# 最新心理健康教育工作计划和安排(优秀15篇)

来源：网络 作者：枫叶飘零 更新时间：2024-06-02

*时间流逝得如此之快，我们的工作又迈入新的阶段，请一起努力，写一份计划吧。计划可以帮助我们明确目标，分析现状，确定行动步骤，并制定相应的时间表和资源分配。下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的计划书范文，我们一起来了解一下吧。心理健康教育工作计划...*

时间流逝得如此之快，我们的工作又迈入新的阶段，请一起努力，写一份计划吧。计划可以帮助我们明确目标，分析现状，确定行动步骤，并制定相应的时间表和资源分配。下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的计划书范文，我们一起来了解一下吧。

**心理健康教育工作计划和安排篇一**

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》，本学年度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

我校有经过教育局培训的国家心理健康辅导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

开展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

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。

**心理健康教育工作计划和安排篇二**

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》，根据于都县教育科技体育局颁发的《关于加强学生心理健康管理工作的通知》，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。

（一）领导小组

组 长：邱富生

副组长：廖唐华

执行组长：王观发

成 员：俞宏宏老师、心理教师和班主任

（二）具体实施方案

1. 继续做好学生日常的心理咨询与指导工作

(1) 做好学生日常的心理咨询服务工作，每天开放心理咨询室，做好学生的来访接待和咨询工作。对于问题较明显的学生，坚持个案的跟踪，及时与家长联系和反馈。

咨询途径：学生自愿前往咨询（个案或团体咨询）；班主任老师推荐；心理老师辅导、访谈。

（2）设立心理信箱，进一步了解学生的心理动态和需求。

（3）定期开设校园广播专栏，对全校学生进行心理辅导知识宣传，以将军山为主阵地。每两个月出一期心理健康知识宣传海报。

2. 每周每班一节心理健康教育课。主要通过书籍和网络视频来充实心理健康教育的相关知识，结合青春健康教育、人际交往、情感、挫折教育等内容，通过多媒体教学，开设心理辅导讲座，积极为学生提供知识指导和帮助。

3. 认真做好心理咨询室来访者的记录工作。对咨询案例的情况做到保密，不随意传播，不给学生带来心理压力。

4. 心理辅导教师要不定期根据实际情况对全体教师进行心理健康教育相关知识培训。全体教师要认真学习心理健康教育的相关知识，为做好心理健康教育工作积累经验。

5. 德育活动促进学生身心健康发展。本学期将围绕各个时期的德育重点内容开展各项德育活动，以良好的校园文化氛围陶冶师生的情操，促进师生心理向阳光、健康的方向发展。

6.扩充学校心理健康指导教师队伍。

本学年增加了三名专业心理教师，现共有4名心理教师。我们将不断加强心理健康教育师资队伍的建设，提升校园学生心理健康教育工作的业务水平，不断服务于学生的身心健康需要，力争开创我校心理健康教育工作的新局面。

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

我校现有4名专业心理教师负责学校心理健康教育工作，但是学校心理健康教育不只是心理教师的工作，是所有学校教育工作者的责任，所以学校成立以心理健康教师为主，班主任和科任教师为辅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。本学期由班主任教师不定期利用午休时间和课外活动时间为学生进行团体辅导，为学生提供全面的帮助，塑造班集体良好的氛围和良好行为习惯，激发群体向上的精神。

（2）心理咨询室。心理咨询室每天有专业心理教师值班，为有心理辅导需要的学生提供切实可行的帮助。

（3）以“点”带“面”，利用学校宣传阵地。

本学期继续开展心理健康宣传展，在学生中大力宣传心理健康的重要性。

在各班设立了“心理角”和“悄悄话信箱”，低年级由班主任根据班级情况进行心理健康的宣传，高年级可充分发挥学生的自主学习能力，收集和展示心理健康内容并进行宣传。

（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。

（5）指导小学生进行自我心理健康教育

教师可利用班会或者课外时间，适当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：

3月：

1、3月份心理教师工作会议。

2、成立心理健康教育工作领导小组。

3、制定心理健康教育工作计划，明确本学期工作思路。

4、心理健康教育课表安排。（王观发主任）

5、留守儿童名单收集、更新及建档。（刘雅娟老师）

6、班级主题班会——《开学第一课》观后感。

7、制作学生特殊心理健康档案表。

8、3月心理健康教育工作小结汇报。

9、制定每两周班级心理健康教育主题班会安排表。

10、四-六年级学生心理普查工作实施及预警名单反馈工作。

4月：

1、4月心理教师工作会议。

2、班主任学生心理健康教育培训讲座及心理委员培训会议（丁园秀老师）。

3、班级个案心理辅导工作记录和落实。 （班主任或科任老师）

4、各班黑板报设立“心理角”，各班心理委员做一个“悄悄话信箱”。

5、关爱留守儿童活动策划及实施工作安排。（易婷老师）

6、4月心理健康教育工作小结及汇报。

5月：

1、学校心理健康知识科普宣传。（手抄报和黑板报）

2、5月心理教师工作会议。

3、班主任和心理教师继续做好心理辅导个案记录工作。

4、“”心理健康教育日主题班会。

5、心理健康教育月活动（家长会或心理健康调查反馈）（欧阳海月老师）

6、小学高年级女生自我保护心理健康教育讲座。（丁园秀老师）

7、5月心理健康教育工作小结及汇报。

6月：

1、6月心理教师工作会议。

2、心理教师做好特殊学生个案心理辅导记录及追踪调查。

3、班级心理健康教育主题班会——挫折教育。（班主任）

4、挫折教育心理讲座（刘雅娟老师）。

5、6月心理健康教育工作小结及汇报。

6、心理健康教育档案资料汇总整理。

7、心理健康教育学期工作总结。

五、心理教师具体分工安排。

1、丁园秀：负责心理健康教育工作计划制定及分工安排，每月小结上报，心理健康教育班主任工作培训及讲座安排，领导督察资料对接。

2、刘雅娟：留守儿童名单收集和资料存档，所有心理健康教育工作图片存档。

3、欧阳海月：班级特殊学生心理健康档案管理，个案咨询档案管理。

4、易婷：每月留守儿童活动策划及工作实施安排。

**心理健康教育工作计划和安排篇三**

在大力提倡素质教育、推动教育改革的今天，心理健康教育日益显示出其特殊的重要性。近年来随着社会经济迅猛发展，社会变化的日新月异，学生的心理也随社会环境变化产生了许多波澜。他们的心理问题已经成为社会所关注的重要问题。学校加强心理健康教育，帮助学生解决心理问题，培养学生健全的心理素质，既是学生健康成长的需要，也是我校推行素质教育的重要内容，是培养高素质人才的重要保证。对于我校要实现一流的学校，一流的教育目标，学校心理健康教育应该说是一项基础的教育工作。本学期，我校将继续对学生开展心理健康教育，及时做好学生的心理疏导工作，使全体学生保持心理卫生，健康成长。从小培养学生良好的心理素质，开发学生的潜能，塑造学生的健康人格，这对于提高中华民族的整体素质，提高未来人才的质量，有着极其深远的意义。

小学二年级心理健康课，按“学会生活、学会学习、学会做人、学会发展”这个小学素质教育培养目标，从生活心理辅导、学习心理辅导和人格心理辅导三个方面安排内容。通过故事和事例让学生感受学习，为提高学生心理素质提供良好的教育。

知识与技能

通过心理健康教育，引导学生认识自己，提高对学习环境和社会环境的适应能力。

过程与方法

通过心理健康教育，培养学生乐观自信，友善合群，负责守信，开拓创新，追求卓越，不畏艰难的健全人格。

情感态度价值观

通过心理健康教育，使学生善于控制调节自己，排除心理困扰和行为偏差，树立人生理想，并具备个人发展能力。

**心理健康教育工作计划和安排篇四**

心理健康教育是学校素质教育的重要内容，是学校德育工作的重要方面。对全体学生开展心理健康教育，使学生不断正确认识自我，悦纳自我，增强调控自我，承受挫折，适应环境的能力。下面就是小编给大家带来的心理健康教育工作计划，希望能帮助到大家!

学校心理健康教育工作经过几年不断努力取得相当成绩，并经过实践不断摸索出一条心理健康教育工作新模式 双全互动的学校心理健康教育模式。如何使学校心理健康教育工作继续取得长足发展，如何使学校独特的心理健康教育模式再上一个台阶都是值得深思的问题。针对学校心理健康教育工作中存在的问题、结合学校心理健康教育工作的发展新要求，我们制定以下新学期的心理健康教育发展计划。

一、学校心理健康教育工作面临的挑战

1、学校心理健康教育的一个核心特征就是学校全体班主任利用班会课实践心理辅导活动课。但随着学校班主任队伍的新变动，我们发现其中有很多近几年刚毕业的大学生，也有许多是以前并没有担任班主任工作的老师加入到这个队伍中来了。但这些教师大多没有参与学校前几年对班主任进行的系统的心理辅导知识、技巧的培训。这就造成无论是班主任执教心理辅导课还是参与学校心理健康教育工作都是很困难的。

2、前几年心理健康教育工作的长足发展离不开学校关于心理课题的带动，而学校的《学校心理健康教育校本课程开发、实践和校本培训的研究》课题即将全面结题，如何确立新的科研课题，并以次作为学校心理健康教育发展的有效抓手也就成为我们现在面临的挑战。

随着社会的发展，心理健康越来越受到人们的重视，心理健康教育越来越成为素质教育的重要组成部分。大学生生活丰富多彩，在个人发展过程中难免会引发各种各样的问题。因此特举行心理健康知识讲座，增强同学们对心理健康的了解，提高对心理健康问题的认识。以知识丰富心灵，引发同学们自我关注意识，更好地认识自我，发现自我，发展自我，促进同学们健康成长和全面发展。

一、活动目的

深入心理健康教育，普及心理健康知识。让更多的大学生对心理健康有更深刻的认识，了解心理健康的实质，树立正确的心理健康观，消除心中的阴霾，拥有一个阳光快乐的大学生活。更好地帮助老师开展心理教育相关工作。

二、活动内容

主讲教师：院心理老师桂x老师

希望通过桂老师这一场别开生面的讲解，向同学们普及心理健康知识，使同学们初步认识到心理健康的概念及标准，并就在座同学分析目前大学生心理健康状况，解读出现问题的原因及如何去解决问题。桂老师此次以一个全新的角度阐述自己对大学生心理健康的认识，带领同学们认识内心世界，引导同学们重视心理健康，促使同学们对心理健康问题有一个全新的认识和更深层次的思考，以更加积极乐观的态度面对生活和学习。

三、活动对象

外语系14级全体同学。

四、活动时间

20x年3月20日

五、活动地点

e2a-103

六、工作分配

嘉宾接待：由部长负责、

维护会场秩序：由心理健康部委员负责。

现如今，我们面临着一个科技高度发达的阶段，思想文化激荡，价值观念多元，新闻舆论冲击，社会瞬息万变。我们唯有拥有健康的心理，方能鹰击长空，翱翔自如，走向成熟，参与越来越激烈的人才竞争，迎接新世纪的挑战。希望大家都能拥有一个健康的心理，以良好的心态来面对生活和学习。最后，预祝本次活动能够取得圆满成功。

经过一个学期的学习和生活，七年级的新生已经逐渐适应了初中的生活与学习，在班级内也形成了自身的交往范围。本届学生相较于前届学生具有一个特点：第一，情绪与行为较为稳定。第二，有更多的机会接触网络。第三，更容易受外界环境的影响等等。第四，人际交往更容易受他人影响，出现问题。

七年级的上学期为学生适应、融入初中生角色的关键时期，其学习习惯和方法的顺利转型，学习态度的稳定，如何在课余时间展开休闲等等心理发展问题都将在这一学期予以解决。针对以上情况，本学期安排的心理健康辅导课内容将包括青春期性教育学习心理辅导，网络辅导，人际交往辅导。另外结合上级精神及学校的具体情况根据学生的需要来设计。

随着青春期的到来，生理上的变化使学生意识到自己已经在成长、在变化，慢慢地会涉及其学习、生活的各个方面。对于个人自身来说，个体成长最为明显的标志之一就是其成人自我意识的确立，使个人非但能意识到自己的存在，还要能意识到自身与外界的各种关系，以及这种关系的价值与意义。另外，青春期到来的同时也将学习的压力与变化带给每一位青春期的学生。因此他们的学习都将在这个时期发生一定的变化。这是每个人所必须经历的阶段，也是一个需要人帮助的极具挑战性的过程。除了学习心理辅导,青春期心理辅导做为重点辅导。

教学目标是通过学习心理辅导，形成一定的学习意识，稳定学习动机态度，养成良好的学习方法与技能。意识到青春期情感的与现实之间的矛盾,通过休闲辅导，使其具备良好的休闲消费心理，养成良好的休闲习惯。通过人际交往辅导，使学生对人际交往形成一定的意识。

20x年学院心理健康教育工作总的指导思想是：紧紧围绕“宣传心理健康知识，增强心理健康意识，推进心理健康教育，营造和谐校园环境，促进学生健康成长”的总体目标，夯实基础，增加内涵，扎实做好大学生心理健康教育与咨询的各项工作，切实提高学生心理素质，促进学生全面发展，具体工作如下：

一、开展形式多样的校园心理健康宣传教育活动

1、利用学院宣传橱窗、广播站、报纸等宣传阵地，开辟宣传专栏，广泛宣传心理健康知识。

2、完善在线“心理健康”网页建设，构建网上心理健康教育平台。

3、邀请校外专家举办一次心理健康教育专题讲座。

4、指导各班级心理宣传员有计划、有针对性地召开心理健康教育主题班会。

二、加强心理健康教育软硬件建设

1、完善大学生心理健康教育的规章制度建设，进一步规范心理咨询、危机干预等各项工作流程。

2、坚持心理咨询教师值班制度，继续开展心理咨询与辅导。

3、加强心理健康教育工作队伍建设，组织开展心理咨询兼职教师业务研讨与培训。

4、指导大学生蓝曦心理协会协会开展有关心理健康宣传教育活动。

5、根据实际，调整学院心理健康领导组，指导各系组织成立心理健康辅导站，并明确各级组织的职责，共同做好心理健康教育与疏导工作。

三、组织开展第五届“5.25”大学生心理健康教育宣传月活动

1、举办一次全院心理辅导员和班级心理宣传员心理健康教育培训活动。

2、开展一次心理健康主题有奖征文活动。

3、举办心理健康知识图片展，介绍心理健康知识。

4、举办一次心理健康签名活动，积极营造人人关注心理健康的良好舆论氛围。

四、做好大学生心理咨询个案管理工作

1、继续做好学生心理状况普查工作，同时对普查结果进行分析研究，对需要重点关注的学生做好预约咨询工作。

2、对突出心理问题学生的管理以名册、档案、重点案例分析等形式为主，建立特殊学生心理档案，做好个案研究，有针对性地采取相应措施。

总之，20x年大学生心理健康教育工作要紧紧围绕学院党政工作要点提出的各项目标任务，坚持以人为本，切实关注学生心理健康，有效提高学生心理素质。进一步完善心理健康教育组织体系，发挥各系在心理健康教育工作中的作用，积极开展形式多样的心理健康教育活动，努力培养心理健康、人格健全的大学生。

心理健康教育是以健康为目标，以卫生科学、体育科学为内容的教育，也是向幼儿进行保护自己身体和促进心理健康的教育。幼儿身体各个器官的生理机能尚未发育成熟，各个组织都柔嫩，其身体素质还相当薄弱;同时，他们又处于生长发育十分迅速的时期，这有利于幼儿培养发展良好的身体素质。教师为他们提供良好的保育和教育则有利于幼儿形成有益终身的健康行为方式。

首先：在幼儿健康教育的过程中，必须丰富幼儿的健康知识，教给幼儿促进和保持健康的方法行为，从而使幼儿养成良好的生活习惯，卫生习惯和体育锻炼习惯。

可以用丰富的知识、动作和行为练习、讲解示范、体育游戏，训练行为，培养习惯等方式进行。

其次：在幼儿健康教育的过程中，要发挥健康教育的各种功能。

1、结合日常生活进行

2、与其他学科结合进行

使其变得生动活泼，符合幼儿心理特点。例如：将健康知识用儿歌形式传授等……

最后：在培养幼儿健康行为过程中，要集体与个别教育相结合。先针对群体进行教育，改变整个群体的行为卫生习惯，来影响个体行为的形成，“大家都这样，我也要这样”。再针对个别特殊幼儿多提醒、多关心、多指导，使整体幼儿获得全面的健康教育。

在制定本计划的最后，还要考虑到幼儿健康教育必须得到家庭的积极配合，才能使幼儿健康教育起到事半功倍的作用。

健康教育内容如下：

一、体能

1、能运用各项基本动作做游戏

2、指定范围内走和跑;四散走和跑;在直线、曲线上走和跑;双脚向上跳、投掷、爬行等。

2、基本体操会听音乐做模仿操;会一个跟一个排队;会一个跟一个走圈。

3、体育器械的运用及操作会玩滑梯、荡椅、攀登架等大型体育体育器材;会滚球、传球;会骑三轮车等。

4、愿意参加三浴

5、愿意参加各项体育活动及游戏

**心理健康教育工作计划和安排篇五**

为了适应中小学心理健康教育发展的需要，进一步贯彻《中共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》和胡锦涛总书记提出的新时期荣辱观的要求，及教育部《中小学心理健康教育指导纲要(试行)》的指示精神，结合学校实际，积极推进我校心理健康教育再上新台阶，制定如下工作计划。

坚持以人为本，尊重学生的人格，遵循学生的心理发展规律，根据学生成长过程的需要，在学校的全教育过程中为学生提供心理方面的帮助和服务，以达到充分发挥学生潜能、促进形成中学生心理健康和个性主动发展的目标，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。在教育活动中学会认知、学会做事、学会做人、学会共处。

我校在开展中学生心理健康教育过程中，为了保证心理健康教育的实践性与实效性，必须坚持以下基本原则：

1、针对性原则。根据学生心理发展特点和身心发展规律，有针对性地实施教育;

4、尊重学生，以学生为主体，充分启发和调动学生的积极性。积极做到心理健康教育的科学性与针对性相结合;面向全体与关注个别差异相结合，尊重、理解与真诚同感相结合，预防和发展相结合。

5、保密性原则。对求助学生的所有资料和信息决不应作为社交闲谈的话题，要进行保密。

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，使学生不断正确认识自我，增强调控自我，承受挫折，适应环境的能力，对有心理困扰或心理障碍的学生给予科学有效的心理辅导，使他们尽快摆脱障碍、调节自我，提高心理健康水平。增强自我教育能力，适应21世纪日趋激烈的国际竞争需要。

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，帮助学生树立出现心理行为问题时的求助意识，促进学生形成健康的心理素质，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，具有创新精神和实践能力的有理想、有道理、有文化、有纪律的一代新人。

根据我校实际情况：普及心理健康基本知识，树立心理健康意识，了解简单的心理调节方法，认识心理异常现象，初步掌握心理保健常识，学会学习，学会交流，适应升学择业、生活、社会等。主要内容包括：帮助学生适应中学的学习环境和学习要求，培养正确的学习观念，发展其学习能力，改善学习方法，体验学习成功的乐趣;把握升学选择的方向;了解自己，学会克服青春期的烦恼，逐步学会调节和控制自己的情绪，抵制自己的冲动行为;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;逐步适应生活和社会的各种变化，培养对挫折的耐受能力。

(一)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，今年暑期重点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。

(二)开展多种多样的心理教育的途径和方法

1、心理健康教育要有机渗透到学科教学

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：包括心理训练、角色扮演、游戏辅导、心理知识讲座等，普及心理健康科学知识;每学期进行1-2次教师心理健康教育活动，由心理专家主讲，在全校普及心理健康科学知识。每学期分年级进行1-2次学生心理健康教育活动，帮助学生掌握心理保健知识，促进身心全面健康的发展。

3、开设心理辅导室，进行个别的辅导。由心理咨询师和专业的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。

4、建立测试档案：对新生入学进行学生心理健康普查，了解我校学生心理问题，为心理健康教育提供参考依据，建立测试档案，有利于增强心理健康教育工作的实效性和针对性。

5、建立了心理健康email和热线电话，以最快的时间答复，以便那些不愿和辅导教师见面的学生可以通过电话和悄悄话信箱、email寻求帮助。

(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教育培训，在校报开设家长心理健康教育专栏。通过举办专题讲座，开展亲子活动等提高家长教子的能力。

(四)创设良好的校园心理环境

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。继续健全、完善心理辅导室，配备设施，添置适合学生阅读的心理书籍，使心理辅导室漂亮、温馨。校橱窗设心理健康园地“心理健康园地“，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。

**心理健康教育工作计划和安排篇六**

加强中学心理健康教育，是针对当前中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，也是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，在未来人才的综合素质结构中，心理素质越来越重要，个性心理品质对人的健康成长和事业的成功起着重要作用。当代青少年具有众多的\'优良个性品质，同时也确实存在一部分学生心理素质不高的问题，个别人的心理问题还比较严重。

随着中小学阶段独生子女群体的日益扩大，以及社会经济的发展，心理健康教育问题成为一个需要普遍重视的问题。《中共中央国务院关于深化教育改革全面推进素质教育的决定》明确指出：“针对新形势下青少年成长的特点，加强学生的心理健康教育，培养学生坚韧不拔的意志、艰苦奋斗的精神，增强青少年适应社会生活的能力。”

根据学校实际情况特制订以下计划：

一、利用课余时间，定期进行心理健康教育校本培训。

二、加强班主任对学生心理健康教育的课堂教学

三、进一步完善学生心理健康档案，提高心理健康教育的目标性

四、针对学生家长进行家庭心理健康辅导

五、营造良好的校园心理氛围

1、通过校园广播、校园讲座、宣传栏、黑板报等做好心理健康教育的宣传工作，传播心理健康知识，加深学生对心理健康的了解。

2、通过教师健康向上的心理品质营造良好的群体氛围，形成良好的人际关系，使学生在和谐向上的校园文化中，耳濡目染，潜移默化中陶冶心理品质。

我校的心理咨询室要做到以下几点：

1、发挥舆论导向的作用，让学生认识到心理咨询是教师对学生的真情关怀。

2、扩大咨询范围，将问题具体化，一般化。让学生感到心理咨询室是帮助学生解决问题的地方，而不是单纯看心理疾病的地方，减轻学生的心理负担。

3、充分发挥心理健康志愿者的作用，将有问题或困难的伙伴引领到咨询室，提高咨询室的使用率。

4、咨询教师要做好辅导记录，并根据学生的具体情况做好与家长、老师、同学等的沟通，使之最大限度地发挥其功效。

5、发挥“唐老师qq信箱（1131125704）”的作用，随时解决学生生活、学习中的困惑和问题。

**心理健康教育工作计划和安排篇七**

完善基础设施，为心理健康工作开展提供强力保障。改善心理健康教育条件，加强团体辅导室、情绪宣泄室、音乐放松室、心理沙盘室等建设，努力营造温馨舒适的互动空间，为广泛开展团体辅导、提供心理服务奠定基础；进一步优化心理健康教育中心现有功能区，充分发挥心理咨询室、心理阅览室、心理测评室等的作用，为有效开展心理咨询工作提供有力支撑；除学生外对全校教师开放中心功能区，为广大教师提供温馨心理服务。

出台《二级学院心理健康辅导站建设方案（试行）》，稳步推进二级学院心理健康辅导站建设和规范化运作，实质性开展工作，显著提升二级学院心理健康服务水平；建立辅导站业务交流和工作研讨机制，资源共享、互促共进；定期督导，对二级学院心理辅导站从学院重视和支持程度、工作机制、教育活动、心理危机预防和干预以及工作实效等方面进行检查、评估和考核。实现心理健康教育工作重心下移，扩大心理健康教育的覆盖面。

加强宣传。以网络（微博、人人网、青春湖医药app）、宣传窗、《心语馨园》会刊、宣传册等形式对心理健康知识进行广泛深入宣传。持续适时对中心网站进行更新。从外观和内容上丰富信息，对外展示学校心理健康教育工作的良好态势和形象。开展心理服务信息进课堂、进班级、进宿舍“三进”活动，提高中心知晓率和宣传度。

推出心理健康教育特色活动。中心组织的特色活动拟以音乐心理休闲会、心灵瑜伽会和团体辅导式班会为主，进一步增强心理健康教育的吸引力和感染力。

指导学院开展特色活动。学院是心理健康教育的主体，支持各学院开展“量身订制”的特色活动，实现一个学院一个精品项目。

指导社团开展活动。指导朋辈心理咨询团、心理协会以“助人自助，互助成长”为宗旨，通过知识宣传、团体活动、心影赏析、心理游园、阳光心理舞会等各种形式开展活动，营造良好的校园心理教育氛围。

适时举办有针对性的心理健康讲座。根据学生在不同时期、不同阶段普遍存在的心理问题，适时举办有针对性的心理健康讲座。如：针对大一新生的《适应心理》讲座，针对大二学生的《人际交往心理》、《恋爱心理》讲座，针对高年级学生的《压力管理》、《就业心理》等。本学期计划邀请校内外专家作报告，以使大学生用更加理性的眼光看待专业学习和情感生活中问题，乐观的面对各种困难，健康成长。

开展团体辅导活动。9月份开学后确定主题、撰写方案、招募成员，计划开展2个主题的团体辅导，每个主题6-8次。

自主编印心理健康教育材料。拟编印《怡心园》心理刊物和《新生活，心适应》、《新起点，心起航》、《一个都不能少》等系列宣传单页。

试行双周例会学习制度和案例研讨制度等措施，实行学工干部心理干预能力提升计划，使专兼职教师、学工干部逐步掌握心理咨询、学生心理发展特点以及常见心理问题干预、危机干预等基本知识，不断提升工作团队整体素质。

举办阳光心理学校，加强对朋辈心理咨询员、班级心理委员、宿舍心情联络员等学生骨干的培训与指导，发挥他们在宣传教育、危机干预等方面的基层堡垒作用。

以新生为主体，启动“新生心灵成长计划”，内容包括新生适应性讲座、心理健康教育中心新生开放月、新生心理委员培训、新生心理测评及访谈、新生团体辅导、“10.10”世界精神卫生日宣传、新生心愿望征集、“心悦聊吧”、阳光心理舞台、新生心理趣味联谊会等活动，关注“95后”学生心理需求。

进一步完善预约、值班、咨询、反馈、督导、档案管理等制度，启用新版《心理咨询记录册》，加强心理咨询的专业化、规范化建设，保证和提升心理健康教育和咨询服务的专业水准;继续实行临床心理咨询专家每周来校坐诊制度，邀请校内外具有心理督导师资格的高水平专家任督导师，以便为学生提供更贴心的心理咨询服务；设立24小时怡心热线，为学生提供全方位的悉心服务；做好网上qq预约及在线咨询、e-mail咨询、心理信箱预约咨询，通过多种方式满足学生需求。

健全“早发现、早报告、早研判、早预防、早控制”“五早”预警机制，完善“学校、学院、班级、宿舍”四级预警网络和自杀预防快速反应机制，明确相关部门在危机预防、干预、善后工作中的责任与义务，以降低学生心理危机事件的发生率；扎实开展20xx级新生心理测评工作，建立心理档案，组织疑有心理问题的学生进行一对一面谈或个别辅导；组织各学院认真排查特殊群体学生，并开展辅导工作；试行心理健康信息双向月报制度，坚持“月月随访”，扎实做好特殊群体学生和危机学生的心理干预工作，定期跟踪辅导并记录学生心理发展趋势，关注危机学生的心理动态，把握其发展方向，力争将危机问题解决在萌芽状态；加强与心理健康教育实践基地的联系，建立高效、顺畅的精神疾病转介、联动机制。

积极开展大学生心理健康教育科研，调查、研究医学生突出心理问题及教育对策。组织、参与大学生心理健康教育学术交流活动。做好《自信心团体辅导缓解贫困医学生心理压力的实验研究》、《压力通过缓冲因子影响心理健康的机制研究》、《大学生心理危机预防与干预研究》等三项课题的研究工作。

积极拓展工作领域，心理服务对象覆盖全校学生和教师，尝试在教师中开展心理健康讲堂；出台《研究生心理健康教育工作实施方案》，探索研究生心理健康教育工作模式；依托蒲公英心理志愿服务队，借助茅箭区心理疏导进社区、心理健康教育实践基地、十堰市教育电视台、十堰市未成年人心理健康辅导中心等平台，将服务对象由校内逐步向周边社区、学校、医院、企业、地区等辐射；加强与市内其他高校的联系，交流工作成绩与特色，开展案例研讨与督导，试行疑难案例会诊转介制度，促进心理健康教育教师职业成长。

日常工作

心理健康教育示范中心建设工作、临床医学专业认证相关工作、二级学院心理健康辅导站（室）建设及规范运作工作、心理咨询日常值班、咨询记录管理、咨询师案例讨论会、团体心理辅导和户外素质拓展、三大心理社团（朋辈心理咨询团、蒲公英心理志愿服务队、心理协会）管理和指导工作、《班级学生心理晴雨表》收集整理、网站更新与管理、《心语馨园》刊物、《怡心园》刊物和《新生活心起航》系列宣传手册编印、“心悦聊吧”系列活动。

九月

1、秋季学期学生返校心理问题排查和心理测评关注对象跟踪访谈；

2、秋季学期心理咨询值班安排及相关宣传；

3、开展新生心理健康教育宣传活动，组织朋辈心理咨询团走访军训现场和新生宿舍；

4、拟定《新生心灵成长计划》方案；

5、拟定《贫困医学生自信心团体辅导》方案，招募、筛选人员，开展活动；

6、招聘第六期朋辈心理咨询员、蒲公英心理志愿服务队学生干部调整；

7、筹划第六期朋辈心理咨询员和新生心理委员培训；

8、20xx级新生心理测评准备工作（数据导入、系统调试、学生助理培训等）；

9、新生适应性讲座；

10、《缘来一家人》新生团体辅导；

11、心理咨询师座谈会；

十月

1、20xx级新生心理测评工作；

2、开展第六期朋辈心理咨询员培训；

3、开展“10·10世界精神卫生日”主题宣传活动；

4、开展贫困医学生自信心团体心理辅导（第1-2次）；

5、举办阳光心理学校，开展新生班级心理委员的选拔及培训；

6、举办心理健康教育中心新生开放月活动；

7、新生心愿望征集活动；

十一月

1、新生心理测评数据统计分析、结果反馈、关注对象访谈和后期干预；

2、新生心理趣味运动会；

3、《心理疾病的识别与处理》主题培训；

4、市内高校心理健康教育工作交流；

5、开展贫困医学生自信心团体心理辅导（第3-6次）；

6、绘画心理治疗班学习；

7、人情讲堂——宿舍相处艺术；

十二月

1、20xx年学生心理健康摸底排查和干预工作；

2、“12·5要爱我”主题宣传活动；

3、《心理危机预防与干预》主题培训；

4、《考试焦虑调适》团体辅导；

二〇一五年一月

1、心理健康教育与咨询工作总结与工作计划；

2、20xx年详细的咨询工作量统计及关注学生的汇总整理分析；

3、20xx年临床心理咨询专家咨询费核算。

**心理健康教育工作计划和安排篇八**

根据《中小学心理健康教育指导纲要》、《中小学心理辅导室建设指南》，认真贯彻省、市关于学校心理健康教育的有关精神，根据中学教育的特点和中学生心理发展的规律，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气氛。

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，努力发挥心理咨询室的作用，进一步在全校做好宣传、教育等工作。

3、重视学生心理的团体辅导工作。

4、充分利用班会课加强对学生的心理健康教育。

1、制定并讨论下半年心理健康教育的工作计划；

2、初一新生填写心理档案；

3、面向初一新生开展适应性问卷调查，并整理汇总，书写报告；

4、心理咨询室正常开放；

5、做好个别学生的咨询工作并完成台账、咨询记录等；

7、适时的通过网络（网站、微信）或家长会的`形式向家长宣传心理健康知识；

8、本学期组织五次及以上团体心理辅导活动；

9、学期末归类并整理资料，撰写学期总结报告。

**心理健康教育工作计划和安排篇九**

为了实现小学生心理健康教育的总目标，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，向上的品质，促进学生人格的健全发展，希望通过本学期的心理健康教育，提高学生学习的兴趣,养成良好的生活与学习习惯,培养学生友爱同学,热心帮助别人,不怕困难,努力克服困难的品质,培养学生健康的心理素质。

1．坚持以人为本。根据学生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，促进他们身心全面和谐的发展。

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．继续开设心理辅导活动课，让心理辅导促进未成年人思想品德教育。

2．进一步完善心理工作平台，提供心理健康教育知识，接受学生和家长的咨询。

3．加强师生交流，以信箱为媒介加强学生与教师的沟通。

**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。

（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。

（五）重视心理咨询室的常规建设。

（一）学校心理健康教育队伍建设

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育课，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.在日常教育、教学中渗透心理健康教育

把心理健康教育贯穿在学校教育教学活动中，寻找心理健康的契机，注重发挥教师在教育教学中人格魅力，建立起民主、平等、相互尊重的新型师生关系。班级、队活动和班主任工作要渗透心理健康教育。

3.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。心理咨询室由专任教师负责，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。

4.以“点”带“面”，利用学校宣传阵地

“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，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，我们利用家长学校、家长开放日等多种途径，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：比如与人谈心。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；或者学习写日记，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，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，学生要学会坦然地面对。

1．制订本学期心理辅导工作计划。

2．做好健康教育的宣传和氛围建设工作。

3．更新各年级特殊学生心理健康档案。

4．心理咨询室开放，并进行个别心理咨询。

5．做好学期总结及资料积累和个案分析、心理档案建立工作。

**心理健康教育工作计划和安排篇十一**

数学学院在校学生工作部心理健康教育中心领导下，设立二级院系心理辅导站，实行辅导员年级负责制，定期对心理出现问题的学生进行排查，秉着健康教育的原则，普及推广心理健康教育知识，妥善处理心理问题危机。

二、 落实本年度工作任务

本年度心理健康教育工作由院系心理专干负责规划，具体由院心理协会、心理委员、年级辅导员配合完成。做到及时规划、认真完成本年度心理健康教育工作任务。

三、 扎实做好心理骨干培训

心理骨干作为院系开展心理健康工作的一支重要队伍，20xx年度本院系将会继续加强心理骨干队伍的建设。

针对本科生四个年级的不同特点，我院将分年级对舍长、心理委员进行培训以及实践。

大一大二年级，主要以普及心理健康知识为主，掌握基本的心理健康常识，例如心理团辅课的培训，以及讲座学习;大三大四年级以实践为主，在前两年掌握了基本的心理常识后，能在同学当中及时发现危机情况并迅速向辅导员老师汇报。

在针对舍长、心理委员时，学院严格考勤机制，将出勤率作为年底考评的重要依据。

在心理健康教育中心的指导下，结合学院特色，学科特点，数学学院将开展以下三种形式的培训工作：团体心理辅导、心理讲座、院心理协会组织的学生活动(如读一本心理书，开展心理座谈会)等。

1、团体心理辅导

目的：通过对心理委员进行团体辅导，让心理委员掌握基础的人际交往技能，帮助同学们更好的处理日常基本心理问题。掌握基本的团体辅导技巧，在本班内部开展心理团体辅导。

参与人员： 20xx、20xx、20xx、20xx级心理委员

2、 心理讲座

目的：邀请校内专家开展讲座，尤其是针对新入校的大一、研一学生开展心理知识普及以及危机防御。本学年度计划开展两场心理讲座。

3、院心理协会组织健康有益的心理健康教育活动季学生活动，详细活动安排在第四部分\"心理健康教育活动季\"作以说明。

四，心理健康教育活动季

20xx年心理健康教育活动季，目前计划分类别、分层次开展心理健康教育活动：心理专项活动、精品活动、主题活动。

心理专项活动：说出我们宿舍的故事

宿舍关系展示：可以使一幅画，可以使一幅照片加上几句温暖的介绍，还可以是一段简短的小视频，都可以作为宿舍文化的展示和窗口。

精品活动：\"我手写我心\"网络美文之心理健康月特辑

数院知行社承办\"我手写我心\" 网络美文之心理健康月特辑。向各院系发送请柬，邀请各院系学生参与。此次活动不单限于美文，在此期间也会开展拓展活动\"悦读书\",各院系推荐1-3篇读后感，要求内容积极向上和心理学有关，届时邀请心理健康教育中心老师进行评选。

主题活动：心理与音乐

如何使用心理学元素进行音乐欣赏 音乐欣赏中的心理活动 主题讲座，并在讲座后对大家进行音乐放松的体验。

五、 夯实心理危机预防与干预体系

1、 院系成立二级心理辅导站，实行\"一对一\"心理危机干预，并将情况及时上报心理健康教育中心，做好档案管理及后续关注工作。

2、 除建立 \"舍长-心理委员建设机制\",院系将在各年级成立信息员队伍，此队伍将作为院系心理危机预防的重要力量，做到\"勤观察、早知道、早上报、早预防\",协助做好心理危机预防与干预工作。

数学学院

二零xx年五月

**心理健康教育工作计划和安排篇十二**

根据我院《心理健康教育工作实施意见》和《“大学生文明修身工程”实施方案》大学生心理修身的整体规划安排，大一第一学期心理修身的重点主要是，针对新生完成从中学到大学的转变与适应中遇到的\'问题进行心理辅导，即大一新生适应性教育。大二第三学期心理修身的重点主要是，引导学生树立良好的学习习惯，创新能力的培养，受挫教育等方面进行心理辅导。大三第五学期心理修身的重点主要是就业指导规划。现将制定本学期计划如下：

1．制作一期宣传栏——大一新生新学期适应问题。

2．通过入学教育对11级新生进行入学心理健康教育。

3．与我院“春杏”报合作，制作心理专栏。

4．11级各班选举产生心理委员。

1.全院范围内心理测评，并建档、存档。

2.新生心理健康教育主题班会。

3.心理工作教师座谈。总结上学期经验，找准本学期工作方向。

4.与院广播站配合，开始制作心理广播节目。

5.团体心理咨询与训练课程。内容针对大二学生进行受挫教育，让学生在模拟的或现实的挫折情景中锻炼和学习，战胜挫折，实现目标，提高处理挫折和适应社会的综合能力，铸就过硬心理素质。

6.10、11级心理委员月例会。

1.制作宣传栏。

2.与我院“春杏”报合作，制作心理专栏。

3.系统、全面的整理心理测评结果，与各班辅导员做好沟通工作。

4.新老生座谈，共同进行学习、生活等方面的交流沟通。

5.在大二学生中开展心理征文活动，内容围绕“挫折与成长的心灵故事”展开讨论。优秀文章可作为我院“心理家园”网站文字材料。

6.心理情景剧，利用校园文化广场演出心理情景剧专场。

7.10、11级心理委员月例会。

1.10、11级心理委员月例会。

2.心理广播节目。

3.考试心态调试讲座。

4.整理心理咨询登记表并存档。

5.合订本学期所有文字材料并存档。

6.心理健康教育工作总结。

**心理健康教育工作计划和安排篇十三**

1．面向全体学生，立足于学生发展性、预防性的心理健康教育，做到预防、疏导为主，干预、治疗为辅。

2．密切与班主任的联系，争取每个班主任每学期能专门开2次心理健康专题班会。

3．认真细致地做好个别咨询辅导工作，力求在个案上有所突破。

4．加强泉州市十三五规划课题、福建省中小学十佳百优示范项目建设课题和教育部福建师大基础教育课程研究中心20xx年开放课题研究工作。

1．积极开展心理咨询工作。心理咨询是心理咨询室的主要工作之一，本学期我校将积极开展针对学生和老师的个体咨询和针对学生的团体咨询。做好学生的个别辅导工作，为来访的学生提供咨询，对学生在成长，学习和生活中出现的心理行为问题给予指导，帮助他们排解心理困扰。每周一至五中午12:00—2:00，下午17:00—18:30咨询室有咨询老师值班。

2、针对学校师生心理发展的需要积极开展心理讲座。心理讲座是有效的心理教育途径，特殊的空间和环境能起到积极的教育效果，互动与沟通多种思想的融合是讲座的优势。本学期从以下几个方面开展工作：

（1）针对初一高一新生入学适应，开展新生入学适应性心理教育讲座；

（2）针对毕业班学生开展考前心理调适；

（4）利用家长会授课宣传家庭心理教育的有关内容。

3、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。

4、营造积极、健康的心理健康教育环境。利用好学校的各种现代化设施，通过黑板报、宣传橱窗、广播、国旗下讲话、校园网等宣传途径对学生进行心理健康教育，营造良好的心理健康教育环境。通过开展丰富多彩的校园文化活动，为学生搭建表现才华的舞台，调节学生的身心，释放学生的潜能，并通过各种竞赛，来培养学生的合作精神、奋勇拼搏的精神等，这些，都将在潜移默化中培养学生良好的心理素质。

5、建立学生心理档案。为了完善本校学生的心理档案，本学期，学校将利用学校校园网络平台，通过scl90心理健康自评量表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。形成评估报告，将评估结果向班主任和学校领导报告，以便有针对性地对学生进行心理健康教育。

6、以科研促心理健康深入研究。

（1）做好20xx年福建省中小学德育建设“百优”示范项目《加强青春健康教育彰显学校德育特色》的研究工作。围绕“立德树人”这一根本任务，突出社会主义核心价值观培育践行、学科渗透德育、文化育人、管理育人、网络育人、活动育人、心理健康育人、家校协作等方面创造青春健康教育进校园的德育特色。

（2）做好教育部福建师大基础教育课程研究中心20xx年开放课题立项《构建农村中学心理危机干预体系的实践研究》的课题研究和泉州市教育科学“十三五”规划（20xx年度）立项小课题《农村中学心理健康三级预防系统建设的实践研究》的课题结题工作，迎接泉州市教育科学研究所的检查。

（3）做好泉州市“十三五”规划（20xx年度）立项小课题《积极心理视野下的中学生挫折教育研究》的县级课题申报研究。

7、发挥德育特色辐射作用，不断深化生命健康教育。

（1）由于我校心理健康教育工作显著，办学特色凸显，20xx年8月3日，我校入选“福建省中小学心理健康教育特色学校”，本学期我校利用我校入选福建省中小学心理健康教育特色学校为契机，进一步提升特色学校的创建水平，巩固开展青春健康教育活动成效，进一步探索特色办学、多样化发展的新途径。

（2）以创建“福建省中小学心理健康教育特色校”标准为指引，提高升级后心理辅导中心的使用效率，组织学生通过参加心理测评软件文件调查，了解学生心理存在问题，积极落实有针对性指导。同时健全农村留守学生关爱服务体系，加强对农村留守学生心理危机干预，预防学生各种心理疾病的产生，减少其产生心理问题的潜在可能性，并对已出现的异常心理和行为进行鉴别和指导。

（3）要牢固树立“安全第一”的思想，通过开展同伴教育、青春阳光服务和红十字“体验式生命教育——十个一基本动作”等活动，教育引导学生牢固树立安全防范意识，努力掌握自我防范、自护自救知识，机智处理遇到的各种异常情况和危险。

**心理健康教育工作计划和安排篇十四**

以教育部的《关于加强中小学心理健康教育的若干意见》、《中小学心理健康教育指导纲要》的重要文件为指导，扎实开展我校心理健康教育，为学生健康成长创造良好社会环境。建立一支具备辅导能力，能走进学生心灵，能被学生认同的心理辅导教师骨干队伍。建立和完善学校心理咨询室工作制度与硬件建设；加强研究，推动学科渗透心理健康教育工作，提高教师在教育教学活动中运用心理健康教育知识和技能的能力。关注教师心理健康，促进师生共同成长。

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“心理教师”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．认真开展心理健康教育的课程活动。

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2节以心理健康为内容的主题班队会）

7．创建苏州市合格心理咨询室。

一、加强领导，分工合作。

学校心理健康教育由德育处主抓。各班班主任都是心理健康教育者。正班主任抓好每班个案的辅导，关注特殊学生，经常找这些学生谈心，跟他们进行心理沟通。在班内开展心理团队辅导。副班主任上好隔周一次的心理健康教育课，学校心语小屋由专门老师负责，热情接待来访学生。

二、整合资源，凝聚合力。

1．开设好健康教育课。双周周四的晨会课为健康教育课，具体由各班的副班主任负责。以年级组为单位，老师们组织起来探讨和设计符合各年龄段学生身心特点的方案，并在教学过程中根据本班学生的实际情况，随机应变，采取恰当的教学手段，使健康教育课更贴近学生，从而有效促进学生的身心健康。

2．充分利用课堂教学，扎扎实实推进心理健康教育。

课堂，是师生沟通的一个重要场所。在学科教学中渗透心理健康教育，将是我校实现心理健康教育目标的主渠道。在课堂上，师生之间无时不在进行情感的交流和心灵的沟通。教师要善于挖掘教材中有利于培养学生良好心理素质的因素，通过巧妙的设计，通过组织各种活动，使师生之间达到共鸣和合声，实实在在推进心理健康教育。这样对学生的影响将是长远的。

3．丰富校园文化、通过各种喜闻乐见的活动来推进心理健康教育。

通过开展丰富多彩的校园文化活动，为学生搭建表现才华的舞台，调节学生的身心，释放学生的潜能，并通过各种竞赛，来培养学生的合作精神、奋勇拼搏的精神等，这些，都将在潜移默化中培养学生良好的心理素质。

4．利用学校各种设施，推进心理健康教育。

利用好学校的各种现代化设施，通过宣传橱窗、红领巾电视台、国旗下讲话等宣传途径对学生进行心理健康教育，营造良好的心理健康教育环境。

三、多种形式，加强辐射。

1．开放好心理咨询室。为了更好地开展个别学生的心理辅导咨询工作，学校将继续于每天中午12：00——12：40分开放“心语聊天室”。（周五11：45——12：20）。通过“心语聊天”对学生在学习和生活中出现的问题给予直接的指导，排解心理困扰，并对有关心理行为问题进行诊断、矫治。如果学生有某种心理问题和困惑，可直接到辅导室找老师谈心交流。

2．每月开设一期“心灵之声”广播，对全校学生进行心理辅导知识讲座。

3．建立学生心理档案。

建立学生心理档案是了解学生、帮助学生的有力保证。

4．组织好团体辅导。针对不同年龄阶段学生的心理特点，我校把学生分成中高、中低二个学段，由四位老师负责进行团队心理辅导。团队辅导老师每月上好一节心理团辅课，每学期在全校上好一次心理团队辅导观摩课。为了给学生充分的接受心理健康团队辅导的机会，考虑到班主任对学生比较了解，平时和学生接触的时间也比较多，因此要求我们全校班主任都在自己班上心理团队辅导课，调动所有可用的资源，使心理团队辅导具有全面性。

5．开展好个案研究。学生个性的差异性、心理问题的多样性决定开展心理健康教育要重视个案分析与研究，做到因材施教。建立咨询记录本和学生的心理个案记载。把学生中出现的心理状况及解决办法及时记录整理，分析了解各个学生的身心发展状况，把准教育脉搏，对学生进行心理疏导。这样跟踪性的辅导，将使个案辅导更具成效。

6．指导家庭进行心理健康教育

利用家长学校、家长开放日、等多种途径，坚持不懈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。

四、家校合力，赢得实效。

学生生活的环境主要是家庭和学校。学校在实施心理健康教育过程中起主导作用，但不可忽视家庭因素。据调查，影响孩子心理健康的首要因素是家庭气氛，不同的家庭气氛，对孩子的心理健康会产生不同的影响。如何采取民主型的教养方式，营造和睦、温馨的家庭气氛是家庭教育首要问题。家长是孩子最好的心理医生，学校心理健康教育要赢得实效，必须赢得家长的支持。我们要着力修筑学校与家庭之间沟通的桥梁，开办好家长学校，通过家长学校组织家长学习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，普及心理教育基本知识，共同探讨孩子心理健康问题，交流先进经验与做法，不断提高家长对学生进行心理健康教育的素质。从而形成学校、家庭教育合力。

五、加强科研，总结提高。

1．心理辅导老师要善学、勤学，做好阶段性研究和分析，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．教师要从实际出发，以我校学生在成长过程中遇到的各种问题和需要为主题，做好个案分析，不断地积累资料，撰写有关的心得体会与论文，以提高心理健康教育工作的实效，并在校内进行推广学习。

二月份：

1．制订本学期心理辅导工作计划。

2．做好健康教育的宣传和氛围建设工作。

3．做好心理健康教师的培训工作。

三月份：

1．心理咨询室开始开放。（每周一至周四中午12：00——12：40，周五11：45——12：20）

2．召开部分学生座谈会，并进行个别心理咨询。

四月份：

1．组织全体老师学习有关心理辅导的知识、方法等。

2．心理团队辅导观摩课。

3．开设“心灵之声”广播。

4.做好苏州市合格心理咨询室验收准备工作。

五月份：

1．班主任心理健康知识培训。

2．开设“心灵之声”广播。

六月份：

1．召开特殊学生会议，并进行个别心理咨询。

2．心理健康辅导教师工作经验交流会。

3．做好学期总结及资料积累和个案分析、心理档案建立工作。

**心理健康教育工作计划和安排篇十五**

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。

1、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。

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。

3、整理心理健康教育相关材料，教师集中与分散学习相结合;可以通过召开讲座、团体辅导、个别咨询、自学材料、外出培训等途径提高教师理论水平和实践能力。

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

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