

2023年学校心理健康教育活动总结 优选 学校心理健康活动总结(模板5篇)

总结不仅仅是总结成绩，更重要的是为了研究经验，发现做好工作的规律，也可以找出工作失误的教训。这些经验教训是非常宝贵的，对工作有很好的借鉴与指导作用，在今后工作中可以改进提高，趋利避害，避免失误。总结书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇总结呢？以下是小编精心整理的总结范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

学校心理健康教育活动总结篇一

随着改革开放的深入，社会文明程度的提升，特殊教育越来越受到广泛重视，智障学生的健康成长已成为备受关注的话题。我校心理健康教育工作依据“让每个学生得到更优的发展，为每个学生提供更适用的教育”的办学思想和“融会、融入、融和”为内涵的“融和教育”办学理念，有目的、有计划、有步骤地通过多种形式及途径，提高智障学生的心理综合素质，促进智障学生自强、自立、平等参与社会生活，回归主流社会，成为自食其力的劳动者。

一、加强教师心理健康教育培训

1. 普及知识，增强责任

学校精选了部分理论书籍和文章推荐给老师，作为教师学习和培训的内容，如《心理辅导技术》、《班主任心理辅导》、《成长教室心理活动课教案集》、《花季心雨心理辅导个案集》等；邀请专家到学校作心理专题报告；请本校领导作心理知识普及座谈会的主讲人，以强化教师的责任意识，明确心理健康教育工作的意义，了解其涵义和特点。

2. 理念引领，经验推广

每次会议或活动后，负责老师都会及时通过学校校园之家向老师们汇报会议精神，分享信息资源；每月都由负责老师及时总结学校心理工作，反思不足和改进之处，部署下阶段学校心理工作；经常召开多种形式的专题讨论会，举办教师演讲比赛、班主任教育小故事演讲比赛，观摩心理活动课等，以点带面，以新的理念引领学校心理工作的深入开展，不断提高教师心理健康教育的实践能力。

二、开展学生心理健康教育活动

1. 温馨教室创建活动

教室是学生逗留时间最长的地方，校园是学生成长广阔的天空。虽然校舍比较陈旧、设备比较简陋，但以“两纲”为指导，在学校德育室的大力支持下对于温馨教室的创建，制定了详细的计划，进行了具体的部署。让幽雅、温馨、健康的教室文化，影响学生个性的培养、心理素质的锻炼、道德习惯的形成、知识才能的增长，促进教师与学生、教师与家长关系的民主、融洽、和谐，让学生的生命在充满温馨的氛围里更加灿烂。

2. 社会实践活动

组织学生参观、感受祖国的巨变、中国人民的伟大，激发学生热爱祖国，热爱家乡的真切情感；组织学生参加各级各类的融合活动，培养学生的活动能力和人际交往能力等，也使他们看到了社会对他们的关爱，感受到幸福。

三、提供学生心理健康辅助服务

1. 小组辅导

根据心理有问题学生的共同需要和问题，学校心理教师利用小组辅导的方法，通过学生的互动，帮助他们加深了解，改善同学间的人际关系，培养合作意识。

2. 心理广播

利用学校的校园广播站定期宣传心理知识。每次专题广播均由学生自己制作，对什么感兴趣，对什么迫切想知道就制定哪方面的专题，然后心理教师指导他们收集资料、编排内容、评审节目等。实践证明，从学生自身出发，贴近智障学生们生活成长需要的心理知识，易于接受，能够引起他们的兴趣，产生共鸣。

四、给予家庭心理健康教育指导

1. 以灿烂的微笑面对家长

当家长把学生送进校门的时候，他们交给老师的是一份信任、一份期望。学校教师树立学校和家庭是一家的思想，特别是对弱势学生，我们给予家长更多的尊重，保护他们的自尊心和自信心，积极帮助他们寻找家庭教育中的不足，帮助他们激发孩子的上进心。

2. 以真诚的爱心感动家长

学校教师平时都注意观察学生的一举一动，并把观察的结果及时反馈给家长，主动与家长沟通，用我们为学生最优发展的那一份真心诚意感动家长。

3. 以教育的艺术号召家长

学校教师重视家庭教育指导艺术，讲解家庭教育在孩子成长中的作用，家长是孩子最好的心理医生，增强家长抚养教育孩子的责任感和义务感；教给家长一些常用的家庭心理健康

教育的方法，使家庭教育更贴近学生的心理，使家长重视为孩子营造和睦、温馨的家庭气氛，提高智障学生的生活质量。

4. 以规范的要求指导家长

平时，偶然的路遇、一个电话、一次家访都是进行个别沟通交流的指导家庭教育的好机会。而家长会和家长学校更是对家长进行群体指导的一种有效途径。每次召开家长会，学校教师会根据学生心理发展特点，制定帮助孩子完善心理品质的措施，向家长提出规范的、明确的、具体的、不同层次的家长都能做到的要求，让家长在家庭教育中有的放矢地进行指导，共同提高孩子的心理素质；每次开办家长学校，学校都抓住良机，普及心理教育基本知识，交流先进经验与做法，共同探讨孩子心理健康问题，形成学校、家庭教育合力。

通过近一年各项工作的系统开展，我校心理工作取得了一些成绩和经验，但与兄弟学校相比我们还存在很大的差距。“为让每个学生得到更优的发展”，我们任重道远。

学校心理健康教育活动总结篇二

亲爱的同学们、老师们：

大家早上好！

你知道5月25日是一个怎样的日子吗？对啊，5月25日是心理健康日，“5.25”的谐音是“我爱我”，也就是我们自己要爱护自己。把它作为一个专门的纪念日就是提醒我们每一个人要爱惜我们自己，要关注我们的心理健康。今天的国旗下讲话我们先从一个故事讲起。

珍惜自己，因为这世上只有一个自己；珍惜自己，因为每个人都应当从小就看重自己；珍惜自己，因为”天生我才必有用“！

最后祝大家都能成为一个健康快乐的人！谢谢大家！

学校心理健康教育活动总结篇三

以《中小学心理健康教育指导纲要》为指导思想，认真贯彻《xx市推进中小学心理健康教育实施意见（试行）》，坚持育人为本，根据中学生生理、心理发展特点和规律，运用心理健康教育的理论和方法，培养学生良好的心理素质，促进他们身心全面和谐发展。根据年初制定的工作计划，我们一步一步的走着，现总结如下：

一、开设心理咨询，进行心理辅导。

建立“悄悄语信箱”，班主任老师及心理老师专门以回信的方式与学生交流、谈心，解决他们的心理忧虑，指导他们以健康的心态去学习和生活；学校建立了心理咨询室，每天两时段准时向学生开放，咨询时播放动听的音乐，使室内充满温馨、和谐、平等的气氛，让学生畅所欲言，倾诉心曲，及时宣泄不良情绪。同学们可以走进咨询室，跟心理辅导老师说出心中的烦恼。老师通过倾听，做好疏导、解释、鼓励工作，对学生提出最佳建议，切实解决学生遇到的问题和解开学生心中的忧虑。

二、对班主任进行心理健康教育辅导基础技术培训讲座。

各班主任老师及任课老师是心理健康教育的重要成员，为了使他们能针对学生不同的心理问题给予正确的指导。上半年邀请田家炳实验中学的吴文君老师特地为全体班主任老师及任课老师作了一次专业的培训——班级的团体辅导；下半年参加了心理健康教育培训的唐老师为各位老师提供咨询服务，使每一位老师都成为心理健康教育的一员。

三、开展了丰富多彩的心理健康教育活动。

上半年，初一学生观看青春期录像，对初三学生进行了讲座什么是心理健康怎样做到心理健康；下半年，学校进行“培养健康心灵，开创美好人生”心理健康主题教育活动：开学初，就对学生进行一次心理健康调查问卷，学生的心理问题主要是感到学习压力大、平时课外活动少；二（2）班进行心理健康活动观摩课，演讲比赛，制作心理知识书签，发放心理卫生知识宣传资料，心理健康知识竞赛活动等，并且还评出了获奖的班级和个人。通过丰富多彩的活动形式来提高全体学生的心理素质，充分开发学生的潜能，培养学生乐观、向上的心理品质，促进学生人格的健全发展。使学生不断正确认识自我，增强自我调控能力，具有适应不同社会环境的基本能力。

“路漫漫其修远兮，吾将上下而求索”。前方的路还很长，我们将在心育这块领域内继续努力探索，勇于实践，把心理健康教育当成关注学生生命的教育来抓，让孩子们快乐成长。

学校心理健康教育活动总结篇四

本学年学校心理健康教育继续以全面培养学生健康的心理素质，为工作目标，在校长室的指导下，针对学生心理特点，围绕学校现代化德育报告的要求，开展了一系列行之有效的心理健康教育，取得了明显效果。学生心理调控能力，自我满意度均较理想。现把一学年来的主要工作总结一下。

1、以理论学习为入口，提高心理健康教育认识。

心理健康教育在我国才刚刚起步，尤其是它很强的科学性尚未被许多学校领导和广大教师所了解，还没有被充分意识到开展这项教育活动的重要性和迫切性。近几年，我们从提高对心理健康教育的认识着手，不断增强实施心理健康教育的自觉性和主动性。从领导班子与研究骨干抓起，采取理论学习、问题讨论、专题讲座、工作研究、经验总结等方法，逐步引起大家对这一课题的重视，逐步统一思想形成，为心理健康教育在学校的研究和实践打下思想认识基础。与此同时，

还引导大家从素质教育的高度来认识心理健康教育的重要性。大家逐步认识到，加强心理健康教育，培养一系列健康的心理品质，能够有效地促进学生全面发展。因此在全面实施素质教育的今天，我们没有理由忽视心理健康教育。

2、以全员培训为龙头，强化心理健康教育技能

中小学心理健康教育，虽然国内才刚起步，但是发展迅速，有些地区已经推进到了一定的深度，形成了一些有效模式。我们研究考察了各地的经验，认为中小学心理健康教育的开展，不管哪一种模式，落脚点都在教师，首先要对教师进行培训。不但要对专兼职心理辅导教师进行重点培训，而且要对全体教师进行培训；不但要提升全体教师的心理健康教育理论水平，而且要增强他们的实践技能；不但要提高全体教师自身的心理素质，而且要树立他们的心理健康教育观。我们提出这种教师全员培训的模式，是源于教师心理健康教育，将要面向的是全体中小學生，是活生生的人，是敏感、稚嫩、能动、可塑的一颗颗心，没有一个良好的整体心理健康教育环境，心理健康教育的效果和质量将得不到保证。可以肯定地说，全员培训，是中小学心理健康教育的生命。当然，这种培训是根据教师心理健康教育的目标系统，针对不同的对象，拟出不同的培训计划，然后分层次组织培训。

(1)、以行政管理人员为先导。学校校长和行政管理人员，是一所学校的头脑，决定着学校教育教学的目标和方向，没有他们的重视，学校开展心理健康教育将是一句空话。我校成立了以鲁正良为组长，以王卫华，杨水梅为副组长，以王月红，梅海华，吴百龙，冯建卿为组员的考核领导小组专门进行监督和管理。所以，我们首先抓这部分人的培训，着重提高他们对中小学开展心理健康教育目的、意义、必要性和迫切性的认识。另一方面，要求他们自学心理学相关理论，改善领导和管理行为。我校王卫华、杨水梅、梅海华先后参加县、市、省心理健康教育专题培训，其中王卫华已取得省心理教育上岗证。

(2)、让专兼职教师着力跟进。

心理健康教育专兼职教师，是学校心理健康教育的业务骨干，他们不仅有自身素质的提高问题，而且还将承担对全体教师的基础培训任务，这是分层次培训中的培训重点和难点，对他们的培训，不能局限几次短期培训了事，而要求系统进行。

具体途径是：

一是参加自考、函授、等形式的专业学历进修；

二是参加省、市、县组织的系统化培训班。要求他们掌握心理学基础理论，掌握心理健康教育的实践技能，具备一定的心理健康教育科研能力。

(3)、在全体教师中普及。

目前此项教育培训已由教育局师训干训处和教师进修学校承担，我校按照县里规定正在分步实施。有专家曾经指出，中小学生的心理健康问题，70%产生于学校。且不论此话是否言过其实，至少说明学校是学生心理问题的发源地之一。学生 在学校，正面接触最直接、最多的是学科教师，教师的人格修养、教学行为乃至言谈举止通过学生的感观直达学生的心灵深处。其影响是正面的，还是负面的？是信心和鼓励，还是失落和压力？是情与爱的感化，还是责罚与伤害？一切取决于教师的管理与教育教学过程是否规范科学。因此，在全体教师普及心理健康教育知识，提高师德修养，规范教育教学行为，决定了学校心理健康教育的得失成败。我们的做法是：首先有针对性地进行师德和教师行为规范培训，期间还要求教师对照学生心目中的教师形象，作自我评价，进行自我“形象”整容。其次，通过教育心理学、青少年儿童心理卫生、心理健康教育技能等常识的校本培训，使全体教师掌握基本的学校心理卫生基本理论和实践技能。初步实践证明，这种教师全员培训是十分必要的，不但教师自身心理素质提

高了，而且改变了许多教师的育人观，学生问卷调查也充分说明了这一点。

在心理健康培训过程中我们培训采取的方式主要是：

(1) 请进来。请有关教育心理学专家来校作讲座，以提高教师的心理健康教育水平。

(2) 走出去。没有学习、没有借鉴，就不可能有很大的提高，坐井观天，裹足不前，只能导致落后，只有不断地拓展自己的视野，适时地充电，才能提高自我。

(3) 传帮带。对班主任一周心理健康教育工作中存在的问题，作针对性的个别指导，参与班级辅导工作、帮助解决具体问题，充分发挥每个教师的主动性、积极性和创造性，创设身心健康的和谐氛围。

3、以多种形式为结合，拓展心理健康教育渠道

(2) 心理健康教育与学校、家庭、社会教育相结合，心理健康教育不能仅限于学校教育这一领域，它应当以更积极、更主动的姿态拓展阵地。我们全面分析了学校教育的网络特点以及影响学生素质提高的各教育因素，觉得家庭与社会亦是心理健康教育的重要阵地。特别是家庭教育，它直接与学生心理健康状况相关联。利用家长学校进行心理卫生知识教育，以家庭教育指导为链接，加强学校与家庭的联系。实践研究表明，家长能够配合学校促进子女全面健康成长，成为学生心理健康教育中的一支重要力量，形成关心、支持、参与素质教育的良好环境，使学校素质教育得到横向发展。

(3)、心理健康教育与德育、教学工作相结合

学校心理辅导的主要目标，是辅导人员从受辅者的实际出发，协助、引导受辅者去正确认识自己、接纳自己，正确认识环

境和认识未来，学习面对困难和挫折，协调人际关系，维护和恢复心理平衡，促进身心健康，增强生活的适应性。其终极目的是使受辅者的潜力得到充分的发挥，为品德和才能的进一步发展提供良好的基础，并能依据自己的特点、环境和机缘，去选择既有利于自己，又有利于社会的人生道路，以便愉悦、有效地属于自己特有的生活。学校德育工作、教学工作和心理辅导的主要对象都是学生，它们共同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。它们的具体任务在一定程度上互相交叉和渗透，但又各有侧重，不能相互代替。

通过对教师的心理健康教育，使广大中小学教师具备良好的心理素养，具备了丰富的理论水平和实践技能水平，在推进学校心理健康教育的过程中，教师必将发挥重要的作用。在关于心理健康教育这个课题的研究中，以教师心理健康教育为突破口而开创一条独特的心理健康教育之路无疑是成功的。实践证明，这一举措收到了预期的效果。与此同时，我们也清醒地认识到，我们这项研究仍处于探索阶段，有许多方面还不够完善，有待进一步深化研究。任重而道远，我们将把已有的成绩作为新的起点，为更广泛深入地开展心理健康教育，全面推动素质教育的进程而做出不懈的努力。

学校心理健康教育活动总结篇五

亲爱的老师、同学们：

在这青春似火、热情四溢的五月，我们即将迎来5月25日——2021年大、中学生心理健康日。

“5·25”的谐音即为“我爱我”，此节日的核心内容是：关爱自我，了解自我，接纳自己，关注心理健康和心灵成长，提高自身心理素质，进而爱别人，爱社会。也就是说，心理健康节的本质是引导同学们在生理发展的过程中，也能关注

和把握自身的心理成熟度和适应力。

从心理学的角度来分析，一个人真正成熟的开始就是懂得接纳不完美的自己，能够真正地去认识自己。

人生难免遇到不如意的事，令人禁不住捶胸顿足，一遍遍地去想：为什么坏事尽发生在我的身上，也不敢去承认这件事的发生。其实，人并不是在遭遇了不幸才会感到强烈的不适，很大程度上是因为拒绝接受现实，才会产生痛苦。

正所谓覆水难收，你很难扭转既定事实。唯一能真正改变的就是自己的心态。一个真正成熟的人，他会意识到世界的复杂性，他会做到去理解，也不去纠结过去发生的事，而是会把目光调整到怎样去面对各式各样突发的状况。

此外，当别人的行事风格跟我们的不同时，例如在宿舍遇到因为学习跟大多数同学就寝时间不同的人、在小组活动中总是划水的人、考完试就忍不住凡尔赛的人，内心也容易产生不愉快的感受，有时甚至会爆发激烈的冲突。而一个真正成熟的人，他会站在客观的角度理解和分析问题，也能够尽量做到跟每个人和谐共处。正是因为他们能够做到对事不对人，即把对事物的看法与评价一个人区分开了，所以就能够使自己的言行不易冲动伤人。当一个人能够拥有接纳的心态，纵使对方确实有错，也不会立马跳出来大声苛责，而是心平气和运用理性的知识和严密的逻辑去逐一分析，也能够站在对方的角度去思考问题。这种处理问题的方式很理智，也很成熟。在世界上，没有两片相同的树叶。自然，就没有两个完全一模一样的人。每个人的性格不同，看待问题的角度不同，思想也就不同。因此，懂得去善待他人，也就是在接纳着自己。

真正成熟的人能够看得通透，人生的对对错错都是一体的，任何发生在我们身上的事都是对我们成长的邀请。既然如此，不如去做些有意义的适应和改变，与人为善，共同进步。