# 2024年小学心理健康教育工作计划和安排(实用10篇)

来源：网络 作者：雪域冰心 更新时间：2024-11-12

*计划是指为了实现特定目标而制定的一系列有条理的行动步骤。那么我们该如何写一篇较为完美的计划呢？下面是小编带来的优秀计划范文，希望大家能够喜欢!小学心理健康教育工作计划和安排篇一认真贯彻省、市、县关于学校心理健康教育的有关精神，根据小学教育的...*

计划是指为了实现特定目标而制定的一系列有条理的行动步骤。那么我们该如何写一篇较为完美的计划呢？下面是小编带来的优秀计划范文，希望大家能够喜欢!

**小学心理健康教育工作计划和安排篇一**

认真贯彻省、市、县关于学校心理健康教育的有关精神，根据小学教育的特点和小学生心理发展的规律，通过各种途径继续认真开展小型多样的心理健康教育活动和指导，帮助学生获取心理健康的初步知识，促进学生人格的健全发展。

通过心理健康教育，不断转变教师的教学理念，改进教育、教学方法，改进班主任方法，提高德育工作的针对性，学科性和实效性，为学校实施素质教育营造良好的心理气氛。

1、注重学生心理辅导，做好学生心理咨询工作。

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、做好班级保健的培训工作。

4、不断丰富教师的教学策略，有效提高教育教学水平

5、重视心理辅导试点班的实践研究工作，以点带面开展研究活动。

6、认真开展心理健康教育试点班的课程活动。

7、做好家长学校的心理健康知识讲座。

8、充分利用班队会加强对学生的心理健康教育。

（一）加强教师队伍建设，提高自身素质

1、组织教师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，不断丰富自己的教学策略，提高教育教学水平。

2、继续通过家委会、家长会组织学习学校心理健康教育的有关内容，使家长逐步认识到对学生开展心理健康教育的重要性，不断地提高家长对学生进行心理健康教育的素质。

（二）认真做好学生心理辅导及心理咨询工作。

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

咨询途径：

（1）学生自愿前往咨询（2）班主任老师推荐（3）辅导老师访谈

2、开通“心语热线”，进行电话咨询辅导。

3、在学校宣传窗设立“心灵广播”栏目。

4、对全校学生进行心理辅导知识讲座。

5、在家教指导活动中，举行专题讲座，让心理健康教育走进千家万户，使家校教育形成合力，促进亲子沟通，进一步提高学生的心理素质。

6、积极发挥课堂主渠道作用，各班班主任要利用二会一课进行心理健康教育。

（三）重视试点研究，增强科研意识

1、试点班老师要善学、勤学，阶段性地进行调查研究和分析，并在班主任例会中进行交流，帮助他们不断提高认识、开拓思路、更新方法。

2、试点班进行心理健康教育课展示。

3、试点班要重视调查分析、研究，并进行个案分析，不断地积累资料，逐步在校内进行推广。

1、制订并讨论学期心理辅导工作计划。

2、做好心理健康教育的宣传和氛围建设工作。

4、举办青春期心理卫生讲座（六年级学生）

5、出好心理健康教育专题黑板报。

6、开展心里健康辅导示范课活动

7、利用家长会向家长宣传“家庭心理指导”的有关内容。

8、做好学期总结及资料积累和个案分析

9、心理档案建立工作。

**小学心理健康教育工作计划和安排篇二**

为了认真贯彻落实上级关于学校心理健康教育的有关文件精神，学校根据中学生生理、心理发展特点和规律，通过各种途径认真开展形式多样内容丰富的心理健康教育活动。通过心理健康教育，不断转变教师的教学理念，改进教育、教学方法，改进班主任的工作方法，提高德育工作的针对性、学科性和实效性，帮助学生获取心理健康的初步知识，切实提高我校全体同学的心理健康水平，为学校实施素质教育营造良好的心理气氛。

1、注重学生心理辅导，做好学生心理咨询工作。

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。

1、在学校各科教学中渗透心理教育。学校各科教学应当以素质教育的总体目标为依据，结合自身教育、教学的内容、要求等特点，建立相应的心理素质培养目标，使各科教学过程和学校心理教育相互渗透、相互促进，并通过促使学生心理素质的发展真正提高各科教学质量和效益。

2、优化学校、班级集体的文化心理环境。学校要加强校园班集体文化心理环境建设。通过开展各种活动与交往，发挥、发展学生在班级生活中的自主性、创造性，培养学生的自我管理能力，调节学校班集体的人际关系和加强集体主义的价值导向，使学校、班集体真正成为学生精神生活的乐园。

3、开展心理辅导工作，开设心理辅导课，加强对学生的心理训练和心理指导。帮助学生发展积极、正确的自我观念，自我意识，学会客观地分析自我，分析自我与环境的相互关系，学会自我心理行为的控制和调节，使学生在学校、社会、家庭的活动与交往中，保持健康的、积极的心理状态，发展良好的人际关系，培养自我教育、自我发展的能力。

4、发挥自我教育在培养学生心理品质中的重要作用。学校、班集体要把学生的自我教育纳入整体教育计划，通过开展课内外教育活动，指导学生“以人为镜”，学会观察、分析、评价自己，逐步使他们养成自尊、自爱、自信、自制等心理品质。

5、建立心理咨询室，同时开设心理咨询热线电话，设立心理咨询信箱，通过个别心理咨询，解决学生的各种心理问题和心理障碍，使学生都能健康成长。

6、建立学生心理档案。对学生进行心理测试，通过有关心理测试，对班级或年段的学生的心理素质情况进行评估，将评估结果向学校领导和有关部门报告，以便有针对性地对学生进行心理健康教育，可根据具体情况开展专题心理辅导讲座、团体心理咨询、个别心理咨询以及心理治疗训练等。

7、开展心理卫生运动，通过年段集会、主题班（团）会、学生家长会，积极普及心理卫生常识。

1、学校成立领导小组，在校长直接领导下，教科室具体负责，加强对心理健康教育工作的领导和管理。高度重视，把心理健康教育工作纳入学校全面工作计划，统筹安排，每班每学期不少于6课时。七、八年级本学期在地校课程时间中每三周安排一节，六年级以班主任为核心开展有针对性的调查研究，学科教师积极开展学科渗透。

2、学校设立“心语”信箱，心理辅导教师要及时回复学生信件，定时接受心理咨询。

3、积极参加上级组织的心理健康教师培训。逐步提高教师的心理健康教育的基本理论，专业知识和操作技能水平。

4、学校及时开展系列培训活动，定期进行集体备课和研讨活动，建立以班主任和专兼职心理辅导教师为骨干，全体教师共同参与的心理健康教育工作体制。本学期举行一次心理健康教育的专家讲座。

5、加强心理健康教育的教研活动和课题研究，从本校学生实际出发，实行集体备课，以初中生成长过程中遇到的各种问题和需要为主线，通过教研活动，明确心理健康教育的重点，难点，掌握科学的教育方法，提高心理健康教育的质量，每学期结束总结心理健康教育科研成果。

小学心理健康教育心得

小学心理健康教育论文范文

浅析小学体育教育中的心理健康教育论文

小学心理健康教育心得体会

高中心理健康教育工作计划

心理健康教育心得

浅淡如何在小学教育中渗透心理健康教育论文

**小学心理健康教育工作计划和安排篇三**

结合锦苑小学发展三年规划目标，根据小学教育的特点和小学生心理发展的规律，发挥心理辅导室的优势，通过各种途径继续认真开展多种多样的心理健康教育活动和指导，帮助学生获取心理健康的初步知识，促进学生人格的健全发展。

通过心理健康教育，不断转变教师的教学理念，改进教育、教学方法，改进班主任方法，提高德育工作的针对性、学科性和实效性，为学校实施素质教育营造良好的心理氛围。

1.做好开心小屋心理咨询室档案工作。

4.继续开展班级心理健康教育活动课。

5.做好家长辅导的心理健康知识讲座。

6.利用每月的最后一周班队会加强对学生的心理健康教育；

7.选好每班心理保健员，并对他们进行培训；

8.关注教师的身心健康，聘请胜利医院妇产科主任讲解如何关注女性健康。

9.加强教师的心理素质拓展训练；

10.做好班主任心理健康教育的培训工作，聘请心理专家心理健康知识讲座。

11.加强与特校的联谊活动，培养学生对弱势群体的关爱。

三月份

1.心理咨询师建档工作；

2.开放开心小屋：

时间：周一--周五下午15：35--17：15

3.选每班爱心小队长并培训；

4.利用家长会时间，做好家长心理辅导知识宣传；

5.聘请胜利医院妇产科医生讲解女性健康知识讲座；

6.月末心理健康班队会；

7.设立心语信箱、红领巾广播站“心灵之窗”板块；

四月份

1.除做好个体与团体心理辅导外，利用班级手抄报进行心理健康知识普及；

2.月末心理健康班队会；

3.加强教师的心理素质拓展训练；

五月份

1.做好5.25心理健康宣传活动；

2.月末心理健康班队会；

六月份

1.做好开心小屋工作总结；

2.做好个案与团体辅导的资料整理工作。

......

心理健康工作计划时间过得可真快，从来都不等人，我们又将接触新的知识，学习新的技能，积累新的经验，不妨坐下来好好写写计划吧。拟起计划来就毫无头绪？以下......

**小学心理健康教育工作计划和安排篇四**

本学期为使我校心理健康教育工作不断深入发展，让我校的德育特色——心理健康教育工作更凸显其亮点，本学期根据本校的实际情况特制定如下计划：

以打造阳光校园，创设和谐的人际关系为总目标。通过心理健康教育工作，使我校每一名师生在日常工作、学习、生活中，苦有地方倾诉、郁闷有人沟通、压力有地方宣泄，让我校的师生心理不断成长，人格不断健全，承受挫折、适应环境的能力不断增强，能勇于面对现实，勇敢挑战困难，以良好的心态快乐工作、学习、生活，真正做到开心每一天。

心育课题研究负责人：

心理咨询室（阳光小屋）负责人：

阳光信箱负责人：

心育网站负责人：

心育活动负责人：

学生心理科学小论文、心育日记负责人：

教师心育论文、个案等负责人：

心育组成员应积极参与学校各项心育活动，如：开设团体辅导、班级团体辅导、班级活动课辅导、亲子教育、家长学校、个体咨询、搜集各种资料、校园文化氛围建设等，并充分发挥伙伴效应，继续选拔\"阳光小天使\"，让学生参与，学会自主管理。

3、聘请外单位有经验的教师或专家做专题辅导报告；

4、加强对班主任心理健康教育校本培训；

5、心理健康教育小组单周例会，开展心理健康教育工作与理论研讨；

7、举办教师心理成长乐园活动。

1、学生版块课程的设置

（1）积极发挥课堂主渠道作用，各班班主任要利用二会一课进行心理健康教育。

（2）开设班级心理健康教育课。

（3）心理讲座或班级团体辅导；

一、二年级：《笑脸相迎》——礼仪教育。

三、四年级：《勇于面对》——挫折教育。

五、六年级：《寻找你的北极星》——目标教育。

《充满信心走向成功》——成功教育。

2、心理咨询

具体的方式有：

（一）个体咨询

（1）电话咨询

（2）信箱咨询

办好\"阳光信箱\"，引导学生学写\"心理日记\"、画\"心理漫画\"，及时收集学生的心理困惑和心理问题，及时反馈答复，帮助学生有效排除各种。

（3）心理咨询室（阳光小屋、心晴驿站）的各项自选活动项目：

发泄、书疗、聊天、诉说、听音乐、看电影、唱歌、做放松操。

（4）学生心理成长班主任负责全面推行：

辅导需要帮助的`学生，作好辅导记载。

（5）做好心理测试、心理档案的建立、开展心理调查工作

（二）教师版块开展校内心理健康活动课赛课活动；

1、开展心理教育论文评比活动；

2、设立\"教师心理成长乐园\"活动。

3、定期召开班主任、思品课教师及心理辅导员会议，交流辅导心得。

4、心理健康教育工作组谈话会

做好心理健康辅导方法的探讨：脱敏治疗方法、意想与对话法、暗示法、音乐治疗法等。

**小学心理健康教育工作计划和安排篇五**

小学心理健康教育的目的在于帮助小学生认识自己、悦纳自己，提高他们对小学生活的适应能力，养成良好的生活习惯和正确的学习态度，培养他们开朗、向上、乐学、合群、自信、自立、开拓、创新的健康人格。结合我市几年来开展小学心理健康教育的教育科学研究与实践，我们认为，有效地开展小学心理健康教育，要充分根据小学教学内在机制和小学生自身发展特点来构筑和优化育人环境。

班级，是学生学习生活的主要场所，必然可以是心理健康教育的主要场所。小学班主任，同时又是中队辅导员，每日每时把握着学生的思想脉搏，也同样经常关注着学生的身心发展。因此，以班主任为主开展班级团体心理辅导，可以有效地使思想道德、行为习惯教育，科学文化知识技能教育，心理健康教育整合成为一种“三合一”的教育、从而构建成为一种结合课程教学的渗透，结合斑级日常工作和活动，结合全面和个别育人教育的交互，而形成较为完善的班级团体心理辅导操作系统。

这种操作系统所体现的主要功效有：

1、融入班集体建设

班主任要善于通过引导全体学生，以形成班集体共同奋斗目标来发展学生个性心理：这种共同的奋斗目标，旨在树立正确的集体舆论凝聚，提升优良的道德情操，倡导良好的班级风气和弘扬健康向上的精神风貌。因为良好的班集体建设，能美化集体生活，能振奋全体学生，能使集体像熔炉一样，对全班每个学生起熏陶感染、潜移默化的功能。

2、丰富班级活动

有活动，才有生气、才有活力、才有发展。把心理辅导渗透于班级活动，既是班级活动的创新和发展，又使辅导质量得到提高。寓心理健康教育于班级活动之中，学生能在丰富多彩愉悦舒心的实践活动中获得心理践行和发展，而且这是一种比较自然、比较完美的践行和发展。

3、发展班级文化

班级是学生在校内学习生活和相互交往的主要空间，充分利用这个空间，积极营造和发展健康的班级文化，可以形成良好的心理氛围，发挥十分重要的陶冶、濡化的隐性教育功能。班级文化的发展要充分张扬班级中学生的个性、特长，充分发挥每个学生的智慧和力量。

4、优化班级管理

优化班级管理的目的是为着促进每个学生的发展。通过班级管理创造良好的育人环境，就能充分调动每个学生的主动性和积极性，并且尽可能少地约束人、限制人和压抑人。优化班级管理要在实施民主管理中发展民主意识；要在自我管理中发展学生自主；要在情意管理中发展学生情意；要在有形管理中发展无形管理。

5、构建班级教育合力

班级不是封闭的，班级中每个学生的心理、道德和文化素质都是在班内班外、校内校外、有意无意、有形无形的各种因素的综合影响下形成发展的，因此班主任需要充分利用班内外校内外，包括家庭和社会的各种教育力量，充分利用各种有效的校内外教育资源，形成“全社会都来关心教育”，都来关心学生的成长和发展。

班主任构建整合一致的班级教育合力进行心理辅导，有赖于班主任自身的智慧和技巧。

6、建设良好班风

班风是一个班级稳定的、整体的、特色的集体风气。班风需要靠班级中大多数学生为基础的思想、品德、作风来形成、，需要有一个较长时间的发展来形成。而一经形成，可以对班级中的每一个人产生较为积极、稳固、健康、向上的作用力，这种作用力是内在的、无形的、激活的。建设良好的.班风可以为每个学生的身心发展创设出一种美好的时空，唤发出一种蓬蓬勃勃的力量。

校园文化是多元的，其中校园文化的阵地建设是一项基础性的物化工程。让“心理健康教育”成为一种“校园文化”，首先要打造基础性工程。这种基础性工程，既可以充分利用学校内部原有的一些设施，也可以不断地开发出新的活动阵地，如：

1、让校园内的墙壁、橱窗、黑板、园落成为“不说话的心理辅导老师”。

2、随着学校的园林化发展步伐，不断创建出“开心园”、“舒心廊”、“交心亭”、“谈心室”等等。

3、在校园内形成对学生开展心理辅导的“一条龙”服务：心理信箱—心理热线（电话、网站）；—心语导播（红领巾广播、红领巾小电视台、校园网）——心语小屋（心理辅导室、心理测量室）。

在这些阵地的建设中，“开心园”、“心语小屋”等要真正具有“快乐小屋”的功能，让希望获得心理帮助的学生从中感悟愉悦，体验愉悦，释放烦恼，消除烦恼；从中获得欢乐的自助、互助和他助。“心理热线”要不断延伸、畅通，成为“宽带网”，它由师生双方或班主任――学生――家长三方建起连心的纽带，通过“心理联系卡”、家庭走访、家长来校、师生通信、电话、上网联络、电子邮件等多种方式，定期或不定期，双方或三方、个别或集体相结合的局部性和个别性心理教育与沟通。“心理热线”较偏重于保守秘密、尊重隐私、尊重人格。也有利于实现学校教育与家庭教育的同步一致，有利于形成教育的合力。

学生是学习的主体，同样是心理健康教育活动中的主体。要把小学心理健康教育成为一种新颖的丰富的“校园文化”，就要充分让学生畅心地生活在这一文化天地之中。在实践中，许多学校已开展了丰富多彩的小学生心理健康教育主体性活动。

1、心理教育活动课

心理教育活动课是在班主任组织下，全班师生共同参与，开展以学生为中心，生动、活泼、交互、联动的活动。活动课可以利用班会团队活动课、科技文体活动课等活动课时进行，也可以利用周会、晨会进行，有条件的可以纳入校本课程建设。根据需要可以安排在室内外、校内外进行。活动课体现主体性、实践性、系统性、组织性和多样性的特点，通过游戏、讨论、辨析、观察、演讲、表演、小品、训练、检测等方式方法，旨在发展和提高学生心理品质，进行心理训练。心理活动课有明确的目标，有精心的准备，有确定的内容，有具体的步骤，有恰当的技巧。心理活动方案的设计要根据小学生实际、班级实际、发展趋向、防范要求等作认真细致的处理。

2、心语沙龙

心语沙龙类似于少心理活动课，相比较它参加人数要少，一般8～12人左右。活动形式更显简约、宽松和灵活，活动时间一般利用课外、晚间或双休日进行。场地选择也十分自由，包括在师生家中。活动的主题也较为集中，参与的对象则较为专一，如班主任或按班级、团队干部，或单亲家庭学生，或贫困生，或存有某向类心理困扰的学生，针对一个目标组织一次沙龙活动。心语沙龙更重于心灵沟通，情感体验，更重于加深理解，求取共识。

3、心育小报

心育小报可以是小学生自办的“手抄报”，班级中可以有一份或多份，也可以在班级墙报、黑板报中开辟出专栏。心育小报由学生自编自办，旨在让学生交流各自的内心世界，介绍心理健康知识，进行学生心理问题的探讨。班级心育小报可以“走出”班级，与其他班级交流，与学校的广播、小电视台相结合，充实校园媒体、校园文化内容。作为“心育小报”的“双胞胎”，还可办出“心理画报”和“心理漫画”，借助美术表现、欣赏的功能，提高心育效应。

4、心育雏鹰行动

雏鹰行动是少先队教育活动的一种形式，心育雏鹰行动是在此基础上，侧重在小学生中开展如品德践行，社会实践、献爱心送温暖等活动，让学生在相互鼓励、相互帮助、相互关爱、相互学习中，心心相印，共同进步。

5、心理小剧

心理小剧包括心理儿童剧、心理小品、心理故事会、心理训练操等等。心理小剧的素材来自学生，心理小剧的写、编、演、看、评都以学生为主体，教师主要发挥支持、帮助、辅导、组织等作用。同时，还可以或教师参与其中，与学生一起活动，或由教师演学生看。这种为学生喜闻乐见的表演形成更具寓“教”于乐的作用。

6、“心语日记”

结合小学生写日记、周记，鼓励学生记“心语日记”（周记）。“心语日记”有学生心理宣泄和排解，有心理认知和感悟；是能反映学生内心世界的“镜子”，也是能显现学生心理健康发展的“窗口”，还能成为学生健康进步的“阶梯”。班主班老师通过浏览学生“心语日记”（以学生主动愿意提供为前提），能搭通学生的“脉搏”，开展对话，交流思想情感。

7、“心语赠言”

“心语赠言”是班主任主动向学生作心理冲击。班主任的“心语赠言”可出现在学生的作业练习本的改评批语中；可出现在“学生素质报告单”的操行评语里；可出现在“家校联系卡”内；也可以是老师专门设置的“心语赠言”卡（由老师自制成的卡更佳）。“心语赠言”要抓住时机，如学生表扬获奖时、困难受挫折时、心烦苦恼时、学生生日、毕业升学时等等。要选准火候，把握温度；要击中要害，引发震动。“心语赠言”要重情感重文采重形式，可以是诗歌、名言，可以是书法、绘画可以是工艺小制作，总之，是能以“美”和“爱”来激活学生，在心灵深处迸发出璀璨的火花，成为学生渴望获取的“珍藏品”。

“校园文化”建设，无论是“硬件”建设还是“软件”建设都是无止境的，尤其是“软件开发”凝聚着教师的创新和智慧，同样，蕴含心理健康教育的“校园文化”也是一座取之不尽的宝库，我们每一个教师都是开发者、建设者和创造者。

**小学心理健康教育工作计划和安排篇六**

为了让学生了解心理健康的基本知识，帮助学生掌握自我调节、消除心理困惑的技巧，促进家庭亲子关系的沟通以及师生的友好交往，培养儿童健全人格和对环境的适应能力，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，使学生能顺利度过在校期间的学习和生活，为今后的学习与工作打下良好基础，在校领导的正确领导和大力支持下，我校正式成立“小学生心理健康教育工作室”。

本学期，心理健康教育工作室将通过宣传栏、“阳光信箱”、“阳光小屋”等宣传方式，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工作室，及时与辅导老师沟通交流，提高自己的心理健康水平。

本学期，心理健康教育工作室将设立“心理咨询日”、“阳光信箱”，并制订咨询员值班制度，加强“阳光信箱”管理，落实来信回复制度。每周星期三开一次“阳光信箱”，并指定咨询教师进行信件回复，做到来信及时回复。充分发挥心理咨询的作用，对个别存在心理问题或出现心理障碍的学生及时进行认真、耐心、科学的心理辅导，帮助学生解除心理障碍。咨询教师在交流中应给予热情真诚的启发引导，让学生将心理不愉快的感受尽情地诉说。充分发挥红领巾播音室“心灵之声”栏目的作用，对学生存在的共性和个性的心理问题进行解答。

本着家校教育协同合作的理念，本学期，心理健康教育工作室将协同少先队大队做好与社区、家长同心共岗的“三位一体”教育网络，积极动员与争取家长的配合与支持，畅通与建立有利于学生发展的理性社会系统。热心真诚地为家长们在家庭教育中出现的困惑提供帮助，并且与教师配合，对相关学生进行疏导，同时帮助改变家长一些不合理的家教观念，使学校教育工作得到全面的稳固。全方位启发学生自己认识自己，自己接纳自己，自己帮助自己，自强自立，健康快乐的成长。

**小学心理健康教育工作计划和安排篇七**

一、目的：

加强小学生心理健康教育，是适应21世纪竞争日趋激烈，培养同现代化要求相适应的数以亿计的高素质的\'劳动者和数以千万计的专门人才的必然要求，也是针对当前我国小学生存在的心理素质方面的弱点，进一步提高其心理素质水平，实施素质教育的现实需要。在未来人才的综合素质结构中，心理素质越来越重要，人的乐观开朗、积极进取、坚韧不拔等个性心理品质对人的健康成长和事业成功起着重要作用。

二、要求：

1、各班主任在学习有关心理健康教育理论的基础上，根据教材内容对学生进行心理健康教育。

2、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。讲话形式可采用演讲式、说话式、报告式、讨论式等。

3、学习内容要及时记载，学校将每双周二晨会时间定为心理健康教育时间，并在班主任工作手册上作详细记载。

三、内容：

一年级：

第一单元：我上学啦

（1）阿姨再见（2）我不哭（3）老师像妈妈

（4）学校像花园（5）我们爱学校

第二单元：我爱学习

（6）让我告诉你（7）我进步啦（8）我戴上了红领巾

（9）学习真快乐

第三单元：这就是我

（10）我给自己画个像（11）我是“白天鹅”还是“丑小鸭”

（12）我爱我

第四单元：妈妈，我能行

（13）让我自己走（14）一人睡觉我不怕

（15）自己的事情自己做

**小学心理健康教育工作计划和安排篇八**

本学期，我校的心理健康教育是通过完善心理健康教育的组织和工作机制，以学校的工作计划和德育计划为指导，认真贯彻教育部《关于加强中小学心理健康教育的若干意见》号文件，通过各种形式对不同年龄的学生进行心理健康教育和指导，努力创造条件，帮助和刺激学生健康成长来保证的。

提高学生心理素质，提高学生心理健康水平是教育改革的重要内涵，在国家教委制定的新的中小学德育大纲中，心理健康教育已被明确作为中小学德育的重要组成部分。因此，有必要通过各种方式对学生进行心理健康教育和咨询，帮助他们提高心理素质，改善人格，增强承受挫折和适应环境的能力。

1、重视学生心理咨询，做好学生心理咨询，做好个案咨询和登记工作。

2、重视心理咨询室的日常建设，努力发挥心理咨询室的作用，进一步做好全校的宣传、动员、普及和教育工作。

3、重视学生心理团体辅导。

4、不断丰富教师的教学策略，有效提高教育教学水平。

5、讲授家长心理健康知识。

6、充分利用班会加强学生心理健康教育。(每学期至少有两次以心理健康为内容的主题小组会议)

1、学习心理和智力发展指导。

(1)帮助学生了解自己，了解他们的潜力，激发他们的学习信心。

(2)引导学生形成强大持久的学习动力。

(3)引导学生养成良好的学习习惯。

(4)学习策略指导，包括阅读、记忆、思考、解决问题、自己监控等策略。

(5)特殊时期的学习心理调节。比如比赛和入学考试前夕。

2、情感、情感与情感教育。

(1)了解情感丰富的多样性和多变性。学会了解自己和他人的情绪。

(2)掌握适当的方式和合理的方式来控制、表达和发泄情绪。

(3)学会如何保持积极的情绪。

3、坚强的意志和教育承受挫折。

(1)培养毅力和毅力。

(2)培养学生果断的良好习惯。

(3)培养学生良好的自制力。

(4)引导学生正确对待挫折和困难。

4、自己意识、人际交往、性教育。

(1)学会正确认识自己，接纳自己，尊重自己，相信自己。

(2)学会正常的人际交往，与同学、老师、家长关系良好。

(3)正确认识性别差异，接受发展过程中的身体变化，正确认同性别角色，与异性同学保持正确的沟通心态。

5、人格培养教育。

(1)引导学生树立发展健全人格的愿望和动力。

(2)注重学生自己人格的教育。

(3)重点辅导有人格障碍的学生。

4、学校心理健康教育的途径。

(1)心理咨询。每个月的最后一周，班主任根据班级的具体情况，利用班会课开展心理活动课。

(2)心理咨询室。逐步开辟精神家园，接受个别学生或团体辅导。心理咨询室逐渐有专职教师负责，固定开放时间和固定场所。

(5)引导家庭开展心理健康教育。

小学生心理健康教育仅靠学校实施是不够的。从更重要的意义上说，小学生的心理健康教育主要靠家庭教育，因为家庭是学生的来源和归属，小学生的心理健康应该归功于此。因此，学校和家长应该高度重视小学生的心理健康教育。我们利用家长会等方式向家长提出不懈的建议，引导家长对小学生进行心理健康教育。

(6)指导小学生进行自己心理健康教育。

引导小学生学习简单有效的自己心理健康教育方法；

a.学会放松。要让小学生知道紧张是一种正常的心理反应，他们可以通过想象、转移注意力、调整呼吸、锻炼身体、听音乐、唱歌、阅读和睡觉来调节和放松。

b、与人交谈。要让小学生知道有问题，学会求助，可以找学校的老师和心理咨询师谈谈；可以和家里长辈亲戚朋友聊聊；在社会上，可以有可以倾诉的人，比如心理咨询电话等。无论什么时候，你都可以和人交谈。学会与人交谈会让你受益终生。

c、学会写日记或周笔记。小学生要学会用笔自言自语，用文字描述精神轨迹，对心理健康成长有很大帮助。老师和家长要尊重孩子的隐私，在自己允许的情况下打开日记。小学生不用太担心自己的内心秘密被别人知道。他们应该学会对别人和自己开放。

基于成长重于成就，成人重于人才的理念，我们所有的教育者都全心全意地投入，重视小学生的自己心理健康教育，利用一切资源开展小学教育。

**小学心理健康教育工作计划和安排篇九**

本学期为使我校心理健康教育工作不断深入发展，让我校的德育特色——心理健康教育工作更凸显其亮点，本学期根据本校的实际情况特制定如下计划：

以打造阳光校园，创设和谐的人际关系为总目标。通过心理健康教育工作，使我校每一名师生在日常工作、学习、生活中，苦有地方倾诉、郁闷有人沟通、压力有地方宣泄，让我校的师生心理不断成长，人格不断健全，承受挫折、适应环境的能力不断增强，能勇于面对现实，勇敢挑战困难，以良好的心态快乐工作、学习、生活，真正做到开心每一天。

心育课题研究负责人：xx

心理咨询室（阳光小屋）负责人：xx

阳光信箱负责人：xx

心育网站负责人：xx

心育活动负责人：xx

学生心理科学小论文、心育日记负责人：xx

教师心育论文、个案等负责人：xx

心育组成员应积极参与学校各项心育活动，如：开设团体辅导、班级团体辅导、班级活动课辅导、亲子教育、家长学校、个体咨询、搜集各种资料、校园文化氛围建设等，并充分发挥伙伴效应，继续选拔\"阳光小天使\"，让学生参与，学会自主管理。

3、聘请外单位有经验的教师或专家做专题辅导报告；

4、加强对班主任心理健康教育校本培训；

5、心理健康教育小组单周例会，开展心理健康教育工作与理论研讨；

7、举办教师心理成长乐园活动。

1、学生版块课程的设置

（1）积极发挥课堂主渠道作用，各班班主任要利用二会一课进行心理健康教育。

（2）开设班级心理健康教育课。

（3）心理讲座或班级团体辅导；

一、二年级：《笑脸相迎》——礼仪教育。

三、四年级：《勇于面对》——挫折教育。

五、六年级：《寻找你的北极星》——目标教育。

《充满信心走向成功》——成功教育。

2、心理咨询

具体的方式有：

（一）个体咨询

（1）电话咨询

（2）信箱咨询

办好\"阳光信箱\"，引导学生学写\"心理日记\"、画\"心理漫画\"，及时收集学生的心理困惑和心理问题，及时反馈答复，帮助学生有效排除各种。

（3）心理咨询室（阳光小屋、心晴驿站）的各项自选活动项目：

发泄、书疗、聊天、诉说、听音乐、看电影、唱歌、做放松操。

（4）学生心理成长班主任负责全面推行：

辅导需要帮助的`学生，作好辅导记载。

（5）做好心理测试、心理档案的建立、开展心理调查工作

（二）教师版块开展校内心理健康活动课赛课活动；

1、开展心理教育论文评比活动；

2、设立\"教师心理成长乐园\"活动。

3、定期召开班主任、思品课教师及心理辅导员会议，交流辅导心得。

4、心理健康教育工作组谈话会

（三）家长版块讲座

低年级：《习惯决定命运》；

中年级：《挫折教育》、《让你的孩子成为学习的高手》；

高年级：《做个知心家长》；

1、咨询

具体的方式有：

（1）个体咨询

（2）电话咨询

（3）书信咨询

（4）家校联系本交流

2、亲子教育——与学生家长的交流、沟通

（四）校园文化版块办好心理健康教育小报《阳光之旅》；

1、出好心理健康教育专题板报；

2、完善心理咨询室的布置；

3、办好\"心育之声\"广播；

4、做好校长信箱的信息反馈，教师心语、学生心语征稿收集活动。

做好心理健康辅导方法的探讨：脱敏治疗方法、意想与对话法、暗示法、音乐治疗法等。

根据市县级要求做好各项工作的安排落实。

具体工作安排

九月：

1、制定心理健康教育计划；

2、出好心理健康教育专题橱窗或黑板报；

3、利用家长会向家长宣传\"家庭心理指导\"的有关内容，如：

低年级：《习惯决定命运》；

中年级：《挫折教育》、《让你的孩子成为学习的高手》；

高年级：《做个知心家长》；

4、开展常规咨询。

十月：

1、设立校长信箱；

2、布置《阳光之旅》心理小报；

3、聘请专家讲座；

4、继续指导\"阳光小天使\"在班中开展\"开心果\"谈心角活动。

十一月：

1、组织全体老师学习有关心理辅导的知识、方法等。

2、心理小报稿件收集、整理、展示；

3、开展教师心理成长乐园活动（一）；

4、学校心理健康网站的宣传和启用；

十二月：

1、校内心理健康活动课赛课；

2、开展教师心理成长乐园活动（二）；

一月：

1、心理教育论文评比；

2、做好学期各类心理教育资料积累

3、本期心理健康工作总结。

**小学心理健康教育工作计划和安排篇十**

为了更好地促进学生健康成长，推进素质教育，贯彻教育部颁发的《中小学心理健康教育指导纲要》，本学期我校心理健康教育工作计划如下：

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。

1、坚持以人为本，根据学生的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，促进他们的身心全面和谐地发展。

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、学校心理健康教育队伍建设

我校有应用心理学专业毕业的教师一名，负责学校的心理健康教育工作，但是学校心理健康教育不是心理健康教师一个人的事，是所有学校教育工作者的事，所以学校成立以心理健康教师为主，班主任教师为辅，其他教师为基础的学生心理健康教育战线，为全体学生的心理健康保驾护航。

2、学校心理健康教育的开展

（1）心理课辅导。本学期由心理健康教师不定期为各年级学生进行团体辅导。同时，各班在班内进行心理健康主题的班队会，为学生提供全面的帮助，主要为塑造班级集体良好的氛围和集体的良好行为，激发群体向上的精神。

（2）心理咨询室。开设“知心小屋”，接受以学生个体或小组为对象的咨询。心理咨询室有专任教师负责，固定的开放时间，固定的场所。心理咨询室建设的环境布置除了符合心理辅导的要求，还要考虑儿童的审美特点。

（3）办好“知心信箱”，以便个别学生羞于启齿，可以利用写信的方式和学校的心理老师进行沟通、预约咨询。

（4）以“点”带“面”，利用学校宣传阵地

本学期开展了心理健康主题手抄报设计比赛，在学生中大力宣传心理健康的重要性。

（5）指导家庭进行心理健康教育

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，学校、家长应该合力重视小学生的心理健康教育，我们的教师坚持不懈地向家长提出各种建议，指导家长开展小学生家庭心理健康教育。

（6）指导小学生进行自我心理健康教育

指导小学生学习简单有效的自我心理健康教育的方法：a、学会放松。要使小学生知道紧张是正常的心理反应，是可以通过想象、转移注意力、调整呼吸、体育活动、听音乐、唱歌、阅读、睡觉等方法调节放松的。b、与人谈心。要使小学生知道有问题要学会求助，在学校可以找老师、心理辅导老师谈心；在家里可以找长辈、亲友谈心；在社会上也可以有谈心的对象，如心理咨询电话等等。无论何事何时都可以与人谈话，学会与人谈心一辈子受益。c、学习写日记或周记。小学生要学习用笔与自己谈心，把心灵的轨迹用文字描绘下来，这对心理健康成长有很大的帮助。教师和家长要尊重孩子的隐私，公开日记要得到本人的允许。小学生也不用过分担心自己的内心秘密被他人知道，要学会坦然地对人与对己。

本着“成长比成绩重要，成人比成才重要”的理念，我们全体教育工作者全心投入，重视小学生自我心理健康教育，利用一切资源开展小学生心理健康教育，促进全体学生的健康发展，为孩子的心理健康保驾护航是我们为之努力的目标。

每月具体工作安排如下：

9月：

1、制定心理健康教育工作计划，明确本学期工作思路。

2、咨询室布置工作完成后心理老师开始正常值班。

3、正常开展心理健康教育的常规工作。

10月：

1、组织班主任学习有关心理辅导的知识、方法等。

2、做好校刊知心信箱的编辑工作。

3、利用“小主人电视台”进行心理健康知识专题讲座。

11月：

1、利用家长学校向学生家长宣传心理健康知识。

2、对学生进行常规心理健康测查。

12月：

1、利用“小主人电视台”进行心理健康知识专题讲座。

2、做好校刊知心信箱的编辑工作。

1月：

1、进行“今年我要压岁言”活动动员。

2、心理健康教育学期工作总结。

3、心理健康教育档案资料汇总整理。

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