

# 最新中学心理健康教育总结(优秀5篇)

总结是在一段时间内对学习和工作生活等表现加以总结和概括的一种书面材料，它可以促使我们思考，我想我们需要写一份总结了吧。优秀的总结都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？以下是小编为大家收集的总结范文，仅供参考，大家一起来了解一下吧。

## 中学心理健康教育总结篇一

对学生的心理辅导仅凭宣传和有限的个别咨询是远远不够的，对大多数学生来说，他们需要的是心理发展教育，即如何挖掘潜能，认识自我，完善人格。因此开设心理辅导课，对全体学生进行系统的教育，从身心发展规律入手，在常见性、普遍性问题上和学生们一起讨论，促进他们的身心健康成长，也使一些同学可能出现的心理问题、心理障碍防患于未然，减少学生的不良情绪、不良行为，培养他们的自我调节能力。

心理健康教育要持续发展，关键在于建设一支高素质的教师队伍，只有心理健康的教师才会有健康的心态对待学生，一个心理不健康的教师很难会有恰当的教育方式，试想一个不能很好控制情绪、乱发脾气的教师会怎样教育学生有稳定的情绪，愉悦的心情？用不符合现代教育规律的粗暴的教育方式教育学生必然导致师生间矛盾冲突。因此，我校将可定期选派在职教师继续进修，学习心理学理论知识；其次，立足本校，请专家或心理专业教师开展讲座，提高在职教师专业水平，加强教师对于心理知识的学习，提高心理素质，将教育学、心理学理论合理的应用于教育教学中，科学的指导学生，建立良好和谐的师生关系，促进学生身心健康成长，综合素质的提高。

正如前面所说，心理健康教育工作并不是心理教师一个人的工作，这样的工作是非常有限的。作为培养学生的全体教师

都有责任向学生灌输心理健康教育，在教授本学科知识的同时，还应有心理知识的恰当渗透或心理技能的训练，由此，学生在学习数理化的过程中，即提高了学科知识水平，又受到潜移默化的影响，心理素质逐渐的提高。只有在这样一个大的环境中，广泛的教育下，人人参与的情境中，才能从根本上转变现在心理健康教育工作的艰难局面，得到社会、学校、家庭、个人的认可与重视。

对于心理健康工作的宣传也是必不可少的，在原有工作的基础上还应加大宣传力度，如阅览室的报刊和书库应适当增加心理类的书籍和报刊杂志。有管趣味心理学方面的书籍可以满足初中学生的需要，既感兴趣又获得知识，高中学生应配备一些贴近学生心理特点、有一定深度、可以引起他们思考的图书，使他们更多的关注自己身心变化。校园电台和广播台也要充分发挥其重要作用，内容更加精炼，更符合学生的需求，并力求带动更多的学生参与进来。

我校在近一年的开展工作中，注重从实际出发，联系全局，注意了专家指导与学校实践相结合，将中学教师对学生的直接而形象的认识，较强的教学、活动组织能力和专业心理学教师的丰富的理论知识二者紧密结合起来，组织了较完善的，具有心理教育特色的各种活动和班会；其次，注意了专职教师与全体教师参与相结合。素质教育是一个有机的整体，心育寓于五育之中，寓于各种教学之中。因此由专职教师推动和指导心理教育工作的开展，学校所有教师都积极响应，以极大的热情投入到心育工作中；再次，注意全了面教育与个别教育相结合。学校的心理健康教育主要是心理发展性教育，教育的对象是全体学生，而不是只针对某一部分心理上出了问题的学生。在全面教育的基础上，个别的心理辅导、咨询也是非常重要的。它能更有效地帮助有问题的同学，解决全面辅导不能直接解决的问题；第四，注意了课内与课外，心理教育与其它形式相结合，在日常的教学工作中渗透进心理教育的思想。

心理健康教育是一项系统工程，为使此项工作持续、有效的进行，我校有专门的校领导主持心理健康教育工作，由专职教师负责，并且与政教处、教务处、教研室等部门协调好关系，形成“心理辅导中心——学校其它教育机构——教师——家长——学生”的统一结构体系。并为了保障心理健康教育的切实实施，将心育纳入学校工作的整体规划，全体教师、各部门都主动承担对学生进行心育的责任，家庭与社会应积极配合学校工作，营造心育健康环境，使心理健康工作更深入实际每一个地方，更好的为学生服务，切实帮助学生，提高学生的身心素质，潜能的发挥，适应社会，促进学生的健康成长，实现我校校训：一切为了学生，使x中学的心理健康工作更具特色，做出更大的成绩！

## 中学心理健康教育总结篇二

在我校本学年开展的一系列工作取得了很多成绩的同时，不可否认，心理健康教育工作还在刚刚起步，处于探索阶段，这其中还会有很多困难，存在很多不足的地方，主要有：

心理健康教育工作在全国处于初级阶段，在我校也更是如此。一些教师，家长对于开展学生的心理健康工作置若罔闻，持不支持态度；有些教师认为自己有经验，完全能够教育好学生，懂不懂心理学无所谓，不能转变观念；而有些教师则是明明知道，就是放不下架子。凡此种种原因，是心理健康教育工作很难开展，甚至有的家长把心理问题当作精神病看待，百般阻挠。校领导是否高度重视则是关系的全局工作的开展，领导不大力支持，不积极倡导，一味只关心教学、升学率，那么心理工作是不能有效进行的。

在学生提出的很多问题当中，有很多问题客观上说是由某些教师直接造成的。受多年应试教育思想的影响，旧观念不能及时转变，也就不能适应新时期新的受教育者的发展，新与旧必然产生矛盾，这也就造成了学生的一些问题。因此一个教师自身身心素质的提高也是当务之急，只有教师心理健康，

才能给学生以正面影响，只有教师有足够的心理理论知识，才能准确洞悉学生的心理，及时发现问题，给学生以科学的心理指导，注重心灵的交流。

心理教师一个人的工作力度和可利用范围是有限的，以及一些特殊问题是需要广大教师和家长多方支持和配合的。如班主任发现的一些学生心理问题可以及时反映给心理老师，是心理老师能够随时掌握学生的发展情况，制定相应的工作计划。而心理老师在咨询过程中需要其他教师的共同配合，创设一种有利于帮助学生解决困难的情境，或者是需要家长做家庭教育密切配合心理教师指定的辅导方案，帮助学生一点点从不良情绪中解放出来。因此教师和家长的大力支持和密切配合是开展心理工作的有力后盾，而这种配合形势还有待进一步加强。

心理健康教育不仅仅是上几节课，或是开设个别的咨询工作，它应该贯穿于整个教育教学过程中。学生从每一节课上都能获得相应的收获，每一个潜能的发挥都能在每一科教学中找到适当的时机。教师们应力求使学生在在学习科学知识的同时，心理也不断得到充实，素质逐渐提高。因此心理健康教育应是每一名教师的任务，使每一名学生的关心的事情，是校园内形成一个良好的心理健康氛围，学生们能够敞开心扉互相讨论各自感兴趣的问题，教师充分关注学生及自身的心理健康，上咨询室不再是偷偷摸摸，怕别人知道的事情。在这样一个大的氛围下，心理健康工作才算是真正到位，落到实处。

在心理健康教育工作中可以发现，学生所反映的心理问题是有共同点的，有很多学生遇到的问题是一致的，主要有：

- 1、学习问题，包括学习困难，成绩落后，考试焦虑，上课注意力不集中等。学生的主要任务是学习，因此学习问题是大多数学生所困扰的。
- 2、人际交往问题，包括人际关系问题，异性交往问题和家庭

关系。由于自身的某些原因，性格上或是没有掌握好人际交往技巧，和同学之间相处不和谐，要么关系冷淡，凡人不理，要么关系紧张，剑拔弩张。造成这种现象的原因有独生子女从小养成的自我中心的心理，别人都要围着自己转，没有学习和别人交往的技巧，容易和人发生冲突或交往不当。异性交往似乎是青春期阶段学生和教师的用恒话题，现在也是一样的受学生关注。家庭中和父母的关系也越来越多的被学生们提出，认为父母不了解自己，太多的干涉自己，从一系列的由于父母监管过严，孩子杀父母的事件中我们也应引起足够的重视，更多的探讨家庭教育存在的弊端。

3、自信心、自制力、情绪控制等问题，这些应该算是一些常见问题，是学生们成长的一部分，反映出他们更多的关注自己，感受自己，渴望提高自己的身心素质。

心理健康教育工作开展一年来，我校在看到工作取得的成绩的同时，更是认真总结工作中存在的不足，针对这些不足的地方，制订下学年的指导思想和计划，在保持已有工作的基础上，对于不完善的方面，重点开展工作，号召全校领导和师生积极参与进来，给与心理健康工作更多的关注和支持。

### **中学心理健康教育总结篇三**

对学生的心理辅导仅凭宣传和有限的个别咨询是远远不够的，对大多数学生来说，他们需要的是心理发展教育，即如何挖掘潜能，认识自我，完善人格。因此开设心理辅导课，对全体学生进行系统的教育，从身心发展规律入手，在常见性、普遍性问题上和学生们一起讨论，促进他们的身心健康成长，也使一些同学可能出现的心理问题、心理障碍防患于未然，减少学生的不良情绪、不良行为，培养他们的自我调节能力。

心理健康教育要持续发展，关键在于建设一支高素质的教师队伍，只有心理健康的教师才会有健康的心态对待学生，一个心理不健康的教师很难会有恰当的教育方式，试想一个不

能很好控制情绪、乱发脾气的教师会怎样教育学生有稳定的情绪，愉悦的心情？用不符合现代教育规律的粗暴的教育方式教育学生必然导致师生间矛盾冲突。因此，我校将可定期选派在职教师继续进修，学习心理学理论知识；其次，立足本校，请专家或心理专业教师开展讲座，提高在职教师专业水平，加强教师对于心理知识的学习，提高心理素质，将教育学、心理学理论合理的应用于教育教学中，科学的指导学生，建立良好和谐的师生关系，促进学生身心健康成长，综合素质的提高。

正如前面所说，心理健康教育工作并不是心理教师一个人的工作，这样的工作是非常有限的。作为培养学生的全体教师都有责任向学生灌输心理健康教育，在教授本学科知识的同时，还应有心理知识的恰当渗透或心理技能的训练，由此，学生在学习数理化的过程中，即提高了学科知识水平，又受到潜移默化的影响，心理素质逐渐的提高。只有在这样一个大的环境中，广泛的教育下，人人参与的情境中，才能从根本上转变现在心理健康教育工作的艰难局面，得到社会、学校、家庭、个人的认可与重视。

对于心理健康工作的宣传也是必不可少的，在原有工作的基础上还应加大宣传力度，如阅览室的报刊和书库应适当增加心理类的书籍和报刊杂志。有管趣味心理学方面的书籍可以满足初中学生的需要，既感兴趣又获得知识，高中学生应配备一些贴近学生心理特点、有一定深度、可以引起他们思考的图书，使他们更多的关注自己内心变化。校园电台和广播台也要充分发挥其重要作用，内容更加精炼，更符合学生的需求，并力求带动更多的学生参与进来。

## **中学心理健康教育总结篇四**

社会发展，人才辈出，竞争日益激烈，更要求人们在拥有各种知识、技能的同时拥有良好的心理素质。教育的目标就是培养全面发展的人，而人的发展中既包括身体的、生理的发

展，也包括心理的发展。因此本校心理健康教育工作以全面培养学生健康的心理素质为工作目标，针对我校学生心理特点，围绕学校“让每一个孩子的笑容更加灿烂”的办学理念，展开了一系列行之有效的心理健康教育活动。回顾一年来的工作，现对我校心理健康教育工作总结如下：

为了使学生的心理健康素质得以正常发展，在学校日常工作中，重视营造良好的校园氛围和宽松的心理环境。学校注重校容校貌的建设，使学校环境实现绿化、美化、净化。完善心理咨询室，配备部分设施，添置适合学生阅读的心理书籍，使心理辅导室漂亮、温馨。

目前我校周月珍、全丽洁、高静怡3位老师持有苏州市心理健康教育教师上岗证，其中周月珍老师为苏州市网上家长学校“林老师”咨询热线的咨询师，全丽洁老师为林老师讲师团讲师。

我校积极组织教师参加各级心理健康教师培训，本学期我校徐丽洁、姚丽洁老师参加了太仓市中小学骨干班主任心理健康教育培训。郑亮生老师参加了苏州市电教馆举办的主题为“花香能量与情绪健康睡眠”的班主任心理培训。同时还积极组织10位班主任参加网络省培，并全部完成了第一部分的心理健康培训内容。

普及心理咨询、心理卫生的知识，增强学生的心理品质，消除广大同学对心理咨询的偏见。

(1)、本学期开学初，面向全校师生发放一封信《学校心理咨询室心语室开放通知》，告知全校师生学校的心语室将定期开放，有专业心理教师值班，为师生提供服务。同时为家长送上心理健康教育的服务卡“阳光卡”，卡上告之了学校心语室开放的时间和太仓市“林老师”咨询热线的联系方式。为了避免大家对心理咨询的误解，并介绍了有关心理健康和心理咨询的知识，从而正确了解心理咨询。

(2)、利用国旗下讲话向广大师生普及心理健康知识，让心理救助成为维护心理健康的重要方法和途径。

(3)、利用学校的家教小报“连心桥”、校讯通，宣传家庭教育的知识。

个别辅导工作是心理健康教育的一个重要组成部分。随着学生面对学习压力的增大，竞争日益激烈，青春萌动以及遇到的一系列青少年常见心理问题，他们迫切需要专业心理辅导以摆脱日益严重的不良情绪。我校的心理咨询室工作充分发挥其职能作用，相应开设了qq咨询、手机电话咨询、学生个体辅导、团体辅导及家长咨询。

心理咨询室定于每周一至周五，中午时间开放，也可以和心理老师预约时间。当面咨询所涉及到的问题主要有学习问题、自制力问题、人际关系、交往、家庭关系等等，还包括了自信心、情绪问题等。心理老师对待每一名前来寻求帮助的学生都耐心和他们一起讨论问题，分析原因，探讨解决的方法，增强他们的自信心，使每名学生都得到相应的帮助。适时的心理咨询为学生解决了考试心理胆怯，时间紧迫，思想压抑，厌倦学习，情绪低落和如何调节不良情绪，怎样追求远大目标，人的基本情绪、心情，心境，等一些实际学习，生活中的问题，并针对个别学生的心理失衡，心理挫折和心理障碍，及时给予心理支援和心理疏导，切实关注他们，理解他们，倾听他们，帮助他们……通过心理辅导和心理咨询，对学生进行适当的心理干预，为学生的心理发展提供必要的服务，指导和帮助。

我校积极倡导广大教师员工学习心理理论知识，提高自身心理素质，重视心理工作对学生发展的重要意义。在班主任日常工作中、在心育主题班会中针对全体学生共性的心理品质，开发学生的心理潜能，塑造良好的人格。全校经常性开展心理健康教育主题班会。根据每个年级的学生心理特征和问题背景，开设了不同内容的班会活动。如初一年级以适应初中



生活、养成良好习惯；初二年级的建立良好的亲子关系、人际关系，青春期健康教育；初三年级的正确面对人生选择、确定自己的目标，减轻、释放压力等等为主题，展开了丰富多彩的班会活动。在心育班会的活动影响下，班主任们改变了以往工作的方式，逐渐渗透心理辅导内容，以学生关心的心理问题为主题，互相探讨。

本学期我校分管德育的黄美虹校长为初三年级学生做了“激情冲刺、惜时发奋、勇创辉煌”的动员讲座、林老师讲师团讲师全丽洁老师为初一年级家长做了做了有关“家长如何有效的和孩子进行沟通”的专题讲座。

家庭教育是学校教育的一个不可忽视的部分。我校注重家校联系，除了定期召开家长会、家长委员会会议、家长讲师团活动、开展心理健康讲座外，我校专门印制家庭教育学习材料——连心桥，定期发放给家长，以此来提高家庭教育的内涵和质量。

心理健康教育不仅仅是上几节课，或是开设个别的咨询工作，它应该贯穿于整个教育教学过程中。学生从每一节课上都能获得相应的收获，每一个潜能的发挥都能在每一科教学中找到适当的时机。教师们应力求使学生在学习科学知识的同时，心理也不断得到充实，素质逐渐提高。因此心理健康教育应是每一名教师的任务，使每一名学生的关心的事情，是校园内形成一个良好的心理健康氛围，学生们能够敞开心扉互相讨论各自感兴趣的问题，教师充分关注学生及自身的心理健康，上咨询室不再是偷偷摸摸，怕别人知道的事情。在这样一个大的氛围下，心理健康工作才算是真正到位，落到实处。

## 中学心理健康教育总结篇五

学校根据教学计划在高一年级及初一年级开设心理健康教育课程，两周一节，每学期达15节以上，由两位专职教师授课。心理辅导课教材采用西南师范大学出版社出版教材《心理健

康教育》、及借鉴外出听课学习资源，内容有层次性、针对性，贴近学生的心理需求，学生愿学乐学。

学校在初一年级成立校心理社团心晴社，由专职心理老师担任，通过趣味横生的团体心理辅导，兴趣浓厚的微表情、催眠知识讲解，以及悦纳自我增强学生自信心，培养学生自尊自爱自信的良好品质等一系列活动促进学校心理健康教育氛围的建设，使学生感到幸福自己，快乐他人。

为了搭建师生沟通平台，让班主任第一时间了解学生的心理和生活状况，我们学校给每位学生发了《家校联系本》。学生除了记录当天作业还可以将自己的心事写在上面，班主任也可以像知心朋友一样给予反馈。如果班主任有困惑，可以及时与心理老师联系，这也是对有限的心理咨询室服务的补充。

在学生处日常管理、班主任班级管理工作及心理宣传工作的促进下，一对一的个体心理辅导工作逐渐开展起来，前期有问题学生辅导等个案。入学后进行了初一年级学生学习能力、初二年级青春期问题、高一年级入学适应问题等的心理健康问卷调查，在结果分析后，对心理健康状况不良的学生，在班主任的配合下，进行了心理辅导。心理咨询室在筹备建设中，心理老师更多地通过班主任情况的反映与学生逐步进行一对一的个案辅导，学生信任老师，效果较好。

在学生个体心理辅导的促进下，在我校现有条件下，为给学生提供信任的安全的咨询环境，已建立学校心理咨询室，下学期将进一步规范心理辅导室建设、保证心理辅导有序进行。同时通过问卷调查、心理测试并分析学生的心理健康状况，正在逐步完善各年级学生的心理档案。