# 2024年班级心理工作计划大学(模板13篇)

来源：网络 作者：梦里花落 更新时间：2024-08-08

*光阴的迅速，一眨眼就过去了，很快就要开展新的工作了，来为今后的学习制定一份计划。通过制定计划，我们可以更好地实现我们的目标，提高工作效率，使我们的生活更加有序和有意义。下面是小编带来的优秀计划范文，希望大家能够喜欢!班级心理工作计划大学篇一...*

光阴的迅速，一眨眼就过去了，很快就要开展新的工作了，来为今后的学习制定一份计划。通过制定计划，我们可以更好地实现我们的目标，提高工作效率，使我们的生活更加有序和有意义。下面是小编带来的优秀计划范文，希望大家能够喜欢!

**班级心理工作计划大学篇一**

一、工作思路与方向

由于高中教学方式原因，我班大多数同学对心理健康教育的认识还存在一定的偏差，如何消除同学们对心理健康教育的不正确认识，加强对心理健康的了解；如何让更多的同学认识心理健康，主动地参与到心理健康教育活动之中，是本学年我班重点和优先解决的问题。

1.正确认识心理健康教育

一提起心理健康教育，人们的脑海中就浮现出变态、神经病、心理治疗等字眼，内心极不舒服，导致其下意识地排斥。其实心理健康教育的范畴很广，心理治疗只是其中的一个方面。心理健康问题的预防、心理健康的培养，更为普遍和重要。因此，使同学们普遍地、自觉地正确认识心理健康，了解心理健康教育，进而主动学习心理健康知识，形成健康的心理状态，是本学年的工作重点。

2.正确解决大学生常见心理问题

难以适应环境、自我认知失调、人际关系障碍、生活上的挫折、择业的难题等等，是目前大学生心理问题的主要表现。心绪抑郁，对生活缺乏信心，对前途失去希望，对处境无能为力，更有甚者觉得生存没有意义――这些恐惧、焦虑、烦躁随时有可能打破同学们的心理平衡。这就要求我们要注意掌握心理学知识、预防和解决心理健康问题；重视参与校园文化建设活动、创造良好的心理社会环境；加强自我心理调解、培育健康的心理状态。

3.形式灵活多样，真正把心理健康教育开展起来

对于我们来说，心理健康教育仍然是一个抽象的概念，只有通过多种途径、多种形式把心理健康教育渗透在活动、游戏和生活中，才能真正实现心理健康教育的功能。因此，本学年我班将充分发挥自身的优势，利用一切可以利用的条件，让心理健康教育深入人心。

二、工作方法和措施

如何更好地以每个同学为本，尊重每个同学的发展，关心每位同学的心理健康，是我班心理健康教育的工作重点。为此，作为心里健康委员，拟从以下几个方面做好我班今年的工作：

1.通过不断学习，提高心理健康专业知识和素养

本人通过业余学习，已经意识到了心理健康知识对自己一生的影响。同时，也对心理健康委员工作的重要意义有了深刻的认识。我将通过定期组织开展心理健康教育的学习活动，使全班同学也学习到情绪管理等心理健康知识。同时，我将继续学习心理健康教育与各学科的学习相结合的方法，组织班级个别辅导和心理交流活动。把对学习心理健康知识的热情感染给每一个同学。

2.认真组织参加院校的心理健康活动课

根据院校的安排，拟订心理健康活动课，通过专职心理健康老师和班主任的讲授，使活动课有针对性、时效性。

3.定期开设心理健康讲座

有针对性地开设如何与异性交往、人际关系处理、关于正确认识和处理大学生上网、喝酒、抽烟问题等专题讲座。

4.充分利用网络上的.多媒体素材进行课外宣传

结合叙事疗法和大学生心理特点，通过多媒体等同学们感兴趣以及容易接受的方式进行心理健康宣传，努力使形式多样、节奏紧凑、效果明显。

5.建议同学进行专业心理咨询

鼓励和支持、必要时组织同学们到学校的心理咨询室进行心理咨询。学校的心理咨询室环境好，设备齐全，有专业的心理咨询师，是同学们进行心理咨询的最佳选则。希望学校努力创造条件，使心理咨询活动随时随地向学生们开放，确保有困惑的学生可以得到及时的心理疏导。

6.多形式开展心理健康教育活动

充分利用网络上的同学qq群、学生个人电脑、学生寝室等一切可以利用的环境，多形式、多渠道地开展心理健康教育活动。同时，要多注意身边的同学，及时发现、反映和解决同学可能出现的心理健康问题。

三、工作的最终目标

通过心理健康教育系列活动，使全班同学都能够真诚地对待身边的每一个人，微笑地面对自己的人生，积极的心态去做每一件事，乐观地看待自己的未来。

对有心理健康问题的同学，不抛弃，不放弃。

一、指导思想：

计划

二、教材分析：

本册教材由“生物与环境”、“光”、“地球表面及其变化”、“运动和力”四个单元组成。

《生物与环境》单元从内容上分三个部分：通过“绿豆种子发芽和生长”、“蚯蚓的选择”研究生物的生存和非生物环境的关系。第二部分引导学生观察分析生态群落中生物之间的食物链和食物网，并通过生态瓶的制作、观察，探究生物群落中生物和生物、生物和非生物相互依存的关系。第三部分内容，是把以上认识拓展到自然界，通过典型事例的分析，认识到保护大自然、维护生态平衡的重要性。

《光》单元首先引导学生们观察光的传播（直线传播和反射）特点及其在生产和生活中的运用；接着指导学生认识许多光源在发光的时候也在发热，太阳是地球最大的光源和热源。阳光下物体得到的热与受到的光照强弱有关系，也与物体本身的性质有关系。最后通过制作太阳能热水器综合运用相关知识。

《地球表面及其变化》单元内容主要包括两个方面：一是认识地球表面总的地形概貌，以及河流、海洋、山脉、高原等地形及特点；二是地形地貌变化及发生原因。让学生知道是地球内部的运动，是太阳、流水、风、冰川、波浪等自然力共同作用形成和重塑了地球的外表。

《运动和力》单元内容可分为四个部分。第一部分了解重力、弹力、反冲力，让学生用这些力作动力使小车运动起来，并研究动力的大小与小车运动的关系。第二部分学习测量力的大小，认识力的单位，为研究摩擦力大小做好技能准备。第三部分认识摩擦力，研究影响摩擦力大小的一些因素，研究摩擦力对物体运动的影响。第四部分动手实践，设计和制作一个小车。

三、学生分析：

1、整体学习状况：我所任教的502班和504班，每班学生均为50名左右，其中各班男生比例较大。从与其他老师交流中得知，学生整体学习比较认真，并善于设法自主去获取知识并在生活中灵活运用知识。

2、已有知识、经验：由于各种条件的限制，大部分学生的科学常识缺乏，科学探究能力也较弱。家长和某些教师偏重于语数教学，使学生没有多少时间和机会接触大自然，更没有得到大人和老师及时、周到的指导，使学生没能很好地在观察、实验、调查等实践活动中获取知识、发展能力、培养科学情感。

3、儿童心理分析：在小学阶段，儿童对周围世界有着强烈的好奇心和探究欲望，他们乐于动手操作具体形象的物体，而我们的科学课程内容贴近小学生的的生活，强调用符合小学生年龄特点的方式学习科学，学生必将对科学学科表现出浓厚的兴趣。

四、教学目标：

1、五年级的学生已经掌握了一定的过程与方法技能，如观察、记录、简单实验等，本册将引导学生经历更为完整的探究过程。

2、通过学习让学生强调实验前后的推测、解释要有充分的依据。

3、掌握控制变量实验的技能，并学习实际控制变量实验。

4、运用模拟实验探究自然事物发生的原因、变化及规律。

5、面临几次较长期的观察研究活动：能用线条、符号、图画、文字等方式记录观察现象，用柱状图、折线图处理数据，并认识到重复实验的意义。

五、教学重难点：

教学重点：重视对学生典型科学探究活动的设计，以探究为核心，培养小学生的科学素养。

教学难点：通过动手动脑、亲自实践，在感知、体验的基础上，使学生形成较强的科学探究能力。

六、教学措施：

1、首先加强教师自身的科学教学基本功的训练是最主要的。平时要充分利用空闲时间，认真学习科学课程标准、科学教材，认真钻研科学教法学法，尽快成为一名合格的科学教师。

2、结合所教班级、所教学生的具体情况，尽可能在课堂上创设一个民主、和谐、开放的教学氛围。以学生为课堂教学的主体，设计符合学生年龄特征的教学法进行课堂教学，采取一切手段调动学生学习科学的积极性和兴趣。

3、充分利用好学校的科学实验室，尽可能的去科学实验室上课，做到“精讲多练”，多通过实验引导学生自己发现问题，解决问题，得到收获。

4、注重学生课外的拓展研究，不应只停留在课堂教学内，要将学生带出教室，到大自然中去，到社会中去，将科学课的学习从课堂延伸扩展到活动课程，扩展到家庭和社会。

七、主要教学活动类型：

搜集信息现场考察自然状态下的观察

实验专题研究情境模拟

科学小制作讨论辩论种植饲养

科学游戏参观访问竞赛

科学欣赏社区科学活动家庭科技活动

角色扮演科学幻想信息发布会、报告会、交流会

八、主要导学方法：

探究法演示法参观法实践法讨论法

谈话法辩论法实验法列表法暗示法

九、教学进度：

注：以上仅为参考，具体教学进度将根据学校工作，机动安排。

**班级心理工作计划大学篇二**

近期将不会采取什么大举措，主要的工作是和同学交流，我会通过qq或电话的方式与各位同学进行交流，着重了解一下同学们是否存在焦虑或其他消极情绪，还有在学校的各种不适应，在这里也欢迎同学们在有烦恼或者希望与人分享快乐的时候来找我，我愿意倾听你们最真诚的声音。

而由于目前来说，班级内部的同学之间，各寝室之间，男生和女生之间缺乏交流，感觉大家还不够团结互助，班级的凝聚力还有待增强，而这一方面正是我日后要着手解决的一大重点问题。

身为班委的一分子，我也会尽力协助其他班委的工作，以使班级事务有条不紊地展开。

**班级心理工作计划大学篇三**

时间如白驹过隙，度过一个寒假之后。我们协会又迎来了一个崭新的开始。班级心理健康协会在指导老师的亲切关怀和大力支持下，在全体会干的不断努力下，心协逐渐走向成熟，在新的学期里，我们心协的全体会干将继续努力，本学期我们班心理健康教育的工作计划如下：

一、在雷锋月展开公益活动。

我们计划子啊3月份利用周末组织会干和会员从中山二路金三角到中山一路擦公交车站牌，希望通过这次活动让会员们学习雷锋精神同时也体现我们当代大学生不怕苦、不怕累的精神。

二、清明节向烈士致敬。

我们将组织协会里的人员到纪念牌向烈士们鲜花致敬，表示我们对烈士的尊敬并让会员们学习烈士们的精神。

三、四月份参加社团评优活动。

我们协会将整理好我们协会的资料参加社团的评优活动。

四、在心理健康知识活动月开展活动。

首先，我们将在5月份配合院心理老师开展现场心理咨询服务活动，丰富同学们的心理健康知识掌握自我心理调适的基本技能，增强我院学生对心理健康的重视。在学院内形成“人人关注心理健康”的良好氛围。第二，我们还会举办心理健康知识手抄报比赛，在全院内征稿，让所有的同学都可以参加。第三，我们将在5。25与院学生会心育部和心理健康教育指导中心举办“心理情景剧晚会”这个活动和往常一样学院里的每一个系都出一个话剧，同时我们还会邀请外校的兄弟协会来参加晚会并献上他们的一个节目如右医的心理学协会和百职的心理健康协会，同样的我们心协也会出一个节目；第四，我们计划在5月中旬到6月中旬协助学院心理健康教育指导中心向全院各班的心育委员及心协会干、会员举办第六期学生心育干部心理健康知识培训。希望在长达一个月的培训里，让广大同学知道大学生心理问题的防御方法，心理咨询的原则、步骤操作技巧等知识同时也为建设文明安全的校园学习生活环境增添一份雄厚的力量。

五、6月份进行换届选举

6月份我们心协将进行新一轮的部长和会长干事竞选。

六、开展心理沙龙讲座

我们计划每个月开展一次心理沙龙讲座由心协的会员们找些与心理健康相关的主题反映给指导老师再由老师来为我们会员上课。

七、编辑心理健康报

我们计划与与院学生会心育部合作编辑心理健康报，我们将向全院同学征稿，投稿截止日期为每月的20日止。心理健康报会发放到各系，再由各系心育部发放到各班，对呗选上的稿件我们会为作者提供相应的奖项。

以上为本学期心协的工作计划，相信在全体会干的努力下心协一定能越走越远，我们会努力尽职尽责做好本学期工作。

**班级心理工作计划大学篇四**

2、负责收集本班同学的心理健康信息，对本班同学的心理健康状况定期向班主任、辅导员做汇报。

3、努力学习有关心理知识，积极参加各种心理讲座和心理委员培训，用相关知识帮助同学，用乐观心态引导同学。

5、工作遵循保密原则，维护同学的权益，不得随意泄露同学的隐私。

6、协助心理负责做好班级学生心理普查工作。

7、配合学院大学生心理健康教育与指导中心的工作，积极参加培训、专题学习和交流活动，不断提高自己的工作能力。

8、积极参加各项有关心理健康方面的活动，认真完成大学生心理健康教育与指导中心和心理健康协会安排的有关工作。

10、做好自己的本职工作的同时，尽力协助配合其他班委的工作。

**班级心理工作计划大学篇五**

经过一个学年工作，我对我的工作有了更深的了解，更深的认识，作为生活委员以及心理委员，我知道我的职责除了管理班费外，还要认真了解学生的生活情况，及时解决同学生活中出现的问题，较大的问题不能解决要上报班委，并通过班委讨论商讨解决办法以确保每位同学都能安心的生活，为学习创造良好的基础条件，此外，还要积极组织和开展活动，宣传一些积极思想，搞好班集体的团结。

心理委员工作计划：

1、我将尽力认真做好学生心理辅导及心理咨询工作，积极配合院系心理部的各项工作。

2、定期开寝室长会议，了解每位同学的心理情况以及思想动态。

3、按时上交心理情况排查表

在就职期间，我会先从自己做起，不断完善自我，克服自身性格上的缺陷，同时也会增加一些关于心理问题的资料(material)的阅读，更多地关注同学们的意见与想法，并主动及时进行适当的沟通，从而更好地为大家服务。我会努力引导大家用最积极平和的心态去面对生活、学习和工作上的问题，希望我所作的一切能使同学们拥有更完满更充实的大学生活。

作为班级的生活委员和心理委员，这让我觉得增加的存在更有意义。作为生活委员和心理委员，在完成自己的本身职责工作之外，同时还要帮助其他班委共同开展活动，毕竟一个班级的发展要靠大家共同的努力。

**班级心理工作计划大学篇六**

担任心理委员，我将做好朋辈辅导工作，在来询者就心理、精神方面存在问题进行诉说、商讨和询问，以求问题解决的过程中我将尽力在我们的启发和帮助下，在良好的人际关系氛围中，使来询者的潜能得到发掘。在以后工作中，将继续坚持“五心六戒”的原则(即爱心、耐心、诚心、虚心、细心，戒主观武断、戒好委人师、戒宣扬自己、戒随意插话、戒悲天悯人、戒大事化小，小事化无)开展以下工作：

第一、协助班主任完成心理辅导工作，协调各班委，做好班委会会议决定，共创良好的班风出一份力。

第四、积极配合、组织全班同学参加学院举办的“昆明学院首届大学生心理健康活动月”活动：

4月24日组织参加开幕式; 5月8日及15日晚组织观看心理电影;

5月9日及16日参加心理咨询室举办的心理委员户外拓展训练;

4月24日—5月15日组织同学参加心理征文比赛;

4月24日—5月4日鼓励同学参加心理剧的编写;

5月4日—5月25日组织同学参加心理剧的表演及初赛、复赛;

5月25日晚组织参加“我爱我--大学生心理健康活动月”闭幕式;

**班级心理工作计划大学篇七**

一、指导思想:

提高学生的心理素质，提高学生的心理健康水平是教改的重要内涵，国家教委新制定的中小学德育大纲中已明确将心理健康教育作为中小学德育的重要组成部分。因此要通过多种方式对学生进行心理健康教育和辅导，帮助学生提高心理素质，健全人格，增强承受挫折、适应环境的能力。

二、具体目标:

1、注重学生心理辅导，做好学生心理咨询工作，做好个案辅导、登记工作。

2、重视心理咨询室的常规建设，努力发挥心理辅导室的作用，进一步在全校做好宣传、发动、普及、教育等工作。

3、重视学生心理团体辅导工作。

4、不断丰富教师的教学策略，有效提高教育教学水平。

5、做好家长的心理健康知识讲座。

6、充分利用班队会加强对学生的心理健康教育。(每学期最少开设两节以心理健康为内容的主题班队会)

三、内容要求:

1、学习心理与智能发展指导。

(1)帮助学生了解自己，认识自己的潜能，激发其学习的信心。

(2)引导学生形成强烈持久的学习动机。

(3)引导学生养成良好的学习习惯。

(4)学习策略的辅导，包括阅读、记忆、思维、问题解决、自我监控等策略。

(5)特殊时段的学习心理调适。如竞赛前夕、升学考试前夕。

2、情绪、情感、情操教育。

(1)认识情绪的丰富多样性与易变性。学会认识自己与他人的情绪。

(2)掌握控制、表达、发泄情绪的适当方式与合理途径。

(3)学会保持积极心境的方法。

3、坚强意志与承受挫折的教育。

(1)培养坚持不懈、坚忍不拔的意志品质。

(2)培养学生形成处事果断的良好习惯。

(3)培养学生良好的自我控制力。

(4)引导学生正确应对挫折与困难。

4、自我意识、人际交往及性教育。

(1)学会正确认识自己，悦纳自己，尊重自己、相信自己。

(2)学会正常人际交往，与同学、老师、家长良好关系。

(3)正确认识性别差异，接受发育过程中的身体变化，正确认同性别角色，同异性同学保持正确的交往心态。

**班级心理工作计划大学篇八**

很荣幸成为班级的心理委员、虽然有时候占点时间去学这方面的知识、但为了提高自己和帮助同学觉得很值、很高兴、在我们学校对于心理委员的培训方面做的还是比较不错的、有老师会定期的给我们上课、还记得听了第一节课后我觉得我长见识了、几多欢笑、几多辛酸、几多收获、但无论如何、我始终以认真负责的工作态度、较好地完成了去年的工作、总结起来有以下几个方面：

第一、较好地采用了宿舍长协助心理委员进行班级里同学们心理状况的跟进与了解的工作模式、建立了各位舍长之间相互了解与沟通的机制。

第二、比较密切地和有选择性地与班里一些同学进行沟通了解、及时地了解到班级里一些同学的心理状况、并取得良好的效果。

第三、每月定期地向心理咨询中心的老师汇报班级里的整个集体的心理状况和个别同学存在的心理问题、并向老师请教如何处理。

第五、作为心理委员、具有强烈的责任感、每次都按时参加学校举行的心理委员培训、及时了解一些心理方面的知识、以及学校在这些方面的措施和政策、并且通过培训活动还与其他班级的心理委员交流与学习。

总体来说、上一学年的工作比较顺利的完成了、各项活动的开展也比较成功、但与学校的要求相比、我自身在工作当中还存在着一些不足和缺陷有待提高、如下：

第一、没有充分和每一个同学进行沟通。

第二、同学们跟我反映的问题、有一些没有得到实质性地解决、有一些工作计划、由于某些原因、也没有得到实施。

第三、在与各个舍长之间的沟通方面、还存在着一些不足之处、没有做到定期地开舍长会、征求他们的意见。

第四、经过与其他班级的心理委员的交流、我发现我班的关于心理健康方面的活动举办的还不够、缺少一些以“心理健康”为主题的班会、因为这是一种寓教于乐的形式、同学们可以自由的发言、气氛也会十分轻松、有助于增强同学们的自信心、同时还可以促进同学们之间的团结。

除以上外、我与老师的交流是不够、人文关怀还有待提高、自己感觉工作上有时会慌乱、不够有序、说明我的经验还不足、要向其他人请教、不过经过一学年的工作历练、以及各位同学的积极配合、对于心理委员的主要职责和工作、我已经十分了解、感谢各位同学对我的信任、许多人认为这一职务无足轻重、不必太负责认真、我认为这是错误的想法、一个人只有拥有健康的心理、才能正确的对待每一件事情、才能把每一件事情做好、因此、我们每个人都要认真看待这一工作。

在接下来的学期、工作中必然免不了有些挫折和缺陷、但我会尽力做好每一件事情、不断完善自己、因为同学们选的是一份信任！

**班级心理工作计划大学篇九**

第一、协助班主任完成心理辅导工作，协调各班委，做好班委会会议决定，共创良好的班风出一份力。

第四、积极配合、组织全班同学参加学院举办的“昆明学院首届大学生心理健康活动月”活动：

4月24日组织参加开幕式;5月8日及15日晚组织观看心理电影;

5月9日及16日参加心理咨询室举办的心理委员户外拓展训练;

4月24日—5月15日组织同学参加心理征文比赛;

4月24日—5月4日鼓励同学参加心理剧的编写;

5月4日—5月25日组织同学参加心理剧的表演及初赛、复赛;

5月25日晚组织参加“我爱我--大学生心理健康活动月”闭幕式;

**班级心理工作计划大学篇十**

担任心理委员，我将做好朋辈辅导工作，在来询者就心理、精神方面存在问题进行诉说、商讨和询问，以求问题解决的过程中我将尽力在我们的启发和帮助下，在良好的人际关系氛围中，使来询者的潜能得到发掘。在以后工作中，将继续坚持“五心六戒”的原则（即爱心、耐心、诚心、虚心、细心，戒主观武断、戒好委人师、戒宣扬自己、戒随意插话、戒悲天悯人、戒大事化小，小事化无）开展以下工作：

第一、 协助班主任完成心理辅导工作，协调各班委，做好班委会会议决定，共创良好的班风出一份力。

第四、 积极配合、组织全班同学参加学院举办的“昆明学院首届大学生心理健康活动月”活动：

4月24日 组织参加开幕式；

5月8日及15日晚 组织观看心理电影；

5月9日及16日 参加心理咨询室举办的心理委员户外拓展训练；

4月24日—5月15日 组织同学参加心理征文比赛；

4月24日—5月4日 鼓励同学参加心理剧的编写；

5月4日—5月25日 组织同学参加心理剧的表演及初赛、复赛；

5月25日晚 组织参加“我爱我——大学生心理健康活动月”闭幕式；

**班级心理工作计划大学篇十一**

1、宣传普及大学生心理知识，传播心理健康理念，定期在班上开展有关心理健康的活动，并作好相应的总结和记录，促进本班同学心理素质的提高。

2、负责收集本班同学的心理健康信息，对本班同学的心理健康状况定期向班主任、辅导员做汇报。

3、努力学习有关心理知识，积极参加各种心理讲座和心理委员培训，用相关知识帮助同学，用乐观心态引导同学。

4、加强与其他班干部尤其是寝室长的联系，及时发现问题，善于帮助有心理困惑和烦恼的同学，当个别同学有严重心理问题时，要及时报告学院领导和老师，并劝说其尽快到学院心理咨询中心寻求帮助。

5、工作遵循保密原则，维护同学的权益，不得随意泄露同学的隐私。

6、协助心理负责做好班级学生心理普查工作。

7、配合学院大学生心理健康教育与指导中心的工作，积极参加培训、专题学习和交流活动，不断提高自己的工作能力。

8、积极参加各项有关心理健康方面的活动，认真完成大学生心理健康教育与指导中心和心理健康协会安排的有关工作。

9、按照要求做好工作计划和总结。

10、做好自己的本职工作的同时，尽力协助配合其他班委的工作。

11、较大的不能解决的问题及时通知其他班委，上报老师和学校心理咨询中心。我会努力不让这样的状况发生，也相信我们班的全体同学会团结一致，互帮互助，每一位同学都能拥有健康良好的心理素质。我的工作计划还很片面，不够完善，希望老师和同学们能给我更多的意见和建议，让我更好的开展并完成工作。我会努力改正以往工作中的不足，不断调整工作方法以更好的为大家服务。最后，让我们共同为建立起美好的“心灵的城堡”一起努力。

**班级心理工作计划大学篇十二**

在我校的德育部门的大力支支持下，在区德育部的领导下，本学期的工作如下：

1、认真上好每一堂课，起到心理健康课的作用

2、做好心理健康档案的建立

3、积极参加省市区的赛课、说课比赛活动

1、严格按照辅导原则要求自己，做好学生的心理辅导工作，并整理好咨询记录。

2、积极参加省市对心理教师的培训，提升自己的业务能力。

1、配合班主任做好学生的心理工作

2、组织学生建立心理社团，编排心理剧。

1、学会适应新环境

2、心理健康档案的建立

3、换个角度看问题(情绪理论)

4、记忆揭秘

5、悦纳自我

6、沟通

7、生存选择

8、如何克服考试焦虑

**班级心理工作计划大学篇十三**

1、利用家长会向家长宣传普及心理卫生知识，争取家长的配合，共同关心学生的心理健康教育。

   2、上好心理健康教育课。帮助学生掌握一般的心理保健知识，培养良好的心理素质，提高学生的人格水平。

3、开展心理咨询与辅导。要多和学生沟通，发现问题，及时疏导。

4、结合教学内容，在教学活动中，让学生对各门学科产生兴趣，热爱学习。

5、要平等待人，尊重有心理问题的学生的人格，要使自己成为这些学生的朋友，这样才能架起沟通心灵的桥梁。

6、努力创设民主的教学环境，使学生产生积极的心理状态和学习行为，以营造良好的教学氛围。

7、发掘教材中的心理教育因素。加大研究力度，实现课堂教学与心理教育的整合。

8、积极加强心理教育的班级管理的研究。利用周会课树立良好的班风、学风，开展健康有益的主题队会。

9、可根据不同的心理辅导内容和小学生的心理特征设计不同的活动形式，如：游戏、讲故事、猜谜语、讨论交流等。

10、与家长密切配合，帮助家长提高心理辅导水平，准确了解和掌握学生的心理行为表现，形成学校和家庭的心理辅导合力。

11针对个别学生突出的心理问题，设计专门的活动对其进行心理行为训练，通过训练达到提高某种心理品质的目的。

12、对有严重的心理问题(疾病)的学生，要多关心，多交流，多照顾。及时和家长取得联系。

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn