

## 小学生心理健康教育总结

### 篇1：小学生心理健康教育总结

小学心理健康教育是帮助学生在生活中品尝解决困难的快乐，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，克服厌学心理，体验学习成功的乐趣，培养面临各种问题的进取态度；培养集体意识，在班级活动中，善于与更多的同学交往，健全开朗、合群、乐学、自立的健全人格，培养自主自动参与活动的的能力。

我校根据学校的实际情况开展了丰富的心理健康教育活动，注意发挥各种方式和途径的综合作用，增强心理健康教育的效果。如：

1、心理知识讲座。我校定期开展心理知识讲座，普及心理健康科学常识，帮助学生掌握一般的心理保健知识，培养良好的心理素质。心理健康教育并非只是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然会面临的挑战，包括那些学习优秀、在教师看来是“好”孩子的学生，也同样需要心理健康教育。许多研究与实践证明，有时这些“好”学生反而更需要心理健康教育。因为，往往由于学习成绩好，这些“好”学生心理发展中不健康的侧面就常常被忽视，得不到教师的重视和及时的帮助教育。如，一些“好”学生由于长期被宠、被捧，心理承受能力已变得极脆弱，稍不如意就发脾气，有的还采取极端措施进行打击、报复，甚至走上犯罪道路。可见，心理健康教育应成为我们学校教育的重要的防止心理健康教育学科化的倾向。因此，我校就在全校开展心理知识讲座，使全校学生掌握一般的心理保健知识，培养良好的心理素质。

2、个别咨询与辅导。除了全校性的心理知识讲座，心理咨询教师根据实际情况对学生进行个别辅导。对学生在学习和生活中出现的问题给予直接的指导，排解心理困扰。主要针对学困生、单亲生、寄宿生、留守儿童等各自存在的不同问题。

3、为部分年级的家长进行辅导。让家长懂得家庭是心理健康教育的第一课堂，家长的心理健康及其调适，了解孩子心灵成长的轨迹等常识性的知识。

4、积极参加上级部门安排的各种学习，完成部门规定的任务。

5、心理教育的学科渗透。我校开展的心理健康教育也并不是孤立地进行，而是与其他学科的教学渗透起来，全方位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，让学生并不是孤立地接受心理健康教育，而是多方位地受到心理健康教育。

### 篇2：小学生心理健康教育总结

一学期就要结束了，本班很多学生在学习方面都有了巨大的进步，心理也朝着健康向上的方向发展。这既有学生本身的努力，也有家长的协助，更有教师耐心的指导，下面

我就本班的心理健康教育做小结：

### 一、走进学生帮助学生。

由于小学生正值成长发展过程中，缺乏科学的辨别能力和社会实践经验，加上独立意识较差，所以小学生很容易发生心理行为偏差。

近年来，小学生常出现妒忌、自卑、孤僻等不健康心理行为，究其原因，我们不难发现，他们存在心理偏差，是由于在学习和生活中碰到问题和困难时，缺乏解决矛盾，应对挫折和处理危机的能力。

因此，通过讲故事、学生表演小品、小组讨论、学生点评的方式，让学生在寓教于乐中接受相关的知识。

在家长开放日，结合学生的平时表现和家长及时交流。给家长相应的指导，让他们多关心孩子的成长，多注意孩子的心理变化。

### 二、通过课堂教学渗透心理健康知识。

课堂是学校进行教育活动的主要场所，课堂教学不仅是科学知识传授的过程，也是学生心理发展的过程，从教材内容看，各科内容都是很好的心理健康教育素材，在各科教学过程中渗透有关的知识，可以使学生在处处都感受到真、善、美的教育，提高自身的心理素质，且作为教育的主体，教师不仅在知识上影响着学生，而且教师的人格也会在教学的师生互动过程中起潜移默化的作用，这就构成了心理健康教育的一个重要内容。

### 三、联系家庭，引导学生家长关心子女的心理健康。

由于学生家长与学生固有的血缘关系，感情和伦理道德上的内在联系，家庭教育直接影响着学校教育的效果，也是学校教育所不能代替的一种力量。父母在关心子女的生理健康的同时，还应关心他们的心理健康。

有些父母认为孩子才得壮、不生病就是健康，这是不全面的认识，事实上，在一些孩子的身上存在心理障碍，如说谎、无理取闹等行为。然而，由于认识的片面性，不少家长对于孩子的心理健康不够重视，甚至采取违背心理保健的教育方法，这是不利于他们的心理健康发展的。在发现他们心理有缺陷时我们就及时与家长联系做到及时矫正，引导他们热爱生活、关心他人，培养他们的责任感、独立性、自尊心和自制力，养成乐观进取的精神。

在心理健康教育实践中，我们深深感到在小学进行心理辅导的重要性和迫切性。担负着培养下一代重任的小学教育，在当今科学技术飞速发展、竞争日益加剧的今天，我们更应当注重学生潜能的开发，培养学生良好的社会适应性，保持健康的心理。

实践证明，教师只有融入学生，才能够倾听学生的声音，为他们烦恼而烦恼

，为他们快乐而快乐。要使学生的心理得以健康发展，教师必须掌握好心理知识，遵循学生心理发展的规律，在实践中灵活运用心理教育规律，探索学生的心理发展，总结心理教育的经验，与家庭、社会紧密联系，才能取得良好的成效。

### 篇3：小学生心理健康教育总结

小学生时期身体发育急剧变化，他们阅历浅，知识和经验不足，认识力、理解力、思维力和亲情力都远远落后于成年人。这种生理发育与心理发展的不平衡使小学生出现许多困惑、烦恼和躁动不安，产生心理问题。过度溺爱和期望值过高，使家庭教育普遍存在忽视品德发展、人格教育、实践能力和社会责任感等社会性教育的倾向。家长只重视孩子的考试、升学，却不注重孩子的品德发展、交往能力、个性培养以及社会行为规范的培养等。家长的高期望值与孩子自身需求不一致时，总把自己的意愿强加于孩子一厢情愿时，便会使青少年感到压抑和不满，给孩子造成疑虑、忧郁等心理疾患，导致孩子高分低能或心理不健全。学校教育的误区。一些学校和教师迫于压力不得不使出浑身解数，追求升学率、打造名牌效应，成绩成为评价学生能力高低的惟一标准，学生情感上的苦恼不能及时向老师和家长诉说，就会造成心理压力，形成心理障碍。小学心理健康教育在不同地区的发展很不平衡，特别是还存在着学科化、医学化、片面化、形式化、孤立化等不良倾向。学校教育展示给学生的是正面教育；而当今各种思潮冲击着我们的社会，纯洁的教育内容与复杂的社会生活之间形成强烈反差，致使学生陷入无以参照、无以归附的境地，学生思想的混乱、情绪的波动，也是心理障碍形成的原因之一等等。

应对小学生心理障碍的主要对策。俗话说：“心病还需要心药治”。心理疾病虽然形成原因复杂，处理起来较为棘手，但是并非与生俱来，更不是不可救治的。关键在于要以人为本，对症下药，才能收到积极的成效。在实践中，本人认为，可采取以下方法。消除逆反心理——沟通与交流。我们首先培养学生自己的社会适应能力，要求他们在广阔的社会中，磨练自己的思想情操，树立正确的人生观和世界观，做一个对社会有贡献的人才；其次是要求他们从积极的意义上去理解大人，让学生明白无论是家长还是老师，都是善意的批评，家长老师也使人，也有正常人的喜怒哀乐，也会犯错误。我们只要抱着宽容的态度去理解这些事情，也就不会逆反了；再次是教育学生正确认识自我，把握自我，努力改善自我，平时常提醒自己遇事尽量克制，多进行沟通，增加信任度，也就多了一份理解；最后是要要求家长和教师多注意孩子的心理需求，及时了解他们在想什么，想做什么，多听他们的呼声，理解他们的欢乐与苦恼，放下长辈的架子，与孩子建立起平等的长幼关系。

### 篇4：小学生心理健康教育总结

小学生年龄一般在6~12岁之间，在发展心理学上属学龄期。在心理发展的健康问题上，小学生有以下几点是比较突出的。

在小学阶段，儿童的大脑在不断地发展，尤其是与高级心理功能有关的额叶。在学龄期其认知功能有很大发展，表现在感知觉与观察力的发展，特别是差别感受性迅速增长。如视觉的颜色差别、听觉的音调辨别；手、脚运动的协调性、精确性、灵敏度等明显提高。在

空间知觉、方位感、时间知觉都有很大进步。观察力的发展体现在精确性、目的性、判断力的进步。随着知识的学习，记忆力不断提高，有意记忆逐渐占据主导地位；理解记忆日益增加。记忆策略不断丰富。思维发展在这个时期要完成从具体形象思维到抽象逻辑思维的转变。学龄期的认知能力发展主要是在教学过程中完成。

学龄期的语言能力发展，口头言语在一年级以对话言语为主；2-3年级时，独白语言开始发展，一般到5-6年级，口头言语表达能力初步完善。书面语言在入学初是落后于口头言语，随着教育进程，书面语言能力得以发展(学校或家庭教育起决定性影响)。关于内部语言的发展是在入学后，学习任务需要独立思考(学会“先想后说、先想后写、先想后做”)。这样使学生在教学和生活实践中，内部语言逐渐发展；研究表明，小学生的内部语言发展经历“出声思维、过渡时期、无声思维”三个阶段。

学龄儿童在智力上获得的最大进步是具备“心理操作”能力，也就是说，儿童可以用抽象思维(是内部语言的进一步发展)去认识和反映内、外部世界，这是使智力更为广泛、灵活和深刻。这个时期是皮阿杰理论的“具体运算期”，主要的表现是儿童学会了“守恒”(7岁左右出现，对某种事物不变的概念，如将量筒中的水倒入杯中，学龄前儿童会觉得水变少了，而学龄儿童就不受影响)；“比较”(幼儿一般不会使用“比较”这个词汇来表示事物的关系，而是用绝对化的词汇)；“排序”(学龄儿童会按大小、长短来为事物排序)。当然皮阿杰理论的年龄划分过分绝对化，实际上存在个体差异，也与教育有关。

个性发展方面，学龄期儿童的个性倾向性及个性心理特征都有进一步的发展，需要与动机逐渐向高层次发展(普遍的是尊重的需要，也有自我实现需要的萌生)；兴趣、爱好随学龄、学识的增长不断扩大(现在家庭为儿童设计成长线路，在某种程度上是妨碍儿童个性发展)；价值观的形成在于学校、家庭、社会的影响。个性心理特征在当前教育制度下，在相当程度上受智力(具体说是学习成绩所影响)。

学龄期是儿童获得自我意识的重要时期，孩子从“以家庭、个人为中心”转入“以学校、集体为中心”的环境，学习新的社会角色行为，建立新的人际关系。在学龄初期，自我概念的发展主要表现在自我描述(回答“我是谁？”这个问题时，低年级学生是从姓名、年龄、性别、籍贯、体貌等特征叙述)。随着年龄增长，自我概念逐渐复杂化，逐渐将自我分化为身体的自我、学业的自我、社会的自我；所以高年级学生则的回答会涉及个性品质、兴趣、特长、社会角色等来介绍自己。

学龄儿童的自我评价能力方面，表现为独立性、稳定性开始发展；抽象概括的评价仍不多。有研究表明，自我评价与儿童交往有关，高自我评价的男孩较富创造性，能较快被社会团体接受；而低自我评价的男孩常较孤僻，有不良行为习惯。进入学校后，自我体验得到进一步的发展，最主要的表现形式是自尊感。自尊感强的儿童自我评价较积极，自尊感弱者常易自暴自弃。学校的教育理念和评价标准与方法会影响儿童的自尊感，值得关注。研究表明，自我体验包括自己所产生的各种情绪体验，发生、发展并不同步，一般是愉快感、愤怒感发展早，羞耻感、自尊感、委屈感发展慢。

学习适应能力对小学生的心理健康具有举足轻重的作用。学习是小学生培养自己良好心理品质的主要途径。但小学生要顺利完成学习任务，一方面，必须在生活习惯、情感、意志、智力等方面能够适应学习活动的组织形式和内容，否则，将很容易出现学习心理障碍。另一方面，在学习文化知识的同时，还要接受适应社会生活，处理人际关系，融入集体，遵纪守法，传承民族文化的素质教育。由于孩子们在学前教育(家庭、社区、幼儿园)影响下的心身基础不同，与学校教育的要求、家长的期望、同学水平的不同，存在不同程度的适应性差异。这种适应性的差异如果超过了心理可容度，即有可能引起小学生一系列心理健康问题的出现，这一点，可从我国传统的应试教育及不当的教育方法所造成的许许多多小学生心理障碍事件中得到说明。

智力的发展是构成小学生心理健康的主要因素之一。这不仅指智力发展正常与否，智力发展本身即可用作评判小学生的心理是否健康的重要标准，而且，儿童心理学和教育心理学的一些研究表明，小学生的许多心理疾病的发生都与其智力的发展低下相关。对于小学生来说，智力的发展既是他们完成学习任务的基础，同时也是影响其他心理成分的形成和发展的重要因素。更重要的是当前我国的教育体制以及社会的环境，智力(具体地说是学业成绩)对学生的心理影响是起决定作用的。

小学生的自我控制能力还处于微弱状态。同情绪的不稳定性相联系，小学生的意志品质，如自觉性、自制性、坚持性等品质尚在形成中，不能有效地作用于自我控制，这使得自我控制能力仍然处于比较差的状态。因此，小学生容易发生异常行为，并表现出某些心理障碍，如多动症、品德不良等。

## 篇5：小学生心理健康教育总结

心理健康是小学生健康成长的重要基石，为了提升小学生的心理健康水平，增强他们的心理素质，我们近期举办了一次小学生心理健康培训活动。以下是对此次培训的总结：

### 一、培训目的与背景

此次培训旨在帮助小学生了解心理健康的重要性，学习如何应对日常生活中的压力和挑战，培养积极乐观的心态。培训背景是基于对当前小学生心理健康状况的调查分析，发现部分学生存在焦虑、抑郁、自卑等心理问题，因此，我们设计了此次培训课程，以期改善小学生的心理健康状况。

### 二、培训内容与方法

培训内容包括心理健康的基本概念、情绪管理、人际交往、压力应对和自我认知等方面。我们采用了讲座、小组讨论、角色扮演和心理游戏等多种教学方法，以提高学生的参与度和学习效果。

### 三、培训过程与实施

在培训过程中，我们首先通过讲座的形式向学生介绍了心理健康的概念和重要性，然后通过小组讨论让学生分享自己的心理体验和困惑。接着，我们设计了角色扮演环节，让学生亲身体验不同的情绪和情境，从而更好地理解 and 应对自己的情绪。最后，我们通过心理游戏和互动活动，帮助学生如何有效地进行自我管理和人际交往。

#### 四、培训效果与反馈

通过培训，学生们普遍反映对心理健康有了更深刻的认识，学会了如何更好地管理自己的情绪和应对压力。他们在人际交往方面也表现出更多的自信和主动性。培训后，我们通过问卷调查和个别访谈的方式收集了学生的反馈，结果显示，大部分学生对培训内容和方式表示满意，认为培训对他们的心理健康有积极的帮助。

#### 五、培训的局限性与改进

尽管此次培训取得了一定的成效，但我们也认识到存在一些局限性。比如，由于时间限制，一些深层次的心理问题未能得到充分的探讨和解决。此外，个别学生可能由于害羞或不愿意在众人面前表达自己，未能充分参与到活动中。在未来的培训中，我们将考虑增加一对一的咨询环节，以满足个别学生的需求，并适当延长培训时间，以期达到更好的培训效果。

#### 六、结论与建议

综上所述，此次小学生心理健康培训取得了预期的效果，但仍有提升的空间。我们建议定期举办类似的培训活动，以巩固学生的学习成果，并持续关注学生的心理健康状况，及时提供必要的支持和帮助。同时，我们也鼓励学生将所学知识应用到日常生活中，不断提升自己的心理健康水平。

通过这次培训，我们相信小学生们的心理健康意识得到了增强，他们将在未来的学习生活中更加积极、乐观地面对各种挑战。我们期待着通过持续的努力，能够为小学生的心理健康保驾护航，让他们在健康快乐的环境中茁壮成长。

### 篇6：小学生心理健康教育总结

心理健康是小学生成长过程中不可或缺的一部分，它关系到他们的学习、生活和社会交往。为了提高小学生的心理健康水平，我们于[讲座日期]举办了一场心理健康讲座，旨在传授心理健康知识，培养积极心态，以及提供应对压力和挑战的方法。以下是对讲座内容的总结：

#### 一、心理健康的重要性

讲座首先强调了心理健康对小学生全面发展的重要性。心理健康的核心是乐观向上的心理状态，它能够帮助学生更好地适应学习环境，提高学习效率，以及建立良好的人际关系。通过讲座，学生们了解了心理健康对他们的成长有着深远的影响。

## 二、情绪管理的方法

在讲座中，我们向学生们介绍了几种情绪管理的方法。首先，我们鼓励学生们识别自己的情绪，学会用言语表达自己的感受。其次，我们教导他们通过适当的运动、艺术创作或与朋友交流来释放负面情绪。此外，我们还强调了正面的自我对话和感恩的重要性，这些都有助于提升心理健康水平。

## 三、压力应对策略

小学生常常面临学业压力、社交压力等多重压力。因此，讲座中我们提供了一系列应对策略。例如，鼓励学生们制定合理的学习计划，学会时间管理，以及寻求合适的支持系统，如家人、老师或心理健康专业人士。我们还强调了休息和放松的重要性，推荐了一些放松技巧，如深呼吸、冥想和瑜伽等。

## 四、人际交往技巧

良好的人际交往能力对于小学生的心理健康至关重要。讲座中，我们教授了学生们一些基本的社交技巧，如倾听、尊重他人观点、合作和解决冲突的方法。通过互动环节，学生们学会了如何更好地与他人沟通和合作。

## 五、心理健康问题的识别

我们向学生们介绍了一些常见的心理健康问题，如焦虑、抑郁和注意力缺陷多动障碍等。学生们学习了如何识别这些问题的早期迹象，以及如何寻求帮助和支持。我们强调了寻求专业帮助的重要性，并提供了寻求帮助的途径和方法。

## 六、结语

通过这次心理健康讲座，我们希望学生们能够更加重视自己的心理健康，并掌握一些实用的方法和技巧来维护自己的心理状态。我们鼓励学生们在日常生活中运用所学知识，积极面对挑战，保持乐观的心态。同时，我们也呼吁学校、家庭和社会共同努力，为小学生提供一个积极、健康的成长环境。

讲座结束后，学生们普遍反映收获颇丰，他们表示将把讲座中学到的知识应用到学习和生活中，以促进自己的全面发展。我们相信，通过持续的教育和关注，小学生的心理健康水平将得到显著提升。