

# 高中心理健康教育工作总结合集

## 篇1：高中心理健康教育工作总结

在县教育局的领导下，学校领导的支持下与全校师生的广泛参与下，根据我校现有条件，本学期从课程开设、个案咨询、宣传知识及硬件建设四个方面组织开展了心理健康教育，为我校学生的心理健康起到了积极的影响。先具体总结如下：

### 1、尝试开设心理健康教育课程

在我校教务处组织校选修课的时候，根据我校学生的专业设置和课时安排，我在高二年级申请了两个班级，包括商务类和服务类，每班每周一次，根据实际情况，选取上课主题并设计课堂，初步形成我校“心理健康教育校本教材”及心理健康选修课的课件。

### 2、初步建立学生心理健康档案

本学学期期中考试后，在高一学生基本适应学校生活的时候，学管处组织了全校初一初二级的心理健康问卷调查，本次调查提供了我校学生总体心理健康状况，同时筛选出需要班主任关注、需要心理辅导等不同心理健康状况的学生200人。另外，心理问卷调查进行的过程也是我校学生心理健康档案的初步形成过程，该调查问卷除了包括“中学生心理健康测试”外，还涉及了学生基本信息，包括性别、年龄、家庭所在地、家庭组成类型、学习状况、师生关系，这为理解学生心理健康状况、班主任的班级管理提供了有效信息。

### 3、逐步开展心理个案辅导

在学管处学生日常管理、班主任班级管理工作及心理宣传工作的促进下，一对一的'个体心理辅导工作逐渐开展起来。前期有问题学生辅导、危机干预辅导等个案。期中考试后进行了全校学生的心理健康问卷调查，在结果分析后，对心理健康状况不良的学生，在班主任的配合下，进行了心理干预，其中厌学情况较多，也有人际关系不良、创伤经历处理不当、强迫症状等个案，总之本学期截止到目前，学生个体咨询个案有13个，其中还涉及班主任访谈2个，家长电话咨询1个。

### 4、积极进行心理健康教育宣传

因为我校心理健康教育工作刚刚开展，因此在全校师生中对心理健康教育进行了积极的宣传。首先，十月末利用每周班会时间开展了全校范围的心理健康知识讲座，虽然是广播的形式，但至少让学生知道我们学校是有心理健康老师的。其次，在学校校园网上初步建设了“心理咨询校园网专栏”与“心理健康网页”，从“心理常识”、“心理故事”、“心理案例”等方面宣传心理健康知识。最后，在团委的支持下，在校报上开设了“心灵驿站”专栏，刊登学校心理新闻或贴近我校学生情况的心理健康信息来创造学校心理健康氛围。另外，本学期后期，在《心理健康月刊》（电子版）中挑选文章，每周为班主任推荐阅读，一定程度上给班主任工

作带来了帮助。

#### 5、简易筹备心理咨询室

在学生个体心理辅导的促进下，在我校现有条件下，为给学生提供信任的安全的咨询环境，将原有的心理咨询室房间收拾出来，现有最基本的桌椅、心理宣传挂纸，另添置了录音笔来辅助辅导过程。

#### 6、通过家长会进行心理教育

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。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。心理健康教师利用家长会期间印发宣传资料，为家长帮助孩子解决一些一些心理困惑提供方法和途径，形成学校、家庭教育合力。

心理健康教育是一项需要细致和爱的的工作，是一项意义深远的工作。在今后的工作中我们将不断完善工作的思路，不断创新工作的模式，使学校的心理健康教育更有效。

### 篇2：高中心理健康教育工作总结

心理健康教育作为我校教育的重要组成部分，在本学年取得了丰硕的成果。在巩固已有的成绩的同时，本着推动我校心理健康教育更加深入健康地发展，全面推进素质教育的目的，我们在总结过去的成功经验的同时，对工作明确提出了更高的要求，不但从提升学生心理素质入手，健全了我校心理健康教育的立体网络，还不断增加宣传力度，拓宽心理健康教育的渠道，继续推进我校心理健康教育工作更加健康、系统、全面、有效地展开。回顾过去的一学年我们开展的心理健康教育工作，主要有以下几个方面：

#### 1. 精心组织心育小社团活动。

高一年级“心育小社团”，继续坚持两周活动一次，活动的主题分别为：《我说你画》、《做一个自信的人》、《体验成长的快乐》、《放松训练》等等，使成员在活动体验中了解、训练和提升自身；编发《心馨小报》4期，共同关注自身和他人的心理健康，提升学习和生活质量。

#### 2. 认真实施心理健康教育授课制度。

针对高一年级学生的心理发展特点、普遍存在的心理烦恼与困惑，利用班会课时间，实施心理健康教育授课制度，使之成为学生接受心理健康教育的主要途径，使学生了解心理卫生常识，学会自我控制、自我调整等保健知识，培养不错的心理品质，提升人格水平。为高三年级全体同学作了考前心理辅导课。

#### 3. 坚持常规心理咨询。

每天中午12:30—1:15和下午活动课时间开放“心馨”小屋，由专职心理教师与学生进行面对面的咨询，让学生卸下烦恼、困惑，带走快乐、愉悦；通过心理咨询信箱和心理咨询电子邮箱对学生进行心理咨询，并作必要的案例分析，共有80多例；辅助班主任解决部分学生的心理问题，使学生能健康、快乐地成长。

#### 4. 学科教学中渗透心理辅导。

各科老师充分挖掘教学中有利于学生心理发展的因素，尽可能清除各种不利因素，将心理健康教育的思想、内容、行为渗透到各学科的具体教学活动中，在潜移默化中发挥心理教育的作用。

#### 5. 认真办好了XX月心理健康教育月的活动。

XX月是xx中学心理健康教育月活动，为了更好地宣传、普及心理健康知识，加强学生心理健康意识，引导学生更好的认识自我、调整自我、发展自我，提升预防和解决心理困扰的能力，我校开展了心理趣图展、主题手抄报比赛、心理电影放映、心理健康教育主题班会、心理健康教育黑板报等一系列活动。高一、高二、高三年级分别奔赴西塘、同里和无锡参加户外拓展训练。

#### 6. 积极组织了初中高中片心理剧的评比和展示。

根据教育局心理健康教育计划，认真组织初中高中片心理剧的学习与评比工作，使大家认真学习怎样把学生中出现的心理问题搬上校园舞台，让学生自身表演、自身观看、自身体悟，从而使表演者和观看者得到启发。我校心理剧《适应环境追逐梦想》获得xx市二等奖。

#### 7. 积极参与《中等学校生涯发展教育的实践研究》。

我校参与了xx市中等学校生涯发展教育研究与指导中心的《中等学校生涯发展教育的实践研究》课题，认真学习研究和交流探讨，收集、整理生涯咨询案例，开展相关主题活动，积极收集、整理子课题结题实验报告。撰写的文章获得苏州市二等奖。

#### 8. 参加xx市各级各类培训。

我校xx老师认真参加xx市教育局组织的心理健康教育老师上岗培训，并顺利结业获得上岗证；xx老师通过一年的认真的学习，于今年XX月通过了国家三级心理咨询师考试。心理老师xxx参加苏州市骨干教师的培训，江浙沪的心理高峰论坛，xxx市心理学年会，xx市的进阶培训等等。

总之，在过去的一学年中，我校的心理健康教育工作取得了巨大的进步，但还有很多不足：如心理健康教育课还需要加强、改善，我们对心理健康教育的观念还要进一步转变，我们仍然有部分班主任、教师对心理健康教育的认识与重视还很不够。今后我们要继续提升

认识，转变观念，特别是广大教师要转变观念，把心理健康教育工作做得更好，真正让每个学生都能在健康、温馨的环境中学习和成长。

### 篇3：高中心理健康教育工作总结

社会竞争的日益激烈，心理健康问题也日益严重地呈现于我们的面前，解决学生在校期间的心理困扰，帮助其建立健全的人格，培养良好的性格，增强其社会适应性，同样是学校教育的一个重要组成部分。要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，才能增强青少年适应社会生活的适应能力。现我把本校开展心理健康教育工作情况做一个小结。

#### 一、开展有特色的心理健康教育活动

针对各年级学生不同的心理状况、学习阶段中遇到的心理困惑，利用各种渠道开展心理健康专题讲座。通过讲座、观看心理学影片及心理测试等形式多样、内容多采的活动，既丰富了学生的课余生活，倡导了健康的生活方式，同时也培养了他们积极的生活态度，达到“健康、快乐、成功”的目的。

#### 二、重视新生入学心理健康教育。

我校心理健康教育十分重视新生的入学教育工作。在政教处的统一安排下，领导小组对高一新生入学开展了“走进新学校”的讲座。这次讲座对帮助高一新生如何认识高中生活、更好地开始高中生活起到了积极的作用。

#### 三、进行心理咨询与治疗

班主任和老师已成为学生们解惑、倾诉烦恼的心理老师。有的刚开始从拘束、害羞到落落大方自然地进行心理咨询；有的从以试探性的心情谈话到充分倾吐心中之烦闷。

#### 四、注重理论学习和总结实践经验。

在工作中，我们还很注重理论学习和总结实践经验，注重将理论和实践紧密的结合在一起，取得了很好的效果。

#### 五、今后工作努力方向

1、坚持做好心理健康教育课题研究工作，以科研带动全校的心理健康教育走向更高一层的台阶。

2、继续在开展心理健康教育的模式方面的探索研究，力争在班级团体心理辅导方面创出一片新的天地，为心理健康教育的模式增添新的内容。

3、要在坚持面向全体学生进行心理健康教育的同时，加强对个别有轻度心理

障碍的学生的个别辅导，争取积累更多的经验。

4、应加大对家长进行心理健康教育辅导的力度和深度，充分调动家长的积极性，提高家长对心理健康教育的认识水平，促使家校合一，共同促进学生健康成长。

心理健康教育工作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，我们希望得到学校领导的支持，以及专家的帮助和指导，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，为全面推进素质教育作出新的贡献。

## 篇4：高中心理健康教育工作总结

### 一、组织机构部分

学校心理健康教育一直以来被校各级领导所重视。校长在各级工作会议上强调学校所倡导的爱心教育、关注学生心灵。学校组成的心理健康教育教研组织。学校有专职的心理教师，负责心理教育工作的日常事务。日常活动有目标、有计划、有措施、有宣传、有总结提高。学校领导经常利用校教职工大会宣传、布置工作，在全校营造了良好氛围，形成领导重视、全员参与的喜人局面。学校拥有独立的、规范的心理辅导室。有工作条例和辅导员守则。

### 二、心理健康教育工作的开展

#### 1、建立建全学生心理档案。

建立学生心理档案是加强学生心理教育工作，推进素质教育向纵深发展，实现教育现代化的重要条件和必要保障。它可以为学校的宏观管理提供决策依据，可以提高教师教育决策和科学研究的水平，可以为学校心理辅导、咨询和治疗工作提供操作指南，可以为学生的身心健康发展提供动态的监测手段，以致于为全面提高教育教学质量提供切实有效的帮助。已建立初一年级学生的心理档案，并且根据学生心理档案积极地有针对性地开展个别辅导工作。

#### 2、开设心理辅导活动课。

在高一整个年级开设心理辅导活动课，每周一课时，针对学生身心发展的特点和社会需要，依据一定的心理辅导理论与方法，引导学生自我了解、自我探索、自我体验、自我发展、自我成长。心理教师积极配合毕业班教师对学生进行考试考虑心理的调适，包括深呼吸松弛法，联想放松法，积极暗示法，转移刺激法，模仿学习法，系统脱敏法，等一些心理辅导，坚定学生的信念和决心，增强临考心理素质。

#### 3、经常性开展个别辅导

个别辅导工作是心理健康教育的一个重要组成部分。随着学生面对学习压力

的增大，竞争日益激烈，青春萌动以及遇到的一系列青少年常见心理问题，他们迫切需要专业心理辅导以摆脱日益严重的不良情绪。

我校的心理咨询室工作充分发挥其职能作用，相应开设了信件咨询、学生个体辅导、团体辅导及家长咨询。学生有什么心理问题、困惑需要帮助而又因为某些原因不能面谈的，都可以写信投到“心灵之约”信箱，由心理老师写回信放到传达室。信箱每天下午开一次，保证第二天准时回复。

适时的心理咨询为学生解决了考试心理胆怯，时间紧迫，思想压抑，食欲不振，厌倦学习，情绪低落和如何调节不良情绪，怎样追求远大目标，人的基本情绪、心情，心境，等一些实际学习，生活中的问题，并针对个别学生的心理失衡，心理挫折和心理障碍，及时给予心理支援和心理疏导，切实关注他们，理解他们，倾听他们，帮助他们

#### 4、开展班会

我校积极倡导广大教师员工学习教育、心理理论知识，提高自身心理素质，重视心理工作对学生发展的重要意义。在班主任日常工作中、在心育主题班会中针对全体学生共性的心理品质，开发学生的心理潜能，塑造良好的人格。全校经常性开展心理健康教育主题班会。根据每个年级的学生心理特征和问题背景，由教科室和心理辅导室倡导活动主题。展开了丰富多彩的班级活动。

#### 三、广泛宣传

利用学校的校园广播站定期宣传心理知识，组织学生制作心理专栏和心理小报。各项专题均由学生自己制定，对什么感兴趣，对什么迫切想知道就制定哪方面的专题，然后心理教师指导他们学习相应的知识，通过消化吸收，形成自身独特的思想，根据自己所思、所想、所知、所解，编排内容、设计版面。

这样一方面从学生自身出发，自己选材，自行设计，贴近学生们生活成长需要，易于接受，能够引起兴趣，产生共鸣;另一方面主创人员在编排过程中必须认真学习，努力消化吸收，有了深刻的理解才能设计出好的方案，因此在这个过程中，也使他们自我学习，自我创造的过程，及增长了心理知识，又锻炼了各方面能力，从实际工作中提高自我心理素质。

#### 四、心理健康教育课题研究深入开展

学校对心理健康教育的科研工作十分重视，各班主任、年级组长、政教处有规律地针对学生心理健康问题展开研讨，并进行课题研究。在探索主体性德育教育的基础上，学校提出以健全人格培养作为我校深入实施素质教育的总课题。

研究前期，全校德育工作者围绕主题进行理论探讨，鼓励教师通过资料检索对比和反复思考，提炼出一些较有新意的观点。我们认为根据时代发展对人才的要求，中学生健全人格的内涵应包括以下主要内容：

- 1.明确一致的人生哲学、生活定向;
- 2.良好的日常习惯、生活与学习方式;
- 3.自我认可、现实性知觉和自我客观化表现;
- 4.坚韧自觉的意志、行为准则;
- 5.主动积极的观察、思考、探索习惯;
- 6.与他人热情交往、和谐合作的能力;
- 7.一定的审美情趣与修养;
- 8.较强的责任感和较高的道德品质与情操;
- 9.优良的性格、气质特征。

以上这些反映了一个人在心理、生理、社会、道德、文化等各方面所应达到的和谐统一的境界。实验初期，拟聘请有关专家来校讲座，组织参加实验的教师系统学习国内外心理学、教育学、教育心理学、美育、德育的理论著作，通过查阅资料，了解和掌握学校人格教育和心理教育的最新动态。为实验的顺利开展提供前提条件。在问卷调查阶段，了解实验对象在学习、生活、心理、道德、个性等方面的人格现状，为实验研究提供重要的材料基础。在实验班和对照班，以问卷形式组织学生参加人格现状测定和情感活动现状调查。

在调查基础上，我们为实验对象建立学生人格档案。然后在实验研究阶段，拟通过专题培训，主题班会，课程设置，自主管理，实践活动，家长学校，校园文化，个别辅导等方式进行系统的，有针对性且全方位的训练和指导。

## 五、积极参加上级教研培训

两年来，学校心理健康教育教研活动频繁。xx老师作为xx市心理健康教育中心组成员积极参加省、市及xx的各种心理健康教育教研培训活动，并在全校展开活动。

## 六、几点体会

首先，心理教育紧密围绕学生的实际需求开展，抓住了学生的特点，学生感兴趣什么，需要什么就及时开展相应的教育指导工作。如新生入学一段时间后，有很多学生对新环境不适应，就及时进行新生适应不良症的教育，指导他们如何尽快适应新的环境，新的学习形式以及和新同学相处等。

其次，对于心理辅导工作的时间上应尽量方便同学。正常的教学可以有正规的课时安排，但心理咨询不同，要随时以学生的课余时间作为工作时间。为了方便学生，把咨询时

间放在了中午，这样心理教师就不得不放弃午休时间，另外预约的时间更是不包括在规定时间内。咨询的时机是千变万化的，一旦错过就很难再找到，而有些学生是鼓足勇气，下了很大的决心来的，如果这次没能及时帮助，也许就不会有下次了。因此，面对这样一种情况，就要求心理教师爱岗敬业，甘于奉献，一切以学生为主。

第三，学生渴望心理健康教育。在信息化时代，社会处于日新月异的变化之中，学生们在学校中在体验自身成长变化的同时，还要感受激烈的竞争，学习的压力及以不断变革所带来的不稳定因素的影响，因此他们内心的矛盾、冲突、压抑就更为显著。在开展心理教育的工作中可以明显感受到他们的迫切需求，渴望参与的心情。在这种局面下，就更有利于在学生中间开展各项活动与工作，也能够及时的发现问题进行指导。

第四，教师心理水平比以往有了较大的提高。以前很多教师对心理学一知半解，对于学生的心理发展规律、心理健康教育都不清楚。而现在大多数教师都能接受心理健康教育工作，对学生的心理问题也有了一定的认识，如对学生异性交往问题，不再是以往的严厉批评，生硬拆散，严禁交往。现在许多班主任对这个问题都有了新的认识，会找同学谈心，和他一起分析探讨，能够正确看待青春期中学生向往异性接触的心理。因此，随着教师心理水平的提高，对学生的教育和管理也更趋于人性化，更注重心理感受，避免了矛盾冲突或直接造成尖锐的问题。

现在，人们已逐渐达成了这样一种共识，即健康不仅包括身体健康，也包括心理健康。《世界卫生组织宪章》就开宗明义地指出：“健康不仅是没有疾病和病态，而且是一种个体在身体上、精神上、社会适应上健全安好的状态。”这表明人的健康不仅要重视生理健康，而且更要重视心理健康。这对我们从事教育的教师就显得尤为重要。特别是现在，我们面对的学生多为独生子女，由于社会的不良影响和家庭的影响，学校教育的失误，导致他们中的部分人程度不同地存在学习困难、情绪不稳、孤独胆小、惧怕挫折、缺乏毅力，进而身上存在着懒惰、怯懦、自私等缺点。如果学生的这些缺点不能正确引导的话，他们的主体性就不能更好地得以发挥。

人类已经步入二十一世纪，社会竞争也更加激烈。我们所培养的学生必须具有丰富的知识、强健的体魄、健全的人格，积极乐观的人生态度，承受各种挫折和适应不同环境的能力。也就是必须具有国际竞争力，且极具创造力。而健康的心理是人发展的中枢枢纽，是为人生不断进取、不断探索的催化剂。

我相信我们定会在现在的基础上做得更好！