

最新心理咨询年度工作计划 心理咨询工作计划(大全9篇)

计划是一种为了实现特定目标而制定的有条理的行动方案。我们在制定计划时需要考虑到各种因素的影响，并保持灵活性和适应性。下面是小编整理的个人今后的计划范文，欢迎阅读分享，希望对大家有所帮助。

心理咨询年度工作计划 心理咨询工作计划篇一

一、夯实组织机构，完善组织网络，明确职责任务。

调整和完善街道预防青少年违法犯罪领导小组，由政法委员顾建明同志任组长，综治办主任杨生根、派出所所长周其海、派出所副所长徐小夯、司法所所长朱菊根任副组长，并担任法制副校长。成员包括街道综治办、宣传办、民政、社保、妇联、团委、派出所、各村党支部、居委会、中小学、幼儿园等各相关职能部门。领导小组下设办公室，由综治办杨生根同志任主任。各成员单位按照领导小组统一部署，明确职责任务，充分发挥各自职能，密切协作配合，切实为青少年远离犯罪、遵守法纪创造出良好的环境。

二、以学校为开展预防青少年违法犯罪工作的主要阵地，开展各种法制宣传和教育工作。

1、发挥法制校长作用，以各种形式警示学生，提高法律意识，以“远离危险、远离犯罪”为主要内容，深入各中小学定期举行法制专题讲座。法制副校长结合学生、学校、家庭、社会的现状，对青少年犯罪典型案例进行剖析，重点讲解什么是违法行为、什么是犯罪，增加学生的法律知识，提高学生的法律意识。同时，由街道派出所民警、司法所同志不定期向师生汇报近期街道区域内违法犯罪的典型案例，并邀请校外法制辅导员举办法制报告会。向师生们介绍《未成年人思想

道德建设》、《未成年人保护法》、《青少年维权法》等相关的法制法规，增强全体师生的法制意识、遵纪守法的意识及对违法犯罪的防范意识，提高他们的自我保护能力。

2、充分发挥教师、学校、家长联合作用，构建预防网络。加强教师的法制观念，通过加强师德，增强广大教师监督、保护学生的责任感和使命感，宣礼讲法，及时帮助、引导学生远离犯罪，特别是关注问题学生的学习、生活问题；充分发挥学校主渠道作用，将法制教育列入教学大纲，切实将法制教育落到实处；提高家长的法制意识和教育方法，利用家庭这个青少年成长教育的重要课堂，耳濡目染宣传守法意识，营造出家庭和睦、遵纪守法的环境。教师、学校、家长加强联系，努力合作，为青少年创造出遵纪守法的典范和环境。

3、提高自我保护、安全自救的意识及抵御侵害的能力。通过青春教育、心理生理辅导、避险救护演习，引导他们克服成长期综合症状，抵御不良思想侵蚀，提高自我保护能力。邀请消防中队在中学举行实地灭火演练，增强学生的消防安全意识，邀请交通民警为师生上交通安全课，培养学生遵守交通法的良好习惯。通过种种措施让学生掌握必要必备的自我自救方法，提高自我预防和自我保护能力。

三、在社区开展维护青少年合法权益和预防青少年违法犯罪工作，作为加强对青少年的教育、管理和服务并预防青少年违法犯罪的一项重要举措。

1、开展社区系列普法宣传活动；以社区青少年法制学校为依托，建立社区青少年法制教育基地，增强法制观念。提高对是非的辨别能力，增强依法保护自己权益的意识和技能。提高家长素质，改进家庭教育。

2、以“家长学校”为依托，开展各种家庭教育培训班、讲座、咨询等活动，帮助家长特别是年轻家长提高自身素质和家教水平，提高家庭文明程度，杜绝家庭暴力，维护未成年人的

合法权益。

3、强化社区青少年管理、服务，帮助、教育社会闲散青少年深入开展形式多样的基层创建活动，加强社区文化建设，进一步发挥社区管理，教育和服务功能。社区居委会要因地制宜，建立青少年活动场所，争取设立法制教育阅报栏、宣传栏、图书室及预防青少年违法犯罪工作网络。继续对残疾、下岗以及因父母服刑、吸毒而无法获得正常家庭监护的困难青少年开展“一助一”、“多助一”结对帮困服务，解决他们在学习、工作和生活上的实际困难；对有不良行为或严重不良行为的青少年要制定社区结合帮教措施，安排专人开展结对帮教措施，预防和减少青少年重新违法犯罪。开展“社区青少年远离毒品行为”联合公安部门利用社区各种活动阵地和宣传阵地，开展多种生动活泼的活动，向青少年介绍有关毒品的知识，使广大青少年了解毒品给社会、家庭、个人带来的危害，增强青少年拒毒防毒的意识。

4、净化社区环境，消除青少年违法犯罪的诱因，加大社区环境整治力度。街道、社区要联合公安、文化、工商等相关部门，根据社区中青少年成长环境的突出问题，密切合作，各抓共管，特别是对毒品、不健康音像制品、违规经营网吧、违规经营歌舞厅等危害青少年健康成长的环境问题，采取有效措施，加大清理整顿力度。重点做好校园及周边地区的治安整治工作。组织青少年开展“告别网吧”、“拒绝毒品”、“远离赌博”活动，增强青少年对社会不良现象的免疫力。

四、争对日益增多的外来人口中的青少年，通过多种方式建立信息渠道，掌握情况，重视并切实抓好管理工作。通过宣传、教育，提高外来青少年的法制观念和思想道德文化素质，采取行之有效的方式教育有不良行为的外来青少年，做到企业内、各村及街道社区中外来青少年群体的生活有人问，思想工作有人做，发生问题有人管，遇到困难有人帮。

五、建立预防长效机制，建立了由街道综治办、派出所、司

法所、文化教育等相关部门参加的预防青少年违法犯罪工作联系会议制度，坚持定期召开联系会议，沟通信息，协调、督促、落实预防青少年犯罪的'教育、管理、服务等相关事宜。及时对工作中出现的各种问题进行深入调查研究，在保护青少年权益的基础上，通过预防、挽救、教育感化等方式妥善解决各种问题。

预防青少年违法犯罪工作是一个长期而艰苦的工作，我们要不断努力，开拓创新，勇于进取，扎实工作，积极探索新时期、新形势下预防青少年违法犯罪工作的新思路、新方法。进一步规范预防办组织机构，加强预防小组各成员单位间的沟通与联系，在继续扎实做好基础性工作的同时，继续增加教育宣传活动次数，大力推进工作向纵深发展，创造性的开展适应青少年特点的工作，不断提高我街道预防青少年违法犯罪工作的整体水平，创造更加良好的成长环境，使青少年远离犯罪。为创建“平安太平”打好扎实的基础。

心理咨询年度工作计划 心理咨询工作计划篇二

良好的思想道德水准和深厚扎实的`现代化科学知识，是人才必备的，适应社会环境的优秀心理品质也是极其重要的，社会变化日新月异，未成年人的心理也随社会环境变化产生了许多波澜，使得心理问题已经成为社会所关注的重要问题。社区为加强心理健康教育，帮助未成年人解决心理问题，培养未成年人健全的心理素质，既是未成年人健康成长的需要，也是培养高素质人才的重要保证。本年度，社区领导精心部署，在社区成立了心理咨询室，力图通过对未成年人开展心理健康教育，及时做好未成年人的心理疏导工作，全面提高未成年人的心理素质，促进未成年人生动活泼地健康发展。

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，进一步在辖区范围内做好宣传、发动、普及、教育等工作。

3、重视心理咨询室的实践研究工作，以点带面开展研究活动。

4、充分利用社区组织的每一次未成年人活动以加强对未成年人的心理健康教育。

（一）加强社区工作人员队伍建设，提高自身素质

1、组织社区工作人员学习有关心理健康教育资料，进一步提高认识，充实自我，掌握基本的心理咨询知识、方法、形式等。面向全体未成年人开展发展性、预防性的心理咨询，采取朋友式的心灵对话，使未成年人逐步消除不良心态和心理困惑，提高心理素质。

2、继续通过家长学校学习心理健康教育的有关内容，使家长逐步认识到对未成年人开展心理健康教育的重要性，不断地提高家长对未成年人进行心理健康教育的素质。

1、加强心理咨询室的常规建设，做好未成年人心理咨询工作，并能有所侧重地进行跟踪调查，建立心理档案。

1、做好心理健康教育的宣传和氛围建设工作。

2、举办家庭教育与未成年人的心理健康教育讲座。

3、利用家长学校向家长宣传“家庭心理指导”的有关内容。

4、通过心理咨询室定期向未成年人开放，开通心理咨询热线电话，结合利用网络，如 qq□电子邮件等形式开展个案咨询工作，并做好咨询记录，存档。

心理咨询年度工作计划 心理咨询工作计划篇三

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。

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9：30到10：00，下午16：30到17：30。

- 2、开展每月最后一周的心理班会活动课。

计划吧每月最后一周的班队会做成心理班会活动课，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、做好班级心理委员培训工作

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。

4、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。

心理咨询年度工作计划 心理咨询工作计划篇四

我校的心理健康教育工作，将继续以《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，转介干预、治疗为辅。加强每月一次的心理健教育康教育活动。
- 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。

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。

2、加强每月一次的心理健康教育活动的

本学期要让心理健康教育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。根据不同学生的特点开展系列性、主题性的心理健康教育辅导活动。

(1) 针对七年级新生关于早恋的心理教育。

(2) 针对九年级学生开展中考心理辅导。

(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) 利用家长会宣传家庭心理教育的有关内容。

4、做好班级心理委员培训工作

班级心理委员在帮助学校班级心理活动中发挥重要的作用，旨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、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。

二月份：

2、心理咨询室正常开放。

三月份：

1、心理咨询室正常开放。

2、心理健康教育讲座。（重点：七年级学生关于早恋的心理教育）

3、心理健康教育班会活动。

四月份：

1、心理咨询室正常开放。

2、七、八年级学生青春期心理健康教育活动。

3、出好心理健康教育专题黑板报。

4、心理健康教育班会活动。

五月份：

1、九年级学生迎接中考心理辅导工作。

2、利用家长会向家长宣传“家庭心理教育”的有关内容。

3、心理咨询室正常开放。

4、配合九年级班主任做好学生中考心理减压活动。

六月份：

1、开展针对班主任的心理讲座。

- 2、心理咨询室正常开放。
- 3、做好学期总结及资料积累和个案分析、心理档案建立工作。
- 4、各类资料整理、归档。

心理咨询年度工作计划 心理咨询工作计划篇五

目前，有心理问题的学生频率增多，在学校大多数是因为学习成绩的偏低因而在老师和同学们心目中的重视程度降低。再者也有来自家庭的原因等，造成学生对学习和生活的自信心不足，严重阻碍着学生的素质成长。为了提高我校学生的心理健康水平，保证学生能够及时解决面临的问题，我校特开展心理咨询以帮助大家走出困境。以下是具体的心理咨询工作计划。

以教育部下发的《关于加强中小学心理健康教育的若干意见》及《中小学心理健康教育指导纲要》为指导，坚持育人为本，根据中小学生生理、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。

1、了解自我

目前普遍存在仅以学业成绩作为评价学生优劣标准的情况，导致不少学生自我形象偏低，自信心不足，严重阻碍着学生的素质成长。针对这一现象，心育工作应注重帮助学生了解自我，接纳自我，对自我的形象进行整体认识，让学生从学业自我形象、社会自我形象、情绪自我形象、体能自我形象等方面进行整体认识，找出自己的优势与劣势；帮助学生自尊、自爱、自强、自立，树立自信心。发挥出自己的潜能，实现人生价值。

2、培养良好的学习适应能力

当前由于学习适应性不强，而沦为学业不良的学生日渐增多，培养学生良好的学习适应能力就显得日趋重要。心育工作应致力于开展协助学生制定学习计划，寻求适合的学习方法，养成独立思考，刻苦钻研，集中精力，心无旁骛的学习品质以及保持浓厚的学习兴趣等方面的工作，以达到促进其有效学习的目的。

3、养成理想的人际交往习惯

理想的人际交往习惯是个体适应社会环境不可或缺的条件，人际交往的适应与否，直接影响着学生人格的发展，也影响着其在社会中的生存和发展，当前学生由于缺乏良好的人际交往习惯，可导致亲子、师生和同伴间的冲突不断增加。所以协助学生掌握人际交往的艺术是重要的。在当今这个多元化、多样化的社会，做到这一点，是尤为重要的事情。

4、促进人格的健全发展

目前的教育比较强调学生智力因素的培养，往往忽视非智力因素的养成；忽视对学生心理素质的全面培养，会严重影响着学生素质的提高。心育工作应注重对学生心理素质的全面培养，促进学生心理素质各方面的谐调发展，使个体在认识、情意和行为三方面达到一个有机的整体。使每个学生的各种潜能得以发挥，日后成为：具备一定的知识技能；具有很强的社会适应能力，对社会能作出积极贡献的人。

领导小组：武连平

组 长：霍星

成 员：各年级班主任

实施方案

目前，有心理问题的学生频率增多，在学校大多数是因为学习成绩的偏低因而在老师和同学们心目中的重视程度降低。

- 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、心理辅导过程对学生所作的“自我暴露”，辅导员应严守秘密，不宜对外公开当事人的姓名和事件。

根据我校的实际，主要通过两个途径来进行：

(一) 心理健康教育

这项教育工作应全面渗透在学校教育的全过程中。在学科教学、各项教育活动、班主任工作中，都应注重对学生心理健康的教育，这是心理健康教育的主要途径。

- 1、课程辅导形式。偏重于对学生心理品质的全面培养。具体内容包括智能训练、学习心理指导、情感教育、人际关系指导、自我心理修养指导等内容。
- 2、专题讲座形式。目的在于解决学生中存在的共性问题。

(二) 心理咨询

1、个别咨询。它着眼于少数问题学生、侧重运用行为矫治和心理治疗方法达到辅导疏通心结的作用。个别咨询的程序包括学生自诉、诊断分析、调适矫治和效果反馈四个环节。方式有面谈、电话、通信等途径进行。在我校要成立心理咨询室、开通心理、设立心理咨询信箱，配备心理咨询教师。

2、电话咨询。是指利用通话方式给予学生忠告，劝慰和指导。由于通话具有隐秘性，咨询的学生基本上都能敞开自己的内心世界，寻求解决实际问题的答案。

3、书信咨询。其优点在于不受时间限制，学生可随时通过信件诉说自己的苦恼或愿望。那些不善言辞，或较为拘谨的学生常常选择这种形式。

初步设想我校的心理健康教育评价工作通过建立学生自我评价体系、学校评价体系、社会家长评价体系来进行。力争把心理教育工作作为我校素质教育的一个重要方面来抓，成为我校教育工作的一个特色、一个亮点，为创办示范学校奠定基础。

心理咨询年度工作计划 心理咨询工作计划篇六

目前普遍存在仅以学业成绩作为评价学生优劣标准的情况，导致不少学生自我形象偏低，自信心不足，严重阻碍着学生的素质成长。为了提高我校学生的心理健康水平，保证学生能够及时解决面临的问题，我校特开展心理咨询以帮助大家走出困境。以下是具体的工作计划。

以教育部下发的《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》为指导，坚持育人为本，根据中小学生生理、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。

目前普遍存在仅以学业成绩作为评价学生优劣标准的情况，导致不少学生自我形象偏低，自信心不足，严重阻碍着学生的素质成长。针对这一现象，心育工作应注重帮助学生了解自我，接纳自我，对自我的形象进行整体认识，让学生从学业自我形象、社会自我形象、情绪自我形象、体能自我形象等方面进行整体认识，找出自己的优势与劣势；帮助学生自

尊、自爱、自强、自立，树立自信心。发挥出自己的潜能，实现人生价值。

当前由于学习适应性不强，而沦为学业不良的学生日渐增多，培养学生良好的学习适应能力就显得日趋重要。心育工作应致力于开展协助学生制定学习计划，寻求适合的学习方法，养成独立思考，刻苦钻研，集中精力，心无旁骛的学习品质以及保持浓厚的学习兴趣等方面的工作，以达到促进其有效学习的目的。

理想的人际交往习惯是个体适应社会环境不可或缺的条件，人际交往的适应与否，直接影响着学生人格的发展，也影响着其在社会中的生存和发展，当前学生由于缺乏良好的人际交往习惯，可导致亲子、师生和同伴间的冲突不断增加。所以协助学生掌握人际交往的艺术是重要的。在当今这个多元化、多样化的社会，做到这一点，是尤为重要的事情。

目前的教育比较强调学生智力因素的`培养，往往忽视非智力因素的养成；忽视对学生心理素质的全面培养，会严重影响着学生素质的提高。心育工作应注重对学生心理素质的全面培养，促进学生心理素质各方面的谐调发展，使个体在认识、情意和行为三方面达到一个有机的整体。使每个学生的各种潜能得以发挥，日后成为：具备一定的知识技能；具有很强的社会适应能力，对社会能作出积极贡献的人。

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、心理辅导过程对学生所作的“自我暴露”，辅导员应严守

秘密，不宜对外公开当事人的姓名和事件。

（一）心理健康教育这项教育工作应全面渗透在学校教育的全过程中。在学科教学、各项教育活动、班主任工作中，都应注重对学生心理健康的教育，这是心理健康教育的主要途径。

1、课程辅导形式。偏重于对学生心理品质的全面培养。具体内容包括智能训练、学习心理指导、情感教育、人际关系指导、自我心理修养指导等内容。

2、专题讲座形式。目的在于解决学生中存在的共性问题。

1、个别咨询。它着眼于少数问题学生、侧重运用行为矫治和心理治疗方法达到辅导疏通心结的作用。个别咨询的程序包括学生自诉、诊断分析、调适矫治和效果反馈四个环节。方式有面谈、电话、通信等途径进行。在我校要成立心理咨询室、开通心理、设立心理咨询信箱，配备心理咨询教师。

2、电话咨询。是指利用通话方式给予学生忠告，劝慰和指导。由于通话具有隐秘性，咨询的学生基本上都能敞开自己的内心世界，寻求解决实际问题的答案。

初步设想我校的心理健康教育评价工作通过建立学生自我评价体系、学校评价体系、社会家长评价体系来进行。力争把心理教育工作作为我校素质教育的一个重要方面来抓，成为我校教育工作的一个特色、一个亮点，为创办示范学校奠定基础。

心理咨询年度工作计划 心理咨询工作计划篇七

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。

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。

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。

1. 认真开展宣传教育，不断普及心理健康知识

本学期，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: 学校少年宫一楼“心灵驿站”

(2) 做好心理健康测评和普查工作。对五六年级、初一至初三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) 设立“悄悄话”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的, 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。

(1) 青春期的心理健康教育;

(2) 人际关系障碍的心理健康教育;

(3) 学习困难及厌学的心理教育;

(4) 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。

三月份:

四月份:

1. 心理咨询室开始开放(每周一至周五下午4: 30——5: 30)。

五月份：

1. 初三年级举办“释放压力，科学备考”考前减压及团体心理辅导。

六月份：

1. 根据测评普查结果，针对性的进行一次个别心理辅导。

2. “如何调控不良情绪”心理健康教育讲座

七月份：

1. 做好学期总结及资料积累和个案分析

2. 做好心理档案整理工作。

以上是我校心理健康教育工作的初步计划，由于我校心理健康工作正处于起步阶段，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补充、完善，使计划得到有效的落实。相信乘着“党的群众路线”的强劲东风，通过我们的不懈努力，学校心理健康教育活动会愈办愈好。

心理咨询年度工作计划 心理咨询工作计划篇八

目前普遍存在仅以学业成绩作为评价学生优劣标准的情况，导致不少学生自我形象偏低，自信心不足，严重阻碍着学生的素质成长。为了提高我校学生的心理健康水平，保证学生能够及时解决面临的问题，我校特开展心理咨询以帮助大家走出困境。以下是具体的工作计划。

以教育部下发的《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》为指导，坚持育人为本，根据中小学生生理、心理发展特点和规律，运用心理健

康教育的理论和方法，培养中小學生良好的心理素質，促進他們身心全面和諧發展。

1 了解自我

目前普遍存在僅以學業成績作為評價學生優劣標準的情況，導致不少學生自我形象偏低，自信心不足，嚴重阻礙着學生的素質成長。針對這一現象，心育工作應注重幫助學生了解自我，接納自我，對自我的形象進行整體認識，讓學生從學業自我形象、社會自我形象、情緒自我形象、體能自我形象等方面進行整體認識，找出自己的優勢與劣態；幫助學生自尊、自愛、自強、自立，樹立自信心。發揮出自己的潛能，實現人生價值。

2 培養良好的學習適應能力

當前由於學習適應性不強，而淪為學業不良的學生日漸增多，培養學生良好的學習適應能力就顯得日趨重要。心育工作應致力於開展協助學生制定學習計劃，尋求適合的學習方法，養成獨立思考，刻苦鑽研，集中精力，心無旁鶩的學習品質以及保持濃厚的學習興趣等方面的工作，以達到促進其有效學習的目的。

3 養成理想的人際交往習慣

理想的人際交往習慣是個人適應社會環境不可或缺的条件，人際交往的適應與否，直接影響着學生人格的發展，也影響着其在社會中的生存和發展，當前學生由於缺乏良好的人際交往習慣，可導致親子、師生和同伴間的衝突不斷增加。所以協助學生掌握人際交往的藝術是重要的。在當今這個多元化、多樣化的社會，做到這一點，是尤為重要的事情。

4 促進人格的健全發展

目前的教育比较强调学生智力因素的培养，往往忽视非智力因素的养成；忽视对学生心理素质的全面培养，会严重影响着学生素质的提高。心育工作应注重对学生心理素质的全面培养，促进学生心理素质各方面的协调发展，使个体在认识、情意和行为三方面达到一个有机的整体。使每个学生的各种潜能得以发挥，日后成为：具备一定的知识技能；具有很强的社会适应能力，对社会能作出积极贡献的人。

领导小组：武连平

组长：霍星

成员：各年级班主任

实施方案

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. 心理辅导过程对学生所作的“自我暴露”，辅导员应严守秘密，不宜对外公开当事人的姓名和事件。

根据我校的实际，主要通过两个途径来进行：

（一）心理健康教育

这项教育工作应全面渗透在学校教育的全过程中。在学科教学、各项教育活动、班主任工作中，都应注重对学生心理健康的教育，这是心理健康教育的主要途径。

1. 课程辅导形式。偏重于对学生心理品质的全面培养。具体内容包括智能训练、学习心理指导、情感教育、人际关系指导、自我心理修养指导等内容。

2. 专题讲座形式。目的在于解决学生中存在的共性问题。

（二）心理咨询

1. 个别咨询。

它着眼于少数问题学生、侧重运用行为矫治和心理治疗方法达到辅导疏通心结的作用。个别咨询的程序包括学生自诉、诊断分析、调适矫治和效果反馈四个环节。方式有面谈、电话、通信等途径进行。在我校要成立心理咨询室、开通心理、设立心理咨询信箱，配备心理咨询教师。

2. 电话咨询。

是指利用通话方式给予学生忠告，劝慰和指导。由于通话具有隐秘性，咨询的学生基本上都能敞开自己的内心世界，寻求解决实际问题的答案。

3. 书信咨询。

其优点在于不受时间限制，学生可随时通过信件诉说自己的苦恼或愿望。那些不善言辞，或较为拘谨的学生常常选择这种形式。

初步设想我校的心理健康教育评价工作通过建立学生自我评价体系、学校评价体系、社会家长评价体系来进行。力争把心理教育工作作为我校素质教育的一个重要方面来抓，成为我校教育工作的一个特色、一个亮点，为创办示范学校奠定基础。

心理咨询年度工作计划 心理咨询工作计划篇九

学校心理健康教育是当前中小学素质教育的. 一项重要基础工作，是现代学校教育的一个重要组成部分。本着“成长比成绩重要，成人比成才重要”的理念，围绕“增强教师心理教育意识，提升心理教育能力；帮助学生提高心理素质，发展健全人格”这一中心。学校应牢固树立以学生的成长和发展为中心，教书育人并重的思想，切实促进学生身心和谐发展。

1. 坚持以人为本。根据学生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，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. 深化理论学习研讨

(1) 加强心理健康教育教师的业务学习培训工作。心理教师除参加区业务研讨活动和围绕“团体心理辅导和个别心理辅导”的主题外，还应积极参加各种其它形式多样的学习活动，使自己成为能带动本校开展心理健康教育的行家里手。

(2) 学校将对教师进行的“心育”理论学习辅导，纳入学校业务学习范畴加以管理。

2. 合力探索实践提高

(1) 本年度继续深入以“学生在生活、学习和人际关系中所存在的普遍问题”为内容，各班主任在学习有关心理健康教育理论的基础上，把心理健康教育和班会、队会结合起来，二、四、六年级各选一个班级上好团体心理健康辅导公开课，帮助学生排忧解难，增强学生自我教育能力。

(2) 开展个别心理辅导的困惑调查及对策探究，选材要尽量使心理学内容贴近学生生活实际，用一些通俗易懂的例子帮助解释，将身边的现象用心理学观点去分析，以便学生更好地了解、接受心理知识，并在方法上努力做到既实用又便于操作。

(3) 学校将创设积极的校园心理环境，继续规范“心理信箱、心灵广播、心理热线”等心理健康教育日常工作。同时，每学期为学生开展一次以上的心理健康知识讲座或心育常识普及活动。做到使心理知识有宣传阵地；心理困惑和心理问题有疏通渠道；心理经验有分享空间，努力让学生在学习、生活中随时保持正常的心态。

1. 继续上好心理健康课，宣传心理健康教育知识，组织丰富多彩的活动让学生在课堂上体验感受。

2. 加强心理教师的业务学习，日常业务学习具体采取“个案解析、备课研究”等形式，完成学习和实践任务。

4. 学校将创设积极的校园心理环境，继续规范心理健康教育日常工作。

5. 指导家庭进行心理健康教育

小学生的心理健康教育仅仅由学校实施是不够的，在更重要的意义上讲，小学生心理健康教育主要依靠家庭教育，因为

家庭才是学生的来源与归属，小学生心理健康最后要归结于此。因此，利用家长学校、调查问卷，指导家长开展小学生家庭心理健康教育。