

心理老师工作总结范文合集

篇1：心理老师工作总结

我热爱心理健康教育工作，一直以来以你的快乐就是我的快乐，你的成长就是我的成功为宗旨，主动热情地投入到心理健康教育工作中去。我分别从以下几个方面开展我的工作：

一、广泛宣传

利用学校心理之窗、黑板报、心理健康知识宣传单以及心理小报设计等多种途径宣传心理健康知识。从实际出发，自己选材，自行设计整理，贴近学生成长需要，激发他们对心理健康知识的兴趣；另一方面，在准备过程中，自我学习，自我提高。

二、上好心理健康教育课

针对我校学生实际情况，开展课程教学，分别设计新生环境适应、人际关系处理、情绪调节、学习心理调试这几个部分，通过集中的课堂教育让学生接触了解心理知识，让学生理解自身的心理状态，并学会一些自我调试的方法。

三、开展心理讲座

利用班会课的时间，针对学生共有的心理困扰，指导学生正确认识自身存在的一些困惑，鼓励学生采用合适的方式排解内心的困惑。

四、开展心理访谈工作

心理访谈工作是心理健康教育重要的组成部分。随着学生学习压力的增大，竞争的激烈，青春期的躁动以及一系列青少年常见的心理问题，他们迫切的需要心理辅导以摆脱不良的情绪困扰。我校心理访谈工作充分发挥其职能作用，相应开设了电话访谈、信件访谈、学生个体或团体访谈、家长访谈。

从访谈的内容看，学生的心理困惑主要涉及新生适应（学习、生活），人际关系处理、家庭关系等问题，针对学生在学习与生活中遇到的各类心理困惑，从心理专业角度为他们解释、建议，帮助他们顺利度过心理困惑期。一般情况下，学生主动预约心理访谈，并在约定好的时间来阳光心苑访谈室，如有必要，也会主动联系个别学生，了解学生的心理状况。

五、做好教科研工作

教科研工作是教师自我提高，对专业知识深度认识的过程。是理论指导实践，实践总结理论的过程。在对教学、访谈过程中，遇到的案例及时做好记录，加强教学反思，保持专业成长。

我校这一年来的心理健康教育工作已经步入日常化。但同时，在做自我总结的过程中，不难看出我作为学校心理老师，自身存在的一些不足，比如，由于刚才加工作不久，很多能力还在积累的过程中，暂时没有能够做到面对工作得心应手，还需要多多学习。在参加工作以来，我也积极参加一些观摩、培训，去扬州市邗江中学学习，参加上海师范大学沈勇强教授的饿心理沙盘培训，高邮教师进修学习组织的为期一年的新教师培训。

总之，成绩属于过去，在未来的心理健康教育工作之路上，我仍需要继续努力，让我校心理健康教育工作能够取得更加辉煌的成绩。

篇2：心理老师工作总结

一、引言

时光荏苒，转眼间本学期已接近尾声。作为学校的心理老师，本人深感责任重大，使命光荣。回首过去，本人与学生共同度过了一段充满挑战与收获的时光。在这篇总结中，本人将以更为细腻和深入的笔触，记录下本人在本学期心理教育领域的探索与成长。

二、心灵探索的旅程

（一）课堂内外的互动与沟通

课堂，是本人与学生心灵交汇的圣地。在这里，本人不仅仅是传授知识，更是引导他们探索自我、理解他人的引路人。本人注重与学生建立真挚的师生关系，通过倾听、理解、支持和鼓励，让学生在课堂上能够自由表达、勇敢尝试。本人运用丰富多样的教学方法和手段，如角色扮演、案例分析、小组讨论等，激发学生的学习兴趣 and 参与度。同时，本人也鼓励学生将所学知识运用到实际生活中，帮助他们解决在学习、生活、人际关系等方面遇到的问题。

课堂之外，本人积极与学生进行沟通和交流。本人利用课间休息、午休时间等与学生进行谈心，了解他们的困惑、需求和感受。本人尊重每个学生的个体差异，努力为他们提供个性化的心理支持和帮助。在与学生的互动中，本人收获了许多宝贵的经验和感悟，也更加深入地理解了他们的内心世界。

（二）心理咨询与辅导的精准实施

心理咨询与辅导是心理老师的重要职责之一。在本学期中，本人积极开展了心理咨询与辅导工作，力求为学生提供精准有效的心理支持。本人通过预约制度、面对面咨询、电话咨询等多种方式，为学生提供个性化的咨询服务。在咨询过程中，本人注重倾听学生的心声，理解他们的感受和需求，并运用专业的心理咨询技巧和方法，帮助他们解决心理困扰、缓解心理压力。

同时，本人也注重与家长的沟通和合作。本人定期与家长进行电话沟通或面谈，了解学生在家庭环境中的情况，与家长共同探讨如何更好地支持学生的心理健康。通过与家

长的紧密合作，本人为学生提供了更加全面和有效的心理支持。

（三）心理健康教育活动的丰富与创新

在本学期中，本人积极策划和组织了一系列心理健康教育活动的丰富与创新，力求让学生在参与中体验、感悟和成长。本人通过举办心理健康讲座、心理健康主题班会、心理健康周等活动，让学生更加深入地了解心理健康的重要性和必要性。同时，本人也注重活动的创新性和趣味性，如通过心理健康剧、心理绘画比赛等形式，让学生在轻松愉快的氛围中学习和成长。

这些活动的成功举办，不仅提高了学生的心理健康意识，也增强了他们的心理素质和应对能力。同时，这些活动也得到了学生和家長的高度认可和好评。

三、成长与反思

（一）专业能力的提升

在本学期的工作中，本人不断学习和探索心理教育的新理念、新方法和新技能。本人参加了多次心理教育培训和研讨会，阅读了大量的心理教育书籍和文章，不断提升自己的专业素养和能力水平。同时，本人也积极将所学知识运用到实际工作中，努力为学生提供更加专业、精准和有效的心理支持。

（二）师生关系的深化

在本学期的工作中，本人注重与学生建立真挚的师生关系。本人通过倾听、理解、支持和鼓励等方式，让学生感受到自己的关注和关心。同时，本人也注重与学生的互动和交流，了解他们的内心世界和需求，为他们提供个性化的心理支持和帮助。这些努力不仅让本人与学生建立了深厚的师生情谊，也让本人更加深入地理解了他们的内心世界和成长需求。

（三）反思与改进

在本学期的工作中，本人也意识到自己在某些方面还存在不足和需要改进的地方。例如，在教学方法和手段上需要更加多样化和创新化；在与学生沟通交流中需要更加耐心和细致；在应对突发情况时需要更加冷静和果断。在未来的工作中，本人将继续努力改进自己，为学生提供更好的心理支持和帮助。

四、展望未来

在未来的工作中，本人将继续秉持“用心倾听、用爱陪伴”的工作理念，为学生提供更加专业、精准和有效的心理支持。同时，本人也将积极探索新的教学方法和手段，如引入虚拟现实技术、开发线上心理课程等，为学生提供更加丰富和多元的学习体验。此外，本人还将加强与学校其他部门和机构的合作与交流，共同推进学校的心理健康教育工作。相信在全体师生的共同努力下，学校的心理健康教育工作将会取得更加丰硕的成果。

篇3：心理老师工作总结

一、引言

岁月如歌，转眼间又一个学期即将画上句号。作为学校的心理老师，我深感荣幸与责任并存。回首过去的日子，我与学生一同成长，一同面对挑战，一同分享喜悦。在这个过程中，我更加深刻地体会到了工作的意义和价值，也更加坚定了自己热爱工作、热爱学生的信念。以下是我本学期的工作历程和心得体会。

二、与学生共度的美好时光

(一) 课堂：心灵的港湾

课堂，是我与学生心灵交汇的港湾。每当我走进教室，看到学生们期待的眼神，我就感到一股暖流涌上心头。我深知，每一个学生都是独一无二的个体，他们有着各自的困惑、需求和梦想。因此，我始终努力营造一个温馨、和谐、包容的课堂氛围，让学生在这里感受到关爱、尊重和自由。

我注重与学生建立深厚的师生关系。在课堂上，我鼓励学生自由表达，倾听他们的声音，尊重他们的意见。我采用多样化的教学方法和手段，如小组讨论、角色扮演、案例分析等，激发学生的学习兴趣 and 参与度。同时，我也注重将心理知识与学生的日常生活相结合，帮助他们解决在学习、生活、人际关系等方面遇到的问题。

记得有一次，我组织了一次“心灵分享会”。学生们纷纷上台分享自己的故事和感受，有的谈到了家庭矛盾，有的谈到了友情危机，还有的谈到了对未来的迷茫。我认真倾听每一个学生的分享，给予他们积极的反馈和建议。在分享的过程中，学生们不仅释放了内心的压力，也学会了如何面对困难和挑战。这次活动让我深刻感受到了学生的成长和变化，也让我更加坚定了自己热爱工作的信念。

(二) 课间：心灵的交流

除了课堂之外，我还利用课间休息的时间与学生进行交流和沟通。我深知，课间是学生放松身心、交流情感的重要时刻。因此，我总是尽可能地留在教室里，与学生聊天、谈心、做游戏。通过与学生交流，我能够更深入地了解他们的内心世界和需求，为他们提供更加个性化的心理支持和帮助。

有一次，我发现一个学生最近情绪比较低落。于是，我利用课间时间找到她聊天。通过询问和倾听，我了解到她最近家庭出现了一些问题，导致她心情不好。我耐心地倾听她的倾诉，给予她安慰和鼓励。同时，我也为她提供了一些建议和方法，帮助她缓解压力和情绪。经过几次交流之后，这个学生的情绪逐渐好转起来，她也变得更加自信和开朗了。这次经历让我深刻体会到了与学生交流的重要性，也让我更加珍惜与学生相处的时光。

三、心理咨询与辅导的点滴记录

(一) 一对一咨询：倾听与理解

除了课堂教学之外，我还积极开展心理咨询与辅导工作。我深知，每个学生都可能在某个阶段遇到心理困扰或问题。因此，我始终保持着耐心和同理心，倾听他们的声音，理解他们的感受。

我每周都会安排固定的时间进行一对一的心理咨询。在这个过程中，我与学生建立起了深厚的信任关系。他们愿意向我倾诉自己的困惑和烦恼，我也能够给予他们积极的反馈和建议。我记得有一次，一个学生因为家庭原因感到十分焦虑和沮丧。他找到我进行咨询时，情绪非常低落。我耐心地倾听他的倾诉，了解他的家庭情况。在咨询的过程中，我不断给予他支持和鼓励，帮助他认识到自己的优点和价值。同时，我也为他提供了一些应对家庭问题的方法和策略。经过几次咨询之后，这个学生的情绪逐渐稳定下来，他也开始积极面对家庭问题并寻求解决方案了。

(二) 团体辅导：共同成长

除了个体咨询之外，我还积极开展团体辅导活动。我根据学生的需求和特点设计了一系列有针对性的团体辅导方案。这些方案旨在帮助学生建立自信心、提高人际交往能力、缓解学习压力等。在团体辅导的过程中，我注重引导学生之间的互动和交流。通过小组活动、角色扮演等形式激发学生的参与热情和积极性。同时我也注重观察每个学生的表现及时给予反馈和建议帮助他们更好地融入集体提高自我认知和应对能力。

四、专业成长与自我提升

作为一名心理老师我深知自己肩负的责任和使命因此我不断学习和探索新的教育理念和方​​法力求为学生提供更加专业、精准和有效的心理支持。

(一) 专业书籍的阅读与学习

我利用业余时间阅读了大量的心理教育专业书籍和文章。这些书籍和文章不仅丰富了我的理论知识也为我提供了许多实用的方法和技巧。通过阅读这些书籍和文章我能够更深入地了解学生的心理特点和需求掌握更多的心理教育方法和策略。同时我也将这些知识和方法运用到实际工作中不断提高自己的专业素养和能力水平。

(二) 专业培训和研讨会的参与

除了阅读书籍之外我还积极参加各种心理教育专业培训和研讨会。这些培训和研讨会为我提供了一个学习和交流的平台让我能够与同行们共同探讨心理教育的最新理念和方​​法分享自己的经验和心得。通过参与这些培训和研讨会我能够不断拓宽自己的视野和思路提高自己的专业素养和能力水平。

五、热爱工作热爱学生的感悟

回首过去的日子我深深地感受到了自己热爱工作热爱学生的情感。这份热爱让我在工作中充满激情和动力让我愿意为学生付出更多的时间和精力。同时这份热爱也让我更加关注学生的内心世界和需求让我更加努力地为他们提供个性化的心理支持和帮助。

在与学生的相处中我感受到了他们的纯真和善良也感受到了他们的困惑和烦恼。我深知每一个学生都需要被关注、被理解、被支持。因此我始终努力成为一个倾听者、理解者、支持者陪伴他们一起成长一起面对挑战一起分享喜悦。

在未来的日子里我将继续秉持着热爱工作热爱学生的信念为学生的心理健康成长贡献自己的力量。我相信只要我们用心去做用心去爱就一定能够为学生创造一个更加美好、更加健康的成长环境。

篇4：心理老师工作总结

本学期我担任初一年级心理健康老师，并负责运行管理心理咨询中心和开展全校学生心理咨询工作。工作总结如下：

1：努力专研、自制教材：在初一年级没有心理健康教材的情况下，我自费购买市面上多种版本的初一心理健康课本及教师用书，并且查找文献资料学习国外发达国家先进的中学生心理健康课程理念，结合本校学生实际情况，自己制定和开设课程，使得课程更加切合学生实际，也能更加有效的帮助学生解决当下的心理问题。

2：在“玩”中人格得到成长：有位著名的心理学家曾经说过：是游戏教会了一个人如何和这个世界相处，尤其对于青少年而言，游戏对于他们的健康成长尤其重要。心理健康课不是统考科目，因此很容易受到学生的忽视。如果课程再死板枯燥些，学生更加不会听课。所以我会设计了一些小游戏，让学生在玩中学，在玩中学会相处，在玩中人格得到成长。比如：在“盲人走路”的游戏中体会团结合作的力量。在“传话”的游戏中体会到谣言是怎样诞生的。

本学期最大型也是准备时间最长的活动就是“心理辩论赛”。同学们自己投票选出感兴趣的论题，展开辩论。比如辩题有“中学生该不该谈恋爱”“中学生该不该用手机”等等，都是他们最感兴趣的也是在心里埋藏已久的问题，不采用单纯说教，而是公开讨论，剖析。真理越变越明，在了解他们想法的同时，让他们自己判断利与弊，明辨是非曲折。

3、使用专业量表，普查学生心理健康水平：本学期在全校范围内使用《青少年生活事件量表》，并在初一年级添加“房树人”测试。发现心理健康水平最易受到影响的事件中，初中学生是父母吵架打架和考试成绩不好，高中学生则是考试成绩不好，受到老师批评。而其中最要受到重视的是校园暴力和性骚扰事件，其中初中学生有9人自述受到校园暴力，高中年级有24人。初中学生有24人自述受到性骚扰，高中年级有53人。并且均对自己的心理健康产生严重

影响。下学期我们会对以上学生进行约谈深入一对一咨询。

4、个体咨询显成效：本学期个体咨询时间均安排在放学之后，中午12点到2点，下午5点到7点，每次一个小时。共接待学生42人，其中4人为长程咨询（即每星期一次）。高中学生37人，初中学生5人。问题集中在学习方法、人际关系、学习压力方面。其中有3人筛查出抑郁倾向，建议到专科医院治疗。

5、重宣传、知识进人心：在咨询室外开设宣传栏，根据不同时期的学生情况，提供不同的宣传单供学生取阅。比如：生活习惯主题，职业生涯主题、学习压力主题、为高三学生特别开设的高考特辑等等。受到同学们的欢迎。

针对“525心理活动日”进行为期一周的心理健康知识的宣传。内容不光涵盖了中学生的各个方面，还把教师心理也包括在内。因为心理健康课没有在全校范围开展，所以借此机会让全体同学包括老师都了解心理健康知识，在遇到心理问题应该怎样处理。

本学期我校心理咨询室还接受了省市区以及贵州大学各级领导的检查。在获得肯定的同时，我也希望以后的心理健康工作能给惠及更多的同学和老师。