# 最新中学心理健康工作总结十三篇(优质)

来源：网络 作者：独酌月影 更新时间：2025-07-28

*中学心理健康工作总结一心理健康教育课是心理健康教育主要渠道之一，也是我校心理健康教育工作的特色，是我校课程改革的重要一环。上好心理健康教育课有利于我校心理选修课程朝着规范、有序的方向发展，也有利于以点带面，促进我校心理健康教育工作的整体开展...*

**中学心理健康工作总结一**

心理健康教育课是心理健康教育主要渠道之一，也是我校心理健康教育工作的特色，是我校课程改革的重要一环。上好心理健康教育课有利于我校心理选修课程朝着规范、有序的方向发展，也有利于以点带面，促进我校心理健康教育工作的整体开展。基于以上的认识，本学期我们在充分利用现有资源，规范课堂进程和课堂内容，活跃课堂气氛方面做了不少努力，取得了可喜的成绩。

首先，本学期我校心理健康教育课和上学期相比有两个不利条件：一是心理教育课时总量减少，二是要求选修心理素质课的学生增加了许多。为了给学生充分的接受心理健康教育机会，我们调动了所有可用的资源。增加了心理健康教育兼职教师的人数。本学期，从事心理健康教育有工作的教师增加到四位。除谢维兴老师这位专职的心理教师外，还有陈红老师、林莎老师、曾帆老师三位兼职的心理教师，心理健康教师的增加间接增加了心理健康教育课时。同时，充分利用课外时间增加心理健康教育课的时间。谢维兴老师利用周一和周五中午一点到两点钟段时间给学生上心理健康教育课，直接增加了课时。通过这两种方法，解决了因心理健康教育课时的减少而带来的选修心理健康教育课的学生无法上心理健康教育课的问题，使大多数学生都能接受心理健康教育。本学期，我校高一共有6个班，高二共有6个班开设了每周一课时的心理健康教育课，约有400人的学生在本学期接受了系统的全面心理健康教育。

其次，从规范课堂教学着手，保证上课的质量。一是加强集备。我们组成了以谢维兴老师为组长的集备组。把周一上午作为集备时间，大家共同讨论。这样不仅加强老师对心理健康教育理论知识的理解，而且规范了课堂进程、上课的内容和上课的进度，使心理健康教育课程系统化，有序化，避免了心理健康课的无序化和随意化。二是和学生制定课堂契约，同时把平时的考勤、课堂表现、课外作业的完成情况和学生的成绩挂勾，规范学生的课堂行为，避免学生把上心理健康教育课当作混学分课。

再次，继续转变观念，从“以教师为中心，教材为中心，教室为中心”的旧框框中解脱出来，真正确立“以学生为中心，以学生的学用为中心，以全体学生的主动参与为中心”的教学理念。教师不再是课堂的主角，而是课堂的组织者和设计者，课堂进程的引导者。本学期，我们努力设计好每一堂心理课，尽量做到以活动为主，以学生的体验为主，在心理教育课堂中运用心理测验、录像、音乐、心理剧、讨论等多种手段。这样做的效果就是使每位学生在课堂进程中都有发言的机会，都有参与课堂活动的机会，真正做到全体学生参与，学生在热烈有趣的活动中情感得到体验，行为得到训练，同时他们在活动中相互合作，相互沟通，增进了学生间的人际信任和合作观念，使课堂环境更加融洽，课堂效果更加明显。

以上的改进使心理健康教育课真正成了学生放松身心，完善自我的催化剂，这种改进使我校的心理健康教育课继续走在全市的前列，扩大了我校心理健康教育工作在省、市的影响，谢维兴老师的公开课：《沟通无极限》参加市里的交流并获得专家、老师们的好评。

心理辅导在帮助学生消除心理障碍，正确认识自我及社会，充分发挥潜能，有效适应环境方面具有重要作用。本学期，研究室在个别心理辅导方面做了大量的工作，取得巨大的成效：

1、坚持实行了辅导员工作制度，心理辅导员值班时间：周一至周五12：00—18：00为面对面咨询时间，20：00—22：30为时间。

2、加大宣传力度。通过张贴海报，课堂上促进，课外广播，班主任工作等让学生特别是高一新生能尽快了解心理咨询的时间、地点、方式。

3、增加了心理咨询的方式，不仅有个别面询、电话咨询，还增加了网上咨询。通过宣传和拓宽心理咨询渠道，本学期来咨询的学生与以往相比有上升的趋势：共接听电话25个，接待来咨询的学生109人次，网上咨询13例，在来咨询的人中有一半以上是高三学生，来咨询的问题主要是学习问题、情感问题、人际交往问题。这也说明了我校学生对心理健康教育的观念发生了巨大的变化，从对心理问题的回避转变为能积极主动寻求心理上的帮助。

4、其次，做好个别辅导的同时，针对高三学生学习压力大，心理负担重的实际，我室在20xx年11月期中考前给高三10个班的学生分别举办了以“如何复习迎考”为内容的团体心理辅导，给高三学生把好学习考试心理关，使学生能以积极，健康、向上的心态面对高三，面对考试。

作为心理健康教育的主要场所，心理教育研究室的环境建设好坏直接关系到心理辅导和咨询的效果。本学期，心理放松室里增加了沙袋，充气人等新设备，心理教室、心理放松室、心理咨询室、心理测验室的硬件设施也不断地发展完善，环境更加优美，使心理教育研究室成为八中独特的一道风景线。

心理健康教育问题不仅是专兼职心理健康教师的问题，而成了全体教师共同关注的问题，全体教师、学生齐心协力，把我校的心理健康教育工作推向前进。在加强对学校老师，学生的心理健康教育观念的宣传的同时，在11月、12月间学校开展了“学会和异性同学交往”、“学会学习”、“学会自信”等丰富多彩的以心理健康教育为内容如的主题班会活动，还举办了心理健康教育黑板报比赛。这些活动大大加深了学生对心理健康教育的理解，加大了心理健康教育在全校的影响力。

本学期，学校学生会“心连部”的工作更有成效。

其一，保证“心连部”每一周开展一次活动，大部分班级心连员都能积极主动地参与活动，讨论工作，“心连部”员之间的向心力比以往加强了；

其二，它真正成为了联系教师和学生、学生和学生的纽带，使心理教师及时地了解学生的心理状况，使那些不愿意找心理辅导老师咨询的学生能得到及时的帮助，同时也带动学生积极寻求心理咨询的帮助。

本学期，我们努力做好心理健康宣传工作，重点是办好《心航》杂志和省市各媒体的合作，加强与其他学校的交流与合作。

作为宣传我校心理健康教育的重要刊物《心航》，在本学期又办了三期，和上学期的《心航》相比，本学期的《心航》从数量上，内容上丰富了许多。栏目增加了，内容更贴近八中的教育改革，更加贴近学生的实际，版面更优美，更合理，栏目更科学。它越来越受到学生的欢迎。

其次，加强了和省市媒体的联系，扩大了我校心理健康教育的影响，展示了我校的新形象。本学期，有《海峡都市报》、《海峡周报》、《福州日报》、《经济快报》、《东南快报》、省广播电台、福州市电视台、省电视台新闻频道等多家新闻媒体来我校了解报道心理健康教育的情况，宣传了我校的心理健康教育。我们还和省人民出版社合作，在《素质教育博览》这本杂志中建立我校心理健康教育专栏，扩大了我校心理教育的影响。

再次，本学期，加强了和省市兄弟学校的联系，接待了省、市各地领导、老师到我校观摩心理健康教育的开展，交流我校心理健康教育工作的经验，为我校赢得了声誉。

总之，在过去的一学期中，我校的心理健康教育工作取得了巨大的进步，但还有许多不足：如心理健康教育课还需要加强、改进，我们对心理健康教育的观念还要进一步转变，我们仍然有部分班主任、集备组长、教师对心理健康教育的认识与重视还很不够。今后我们要继续提高认识，转变观念，特别是广大教师要转变观念，把心理健康教育工作做得更好，真正让每个学生都能在健康、温馨的环境中学习和成长。

**中学心理健康工作总结二**

“教师应当是心理医生”是现代教育对教师的新要求。现代教育的发展要求教师“不仅仅是人类文化的的传递者，也应当是学生心理的塑造者，是学生心理健康的维护者”。作为一名心理保健工作者，也许不是一个班主任的主要任务，然而作为一班之“主”的班主任，能否以科学而有效的方法把握学生的心理，因势利导地促进各种类型学生的健康成长，将对教育工作成败有决定性的作用。

1、情绪方面的极不稳定，喜怒无常。当其情绪喜悦时，学习积极性高涨，与别人相处和谐；当其情绪烦躁忧郁时，学习积极性低落，与别人难以友好相处，甚至出现逃学、打架、斗殴等现象。

2、意志方面一般为忧柔寡断、虎头蛇尾，自制力差，易受暗示。当其情感冲动时，自制力较差，不能正确对待自己和控制自己，当外界诱因强烈时，容易动摇。

3、性格方面的因素是中学生心理问题中较为典型的一种，一般表现为：自私狭隘型，常为一点小事而跟别人闹意见，斤斤计较，并且在很长时间内不能自解脱，甚至耿耿于怀；

4、青春期综合症。表现为中学生进入青春期后，随着生理的发育发展，心理上也发生变化。一些学生情感上有了纠葛，情绪变得不安和烦躁，有时感到孤独、忧虑和苦闷，抑称为青春烦恼。

这些主要的心理问题产生的原因尽管十分复杂，但由于中学生心理的可变性与可塑性、过渡性与动荡性等特点，因此只要班主任有的放矢地加以正确地引导、扶持、帮助和教育，这些学生所谓心理问题是能够得以纠正与调整的。

良好的集体活动是富有教育力和感染力的课堂，它能使学生在活动中消除心理障碍，相互沟通，它能使师生在互动中产生潜伏的积极影响，同时它还有利于教师在活动中发现问题，解决问题。其一，针对一部分学生缺乏恒心、毅力、对学习存在惰性，从而使他们智力因素受到极大束缚的特点，我开展了“学习为了什么”、“磨砺坚强的意志”等主题班会，帮助学生制定了不良学习习惯治疗卡，制定了系列监督机制，并配合“学习竞争伙伴”、“进步之星”，经验交流会等活动。

其二、针对一部分学生以自我为中心，冷漠、自私的心理特点，我又先后开展了“我班的故事”，让每个学生寻找、发现本班的故事，让每个学生共同创作班歌，唱班歌，共同参与班级公约的撰写与讨论，让学生与兄弟班开展辩论赛、拔河比赛、篮球赛等，在活动中，学生开始变得热情，开始团结，开始互相关心帮助，整个班集体开始形式较强的凝聚力。

其三、笔谈开启学生心理的一把钥匙。我发现，要想了解学生的内心世界，，要想进行有效的心理疏导，笔谈比个面谈更加行之有效（特别对于一部分特殊生而言）。严格意义上，必须配合一定的心理健康课程与学校专门的心理咨询措施，但是作为一名班主任，结合心理健康教育来开展工作，又是必要和有效的。当然以上仅是笔者的一些粗浅探讨，那么如何在二者间寻找更加有效和完美的切入点，需要我们德育工作全体同仁继续探讨和实践。

**中学心理健康工作总结三**

学前期是人生旅程重要的奠定时期，心理发展速度最快、最易稳固的阶段。所以，在这一阶段对幼儿实施心理健康教育是十分重要和必要的。结合工作实践，总结对幼儿实施心理健康教育的策略：

一、关爱、尊重幼儿，建立民主和谐的师幼关系

幼儿教育专家总结道：“讽刺中成长的孩子学会羞怯；羞辱中成长的孩子学会内疚。”这说明民主和谐的师幼关系能使孩子乐观向上、充满自信。这就要求我们要以真诚关爱对待每一个幼儿，耐心细致地观察、分析、了解幼儿的内心世界，尽量满足他们的合理要求，将爱的情感传递给幼儿。

我班有一位叫“朱筱琪”的小朋友，只要是她喜欢的玩具她就要一个人霸占，不许别人玩，小朋友都躲着她，生活习惯更是一团糟。我经过了解才知道，她的父母工作都很忙，长期和爷爷、奶奶生活在一起。爷爷奶奶忙于生意，就任其发展，筱琪身上的个性缺陷，其实是长期失爱所致。于是，我常常给她讲道理，关心她的冷暖，引导她学会自己的事自己做，只要有一点一滴的进步，就给予鼓励表扬等。渐渐地，她成了讨人喜欢的孩子，不仅懂礼貌，还愿意做力所能及的事，关心同伴，形成了自己的朋友圈。

二、建立追踪档案，及时了解幼儿成长

由于个体发展存在差异，常常会表现出不同的个性倾向。所以，我们在问卷调查基础上，通过家访、电话、晨间接待等形式与家长进行交流、沟通，了解每个幼儿的现有发展水平，从幼儿个人基本情况、在家表现、家庭辅导措施、家长的意见建议等几个方面，结合日常观察，概括出各个幼儿的心理健康状况，为每位幼儿建立了“幼儿个案追踪档案表”(见案例)。根据幼儿档案，我们进行追踪调查、分析、总结，形成具体的原因分析和教育策略，促使每位幼儿逐步朝着健康的方向发展。同时，也帮助了家长重视和了解幼儿心理健康教育，使幼儿心理健康教育在家园中融会贯通，协调一致。

“幼儿个案追踪档案表”案例

辅导

对象

xxx

性别

女

年龄

7

联系电话

xxxxxxx

幼儿原始表现记录

在园

她聪明、勤快，但是关于她的告状没停过：老师，她抢了xx的玩具、把水洒了一地、抓了小朋友的脸……

在家

大部分时间跟爷爷奶奶在一起，爷爷奶奶的一切包办养成她任性、固执的性格，家里人常常叫她“小坏蛋”。她也经常一个玩，不跟外界交往学习。

原因分析

孩子在家受到“过度保护”，没有与外界交往，孩子的心理得不到满足，情感压抑无法发泄。

幼儿园辅导措施

榜样示范，及时矫正孩子的不良行为，减少环境中易产生攻击性行为的刺激，通过给孩子讲故事、情境表现等形式增强孩子榜样学习的愿望，从而减少攻击性行为。

家长的意见建议

幼儿园多介绍、提供科学的育儿知识；家园及时互动，做好同步教育。

家庭辅导措施

不包办代替，让孩子做些力所能及的事，不用消极的态度批评孩子，给孩子营造宽松的心理氛围。

辅导效果

同伴间的交往逐渐融洽，形成了自己的朋友圈，攻击性行为明显减少，但在特殊情况下也易反复。

三、开展形式多样、内容丰富的活动

幼儿健康心理的形成是多方面影响、多种行为综合作用的结果。因此，我们根据幼儿的成长特征、规律及幼儿已有的经验，和孩子们一起挑战自我，和孩子们一起体验快乐，和孩子们一起分享成功，和孩子们一起感受着在心理健康教育中的成长变化，不断激发幼儿各种优良品质的形成。

由于幼儿的认知水平有限，往往与具体形象的事物相联系，因此我们在选择内容时：第一，充分考虑幼儿经常性、易发生的、普遍存在的心理问题，开展有针对性的专题教育活动；第二，将心育目标与领域目标进行整合，融入教学活动；第三，捕捉日常生活中的教育契机，进行随机教育；第四，利用本土文化，使健康教育更贴近幼儿生活。

如，针对幼儿在活动中经常出现的争抢现象，我们开展了如培养合作、谦让品质专题活动“熊猫钻洞”：在活动刚开始时，孩子们一听完游戏规则，一拥而上，可洞只有一个，大家你推我挤。经过讨论，在教师的适当指导下，有的认为：“这样争，谁也玩不成，不如让别人先玩。”有的认为：“可以排对，轮流着玩。”有的认为：“我们大家可以一起动手多做几个洞。” ……适当的活动不仅帮助避免纠纷，更重要的是避免了幼儿不良心理和行为问题的出现，增强社会适应性，促使了幼儿健康心理的形成。

四、设置合理环境，创设良好的氛围

我们设立了专门允许幼儿独自游戏的“心理驿站”，在班级设立了“心情树”、“表情牌”。如“心情树”，我们知道幼儿的表达能力、自控能力都很低，他们不会象成人那样主动地倾诉、控制和渲泻各种情绪，因而在遇到心理冲突时就很难保持平衡和稳定，而教师很难及时发现孩子的心理变化，“心情树”就弥补了这一缺陷。它由红、绿、灰、黑四种颜色组成，分别代表快乐、平静、悲伤、愤怒四种基本情绪。幼儿根据自己的心情随时将自己的照片挂在相应的“心情树”上，教师就可以依据孩子的情绪及时施以适当的帮助。由于它的操作简单又具有游戏性，倍受孩子的喜欢。

同时，幼儿与教师之间平等、和谐的关系，是幼儿健康快乐的成长保证。因此，我们在实施教育时注重为幼儿创设宽松、平等、自由发展的精神心理环境，经常和孩子们一起玩，一起笑，一起学习，让幼儿在轻松、宽松的氛围中学得开心、玩得愉快。

五、转变家长观念，做好家园同步教育

为了提高家长对幼儿健康心理的认识和重视，树立科学的教养观、儿童观，我们让家长参与幼儿“个案追踪档案”的建立，及时与家长做好双向沟通。在家长学校中开展系列活动，如组织全体家长参加“心理健康教育专题讲座”，设立“科学育儿专栏”，请家长共同参与亲子体能赛，等等，从不同层面增强家长的科学教育意识，在家庭中影响和促进幼儿形成健康的心理和良好的行为习惯。

**中学心理健康工作总结四**

20xx年，土建学院心健联又长了一岁。走过的365天，倾注了团委老师对心健联的大力支持，见证了土建心健联成长的脚步。

1、在刚刚结束不久的校园心理剧大赛中，我院自编自排的话剧《大一狂想曲》取得了第二名的优异成绩，并将代表我校参加省里的话剧比赛。

2、11月份由资环学院、测绘学院、土建学院等六院共同举办的网络知识竞赛中，我院获得了第二名的好成绩，并且在六院联谊晚会上为大家奉上了一份文化大餐。

3、校大学生职业规划大赛上，我院选派的团队获得团体第二名的优异成绩。

4、为丰富学生课余生活，倡导当代大学生珍爱自我，关注身心健康，追求健康生活，我院心健联在全校学生中开展以“健康生活从心开始”为主题的“说出我的心里话”征文比赛，让同学间彼此敞开心扉，说出真心话。活动得到在校全体学生的积极参与，共收到一百多篇投稿。

5、我院心健联积极号召各宿舍参与资环学院的“舞动青春，共创和谐”宿舍特训大本营，其中，我院建筑环境与设备工程20xx-2班代表宿舍获得全校第二的优异成绩。

1、室外心理测评活动

本学期，我院心健联咨询部在繁星广场、学苑餐厅及学海餐厅门前均举办了以心理健康为主题的室外心理测评活动。主题涉及个人气质、人际关系、自我控制能力以及就业发展等多个范畴。活动共持续一天时间，在帮助大家审视心理健康问题、促进人际交往等多个方面起到良好作用，获得广大同学一致好评。

2、月刊《馨心海》制作

自20xx年始，我院心健联编辑部着手创办报纸。报纸命名《馨心海》，为温馨包容之意。自20xx年以来，《馨心海》由双月刊改为月刊。本学期在全体编辑部成员的努力下，报纸板块设计合理，内容生动翔实，受到我院同学广泛欢迎。心理健康教育月中，《馨心海》推出“5.25关注我的心灵”专刊，不仅使同学们意识到心理健康教育的重要性，同时也极大地丰富了同学们课外精神生活；新生入学阶段，《馨心海》以新生入学为主题做了一期报纸，旨在帮助大一新生等好的适应大学生活，为学弟学妹的生活排忧解难。

3、心健联贴吧

20xx年初，我院心健联宣传部成功申请以“心健联”命名的百度贴吧，并于4月获得管理权限。本学期我院心健联网络宣传重点由博客转移至贴吧，贴吧相较博客优点有二，一是在于浏览便利性低端手机也可在贴吧中浏览及回帖，这是博客不能比拟的；二是在于内容优质化较之博客的发布平台性质，贴吧的讨论平台性质更为广大同学可接受。心健联贴吧拉近了心健联与同学的关系，丰富了同学们的大学生活，也为学生们提供了一个释放心中压力的平台。

4、迎新服务站

为方便大一新生入校，帮助同学更快的到达宿舍，我院心健联特设立了迎新服务站，专门为人指路，提供免费纯净水，为焦急的人们送上一份清凉。

1、制度建设

为了确保心健联内部各项工作顺利高效的进行，我院心健联在制度建设方面投入了更多的精力。开学伊始，我院心健联重新通过了《土建学院心健联章程》、《土建学院心健联例会制度》、《土建学院心健联奖惩制度》三项重要制度。使工作有章可循，有理可依，大大提高了个部门的办事效率。

2、阳光讲堂培训

学期中旬，我院心健联选派学员参与山东科技大学“阳光讲堂”心理健康知识培训班。“阳光讲堂”心理健康知识培训班旨在提高心理联络员的综合素质，更好的掌握心理健康知识，更好的为身边的同学服务。

我院学员在学习培训中积极参与课堂教学，认真听讲，做好听课笔记。在最终的结业考试中，我院学员以出全部色成绩通过。

经过培训，我院学员认识到心理健康的重要性，也获得了许多可以应用于学习生活甚至就业发展的知识。“阳光讲堂”作为心理健康知识培训班，必将以其积极的影响为我们的大学生活注入生机与活力。

3、趣味篮球赛

为丰富心健联成员的业余生活，促进各部门间的团结合作，增强学院心健联整体凝聚力，办公室特举办了一次心健联内部趣味篮球赛。此次篮球赛，我院心健联专门外出拉来赞助，挂起了条幅，购买纯净水，表现出了相当强的工作能力。

纵然经过了一年的成长，但是我院心健联依旧拥有一些需要不断改进的地方，比如在校级活动上的策划与筹办工作上，我们缺乏应有的经验与知识；内部凝聚力的进一步提升上，我们应该拿出等多的时间来突破这个问题。

新的一年，我们有理由相信，土建心健联依旧会迈出成功的一步！

**中学心理健康工作总结五**

一年来，我校高度重视学生心理健康工作，成立了以校长为组长的领导小组，立足于心理健康教育实践工作，做出了积极的努力，对我校心理健康教育工作有了质的认识，取得了一定的成效。

学校有目的、有计划地通过多种形式及途径培养学生良好的心理品质，积极开展丰富多彩的活动，促进了学生身心全面发展和素质全面提高。

1、设立心理咨询信箱

为了及时了解学生心声，学校曾在二楼以及大门旁设立了“悄悄话”信箱，收集了很多同学的来信，帮助他们解决了思想上的困惑并开展学生思想状况问卷调查、组织班主任召开主题班会，对学生进行有的放矢的“学习与做人”思想教育，效果良好。

2、开通“心语”广播节目

我校建设校园之声广播站，曾开辟“心语”专栏，定期在每周二、四的“心语”节目中，播送励志美文、心理健康知识等，并在节目中解答学生中有代表性的问题，帮助学生提高心理认知水平。

3、订阅《心理健康》杂志

巧妇难为无米之炊，为了丰富学生心理卫生知识，提高心育技能，学校订购了《心理健康》杂志，以扩大心理认识视野，增强育人能力。

4、培训，提高师资力量

学校大力支持教师外出参加各种培训学习，提高教师理论水平。

5、开展系列教育活动

为了提高学生对身体、心理认识，珍惜生命，健康成长，学校先后举办各类讲座、班会，仅本学期学校便先后进行“生命和安全”“平安和谐大家谈”以及“心理健康”等国旗下讲话、知识竞赛、主题班会或讲座。

开展心理健康教育，仅仅依靠学校是不够的。取得家长配合，帮助家长发挥他们的教育功能，对于改善和预防孩子的心理障碍，帮助孩子成才极为重要。去年，我们创办了家长学校，并请心理医生进行家庭教育指导，得到了家长们广泛的认同和拥护，同时运用家长会、家访等形式不断地与学生家长联系，取得了显著的成效:新校区平安和谐，学生文明守纪上进，精神朝气勃勃。

一年来，我校以坚持育人为本、预防为主的原则，以《中学生日常行为规范》和《中小学生守则》为抓手，扎扎实实地对学生进行养成教育，并大力开展法制教育工作，曾多次请法院、武装部的教导员、五十派出所所长给学生们作法制报告，去年我校配备了法制副校长，为我校的法制教育、治安管理带来了更大的便捷，我们将举办法制讲座、法制专刊等，更好地发挥法制教育的作用，进一步增强学生的法制观念和自我保护意识。

工作想法：

1、学校要配备心理咨询室，加强对教师进行心理健康知识培训

学校缺少专业心理咨询师和心理咨询室，它制约着心理健康辅导工作的开展。为此，学校要积极筹备咨询室，使之成为温馨的心灵对话场所，给学生“润物细无声”的良好的心理影响，同时鼓励并有计划地组织教师参加专业的心理培训班学习，以掌握心理健康教育的技能。教育部《关于加强中小学生心理健康教育的若干意见》中明确指出：中小学开展心理健康教育应全面渗透在学校教育的全过程。这就是说，心理健康教育单靠几个专职教师是不够的（我们连一个专职的心理咨询师还没有），必须是全体教师广泛参与。因此，加强对教师的心理教育技能培训势在必行。通过专业培训，让教师更好地更新观念，缩短师生之间心理距离，促进学生心理得到健康调整。这将有利于完善学生情绪和人格以及学生身心的健康发展。

2、改变评价方式

教学工作是学校的中心工作，加之中考的压力，学校的工作围绕着“中考”指挥棒在转，评价师生往往仍是看成绩好坏，对教师、学生的心理健康教育显得力不从心，严重影响对师生的心育工作。

我们在无力改变国家中考政策的情况下，可以改变学校的评价方法，如对“三好生”的评价，过去做法主要是看成绩，其他往往忽略不计；现在我们强调，品行不端的同学，成绩再好也不得评“三好”；对优秀教师的评选，也将改变过去主要看考试成绩的做法，应兼及对学生的思想教育工作成效，如担任班主任的教师，其优秀班主任的成绩将作为加分项，纳入到优秀教师的评选中。这些措施将有利于学生、教师对思想工作的重视，有利于心理健康工作的开展，有利于促进学生全面和谐的发展。

3、要构建心理健康教育网络

学生作为社会生活成员，他生活于家庭、学校和社会，对其教育仅靠学校远远不够，还必须加大家长、社区成员心理健康教育的力度，以取得一致的教育理念，构成三力合一的教育网络，这无疑会对学生的全面健康成长起积极的促进作用。

“雄关漫道真如铁，而今迈步从头越”，我们有理由相信，肩负时代使命的我们，必将在新征程上下求索中迎来辉煌的明天。

**中学心理健康工作总结六**

心理健康是大学生成才的基础：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发展的基本要求，也是将来走向社会，在工作岗位上发挥智力水平、积极从事社会活动和不断向更高层次发展的重要条件。心理健康可以使大学生客服依赖心理增强独立性，是大学生取得事业成功的坚实心理基础，利于大学生培养健康的个性心理。

针对心理健康工作，我院团学会设立了专门管理同学们心理健康方面的心理健康协会。心理健康协会的主要职责，就是营造良好的心理健康教育氛围，增加我院学生的心理知识，培养其良好的心理素质，增强同学们的相互关怀与支持的意识;积极开展和心理健康有关的活动。密切保持与各班心理委员的联系，掌握同学们的心理状况并积极解决问题。

伴随着新年脚步的拉近，粉冶院心协工作又经历了一年，在这期间我院心协的制度有了进一步的完善，并建立了明确的规章制度，同时加强组织建设，强调心协的每一个成员都是协会不可或缺的一部分，凝聚每一位成员的力量，共同努力使粉冶心协更好的服务于同学们。同时我院在心理委员以及班干部培训方面做出很大的努力，将工作模式侧重于心委工作方面。x月份心协重组之后，不断拓宽工作领域，创新工作模式，改进工作方法，整体上基本完成了学期初制定的工作计划。

在心理健康方面，我院秉承“心系粉冶，助人自助”的宗旨，为广大同学服务，传播心理健康信息,普及大学生的心理知识，帮助大学生提高自身的心理素质，增进人与人之间的交流，促进心与心的沟通。通过丰富多彩系列的心理活动，帮助同学解决心理困惑、缓解心理压力，同时传播心理健康知识，帮助同学认识自我、发展自我、改变自我。

我院致力于引领大家走进心理世界，迈入心理殿堂，为同学们打造一个心灵的港湾，让同学们在心灰意冷时能得到一份鼓舞，在浮躁不安的你能得到一份抚慰，在信念黯淡时能得到一份希望，在畏惧困难时能得到前行的信心……

我们一直把心理健康工作作为日常工作的重中之重，我们一直秉承着让每一个同学都在健康的基础上努力学习，所以心理健康不容忽视。我院心理健康工作较往年有了很大突破。院心理健康协会在协助校心协组织活动的同时，也积极自主开展特色活动，放松大家的身心，并对有问题的同学进行专项辅导。10月13日举行的世界精神卫生日主题活动效果显著，同学们在开学娱乐的同时也感受到了集体的温暖。对待心理健康工作，院有体制健全的组织建设，并专门制定了详细的制度，负责心理健康工作的同学们严格按照规章制度办事，按照奖惩制度赏罚，极大的保证了工作效率和工作质量。心理专干刘璐老师负责扎实，遇到问题及时有效的解决，确保了我院在本学期内没有发生一起重大事故。

**中学心理健康工作总结七**

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。可见在学生整体素质中，心理素质本身占有重要地位。良好的心理素质是优良的思想品德形成的基础；是有效学习科学文化知识和进行智力开发的前提；是引导学生正确交往、合作成功的重要手段；是增进学生掌握劳动技能的保证；是促进学生身体健康的必备条件。因此素质教育应包括旨在提高学生心理素质的心理健康教育。怎样面对挫折、如何与同学交往、面对父母的期望与唠叨该怎么办？这一系列问题都是学生们真切面临的课题。心理健康教育作为素质教育的一个重要组成部分，它渗透在教师们的日常课堂教学中、浸润在班主任的教育管理中、也表现在学校为之专门开设的心理健康主题教育之中。

学校心理健康教育一直以来被校各级领导所重视。校长在各级工作会议上强调学校所倡导的爱心教育、关注学生心灵。学校组成的心理健康教育教研组织。学校有专职的心理教师，负责心理教育工作的日常事务。日常活动有目标、有计划、有措施、有宣传、有总结提高。学校领导经常利用校教职工大会宣传、布置工作，在全校营造了良好氛围，形成领导重视、全员参与的喜人局面。学校拥有独立的、规范的心理辅导室。有工作条例和辅导员守则。

1、 建立建全学生心理档案。

建立学生心理档案是加强学生心理教育工作，推进素质教育向纵深发展，实现教育现代化的重要条件和必要保障。它可以为学校的宏观管理提供决策依据，可以提高教师教育决策和科学研究的水平，可以为学校心理辅导、咨询和治疗工作提供操作指南，可以为学生的身心健康发展提供动态的监测手段，以致于为全面提高教育教学质量提供切实有效的帮助。

已建立初一年级学生的心理档案，并且根据学生心理档案积极地有针对性地做好个别辅导工作。

2、 开设心理辅导活动课。

在初一整个年级开设心理辅导活动课，每周一课时，针对学生身心发展的特点和社会需要，依据一定的心理辅导理论与方法，引导学生自我了解、自我探索、自我体验、自我发展、自我成长。心理教师积极配合毕业班教师对学生进行考试考虑心理的调适，包括深呼吸松弛法，联想放松法，积极暗示法，转移刺激法，模仿学习法，系统脱敏法，等一些心理辅导，坚定学生的信念和决心，增强临考心理素质。

3、 经常性开展个别辅导

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，相应开设了信件咨询、学生个体辅导、团体辅导及家长咨询。 学生有什么心理问题、困惑需要帮助而又因为某些原因不能面谈的，都可以写信投到“心灵之约”信箱，由心理老师写回信放到传达室。信箱每天下午开一次，保证第二天准时回复。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，食欲不振，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??

4、 开展班会

我校积极倡导广大教师员工学习教育、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，由教科室和心理辅导室倡导活动主题。展开了丰富多彩的班级活动。

利用学校的校园广播站定期宣传心理知识，组织学生制作心理专栏和心理小报。各项专题均由学生自己制定，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学习相应的的知识，通过消化吸收，形成自身独特的思想，根据自己所思、所想、所知、所解，编排内容、设计版面。这样一方面从学生自身出发，自己选材，自行设计，贴近学生们生活成长需要，易于接受，能够引起兴趣，产生共鸣；另一方面主创人员在编排过程中必须认真学习，努力消化吸收，有了深刻的理解才能设计出好的方案，因此在这个过程中，也使他们自我学习，自我创造的过程，及增长了心理知识，又锻炼了各方面能力，从实际工作中提高自我心理素质。

学校对心理健康教育的科研工作十分重视，各班主任、年级组长、政教处有规律地针对学生心理健康问题展开研讨，并进行课题研究。在探索主体性德育教育的基础上，学校提出以健全人格培养作为我校深入实施素质教育的总课题。 研究前期，全校德育工作者围绕主题进行理论探讨，鼓励教师通过资料检索对比和反复思考，提练出一些较有新意的观点。我们认为根据时代发展对人才的要求，中学生健全人格的内涵应包括以下主要内容：明确一致的人生哲学、生活定向；良好的日常习惯、生活与学习方式；自我认可、现实性知觉和自我客观化表现；坚韧自觉的意志、行为准则；主动积极的观察、思考、探索习惯；与他人热情交往、和谐合作的能力；一定的审美情趣与修养；较强的责任感和较高的道德品质与情操；优良的性格、气质特征。反映了一个人在心理、生理、社会、道德、文化等各方面所应达到的和谐统一的境界。实验初期，拟聘请有关专家来校讲座，组织参加实验的教师系统学习国内外心理学、教育学、教育心理学、美育、德育的理论著作，通过查阅资料，了解和掌握学校人格教育和心理教育的最新动态。为实验的顺利开展提供前提条件。在问卷调查阶段，了解实验对象在学习、生活、心理、道德、个性等方面的人格现状，为实验研究提供重要的材料基础。在实验班和对照班，以问卷形式组织学生参加人格现状测定和情感活动现状调查。在调查基础上，我们为实验对象建立学生人格档案。然后在实验研究阶段，拟通过专题培训，主题班会，课程设置，自主管理，实践活动，家长学校，校园文化，个别辅导等方式进行系统的，有针对性且全方位的训练和指导。

两年来，学校心理健康教育教研活动频繁。沈燕瑾老师作为桐乡市心理健康教育中心组成员积极参加省、市及桐乡的各种心理健康教育教研培训活动，并在全校展开活动。

首先，心理教育紧密围绕学学生的实际需求开展，抓住了学生的特点，学生感兴趣什么，需要什么就及时开展相应的教育指导工作。如新生入学一段时间后，有很多学生对新环境不适应，就及时进行新生适应不良症的教育，指导他们如何尽快适应新的环境，新的学习形式以及和新同学相处等。

其次，对于心理辅导工作的时间上应尽量方便同学。正常的教学可以有正规的课时安排，但心理咨询不同，要随时以学生的课余时间为工作时间。为了方便学生，把咨询时间放在了中午，这样心理教师就不得不放弃午休时间，另外预约的时间更是不包括在规定时间之内。咨询的时机是千变万化的，一旦错过就很难再找到，而有些学生是鼓足勇气，下了很大的决心来的，如果这次没能及时帮助，也许就不会有下次了。因此，面对这样一种情况，就要求心理教师爱岗敬业，甘于奉献，一切以学生为主。

第三，学生渴望心理健康教育。在信息化时代，社会处于日新月异的变化之中，学生们在学校中在体验自身成长变化的同时，还要感受激烈的竞争，学习的压力及以不断变革所带来的不稳定因素的影响，因此他们内心的矛盾、冲突、压抑就更为显著。在开展心理教育的工作中可以明显感受到他们的迫切需求，渴望参与的心情。在这种局面下，就更有利于在学生中间开展各项活动与工作，也能够及时的发现问题进行指导。

第四，教师心理水平比以往有了较大的提高。以前很多教师对心理学一知半解，对于学生的心理发展规律、心理健康教育都不清楚。而现在大多数教师都能接受心理健康教育工作，对学生的心理问题也有了一定的认识，如对学生异性交往问题，不再是以往的严厉批评，生硬拆散，严禁交往??现在许多班主任对这个问题都有了新的认识，会找同学谈心，和他一起分析探讨，能够正确看待青春期中学生向往异性接触的心理。因此，随着教师心理水平的提高，对学生的教育和管理也更趋于人性化，更注重心理感受，避免了矛盾冲突或直接造成尖锐的问题。

现在，人们已逐渐达成了这样一种共识，即健康不仅包括身体健康，也包括心理健康。《世界卫生组织宪zhang》就开宗明义地指出：“健康不仅是没有疾病和病态，而且是一种个体在身体上、精神上、社会适应上健全安好的状态。”这表明人的健康不仅要重视生理健康，而且更要重视心理健康。这对我们从事教育的教师就显得尤为重要。特别是现在，我们面对的学生多为独生子女，由于社会的不良影响和家庭的影响，学校教育的失误，导致他们中的部分人程度不同地存在学习困难、、情绪不稳、孤独胆小、惧怕挫折、缺乏毅力，进而身上存在着懒惰、怯懦、自私等缺点。如果学生的这些缺点不能正确引导的话，他们的主体性就不能更好地得以发挥。

人类已经步入二十一世纪，社会竞争也更加激烈。我们所培养的学生必须具有丰富的知识、强健的体魄、健全的人格，积极乐观的人生态度，承受各种挫折和适应不同环境的能力。也就是必须具有国际竞争力，且极具创造力。而健康的心理是人发展的中枢枢纽，是为人一生不断进取、不断探索的催化剂。

**中学心理健康工作总结八**

本学期学校心理健康节与工作，按照教育局本学期教育工作的要点的要求提出的，学校要把对学生的心理健康教育作为本学期的重点工作之一，进一步贯彻《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xx教师节的重要讲话精神，结合学校实际，积极推进我校心理健康教育工作的开展，通过开展心理健康教育工作，提高学生心理素质，开发学生的心理潜能，提高学生的心理健康水平，最大限度地发挥各种心育阵地作用，扎实地开展我校的心理健康教育工作，让每一位学生在活动中了解自我、悦纳自我、调控自我、实现自我，超越自我。为提高教育教学质量提供了保障。

一、加强组织领导，健全并执行好各项规章制度成立了以主管教学副校长为组长的，德育主任、教务主任，班主任和健康教师为组员的心理健康工作领导小组，开学前，学校行政就心理健康教育召开专项研究会议，制定学期工作目标，并将此纳入学校行政工作计划之内。在心理健康教育工作开展的过程中，校领导经常给以具体的指导、协调、检查和督促。学工委作为学校心理健康教育工作的直接分管部门，对班主任、家长、生活教师等进行了指导与培训，并给学生开设了心理健康教育选修课。

1、心理健康领导小组成员，带头学习心理健康知识，根据不同年级学生的心理特点制定心理健康工作计划，并将计划落实到实处，根据自己的工作任务，认真做好工作记录，发现问题及时分析，研究解决的对策。

2、积极开展心理健康教育的教师培训，加强师资队伍建设是搞好心理健康教育工作的关键：通过培训提高专、兼职心理健康教育教师的.基本理论，专业知识和操作技能水平。定期聘请心理健康教育专家来校做报告，增强心理健康教育的责任意识，建立全体教师共同参与的心理健康教育的工作的机制，举办班主任心理健康教育培训班。逐步形成在校长领导下，分管干部负责，以专、兼职心理辅导教师和班主任为骨干，全体教师共同参与的心理健康教育的工作体制；同时学校重视教师心理健康教育工作，把教师心理健康教育作为教师职业道德教育的一个方面，为教师学习心理健康教育知识提供必要的条件。

3、心理健康教育工作应用严谨和健全的制度规范我们的行为。在工作中严格执行《心理健康辅导教师工作职责》、《学生隐私保密制度》、《心理教育工作是制度》。

二、做好心理辅导室工作

（1）安排好咨询室的值班工作。学校安排专兼职教师在心理咨询师值班，认真做好心理咨询记录

（2）加强了宣传教育，引导好学生正确对待自己的心理问题，鼓励学生有问题时能轻松走进咨询室。

（3）热情接待好每一位来访者，在保证学生隐私的前提下，及时与有问题的学生家长进行沟通。

4、抓好心理健康宣传工作

（1）开办了专门的心理健康宣传教育广播栏目，对教师和学生宣传心理健康知识（每周广播一至二次）。

（2）开办校园网站上的“心理健康”专栏。

三、开展多种多样的心理教育的途径

一是通过校本心理健康的通识培训讲座，加强对教师进行心理知识辅导，引导老师要在繁忙的工作和家务中调节好自己的心态，积极、努力、快乐的工作，保护好学生的心灵，把握学生的思想波动；二是通过聘请专职心理教师对全校学生进行心理知识讲座，让心理健康知识深入学生当中，逐步在学生中普及心理健康知识。

通过主题班会、学法指导月等活动，引导学生认识自己的潜能，端正学习的动机，掌握适合自己特点的学习方法，改变不良的学习习惯，从而改善学生在学习过程中的被动无助状态，增强学生对本学科的兴趣，增强自信，提高学习的效率。

重视课堂主渠道建设。重视与学生进行面对面的、互动式的集体教育，上好品德与社会课、主题班会课。各班辅导员及各任课教师要充分利用课堂教育主阵地，积极配合学校进行学生良好行为习惯的养成教育。

做好了心理健康档案的积累和整理工作

及时做好对心理健康教育相关档案，特别是心理健康教育案例档案的整理工作，通过规范档案的管理，为提高我校的心理健康教育工作服务。

**中学心理健康工作总结九**

对所有学生实施心理健康教育，目的是提高他们的心理健康水平。影响学生心理健康发展的因素很多，促进学生心理健康发展的方法是多渠道、全方位的。本学年，我们班心理健康教育活动的实施，在学校领导和教师的大力关怀下，坚持做好日常工作，开展各种心理健康教育活动，在帮助学生培养健全人格、维护心理健康发展、全面推进素质教育等方面取得了一定成效。这些活动的执行情况概述如下：

为了引起教师、家长和学生对心理健康教育的重视，我们班通过各种渠道开展心理健康教育的宣传工作，营造良好的氛围，使所有学生提高开展心理健康教育的积极性，增强心理健康保健意识。一是通过班级手抄报宣传心理健康教育；第二，购买和订阅适量的心理健康教育书刊和心理资料室的书籍。第三，听听电视和宽带互联网的心理健康教育专家的报告。

学校领导亲自参与心理健康教育活动和研究。这为心理健康教育活动的顺利开展提供了保障。然后确立了心理健康教育的工作原则，即“面向全民，预防为主，个体心理咨询为辅”。学校教育的关键在于教师，教师的心理健康水平直接影响学生的身心健康和成长。近年来，教师的心理健康状况不容乐观。育人的职业是一种用生命去触动生命，用心灵去灌溉灵魂的职业。因此，教师的心理健康尤为重要。在这次活动中，各种活动的开展得到了大家的认可，促进了教师健康快乐的工作。

开设心理健康教育课程是开展心理健康教育的重要途径。通过班主任对心理健康教育的专题研究，尝试开设心理健康教育活动课，大大提高了效率，取得了良好的效果。通过讲解、讨论、交谈、游戏等形式，探讨正确的沟通表现和沟通中的注意事项。这些活动帮助学生建立健康的沟通观，纠正他们的沟通态度，增强他们的心理健康。

在大家的努力下，我班的老师和学生都能愉快地工作和学习，这是对我班心理健康教育活动的最好赞赏。同时，心理健康教育应渗透到各个学科中。新课程的实施不仅要求教师传授知识和技能，还要求在课堂上进行心理教育。根据个体差异，因材施教，根据学生的心理特点，让学生有成功的经验，学会培养自信心。在各科教学过程中渗透相关知识，可以使学生处处感受到真善美的教育，提高心理素质。

它对提高我们班心理健康教育的有效性起着重要的作用。有助于确定针对性心理教育的目标、内容、方法和途径；有助于诊断、分析、解释和评价。并做了st的调查记录

心理健康咨询、学校教育和教学是相互依存、相互促进、相互制约的。心理健康指导是班级教育教学的一部分，班主任应该转变观念，把应试教育转变为素质教育。给予学生更多的爱和尊重，表扬、鼓励和批评，营造和谐的教学环境，建立良好的师生关系。心理咨询室积极开展《如何对学生进行心理健康教育》课题研究。并及时将研究成果投入实际工作。

我班及时与家人联系，给学生心理健康教育。给家长的信，定期的家长会，随时家访等。以便经常互相交流。家庭教育对学生的心理健康有直接影响，也是学校教育无法替代的力量。父母应该关心孩子的身体健康和精神健康。初二为家长举办了心理健康讲座，让学校和家庭相互沟通，及时纠正，引导家长热爱生活、热爱科学、热爱社会、热爱他人，培养家长的责任感和自制力，培养乐观进取的心态。

个别辅导是我们班心理健康教育的主要方法之一。心理咨询室定期开放，接受急需帮助的学生。班主任根据积极心理咨询的原则，热情地为学生提供心理支持和帮助，对有心理困扰的学生进行科学有效的心理咨询。也可以发邮件求助。电子邮件地址是：

学生思想教育中存在许多心理问题。心理咨询的重点是培养心智，提高人的心理素质。心理素质不仅是它的重要组成部分，也是其他素质发展的巨大制约。它既是健康教育的起点，也是健康教育的归宿。

**中学心理健康工作总结篇十**

开展心理健康教育，既是学生自身健康成长的需要，也是社会发展对人的素质要求的需要。

学校领导十分重视心理健康教育工作，每学年学校工作计划都将心理健康教育例为学校重点工作之一。重视开设心理健康教育课，把心理健康教育课列入学校校本课程，每周一节。

还经常选派兼职老师及班主任参加各种心理健康活动、咨询等方面知识的培训，使心理辅导队伍的水平有了大幅度提高。

学校的心理咨询室温馨、阳光、舒适每天两个小时开放时间，每次的咨询都做有详细的记录。

学校心理健康教育工作的性质是发展性和预防性，其主要载体就是以课堂形式进行的心理活动课。心理辅导老师根据学生发展的特点和学生所处的环境特点，实时调整心理辅导的内容，使得心理健康教育的内容选择应当贴近学生的现实生活，选择学生最关心、最需要、最感兴趣、最感到困惑的问题。还聘请校外专业人员来我校进行心理知识讲座。

今后全校老师的继续努力，不断探索，使学校的教育从真正意义上达到以人为本，使师生能够健康和谐的发展。

**中学心理健康工作总结篇十一**

我校一直以来以《中小学心理健康教育指导纲要》为指导，以关注学校学生心理健康水平、促进学生健全人格发展为目标，不断加强学校的心理健康教育工作。并且在学校的配合下，开展的各种各样的心理健康教育活动，并且取得了一些有效的进展。

本学期，我校进一步完善心理健康教育队伍，在三四年级开设了心理健康教育课。以心理辅导教师为骨干，全体教师共同参与的工作体制，建立从班主任和任课老师，到学校管理层及学校心理咨询共同育人的体制。我校的心理咨询室——阳光岛是学生心灵的港湾和家园。

心理健康课上，学生尽情享受心理健康知识，作为对心理课堂的延伸，我们学校还特被重视对学生的心理健康培训。

20xx年11月16日上午，我校邀请泰安市兼职教研员、山东省教学能手、省优秀班主任陈炳峰老师为三年级二班和四年级五班同学做了一场题为“珍惜时间做时间主人”的心理讲座。陈教师语言风趣幽默，他用自己生活中的真实例子，结合学生生活实际，说明时间的重要性。同学们听得津津有味，受益匪浅。

按照惯例，我校都会为六年级的学生进行青春期教育，本学期我们的常规工作仍然按时进行。

为了增长学生的心理健康知识，我校开展了心理手抄报的评比。精彩的心理手抄报展示了学生对心理知识的了解和思考。

教师心理健康是学生心理健康的前提。我校非常重视对教师心理健康的维护和培养。把对教师的心理健康培训纳入日常的工作，经常对教师开展有针对性的培训，提高教师自身的心理素质和心理健康教育水平。

本学期，我校教师共参加两次“明眸教师深度成长项目”的培训。八月二十七日和二十八日是社科院教授为我们普及的脑科学的知识。十二月八日和九日两天在xx大学的第一学术报告厅教育专家王琳丽列举案例深入浅出地对老师们进行了青春期的家庭如何教育孩子的专题讲座。现场老师们和专家深入互动，把自己的疑问现场向向专家提出来，专家耐心解答，使在场的老师们受益匪浅。

十一月初，山师大“反欺凌”课题组走进xx市xx小学，开启了为期两个月的“非对抗性方法”的实施与探索。与此同时，“拒绝欺凌，构建文明校园”的班会课和班级展演在同学们中间引起了极大反响，同学们知道了校园的文明、和谐需要每一位同学的努力与付出，新的校规在同学们中间传诵。课题组的成员每隔两周，带着调查问卷走进三——六年级，通过调查了解学生对欺负的认识，学生之间欺负行为真实状况，以及学校中欺负事件变化。

家校社会三位一体的教育才能有效促进学生心理健康的发展。我校在教育学生培训教师的同时不忘向家长宣传心理健康知识。本学期依托山师孔屛教授的好资源，为一年级的家长开展心理健康讲座，而且这在近四年来已形成惯例。此外我校也邀请家庭教育专家为四年级的家长奉献了一场家庭教育的盛宴。

我校心理健康教育工作体现了家校共育三位一体的管理模式，领导的重视，教师自身素质的提高让我校心理健康教育工作发展带上了迅速稳步发展的新旅程。教师心中有阳光才会把阳光播撒到学生心中。在心理健康的教育之路上我们播洒汗水，砥砺前行，相信在未来的教育路上，我们一定会硕果累累。

**中学心理健康工作总结篇十二**

本月的工作，我们一直本着“立足心理服务，搭建心理桥心理健康部10月份工作总结 梁，构筑和谐群体”宗旨。本着“热情、真诚、尊重、保密”的原则，以“认识自己、提高自己、快乐自己”为口号。宣传和普及学生心理学知识，增强广大同学的心理保健意识，提高同学们的心理素质和自我调适能力，推动学校心理健康教育工作的发展。在初等教育系学生处的领导大力支持下，于20xx年10月，在系部开展了以 “心怀梦想” 为主题的心理健康月系列活动。<

在系部宣传栏以海报形式进行招新宣传，召开部门会议，讲述具体流程，分配部门人员的工作，确定招新时间和地点，完成招新工作后，培养新干事的素质。对上月的“梦想农场”的工作进行总结，看是否回复及时，是否有反馈、有变化和建议等情况。

组织系部学生观看心理教育电影，感受患有读写障碍的小孩从困惑走向人生辉煌的经历，让学生身临其境，跟着主人公一起欢笑，一起流泪，最后体验成功的喜悦。让同学们自己领悟出，每个孤独的人都是地球上的星星，你可能被路上的灯光迷住了眼看不到天上默默发光

的星星，但总会有伯乐发现它的光彩，我们要以乐观的心态对待人生的低谷。

此次活动，我们部门安排了10名成员进行查堂，分别在1楼、2楼、3楼、4楼、5楼，每层楼2名成员进行查堂。活动整体不错，各班心理委员积极配合，大部分学生们都认真的观看，但还是存在一些玩手机、讲话、睡觉等与活动无关的事情。针对这种现象我部门实行了加分减分制度，召开心理委员会议，在会议中强调加分减分制度，让心理委员重视这一工作，让同学们了解这一制度，明白我部门举行这一活动的意义所在。

通过采取团体辅导的形式，面向全体学生并积极关注每一个人的心理健康。用游戏的方式来告诉同学们生命是无价的，也告诉了同学们明白慎诺、守诺的重要性，提高学生们的心理素质，帮助那些有心理问题和困扰的人在人生路上克服种种困难和障碍，积极快乐的跨上成长之路。本次活动我部门进行查堂，各班心理委员也积极配合，主持人幽默风趣，同学踊跃参与，班级气氛活跃，活动后期调查表也按期按量交齐，但还存在极少部分玩手机和不融入活动的学生。（此活动也实行加减分制度）

心理健康部加分减分制度

1.活动中不能出现与活动无关的事情：例如玩手机、吃东西、写字帖、看课外书、讲话（发现一人，每人扣1分）。

2.活动后期调查：后期调查表是否按时按量交齐，（交齐加1~3分、每缺一份扣1分）。

3.活动流程表：清晰简洁、具有新颖性，不能用电脑打印。（加1~3分、反之扣1~3分）。

4.活动场地装饰：(装饰美观大方加1~3分）

5.主持人的调动氛围：（同学参与其中加3分）。

6.活动参与人数多的班级：（加1~3分、反之扣1~3分）。

本次图片展览的背景是一架纸飞机，这个纸飞机承载着希望，承载着梦想，而风会把它带到它想要到达的地方，预兆着我们的梦想会像纸飞机一样飞远飞高。我们的主题“心怀梦想，放飞翅膀”醒目的放在最上方，把每个班级的图片摆成翅膀的模样，像要张开带着梦想的翅膀飞翔。本次展览也评比出了优秀班级，比如第一名的初语1411班，不仅教室布置漂亮气氛活跃，流程也很清晰。

等

开展“认识自我”的活动，目的是认识接纳自我，认识接纳独特的人，本次部门活动包含几个热身小游戏：萝卜蹲，青蛙跳等等。主要内容为每个成员写出描述自己的20个词语，既可为优点也可以说出缺点，再划出自己觉得不重要的10个词语，说明原因。通过这种方式来认识自我，接纳自身不足，看到自身的闪光点，学会感恩，学会欣赏自己，也让成员之间加深了解。

心理角活动主要内容为学习委员把部门安排的心理问题发到班级群里，引发同学们共鸣因此讨论当下社会问题以及自身存在的不足。心理角的目的主要是帮助同学们定位自己的目标，讨论当下的时事，瞻观未来，为梦想自由飞翔打下结实基础。在此活动中，14级各班基本良好，部分班级积极性高，如初语1408、科教1401等。13级普遍积极性不高，但还是有个别班级十分突出，如科教1301、初语1308。

**中学心理健康工作总结篇十三**

心理健康工作关系到学生的成长和发展，关系到教师的生活和工作，关系到学校的正常工作秩序，因此在学校里起到举足轻重的作用。现在将我校的心理健康工作汇报如下：

我校心理咨询室建立于20xx年，现有兼职教师人6人，其中有四人人已经考取国家三级心理咨询师，一人考取国家二级心理咨询师。

根据《滨州市中小学校心理咨询室建设基本规范》要求，结合学校实际情况制定相应的改进措施，为心理健康工作的开展提供物质基础。

（一）班主任积极参与学生的团体心理辅导工作。

开学伊始，各级部班主任根据学生心理发展水平情况利用班会、晚点时间对学生进行心理辅导。七年级各班主任团体辅导的内容有《走进初中》《结识新朋友》《我长大了》《我是最棒的》等，八年级各班主任团体辅导的内容有《学会与父母沟通》《调节你的情绪》等；九年级心理团体辅导的内容有《重视给人的第一印象》《成功的表达自己》《合理把握“买单”》《做一个让人喜欢的人》等。学生在潜移默化中，能够顺利适应初中生活，做好最真实的自己。

（二）心理老师排班上课，及时疏导、帮助学生学会学习和生活。

全校的心理老师利用班会时间间周上课，通过活动体验、情感体验等方式，实现与学生的积极沟通，并且引导学生对心理健康教育有正确的认识。

（一）通过调查问卷，了解学生基本情况

开展《吕艺镇中学学生基本情况调查表》活动，通过问卷的形式，了解学生的家庭、学习、生活情况，为全面了解学生、及时发现问题学生、开展班级工作打下坚实的基础。

（二）全体老师主动与学生沟通，做好学生的个案辅导。

所有任课老师能够在教学之余，及时发现学生身上出现的一些问题，通过交流、倾听和疏导，帮助学生走出阴霾，迎接阳光。

（三）心理咨询室向学生开放，心理老师按时值班。

每周一到周四的下午第四节活动课，我们都有心理老师在心理咨询室值班，风雨无阻，有学生能够主动到咨询室和老师交流沟通，通过老师的疏导和引导，大部分学生能够认识到问题的根本所在，有着良好的效果。

（一）领导重视，每逢会议必讲。

学校的领导非常关注老师的心理健康，每次全体教职工例会，都会从不同方面引导老师解决工作和生活中的问题，提高教师的幸福指数。

（二）开展活动，丰富教师业余生活。

学校通过开展“拔河比赛”、“友谊篮球赛”、“最炫民族风”广场舞、“趣味运动会”、“中青年教师赛课”等活动，既丰富了老师的业余生活，在一定程度上也释放了老师工作中的压力，收获幸福和快乐。

（三）利用学校网站积极宣传，促进教师自我成长。

在学校网站心理专栏中，有《教师如何维护自身的心理健康》《全身减压操》等篇目，教师能够自查自省，改善自己的态度，提高工作效率。

在我们的工作中还有许多不足，下一步的工作将要把家长心理辅导作为学校开展心理工作的内容，希望能够从学生本身、学校、家庭等多方面促进孩子的身心健康。

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找