

最新心理健康测试总结报告(通用8篇)

报告是指向上级机关汇报本单位、本部门、本地区工作情况、做法、经验以及问题的报告，报告帮助人们了解特定问题或情况，并提供解决方案或建议。下面是小编为大家整理的报告范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

心理健康测试总结报告篇一

我是谁，这个问题恐怕很少有人能够回答清楚。每个人都以为能回答很好，可也很容易_自己原先的想法，这是我吗？我就是这样一个人吗？这是个很难回答的问题，这也是每个人都得回答的问题：我是谁，我是怎么生活到现在的，我的现在如何，以后怎么发展。大学生正是人生最重要的时期，回答好这些问题，对我们以后的生活和发展都很重要。

我从小学到现在，和大多数的学生一样，都是在父母的要求下，考重点高校，考重点大学。我那时的想法，就是按照父母的期望，好好考大学，好的大学就等于将要有好的工作。每天都是这样说，我就按父母说的，一步一步的走下来，这期间我都没有什么自己的想法，一切都努力往父母说的做，其他的也都是人云亦云，这样一直到了大学开学。我到了大学，离开了父母，我才到了我的低潮时期，这时的我不知道该怎么和人交流，这里我接触到的人，天南海北，各式各样，生活方式也不相同，我也不知道该怎么去处理生活方面的事。仿佛一切都变的很难，一切都要自己去想，去做。那时的我很迷茫，也想了不少。以前的我，无忧无虑，只要做好学习，一切由父母安排。现在一切都得自己拿注意了。一时不习惯起来。在刚开始的时候，还和同学同寝发生过不愉快。那时的我，觉的和这的生活格格不入，总想回家，每天都过的很压抑。现在未免有些莞尔。到了现在，我也想了很多，也改变了很多。心里也觉的好了很多。我也想到了我的未来该怎么做。所以我现在觉的，大学的生活真是很锻炼人，真是塑

造一个人的黄金时刻。这时候的心理是最容易受影响的，而这种影响是会影响以后的生活的。直到了那个时刻，我才觉的，我的生活才刚开始呢。每个人的生活都有高潮和低谷，我知道以前无论如何，都已经过去了，未来才是我该认真考虑和为之奋斗的地方。

我是谁。我的回答是，我就是我，父母只能给予意见，而不能给予实际。一切都只能自己去做。我就是我，别人的所作所为，都是给我的一面镜子，有则改之，无则加冕。我就是我，我的未来，由我自己把握。我所做的一切，都是我的选择。无论对错，结果只能自己承担。我不知道我的思想是否到了成人的境界。但我知道，我以后该好好的判断自己的选择，好好的走自己的路。我觉的这种想法很重要。至少，给了我走下去的信心和决心。也许我从以前到大学之前，我都是浑浑噩噩的走过来的，但我知道，我决不会浑浑噩噩的走过这大学四年。我一定会知道，这四年我的目标和意义。我的将来，我也无法想象的出来。也许我的判断能力还不够吧，但对我的未来充满信心。我知道该怎么去走。

我觉的每个人的生活方式都不同，每种生活方式都有它自身的道理，我们没有资格去批评别人的生活方式和要求别人和自己一样生活。所以我从干扰别人的生活，至多给别人一些我的想法。我认为每个人都有自己的想法，随意批评别人的想法是不对的，是不尊重别人，所以我从不随意批评别人的意见。我觉得说谎会给人不诚实的表现，即使是开玩笑也不合适，所以我从不说谎，只开开小玩笑。每个人都有自尊心，每个人也都很容易受伤，所以我从不说别人。我很愿意和他人在一起。因为我觉的每个人都有其优缺点，和其他人在一起可以很好的学习别人的优点，借鉴别人的好的地方。这个世界上没有一个人是绝对的恶人或善人，真正绝对的恶人或善人都是无法生存的。我觉的我应该好好锻炼自己判断能力。为什么别人能看到的优点我却看不到。这就一定是我自己的原因。不止这，我觉的我还有些地方得加强，比如和他人的交流能力，愿意和别人交流不代表能够很好的交流。

还有就是和别人交流的胆量，我还是不能很从容的和陌生的人交流。还有我的心理承受能力得加强。在大学，失败和被超越是家常便饭。没有好的承受能力，很容易自暴自弃。

我个人比较欣赏比尔·盖茨，主要是我觉的他不仅是为成功人士，更是我觉的他有许多过人的地方。第一是他的眼光，他知道以后it业将飞速发展，他放弃了上大学的机会，从事了it业。第二是他做事的手法，他可以用各种方法来解决同种问题，还可以创新性的来解决问题。这些都不是主要的，这里也许有些先天的因素，学习不来。但是，他的心理素质是绝对的好。it业向来都是沉沉浮浮的，他没有失败而放弃，看到成功就预测到了下次的成功。这是我欣赏的地方，不为实力，只为那心态。

通过这一学期的心理健康教育课，我觉的有些收获。我一直觉的，我的心理还是比较健康的，但是进入大学以后，各种问题都涌到了面前，心理是很容易出现问题的，我在这短短一学期的心理健康教育课中，发现了自己原来的心理障碍。发现问题总是比憋在心里不知道，不疏导好。我在这一学期的心理健康教育课中，知道了该如何来发现，疏导，防范这些心理障碍，快乐地度过这四年时光。不过我知道我还只是学了些皮毛。我还想知道些解决心理问题的实际方法和一些关于人际交流的实践性的技巧的知识。这些实践性的知识很实用，也能和理论结合。多点理论和实践结合的示例来加强理解和应用。

我觉的心理健康教育课有一点很受大家欢迎，就是能和大家在一起相互交流。心理的障碍也是通过大家相互交流来疏导的。可能因为大家还是有些排斥说出心里的事，觉的这挺不好意思的。这其实都能理解，这都是个过程，社会的发展肯定会改变大家的想法的。要知道心理的健康是个漫长的过程，一次两次的交流的疏导是不够的，我觉的大家能相互交流，就能加强这种疏导，大家能交个朋友，多个朋友就是加快心理健康的的一种很好的方式，而且这样大家都能参与到心理

健康教育的课堂上来，让大家都受到心理健康的教育。还有就是播放一些关于心理的电影，能让大家感同身受，能更好的接受这种关于心理的想法和论点。不仅能让大家接受些现实的教育，也能让大家有些心理方面感触。这样也能更好的提高自己的对心理和现实的理解。现实和人的心理是相互关联的。外界能影响心理，心理也能对外界有作用。我觉得如果课堂上能加点关于实践性的知识能更好。因为纯理论毕竟枯燥，深奥，不好理解。结合些实践的东西，能更好的提高学习的兴趣。比如放的关于实践的视频等，都是很好的选择。让心理能让自己向好的方面发展。

心理健康测试总结报告篇二

1、还是偏向语言领域的构造

一节课下来，我觉得整节课基本控制的比较好，幼儿从始至终注意力都比较集中，我想着可能源于孩子对于绘本故事的喜爱，也源于我对这节课融入了一定的兴趣点——游戏化为主。但我的目标毕竟是定位于心理健康，没有跳出语言领域的构造，对于孩子心理上的引导还过于欠缺，在感受小黑鱼情绪变化当中我是否可以适当引入到孩子的日常生活中，让幼儿在自己的生活基础上感受小黑鱼的情绪变化。

2、关于团结合作的把握和延伸

活动中我以“团结合作”作为主目标，感受情绪变化为次目标。然而不管是时间上还是情感上，都有一种主次颠倒的感觉，所以对于目标的达成还存在着一定的缺陷。由于时间的关系，我在“团结合作”这一环节上显得过于仓促。但是我融入了游戏的环节，师生间有了很好的互动，幼儿参与性有了提高，也增加了活动的趣味性，而且游戏与目标相呼应，稍微弥补了前面的不足之处。

此次的活动培训组织的非常丰富，让我们了解到了很多有关

于心理健康方面的知识，也感谢叶小琴老师贴心的安排，每次的培训课都能很好的将学员照顾妥当！

心理健康测试总结报告篇三

1、你认为上学读书是为了□ a □

2、老师布置的作业，应□ a □

a.认真完成 b.完成一些 c.不完成 d.边做边玩

3、见了认识的长辈□ a □

a.主动热情打招呼 b.不好意思，躲起来

4、家里来了陌生客人□ a □

a.主动问好呼 b.不理睬

5、当受到委屈时，应□ a □

a.说明情况 b.与人争吵 c.独自生闷气

6、当别人不小心踩了自己的脚时，应□ a □

7、动物是人类的朋友，对人类有益的小动物，我们要□ a □

a.保护 b.伤害 c.捉弄 d.不管

8、学校做清扫时，应该□ a □

1、下列属于积极情绪的是□ ab □□

a.乐观 b..愉快 c .郁闷 d.愤怒

2、属于消极情绪的是□ bcd □□

a.开朗 b.焦虑 c .恐惧 d.闷闷不乐

3、我们要经常保持心情愉快，在遇到不顺心的事情、心情不好时□ ad □□

d.自己解决不了时，主动寻求老师、家人或心理学工作者的帮助

4、小学生如何做好心理保健□ abcd □

a.培养交往能力，建立良好的人际关系

b.积极参加集体活动、培养集体主义精神

c.培养和发展对自己有益的爱好

.d.磨练自己的意志，提高自我调控能力

5、保持心理健康应做到□ abcd □

a.情绪乐观、稳定 b.适应环境变化 c.乐于学习，热爱生活

d.正确处理人际关系

6、发现班上有一位不合群的同学时，正确的做法是□ cd □

a.和同学议论嘲笑他

b.不管不问

c.主动接近这个同学，请他和大家一起玩儿

d询问他有什么需要帮助的，尽量给予帮助

7、心理保健的具体方法有□ abc □

a宣泄 b倾诉 c转移 d自我暗示

三、判断题

1、健康是人生最宝贵的财富。（对）

2、心情对人的生活有很大影响，积极的情绪对人会产生积极的作用，消极的情绪对人会产生消极的作用。（对）

3、消极的情绪会使内脏器官功能活动受到阻碍，反复出现这样的情绪，可导致疾病的发生。

（对）

4、对于有生理缺欠的同学，不应该嘲笑，更不该起外号。（对）

5、遇到不愉快的事情，想不开时，应主动找班主任老师或家长或心理老师交谈，及时解除不良情绪的困扰。（对）

6、当有高兴的事情时，将此事告诉周围的人（.老师、.家长、.好朋友）让他们与你一同分享。（对）

7、每个人都应当关爱、帮助、不歧视病残人员。（对）

心理健康这个词，我们经常提到，近年来，人们也越来越重视心理健康，了解一些心理健康知识非常必要，只有了解心理健康知识，才懂得如何排遣不良情绪，解决烦恼。心理

健康与幸福人生有很大的关系，健康的心理，才能正确、匆容、坦然的面对一切。

心理烦恼是指有重大或持久的心理刺激因素，或与不好的教育和文化背景有关，从而出现暂时的情绪困扰，但他可以调整并且有效治疗。一般不影响社会功能，不影响他人，包括各种超出正常情绪困扰的日常生活中。这种心里烦恼是完全可逆的，一般在一周内缓解。但如果你不能妥善处理，可能形成持续的心理问题，这种类型是心理咨询的最佳时间，一般不使用药物。

心理问题指的是不良的教育造成一定的人格偏离，一些精神刺激因素诱发的，出现暂时的和局部的情绪问题，他们可以识别但是难以摆脱，必须需要其他人或心理医生调整。也许是中枢神经系统功能异常，治疗后心理问题是可逆的，一般的治疗时间不到六个月，结合药物治疗也是一个方法。

心理障碍是指有明显个性偏差，，他们可以确定自己心理有障碍但不能摆脱，通常需要心理医生的调整。如果没有被外界刺激，当事人也会出现情绪困扰。部分影响他们的正常生活，神经递质中枢神经系统疾病，治疗效果和一些损害可能是不可逆的，这种类型可以被称为神经症，药物疗法和心理治疗同样重要。

做一个心理健康的人健康不只是身体的健康，心理健康同样很重要。心理健康是现代人的健康不可分割的重要方面。个体能够适应发展着的环境，具有完善的个性特征；且其认知，情绪反应，意志行为处于积极状态是心理健康的表现。

心理健康测试总结报告篇四

青少年是国家的未来，只有教育好，才有可能更好的为将来国家的建设打好基础。然而现在年轻一代90%会存在心理健康问题。有些人会得抑郁症，有些人会得焦虑症，而有些人严

重的话会自我轻生。那么，你的心理到底健不健康呢？下面这道心理测试为你揭晓答案。

答题模式

下列30项中，如果是“常常”或“几乎是”，就写“a”[]如果是“偶尔”或“有点儿”就写“b”[]如果是“完全没有”，就写“c”[]因为是你自己的事情，所以请你坦率地写记号哦！

（自我诊断的方法[]a是2分[]b是1分[]c是0分，请算出合计分。）

- 1、上床后，无论如何也睡不着，即使睡着，也不能熟睡，只是做梦。
- 2、心情焦躁不安，做事没有效率。情绪也在不断的变化，精力不集中，健忘-符合其中一项。
- 3、懒得做任何事，也没有干的精神。虽然很着急，认为这样不行，但却仍然游手好闲，虚度光阴。
- 4、与人见面感到麻烦。
- 5、对诸如口中积着唾液，自己身体有怪味或有口臭等这种事情很在意。
- 6、有种想法浮现在脑海难以忘记，无论如何也难以排除。
- 7、没有道理的失败，严重失败，不道德或粗暴的事情，犯罪-----有做了其中的事的感觉。
- 8、担心是否锁着门或着了火，躺在床上后，又起来确认。或刚一出门就返回之类的事情。
- 9、脸红，或与人见面时，害怕给对方有不愉快的印象的倾向。

10、一紧张就出汗或血一下子涌上脑，身体莫名其妙的开始颤动。

11、高处，宽敞场所，上锁的狭窄房间，电梯，隧道，地道，拥挤的人群---害怕其中的一项的倾向。

12、害怕特定的动物，交通工具（电车，公共汽车等），尖物及白色墙壁等稍微奇怪的东西的倾向。

13、感受到被谁监视，被窥探或被人暗地里说坏话。

14、有别人想加害自己，企图陷害自己的感受。

15、不触摸什么或不做卜算之类的东西，就不能外出，不能从事工作，不能上台阶，走路不隔一基石迈步，就不舒服。以及此类的东西。

16、伏案工作或学习时，数纸的页数，铅笔的支数，对其他事情也是如此，不计算就不行。

17、从早晨到上班，或从回家到就寝，有不按程序办事就不行的倾向。

18、一天必须洗几遍手，公用电话的话筒不擦就不能使用，或对不洁物体极端在意。

19、在鸦雀无声的集合或重要会议中，被想叫喊的冲动所驱使，或其他害怕种冲动的倾向。

20、站在经常有人自杀的著名场所，悬崖边，大厦顶，路边，有摇摇晃晃跳下去的感受。

21、面临担心的事情和困难的场面，就有呕吐，泻肚，胃疼，头痛，心脏病发作，发疼及发热的. 症状。

22、白天，突然被不可抗拒的睡眠所袭扰，无论如何抵抗还是睡着了。

23、恰如报社记者不能整理文章，广播员广播出现错误一样，认为自己的学习和朋友方面出现棘手的征象。

24、对心脏声音和呼吸作用非常介意，或为此难以成眠。

25、突然，感受到心脏停止跳动，呼吸困难，要晕倒或类似的事情。

26、灾难临头或受到不幸等畏惧虚构的事情的倾向。

27、非常担心是否患癌症，脑中风，心脏病，种种传染病及其他疾病的倾向。

28、悲观的看待事情，无精打采，情绪忧郁，心情不好。

29、认为自己不行，或给周围添麻烦，虽然想活着，但又无可奈何。

30、除以上列举的症状外，被断定自己一定是神经症的时候。

不

要

偷

看

答

案

=

=

=

=

大体评价如下：

0—5分，请放心，你的心理非常健康，神经强韧。能顺利的适应现实。

6—13分。如果你还在城市，并从事脑力劳动或费神的工作，大致还属于健康的范围，但是你必须改正“心理疾病与自己完全无关”的想法，你也有患心理疾病的可能性。

14—25分，你在精神方面有些疲劳，应该减少工作量。或通过休假或休闲的方式改变情绪。应该采取适当的心理治疗方法。

26—30分，是警告，有可能患了神经症性心理疾病。所以建议你去看心理医生。

心理健康测试总结报告篇五

【1】你喜欢在大众广停下侃侃而谈吗？

【2】在集体中你常常坚持己见吗？

【3】别人批评你，你很难接受吗？

【4】你喜欢考虑影响全局的宏观问题胜于喜欢考虑具体的微观问题吗？

- 【5】再别人意见有分歧时，你愿意当仲裁吗？
- 【6】你很同情弱者吗？
- 【7】当与你有关的人做错事时，你是否感到自己也有责任？
- 【8】再有几个人的情况下，有人提出问题你会率先回答吗？
- 【9】和老朋友渐渐疏远了，你感到心里不安吗？
- 【10】在旅途中你不会交接一些朋友吗？
- 【12】与人约会，出意外情况迟到了，你会解释再三吗？
- 【13】你很少与异性交往吗？
- 【14】在集体活动中，你不会爽声大笑吗？
- 【15】你从无忘记自己的诺言吗？
- 【16】根据计划取消既定计划，你很不自在吗？
- 【17】在信中你经常谈论自己吗？
- 【18】心中有事，你总是憋不住要找人倾诉吗？
- 【19】与志趣不同，性格相异的人交往，感觉愉快吗？
- 【20】别人愿意找你交流不同的意见吗？
- 【21】在集体中你会发表没有完全成熟的意见吗？
- 【22】你喜欢不断结交新朋友吗？
- 【23】你喜欢不断接受新思想，新观念，新信息吗？

【24】经常有亲友拜访你吗？

【25】在路上碰到熟人你主动打招呼吗？

【26】你常主动写信与外地亲友联系吗？

【27】在课堂，听众席上你常主动发言吗？

【28】当你有困难时，你会不会犹豫地请求人帮助？

【29】在车船上你会主动与人交谈吗？

【30】在人们各行其是的环境中生活，你感到不自在吗？

【31】你喜欢串门吗？

【32】有朋友拜访你，你非常热情和高兴吗？

心理健康测试总结报告篇六

为了使同学们保持健康的思想，以一种积极的心态度过大学时光，对生活充满热情和信心，使心情舒畅愉快，更为了培养大家更加团结向上的精神，我校举办了“心理健康周”活动，我们工业092班积极响应号召，特此举办了此次活动。

活动过程：

一：班长和心理安全委员给大家讲了一下此次活动的背景和目的。

二：心理安全委员讲解活动中所作游戏的规律。

三：进行游戏。依次进行了“青春手结”“贴膏药”“滚雪球”等游戏。

四：心理安全委员和班长教大家歌曲《感恩的心》的手语。

五：大家相互交流通过此次活动的感受和想法。

六：班长对活动进行了总结。

活动意义：通过此次活动，我们大家都获益匪浅。

大学生心理健康的重要性一：心理健康可以促进大学生全面发展，健康的心理品质是大学生全面发展的基本要求，同时也是将来走向社会，在工作岗位上发挥智力水平、积极从事社会活动以及不断向更高层次发展的重要条件。充分认识德智体美劳等方面的和谐发展，是以健康的心理品质作为基础，一个人心理健康状态直接影响和制约着全面发展的实现。

大学生心理健康的重要性二：心理健康可以使大学生克服依赖心理增强独立性。大学生经过努力的拼搏和激烈的竞争，告别了中学时代、跨入了大学，进入了一个全新的生活天地。大学生必须从靠父母转向靠自己。在上大学前，他们想象中的大学犹如“天堂”一般，浪漫奇特，美妙无比。上大学之后，紧张的学习，严格的纪律，生活的环境，让他们难以适应。因此，大学生必须注重心理健康的重要性，尽快克服依赖性，增强独立性，积极主动适应大学生活，度过充实美好而有意义的大学生活。

大学生心理健康的重要性三：心理健康是大学生取得事业成功的坚实心理基础。如今我国大学毕业生的分配工作已发生了很大变化，大学生全部实行供需见面、双向选择、择优录用等方式，择业的竞争必然会使大学生心理上产生困惑与不安定感，惊叹“皇帝女儿亦愁嫁”。因此，面对新形势大学生要注意保持心理健康，培养自强、自立、自律的良好心理素质，锻炼自己的社会交往能力、使自己在变幻复杂的社会环境中，选择适宜自己角色的正确抉择，敢于面对困难、挫折、挑战，追求更加完美的人格，为事业成功奠定坚实的心

理基础。

大学生心理健康的重要性四：心理健康利于大学生培养健康的个性心理。大学生的个性心理特征，是指他们在心理上与行为上经常、稳定地表现出来的各种特征，一般表现为气质和性格两个主要方面。气质主要是指情绪反映的特征，性格除气质所包含的特征外，还包括意志反映的特征。当代大学生的心理特征普遍表现为思想活跃、参与意识较强、善于独立思考、朝气蓬勃的精神状态等等，这些有利于大学生的健康成长。

本次活动我们通过几个小游戏，培养大家团结合作、积极乐观、健康向上的心态。大家都觉得获益匪浅。在游戏后的交流中，有的同学说“很开心，很棒，希望以后多举办此类活动”。有的说“我懂得了要珍惜每一个人，珍惜我们的友谊”。有的说“我感觉我们越来越像一家人了”。有的说“在游戏中感悟人生”。大家都收获颇多。此次活动十分有意义。

我们大学生，作为建设祖国的新一代，肩负着重大的责任。我们应积极培养自己全方面的素质，更重要的是以一颗健康向上的心去面对学习，面对朋友，面对生活，面对未来。

心理健康测试总结报告篇七

学校心理健康教育的主要对象是学生，服务于年轻一代的健康成长和个性的全面发展，服务于学校教育的总目的。今后我们要进一步理顺心理健康教育和学校其它工作的关系，要转变教育观念，培养学生健康的心理和健全的人格，保证学生身心全面发展。

一、指导思想

本学期我校以教育局教育教学教研三年行动计划为重点，以

开展“有效备课、有效教学、有效课堂组织形式、有效评价、有效作业设计、有效监测”主题活动为核心，以创建一市标准化学校为动力，围绕一个中心：全面启动实施《一区教育局教学教研三年行动计划》；突出两个重点：打造有效课堂，培育学校骨干团队；着力三个提升：“教育教学管理提升”、“教师队伍素质提升”和“教育教学质量提升”；实现六个有效，全面推进“有效课堂教学”建设。加强过程管理，创新教学模式，优化教研活动。坚定“科研兴教、科研兴校”的思想，开展各项活动，切实提高科研效益。

二、工作回顾

1、构建学习型组织，强化理论学习、培训。

(1) 本学期将继续通过教育教学理论的学习来更新观念，促进全体教师不断提高对现代教育思想的认识，要求每位教师经常翻阅教育杂志，细心研读教育专著，潜心研究一个教学问题，感悟一种教学方法，做到有所体验，有所收获。

(2) 抓好备课改革制度。学校依据教育局教师分层备课制度，明确各层次教师备课要求，力求提高备课质量，增强备课实效。

要求各层次教师在本学期前三周认真学习教育局各学科备课要求，学习20一版《课标》，把握课程标准，积极钻研课标，熟悉教材，摸清学生思维、认知特点，选择合适教法，备好每节课，严禁不切合实际的抄袭备课，努力达到课堂教学的最佳效果。

学校从教师备课入手，及时检查、督促、指导教师备课，做到了环节齐全，突出实效。

(3) 积极参加区教育局“六个有效”各学科培训活动和各级各类教育主管部门开展的教育教学活动。本学期我校龚美军、

华丽娜等13位教师外出参加了培训活动。教师回校后能及时写出培训研修日志，并在组内交流。在不断学习、实践中，提高自身的教育教学能力，提高我校教师的整体水平。

2、校本教研讲求实效。

(1)以教研活动促教研。

我校根据教育局和中心校的安排，以努力提高“有效课堂实效性”为目标，以“六个有效”为主要研究内容，开展教学中存在的困惑为对象，根据教学的实际，瞄准课改的目标，加强问题研究的针对性，研究过程的规范性及成果的实效性。

各教研组以“提高有效课堂教学”为主题，开展教师互听、互评活动。要求教师带着问题走进课堂，带着思考去研究，带着经验去反思。确立上好一节课就是一次科研的思想。

本学期教研活动在开展常规活动的基础上继续以“磨课”形式开展活动，在磨课课堂观察量表中，以教育局“六个有效”为主要观察内容，分工明确，可操作性强。虽然活动受到了标建工作的影响，但是在校领导、教研组的努力下，完成了“磨课”活动，并写出了磨课心得在组内开展了交流。

(2)专家引领促提高。12月9日全校教师参与了教育局在我校开展的“与专家携手，与名师同行”六个有效校本研训活动。

(3)小课题研究促教研。开学初，根据“阿干镇中心校微型课题研究实施和管理办法(试行)”的要求，组织教师认真学习，80%的老师申报了个人微型课题研究。

(4)积极组织教师做好“心中的古镇”校本开发工作。通过学习，让学生了解家乡过去，感受现在的飞速发展，展望古镇的未来，激发学生爱家乡、爱祖国的美好心灵。

三、存在的问题与发展的方向

1、成立学校教科室，由专人组织开展教科研工作，促进教研活动。

2、课题研究要与平时的学科教研活动更加紧密地联系起来，使业务学习和课堂教学，经验交流，反思提高争取上一个新台阶。继续发挥集体智慧，以加强科研成果的推广和应用。

3、进一步加强理论学习，多开展与课题研究有关的活动，如：教育沙龙活动。

4、教师思想上还是受学校指挥行动，而缺乏主动探究意识，即使部分教师有主动探究意识，缺少专业的引领，教科室应充分利用业务学习时间多搞几次讲座，应结合本校实际，想教师之所想，急教师之所急。

5、多发表高质量的论文和案例。要大力提倡有思想，有创新的论文和案例。进一步加强过程管理，做好资料的积累。

总之，通过本学期的工作，我校教师的科研意识普遍增强了，科研方法比以前有了较大的提高。今后，我们还将继续努力，针对工作中的不足，将各项工作的开展落到实处，从抓课堂教学入手，切实提高教学质量，走“科研兴校”之路，使我校的教科研工作能够再创新佳绩。

心理健康测试总结报告篇八

一. 填空题。

学生乐观向上的心理品质，促进学生人格的健全发展。

适应环境的能力；培养学生健全的人格和良好的个性心理品质；对少数有心理困扰或有心理障碍的学生，给予科学有效

的心理咨询和辅导，使他们尽快摆脱障碍，能够调节自我，提高心理健康水平，增强自我教育能力。

简单的心理调节方法，认识心理异常现象，以及初步掌握心理保健常识，其重点是学会学习、人际交往、升学择业以及生活和社会适应等方面的常识。

4. 心理咨询是一项科学性、专业性很强的工作，也是心理健康教育的一条重要渠道。

大中城市具备条件的中小学校要逐步建立和完善心理咨询室，配置专职人员。严格遵循保密原则，谨慎使用心理测试量表或其他测试手段。不能强迫学生接受心理测试，禁止使用影响学生心理健康的仪器，如测谎仪、脑电仪等。

二. 问答题。

1、小学低年级心理健康教育的主要内容？

小学低年级主要包括：帮助学生适应新的环境、新的集体、新的学习生活与感受学习知识的乐趣；乐与老师、同学交往，在谦让、友善的交往中体验友情。

2、小学中、高年级心理健康教育的主要内容？

(1) 帮助学生在生活中品尝解决困难的快乐，调整学习心态。

(2) 提高学习兴趣与自信心，正确对待自己的学习成绩，克服厌学心理。

(3) 培养面临毕业升学的进取态度。

(4) 培养集体意识，在班级活动中，善于与更多的同学交

往。

(5) 健全开朗、合群、乐学、自立的健康人格，培养自主自动参与活动的能力。

(1) 开设心理健康选修课、活动课或专题讲座。

(2) 个别咨询与辅导。

(3) 创设符合心理健康教育所要求的物质环境、人际环境、心理环境。

(4) 积极开通学校与家庭同步实施心理健康教育的渠道。