

高中春季心理咨询工作计划(大全5篇)

光阴的迅速，一眨眼就过去了，成绩已属于过去，新一轮的工作即将来临，写好计划才不会让我们努力的时候迷失方向哦。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。下面是小编为大家带来的计划书优秀范文，希望大家可以喜欢。

高中春季心理咨询工作计划篇一

本学期，心理咨询室的工作以学校的工作计划、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。

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。

针对师生心理发展的需要积极开展心理讲座，协助班主任对学生进行的心理健康教育。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。(1)针对各年级学生特点开展心理教育。(2)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。学校心理咨询室是为解决学生的心理问题服务的。

本学期的具体工作安排：

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。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. 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。
4. 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。

心理咨询室开放时间： 周一--周五中午11:00—2:00

心理咨询的主要方式有： 1 、个别咨询； 2 、邮件咨询； 3、书信咨询。

具体工作：

九月份：

1. 制订并讨论学期心理辅导工作计划。
2. 好心理健康教育的宣传和氛围建设工作。

十月份：

1. 开展心理健康调查问卷

十一月份：

1. 组织全体老师学习有关心理辅导的知识、方法等。

十二月份：

1. 做好学期总结及资料积累和个案分析
2. 心理档案建立工作。

二至三月份：

1. 制订并讨论学期心理辅导工作计划。
2. 做好心理健康教育的宣传和氛围建设工作。

四月份：

1. 对六年级部分学生座谈会，并进行毕业前夕个别心理咨询。
2. 出好心理健康教育专题手抄报。

五月份：

1. 组织全体老师学习有关心理辅导的知识、方法等。

六月份：

1. 利用家长会向家长宣传“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。

高中春季心理咨询工作计划篇二

结合我校的实际情况，特制订本计划，采取积极有效的措施，推进我校心理健康教育发展，以创新的思路推进心理健康教育校本模式的持续发展，全面促进学生健康成长。增加学生心理健康教育的实效性，减少和预防学生心理问题的产生与发展，积极挽救有心理疾病的学生。

一、 做好心理咨询室的常规工作

- 1、认真上好每一堂心理课，使学生对心理健康有一个正确的认识，充分挖掘学生的主观能动性，由不情不愿到发自内心的需要。
- 2、每天定时、定人坚持做好“心理咨询室”的开放工作；
- 3、对于年级中反映的心理状况异常的学生给予重点关注
- 4、特别关注生活在特殊家庭中的学生；
- 5、及时为“尖子生”提供有效支持；
- 6、与班主任老师共同学习有关班级心理辅导的内容；
- 7、主动作好与家长的沟通互动；
- 8、搞好心理辅导的科研工作，开设讲座。
- 9、根据心理咨询情况，及时与老师、家长取得联系，共同引导学生。

二、 心理辅导工作在学校领导的关心指导下，除了做好常规工作外，在思想、组织、宣传、硬件等方面进一步做到规范。

- 1、作为心理辅导老师首先在思想上要以学生发展为本，要充分认识到学生不规范的行为或多或少都与心理问题有关，都是自己份内的事，要主动出击而不仅仅是“守株待兔”。
- 2、要大力宣传心理健康的重要性，建立宣传工作的四个体系：
面向全体教师、面向全体学生、面向家长、面向心理偏差学生

设立一个心理健康宣传周，利用广播、黑板报、知识竞赛等，推动全校师生共同关心心理健康问题。

3、在组织上要给予落实，拟建立学校心理宣传、保健两条三级网络。

建立学校心理宣传三级网络：

班主任——全校教职工（一言一行都跟学生的心理活动有关）

学生社团——学生自主活动（心理辅导的目的就是助人自助）

心理咨询室——“悄悄话”信箱

建立学校心理保健三级网络：心理信息员——班主任——心理辅导室

(1) 每班设有心理信息员，在班级中关心同学、团结同学，在各方面起表率作用；但要注意保密性，有情况及时反映。

(2) 班主任充当学生的心理健康保健医生，及时反映情况。

(3) 面向全校学生，每天中午、放学后向学生提供心理辅导的时间。

4、在硬件上要进一步落实：信箱、电话、网络、心理咨询室等

5、尝试社会化。学校、家庭、社会、社区都是环境，对学生心理健康很重要，让学生了解社会，才会确定自己的人格。在条件成熟的情况下，组织学生开展走进社区等活动。

高中春季心理咨询工作计划篇三

今社会对于提升学生的身心健康已经达成共识，我校咨询室将在这一大背景下努力做好本身的工作，进一步将学生的心理健康教育落到实处。为使学校心理咨询室能更好地解决学生和老师的心理问题，使心理健康教育在全校进一步得到普及，也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，提高我校心理健康教育的科学性和实效性，结合我校上学期实际，制定本学期工作计划如下：

一、指导思想：

继续认真贯彻落实教育部颁发的《中小学生健康教育指导纲要》的相关精神，秉持“助人自助，快乐成长”的工作理念，以学校的工作计划、德育计划为指导，围绕学生学习问题、适应问题和身心发展等问题，以预防性和发展性心理健康教育为主要内容，充分挖掘学生潜能，让每一位学生在学习活动中了解自我、悦纳自我、调控自我、实现自我，超越自我。进一步致力于提升老师的心理健康水平，转变教师的教学理念，引导老师利用心理学知识改进教育、教学方法，提高教育工作的针对性、学科性和实效性，努力在校园内营造和谐、温馨的师生关系和生生关系。

二、咨询室宗旨：

让心情放个假，给心灵安个家

三、目标和任务

1. 目标：进一步提高全体学生的心理素质，培养学生的健全人格，帮助学生解决成长过程中遇到的种种心理问题，开发个体潜能，促进学生全面、健康发展，适应未来社会对人才素质的要求。

2. 任务：做好心理健康教育日常服务性工作，使更多老师、学生、家长感受到心理健康的益处。引导家长进一步重视和接受心理健康教育，将心理健康教育宣传深入人心，为心理健康教育工作的进一步深入开展夯实基础。

四、主要内容

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，要继续积极开展针对学生的个体咨询和团体咨询，采取值班与预约相结合的方式，充分发挥“welcome”信箱及电子邮箱的作用。

2. 制度化心理团辅活动课

本学期将继续在全校三至六年级进行每周一次的心理团辅活动课，用好生均一本的心理健康读本，以点带面，教给学生学习心理知识的方法，学会用心理知识改善自己的学习与生活。努力让心理活动课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。同时努力配合班主任开展系列性、主题性的心理健康教育活动。

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。

五、具体安排

二、三月份：

1. 制订学期心理辅导工作计划。
2. 心理健康教育课从第3周开始执行。
3. 接待学生心理咨询。

四月份：

1. 心育老师学习有关心理辅导的'知识、方法，进行一次总结提升，择机展开一次校与校的交流互动。
2. 跟踪一到两名特殊学生，配合班主任制定帮扶计划。
3. 组织心理健康教育专题手抄报活动

五月份：

1. 校内心理健康月的知识宣传及手抄报展示。
2. 四年级心理健康讲座

六月份：

1. 利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. 心理档案整理工作。
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。

高中春季心理咨询工作计划篇四

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，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。

高中春季心理咨询工作计划篇五

本校为了贯彻教育部下发的《关于加强中小学心理健康教育的若干意见》及《中小学生心理健康教育指导纲要》和成都市创建全国文明城市通知精神，促进学生身心健康成长，提高学生心理素质，构建“以人为本”的和谐校园。以坚持育人为本，根据小学生生理、心理发展特点和规律，运用心理健康教育的理论和方法，培养中小学生良好的心理素质，促进他们身心全面和谐发展。再结合本校的实际情况特指定以下的工作计划：

一、目标

小学心理健康教育的直接目标是提高全体学生的心理素质，最终目标是促进学生人格的健全发展。结合学生实际，确立我校的具体工作目标如下：了解自我。培养良好的学习适应能力、养成理想的人际交往习惯、养成理想的人际交往习惯、促进人格的健全发展。努力使小学生成为一个自信，自立，自强的合格的小学生。并对孩子的学习有个好的支持作用。

二、实施方案

1、根据学生心理发展特点和身心发展规律，面向全体学生有

针对性地实施教育；

5、面对全体学生与关注个别差异相结合；

6、预防和矫治相结合；

7、教师的科学辅导和学生的主动参与相结合；

8、助人与自助相结合

9、心理教育宣传和心理辅导相结合

三、具体工作内容安排

四、具体时间安排

周一至周五：中午12：50——13：50

下午16：10——17：10

(其它时间的咨询辅导由学生另行预约)