌握学生心理发展脉搏，对比较棘手的个案上报学院党总支副书记解决。

(四) 心理辅导活动与学院社团活动相结合。

为了增强心理辅导活动的宣传和参与力度，丰富社团活动内容，建议心理辅导活动与学院社团活动相结合，互相补充。

比如开展现场心理咨询，心理测试，以及心理健康知识宣讲，悬挂标语横幅，散发传单，并在学生宿舍区的橱窗中长期摆放心理健康知识和咨询情况的宣传板等。

心理健康工作计划以及工作内容篇三

为贯彻落实《z省中长期教育改革和发展规划纲要（20xx—20xx年）》，根据教育部办公厅《关于实施中小学心理健康教育特色学校争创计划的通知》（教基一厅函〔20xx〕14号）要求，决定从20xx年起，在全省启动实施普通中小学心理健康教育特色学校争创计划。现制定实施方案如下。

通过实施心理健康教育特色学校争创计划，在全省树立一批心理健康教育先进学校典型，带动广大中小学全面普及心理健康教育，落实心理健康教育指导纲要的各项要求，切实提高中小学生的心理素质和健康水平，促进立德树人根本任务落实，加强和改进中小学德育工作，引领学校特色发展。争取到20xx年，在全省创建30所左右的国家心理健康教育特色学校，150所左右的z省心理健康教育特色学校。

（一）创建阶段。各市对照教育部制订的《中小学心理健康教育特色学校标准（试行）》（附后），组织本行政区域内中小学校开展心理健康教育特色学校创建工作，全面推进学校心理健康教育工作。

（二）认定阶段。z省中小学心理健康教育特色学校认定从20xx年开始，隔年进行。各市每批推荐3—5所工作突出的学校，参加全省中小学心理健康教育特色学校评选。我厅组织专家进行评审后，公布省级特色学校名单，并从中择优推荐部分学校参加全国中小学心理健康教育特色学校评审。

（三）推广阶段。依托专业机构建立工作交流平台，及时推广宣传各地和学校开展心理健康教育的先进经验。

（一）完善工作制度。各地和学校要将心理健康教育纳入整体发展规划和年度工作计划，建立和完善心理健康教育工作组织实施、检查督导、评估评价等方面的规章制度，完善心理辅导伦理规范、档案管理、值班值勤、学生转介、危机干预等方面的工作制度。建立针对学生个性特点的心理健康教育教学研究制度，推动学校积极开展校本研究，开发贴近学生实际的心理健康教育校本课程。健全心理健康教育教师工作考核制度，将专兼职心理健康教育教师开展心理健康教育教学活动和心理辅导计入教学工作量。

（二）注重专业指导。我厅组织省内中小学心理健康教育专家，对各地心理健康教育特色学校争创工作给予指导，帮助学校提升心理健康教育水平。各市要充分协调区域内外的心理健康教育资源，结合实际建立学校心理健康教育工作指导机构，切实加强心理健康教育指导，定期组织开展专题性培训、观摩研讨和经验交流等心理健康教育学习交流活动中。

（三）加强队伍建设。在核定的编制范围内，做好专职心理健康教育教师配备，并根据学生实际需要配备兼职心理健康教育教师。心理健康教育教师要有相关心理学教育背景或取得相关资格证书，能够胜任心理健康教育教学工作。逐步建立中小学心理健康教师持证上岗制度。加强心理健康教育培训，将心理健康教育培训纳入教师培训计划，每年对专兼职心理健康教育教师和班主任的心理健康教育的培训不少于10课时，每年至少组织一次针对全体教职工的心理健康教育培训。保证心理健康教育教师在职务评聘、工资待遇、评优评比等方面的待遇，鼓励优秀人才从事心理健康教育工作。

（四）保障工作经费。各地和学校要设立专项经费，为开展心理健康教育教学、师资培训、课题研究、课程开发等提供必要的支持。原则上，心理健康教育特色学校年生均心理健康教育经费不低于10元。

附件：中小学心理健康教育特色学校标准（试行）

根据《中小学心理健康教育指导纲要〔20xx年修订〕》精神，为确保中小学心理健康教育特色学校争创工作规范有序开展，特制订本标准。

一、组织领导

1、落实国家政策。全面贯彻国家教育方针和有关法律法规，认真落实《中小学心理健康教育指导纲要〔20xx年修订〕》，积极推进本校心理健康教育工作。

心理健康工作计划以及工作内容篇四

健康是人人应当享有的基本权利，是社会进步的重要标志和潜在的动力。为了不断加强我街道的疾病预防控制工作，逐步提高全体健康教育工作者的综合素质和社区全民的健康意识，进一步搞好我街道健康教育工作，特制定健康教育工作制度：

在xx街道所辖社区广泛开展健康教育和健康促进行动，大力传播健康知识，倡导文明、健康的生活方式，有针对性地开展防病健康教育活动，普及健康知识，增强人们的健康意识和自我保健能力，促进全民健康素质的提高。

1、常见传染病的预防与控制；性病、艾滋病、地方病、职业病危害及防治措施。

2、针对易病群体（老年人、妇女、儿童）的日常生活健康知识以及注意事项。

1、在各社区成立健康教育领导小组，设有网络人员名单，配备专（兼）职人员，定期召开工作例会。切实发挥三级网络的作用，确保健康教育工作落到实处。

2、制定各项工作计划、制度，做到有工作记录、有检查、有

评比、年终有总结。

3、组织健康教育培训、结合各个卫生宣传日开展健康教育活动（培训每年不少于12次）。用多种形式完成健康教育工作。

4、定期更换健康知识宣传栏，针对老年人、妇女、儿童等重点人群开展健康咨询工作（要求定期更换宣传内容，宣传内容要求有本底资料，或图片）。

5、要坚持贴近实际、贴近群众、贴近生活，善于用群众语言和群众容易接受的形式组织开展健康教育活动，增强健康教育工作的针对性、指导性和实效性。努力提高社区全民健康知识和行为的知晓率。

6、积极组织开展“控制吸烟”活动。（活动要求有方案、活动记录及总结并且配备负责控烟工作专（兼）职负责人）。

7、年终由街道健康教育办公室对本年度各社区健康教育工作进行综合考核评估、检查健康教育档案。

3、开展教师心理健康案例、理论的培训学习工作，做好教师对个性差异学生的调查辅导帮教工作。

4、建立各年级心理健康卡，通过学生填卡、添画、涂色、实话实说的个人艺术展示空间形式。来了解学生的个性特征。进行有效的心理障碍矫治、调整、帮助、自救活动。

5、结合学生实际需要，在各学科有机渗透开展“心理健康咨询活动”并针对低年级研究主题“怎样和同学友好相处”（心中有他人）中年级“怎样处理个人与集体的关系”（心中有集体）。高年级“如何培养良好的意志品质”（信念教育、心中有祖国）和“青春健康教育”进行有针对性活动。

6、依托少先队组织，成立“儿童心理咨询室”通过主题谈话、

游戏活动、跟踪服务等教育活动途径帮助缓解儿童心理障碍。

7、开展教师深入走入学生之中的心理咨询活动，切实在教育教学中了解学生在心理健康方面存在的问题。不断交流积累总结工作的经验方法及途径。

8、继续搞好“心理健康问卷调查”“案例收集”“心理健康测试”等常规工作。归整学生健康教育心理档案。

心理健康工作计划以及工作内容篇五

为了更好服务本学期心理学的教学工作，更好的完成教学目标，提高教学质量，讲授好心理健康教育课的教学内容，我制定了如下计划：

授课对象：

高一学生。

课时安排：

每周一节课。

世卫组织曾指出“健康不仅是没有身体缺陷和疾患，还要有完整的生理和心理状态与良好的社会适应能力。”生理与心理都健康，才是真正意义上的健康。心育是各育的基础和中介，在素质教育中处于重要位置。学生只有身心健康才能够更好地成长，更好地学习，更好地成为一名合格的公民。在学校的课程设置中，心理健康教育课承担着“提高全体学生的心理素质，充分开发学生潜能，培养学生乐观向上、富有韧性、承受力和自我调节能力的心理品质，促进学生人格的健全发展”的重要任务。而作为一门面向全体学生的课程，还必须把握好“发展性原则”、“主体性原则”、“活动性原则”，让心理健康教育课更加有趣、更加有效地开展下去。

学生平均年龄在16岁左右，处于青春期后期，正由幼稚走向成熟，虽有“成人感”，但在思考问题的方式还有些幼稚，看问题还会存在偏激的倾向，人生观、世界观、价值观易受到媒体等的影响。刚刚走上高中生活的高一新生，还要面对新的生活环境、新的学习方法、新的学习内容等压力。

而我校高一学生来自三亚市内以及周边市县，其中还有不少少数民族学生。学生层次丰富，存在着各种的差异。不少的学生是第一次过上集体宿舍的生活。

在成长的过程中，高一学生会在学习、日常生活、人际交往、自我意识等方面遇到困惑，如能顺利地帮助其解决这成长的障碍，将能使学生发挥自己的优势、使其更积极地学习、生活。

本学期的重点在于学生的新环境适应、学习方式的调整以及人际交往。

结合《中小心理健康教育指导纲要〔20xx年修订〕》中高中生心理健康教育的主要内容与我校学生的实际，本学期心理健康教育的目标设定为：

- 1、适应新的校园环境，新的学习生活，能与新同学建立新的友谊。
- 2、了解心理健康的基本知识，树立心理健康意识，对心理学产生一定的兴趣。
- 3、加强对自我的认识，学会欣赏，培养自信的品质。
- 4、培养人际沟通能力，体会人际沟通的乐趣。
- 5、克服考试交流，积极面对考试。

6、客观评价考试成绩，积极面对考试结果。

7、理解生命的美好与可贵，珍惜生命的重要事物。

1、认真结合学生的实际情况，备好每周的心理健康课。以心理健康课为载体，采用讨论、分享、游戏等多种方式，普及心理健康知识，提高学生的心理素质。

2、开设心理咨询室，为个别心理存在困扰的学生提供心理咨询与心理支持。

3、开讲座，利用讲座为高二、高三的学生服务。

4、做学生的'心理状况调查，了解学生的心理状况。

5、进行心理委员培训，使心理委员发挥同辈督导的作用。

心理健康工作计划以及工作内容篇六

一、指导思想：

未来人才不仅要掌握现代科学技术，有较全面的能力，而且要有强健的体魄，健全的人格，健康的心理素质。“健康不仅是没有身体缺陷和疾患，还要有完整的生理和心理状态与良好的社会适应能力。”生理与心理都健康，才是真正意义上的健康。心育是各育的基础和中介，在素质教育中处于重要位置。学校心理健康教育是发展性、预防性的教育，教育的重点在于培养学生健康的心理素质。中小學生肩负着培养跨世纪人才的重任，青少年时期是一个人心理、生理发育的关键时期，不仅要重视培养青少年思想文化道德素质，还要关注他们的心理健康，心理健康教育是小学素质教育的一项重要内容，也是现代基础教育的一个显著特点。从小培养学生良好的心理素质，开发学生的潜能，塑造学生的健康人格，这对于提高中华民族的整体素质，提高未来人才的质量，有

着极其深远的意义。

二、教学内容分析：

小学二年级心理健康课本，按“学会生活、学会学习、学会做人、学会发展”这个小学素质教育目标培养，从生活心理辅导、学习心理辅导和人格心理辅导三个方面安排内容。通过故事和事例让学生感受学习，为提高学生心理素质提供良好的教育。

三、教学目标及教学重点：

结合本册内容，在教学活动中，从小培养学生良好的心理素质，开发学生的心理潜能，塑造学生的健康人格，提高中华民族的整体素质，提高未来人才的质量。

各部分教育教学重点如下：

自我意识方面：结合小学低年级儿童自我意识发展的特点，重点放在小学生自我社会角色认知和借助他人进行自我评价，以及良好自我体验等方面能力的培养上，认识到自己是一名小学生这一社会角色，受到老师或家长表扬和批评时，知道原因何在，学会自我分析，使自身言行向好的方向发展，有较强的自我体验，善于发现自身优点，树立自尊和自信意识。

智力方面：对小学二年级学生智力训练重点放在观察力和注意力的培养方面，让学生知道什么是观察及观察的意义，引起他们对训练观察力活动的重视。教学生会使用常用的观察方法了解注意及注意的作用，重视自身注意力的提高。

情感方面：认识喜、怒、哀、乐等基本情绪表现。体验积极情绪，保持心境

愉悦。认识并分析消极情绪(烦恼)产生的原因，并学会用简

单方法驱除烦恼。抑制不合理需要，从而减少不良情绪的产生。

意志方面：提高他们对意志的认识。由于年龄尚小，理解力相对较差，故借助于日常生活现象和故事进行。用外力或自己制订规矩来约束自己，提高自制力。借助于情境表演启发学生勇于战胜挫折和困难。

个性方面：激发学生热爱自然、热爱生活，培养与大自然和谐和乐观向上的性格特征，增强环保意识。培养他们的合作意识、合作精神，学会谦让和合作。

学习方面：从最基本的学习态度和在学习方法以及学习兴趣着手，培养学习兴趣，注意养成良好的学习姿势，保证身心健康发展、，养成良好的学习习惯。

交往方面：激发交往欲望，训练言语表达能力，为交往创造条件，懂得基本的交往礼仪。

四、教学措施：

1. 坚持以人为本，根据学生心理、胜利的特点及发展规律，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，促进他们身心全面和谐的发展。
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，以学生为本，尊重学生、理解学生。
3. 提高全体学生的训练素质，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. 对少数有心里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。

五、质量达成目标

二年级学生具有独有的特点：擅长于识别物体的特点、判断物体之间的相同和不同点，能很快并很容易地掌握任何一个物体所固有特征的思维特点。二年级学生乐于向其他人交流自己已经做过的事情语言表达特点，这是在心理课上鼓励学生有条理地表达和培养科学、文明的用语习惯的积极因素。二年级学生一是易受同伴的影响，一是以个人为中心的社会交往和与人合作特点。

希望通过本学期的教学，提高学生学习的兴趣，养成良好的生活与学习习惯，培养学生友爱同学，热心帮助别人，不怕困难，努力克服困难的品质，培养学生健康的心理素质。