

## 心理健康教师工作计划

### 篇1：心理健康教师工作计划

心理健康教育是现代教育的重要组成部分，它不仅关系到学生的健康成长，也关系到整个社会的和谐发展。作为一名心理健康教师，我的工作计划如下：

#### 一、学生心理健康状况普查

开学初，通过心理健康问卷调查和个别访谈，了解学生的心健康状况。

建立学生心理健康档案，对有需要的学生进行跟踪辅导。

#### 二、心理健康教育课程设置

根据学生年龄特点和心理发展需求，设计系统化的心理健康教育课程。

每周至少开设一节心理健康教育课，内容涵盖情绪管理、人际交往、学习压力应对等主题。

#### 三、心理咨询与辅导

开放心理咨询室，提供个别心理咨询服务，帮助学生解决心理困扰。

定期举办心理讲座和团体辅导活动，普及心理健康知识。

#### 四、家校合作

加强与家长的沟通，通过家长会、家长学校等形式，传授心理健康教育的方法和技巧。

邀请家长参与心理健康教育活动，共同关注学生的心理成长。

#### 五、危机干预

制定突发事件应急预案，对有严重心理问题的学生进行及时干预。

加强与学校其他部门的协作，形成危机干预的合力。

#### 六、教师培训

定期参加心理健康教育专业培训，提升自身的专业素养和辅导技能。

与其他心理健康教师交流经验，共同进步。

## 七、心理健康教育宣传

利用学校广播、宣传栏、校园网等渠道，宣传心理健康知识。

举办心理健康教育主题活动，如心理健康周、心理剧表演等，增强心理健康教育的吸引力。

## 八、评估与反馈

定期对学生心理健康教育的效果进行评估，调整工作计划。

收集学生、家长和同事的反馈意见，不断改进工作方法。

## 九、持续学习与专业发展

保持对心理健康教育领域新动态的关注，通过阅读专业书籍、期刊和网络资源，不断提升自己的专业水平。

参与心理健康教育领域的学术会议和研究项目，促进自身专业发展。

## 十、工作记录与反思

详细记录日常工作，包括课程设计、咨询辅导、活动开展等。

定期进行工作反思，总结经验教训，提高工作质量。

作为一名心理健康教师，我深知自己的责任重大。在未来的工作中，我将不断学习，不断创新，为学生心理健康保驾护航，为推动学校心理健康教育工作的发展贡献自己的力量。

## 篇2：心理健康教师工作计划

### 一、指导思想：

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。

### 二、具体目标：

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。

### 三、具体工作：

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。

### 四、保障措施：

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。

### 篇3：心理健康教师工作计划

#### 一、教学工作方面

1.根据学校的工作要求，结合学生的实际，安排好本学期以下教学内容：

第一章融入新环境，适应新生活

第一课一切从“新”开始;第二课结识新伙伴;第三课走近新老师

第二章学并快乐着

第一课记忆攻略;第二课专心必胜技;第三课学习永动机

第三章与自我对话

第一课这就是我;第二课做个最好的自己;第三课学会整治自己的草地

2.针对学生的实际情况，备好每一次课、上好每一节课。

在教学过程中，学生是主体，让学生学好知识是老师的职责。因此，在每节课充分了解学生的实际情况和心理需求，保证学生在学习时保持的学习兴趣。

在教学中要尊重学生的感受，有意识地以学生为主体，教师为主导，通过各种游戏、测试、问卷等教学形式，吸引学生的注意力，充分调动学生的学习兴趣和学习积极性，保证课堂教学的有序进行和和谐气氛，让学生在融洽的师生关系中、和谐的教学气氛中学习心理健康知识，促进自身心理的健康发展。

3.继续做好心理健康知识的宣传工作。

我心理小报，不定期向师生发放，做好心理健康知识的宣传工作，提供一个师生互动交流的平台，实现资源共享，为建设和谐校园贡献一份力量。初步拟定将心理小报分为教师专刊、学生专刊及家长专刊三部分。学生专刊主要介绍一些心理健康知识、学生中存在的常见心理问题及解决方法、学生在学习生活中的心理体会、心理信箱中有共性问题的解答等。教师专刊主要针对教师自身容易出现的心理问题及在处理学生问题中常出现的情况提供一些简单的测试、应对办法，从而更好地服务学生、健康自我。家长专刊主要针对家长在子女教育方面存在的问题提供一些建议，促进家庭教育的良性发展。

#### 4. 开设心理健康专题讲座。

利用月末或考前时间，有针对性地进行心理健康专题讲座，让尽量多的学生接受心理健康教育的大课资源，对心理健康小课形成补充和充分发挥师生互动性，解决学生目前面临的心理困惑与问题。

#### 5. 进一步建立健全学生心理档案。

建立完整的学生成长记录，无论对于学校的管理还是对于学生自身的发展来说，意义都十分重大。档案主要包括学生基本情况，平时心理课的测试问卷以及学生心理素质发展综合报告单等内容。

#### 6. 进一步完善心理咨询和辅导工作。

做好日常的心理咨询工作，接待好来访的每一位学生，努力解决其心理问题，促进学生心理的健康成长。

## 二、其他方面

努力做好各种迎检工作，辅助杨彤完成好各项工作，使我校的健康工作有长足进展。在今后的工作中，我会继续努力，把工作完成得更好。

## 篇4：心理健康教师工作计划

心理健康教师工作总结优异的心理素质是人的全面素质中的重要构成部分。所以，在小学展开心理健康教育，是学生健康成长的需要，是推动素质教育的必定要求。

小学心理健康教育是帮助学生在学习生活中品味解决困难的快乐，调整学习心态，提高学习兴趣与自信心，正确对待自己的学习成绩，战胜厌学心理，体验学习成功的乐趣，培育面对各样问题的进步态度;培育集体意识，在班级活动中，擅长与更多的同学交往，健全爽朗、合群、乐学、自立的健康人品，培育自主自动参加活动的能力。

我校依据学校的实质状况展开了丰富的心理健康教育活动，注意发挥各样方式和门路的综合作用，增强心理健康教育的成效。

## 一、心理知识讲座

我校按期展开心理知识讲座，普及心理健康科学知识，帮助学生掌握一般的心理保健知识，培育优异的心理素质。心理健康教育并不是不过个别学生教育的需要，心理健康教育是面向全体学生的重要课题，因为心理健康是全员性的问题，是每一位学生在成长与发展中都必定面对的挑战，包含那些学习优异、在教师看来是“好”孩子的学生，也相同需要心理健康教育。很多研究与实践证明，有时这些“好”学生反而更需要心理健康教育。因为，常常因为学习成绩好，这些“好”学生心剪发展中不健康的侧面就经常被忽略，得不到教师的重视和实时的帮助教育。如，一些“好”学生因为长久被宠、被捧，心理蒙受能力已变得极柔弱，略不如意就发性情，有的还采纳极端举措进行打击、报复，甚至走上犯法道路。可见，心理健康教育应成为我们学校教育的重要的防备心理健康教育学科化的偏向。所以，我校就在全校展开心理知识讲座，使全校学生掌握一般的心理保健知识，培育优异的心理素质。

## 二、心理教育的学科渗透

我校展开的心理健康教育也其实不是孤立地进行，而是与其余学科的教课浸透起来，全方向地对学生进行心理健康教育。如在语文学科中进行心理教育，在思品课中进行心理教育的渗透等，让学生其实不是孤立地接受心理健康教育，而是多方向地遇到心理健康教育。

心理健康教育是提高小学生心理素质的教育，是实行素质教育的重要内容，是学校教育的重要任务，使学生的心灵获得了开释，也使学生不停正确认识自我，增重申控自我、蒙受挫折、适应环境的能力;培育学生健全的人品和优异的个性心理质量。

在此后的工作中，我校将在心理健康教育活动中，还将不停努力，争取更大的成绩。

在全面贯彻教育目标、实行素质教育的过程，学校展开心理健康教育正在惹起人们的重视，展开心理健康教育，既是学生自己健康成长的需要，也是社会发展对人的素质要求的需要。要增强学生心理健康教育，培育学生坚韧不拔的意志、奋发图强的精神，才能增强青少年适应社会生活的适应能力。

## 篇5：心理健康教师工作计划

### 一、当前心理健康训练中的熟悉误区

目前，人们对心理健康训练的目标和功能还存在一些熟悉误区，结果人为地窄化了学校心理健康训练的基本目标，弱化了心理健康训练的基本功能，若不准时澄清，我国方兴未艾的心理健康训练就难以发挥其在素养训练中的重要作用。

1.德育途径论。该观点把学校心理健康训练视为德育的一种途径。诚然，同学道德品质的形成与某些心理进展水平亲密联系，但心理问题与道德问题，无论从问题的特质、内容、

还是从产生源上看都不是一类问题。儿童青少年的心理问题主要是其进展中伴生的个人问题,较少直接涉及与社会规范关联的道德问题。从功能看,心理健康训练应促进整个素养训练目标的实现,其中包括德育目标的实现,但心理健康训练不应只看作是实现德育目标的途径,它是素养训练的有机组成部分。

2.心理障碍矫正论。这种观点认为,学校心理健康训练的目标和作用就是消退同学的心理障碍、心理冲突等心理问题。不错,心理问题的消退是心理健康训练的功能之一,学校心理健康训练应当面对全体同学,其主要目标是指导同学乐观适应、促进同学心理健康进展。因此,学校心理健康训练不只是针对少数有心理问题同学的防范性训练,而应是针对全体同学的进展性训练。

3.人格补救论。认为学校心理健康训练是对人格有缺陷同学的一种心理补救,目标是使这类同学形成完善的人格。人格作为人的心理素养的重要组成部分,心理健康训练有促进同学人格完善之功能,但学校心理健康训练不应只针对少数有人格缺失的同学,而应促进全体同学人格的完善。同时,促进同学人格的完善也只是学校心理健康训练的目标之一,它的总目标是全面提高同学的整体心理素养。

## 二、心理健康训练的基本目标

心理健康训练在学校素养训练中应扮演什么角色、发挥什么作用,目前尚不明确。素养训练的根本目标是培育同学的良好素养,生理素养主要取决于先天遗传和后天生长发育的条件,科学文化素养主要靠学校文化科学训练(智育),思想道德素养的培育主要是学校德育和社会教化的任务。心理素养通过什么途径来提高呢?这是传统训练中没有回答的问题。学校长期以来始终忽视心理素养在同学素养进展中的作用。随着素养训练的深化实施,人们开始熟悉到心理素养在同学整体素养中的重要作用,当前同学心理素养培育的重要途径之一就是心理健康训练,而它的基本目标就是培育同学良好的心理素养。

要培育同学良好的心理素养,训练者应首先弄清什么是心理素养,同学应具备哪些心理素养。要弄清心理素养的涵义,首先得弄清素养概念。现在讨论者对素养概念的熟悉不再囿于某一学科范畴,素养概念的内涵和外延在不断扩大。一般认为,素养既包括了先天遗传特征又包括着后天习得的素养,是指有机体在先天生理基础上,通过环境和训练的作用渐渐发育和成熟,并通过熟悉活动和实践活动而形成或内化为个体相对稳定的、基本的、衍生的和具有进展潜在性的品质。这种品质具有基本性、相对稳定性、结构整合性、功能衍生性和进展潜在性等基本特征。个体的良好素养不但应具备素养的基本特征,而且各种素养之间应整合成一个完整的功能系统。在人的素养结构中,心理素养居于科学文化素养和思想道德之间,它既制约这两种素养的形成,又反映这两种素养的进展水平,起中介作用。

我们将心理素养的基本涵义概括为:心理素养是以个体的生理条件和已有学问阅历为基础,将外在获得的刺激内化成稳定的、基本的、衍生的并与人的适应行为和制造行为亲密联系的心理品质。这个表述体现了心理素养形成的生理、心理和外部条件,概括了心理素养的稳定

性、基本性、衍生性和整合性等基本特征,表明白心理素养是一个简单、同构的自组织系统。心理素养这个自组织系统是由哪些维度构成的呢?我们将同学的心理素养归纳为认知因素、共性因素和适应性因素三个维度,详细化为22种成分。在心理素养结构中,各维度的作用是不同的。认知维度是人对客观事物的反映活动,直接参加对客观事物认知的详细操作,是心理素养最基本的成份,包括一般认知和元认知两个亚维度。共性维度是指人在对待客观事物的活动中的共性心理表现,虽不直接参加对客观事物认知的详细操作,但具有动力和调整机能,是心理素养结构中的动力成分。适应性维度是指个体在社会化过程中,转变自身或环境,使自身与环境和谐协调的力量。它是认知因素和共性因素在个体适应—进展—制造行为中的综合反映,是个体生存和进展的必要心理素养之一。

### 三、学校心理健康训练的基本功能

1.促进和维护同学心理健康。学校心理健康训练要运用现代心理科学的成果,针对同学心理进展中消失的问题,实行有效的干预措施(询问辅导、心理训练等),消退同学的心理障碍或冲突,使其处于心态平和、心情稳定、思维敏捷、爱憎分明、举止适度的这样一种有利于正常成长的态势之中,成为一个心理健康的人。

2.开发智力,促进力量进展。现代心理学的讨论表明,儿童青少年时期是人生心理素养形成的关键期,且可塑性大,准时赐予心理指导或训练,有利于开发其才智潜能,形成正常甚至超常的智能。

3.提高德性修养,培育良好品德。把心理健康训练仅仅看作德育的途径是不恰当的,把同学心理问题当成道德问题更是常识性错误,但心理健康训练对同学良好品德形成的促进作用是不容忽视的。个体良好品德的形成不但与同学的抱负、信念有亲密关系而且与其社会道德熟悉、情感、态度和行为评价等心理因素紧密联系。心理健康训练从同学详细心理需要入手,强调针对性、主体性和自我内化体验等思路和方法可以迁移到品德训练之中,能提高学校德育的效果,有利于同学良好品德的形成。

4.培育同学主体性,形成完善人格。学校心理健康训练坚持以人为本,强调敬重、理解、相信同学,使同学感受到自身的存在与价值、优点与短缺、现实与将来,能更有针对性地确定人生目标,选择自己的成才道路,能找准自己的位置,在学会处理与社会、他人的关系中,使人格得到升华和完善。

5.养成良好行为习惯,提高社会适应力量。心理和行为是不行分的,良好的行为习惯总是受良好心理素养的支配,同时良好行为习惯又可内化积淀为肯定的心理素养。人的心理素养一旦形成,在相应情境中会产生条件性反应,进而表现为肯定的适应力量。心理健康训练可以依据同学行为中的问题实行科学有效的心理询问、辅导或训练等方式,提高同学相应的社会适应力量。