# 最新幼儿园心理健康教育工作计划(模板13篇)

来源：网络 作者：岁月静好 更新时间：2024-06-02

*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。什么样的计划才是有效的呢？下面是小编整理的个人今后的计划范文，欢迎阅读分享，希望对大家有所帮助。幼儿园心理健康教育工作计划篇一为进一步提高教师的心理健康水平和教...*

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。什么样的计划才是有效的呢？下面是小编整理的个人今后的计划范文，欢迎阅读分享，希望对大家有所帮助。

**幼儿园心理健康教育工作计划篇一**

为进一步提高教师的心理健康水平和教育能力，以适应新的基础教育课程改革的需要，培养学生良好的心理素质；根据旗教育局的有关规定，从20xx年9月起，我校将对全校教师进行心理健康教育培训活动。

全体在职教师

（一）组织与管理：

组长：倪丽荣校长

副组长：高智、张翠英副校长

（二）培训形式：

主要采取听讲座，研究讨论、自学和实践的方式，以及开展心理健康教育辅导活动，撰写心理健康教育辅导个案。

（三）培训时间：

根据旗教育局培训时间具体安排。

（4）培训内容：

1、教师心里减压

2、如何克服教师职业倦怠

3、如何识别有心理问题的学生

4、教师与学生的心理沟通技巧

5、教师人际关系疏通

（五）培训方式

2、自学《中学生心理健康教育》

**幼儿园心理健康教育工作计划篇二**

新的学期又开始了，新的一年，孕育着新的希望。假期中的读书学习使我感觉有一种在心中涌动，我要把这种化作动力，用务实的精神扎扎实实开展本学期的心理健康教育工作，促使学校的心理健康教育工作呈现出新的局面。为了更加有效的开展本学期的工作，为了自身得到更快成长，制定工作计划如下：

翟老师对每次活动都能精心组织，让我们高兴而来，满载而归;每次活动都能碰撞出思想的火花，丰富心理辅导的知识，提高心理辅导的技能，促进自我成长并获得成长的能量。我将克服困难，积极参加工作室组织的各项活动，保质保量完成工作室布置的各项任务。同时，积极为工作室出谋划策，做好各种服务和协助工作，为工作室的发展尽自己的一份力量。

读书学习是促进自我成长的根本途径。本学期，我将精读《心理学》和《发展心理学》两本专业理论书籍，并做好读书笔记，使头脑中的理论知识更加系统化。学习理论的目的是用来指导实践工作，我将努力将所学知识与教育教学工作相结合，用理论知识来指导实际工作，提高工作的效率和效能。另外，“学而不思则罔，思而不学则殆。”在学习的过程中，我将结合工作实际积极进行思考，勤于笔耕，将工作中的感受和收获及时记录下来，写出至少一篇有质量的论文，争取能在报刊杂志上发表。

本学期，学校对心理健康教育工作给予了有力支持，投资购买了沙盘和沙具，将建立沙盘游戏室。由于缺少实践经验，为了充分发挥沙盘游戏室的作用，我将做好以下几项工作：一是自觉加强对沙盘疗法的理论学习，丰富沙盘疗法理论知识，掌握基本的操作流程;二是向有经验的工作室成员学习，定期进行交流沟通，熟悉沙盘疗法的技能和技巧;三是鉴于师生和家长没有接触过沙盘，对沙盘知之甚少，甚至毫无所知。我将组织师生和家长知识讲座，让师生和家长了解沙盘的基本知识与作用，解除他们心中的神秘感，扩大沙盘疗法的影响力，并积极取得他们的信任和支持;四是在师生中征集玩具，不断丰富沙具的种类，增加沙具的数量;五是主动创造机会为师生、家长进行沙盘辅导，在实践中不断积累工作经验，掌握运用沙盘进行个体辅导、团体辅导和家庭辅导的技能和技巧。

目前，学生对心理咨询和辅导仍存有一种戒备心理，仍感觉谁要去心理咨询，谁就不正常。为了帮助学生对心理咨询和辅导有正确的认识，本学期我将以六年级和七年级为重点，利用课外活动时间组织学生开展心理体验活动，让学生消除对心理咨询和辅导的神秘感和不正确的认识，让学生喜欢上心理辅导，接纳心理咨询，为今后心理咨询和辅导工作的开展奠定良好的基础。

1、学期内组织两次教师心理知识讲座，一是关于教育中的心理效应，促使教师将这些心理效应运用到实践工作中，增强教育教学效果，促进学生的健康成长;二是挑选十个便于操作、容易掌握的心理游戏教给老师，尤其是班主任老师，帮助老师多掌握一些教育学生的方法和手段，逐步改变教师“说教”为主的传统教育模式，而代之以学生参与体验为主的体验活动。

2、尝试给学生举办学习方法知识讲座，帮助学生掌握科学的学习方法，调动他们的学习积极性，激发他们的学习热情，提高他们的学习效率。

3、组织1-2次家长讲座，向家长介绍科学教育孩子的方法，帮助家长走出教育孩子的误区，提高他们的育子能力。

一个人的精力和时间毕竟有限，需要做的事情又很多，我将尽自己最大努力按照计划完成各项目标，不断促进自我成长，为学校心理健康教育工作的开展尽微薄之力。

**幼儿园心理健康教育工作计划篇三**

为认真贯彻学校有关精神，根据大学教育的特点和大学生心理发展的规律，拟定港口管理学院20xx—20xx年度心理健康教育工作计划。通过各种途径继续认真开展多样的心理健康教育活动和指导，确保学院心理健康工作进行科学合理、系统协调、规范秩序，帮助学生获取心理健康的知识，协助学生解决在生活、人际及学业问题所引起的心理困扰，以维护其身心健康，促进学生人格的健全发展。

1、通过开展各种形式的宣传普及工作和活动，让更多的学生了解并积极配合心理辅导工作。

2、加强班级心理委员的培训工作。

3、完善充实学院心理健康教育，建立与学生的多渠道沟通网络。

4、重视调查分析、研究，认真细致地做好疏导工作，力求个案上有所突破。

（一）大力宣传心理健康知识，普及心理基础知识。

1、协助校新航港湾，做好新生心理健康普查工作。“万事开头难”，迎接新生入校，须关注他们这一时期的心理健康。进行新生心理健康普查，帮助学生在较短的时间内了解自己，从而有效塑造自我，为规划自己的学业生涯和未来职业生涯奠定基础。

2、针对性地建立心理档案。在普查过程中若发现个别同学情绪极端不良，为该同学建立心理档案，作为学院重点关注的同学，在平时的学习生活中多留意，一旦发生问题，马上对其进行心理疏导，保证心理辅导工作的有效性。

3、组织并开设各类心理讲座和活动。开学初对新生进行心理健康辅导，使每个同学树立正确的健康观：一个健康的人，不仅仅是躯体上没有疾病和缺陷，而且还要有完满的心理状态和社会适应能力。另外寝室与学生生活息息相关，于是开展以“和谐宿舍——你我的家”为主题的心理论坛活动，“心理素质与成长故事”征文活动，心理健康宣传画大赛，心理影片展播，心理专家电视讲座等，通过这些形式多样的活动吸引学生关注自我心理，广泛接触心理知识，进行有效的心理障碍或疾病的预防。

（二）完善学院心理委员制度。

1、在新生中进行班级的心理委员的遴选和培训。选择对心理学感兴趣，热爱班集体，乐于和同学交往，有一定威信的非担任班级干部的同学作为心理委员，了解学生心理动态，充分发挥联络员的作用，及时发现问题，上报解决问题。

2、完善老生心理委员机制，加强心理委员骨干队伍的建设。

（1）心理委员定期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，充分发挥心理观察的能力和作用。

（2）在心理委员中选择1-2名负责人收集活动记录及总结，督促心理委员骨干时刻谨记学生心理健康教育的重要性。

3、认真做好学生心理辅导及心理咨询工作。

（1）完善充实心理培训内容，为学院学生提供更多关于心理活动的动态信息，并针对学院学生特色设置专门的心理保健知识。

心理健康水平的稳定和提高。要求心理委员本学期在班内至少开展一次全班性的心理活动。并及时上交方案，活动记录以及总结等材料。

（3）心理委员须向班主任、辅导员报送“班级学生心理状态晴雨表”，分别从学习、生活、交往、情感、危机事件、综合评价等多个维度对本班学生的心理状态进行评估报告。并参考工作成绩，学期末评出优秀心理委员予以报道。

（4）心理委员发现班内个别同学有辅导需要（超出心理委员能力所限）时，应及时上报学院，并推荐其前往心理咨询室进行咨询。

通过以上举措，促进心理委员的工作积极性，保证心理辅导的参与率和高效率。

（三）建立心理辅导网络。

拟建立学院三级心理健康教育工作网络体系。体系的参与者，包括学院党总支副书记、辅导员、心理委员。心理委员是学生身份，他们与学生交往最密切，通过他们的联络员作用把信息及时反馈到辅导员，随时掌握学生心理发展脉搏，对比较棘手的个案上报学院党总支副书记解决。

（四）心理辅导活动与学院社团活动相结合。

为了增强心理辅导活动的宣传和参与力度，丰富社团活动内容，建议心理辅导活动与学院社团活动相结合，互相补充。比如开展现场心理咨询，心理测试，以及心理健康知识宣讲，悬挂标语横幅，散发传单，并在学生宿舍区的橱窗中长期摆放心理健康知识和咨询情况的宣传板等。

**幼儿园心理健康教育工作计划篇四**

本学期我校心理健康教育工作，以完善学校心理健康教育的组织机构和工作机制为保障，以学校的工作计划、德育计划为指导，认真贯彻执行《关于加强中小学心理健康教育的若干意见》，通过多种形式对不同年龄层次的学生进行心理健康教育和指导，努力创造条件辅助和激励学生健康成长。

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、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)

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。

5、人格养成教育。

(1)引导学生树立发展健全人格的愿望与动机。

(2)注重学生的自我人格养成教育。

(3)对有人格障碍的学生进行重点辅导。

(1)心理课辅导。每个月的最后一周班主任教师利用班会课根据本班具体情况开展心理活动课。

(2)心理咨询室。逐步开放“心灵家园”，接受以学生个体或小组为对象的咨询。逐步做到心理咨询室有专任教师负责，固定的开放时间，固定的场所。

(3)办好“心灵信箱”，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，一般的问题由心理老师转交班主任回复，特殊的由心理辅导老师进行个别咨询。

(4)以“点”带“面”，利用学校宣传阵地。

“各班板报、红领巾广播站”是我校学生熟悉的宣传阵地，本学期将充分利用现有的阵地宣传心理知识，在红领巾广播站、多媒体教室进行讲座，对个别案例进行解析，对一些常识性的问题进行解答，让学生在学习、生活中随时保持正常的心态。

(5)指导家庭进行心理健康教育。

小学生的心理健康教育仅仅由学校实施是不够的，在更重要的意义上讲，小学生心理健康教育主要依靠家庭教育，因为家庭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，我们利用家长会等多种途径，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。

**幼儿园心理健康教育工作计划篇五**

我爱我——团结互助，给力心灵，共同成长

围绕大学生在成长过程中普遍存在的心理困惑，以“给力心灵，团结互助，共同成长”为主题开展形式多样的心理健康教育活动，引发大学生关注心灵，进取营造有利于大学生身心健康和谐发展的学校氛围，引导学生正确应对各种困惑，并主动探求解决途径，健康成长。

三、活动主办：

学生工作处心理咨询中心

四、活动承办：

院系心理健康部，心理成长协会

五、活动时间：

20xx年5月3日(5月3日—31日)

六、活动范围：

全体学生

七、活动资料及具体安排：

(一)宣传篇

1、横幅宣传：出一条横幅(一式两份)，宣传本届心理健康节主题。

承办单位：院宣传部、院心理健康部

横幅资料：团结互助，给力心灵，共同成长——湖铁职院第八届大学生心理健康节宣(暂定)

横幅位置：南院悬挂于j1教学楼前，东院悬挂于篮球场

2、板报宣传：出一期板报，宣传本届心理健康节主题、资料、时间安排等。

承办单位：六系心理健康部

活动要求：六系各出一期板报

板报摆放：南院篮球场、东院教学楼前

3、报纸宣传：出一期报纸(《《心之桥》》特刊)，宣传本届心理健康节主题、资料、具体活动安排等。

承办单位：大学生心理成长协会《心之桥》修改部

活动时间：5月份修改、印刷完成。

4、海报宣传：各系各出3张海报，宣传本届心理健康节

承办单位：各系心理健康部

活动要求：(1)正确悬挂于南院和东院篮球场上;

(2)纸张大小标准(与院宣传部统一标准)

5、广播宣传：宣传本届心理健康节各项活动安排，心理健康知识。

承办单位：院心理健康部、院团委广播站

资料供给：院心理咨询中心

注意事项：六系挂好海报后须通知院里进行拍照留影。

(二)活动篇

1、“团结互助，给力心灵，共同成长”大学生征文征画比赛

具体细则如下：

(1)活动对象：全院学生

(3)活动方式：以投稿形式讲叙大学生活中“团结互助，给力心灵，共同成长”的心境故事，再对参赛的作品进行评选，我们将对优秀作品选登到心理健康报中。

(4)活动分为两个程序：第一轮：各系分配到班级征选(篇数不限)

第二轮：院里征选

(5)备注：5月4号到7号在篮球场设立心理健康节活动咨询台，发放心理健康节活动安排表;征文必须贴近生活、资料丰富，积极向上;参赛文章不得抄袭，否则将被取消比赛资格。

(6)奖项设置：

2、“爱的抱抱”温暖学校行动

(1)活动目的：给同学们鼓励与拥抱，让同学们对自我坦诚，对身边的人坦诚，释放心境，说出对朋友、家人、学校的感激。

(2)主办单位：学生工作处心理咨询中心

(3)承办单位：院心理健康部

(4)协助单位：院心理成长协会

(5)活动资料：两名成员分别穿着卡通人物服装，给走过的同学送去“爱的抱抱”。此外，活动现场还摆放了“感恩”和“祝福”两块展板。不少同学也能够写下自我对好友、家人、学院的感恩与祝福，或是自我大学三年的心愿和梦想。同学们能够与其拥抱和合影。

(6)活动流程：设立一个服务台，准备便利贴和笔，同学领到笔和纸再写上自我的话后贴在指定的板报上。每位真诚地写出“感恩”与“祝福”的同学将获得一份小小的礼物。

(8)活动地点：南院篮球场

3、学校心理剧比赛

(1)活动目的：

经过心理话剧表演反映大学生活的方方面面与点点滴滴，让同学们关注自我与他人的心理健康，使同学们从话剧中学会更好地处理自我、自我与家庭、人际交往、情绪管理等方面的问题，更懂得享受生活，珍爱生命，构建和谐心灵，健康成长。

(2)话剧主题：毕业n年以后，我们相聚湖铁

(3)主办单位：学生工作处心理咨询中心

(4)承办单位：院心理健康部

(5)协助单位：院治保部、体育部、院秘书处

(6)参赛队伍：6系及心理成长协会各派一支代表队，加心理成长协会共7支队伍参加比赛。

(7)活动流程：4月2日之前各参赛单位交学校心理剧剧本初稿至心理咨询中心，4月6日之前心理咨询中心将修改意见反馈至承办单位，4月11号前剧本定稿，4月至5月上旬排练，彩排时间是5月18日。

(8)比赛时间：5月19日午时15：00(暂定)。

(9)评分标准：

(1)评分方式：总分10分，取平均分。

(2)根据服装，表演的发挥与创新等相应得分

(10)奖项设置：一等奖1名;二等奖1名;三等奖2名;优秀表演奖1名;最佳团体奖2名;最佳获奖队将获得奖金和(团体)奖金。

(11)比赛地点：南院篮球场

(12)场地设置、纪律、安全工作安排：由院心理健康部、院体育部采购材料，布置场景，由院学习部负责计分，院治保部、院宿管部维护现场纪律、安全。

4、沙盘游戏作品展览

(1)活动目的：经过本次活动，让同学感受到做沙盘游戏的乐趣，感受到自我的内心世界，同时鼓励同学前往心理咨询室体验沙盘游戏。

(2)活动简介：一粒沙是一个世界，反映着智者的思考和智慧;沙盘中展现出美妙的心灵花园，则是沙盘游戏治疗的生动意境。把无形的心理资料以某种适当的象征性的方式呈现出来，从而获得治疗与治愈，创造与发展，以及个性化的体验，便是沙盘游戏的无穷魅力和动人的力量所在。

(3)主办单位：学生工作处心理咨询中心

(4)承办单位：院心理健康部

(5)协助单位：院心理成长协会、六系心理健康部

(6)参与人员：本院学生

(7)活动流程：各系学生在4月底之前做完沙盘游戏，将每个作品拍照留影，写上相应的名字，班级，作品名，并以系为单位将照片电子稿上交院里。院里选择部分作品，征得该同学同意，并由该同学对作品进行必须的描述(即：沙盘的名字、故事)后统一冲洗进行展出。

(8)图片展览时间：5月25日(三)9：30-5月26日(四)18：00

(9)展览地点：南院篮球场

5、心灵影片赏析

(1)活动目的：经过影片引导同学关注自我与他人的心理健康，努力构建和谐心灵，和谐人际，健康成长。

(2)主办单位：学生工作处心理咨询中心

(3)承办单位：院心理健康部

(4)协助单位：机电系心理健康部、电气系心理健康部

经贸系心理健康部、轨道系心理健康部

(5)活动要求：露天电影，心理咨询中心负责供给影片和宣传资料、播放设备

(6)放映时间：第一场-5月6日(五)第二场-5月13日(五)

(7)观看形式：各系组织观看

(8)负责单位与地点设置：

第一场：南院篮球场--机电系心理健康部负责

东院篮球场--电气系心理健康部负责

第二场：南院篮球场--人文系心理健康部负责

东院篮球场—轨道系心理健康部负责

(东、南院各设置一个场地)

6、“5.25(我爱我)心理健康日”户外宣传活动

(1)活动目的：呼吁大学生关注自我的心理健康，并以此掀起社会关注心理健康的热潮。为提高我院大学生的心理健康水平，增强大学生的心理保健意识，在我院掀起关注心理健康的热潮，让更多的人来关注大学生的心理健康问题，让更多的人意识到心理健康问题的重要性。

(2)主办单位：学生工作处心理咨询中心

(3)策划承办单位：院心理健康部、朋辈心理咨询员

(4)协助单位：院学生会

赞助单位：172学校活动网、大学生精英论坛

(5)活动流程：

(1)领导就“5.25大学生心理健康日”致词;

(2)两个团体竞赛活动，由各系选派队伍参加总决赛;

(3)现场朋辈心理辅导活动，横幅签名活动。

(6)活动宣传：“我爱我——团结互助，给力心灵，共同成长”横幅一条以供签名;各系于5月24日19：00以前出横幅、海报宣传(每个系5张)置于南院篮球场;准备525宣传资料。

(7)活动形式：团队形式

(8)比赛地点：南院篮球场

(10)活动资料：

团体竞赛活动一：无敌风火轮

(1)项目类型：团队协作竞技型

(2)道具要求：报纸、胶带

(3)活动场地：南院篮球场

(4)游戏时间：10分钟

(5)游戏详细玩法：12人一组利用报纸和胶带制作一个能够容纳全体团队成员的封闭式大圆环，将圆环立起来全队成员站到圆环上边走边滚动大圆环;到达指定的目的地，时间最短的为胜利者。报纸破坏的不能再进行比赛。

(6)活动目的：本游戏主要为培养学员团结一致，密切合作，克服困难的团队精神;培养计划、组织、协调本事;培养服从指挥、一丝不苟的工作态度;增强队员间的相互信任和理解。

(7)参加人员：各系各派出二支队伍，每个队伍十二人。

(8)奖项设置：设立一等奖1项，二等奖2项，三等奖3项。根据不一样名次分发奖品，参赛队伍均获小礼品一份。

(9)活动流程：每个系选2支优秀队伍参赛，在到院里进行总决赛;每支比赛队伍在进入总决赛都给自我的队伍取好组名，定好组歌，并在比赛之前进行团队的展示;总决赛时，分3场进行比赛，比赛顺序经过抽签决定，发挥团队精神，友谊比赛，安全第一。

团体竞赛活动二：疯狂的设计

(1)游戏类型：益智型、团体合作型

(2)游戏目的：增强组员的团体合作本事

(3)游戏人数：各系2个小组，每组10人

(4)游戏道具：小纸条、笔(工作者提前准备)

(5)游戏规则：

第一轮：小组成员派一个代表抽出一个工作者提前准备的26个字母中的两个，然后用最短的时间摆出这个字母。

第二轮：小组成员派一个代表抽出一个工作者提前准备的一个单词(单词由3-4个字母组成)，然后用最短的时间摆出这个单词。

在10分钟内完成单词数最多为胜利的一方。

(6)游戏时间：10分钟

(7)参加人员：各系各派出2支队伍，每个队伍10人。

(8)奖项设置：设立一等奖1项，二等奖2项，三等奖3项。根据不一样名次分发奖品，参赛队伍均获小礼品若干。

(9)活动流程：由各系到班级选优秀队伍参赛，在到院里进行总决赛;每支比赛队伍在进入总决赛都给自我的队伍取好组名，定好组歌，并在比赛之前进行团队的展示;总决赛时，分3场进行比赛，发挥团队精神，友谊比赛，安全第一。

(10)活动场地：南院篮球场

7、心理讲座篇

(1)活动目的：经过举办健康心理讲座，引导同学们正确认识健康，关爱生命，提高全校大学生的自尊、自爱、自立、自强的自我意识。从而使得全校大学生能够更好的应对学习、工作、感情和生活。

(2)主办单位：湖南铁道职业技术学院学生工作处心理咨询中心

(3)承办单位：院心理健康部、院心理成长协会

(4)协助单位：6系心理健康部

(5)讲座资料：沙盘游戏的使用与操作(待定)

主讲：待定

地点：j2多媒体

总负责：肖某某

宣传：聂某某

参加单位：各系心委、朋辈成员

流程：

1、主持人介绍

2、听讲座

3、嘉宾小结

举办时间：(暂定)

第八届心理健康节系列活动时间安排表：略

**幼儿园心理健康教育工作计划篇六**

一.班会主题——阳光青春，健康成长

二.活动背景

时间过得很快，一个不细心，我们就告别了几分青涩，些许懵懂的大一生活，马不停蹄地进入了此刻这个全新的阶段——大二。如果说，大一是摸索、适应时期，那么大二则是前进、奋斗的时期，是需要思考更多、抉择更多的时期。在这个时期里，我们的心智日渐成熟，可是本事有限，于是会感到青春的无奈，成长的烦恼，现实的残酷，未来的彷徨……所以我们得及时调试和解决自我的烦恼和疑惑，提高自我的心理素质，提升自我的心理健康水平，以进取、乐观的态度来打造一个阳光的青春，以正确有效的方式促进自我健康成长。让我们给青春的行囊解压，沐浴着阳光，健康成长!

三.活动目的

1.让同学们端正对心理健康教育的态度，了解其普遍性和必要性，生活，学习，工作中处处体现着心理学。

2.让\_\_经济班班委在班级建设中认识到本班同学心理的重要性，让朋辈心理辅导员更加深刻地了解自我的职责，并切实地发挥其作用。

3.使同学们对心理部活动及其相关的机构，期刊有一个好的了解，认识学校学院对心理问题的重视，必要时便于求助。

4.传播心理健康教育的小知识，让同学们能借助一些常用技巧来调整自我的心态，正确对待大学生活中的挫折，塑造更加健康的人格。

5.打造一个家样温馨和谐的环境，让每个班级成员都能感受到家的温暖，增进同学之间的感情，使整个团体更出色，更优秀。

四、活动时间

20\_\_年\_月\_\_号

五、活动地点

忠烈祠(如下雨则改在商学院217教室)

六、参与人员

\_\_级经济班全体成员

赞助单位：

七、活动形式

室外以游戏为主

八、活动前期准备

1、心理委员负责写好策划书，网宣委员出一张前期海报

2、安排当天拍照人员1人，秩序与安全维持2人，主持人2人

3、准备好当天活动需用道具及奖品

九、具体活动流程

1、介绍心理部的“c&t”计划，心理橱窗，心理标语，各种讲座等活动的ppt等相关资料。

2、将全体同学分成六组(工作人员除外，分组名单待定)，选出各组组长。

3、游戏一：室外游戏——一齐向前冲

游戏准备;选择一块平坦的场地并画好线，两线间隔三米，安排计时人员。

游戏方法：从每个小组选出九名同学，每三个同学一小组将脚捆绑在一齐，三小组分别站在两线外。每个组第一小组成员各拿一乒乓球。当主持人说开始时第一小组开始从线1跑到线2把球传给第二小组的同学，第二小组接到球后立即跑回线1把球传给第三小组，第三小组接球后立刻跑到线2，然后说“我们最棒”，游戏结束。传球过程中不能掉球，队员不能站到线内接球，否则加2秒。选出用时最少和用时最多的小组并分别给予奖励与惩罚。

游戏目的：发展学生的反应速度，提高奔跑本事，培养相互配合的精神。

(如下雨则改为室内游戏——大，小西瓜-

游戏要求：-说的和做的必须是相反的，并且不能和前一位学生说的相同。再者，两手比的“西瓜”形状至少要同肩宽，这将被视为“小西瓜”;两手相触比的“西瓜”形状，被视为“大西瓜”。如和上头不相符的视为失败，就将理解惩罚。)

4，全体同学按组排好队，每个人发一张卡片。每两个人应对面站立并伸出双手与对方掌心相合，播放轻音乐，大家紧闭双眼，思绪随主持人的言语飞扬。

活动目的：让大家回忆有生以来最让自我感动的事，回想大学开学时的情形与大学以来自我的学习生活，明确今后的人生目标。并在卡片上写下自我的人生梦想。

5、游戏二：吹球

游戏准备：准备好十个碗合五个乒乓球，菲面粉。其中五个碗里装有菲面粉，各放一个乒乓球。每个碗旁边放一空碗。

游戏方法：每个组派出一个代表，将乒乓球从第一个碗吹到空碗里，吹完五个球，以60秒为限，计算成功数。得胜者将得到精美礼品一份。

游戏目的：活跃气氛。

6、心理大挑战

活动形式：由班上同学投票选出班上最沉默的3名同学上台，表演形式自定。另请同学自愿上台和大家分享最感动的事或表演节目。凡上台者均赠发小礼品一份。

活动目的：让胆子小的同学战胜心理恐惧，让同学们认识到我们是一家人，没有什么好害怕的。

7、全体合唱《朋友》。活动结束。

十、后期宣传工作及注意事项

1、网宣委员做好后期宣传海报，收集此次活动的心得并将活动的照片及视频传到班级博客。

2、班委及朋辈心理辅导员经过此次活动加强对班上同学们的心理状况的了解，需要在日后的学习生活中更加关心帮忙他们。

3、经费预算：乒乓球9个，面粉1斤，碗10个，绸带12根，宣传海报2张，礼品若干。预计50元。

策划人：\_\_经济\_\_\_

20\_\_-\_\_-\_\_

**幼儿园心理健康教育工作计划篇七**

本学期将认真贯彻学校心理健康教育精神，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。

1、利用现有的心理健康的环境，注重学生心理辅导，做好学生心理咨询工作。

2、重视未成年人心理辅导站的常规建设，努力发挥心理活动室的作用，进一步在全校做好宣传、发动、普及、教育等工作。

3、利用心理健康广播、心理辅导及手抄报等方式，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。

4、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、开设“心灵信箱”，对个别学生进行有针对性的辅导。

3、全校开展跑操活动，调节呼吸，强健身心。

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，各班班主任要利用晨会、班会进行心理健康教育。

结合我校实际，主要通过以下途径开展心理健康教育：

1）以课堂为主渠道，围绕市级课题《综合评价背景下的学生身心健康教育研究》进行探究，将心理健康教育渗透在各学科教学中。

2）每个班级每月开展一节心理健康课（或活动）。班主任根据本班的实际和心理健康课本进行心理健康教育。

3）开展心理咨询和心理辅导。

4）办好“心灵信箱”，以便个别学生表达宣泄，利用写信的方式进行咨询。

5）以“点”带“面”，利用学校广播站、黑板报为宣传阵地，对个别案例进行解析，对一些常识性的问题进行解答，让学生在学习、生活中随时保持正常的心态。

6）加强家校联系，优化家庭教育环境。

全学年重视学生心理健康教育，利用一切资源开展学生心理健康教育，促进全体学生的身心健康发展，在潜移默化中实现师生共同成长，促进校园的和谐发展，是我校心理健康教育工作的终极目标。

1、教师对心理健康教育已有一定的认识，并且具有进行心理健康教育科研的能力。学校提出把心理健康教育建设成我校的一大品牌，一大亮点，明确地表明了校领导对心理健康教育的重视，以及做好心理健康教育的决心，这给心理健康教育工作的蓬勃发展带来了新的春天，也为心理健康教育工作提供了一个适宜成长的大环境。

2、由于我国心理健康教育起步较晚，大多数人对心理健康教育的认识还存在一定的偏差，甚至有一些错误的认识，尽管我校已经致力于心理健康教育的研究，但在师生中未能正确认识心理健康教育的现象还是存在的，在学生群体中，对心理健康持有不正确观念，或者知之甚少的例子还比较普遍。如何消除部分教师对心理健康教育的不正确认识，加强教师对心理健康的了解;如何让更多的学生认识心理健康，甚至主动参与心理健康教育，是本学年应该重视、优先解决的问题。

1、让教师更了解心理健康教育

教师是心理健康教育的实施者，当然更应该站在一定的高度来认识心理健康教育的内涵、功能、实施途径与方法，否则心理健康教育只能成为一纸空谈。虽然我校教师对心理健康已有一定的了解，但缺乏理论指导和深刻认识的教育是无法使我校的心理健康教育工作上升到更高的层次的，因此，本学年的一个重心应放在教师的理论学习和正确认识上。

2、让学生也认识心理健康教育

一提起心理健康教育，人们的脑海中就浮现出变态、神经病、心理治疗等字眼来，内心极不舒服，下意识地排斥。其实心理健康教育的范畴很广，心理治疗(矫正性功能)只是其中一个方面，我们的教育对象更多的是心理健康的学生，发展性功能、预防性功能更为普遍和重要。因此，让学生正确认识心理健康，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，是本学年的重点。

3、形式灵活多样，真正把心理健康教育开展起来

对于小学生来说，心理健康教育是一个抽象的概念，只有通过多种途径、多种形式把心理健康教育渗透在课堂中、渗透在游戏中、渗透在生活中，才能真正实现心理健康教育的功能。因此，本学年学校的各种教育途径都要行动起来，发挥自身的优势，让心理健康教育深入人心。

2、在课堂教学中渗透心理健康教育，把心理健康教育和课题研究结合起来;结合学科教材内容，渗透有机专题教育，如语文课，课文中丰富的思想内涵可以直接成为心理健康教育素材;体育课竞技项目教学同样可以帮助学生提高心理品质。

4、设立心理咨询室，真正发挥心理健康教育的矫正性功能;咨询室设星星知我心信箱，专人解答学生来信;咨询室设星星和月亮谈心区，专人辅导学生解决心理问题;做好心理咨询档案的收集与整理。

6、把心理健康教育和班会、队会结合起来，落实发展与预防功能;尝试以队会的形式、班会的内容来进行心理健康教育，在学生喜闻乐见的形式中，春风化雨地渗透心理健康教育。

7、充分利用国旗下讲话、红领巾广播站、宣传栏、黑板报等宣传途径，让更多的人正确认识心理健康教育;红领巾广播站的月安排中至少有两周以心理健康为主题;开辟心理健康宣传专栏国旗下讲话主要围绕心理健康展开。

8、可以在学校网站开设我校心理健康教育专块，扩大心理健康教育的影响力，提升我校心理健康工作档次，让更多人来支持、更多的专家来指导我校的心理健康教育工作。

9、注意收集活动材料，如照片、稿件等

学生：

(一)低年级

1、目标

通过帮助学生适应学校学习生活，培养学生的良好适应能力，与他人良好相处的能力，使其初步具有学习的自我效能感、良好的学习习惯、合作意识，初步形成积极正确的自我概念。

2、内容

九月、学生角色意识(如我是小学生)

十月、学校环境、集体生活适应(如我们的校园集体生活真快乐)

十一月、基本学习技能、行为习惯训练(如好习惯交朋友)

十二月、体验合作、体验友情(如大家一起来我和同学手拉手)

一月、学习成功体验(如我能行成功体验真好)

二月、学习兴趣(如兴趣是最好的老师到兴趣乐园去)

三月、自理、自立意识(如今天我值日自己能做的事自己做)

四月、排除不良情绪方法(如情绪气象台让自己更快乐)

五月、正确处理同伴人际冲突的方法(如沟通化解小矛盾)

六月、自我保护方法(如披着人皮的狼自护在我心)

七月、时间观念(如做守时的好学生时间的妙用)

(二)中年级

1、目标

初步具有独立自主的学习能力，能初步客观地评价自己和他人，具有爱心和集体责任感，初步具有自我完善意识、生活强者意识和创新意识。

2、内容

九月、自我控制策略(如智斗难题真快乐当天功课当天清)

十月、基本学习策略(如巧学苦练无难题学习要得法)

十一月、如何交朋友(如谦让、友善朋友多让我们走到一起来)

十二月、认识自己的优缺点(如：优点轰炸缺点轰炸)

一月、应对挫折的方法(如批评不可怕我也曾失败过)

二月、正确的消费观(如巧用零花钱小会计)

三月、体验创新、创造(如我不同意这个想法创造就在你身边)

四月、如何适当地表达自己的情绪情感(如当我难过的时候)

五月、集体意识、集体责任感(如我爱我班集体力量大)

六月、什是理解、宽容、原谅、信任(如与我同行握住我的手)

七月、什么是死亡(如热爱生命珍惜每一天)

(三)高年级

1、目标

能进一步认识自我并悦纳自我，使其心理变化与生理变化相适应，初步学会分析自我、设计自我、发展自我，具有一定的自学能力、竞争意识和正确的性别观念。

2、内容

九月、学习计划的制定(如订好学习时间表)

十月、应考策略(如考试前的我考试中的我考试后的我)

十一月、工作神圣而平等(如职业大舞台条条大路通罗马)

十二月、家庭观念(如家庭小帮手爸爸妈妈和我)

一月、心理防御机制的运用(如学会说不使自己感觉好起来)

二月、如何与他人沟通(如当小朋友难过的时候怎样赞美别人)

三月、什么是竞争(如同学进步我高兴正确竞争好处多)

四月、正确认识社会不良现象(如做遵纪守法的小公民攀比之风不可长)

五月、调节情绪的方法(如做情绪的小主人)

六月、什么是健康的生活方式(如筑起防范恶习的城墙)

七月、什么是心理学健康及其重要意义(如健康的一半是心理健康心理健康不神秘)

教师：

九月、心理健康教育的意义、内涵、功能

十月、心理健康教育目标、内容、途径

十一月、教师心理健康

十二月、心理健康教育的原则

一月、心理健康教育课程改革

二月、心理辅导与心理咨询

三月、心理健康档案的建立

四月、心理健康测验

五月、心理训练

六月、家庭心理健康教育

七月、学生社会活动心理辅导

**幼儿园心理健康教育工作计划篇八**

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

我校组织老师参加培训,进一步系统学习心理学知识,了解心理课设计方法。学校对在师资培养十分重视，花了很多心血。然而，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、正常开设心理课辅导。保证一二年级每周一课，三至六年级的间周一课。

3、以“点”带“面”，利用学校宣传阵地

“各班板报、学校广播站”是我校学生熟悉的宣传阵地，本学期将充分利用现有的阵地宣传心理知识，在广播台进行讲座，对个别案例进行解析，对一些常识性的问题进行解答，让学生在学习、生活中随时保持正常的心态。

4、指导家庭进行心理健康教育

小学生的心理健康教育仅仅由学校实施是不够的，在更重要的意义上讲，小学生心理健康教育主要依靠家庭教育，因为家庭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，我们利用家长学校、家长开放日，家长会等多种途径，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。

5、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“我自信，我坚强，我向上”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。

2月：

1、制定心理健康教育工作计划，明确本学期工作思路。

2、正常开展心理健康教育的常规工作。

3月：

1、组织班主任学习有关心理辅导的知识、方法等。

2、建立学生心理档案。

4月

1、利用“学校广播台”进行心理健康知识专题讲座。

2、校心理健康活动课研讨。

5月：

1、利用家长会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。

6月：

1、利用“学校广播”进行心理健康知识专题讲座。

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。

**幼儿园心理健康教育工作计划篇九**

认真贯彻省、市、县关于学校心理健康教育的有关精神，根据《中小学心理健康教育指导纲要》的有关要求、小学教育的特点和小学生心理发展的规律，通过各种途径认真开展多种多样的心理健康教育活动，帮助学生获取心理健康的初步知识，提高心理素质，增强承受挫折、适应环境的能力。促进学生人格的健全发展。

（一）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。

（二）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。

（三）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。

（四）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。

（一）做好心理教师培训工作。为了顺利开展学校的心理健康教育工作，根据县镇校的要求，以《如何开展心理健康教育》为主题，对全校心理健康教育教师进行培训，让教师了解教师和学生的心理健康和学生开设心理健康教育的背景，教师素养，心理咨询和团体辅导等，学会初步判断自己或同事的健康状况，并能区分心理健康、心理不健康和精神疾病等概念，正确认识心理问题。

（二）开设心理健康教育课。保证心理健康教育活动的时间；各班开展形式多样的心理健康活动，提高班级凝聚力，集中解决班级中存在的普遍问题。

（三）在课堂教学中渗透心理健康教育，把心理健康教育和教学研究结合起来；结合学科教材内容，渗透有机专题教育，如语文课，课文中丰富的思想内涵可以直接成为心理健康教育素材；体育课竞技项目教学同样可以帮助学生提高心理品质。

、具体工作：

（一）学校心理健康教育队伍建设

进一步系统学习心理学知识，了解心理课设计方法。学校对师资培养十分重视，花了很多心血。然而，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。

（二）学校心理健康教育的方式

1、心理课辅导。本学期由班主任教师作为心理辅导老师在班内试行心理课，每个星期开展一节心理健康课（或活动），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

“校园报”、“小主人广播站”是我校学生熟悉的宣传阵地，本学期将充分利用现有的阵地宣传心理知识，在电台进行讲座，对个别案例进行解析，对一些常识性的问题进行解答，让学生在学习、生活中随时保持正常的心态。

5、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：

（1）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。

（2）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。

（3）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做好校刊知心信箱的编辑工作人知道，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。

**幼儿园心理健康教育工作计划篇十**

良好的心理素质是人的全面素质中的重要组成部分。心理健康教育是提高中学生心理素质的教育，是实施素质教育的重要内容。中学生正处在身心发展的重要时期，随着生理、心理的发育和发展、社会阅历的扩展及思维方式的变化，特别是面对社会竞争的压力，他们在学习、生活、人际交往、升学就业和自我意识等方面，会遇到各种各样的心理困惑或问题，因此加强中学生心理健康教育，提高中学生心理素质，培养中学生健全人格，具有十分重要的价值和意义。

坚持以人为本，育心为先的原则，遵循学生的生理、心理发展规律，运用心理教育的理论和方法，在学校的全程教育过程中为学生提供心理方面的帮助和服务，以达到“培养学生良好心理素质、维护学生心理健康”的目标。

心理健康教育的目标是：提高全体学生的心理素质，充分开发他们的潜能，培养学生乐观、向上的心理品质，促进学生全面、健康发展。

学校心理健康教育的主要任务是：全面推进素质教育，增强学校德育工作的针对性、实效性和主动性，维护学生的心理健康，减少和避免对他们心理健康的各种不利影响；培养身心健康，人格健全、具有创新精神的一代新人。

主要内容包括：帮助七年级学生尽快适应环境、人际关系和学习；

帮助八年级学生发展其学习能力，改善学习方法，改善成绩“两极分化”现象；

了解自己，学会克服青春期的烦恼，

加强自我认识，客观地评价自己，积极与同学、老师和家长进行有效的沟通；

九年级学生的对挫折的耐受能力，消除压力源，缓解中考压力。

（一）更新心理健康教育工作体制

积极开展心理健康教育的教师培训，通过国培—省市培训—自主研修等方式培训提高专、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。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。

（二）心理健康教育全面渗透于学校教育教学工作之中

1、心理健康教育与学科教学有机渗透

1）开展学习辅导，促进学生的学习兴趣。

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。

2）创设良好的课堂心理环境，使学生乐学会学

在课堂中，教师努力创造一种和谐、民主、平等、轻松的心理氛围，充分发挥学生的主动性、独立性、合作性，让兴趣引导学习。在这样的氛围中学生健康愉快的情绪得以保持，自主性得到发展，合作精神、创新精神得到培养。

3）利用教材与课堂，塑造学生完美人格

教材的编写和制定都蕴含着不少心理健康教育的因素。教师要充分地有意识地运用教材本身的魅力作用，有机地运用它去塑造学生健全人格。

2、开设心理健康活动课或专题讲座：本期根据不同年级反映出的突出心理问题举办心理讲座。普及心理健康科学知识，帮助学生掌握心理保健知识，促进身心全面健康的发展。

3、开放心理辅导室，进行个别的辅导。由心理健康教师进行定期辅导。对学生在学习和生活中出现的问题给予直接的指导，排解学生心理困扰，并对有关的心理行为问题进行诊断、矫治。

（三）心理健康教育与家庭教育结合

家庭教育是学校教育的一个不可忽视的部分。但是家庭教育中，一些家长单纯地重视孩子的需求而忽视了孩子的心理健康教育。今年通过家长学校对家长进行沟通交流，开展亲子活动等提高家长的家庭教育能力和心理健康教育意识。

（四）创设良好的校园心理环境

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。通过校广播、电视、书刊、网络等宣传媒介大力宣传心理健康知识，使学生时时刻刻接受着健康的熏陶，学校心理环境谐和、真诚、奋进，孕育了一种健康向上的心理氛围。

1、制定学年心理键康教育学年计划及心理咨询计划；

2、结合入学教育，开展新生入学适应性心理辅导，以改善新生的“三大心理困惑”；

3、让新生了解心理健康教育，树立心理健康意识。

1、重新选拔，合理配置、培养一批心理信息员；

2、分发《学生心理信息反馈单》；

3、根据个性心理问题，有针对性地进行个案辅导。

1、班级心理辅导，解决学生共性的心理问题；

2、依托国培，结合学校工会工作，进行教师心理健康的维护，提高教师的心理健康水平，提升教师的幸福指数。

1、利用校园网站，搭建心理健康教育网络平台；

2、借助网络平台，进行班主任心理教育的研讨和交流；

1、期末考试前学生心理辅导；

2、档案归类、整理；工作总结、反思；

**幼儿园心理健康教育工作计划篇十一**

新世纪的人才，需要具备在生理素质、心理素质、社会文化素质三方面全面发展、和谐统一，构成完善人格的整体。学校是培育新型人才的摇篮，作为基础工程，小学教育需要从培养21世纪现代化建设需要的能经受全球挑战的人才目标出发，加强小学生的心理健康教育，全面推进素质教育。心理健康教育立足以人为本，让学生健康活泼的成长，开发学生的心理潜能，陶冶学生的心理情操，锻炼学生的心理素质，预防学生的心理疾病，树立心理健康意识，把和谐、平等、民主的新型的师生关系寓于健康教育活动中。

（一）教学目标

运用心理学、教育学的原则与方法，以小学心理健康教材为载体，对青少年进行有关心理健康方面的教育、咨询和行为训练，培养他们良好的心理素质，提高他们的心理健康水平，促进他们全面和谐的发展。

（二）课程内容特点

心理健康教育的内容，除包括排除小学生的心理障碍、预防心理疾患之外，还包括小学生的全面心理健康。主要有：学习心理：学习活动在促进心理成熟中起着至关重要的作用，通过这部分内容的教育，使小学生喜欢学习，掌握科学的学习方法，养成良好的学习习惯；自我心理：自我意识就是人除了意识到周围世界的存在外，也意识到自我的存在及自我与周围世界的关系，成熟的自我意识包括认识自己身体和生理状态，认识自己心理状况，认识自身与外界关系；交往心理：良好的社交能力对于学生今后走向社会，适应现代社会生活具有重要价值，在这部分内容的教育中，主要是增强学生社会交往的主动性，克服交往中存在的心理障碍。每课内容分档案馆、咨询台、活动区、实际园四方面安排，档案馆提供各种心理问题案例素材；咨询台是对案例的从心理学、教育学方面进行分析说明；活动区是师生讨论、表演再现案例的内容，让学生加深理解；实际园是让学生通过讨论、调查、访问等，进行心理锻炼、培养心理素质等。

（三）重点、难点

1、重点：对学生问题行为的过程分析，科学地“诊断”学生问题行为产生的根源、合理的归因。强调和学生讨论和沟通的过程，更多的以心灵的感化来促进学生的自我反省和自我完善，助人自助。

2、难点：探索促进和影响学生心理健康发展的因素及其作用，提出解决这些问题的措施和方法，从而保证学生的心理健康和谐地发展。宣传推广各种维护心理健康的科学知识和方法。指导和训练学生运用心理学原理和方法克服心理障碍，使自身的心理和行为更趋完美健康；了解并掌握良好的人际交往方法，提高社会适应能力。

在课堂教学中，以活动课为主淡化理论，强化行为为指导和行为训练，教学各种心理健康教育渗透。通过多种途径，多种手段，有目的、有计划地对学生的心理发展施加影响。同时注意结合运用现代的教学手段辅助教学，使之更加生动形象直观，从心理咨询、心理讲座入手，进而将心理健康教育贯穿于全部教育教学活动中。采用如下方法进行：

3、设题展示法：确立主题后，学生分别准备材料，集体展示，进行总结；

6、社会活动法：从主题设计始，经活动实践，最后交流体会；

每周一课时，分一学年教学，以课堂教学为主，社会实践为辅。

**幼儿园心理健康教育工作计划篇十二**

：为加强心理健康教育工作，提高学生心理健康水平，合肥市将进一步发挥市心理健康辅导中心、县(市)区心理健康辅导站、学校心理辅导室作用，全面实施素质教育，促进学生健康发展，下面是关于心理健康教育工作的教学计划，有需要的朋友们可以看看。

据悉，目前合肥市中小学心理健康教育工作仍然比较薄弱，存在开课率低、师资缺乏、硬件水平低等现象，部分学校没有建立心理辅导室、没有建立健全学生心理健康档案。

下一步，各县(市)区教育主管部门、各中小学校将紧紧依托市心理健康辅导中心和各县(市)区心理健康辅导站，建立校内心理健康教育团队，扎实开展心理辅导活动，帮助学生掌握调控自我、发展自我的方法与能力，为学生成长营造和谐宽松的良好环境。

市心理健康辅导中心、各县(市)区心理健康辅导站要指导学校统一安排心理健康教育课时并列入教学计划，利用地方与学校课程课时，每学期每班不少于8个课时。

此外，学校要用好心理辅导室，开设心理信箱，有条件的学校可开设心理热线和网络咨询平台，至少安排1名专职且受过市级以上培训的心理辅导教师负责。

学校心理辅导室须定期开放，每周开放接待时间不少于6小时，接受学生心理咨询，回复心理信箱中的`学生或家长来信。

学校校园网要建立心理健康教育网页，开展网上心理咨询。学校要关注有心理问题的学生，逐步健全学生心理健康档案，并进行积极的接触与干预。

与此同时，我市将进一步加强工作措施，切实保障毕业年级学生心理健康教育工作的实效性。

“要注重对毕业年级学生家长指导，提高家长对毕业年级子女的心理疏导意识，促进家长转变教育观念和升学考试观念，不以单纯的考试成绩评价学生，了解和掌握舒缓子女心理压力的方法，指导家长与学校密切配合，使毕业年级学生的心理得到健康发展。”市教育局有关处室负责人说。

1、 接近那一点心距，成就那一份健康。

2、 阳光总在风雨后，快乐总在倾诉中。

3、 心与心的交流，让生命更加平等。

4、 打开心锁，解开心结。

5、 揭开心结，为心灵找到休憩的乐土。

6、 聆听心灵声音，放飞快乐心情。

7、 让每个生命在心理教育中熠熠生辉。

8、 爱心恒心自信心，心心相映;亲情友情同事情，情情关怀。

9、 认识生命、欣赏生命、热爱生命、珍惜生命。

10、 让心灵沐浴阳光，让快乐充溢胸膛。

11、 与心灵相约，与健康同行。

12、 挂上迷人的微笑，洗礼昨天的阴霾。

13、 健康的心灵是幸福的源泉。

14、 微笑的曲线可以抚平所有的困难。

15、 健康的心灵，为你添上飞翔的翅膀。

16、 倡导和谐心态，成就健康心理。

17、 敞开心中一片天，放飞心理健康梦。

18、 打开心灵的窗户，让阳光进入;敞开心扉，缔造美丽人生。

19、 悲观者横向比人生，乐观者纵向攀人生。

20、 关注心灵，点燃激情，增强自信。

21、 悦纳自我、肯定自我、欣赏自我、发展自我、做快乐健康的人。

22、 实现心理健康，获得幸福绿光。

23、 普及知识，调适心情，健康人生。

24、 与压力“和解”，和乐观“牵手”。

25、 透彻的心灵让我们更快乐。

26、 快乐每一天、自信每一天、充实每一天。

27、 构建和谐校园，让心灵充满阳光。

28、 给心灵沐浴，美丽人生从“心”开始。

29、 为心灵打开一扇窗，给自己多一些阳光。

30、 心灵约定与你您牵手，敞开心怀，拥抱快乐。

31、 清静心看世界，欢喜心过生活。

32、 心的天空，让我们帮你点亮。

33、 放飞心灵，快乐自我。

34、 品心扉苦涩涌泉，酿百花甜蜜浓情。

**幼儿园心理健康教育工作计划篇十三**

新的学期又开始了，新的一年，孕育着新的希望。假期中的读书学习使我感觉有一种激情在心中涌动，我要把这种激情化作动力，用务实的精神扎扎实实开展本学期的.心理健康教育工作，促使学校的心理健康教育工作呈现出新的局面。为了更加有效的开展本学期的工作，为了自身得到更快成长，制定工作计划如下：

翟老师对每次活动都能精心组织，让我们高兴而来，满载而归;每次活动都能碰撞出思想的火花，丰富心理辅导的知识，提高心理辅导的技能，促进自我成长并获得成长的能量。我将克服困难，积极参加工作室组织的各项活动，保质保量完成工作室布置的各项任务。同时，积极为工作室出谋划策，做好各种服务和协助工作，为工作室的发展尽自己的一份力量。

读书学习是促进自我成长的根本途径。本学期，我将精读《心理学》和《发展心理学》两本专业理论书籍，并做好读书笔记，使头脑中的理论知识更加系统化。学习理论的目的是用来指导实践工作，我将努力将所学知识与教育教学工作相结合，用理论知识来指导实际工作，提高工作的效率和效能。另外，“学而不思则罔，思而不学则殆。”在学习的过程中，我将结合工作实际积极进行思考，勤于笔耕，将工作中的感受和收获及时记录下来，写出至少一篇有质量的论文，争取能在报刊杂志上发表。

本学期，学校对心理健康教育工作给予了有力支持，投资购买了沙盘和沙具，将建立沙盘游戏室。由于缺少实践经验，为了充分发挥沙盘游戏室的作用，我将做好以下几项工作：一是自觉加强对沙盘疗法的理论学习，丰富沙盘疗法理论知识，掌握基本的操作流程;二是向有经验的工作室成员学习，定期进行交流沟通，熟悉沙盘疗法的技能和技巧;三是鉴于师生和家长没有接触过沙盘，对沙盘知之甚少，甚至毫无所知。我将组织师生和家长知识讲座，让师生和家长了解沙盘的基本知识与作用，解除他们心中的神秘感，扩大沙盘疗法的影响力，并积极取得他们的信任和支持;四是在师生中征集玩具，不断丰富沙具的种类，增加沙具的数量;五是主动创造机会为师生、家长进行沙盘辅导，在实践中不断积累工作经验，掌握运用沙盘进行个体辅导、团体辅导和家庭辅导的技能和技巧。

目前，学生对心理咨询和辅导仍存有一种戒备心理，仍感觉谁要去心理咨询，谁就不正常。为了帮助学生对心理咨询和辅导有正确的认识，本学期我将以六年级和七年级为重点，利用课外活动时间组织学生开展心理体验活动，让学生消除对心理咨询和辅导的神秘感和不正确的认识，让学生喜欢上心理辅导，接纳心理咨询，为今后心理咨询和辅导工作的开展奠定良好的基础。

1、学期内组织两次教师心理知识讲座，一是关于教育中的心理效应，促使教师将这些心理效应运用到实践工作中，增强教育教学效果，促进学生的健康成长;二是挑选十个便于操作、容易掌握的心理游戏教给老师，尤其是班主任老师，帮助老师多掌握一些教育学生的方法和手段，逐步改变教师“说教”为主的传统教育模式，而代之以学生参与体验为主的体验活动。

2、尝试给学生举办学习方法知识讲座，帮助学生掌握科学的学习方法，调动他们的学习积极性，激发他们的学习热情，提高他们的学习效率。

3、组织1-2次家长讲座，向家长介绍科学教育孩子的方法，帮助家长走出教育孩子的误区，提高他们的育子能力。

一个人的精力和时间毕竟有限，需要做的事情又很多，我将尽自己最大努力按照计划完成各项目标，不断促进自我成长，为学校心理健康教育工作的开展尽微薄之力。

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