

开展心理健康教育活动总结范文（28篇）

开展心理健康教育活动总结范文（28篇）

开展心理健康教育活动总结范文 篇1 11月以来，我校在开展“心理健康教育月”活动中，开展了以“维护自尊，学会自爱”为主题，以“国旗下讲话”、“心理团体游戏”、“黑板报、手抄报宣传”等形式的心理健康教育系列活动，收获颇多。具体活动内容如下：

一、国旗下讲话：在星期一升旗仪式上，以《维护自尊，学会自爱》为主题，进行国旗下讲话，使学生了解有关自尊自爱的意义。鼓励学生激发生命的潜能，提升生命的质量，努力实现生命的价值，让生命焕发光彩。

二、学校电子屏幕宣传标语：利用好学校的电子屏幕，进行有关心理健康的相关标语的轮番宣传，加强学生对心理健康知识的认识。

三、创编黑板报和手抄报：各班以“维护自尊，学会自爱”为主题，出一期黑板报和手抄报。经过前期精心的准备、资料的收集，在老师们和同学们的共同努力下，各班都能按照要求认真地完成黑板报的制作，制作出的板报不仅美观大方、创意新颖，而且色彩协调、图文及装饰布局合理，主题鲜明。在制作的过程中，同学们学习到了丰富的心理健康知识，增强了自我心理保健意识，同时增长了阅历，动手能力、创新能力也从中得到了提高。

四、开展主题班会：各班在班队会课上以围绕“维护自尊，学会自爱”为主题，举行丰富多彩的班队活动，每一位同学通过各种形式来感悟自尊，学会自爱体验成功。通过主题班队会让学生懂得如何以积极的心态去面对生活和学习。

五、心理游戏——小天使与小主人：以各班为单位，由班主任组织开展心理游戏“小天使与小主人”。通过做游戏，可以让学生除了感受到来自师长的爱护与鼓励外，还能感受到来自同伴的'关注，增强内心的安全感，让学生在收到的肯定与关注中体会到自己存在的价值，树立自尊心和自信心，相信自己有能力去实现自己的理想，学生积极向上的内在动力也渐渐地被激发出来。

完善健康心理，塑造健康人格。通过一系列活动，取得了良好的效果：学生的心理素质增强了，正确的心理健康观念逐步形成，他们理解了自信的真正意义，用微笑面对人生，积极向上的心态给生命一个坚强、勇敢、自信的笑脸，创造一个独一无二的精彩人生！立志从我做起，从身边的一言一行做起，在健康的氛围中幸福成长！

开展心理健康教育活动总结范文 篇2 青春期是从童年到成年的过渡时期，在生理、心理上有许多变化，如情绪容易波动，爱慕异性，兴趣易转移等。青少年的心理是否健康，主要体现在以下七个方面：

1、与别人相似

人与人之间都彼此相似。当听到月亮时，联想到太阳或星星，都是正常的反应。但联想到死亡，就让人难以理解。这种情况出现多了，就应注意他的心理状态是否正常。如果一个人的想法、言语举止、嗜好、服饰等，与别人相差太大，则他的心理可能不够健康。

2、年龄相符

人的行为是随着身心的发育而变化的。各种年龄的人，在想法、兴趣、行为上都有不同。青春期，应是精力充沛，活跃好动。而少年老成的学生，从心理卫生的角度来看，实际上是不大健康的。

3、善于与人相处

每个人都生活在社会中，都是社会的一个成员。一个人不可能脱离社会而单独存在。在青春期，社交范围扩大。在交往中，互相取长补短，培养互助合作精神，丰富群体生活经验，锻炼适应他人的能力。

4、情绪愉快表示心理健康

乐观的人，对任何事物都积极进取，无论遇到什么困难都不畏惧，即使遇到不幸的事情，也能很快地重新适应，而不会长期沉陷于忧愁苦闷之中。相反，多愁善感、情绪经常忧郁的人，心理上是不健康的。而且，情绪愈低，心理不健康的程度也愈重。

5、适度的反应

每个人对事物的反应速度与程度都不相同。但差别不会太大。如反应偏于极端，他的心理就不健康。如学生因考试失败而一时不悦，是正常的现象；但若他为此而几天不吃饭，甚至有轻生的意念，就可能是心理不健康的。当然，对考试失败无动于衷的学生，心理也未必健康。

6、面对现实

心理健康的人，都能面对现实。遇到困难，他们总是勇于承认现实，找出问题所在，设法解决。相反，心理不健康的人，由于不能适应环境，往往采取逃避现实的方法。这些都不能解决实际问题，只能达到自我欺骗的效果，久而久之，还会发展成病态。

7、思维合乎逻辑

心理健康的人无论做什么事都按部就班，有条不紊，专心致志，有克服困难的决心和毅力，而不是三心二意，有头无尾。他们的思维合乎逻辑，说话条理分明，而不是东拉西扯，随说随忘。

开展心理健康教育活动总结范文 篇3 本学期，心理工作室在前期成果的基础上坚持以课题为引领、以课堂为阵地、以活动为载体，充分发挥引领、示范、指导、服务和辐射作用，支持和帮助师生形成积极向上、乐观合群的心理品质。

“三自”理念下的心理课堂研究

以课题为引领，持续优化心理课堂的教学特色

(一)“三自”理念下初中心理课堂情境体验教学策略研究

我校“三自”办学理念“自然”是指教育要遵循规律，按规律办事；所谓“自主”是指教育要尊重人的主体地位，增强人的主体意识，焕发人的主体精神，发挥人的主体作用；所谓“自在”是指教育要营造健康和谐的生态环境，让人在愉悦中进行学习追求、工作追求和生活追求。从“自然”、“自主”、“自在”三个维度充分挖掘“三自”理念与“心理课堂教学”的有机联结，为“三自理念引领心理教学”的实施提供更充分的理论依据。“三自理念下”初中心理课堂情境体验教学策略流程：

问题 情境 解决 应用

1、问题：即学生的需要、目前存在的问题、已有的解决的方法等等。

2、情境：通过“选择——创设——再现”步骤，以贴合学生生活、形象直观的情境再现，激发学生的兴趣，引起学生真实的共鸣，促使学生自主学习，更主动的投入课堂，参与课堂，更可以增加扮演者的亲身体验。

3、解决：通过“观察——假设——练习”的步骤来达到解决问题的目的。

4、应用：通过“归纳——运用”步骤，在表演展示和观察中潜移默化地解决学生自己在学习生活中遇到的一些问题，从心理学角度来说具有自我治愈的功能。

(二)完善“三自”课堂教学模式，形成“生命、生活、生态”心理教育特色。

以“问题串导学、伙伴式助学、表现型展学”，在实际生活中遵从自然规律，懂得自尊，获得自信，学会自立，追求自强，自在学习，形成健康的人格。具体是通过案例分析、情景展现、活动参与，让学生在体验中领悟、启示、行动，形成积极乐观的学习生活态度，促进健康成长

工作室成绩

3项课题镇江市立项，2项课题丹阳立项；工作室统一活动开展3次，校园网有报道；镇江市级教师心育团辅课2节，丹阳市级公开课1节，丹阳市级讲座1节；工作室导师被镇江教研室聘为20xx年镇江心育资格认证培训辅导老师；国家级期刊发表2篇，1篇获省级三等奖，1篇丹阳市二等奖；1人次获市教学基本功大赛三等奖，1人次获一师一优课市优，1人次获微课制作二等奖

今后的工作思路

把学校心理健康教育工作进一步融入到学校德育工作中，丰富心理教育载体，发动班主任老师充实工作室，进一步提升工作室成员的专业水平，加大辐射：一拓展学校心理健康教育工作主体，由专兼职心理健康教师个体抓转变为“人人都是心理健康教师全体抓”；二扩大教育对象，从针对学生人群到面对教师、学校管理者和家长；三优化教育方式，从补救性为主转变为发展性为主，从个别辅导为主转变为团体辅导训练和个别辅导兼顾。大家一起携手，共同守护师生的健康底线，让校园成为“自在馨园”，为孩子们的健康成长和全面发展不懈努力。

开展心理健康教育活动总结范文 篇 4

组织一个班级活动，这对我来说还是第一次，而且还有前期的策划、活动准备、活动组织、活动总结等一系列事情都需要我来完成，虽然很多东西可以向班委和其他同学请教，但我的心里还是比较没底。因为接到了学校的通知，并且我又参加了学校心理委员培训的第二期培训班，让我对组织班级活动等方面的知识有了更深的了解，我对组织这次的班级活动也更有信心。这次心理健康教育月主题的活动不仅对我是个锻炼，同时也会对班级同学有很深刻的影响，让同学们了解心理健康的重要性，为此我也要努力办好这次班级活动。

大学生的心理健康是十分需要关注的，近期发生了几起大学生的事件，比如复旦大学黄杨投毒事件，南昌高校腐尸案，集中反映了大学生的心理健康问题。这些心理问题不是短时间内形成的，很多悲剧都是可以避免的，很多都是大学对学生这方面不重视。这学期，学校加强了对同学们心理健康方面的重视，对每个班的心理委员都进行了培训，也要求我们心理委员定期举办心理健康教育的活动。

参加了第二期的心理委员培训，我收获很大，我们在活动中分享了快乐，也收获了知识。在活动中不仅认识了很多同学，也学会了如何做好一个心理委员，同时培训时的部分活动对我们班的活动也很有借鉴意义。

为了开好这次班会，我很早就开始了准备，并写好了活动的策划。在写策划的同时，我也向班委和其他同学请教了如何开好班会的很多方面的问题。在策划写好后，我也询问了我们辅导员的意见，老师也给出了一些很有意义的意见，并且强调要我们在活动中注意安全，我才突然发现我忽视了这个问题，于是我又修改了策划中的部分活动，对班级活动也有了更详细的考虑。

经过了这些活动的准备，我深刻的体会了开一个班会的是很麻烦的，不是我原来想像的那么简单，很多细节方面的事情都需要组织者细致的考虑。

比如为了让这次的活动对同学们更有吸引力，能让同学们更积极的参加，我想在室外草坪上举行我们的活动，为此我和班长找了一中午的场地，但都被我们否决了，最终决定还是在教室里进行活动。为了活动更吸引人，我也考虑买些东西作为活动的奖励，最后决定买些水果，这又让我和班长忙碌了很久。

之前为了使活动更有趣，我和班里的女生还讨论了关于活动的问题，这些都经过了我以及班里其他同学的深思熟虑才决定的。要举办好一个活动是真的不容易啊！

经过了周密的准备，我们班的心理健康教育月的主题班会活动终于开始了。同时班主任和班主任助理我们研二的师哥也参加了我们的班级活动，但辅导员因为有事没有来。活动进行的还是比较顺利的，同学们整体上都玩得比较开心，同时也收获了很多。我在其中也是收获了很多。

最后我借鉴了培训下午时的最后一个活动，在每个同学们的背后贴一张空白的A4纸，让同学们互相写下祝福的或平时不好说出的话，同学们都很积极，写了很久，基本上每个同学背上的纸都写满了。后来同学们都觉得这个活动很好，很有意义。班主任也觉得很好，还建议让我们将纸保留下来，说等我们毕业还可以再做一次这样的活动。

看到班会举办的很成功，我也很开心。这次的活动圆满结束了，对我来说收获很大，我相信，他对同学们的意义也是比较大的。大学生的心理健康教育仍然不能忽视，作为心理委员，我的责任重大。

在今后的日子里，我会更加努力的做好心理委员这一职务，为班级营造一个良好的环境，让大家能够顺顺利利的毕业，找到自己理想的工作。希望我们的班级建设的越来越好，我们的大学更加繁荣昌盛！

开展心理健康教育活动总结范文 篇5 身心健康则是现代人素质的重要方面和人的全面发展的重要标志，学校作为育人阵地，不仅仅是学生学习场所，更应该是学生健康成长的乐园，我们要切实贯彻素质教育方针，树立“健康第一”的办学理念，以培养健康人才为学校的第一追求目标。

为了落实上级有关健康校园创建工作的文件精神，我校制定了创建“健康校园”的发展目标和实施方案，这既是深化教育改革、推进素质教育的需要，同时也是丰富学校内涵、提升学校品位的需要。因此，我们把争创健康校园作为契机，着眼于师生的身心健康、优化育人环境、营造和谐健康的校园氛围、全面实施素质教育、培养造就健康人才，为学生一生的发展奠定基础。对照上级关于健康校园创建标准和要求，对我校“健康校园”创建工作总结如下

一、加强组织领导，落实工作职责。

为了加强对创建“健康校园”工作的领导，学校成立了“创建健康校园工作”领导小组，由校长任组长，主任任副组长，由各班班主任及科任教师任组员，并有专人负责卫生和健康日常工作。学校卫生和健康工作由校长亲自抓，有关人员协助检查，做到了卫生和健康工作处处有人管，事事有人做。牢固树立“健康第一”的思想，为师生创设良好的健康、卫生环境。

二、开展全员培训，夯实理论基础。

为了使卫生和健康理念根植于每个参与者的心中，学校多形式、多渠道、多方位地组织学校领导、

教师、学生及家长进行了学校卫生和健康促进的相关培训，提高思想认识，夯实理论基础，提高实践能力。学校一方面利用升旗仪式、集体晨会、专题讲座、橱窗、板报、教工大会、学校广播等形式，加大健康教育宣传力度，另一方面还组织师生进行健康知识的学习。

三、规章制度健全，保障体系完善。

为了使学校的卫生和健康工作有规可依、有章可循，学校健全、完善了一系列的卫生和健康规章制度，努力构建创建工作顺利开展的政策保障体系。

(1) 合理安排课表。学校把创建健康校园工作纳入每学期的工作计划中，同时，从符合学生身心健康发展需要的角度出发，科学、合理地安排课程表和作息时间表，确保学生每天在校参加体育活动时间不少于 1 小时。

(2) 切实制订制度。根据有关的法律法规和上级文件精神，结合学校实际，健全、完善了一系列的健康教育规章制度。包括师生体检制度、学生体质健康档案管理制度、控烟制度、卫生室工作制度、学生行为规范评比制度、环境卫生检查评比制度、学生常见病传染病防治制度、食堂卫生管理制度、消毒制度、晨午检制度、门禁制度等。

(3) 健全应急机制。为确保教师和学生的人身安全，学校建立了一系列的工作预案，包括学校预防传染病和食物中毒工作预案、学生伤害事故应急预案及其它事件工作预案等。

四、优化办学条件，美化校园环境。

学校拥有一流的办学条件。包括多媒体教室、计算机教室、科学实验室、美术室、音乐室、图书阅览室等。教室内外环境整洁，做到了门窗壁地整洁，无蛛网、

无尘迹、无痰迹、无烟头、纸屑，物品整洁，通风、采光、隔音情况良好。作为卫生工作的大难题——厕所卫生，我们有序安排，坚持每天定期清扫一次，课间由值周同学负责检查卫生情况，发现问题马上处理，确保厕所内墙壁无乱刻乱画现象，男厕小便池内无堆积废物，厕内无废纸、无蜘蛛网及蛆虫。

学校道路平整、硬化，校园四周绿树成荫，校内绿草如茵，郁郁葱葱，鸟语花香。各种绿化带均立有学生自己设计的校园公益广告语，名言与古训并存。绿化带分到各个班，由各班负责对本班的园地进行绿化维护和保洁。校园环境有明确的责任分区，每日打扫，确保校园整洁干净。

五、工作到位，保障投入。

学校对卫生和健康工作的经费和物资投入以学校的实际需要为准，保障投入，注重实效。为了创设一流的环境，学校在校园各个角落均配备了美观适用的垃圾桶等卫生设备设施，室内配备了各种卫生工具，为学校的卫生管理提供了极大的便利。为了解决校园垃圾无处倾倒的问题，我们又着手修建垃圾池一个，池内杂物坚持每天焚烧处理，废物定期清运。

六、抓好疾病防治，倡导健康生活。

健康的身体离不开良好的卫生习惯。学校积极开展健康教育活动，切实抓好疾病防治工作，努力倡导师生形成健康的生活方式，不断提高师生的身体素质。

1、积极开展卫生健康教育。一是开设健康教育课。各年级每两周安排一节健康教育课，系统讲解健康教育知识，让学生掌握基本的健康知识；二是采取校园广播讲座、板报专栏、等方式，对师生进行健康知识教育。三是学校图书室、面向全体师生开放，便于师生学习有关的健康知识。

2、做好传染病防治工作。学校积极协助配合南堡镇卫生院做好传染病防治工作。一是为疾控中心提供场所进行学生流感、乙脑、风疹、伤寒等疫苗注射；二是针对周边地区出现的一些疫情，加强对学生进行传染病预防知识教育，例如流感、肝炎、手足口、肠道传染病，并积极采取晨检制度和楼内消毒等措施，防止传染病的流行；三是及时关注媒体公布的重大传染病疫情，如非典、甲型流感、手足口等，并采取有力措施加强对学生的教育和管理；四是每年都开展禁毒教育活动和预防艾滋病教育活动；五是制定有关传染病防治制度和传染病紧急处置预案。

3、定期组织学生体检。每年安排学生参加由镇卫生院组织的体检，对一年级新生建立“体检表”档案，定期进行跟踪检查。

4、积极开展“阳光体育活动”。坚持做好上下午的大课间活动，积极组织学生开展体育锻炼，踊跃参与由镇中心校组织的长跑比赛和运动会，组织开展各项小型体育竞赛活动，确保了学生的体质的不断提高。

5、学校严禁在教学及公共场所吸烟。制定了禁止吸烟制度，努力创建“无烟学校”。

七、加强安全管理。

1、我校采用封闭式管理，严格落实门禁制度，对广大师生的课件进出以及外来人员都实行严格的登记留踪。学校严格履行值班职责，每天做到24小时不断岗，做到学生在校期间有教师负责管理，学生离校有教师照看好财务，在管理上不留时间与空间的盲点。学校购置了保安服、防暴插等物品，提高防范意识和防范水平。

2、定期组织广大师生做好逃生演练及自救演练，确保紧急事故发生时的安全有序。

八、加强信息沟通，形成共育氛围。

学校多形式地加强与村镇、家庭进行卫生健康信息的交流与沟通，积极探索三位一体化的教育模式，形成共建、共管、共育的社会大环境。

1、学校开展健康促进活动取得了村镇的支持与参与。学校村镇相互提供健康服务。学校定期组织学生到村镇开展健康活动并组织学生到村委会、村内街

道等地方进行义务劳动等。

2、学校定期召开家长会，开设家长学校，提供学生健康信息，督促家长为学生培养学生良好卫生习惯和提高健康水平，创造了必要的条件，建立学生家长开放日，并鼓励和邀请学生家长参与学校健康教育活动。

3、我校与村镇建立了良好的合作关系，积极创造和维护学校周围的良好环境，避免污染和噪声影响，发现问题及时与村委会联系解决。我校还与派出所、卫生等单位共建协议，为学生交通安全和校园治安卫生提供了保障。

人人都享有健康的权力，人人也都负有维护自身和他人健康的责任。让我们从提高每个人的健康水平开始，提高全民族的健康素质！我们将在今后的实践中不断努力，以创建“健康校园”为动力，不断优化教育教学环境，不断优化校园环境，争取更大的成绩！

开展心理健康教育活动总结范文 篇6 一、基本情况

朱某：男。好动，不遵守纪律，注意力不集中，在课堂上经常影响大家的学习。作业常常拖欠，不能按时完成。作业本上，字迹潦草，乱涂乱画。成绩较差。控制不住自己的行为，常常惹事生非，经常与别的同学打架，喜欢向老师告状，老师批评别的同学，显得很高兴。老师批评他时，对立情绪很强，表现出不服气的样子，会拿同学的钱和物品。

二、调查分析

家庭素因。人们常说，家庭是儿童的第一所学校，父母是孩子的第一任老师，显而易见，家庭的教育与环境对孩子的成长有着不可低估的影响。朱某：父母离异，因此，朱某深受父亲和二伯的宠爱。父亲连小学都未毕业，在学习上难以给孩子帮助，母亲再婚，家庭经济生活不是很宽裕。由于缺乏良好的家庭教育，使其养成了自由散漫、无拘无束，以自我为中心的性格，这是他自控能力差的主要原因。

学校教育因素。传统的教育方法也是造成问题的原因之一。现行的教材难度偏大，要求偏高，受应试教育的束缚，教师在制定教学目标时，往往容易忽视学生的个别差异，撇下中下学生的实际知识水平，搞“一刀切”和“齐步走”，使中下学生跟不趟，造成两极分化。在应试教育的条件下，教师往往又以分数为唯一标准评价学生，自觉不自觉地产生重智轻德，分数至上的消极现象，看不到“潜能生”的优点，致使他们产生焦虑情绪和人格障碍。另外，教师对学生的注意程度，喜欢程度，表扬次数，无形之中产生了不良的影响。教师对学生不关心或经常性批评，学生的学习积极性就差，学习成绩也就下降，有些教师对他们更不关心，形成恶性循环，有的教师甚至歧视“潜能生”，冷嘲热讽。过多的失败与挫折，使得这些学生自信心低落，产生消极的态度。就这位同学而言，由于学习上不努力，考试老是不合格，又爱惹事生非，不守纪律，常使集体荣誉受损，成了班上同学的“嫌弃儿”。老师的批评，同学的指责加深了他们自卑心理，对自己没有信心，对学习不感兴趣，最后导致自暴自弃。

三、教育对策：

1、点亮学生心中的灯

后进生因功课不好，屡犯过失而长期受到老师的批评，同学的冷落，家长的训斥，经常在“冷”的环境和氛围之中，他们自感不如别人，活泼向上的心理失去了平衡，心态是消极的，对课堂学习和学校教育活动缺乏热情和兴趣；同时，为寻求一时的心理满足，达到暂时的心理平衡，就设法从另一方面表现自己，于是又出现各种行为问题，招致更多的批评与指责。作为教师要打破这种恶性循环链，点亮他们心中希望的明灯，激励他们从“自甘落后”的泥潭中爬出来。

朱某虽然有许多不良习惯，但他有一个很大的优点，就是特别爱劳动。不怕苦，不怕累，其他人不愿干的脏活，他都很乐意去做。在竞选班干部时，我事先就找他谈话，让他去竞选，他听了拼命摇头，觉得老师在和他开玩笑，经过耐心开导，他才轻声地说“我试试吧”。第二天当他站上讲台时，全班同学哄堂大笑，他犹豫了，我忙对他说：“这是同学们为你的勇气而渴采，不信，把你竞选的理由说完，同学们肯定会为你鼓掌。”同学们听了我说这么一说都安静

下来听他讲了，当他说完理由，同学们都鼓起掌，他也笑了。终于，他当上了卫生委员，每天都主动留下来打扫卫生，后来还被评为“卫生小标兵”。

信心不是天生就有的，而是志向、经验和日积月累的成功哺育而成的。困难和挫折固然可以激励人的意志，但对于成长中的儿童来说成功更能激发其向上的'愿望。如果我们能帮助学生有一个成功的开始，我们就能一步步引导他们走向成功。

2、多作模糊性教育

大家知道，科技发展到今天，电脑的速度比人脑快成百上千倍，但论及“聪明”程度却难与人脑相比，其中最重要的一个原因就在于它不会“模糊思维”，它难以容忍不确定因素，只会根据既定的策略按部就班地机械运算，却不会进行创造和推理。小学教育者在工作中更应具有模糊性，尤其是对问题学生，要允许学生犯错误，只要不是原则性的错误，只要是学生自己或老师点拨启发下能悔悟的错误，该宽容处且宽容。

开展心理健康教育活动总结范文 篇7 xx年，我在教育局及活动中心领导的关心和支持下，发挥中心未成年人思想道德教育阵地之资源优势，在校内外心理健康教育的开展途径、方式、内容等方面作了一些尝试。为总结经验，发现不足，更好地开展明年的工作，特写此总结与计划。

一、工作总结

1、xx年暑期，举办了为期两期“生命如花绽放”心智成长主题夏令营即中小学学生团体心理辅导，供辅导学员35人。夏令营以团体心理辅导及心理拓展训练等为形式，融入生命教育、心理健康教育的有关内容，帮助学生认识生命的独特性，学习珍惜和热爱生命并创造生命独有价值。活动形式新颖，内容丰富，尤其是互动中的体验和同伴分享给了孩子们前所未有的心灵触动。学员们通过活动加深了自我认知，树立了生命信念，提高了自信，增强了与人合作的意识和能力，活动收到了很好的教育效果和社会效应。

2、10月10日，参加了城区妇联主办的世界精神卫生日主题宣传。开展了现场咨询、版面宣传和心理健康知识传单免费发放等活动，帮助市民更科学地认识心理咨询的同时，也扩大中心的知名度。

3、10月28日，应基教科要求，为城区中小学心理健康教师作了题为《学校心理咨询室建设——兼谈中小学心理健康教育的新途径》培训。明确了心理辅导室建设的有关要求，介绍了__生活素质教育课程的一般理念和操作技巧，为学校科学规范建设心理辅导室并开展心理健康活动课提供了及时而有益的帮助。

4、11月15日至30日，随基教科对全区各中小学心理辅导室建设情况进行了一次排查，比较全面地掌握了全区中小学心理辅导室的建设情况，并对检查

工作做了及时总结和交流。

5、完成了城区中小学心理健康教师成长沙龙的个人资料收集工作。

6、从11月9日开始，为满足学校提升教师心理健康水平、提高家长教育水平之需要，主动义务送讲座下校。先后为城区职高、英雄街小学、惠丰小学、淮海小学、站前路小学、华丰路小学等六所学校送去七场教师及家长心理健康知识讲座。受到了听课教师和家长的欢迎。

7、自觉开展理论学习，坚持提升业务能力。暑期先后赴北京参加了第三届海峡两岸生命教育研讨会和首届积极心理学与教育国际研讨会，并将学到的理念与技术及时应用到学生团体辅导和教师及家长的各类培训中。

8、继续完善了咨询部档案并做对外宣传报道。

二、工作反思

1、有时候想问题理想化，脱离实际，原因在于一方面急切想为城区中小学开展心理健康教育工作做点什么，但又不了解各校实际状况。为此，以后还需要更主动深入学校，这样才能确切了解他们的需要，也才能发现典型，总结经验，为做好辅导积累第一手资料。

2、在校内外心理健康教育的模式、内容、途径等方面还需要结合城区实际做进一步的探索，做出特色同时追求实效。

3、在扩大心理与教育咨询部的'知名度方面还需要坚持不懈地努力。只有被更多人知晓，才能为更多人服务。

三、工作计划

(一) 完成咨询部本职工作，扩大咨询部社会影响。

1、立足活动中心，发挥公益资源优势，做好个体咨询和团体辅导，推广亲职教育公益讲堂，坚持为广大中小学生和家長服务。

2、继续搞好学生心智成长主题冬夏令营活动，为广大中小學生提供有益的辅导。

3、做好课题研究。申请省级十二五科研课题，并发展有积极性和有能力的学校和老师加入，尝试走出一条边学边研，以研促教的可持续发展的心理健康教育之路。

4、完善资料归档留存，为明年文明城市验收检查打基础。

5、完成咨询部室软硬件建设。

6、做好咨询部对外报道工作。

7、加强业务学习和交流，坚持不懈地提升自己的理论水平和实践能力。

(二) 完善沙龙运作机制，探索学校心理健康模式。

在教育局的领导下，建设好中小学心理健康教师成长沙龙。组织心理健康教师成长沙龙持续开展培训和学习，让我们的心理老师有一个团队支持系统和持续学习的动力。争取在五年之内，帮助我区心理老师有理念、会技术、能研究，在所在学校生动、活泼、有效、多渠道、多形式、独立地开展心理健康教育工作。

开展心理健康教育活动总结范文 篇8 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小学生心理素质的教育，是实施素质教育的重要内容。中小学开展心理健康教育，既是学生健康成长的需要，也是推进素质教育的必然要求。本着以学生发展为前提，营造校园的心理教育氛围，扩大心理健康教育的影响，打开学校心理健康教育的新局面。为了营造人人关注心理健康、人人参与心理健康教育的良好氛围，促进心理健康教育进一步广泛深入的开展，今年我校结合本校学生特点及环境因素，特制定我校在这次心理健康教育月活动总结如下。

一、国旗下讲话：在星期一升旗仪式上，以《“走进幸福的成长季节”》为题进行国旗下讲话，使学生了解有关生命的来之不易与宝贵，懂得要热爱生命。引导学生不断增强自我保护意识，远离伤害、危险，安全健康地生活。鼓励学生激发生命的潜能，提升生命的质量，努力实现生命的价值，让生命焕发光彩。

二、推荐阅览相关书籍：学校广泛利用图书室，学生借阅了有关课外书籍，了解了有关热爱生命、善待生命的健康知识，做好读书笔记。

三、创编黑板报：每班创编一期以““走进幸福的成长季节”为主题的黑板报。

四、开展主题班会：各班以““走进幸福的成长季节”

为主题，召开了一次主题班会活动课。通过活动课，让学生懂得了我们要热爱生命、善待生命，让生命的音符弹奏出更加雄浑的乐章，谱写出一曲灿烂的生命之歌。

五、学生制作手抄报：高年级举行了有关““走进幸福的成长季节”为主题的手抄报比赛。

完善健康心理，塑造健康人格。通过系列活动，取得了

良好的效果：学生的心理素质增强了，正确的心理健康观念逐步形成，他们理解了生命的真正意义，以生命安全为重。懂得保护自己和别人的身体，珍爱宝贵的生命。学会珍惜今天拥有的幸福生活。用微笑面对人生，给生命一个坚强、勇敢、自信的笑脸，创造一个独一无二的精彩人生！立志从我做起，从身边的一言一行做起，在健康的氛围中幸福成长！

开展心理健康教育活动总结范文 篇9 良好的心理素质是学生全面发展过程中的重要组成部分，而心理健康教育则是提高学生心理素质的教育，是实施素质教育的重要内容，加强心理健康教育，提高学生心理素质，使他们健康成长，这是历史赋予我们每一个教育工作者神圣的历史使命。为此，宝应中学一直以来都非常重视心理健康教育工作，做到校领导高度重视，全体教师全员参与，扎实有效推进心理健康教育工作。下面就本学年第一学期心理健康教育的开展做简要总结：

一、坚持开好心理健康教育课。

随着自我意识和独立性的增强，学生的心理困扰也会不断增多，利用课堂教学向学生传授相关的心理学知识，组织学生进行积极的情感体验，让学生掌握自我调适的能力，可以逐步地使学生做到悦纳自己，并且经常保持积极乐观的精神面貌。本学期我们继续面向高一年级 20 个班级进行心理健康课堂教学，主要授课人李明婷、孙传奇两位老师，要求她们要特别注意授课形式灵活多变，讲解复杂的心理学理论要深入浅出，注意联系学生的实际，激发学生的兴趣和积极性。从实施的结果来看，得到了学生的广泛欢迎。

二、利用心理辅导室，架起心灵沟通的桥梁。

为了更好的开展学生的心理辅导工作，心理中心在格韵楼和学生公寓建立了两个心理辅导平台。在具体心理辅导过程中，中心注重①利用个体和团体心理辅导帮助学生消除，正确认识自我及社会，充分发挥潜能，有效适应环境。②建立多种沟通联系渠道，如心理热线、QQ群、微信等，只要学生有什么心理方面的问题，无论何时，中心成员都会第一时间积极主动地和他们进行交流并做好记录，认真分析、及时跟踪，积极反馈，通过平等的交流，帮助学生尽快达到能自助。③通过辅导，让这些学生倾诉了自己的烦恼、困难，获得了心情的调节、心灵的安慰，也帮助不少家长改变教育观念，让家长学到了如何科学地教育孩子，一起分享他们成功的快乐、满意的笑容，从而，架起了师生心灵沟通的桥梁。

三、大力加强心理健康中心的建设。

20__年11月在校长室大力支持下，新校区心理健康中心顺利落成，地点设在格韵楼2楼207—208室，投资近20万元，面积150平方。心理健康中心设有六个功能室：教师办公室(兼档案资料室)、预约接待室(兼心理阅览室)、个案辅导室、情绪宣泄室、音乐放松室、心理测试室等。目前，各功能室都已正常工作，有效的对来访者提供心理评测、音乐放松、沙盘游戏、情绪宣泄等服务。最大限度的开发学生心理潜能，增强其学习、生活、人际交往、升学等方面的心理适应、自我调节、适当求助的能力，克服成长过程中出现的各种心理问题，提升心理素质和人格修养。

四、重视心理异常学生的处置工作，及时为学生、家长、老师、学校排忧解难。

当孩子出现异常时，许多老师、家长很无助，他们往往不知所措。中心平时通过发放《心理小报》、校信通等方式对班主任进行了相关心理培训；当发现有学生出现心理异常时，我们不仅及时给予心理指导，而且注意及时和班主任、家长沟通，提醒他们按科学的方法帮助孩子，保证让孩子能及时得到治疗和帮助，以免延误最佳治疗时间。在帮助异常生方面，我们通过自己的努力，做到让班主任、家长少走弯路，尽可能最大限度减轻老师和家长的负担和心理压力，及时科学处置异常学生的情况，也为学校尽可能地排除了安全风险以及因

为学生心理疾病而产生不良的社会影响。

五、充分发挥班级心理协会会员同伴辅导的功能。

本学期初，我们和德育处、团委继续合作，建立了宝应中学第二届心理协会，平时中心心理老师定期和各班的心理协会会员进行沟通，组织辅导培训活动，让他们初步掌握帮助同学的方法、技能，以便能及时为同学们提供心理帮助。此外还通过他们发放《心海导航》校报，为推动我校心理健康教育工作的深入发展，充分发挥学生的聪明才智，搭建了又一个良好的平台。

六、组织、指导学生参与心理协会的社团活动，让学生在参与过程中实现心理自助、互助。

在开展心理协会社团活动中，我们强调让学生把自己身边的事情，从自我的视角，进行编演。通过学生的编演，突显学生的心理问题，寻求解决的方式和方法，也通过活动的形式培养心理协会会员的沟通能力和处理问题的能力。对学生而言，一次两次的心理协会社团活动的参与，就是他们自觉反思同龄人心理健康状况，自行接受心理健康宣传教育的重要过程。重视学生互动，让学生在共享中实现心理自助，不仅仅要让参与者受益，还要让更多的人受益，让更多的人获得启发和教育。

七、组织学生填写心理档案，建立学生心理档案体系。

学期初组织高一年的学生填写心理档案。通过心理档案，了解新入学学生的基本情况、学生对自己的评价及学生当下阶段的心理状况，摸清学生中较为突出的心理问题。对学生的填写的结果，我们认真分析，精心研究，慎重处理。学生心理档案的建立，让我们掌握了第一手资料，可以为工作提供依据，也使我们可以有针对性地做好部分学生的工作。

八、积极展开宣传工作，营造良好校园氛围。

针对学校具体情况，立足学生生理、心理特点，利用心海导航、橱窗、版面和电子显示屏、国旗下讲话等向学生、教师、家长宣传心理健康教育方面的知识。有针对性地精心设计有关栏目，如开学初，设计“关注心理、健康心灵”、“学会适应”，考试前，设计“考前准备”，考试后，设计“考试后心理调适”等栏目，提高宣传效果，使宣传阵地真正成为学习心理健康知识的乐园。

九、以科研做引领，不断提升理论水平。

学校积极引领老师认真实践、积极探索心理健康教育工作，不断总结心理健康教育工作经验，提升心理健康教育工作的水平。本学期李明婷老师的《浅谈宝应中学高一学生自我认识》作为优秀论文入选“运河杯”一等奖。

十、开展系列培训，提高全员心理素质。

我校心理中心四位心理老师均取得国家三级心理咨询师以上资格，为了进一步提高心理健康教育效果，让更多的人员关注心理健康教育工作，我们和教科室合作，组织教师参加江苏省心理健康知识大赛、加强对班主任的心理知识培训工作，使他们能较好地走进学生的心里，呵护学生的心灵，努力使班主任工作不仅让学生感动，更能震撼学生心灵。

一年来，我校的心理健康教育已初步形成以下特点①心理健康教育有指导、有协调、有落实、有研究，重实效。②全体教师参与，面向全体学生，重视学生品格修养、生活体验和自我调适。③教育与指导，辅导与服务的紧密配合。经过脚踏实地的努力，宝应中学的心理健康教育不仅促进了学生心理潜能的开发、人格的健全发展，同时也增长了教师解决学生心理冲突和矛盾的能力，增强了教师在教育教学中的价值感和幸福感。心理健康教育是一项意义深远的工作，开展心理健康教育工作需要有探索的勇气，但更需要有行动的决心，在行动中不断创新、改善。对于我校心理健康教育工作的思路、途径、内容与模式，我们还将进一步摸索和研究，以便更加科学、有效地搞好这项工作，进一步培养学生良好的心理品质，促进学生个性社会化的实现，为全面推进宝应中学素质教育作出新的贡献。

开展心理健康教育活动总结范文 篇 10 伴随着教育的不断推进和我市生命教育的广泛开展，我校科研课题“高中生学习心理的分析与辅导”已圆满完成任务，并取得了可喜的成绩。心理健康教育作为素质教育的重要组成部分，已被我校列为校本课程，在全校推广。丰富多彩的心理健康教育活动的广泛开展，在促进学生潜能开发、个性完善、生命和谐发展方面，在促进班级和谐、学校和谐、家庭和谐、社会和谐方面做出了积极的贡献。

人的一生要怎样活，才能活出精彩、活得有意义？这是每一个正常人必须思考的问题。特别是高中生，正面临着人生的十字路口，需要对自己的人生有个正确的抉择，就要充分地了解自己，有目的地发展自己，微笑地面对挫折，坚定自己的目标，用行动诠释生命的价值。适时地启迪学生的心灵、鼓舞学生的激情，让每个生命都闪耀自己最独特的光辉，是我们教育的责任和义务。

由于不同的学生具有不同的个性和生活环境，对待生活的态度和对生活的感悟不同。不是每个学生总是快乐的、和谐的、有目标的；不是每个学生，你讲了、你说了，他就会听懂，并采取合理的行动去完善自己；也不是他们愿意没有快乐、没有激情、没有斗志；只是他们缺乏对自己的了解和认识、缺乏信心与支持，缺乏对生命的理解和对社会的认知，缺乏维护自身和谐的心理品质。作为素质教育的重要组成部分，心理健康教育正是以人的生命个体与整体为对象，以形成和促进生命个体不断向更好的方向发展所具备的认知、情感、意志品质、行为能力、良好个性品质等为重任，以促进人的全面和谐发展、提升生命质量为宗旨的教育。作为心理健康教育工作者，我们从不知到知，从不会到会，逐渐摸索、学习、总结、实践，逐步形成了自己独特的教育模式——以学校心理健康教育辅导为中心，以班级心理辅导活动为主阵营，以团体心理辅导和个别心理辅导为两翼，以教育教学活动为载体，以学校大型活动和各种比赛为梯台的立体的以整体带个体，以个体促群体的心理健康教育辅导模式。

我校心理健康教育辅导从最初的单一班级心理健康教育课逐步过渡到个别学生心理辅导，又从个别学生心理辅导发展为多种形式的心理健康教育辅导，我们一步步走来。在教育教学中，我们本着引领人、发展人、成就人的理念，通过形式多样的心理健康教育活动，多角度、全方位地启迪学生的心灵，营造互敬、互爱、互助、积极、快乐的整体氛围，让每一个学生的生命活动充满活力、让每一名学生都能适度地彰显自己的生命魅力，使他们活得真实、活得自在、活得健康快乐、活得有尊严、有品位。为此，我们开展了“一日一歌一活动”，“一笑一语一感谢”，“每日有感恩”，“三言两语对自己”等日常快乐心理健康活动、各种个人才艺比赛活动、以班级为单位的各种评比竞赛活动、心理社团的组建活动、心理健康辅导课等，从培养学生良好的“心念”出

发，引领学生积极参与体验与行动，即“心动”，进而收获内心的喜悦与幸福，健康与快乐，即达到“心悦”的目的。

日常快乐心理健康活动，是我们提倡的整体与个体每日需加的心理营养餐：“一日一歌一活动”，即每个班级每天都要进行班言班歌说唱活动，每个学生每天都要进行一项自己喜欢的活动，为生命的精彩加力助威。“一笑一语一感谢”，即每一次与人见面或交流要以一个微笑、一个问候开始，以一声谢谢结束；“每日有感恩”活动是学生每天做一项感激父母的事情；“三言两语对自己”是建立一种自我激励机制，每天早中晚对自己各说三遍令自己愉快和进取的立志语，中午和晚上各说两遍赞赏自己的语言；培养学生有益的行为习惯和懂得感激、懂得给予，自我激励的良好心理品质，从中体味对生命的理解与尊重，体会生活的快乐与美好。

学生的各种才艺表演和比赛包括绘画、书法、美工展评，科技作品展评，文明礼仪活动评比，校刊《晓荷》文章征集，学校宣传展板的设计，各种演讲比赛、学生会的竞选、心理健康报制作评比等，学校在发展学生的个性、特长上不遗余力地创造条件，营造成长与发展的空间，使学生在高中学习期间不仅学会了学习，学会了沟通、也学会了做人和自我成长，体现了生命活动的不同特色与意义。

以班级为单位的各种评比竞赛评比活动：包括同伴辅导活动比赛、班级与班级的辩论赛、班级“一新天地”心理健康宣传评比、班歌班言评比，春季艺术节、秋季体育节、新生军训、队列队形比赛、各种球类比赛等。学生的心理健康状况的改善、心理素质的提高、生命价值的提升与个体对事物的辩证领悟，以及外界环境对个体良好心理形成的推动有关，因此我们非常注重学校整体心理健康氛围的营造。通过各种比赛活动，丰富了学生的成功体验，增强了学生的团体意识、集体荣誉感，锻炼了学生的意志，使学生积蓄的能量和情感有了释放的途径，同时也缓解了学生紧张的学习压力，为学生尽情展示不同群体的生命特质提供了舞台与氛围。

心理社团的组建：由于我校是独立高中，生源来自各个不同的地区，学生的各种适应能力不同，学习基础不同，人与人的关系比较复杂，为能使学生较快的进入良好的学习氛围，培养学生健全的人格，促进学生心灵的健康成长，我们组建了学校“一新”心理健康社团，成立了各班“一新”心理健康小组，目的是通过心理健康小组成员，在各自的班级近距离的与同学沟通，以自己健康的心理状态、适宜的语言与行为，理解、鼓舞、带动班级同学形成积极健康的学习心理氛围，及时给予需要帮助的同学以关心、支持，并将班级学生的具体情况反映给心理老师，使心理辅导更具现实性、目的性，实效性。这些心理健康小组成员都是经过“一新”社团组织的团体心理辅导培训的骨干，经过培训，他们基本掌握了有关的心理健康方法和心理辅导技术，能够胜任班级心理健康辅导助手的重任，为营造学校整体心理健康氛围起到了重要的作用，极大的推进了我校心理健康教育的发展和生命教育的深化。心理健康“一新”社团自成立以来，积极开展心理活动，每学年一次的心理心理健康活动宣传周，参与人员多，活动内容丰富，影响广泛，效果明显。协助心理咨询室建立新生心理档案，协助管理网络心理咨询中心（即学生心理档案管理系统）。利用橱窗、小报等方式宣传心理知识，营造良好的心育氛围。培养一大批学生心理骨干，强化他们“心理宣传员、疏导员、预警员”的作用，让心理健康教育到班级、贴近每一个学生，从而使沟通更为顺畅、问题解决更加及时、办法更易被接受，早期发现、早期预防心理危机，提前预警，杜绝不良事态的发生发展，促进学生人格完善和生命活动的正常进行。每年政教处、团委、心理咨询室、学生会、“一新”心理社团等部门联合举办心理宣传周，在5、25全国大中学生心理健康日来临之际，举办以宣传心理知识为主题的宣传报评比活动，班歌班言演唱活动，心理日志制作活动，文明礼仪实践活动，弟子规学习践行活动等，极大地提高了学生的心理健康意识和参与活动的积极性。

同伴心理辅导是我校心理健康辅导的主要形式，成员由学校心理辅导室下设各班心理健康小组成员（组长、联络员、宣传员、自愿者）组成。同伴辅导在学校心理健康辅导室的指导帮助下，具体开展工作。两年来我校学生心理辅导开展得有声有色，丰富多彩，学生参与人数逐年增多，学生的心理健康水平逐

年提升。

团体心理辅导是在心理老师的精心策划下，分期分批进行的。在团体辅导过程中，我有如下体会：

1、心理健康小组的成员选择很重要。我们必须选择那些有爱心、有责任心、有信心、有恒心、有耐心、有上进心、有一定组织能力、性格开朗、热情大方、乐于助人的学生加入这个组织，他们经过培训后能马上投入工作，并能把班级其他同学的积极性调动起来，这将大大缩短学生对各种环境的适应时间，较快地推进了班级学习心理氛围的形成，提高了心理辅导的效率。

2、团体培训的时间选择也很重要，我们往往选择在学生刚入学的第一个月开展工作。我们施行的是边培训边实习的模式，针对学生刚入学的不适应，我们进行的是交往培训：包括如何介绍自己，如何认识他人，心情故事，学习方法探讨等活动，通过活动使同学之间的距离很快的拉近了，这对稳定学生的茫然情绪和建立新的同伴支持系统起到了重要的作用。

3、要严格遵守心理辅导的保密原则，只有这样才能获得学生的信赖。心理小组成员要严格遵守保密原则，对在同伴辅导过程中了解的有关个人隐私，不准向其他人泄露，最大限度的保护同伴的有关信息。做到不指责、不挖苦。

4、心理健康小组成员要不定期向心理老师反映班级同学情况，跟踪某些学生的心理发展，以便总结心理辅导的经验，形成各班级独特的心理辅导模式。

5、定期组织心理健康成员交流和培训，掌握心理健康成员的心理状态，提高他们进行心理辅导的能力，更好地服务于同学，以保证心理健康工作的深入开展。

6、定期走访学校领导、教师和同学，切实掌握有关信息，使心理辅导的开展，方向明确、方法得当。

心理健康辅导课是以班级为单位，师生共同探讨心理问题的最直接的一种授课形式，也是学生喜闻乐见的教育形式。通过问题设定，选择恰当的体验活动，使学生表达不同的感受，针对出现的问题和不良情绪进行讨论，发表见解，寻找解决问题的最佳途径，学生的参与热情很高，发表见解很有特点，喜欢多上这样的课，其他教师也说，把其他课改成心理课吧！表达了他们对心理课堂氛围的一种渴望。由于这样的心理辅导课，没有固定的课时，我们只有占用班会或体活的时间，创造条件开展此课，对于发现不同学生的心理特点，善加引导，点燃希望，激励他们的行动，培养他们良好的心态，形成健全的人格

非常有帮助，我们希望心理辅导课能得到上级部门的高度重视，使其成为学生生命教育的必不可少的护航舰。

学校通过开展多元化的心理健康活动，点燃了学生积极向上的激情，发展了学生热爱生活的情感，营造了健康快乐、积极进取的学校心理健康氛围，实现了舒缓学生的学习压力，促进了学生知、情、意、行和谐发展的目标，健全了学生的人格，推动了学校心理健康教育深入广泛地开展，极有效地促进了学校教育教学效果的提高。通过学生心理健康活动的主动参与，不仅锻炼了学生与人沟通的能力、组织能力、分析并解决问题的能力，而且促进了人与人的和谐、人与环境的和谐、以及自我内心的和谐，大大改善了学生心理健康的状况，全方位地促进了学生心灵的发展和生命的成长。为此，我们将一如既往，将心理健康教育渗入班级、渗入每一个学生的心田，争取班级学生在校的时间里，每周有一次固定的与心理教师面对面进行沟通的机会，把心理健康教育真真正正地做到恰当之处，使每一个生命个体都能尽情炫动自己的光彩。

开展心理健康教育活动总结范文 篇 11 本学期，以学校教学理念为指导抓好学校心理教学工作及营造学校良好心理气氛。提高学生的心理素养，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展心理健康教育和辅导，协助学生提高心理素养，健全人格，增加承受挫折、适应环境的实力。

一、落实既定工作目标

1、坚持以人为本，依据学生的心理特点及开展规律，运专心理健康的理论和办法，开展丰富多彩的活动，培育学生良好的心理素养，促进他们的身心全面和谐地开展。

2、立足教育，重在指导，遵循学生身心开展规律，保证心理健康的实践性和实效性，面对全体学生，关注个别差异，敬重学生、理解学生。

3、提高全体学生的心理素养，充分开发他们的潜力，造就学生乐观的、向上的心理品质，促进学生人格的安康开展。

4、对少数有心理困扰或心理障碍的学生进展科学的、有效的心理询问和辅导，使他们尽快摆脱障碍，提高心理健康水平，增加自我教育实力。

二、详细工作成效：

1、学校心理健康教育队伍建立。学校心理健康教育学校工作中的一件大事，开学初即成立以心理健康老师为主，班主任老师为辅，其他老师为根底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方式，采纳多种教育方式的有机结合，有利于学生受教育的全面性和选择性。

(1) 心理课辅导。每个月的最终一周班主任老师利用班会课依据本班详细状况开展心理活动课。

(2) 心理询问室。开放“心灵家园”，承受以学生个体或小组为对象的询问。心理询问室有专任老师负责，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教师进展沟通、预约询问，一般的问题由心理教师转交班主任回复，特别的由心理辅导教师进展个别询问。

(4) 以“点”带“面”，利用学校传播阵地。“各班板报、红领巾播送站”是我校学生熟识的传播阵地，本学期充分利用现有的阵地传播心理学问，在电台进展讲座，对个别案例进展解析，对一些常识性的问题进展解答，让学生在学习、生活中随时保持正常的心态。

(5) 指导家庭进展心理健康教育。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，小学生心理健康最终要归结于此。因此，学校主支与家长合力重视孩子的心理健康教育，我们利用家长学校、家长开放日，家长会、电话联系等多种途径，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) 指导小学生进展自我心理健康教育。指导小学生学习简洁有效的自我心理健康教育的方法：

A、学会放松。使小学生知道惊慌是正常的心理反响，是可以通过想象、转移留意力、调整呼吸、体育活动、听音乐、唱歌、阅读、睡觉等方法调整放松的。

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：

<https://d.book118.com/516155032210011003>