

怎样进行心理疏导工作总结必备42篇

作者：小六 来源：网友投稿

本文原地址：<https://xiaorob.com/zongjie/fanwen/280272.html>

ECMS帝国之家，为帝国cms加油！

怎样进行心理疏导工作总结1

人学生心理咨询是现代教育模式中的重要一环。现代教育模式认为，教育不仅仅是为了传授知识、技能，更是为了塑造具备良好心理素质的健全人格。大学生心理咨询不仅为保护大学生的心身健康所必需，而且是塑造他们健全人格、开发潜能的强有力手段，它有助于大学生人格的成熟，使他们能勇于承担自我责任，充分发挥自己的创造力，防治心理疾患，以乐观、昂扬的精神面貌去接受人生的种种挑战。为了让学生们有一个良好的生活、学习环境，为了学生们能够有一个健康的心态去完成大学学业，更为了学生们毕业后能拥有一个健康的心理走上工作岗位，更好的造福社会，我院一直坚持对大学生的心理辅导，并系统的优化发展心理健康教育。现对本学年心理辅导工作做以下总结。

>一、大学生心理健康的重要性及意义

1、心理坚硬能够推动大学生透彻进程坚硬的心理品德是大学生透彻进程的基本恳求，也是今后走向社会，在劳作岗位上显示智力造诣、自动从事社会姿态和不断向更高层次进程的庞大条件。丰盛认识德智体美劳等方面的并合进程，是以坚硬的心理品德作为准绳的，一个人心理坚硬状态径直牵涉和制约着透彻进程的实现。

2、心理坚硬能够使大学生克服信赖心理超额独立性。大学生通行一心的奋斗和浓烈的竞争，告辞了中学时代、跨入了大学，进去了一个全新的生存世界。大学生必须从靠父母转向靠本人。上大学前，在他们想象中的大学仿佛“天堂”如常，浪漫神奇，美妙无比。上大学后，紧张的学习，封禁的纪律，生存的环境，使他们难于适应。因此，大学生必须着重心理坚硬，即刻克服信赖性，超额独立性，自动主动适应大学生存，欢庆添补而蓄意义的大学生存。

3、心理坚硬是大学生赢得事业获胜的坚实心理准绳。眼前我国大学结业生的分推劳作已诞生了很大变化，大学生都遵行供需见面、双向拔取、择优挑刺等窍门，择业的竞争必定会使大学生心理上引起迷惑和不稳固感，惊叹“皇帝女儿亦愁嫁”。因而，面临新形势大学生要关怀持续心理坚硬，教诲自立、自强、自律的出色心理素质，磨练本人的社会往来压力、使本人在变幻烦难的社会环境中，作出拔取方便本人角色的无误抉择，敢于面临灾难、挫折与挑战，追逐更加够了的人格，为事业获胜奠定坚实的心理准绳。

4、心理坚硬有利大学生教诲坚硬的特性心理。大学生的特性心理特别，是指他们留意理上和行为上经常、安分地发扬出来的各种特别，通常发扬为气质和性格两个主要方面。气质主假设指想法反映的特别，性格除了气质所涵盖的特别外，还包括意志反映的特别。当代大学生的心理特别整个发扬为概念熟练、擅长独立思忖、干预意识较强、虎虎斗气的有神状态等等，这些受有益大学生的坚硬成长。

>二、大学生心理辅导的方法

1、设置心理辅导室为了更好地为学生解决心理上的障碍，我院在宿舍楼内设置心理辅导室，这样可以更能接近学生的生活，了解学生可能发生的心理隐患，随时为学生解决心理障碍，让学生有一个阳光的心态面对生活。

2、开设心理健康主题班会例如：“感受爱，体会爱，传递爱”、“打开心扉，畅游爱的海洋”、“你我心声培养健康心理，扬起人生风帆”、“优化情绪释放压力如何面对毕业班的各种压力”、“大学生毕业就业心理问题”等等。心理的健康很重要，一个人生理健康和心理健康都是很重要的，就是怕你在不断的生活中失去了方向，这样才是导致事情悲剧发生的最根本，我们一定要调整好自己的心理，使自己能够做到最好！

3、校内外活动目的在全院学生中营造一种关注心理健康、懂得心理健康、重视心理健康的氛围，通过组织设计一系列内容丰富、形式多样、参与性强、针对性强的活动，在宣传普及心理健康知识的同时为学生搭建起锻炼心理素质、提高心理素质的平台，全方位地加强对我院大学生的心理健康教育。例如；心理测试、心理游戏、心理讲座、心理知识竞赛、心理电影、篮球赛、拔河比赛、扳手腕比赛、大型文艺晚会等等。

>三、大学生心理问题解决方案

1、问题：本院A同学（化名）是个自尊心极强又多愁善感的男孩，虽不非常聪明但凭着自己的刻苦努力，在班级的成绩一直名列前茅。在一次考试中因为感冒所以没有发挥好导致挂科，突然发觉自己站在“山顶”的感觉没有了。在高手如云的集体内，昔日那种“鹤立鸡群”的优越感已荡然无存，“众星捧月”的地位变了，自尊心突然坍塌，失去学习信心。辅导员和同学及时发现，对其进行心理辅导。

原因分析：其实，A同学患的是一种称为适应障碍的心理疾病，其特点是存在长期的不良刺激或对环境的难以适应。此类病人都有一定的人格缺陷，主要症状是情绪障碍：烦恼、抑郁，也有生理功能和行为方面的改变，导致社会功能不同程度地损害。一般来说，能挤过高考独木桥、考上大学的同学，并在大学内又是学习的佼佼者。老师的青睐，同学们的羡慕，使他们成为同龄人的中心，无形中可能会产生某种过高的自我评价。在一次无意中的失败后对一蹶不振。这一突然的变化使这些佼佼者措手不及，无法接受理想自我和现实自我之间的巨大差距，一种失落感便袭上心头，一些学生甚至产生强烈的自卑感，开始怀疑自己的能力。解决方案：对其劝说，让他认识到自己的能力和本次的失败无关，并树立良好的心态去面对任何挫折，挫折并非坏事，自信不一定成功，不自信一定不成功。治疗结果：A同学又重新找回自信，专业成绩再次创造班级新高。

2、问题：本院B同学性格内向，中学的时候就知埋头读书，很少参加班级的集体活动，也几乎没什么朋友，专业成绩也一般，在大学生活期间，他觉得自己陷入了孤立无援的境地，尤其是同寝室的人，故意孤立她、挤兑他。下课了，寝室的另外几个同学结伴回去，但从来不叫他；周末他们几个出去玩，也从不邀请他。不仅如此，他觉得同学老在背后说她的坏话。上课的时候，他在专心听讲，同学故意在旁边讲话，干扰他。到后来，甚至睡觉也睡不好，因为同学老是在半夜三更发出很响的声音，干扰他睡觉。后来辅导员找到他了解了情况，经过老师的调查，发现事实并非如此，同学们说B同学沉默点内向点，但是大家根本没有故意孤立她，相反还经常邀请她参加各种活动。

原因分析：经检查这位B同学患了精神分裂症，其原因是因为长期的自我封闭和对同学们的猜疑而引起的。由于大学同学来自“五湖四海”，学生的“异质化”程度很高，地区的差异使他们在思想观念、价值标准、生活方式、生活习惯等方面存在着明显的差异，因此，在遇到实际问题时往往容易发生冲突。那么在大学里学会与不同背景的同学相处，学会处理同学间的矛盾和冲突，无疑会有利于今后走入社会。首先要学会承认各人有各人的生活习惯和价值体系，你与别人生活在一起，你就应该连同他们的生活方式一起接受。如果感觉别人的生活方式有碍于你，可以与其进行沟通，委婉地提出，并适当地进行自我的调整。需要注意的一点是，给别人提意见一定不能当着众人的面，以免使对方难堪、丢面子。要想处理好同学之间的关系，还要做到对人宽，对己严，切忌以我为中心。在平时的生活中，做到三主动：即主动与同学打招呼，主动和同学讲话，主动帮助别人。在帮助别人的时候，不要过于计较别人会不会报答你。此外，要主动去做一些公共的工作，以增加同学们对你的好感，同学间的关系也就会融洽了。

解决方案：同学们多和其接触，参加心理游戏，辅导员多次谈话了解B同学的变化并做出相应的措施，让B同学接受校心理咨询老师的治疗。

治疗结果：经过辅导员和同学们以及校心理咨询室老师的长期治疗，目前情况已经稳定。

3、问题：本院C同学（男，化名）和别院D同学（女，化名）在大一的时候认识，因为社团工作原因天天在一块，时间长了就自然的成了情侣关系，这样一直持续了一年多，直到20xx年12月份C同学和D同学发生了矛盾，D同学和另外一个男生走的挺近，被C同学发现后两人大吵一架，之后也是分分合合。知道20xx年3月份两人彻底分手，D同学后也和另一男生好上。可是C同学自从分手后一直情绪消沉，没有了正常的生活和工作，专业成绩也直线下滑。后辅导员找他谈话，他才说出了整个原因。

原因分析：C同学一直无法从失恋的痛苦中走出来，D同学刚刚和C同学分手就有新的男朋友，这样又再次的给C

同学一次打击。第一是，还无法正确的理解爱情和婚姻的关系即含义，大学生在恋爱问题上，个性突出，重感情、易冲动，不受传统习俗的局限，在确定恋爱关系前，甚至在确定恋爱关系后，一般都不征求双方父母的意见。第二是，恋爱动机简单化，许多大学生在恋爱中没有考虑到将来的结婚，不是清楚地自觉地意识到应选择一个终身伴侣，他们恋爱，只是因为需要爱和被爱。第三是，自控力与耐挫力较弱

，大学生一旦陷入热恋之中，不往往善于控制自己的情感，任感情随意放纵，缺乏理智的驾驭能力，对恋爱对象过份依赖，稍有波折就痛苦万分。一旦恋爱受挫，即会情绪失控，无法自拔，对学习造成严重影响。第四是，不成熟性与不稳定性，由于社会阅历浅，思想单纯，很多学生对于自己的人生目标和需要，还没有一个很清楚的概念，造成在对待恋爱问题上简单、幼稚和不成熟。在择偶标准上，往往重外表，轻内在。在恋爱方式上，往往重形式，轻内容。在恋爱行为中，往往重过程，轻结果；重享乐，轻责任。这种恋爱问题上的不成熟性，加之他们在就学期间经济上尚未独立，恋爱过程中感情和思想易变，缺乏妥善处理恋爱中情感纠葛的能力，极易造成恋爱的周期性中断，或对恋爱对象的选择漂泊不定，恋爱的成功率很低。

>解决方案：

1、树立正确恋爱观，提倡志同道合的爱情。

在恋人的选择上最重要的条件应该是志同道合，思想品德、事业理想和生活情趣等大体一致。应该是理想、道德、义务、事业和性爱的有机结合。一般情况下，异性感情的发展是沿着熟人 - 朋友 - 好朋友 - 知己 - 恋人这一线索发展的，当一个男性成为一个女生心中任何人都不能代替的角色时，爱情就可能降临。在分享快乐和痛苦、共同成长的过程中，爱情就会产生和发展。

2、摆正爱情与事业的关系。

大学生应该把事业放在首位，不能把宝贵的时间都用于谈情说爱而放松了学习。因为学业是大学生价值感的主要支柱。当女大学把爱情视为生命的唯一时，爱情就是一株温室中的花朵，娇弱美丽却经不起任何的打击。

3、理解对方是相爱的前提。

理解可以为个人和对方营造一种轻松和快乐的氛围，没有人追逐爱情只是为了被约束；相互信任是自信的表现，自己都不想信自己值得别人去爱的人，别人会全心全意爱他吗？责任和奉献则意味着个人道德的修养，它是获得崇高爱情的基础。

4、恋爱要坦诚相待。

交往中要诚恳坦率自然，不要为了显示自己而装腔作势，矫揉造作；相互信任，不要无休止地盘问对方，使对方自尊心受损。否则只会使之厌恶，伤害感情。

相互尊重不要拿自身的优点去比较对方的不足，以此炫耀抬高自己，戏弄贬低对方。也不宜想方设法考验对方或摆架子，这些都可能挫伤对方的自尊心，影响双方的感情。

请珍惜自己的情感，否则它会变得很廉价。

真正的爱情是有独立性的，大学生恋爱，要把自己放在一个正确的位置，适当控制自己的情绪，即使恋爱失败了，也只能说可能彼此不是最适合的，而且，还可以通过失败的恋爱吸取经验，从中学会怎样和异性交往。大丈夫拿起放得下。

>四、总结：

1、青年大学生的常见心理问题

自我意识的矛盾与混乱

在大学阶段，个体的自我意识逐步增强，但在相当长的时间内，他们并没有形成关于自己的稳固形象，自我意识还不够稳定，因此，在这一时期他们经常会遇到一系列自我意识的矛盾与混乱。一是理想我与现实我的矛盾。青年追

求自我完善的意向会在心目中逐渐形成一个“理想我”，这个“理想我”反映了青年对自我成长所怀有的美好愿望，因此不可避免地包含进了自我美化的内容，而同真正“现实我”往往会发生矛盾。在调查中发现，有%的大学生“对自己的现状感到不满”。而一旦当这些“理想我”的目标受挫，只留下一个理想幻灭的“现实我”时，就会产生失望、羞愧和痛苦的消极体验，感到自卑、气馁而对自我丧失信心。如“我干什么都提不起兴趣，整天无所事事，真的对自己很失望，很恨自己，我怎么是一这样的一个人”。二是独立自尊与受人管教的矛盾。青年学生的自尊心强，独立性强，凡事希望表达自己的意见，按自己的意见行事，不愿意被别人指手划脚，随意摆布。因此，表现为人们所常所说的“逆反心理”。如“我也知道老师、父母都是为我好，但我就是控制不住自己要与他们作对”。

无法承受学业之重

在调研中发现，在影响大学生情绪波动的因素中，有%的学生把学习压力排在了第一位。“每到考试前，我就紧张，心燥，失虑，一上考场我就拉肚子”，一位女大学生如是说。自觉、自立、自主、创造是大学学习的特点。有些大学生在进入大学后未能掌握大学学习的方法，感到难以适应，从而带来厌学、自卑、自信心下降等一系列心理问题。有些同学生甚至会患上考试焦虑症，从而引发一系列生理上的问题。

对就业的焦虑

目前，在大学生中流传“毕业即失业”的悲观论调。在调查中有41%的大学生“对未来的前程感到担忧”，有的大学生“还没有想过未来的规划”。据统计近几年在求职择业过程中，有部分毕业生面对人才市场感到困惹，对求职过程、择业过程产生种种矛盾心态，感到迷茫和困惑；许多学生表现出社会经验不足、依赖性强、心理承受能力差的特点，稍遇挫折就容易走上极端之路。

人际困惑“为什么人与人之间相处会有那么多不如意，为什么受伤的总是我？”当代大学生在高中期间与社会接触不多，进入大学后，人际关系问题几乎成了他们最大的问题，在调查中，有%的学生“对自己的人际关系不良感到困惑”。一方面，渴望友情，渴望理解与同情，希望建立良好的人际关系；另一方面，不能正确认识交往和缺乏交往的技巧，又使他们陷入交往的误区。正是由于这种高期望值与低成就造成心理上的巨大落差，使得人际失调、交往嫉妒、自卑、社交恐惧等问题纷至沓来；于是，高傲、自卑、孤独、无聊、无望、恐惧等心理体验频频光顾。久而久之，形成忧郁症、交际恐慌症等心理疾病。

面对繁华物质世界的失落调查中发现，贫苦也是困扰大学生心理健康的一个重要因素。笔者对四川省四所高校的在校贫困大学生心理状况进行了一次调查。调查显示有%的贫困生存在抑郁状态或抑郁倾向，经济较好的同学抑郁平均数为，而贫困生的抑郁平均数为，可见贫困生抑郁状态高于非贫困生。“我为何不出生在豪门”、“勤奋学习不如别人有个好爸爸”面对高档物质享受的无奈，他们发出如此感慨。其实，今日的大学生明显带有相对贫困的性质。客观地讲，相对贫困比绝对贫困容易忍耐，但相对贫困比绝对贫困构成更为复杂的心理压力。贫困大学生在校期间最大的心理压力来自于经济上的困难，他们和其他大学生一样情感体验丰富多彩，区别在于他们的种种需要都罩着经济困难的阴影。实际存在的经济压力与由于未能正确认识甚至部分夸大的其他方面的一些困难，使一些贫困大学生长期处于抑郁和焦虑的矛盾心理状态下。

不良生活习惯造成的人格缺失

现代大学生活可谓“丰富多彩”，如宿舍中的“夜文化”、抽烟、喝酒、打扑克、打麻将、通宵上网这些不良生活习惯在一定程度上影响了他们的生理健康，进而影响到心理康。一位即将退学的大学生在心理咨询中说：“大学里，我们有了最大的自由去任意安排自己的生活。谈恋爱、成天上网、游玩、赌博、喝得醉眼朦胧我不知道自己属于哪个角落，好像什么也不是，好像又什么也是，觉得整个人都很颓废、惰性，慢慢地成绩开始下降”。所谓“习与性成”，就是指长期的某种习惯会形成一定的性格，“习焉不察”，则是指习惯干某事而察觉不到其中的问题，而“习非成是”则是指把错误当成正确的，于是“积习难改”，从而给大学生带来诸多麻烦和不良的心理体验，甚至使一些青年走上歧途。

2、青年大学生心理问题的疏导与调控

建立课内与课外、教育与指导、咨询与自助紧密结合的多层次多方位的大学生心理健康教育体系。探索建立学校、院系、班级、宿舍、个人五级联动心理危机预防与干预机制，形成从学生骨干、辅导员到院系、部门、学生的快速危机反应体系，开设从心理健康教育机构到校医院、专业精神卫生机构的快速危机干预通道；正确总结和处理受危机影响的大学生的心理问题，完善大学生心理疾患预防和危机干预工作体系。创新辅导内容及方式；运用先进的心理健康测试软件，开展集体辅导为主导、个别辅导相补充的辅导体系；充分发挥课堂教学在大学生心理健康教育中

的重要作用，转变观念，从“以教师为中心，教材为中心，教室为中心”的旧框框中解脱出来，真正确立“以学生为中心，以学生的学用为中心，以全体学生的主动参与为中心”的教学理念。

怎样进行心理疏导工作总结2

心理健康是人在成长和发展过程中，认知合理、情绪稳定、行为适当、人际和谐、适应变化的一种完好状态。心理健康服务是运用心理学及医学的理论和方法，预防或减少各类心理行为问题，促进心理健康，提高生活质量，主要包括心理健康宣传教育、心理咨询、心理亚健康恢复指导、心理危机干预等。心理健康是健康的重要组成部分，关系广大人民群众幸福安康、影响社会和谐发展。加强心理健康服务、健全社会心理服务体系是改善公众心理健康水平、促进社会心态稳定和人际和谐、提升公众幸福感的关键措施，是培养良好道德风尚、促进经济社会协调发展、培育和践行社会主义核心价值观的基本要求，是实现国家长治久安的一项源头性、基础性工作。

目前心理健康专业人才分为心理健康指导师和高级心理健康指导师，其培训内容在原心理咨询师的教材基础上，根据实际需要，结合国家政策，对培训内容进行了重新创编，注重理论知识、技能训练、个案分析、情景模拟相结合，更加科学、实用、易学，具有很强的可操作性。培训采取集中面授和网络培训相结合，培训结束一个月后，经考核通过的，由河南省人力资源和社会保障厅统一颁发心理健康指导师或高级心理健康指导师职业培训合格证书，全国通用。

>1、中小学幼儿园教师

了解和掌握青少年发展不同阶段身心特点；

学习青少年心理健康教育辅导具体方法；

设计开展青少年心理健康教育课程；

建立多元思维模式，心理学理论基础融入到青少年教育工作中。

>2、学校心理老师

增强青少年心理健康辅导实操性；

建立和丰富学校心理健康教育案例库；

建立和完善学校心理健康教育体系建设；

建立和完善学校心理健康辅导员评估考核体系；

为受教育者提供良好的发展基础。

>3、大中专学生

大中专学生正处于青少年期向成年期过渡的重要时期，随着生理、心理的发育和成熟，社会知识的丰富与思维方式的变化，特别是面对社会转型期的诸多矛盾，他们在认识自己、了解他人、适应社会等方面，容易出现各种各样的心理行为问题，急需疏导和调节，所以学习这些知识首先对自己心理健康成长具有非常大的作用，可以提高他们的心理素质、促进其身心健康和谐发展；其次，他们在就业时，（高级）心理健康指导师也可以作为其非常重要的求职敲门砖，成为其日后评职称、涨工资的重要依据。

>4、企事业单位工会或专门人员

系统学习心理学在工作中的应用，协调员工关系，降低单位的沟通成本，有效辅助单位管理工作；帮助单位建立内部心理健康专业队伍，帮助员工进行压力情绪管理，辅助单位及时识别及化解企业运行过程中的突发危机事件，降低对单位造成的危害，提高单位管理水平，降低员工流失率，增强员工的幸福指数。

>5、医院和诊所

医院或心理诊所需要心理健康指导和治疗的工作，既可为病人治疗，也可为医护人员开展心理健康指导，同时减少医患关系发生的频率。

>6、普通大众

如果您是一位普通的家长，通过学习您将学会如何与孩子建立情感连接、和谐相处，构建良好家庭氛围；如何充分读懂孩子，引导孩子处理成长中的情绪；如何接纳、包容孩子的情绪，将其转化为积极的成长动力；如何管理自我情绪，认识压力和压力来源；如何处理好夫妻关系，创建和谐家庭。并且在业余时间您也可以成为社区或者单位的心理健康指导志愿者，充分体现自己的个人价值和社会价值。

怎样进行心理疏导工作总结3

这个学期马上就接近尾声了，在我们这个学期的心理健康教育工作中，我们去取得了很多的成绩，因为我们不断探索、创新，切实提高成效，也取得了一定成绩。

>一、关注校园心理安全，首先抓好教师的心理健康。

学校充分认识到心理健康教育应以了解学生为基础，以创设和谐气氛与良好关系为前提，教师以自身健康的心理去影响学生，本身就是一种最有说服力的心理健康教育。因此学校营造了一种民主的、平等的、和谐的、安全的、充满人文关怀的、具有浓郁人情味的工作氛围和心理环境，真正减轻教师的心理压力和精神负担。

>二、整合学校各种资源，发挥心理健康教育合力。

1、充分利用课堂教学，扎扎实实推进心理健康教育。

在我们上课的过程中，老师和学生之间无时不在进行情感的交流和心灵的沟通，我们注重引导教师挖掘教材中有利于培养学生良好心理素质的因素，通过巧妙的设计，通过组织各种活动，使师生之间达到共鸣和合声，在实实在在的推进心理健康教育。

2、丰富校园文化、通过各种喜闻乐见的活动来推进心理健康教育。

学校的丰富的文化活动是我们所需要的，我校通过开展丰富多彩的校园文化活动，为学生搭建表现才华的舞台，调节学生的身心，释放学生的潜能，并通过各种竞赛，来培养学生的'合作精神、奋勇拼搏的精神等，这些，都在潜移默化中培养了学生良好的心理素质。

3、利用学校各种设施，推进心理健康教育。

开展心理健康教育，我们注重利用好学校的各种现代化设施，通过宣传橱窗、红领巾电视台，校园网，一休自由宫来开展形式多样，丰富多彩的各种心理健康教育活动。

>三、强化措施

为了使心育工作落到实处，学校采取了一系列切实可行的措施。

1、明确分工。

2、保证时间。把心育课排进课表，每周一节，使心理健康教育有序进行。

3、适时督查。学校每期对心育工作督查两次，发现工作不到位的现象，及时督促。

>四、一年来，春种秋收，倾注心血，喜摘成果。

1、教师在头脑中建立了心育理念，为后续心育工作打下了思想基础。

2、班主任积累了一定的心育经验，与学生一起成长。

3、学生幼小的心灵受到了洗涤，灵魂得以净化。学生健康快乐的学习、生活，幸福地成长。

怎样进行心理疏导工作总结4

在高速度、高发展、高科技的竞争时期，心理压力随之而来，为此制定工作计划如下：

- 1、继续做好心理健康教育知识的普及工作。
- 2、继续在鞍山教研网上做好《心悦咨询师》心理教研博客，积累心理学知识与大家共享，为全市教师提供心理学习、咨询、讲座培训等平台。把心理学的理论应用于教育实践中，推动我市心理健康教育的发展。
- 3、继续在鞍山市广播电台“空中家长学校”节目做讲座嘉宾。
- 4、参与区委宣传部的宣讲活动，深入社区进行有关心理学科普宣传工作。
- 5、继续开通心理为广大教师、学生及家长服务，协助他们解除心理困惑。
- 6、组建心理教师志愿者团队，更好地做好心理辅导工作。为教师做《幸福教育》心理健康培训讲座，让老师们拥有阳光心态教育好我们的下一代。
- 7、深入学校为学生进行心理辅导讲座活动，了解当前教育存在的问题，潜心研究教育讲座培训内容。根据教育需要送心理讲座进校园活动，对学生进行心理健康教育培训讲座，特别是为中考学生进行心理减压辅导，进行考前减压讲座活动，为考生实现理想插上腾飞的翅膀。
- 8、反校园暴力及欺凌事件，保护未成年人心理健康发展。
- 9、把心理教育与家庭教育相结合，为家长解决教育子女存在的困惑，进入学校为家长进行心理辅导，指导家长关注孩子心理健康成长。
- 10、走出去协助鞍山市教育局做好中小学教师心理培训工作，参加鞍山市教育局、市教师进修学院举行的教师心理健康辅导培训行动，参与鞍山市教育局、妇联、团市委等组织的各项活动。
- 11、继续在鞍山市图书馆开展《心理科学大讲堂》的公益讲座活动，为心理咨询教师提供学习、交流、成长、实践的机会。
- 12、与时俱进地学习积极心理学的理念，把积极心理学应用于教育教学实践中，让教师、学生及广大家长体验积极心理的力量。
- 13、进一步完善未成年人心理辅导站的设置，全区中小学心理咨询室的建设在逐步完善，我为心理咨询教师推荐适合心理辅导的专业图书，各校购置了心理沙盘，已经达到标准化程度，有利于做好各项服务工作。
- 14、在学习中开展创新性工作，我区已走过了义务教育均衡区创建阶段，心理健康教育还需要不断发展与创新，如开展心理特色校评比、做好心理剧的创作与排练等，让我区心理教育工作紧跟时代的发展。
- 15、充分发挥心理健康教育名师工作室的作用，更好地完成未成年人辅导站的各项任务。

怎样进行心理疏导工作总结5

学前期是人生旅程重要的奠定时期，心理发展速度最快、最易稳固的阶段。所以，在这一阶段对幼儿实施心理健康教育是十分重要和必要的。结合工作实践，总结对幼儿实施心理健康教育的策略：

>一、关爱、尊重幼儿，建立民主和谐的师幼关系

幼儿教育专家总结道：“讽刺中成长的孩子学会羞怯；羞辱中成长的孩子学会内疚。”这说明民主和谐的师幼关系

能使孩子乐观向上、充满自信。这就要求我们要以真诚关爱对待每一个幼儿，耐心细致地观察、分析、了解幼儿的内心世界，尽量满足他们的合理要求，将爱的情感传递给幼儿。

我班有一位叫“朱筱琪”的小朋友，只要是她喜欢的玩具她就要一个人霸占，不许别人玩，小朋友都躲着她，生活习惯更是一团糟。我经过了解才知道，她的父母工作都很忙，长期和爷爷、奶奶生活在一起。爷爷奶奶忙于生意，就任其发展，筱琪身上的个性缺陷，其实是长期失爱所致。于是，我常常给她讲道理，关心她的冷暖，引导她学会自己的事自己做，只要有一点一滴的进步，就给予鼓励表扬等。渐渐地，她成了讨人喜欢的孩子，不仅懂礼貌，还愿意做力所能及的事，关心同伴，形成了自己的朋友圈。

>二、建立追踪档案，及时了解幼儿成长

由于个体发展存在差异，常常会表现出不同的个性倾向。所以，我们在问卷调查基础上，通过家访、电话、晨间接待等形式与家长进行交流、沟通，了解每个幼儿的现有发展水平，从幼儿个人基本情况、在家表现、家庭辅导措施、家长的意见建议等几个方面，结合日常观察，概括出各个幼儿的心理健康状况，为每位幼儿建立了“幼儿个案追踪档案表”（见案例）。根据幼儿档案，我们进行追踪调查、分析、总结，形成具体的原因分析和教育策略，促使每位幼儿逐步朝着健康的方向发展。同时，也帮助了家长重视和了解幼儿心理健康教育，使幼儿心理健康教育在家园中融会贯通，协调一致。

>三、开展形式多样、内容丰富的活动

幼儿健康心理的形成是多方面影响、多种行为综合作用的结果。因此，我们根据幼儿的成长特征、规律及幼儿已有的经验，和孩子们一起挑战自己，和孩子们一起体验快乐，和孩子们一起分享成功，和孩子们一起感受着在心理健康教育中的成长变化，不断激发幼儿各种优良品质的形成。

由于幼儿的认知水平有限，往往与具体形象的事物相联系，因此我们在选择内容时：第一，充分考虑幼儿经常性、易发生的、普遍存在的心理问题，开展有针对性的专题教育活动；第二，将心育目标与领域目标进行整合，融入教学活动；第三，捕捉日常生活中的教育契机，进行随机教育；第四，利用本土文化，使健康教育更贴近幼儿生活。

如，针对幼儿在活动中经常出现的争抢现象，我们开展了如培养合作、谦让品质专题活动“熊猫钻洞”：在活动刚开始时，孩子们一听完游戏规则，一拥而上，可洞只有一个，大家你推我挤。经过讨论，在教师的适当指导下，有的认为：“这样争，谁也玩不成，不如让别人先玩。”有的认为：“可以排对，轮流着玩。”有的认为：“我们可以一起动手多做几个洞。”……适当的活动不仅帮助避免纠纷，更重要的是避免了幼儿不良心理和行为问题的出现，增强社会适应性，促使了幼儿健康心理的形成。

>四、设置合理环境，创设良好的氛围

我们设立了专门允许幼儿独自游戏的“心理驿站”，在班级设立了“心情树”、“表情牌”。如“心情树”，我们知道幼儿的表达能力、自控能力都很低，他们不会象成人那样主动地倾诉、控制和渲泻各种情绪，因而在遇到心理冲突时就很难保持平衡和稳定，而教师很难及时发现孩子的心理变化，“心情树”就弥补了这一缺陷。它由红、绿、灰、黑四种颜色组成，分别代表快乐、平静、悲伤、愤怒四种基本情绪。幼儿根据自己的心情随时将自己的照片挂在相应的“心情树”上，教师就可以依据孩子的情绪及时施以适当的帮助。由于它的操作简单又具有游戏性，倍受孩子的喜欢。

同时，幼儿与教师之间平等、和谐的关系，是幼儿健康快乐的成长保证。因此，我们在实施教育时注重为幼儿创设宽松、平等、自由发展的精神心理环境，经常和孩子们一起玩，一起笑，一起学习，让幼儿在轻松、宽松的氛围中学得开心、玩得愉快。

>五、转变家长观念，做好家园同步教育

为了提高家长对幼儿健康心理的认识和重视，树立科学的教养观、儿童观，我们让家长参与幼儿“个案追踪档案”的建立，及时与家长做好双向沟通。在家长学校中开展系列活动，如组织全体家长参加“心理健康教育专题讲座”，设立“科学育儿专栏”，请家长共同参与亲子体能赛，等等，从不同层面增强家长的科学教育意识，在家庭中影响和促进幼儿形成健康的心理和良好的行为习惯。

怎样进行心理疏导工作总结6

考后心理辅导

XINLI老师如是说:

关键你怎样看自己

看看你对考试失利的反应、感受、想法。除了害怕自己的父母对待自己的态度和方式外，有没有对自己很消极的评价。其实，他人怎么看你对你并不是很重要，关键是你会怎么看自己。如果你能够在不幸的事件发生以后还对自己充满信心，那你总会有一天会达到自己的期望和要求的，而他们对你的看法也会随着你的变化而变化。可如果你自己都看不起自己，让自己失去信心而自暴自弃，那他人怎么看你都是没有任何意义的，因为你已经彻底地输给了自己了。

重要的是寻根究底

是什么造成现在的问题呢？如果真的是很努力了，那会不会是没有瞄准目标，或是力气用的不是地方。所以，好好查查发生事故的'原因到底在什么地方。首先看看试题都错在哪儿？分析一下出错的原因是粗心？是没有记住公式？是不能融会贯通与灵活应变，还是没有真正理解和掌握知识点？然后和老师同学们沟通交流，看看是不是自己学习方法有问题。

必须立即行动起来

首先是宣泄掉失利带给自己的消极情绪。如果能够让自己哭出来并不是一件坏事情，现在刘德华不正在高唱《男人哭吧，不是罪》吗？所以，泪水并不是软弱的象征，更不会影响你男子汉的形象。其次是好好分析一下什么地方是可以努力和改变的，该改的改、该补的补。同时对以后的学习要重新作出合理的安排和计划，然后依旧认真地付出，相信你用辛勤的汗水灌溉的“大树”总会有枝繁叶茂、果实累累的那一天。

怎样进行心理疏导工作总结7

南京林业大学把为学生提供心理支持和疏导贯穿疫情联防联控工作的始终，突出“四个精准”，全力保障学生心理健康。

1.精准引导，戴上“心理口罩”。

学校及时发出一封公开信，倡导学生在突如其来的考验面前保持理性平和、积极乐观的心态。全校上下联动、同频共振，构建全方位、全覆盖、全天候的宣传矩阵，大力宣传疫情防控工作部署和防控知识，着力讲好南林师生抗击疫情的感人故事，及时了解学生的心理需求，精准推送心理调适系列科普及心理减压文章，为广大学生戴上“心理口罩”。

2.精准摸排，构筑“心理防线”。

学校充分发挥“四级”预警防控体系的信息联动，开放线上心理测试平台，对学生心理需求进行调研，对疫情严重地区学生逐一了解情况，按照“一人一策”建立学生台账，严格执行“日报告”“零报告”制度，安排辅导员、心理委员等专人加强与重点疫情防控地区有来往学生的沟通交流，做到动态第一时间掌握、信息第一时间上报、措施第一时间到位、问题第一时间解决。

3.精准帮扶，开好“心理处方”。

学校开通南京林业大学心理咨询预约热线，为产生焦虑、压抑等问题的学生提供线上帮扶。加强对特殊群体的重点支持，对有需要的学生及时给予跟踪心理帮扶。学校心理健康教育指导中心将不同时期同学们普遍存在的典型问题和困惑制作成图文并茂的微信推文予以解答和疏导。

4.精准疏导，做好心理主题教育。

学校组织开展线上“用‘心’战‘疫’”主题班会，同学们分享、讨论个人学习心得和心情小故事，传递积极力量；

开展“逆境携行，你我同心”心理健康教育主题活动，引导学生正确认识逆境与挫折，及时调整负面情绪，相互给予关爱支持。鼓励学生发挥专业所长，为抗“疫”加油。

怎样进行心理疏导工作总结8

心理辅导作文

心理活动描写

语言行动描写：语言行动是心理的外在表现形式，人物的心理通过语言行动向外界传达。人在紧张的状态下他(她)的语言行动就会扭曲，就会与平时不同试卷静静地反躺在桌上。

我用有点颤抖的手去掀试卷，一个鲜红的“4”字映入我的眼帘，我的手一抖，试卷又合上了。我一咬牙，把手伸到试卷底下，用力一翻，随着“啪”的一声，我看到了我的分数 48，可怜的“48”，我“唉”的一声便瘫在了桌上。

作文题目:----我错了-----

要求:依据情节，合理描写

按顺序写，写出层次

要表现人物性格

要结合其他描写

出示习题：

能否反省自己，总结得失，是一个人健康成长的重要因素。你曾经做错了什么事情?又是怎样认识到错误，纠正错误的?请记录下你的成长瞬间，给别人以启发。注意写好你的思理活动。

审题指导：

内容要点:你曾经做错了什么事情?又是怎样认识到错误的，纠正错误的?

写法要点：注意写好你的思理活动。

写法指导

在生活中，我们每当遇到一些事情的时候，心理总会产生一些想法和做法，这就是心理活动。那么怎样才能写好人物的心理活动呢?

一、依据情节，合理描写

依据事情发生的时间、地点、环境、气氛，合理想象，适当描写人物心理，才能够把人物写“活”写真，使文章的内容更加突出。

回家的路上

路灯亮了。我的心咯噔一下：糟了，这回又晚了。我慌慌张张地向家里跑去。一路上，爸爸黑边眼镜后面那双严厉的眼睛，不时地出现在我眼前。我的心立刻忐忑不安，七上八下的。我一路小跑，心里不住地埋怨自己：前几天爸爸刚刚说过，放学要直接回家，不要到别处去玩。可是我刚坚持三天，就又给忘了。这回爸爸一定会特别生气，说不定还要揍我呢!这时，我放慢了脚步，怎么办?现在只有一条路，那就是向爸爸承认错误，请他原谅。想到这儿，我就加快了脚下的速度，飞速地向家里跑去。

这篇短文写的是“我”在回家的路上的心理活动。片段开头清楚地交待了心理活动产生的原因。如写“我”的心咯噔一下：“糟了，这回又晚了。”这个心理活动是由于看到“路灯亮了”而产生的。接着叙述了自己心里的想法，使短文一层进一层地铺展开去。

从这个事例可以看出，写心理活动的基础是叙事，有了实实在在的事情，才能写出实实在在的心理活动。

二、按顺序写，写出层次

我们看见或遇到一些事情，心理有许多想法或看法，如果全部端出来，就会使人感到像一团乱麻，不知道写的是什么。因此，要一层一层地写出心里想什么，怎么想的，为什么这样想等。

请看下面的短文：

大扫除

放学后，该我参加卫生大扫除了。我拿起一把大笤帚走到教室后面开始清扫地面。忽然，在一张桌子腿下发现一支笔，我捡起来一看，原来是一支“派克”圆珠笔。这笔是谁的呢？我看了一下座位，这是王明同学坐的地方，准是他丢的。我记得前些天，他还向同学们吹嘘地说，他过生日的时候，他爸爸要送他一支“派克”笔。这下别吹了，我把它藏起来，让他尝尝着急的滋味。我把笔放进口袋里，刷刷地清扫地面。忽然，我眼前浮现出王明同学着急的面孔，仿佛看见他急得抓耳挠腮。我这个玩笑开得不是地方，怎么能拿自己的快乐，去换取同学的着急呢？我得把笔给他送去，让他获得一个意外的惊喜。

大扫除结束了，我拿笔向王明家走去。

怎样进行心理疏导工作总结9

为营造健康、和谐的校园氛围，更好地引导学生关注自身发展、树立正确的人生观、价值观，提高学生的心理健康意识和心理调适能力。1162班积极配合学校开展心理健康教育月活动，并自主开展了一系列心理健康教育活动，取得了良好效果。

>一、开展心理健康主题班会

在本次活动中班级班干部结合班级自身情况，通过组织调动所有同学的主观能动性积极准备，在响应学校“沟通和谐关爱、心理和谐健康”为主题的前提下，开展了以“提高班级凝聚力、构建和谐班集体”为主题的心理班会，让同学们学会珍惜友情，亲情，珍惜现在的学习机会，重视集体的力量，同时，升华同学们团结奋进的思想，激发他们自强不息、无私奉献的民族情感。

>二、开展心理电影赏析

5月20日利用班会时间组织同学们在班级观看著名影片《当幸福来敲门》，影片成功诠释出一位濒临破产、老婆离家的落魄业务员，如何刻苦耐劳的善尽单亲责任，奋发向上成为股市交易员，最后成为知名的金融投资家的励志故事。心理电影赏析一直是受到同学们热烈欢迎的一种心理教育活动形式，这次同学们通过对经典艺术影片的欣赏，在其引导和带领下，走进剧中人物的心理世界，感受和理解他们心理发展、变化的历程，让自己在体验中成长，在与角色的心灵碰撞中感受人物命运，理解不同人生。

>四、号召学生积极参加文体艺术活动

根据校第五届校园文体艺术节活动安排，校团委举办了“卡拉OK”、书画比赛，在班级传达通知，并组织同学积极参加比赛。此次活动比赛中，班级同学都发挥出良好的水平，并取得了不俗的成绩，其中朱青同学获得绘画比赛二等奖、卡拉OK比赛三等奖等，通过这些活动同学们增强了班级集体荣誉感和凝聚力。

>五、总结成绩、经验和不足

经过一个月的工作，基本上完成了各项计划和任务，加强了自身的建设，更重要的是提高了同学们的心理健康素质，让同学们掌握了更多的心理健康知识，提高了自身修养和素质，增加了对生命、生活的感悟，这对于同学们以后

的学习工作生活都是非常有帮助的。

怎样进行心理疏导工作总结10

一个人是否具有健康的心理和人格素质和他在3—6岁时是否具有健康的心理和人格素质有很大关系。足见幼儿的心理健康教育的重要性。而在我们的幼儿园教育中，可能我们更多的关注到幼儿的身体健康，对幼儿的心理健康关注的比较少。通常我们能很快发现某个小朋友身体上的不舒服，而某个小朋友情绪等心理方面的问题，却需要多时才会被发现。

那么，对于幼儿园的心理健康教育，我们该怎么做呢？

首先，教师要以健康的人格、自身的言行，影响幼儿。

孩子的模仿能力很强，心灵也很脆弱。教师要善于调节自己的情绪，以积极的心态面对工作和幼儿，用自己健康的人格来影响幼儿。同时，言传身教，教师要以自己的言行来影响幼儿，注意自己的一言一行，以免不经意中使儿童幼小的心灵受到创伤。

其次，教师要合理安排幼儿的一日生活，促进幼儿的身心和谐发展。

根据不同年龄段幼儿的身心发展规律和发展需要，为幼儿安排合理的一日生活，让幼儿在游戏中快乐学习，健康发展，从而促进幼儿身心和谐发展。

最后，家园合作，共同促进幼儿心理健康发展。

对幼儿进行心理健康的教育任重而道远，光凭幼儿园教育是远远不够的，我们要学会和家长沟通，像家长传输心理健康教育的知识，让家长配合老师，在家庭中营造健康、和谐的氛围，共同促进幼儿身心健康发展。

怎样进行心理疏导工作总结11

一、指导思想：

青少年心理健康教育，是提高中小学生心理素质、促进其身心健康和谐发展的教育，是进一步加强和改进中小学德育工作、全面推进素质教育的重要组成部分。青少年正处在身心发展的重要时期，随着生理、心理的发育和发展、社会阅历的扩展及思维方式的变化，特别是面对社会竞争的压力，他们在学习、生活、自我意识、情绪调适、人际交往、升学就业、生涯发展等方面，会遇到各种各样的心理困扰或问题。因此，开展心理健康教育，是学生身心健康成长的需要，是全面推进素质教育的必然要求。为明确本校青少年心理健康教育工作的目标与任务，有效培养学生积极心理品质，提升幸福感，促进青少年身心健康与和谐发展，特制定本计划。

二、具体月份安排：

九、十月份：

- 1、在八、九年级各作一次心理健康讲座。
- 2、出一期学校心理健康宣传橱窗。
- 3、参加市组织的心理健康初中阶段的教材培训
- 4、积极配合各年级班主任，对有心理障碍的学生，积极做好咨询工作。
- 5、对七年级12个班级进行中学生心理健康综合测量，包括学习焦虑、过敏倾向等八个方面，并根据结果筛选出有一定心理问题和障碍的学生进行针对性的辅导。

十一月份：

- 1、进一步做好心理健康教育的宣传工作。
- 2、完善心理咨询室的各项制度，做好迎检材料的整理。
- 3、参加市心理健康活动课评比决赛。
- 4、组建学校家校共育领导小组，营造开展家庭的良好氛围。

十二月份：

- 1、整理七年级学生心理健康档案。
- 2、联系镇江市首批通过的心理咨询师，在我校开展一次学生心理咨询活动。
- 3、迎接市心理健康标准化验收。

一月份：

- 1、举行针对对家长的心理健康讲座。
- 2、建立学生心理健康档案，做好案例的整理工作。

【心理辅导工作计划三篇】

怎样进行心理疏导工作总结12

20_年黄浦区巨鹿路第一小学为了切实加强和推进育德与育心相结合的学校心理健康教育工作，同时结合疫情防控要求，减轻疫情可能给师生带来的心理干扰和危害，陪伴师生以积极的情绪应对疫情，提高抗挫能力。学校于20_年4月~5月组织开展了“童心战疫情，一起向未来”心理健康教育月活动。

4月初，在学校学生发展部、心理健康部门的召集下，召开了20_年巨一小学心理健康月的组委会会议。全体班主任老师、年级组长以及相关负责教师参会，群策群力，组织策划了本次心理健康月的主题以及相关任务的安排工作。

今年我校围绕“童心战疫情，一起向未来”心理健康月主要开展了以下几项工作：

怎样进行心理疏导工作总结13

光阴似箭，时光如梭，接下来的半年时间转眼过去。根据大学生心理发展的规划，围绕院心理咨询室的工作计划，在这半年的时间里，我们团队取得了很大的突破和成果，有效地营造了校园心理氛围，有效提升了学生的心理健康水平，初步实现了“助人自助”的教育目标。

现将工作总结如下：

>一、下寝走访新生

活动从新生军训开始，持续三天。在活动过程中，成员能够做到微笑致意，予以新生关怀，并对保险学院做了正面宣传和引导，新生们也提除了自己的疑问，大家畅所欲言，气氛十分融洽，新生不仅体会到学校的温暖，同时，心中的疑惑也减轻了不少，并对院心理辅导团和心理咨询室有了初步的概念和认识。

>二、纳新工作

>三、班级团体辅导

为帮助新生尽快相互认识，建立班级的信任和友谊，在曾老师、林老师的分配下，展开20xx年全院新生团体辅导工

作。在大家的积极配合下，我们达到了既定目标。当然，活动中也存在着不足。譬如，有些工作做得还不够细致全面，事前准备不够完善，但相信有了这次经验，我们以后的工作会更加好。

>四、户外心理素质拓展

团体辅导的有序进行，得到了广大师生的一致好评。应曾老师的委托和各大组织大邀请，一一对院文明督察队、公寓自治委进行户外素质拓展。此次拓展相比之前的辅导，由班级到院级组织，由室内转到户外，整个过程似游戏的形式进行，大大提升了自身的组织，及团队的实力，为今后大型活动的开展，打下坚实基础。

>五、心理沙龙

由大一成员自行组织的心理沙龙活动在11月初面向全院举行。本次活动极大地提升了大一伙伴的积极性、组织能力。游戏丰富精彩，给三系一院的同学们开拓了一个很好的友谊交流平台。

>六、辅导团与各系心理健康部的联谊

活动达到了预期的和各系心理健康部伙伴们的认知、交流目的，为辅导团日后的工作打下了良好的基础。

>七、创建团队文化

在曾老师的倡导下，我们有了自己的团队文化，于每次例会前展示，进一步加强了辅导团内部的团结合作，整个团从此凝成了一股绳，有了基本的统一。

>八、公文培训

在辅导团内部，由大二带领，定期进行团内学习小课堂，丰富了伙伴们的课余时间，拓展了他们的知识面，有效地提高了自身的写作能力及工作效率。

>九、心理讲座培训

由曾老师带领、召集辅导团成员以及各班心理委员于每周四进行心理知识讲座，大大提高了我们对心理学的兴趣，教会我们认识自己，怎么样提升自己，在看清自己的同时学着提升自己，为以后自己能力的提高做了很好的发觉。

怎样进行心理疏导工作总结14

我校心理辅导室在校领导的高度重视和全体心理辅导教师的共同努力下，一年来,为广大师生舒解心结做了许多工作，也解决了不少易于发生的冲突甚至极端的事件，先后接待教职员工360多人次（包括业余时间辅导），成了学校工作不可缺少的一部分。

>一、队伍建设和机构设置

在学校的管理和决策中，心理健康教育一直占据着重要地位，被纳入学校行政工作计划中，学校建立了一支由4名专职和62名兼职辅导教师（各班班主任）组成的强有力的心理辅导教育工作队伍。学校还投入了一定的资金将心理辅导室的环境布置得温馨、典雅，该室集阅览、松弛、咨询于一体。

>二、心理辅导工作

- 1、继续执行心理值班制度，辅导室每周三、六、日下午4：30至6：30定时开放。晚上20：00至21：00点,按时做记录。
- 2、建立“知心朋友”信箱，做到有信必回。
- 3、开设心理辅导课，构建课堂教学新模式。

心理辅导室成立以后，制定了教学大纲和授课计划，授课内容包括学习、人际交往、应对不良情绪等。对心理辅导课进行不断探索和改革，采用教学与心理测试相结合、注重师生互动等贴近学生、贴近生活、贴近实际的方式教学

，收到了一定的教学效果。

- 4、对高三年级部分学生进行心理测试，了解学生的心理状况，心理辅导老师对心理素质不好的学生有针对性地辅导。
- 5、进行课题研究，找出心理辅导的新思路。
- 6、进行了学生心理素质状况的调研，向学生发出问卷材料1400多份，为加强学生心理素质状况的研究，提供了宝贵资料。
- 7、举行了心理健康教育宣传画展，使学生在欣赏中受到了教育。
- 8、积极引导和鼓励学学生踊跃向校报《蒲公英》投稿，畅谈心理健康辅导工作带给他们的动力。

总之，广大心理辅导老师本着理解与尊重、爱护与保密相结合的原则，尽力为广大师生创造良好的心境，为我校心理辅导工作更上一个台阶打下了坚实的基础。

怎样进行心理疏导工作总结15

【设计思路】

本节课借助一个实验，让学生去体验心态的重要；创设情境，说说“我的心事”，互相倾诉，在相互交流中缓解紧张情绪；观看人生AB剧，在轻松愉快氛围中反思围绕自己情绪的一些不恰当的想法；通过给人“把脉开方”，进行心理比较，再次提升认识和调整自我；最后齐唱《同一首歌》，充分表达这节课带给大家的感受，同时也希望未来无论怎样的“水千条山万座”，我们都将以笑脸相迎、携手走过！

【活动目标】

- 1、通过活动，让学生对自己目前心态有个真实的了解，彼此互相支持和理解。
- 2、通过活动，增强学生的心理体验，掌握一些适合自己的调节心态的方法和技巧。

【活动准备】

- 1、课前调查、相关、资料、表格、录音机等；
- 2、小品表演《人生AB剧》；

【活动过程】

- 1、心理导入：

多媒体展示：

据说有一个教授曾找了九个人做实验。教授说，你们九个人听我的指挥，走过这个曲曲弯弯的小桥，千万别掉下去，不过掉下去也没有关系，底下就是一点点水。九个人听明白了，哗啦哗啦都走过去了。走过去后，教授打开了一盏黄灯，透过黄灯九个人看到，桥底下不仅仅是一点水，而且还有几条在蠕动的鳄鱼。九个人吓了一跳，庆幸刚才没有掉下去。教授问，你们现在谁敢走回来？没人敢走了。教授说，你们要用心理暗示，想象自己走在坚固的铁桥上。诱导了半天，终于有三个人站起来，愿意尝试一下。第一个人颤颤巍巍，走的时间多花了一倍；第二个人哆哆嗦嗦，走了一半再也坚持不住了，吓得趴在桥上；第三个人才走了三步就吓趴下了。教授这时打开了所有的灯，大家这才发现，在桥和鳄鱼之间还有一层网，网是黄色的，刚才在黄灯下看不清楚。大家现在不怕了，说要知道有网我们早过去了，几个人哗啦哗啦都走过来了，只有一个人不敢走，教授问他，你怎么回事？这个人说，我担心网不结实。

上述实验说明了什么问题？

学生具体讨论(略)

这个实验已清楚地告诉我们：心态作用之巨大。心态愉悦、心理和谐是心理健康的重要体现，调节好心态是我们高考成功的关键。

设计意图：设置问题情境，让学生自主探究，以问题引入主题，使学生自然、真实地进入本节课所要的心理状态。

我的心态我作主

2、描绘心电图：

这个过程有两个环节，一是让学生用语言描写自己的心态，二是向同伴诉说自己的心事

老师指点：每位同学首先把自己现在或目前的心态用几个字描述出来，如烦、紧张、恐惧、困惑、渴望、兴奋、无奈、无助、想哭、想笑、想叫、想静、有时会有一些奇怪的感觉，莫明想发火等等，写在“我的心态”那一格。接着与自己的同伴说说自己的烦恼、自己的心事。填在“我的心事”那一格。

设计意图：通过自我描述，让学生展现真实的原始的我，达到“流露真情”的目的；通过相互倾诉，说出“我的心事”，增进同学间的交流与沟通，从中感受和体验到：其实我们都需要彼此的理解、尊重、帮助和支持。

老师也可以跟学生聊聊，早几天自己对缙云中学高三部分学生所作的调查和了解。并把自己所了解的情况通过多媒体展示出来(也填在相应的表格中)，让学生产生同感或同理心。

3、人生AB剧：

让10位同学走到教室的中间，1位同学开车，1位同学当售票员，8位同学当乘客。

A剧：公共汽车到站了，很多人下车，也有很多人上车。在挤上车的过程中，李同志踩了小王同志的脚。当时李某光顾着上车、买票、找位置，也没有道歉。小王心里很不是滋味，这一路坐下来是憋气得很，心想：“这家伙肯定是故意的，等着瞧，待会儿我一定得狠狠地踩回一脚。”到站了，小王该下车了，这时小王的眼睛瞪得大大的，飞快地真的是狠狠地踩了一脚逃走了。

B剧：公共汽车到站了，很多人下车，也有很多人上车。在挤上车的过程中，李同志踩了小王同志的脚。当时李某光顾着上车、买票、找位置，也没有道歉。小王心想：“车那么挤，他也不是故意踩我的脚，虽然有点痛，还是算了，多一事还不如少一事，出门在外谁没有过闪失。”只见他脸上微微一笑，愉悦、平静地下了车。

请同学们讨论、分析一下，为什么面对同一事件，两个人会有那么不同的情绪反应和行为表现呢？

学生讨论(略)

从同学们的讨论、分析中得出情绪ABC理论：

A是客观存在的事实，可以是一件事，亦可以是某个人的一个行动或态度；B是指个人对A的看法和信念；C是指个人情绪反应，这个反应可能是适当的，也可能是不适当的。一个人被情绪所困惑，不是由A决定，而完全是由B决定的。

A CA B C

(事件) (情绪反应) (事件) (看法) (情绪反应)

在上述小品中，A：李同志踩了小王一脚

B：两种截然不同的观点：一是认为“他是故意的”；二是认为“他不是故意的”。

C：两种截然不同的情绪体验和行为表现：一是气愤并狠狠地踩回一脚，二是微微一笑，平静地下了车。

从中我们可以很清楚地看到，人们的心理困惑不是由发生的事件造成，而是由于自己的不适当想法所致。因此，要改变自己的困惑处境，首先要改变自己的不适当的想法。

让学生填写表格中“以前的看法”和“理性的观点”，抛弃造成自己心理困惑的一些不适当的观点、看法和信念。

设计意图：通过观看、讨论和分析小品“人生AB剧”，让学生了解一些心理健康教育的理论和知识，明白情绪ABC理论，以及消除不良情绪的方法。同时让他们进一步分析困扰自己情绪的一些不适当的看法和观念，真正让学生自己走出困境，以此达到心理教育和心理辅导的“助人自助”的目的。

4、把脉开方:(多媒体展示)

症状表现：

小李同学最近学习效率很低，不管哪科，做题错误率高。看到别的同学在进步，自己的成绩却不断下降，心理压力越来越大。一直担心自己的成绩提不上去，总觉得自己很多知识都没掌握，现在的心情变得很敏感，不知该怎么办？

让学生讨论并开出处方(略)。

下面是王极盛教授开出的处方，仅供同学们参考，如果这些方法中有对你适用，请填入相应的“适合我的方法”的空格中。

王教授的处方：高考心态调节16字诀：强化信心、优化情绪、进入状态、充分发挥。

“强化信心”。第一高考目标要适当。第二点不要攀比。第三不要迷信。第四积极的心理暗示。第五考前走路昂首挺胸。

“优化情绪”。第一以平常心对待高考。第二要学会深呼吸。第三穴位按摩。用自己右手大拇指按摩自己的内关穴，大体是戴表带后面扣眼的地方，顺时针按摩36次很有效果。第四语言诱导精神放松法。第五积极向上法。心情不好的时想想自己来生活当中的愉快事、开心事。

“进入状态”。第一回归基础、回归课本。第二调节生物钟。第三进入状态，体验各种考试的不同情景。

“充分发挥”。第一战略上藐视，战术上重视。第二运用考试策略和技巧，看题“准、快、全”。第四学会发散性思维。第五建立知识网络和体系。

这就是调整高考心态的16字诀，一般考生的心理问题都可以用这16字解决，你不妨试试。

设计意图：通过给别人“把脉开方”，像“照镜子”一样，进行心理的对比，在再一次的心理体验中提升认识、调整自我。同时有专家的高考心态调节16字诀，供同学们参考。

【活动结语】

老师总结：小小的我，大大的天，我有属于我的天。当我们羡慕别人的同时，别忘了欣赏你自己；当我们面对急风暴雨时，别忘了风雨过后迎来的是美丽的彩虹；当我们感到孤独、无助时，别忘了还有同样一颗孤独的心在等候，两颗孤独的心彼此交融，从此不再孤独。让我们一同唱响《同一首歌》

【活动附件】

表格：“我的心态我作主”

我的心态我的心事以前的看法理性的观点适合我的方法

怎样进行心理疏导工作总结16

新型冠状病毒卷土重来，关于疫情的信息铺天盖地，在这种特殊时期，每个人或多或少都会产生心理上的波动，为了引导师生正确认识和看待这些心理上的变化，5月6日下午，惠济区双桥小学开展了线上疫情学生心理辅导课。

此次学生心理辅导课由双桥小学的心理教师李圆圆主讲，李老师结合小学生的身心特点，形象生动地讲解了防疫知识和心理调节知识，教育孩子们在了解新冠肺炎的预防措施的同时，做到理性面对疫情，戴好“心理口罩”，保持平和心态。通过一系列的知识科普和心理疏导，孩子们了解了如何做好自身防护以及如何保持健康的生活习惯，学会了用正确的态度去面对新冠肺炎疫情。

疫情无情，人心有情，众志成城，守护平安。双桥小学全体师生将共克时艰，齐心协力，共同打赢这一场防疫攻坚战！

怎样进行心理疏导工作总结17

本学期，我校根据期初制定的工作计划，面向全体学生，以互助课堂的研究为切入点，有计划地在课堂开展了小组合作学习，逐步增强学生“助人自助”的意识；通过开展丰富多彩的心理健康教育教学活动，提升全体学生的心理健康素质；通过心理健康教育特色活动，如“阳光心灵故事汇播音”，“心理健康教育课区级磨课”以及对孩子们的个案辅导、心理测评等活动，将心理健康教育理念与我校的心理健康教育工作的实际相结合，很好地落实了区《心理健康教育五年发展规划》以及本校“爱上学校生活，主动和谐发展”的理念……下面，对一学期的工作进行梳理和总结，以期更好地推进今后教学工作的开展。

>一、认真学习，践行先进的教育理论

- 1、积极参加区级心理健康教育培训活动，培训中认真学习优质课和心理专题讲座，不断丰富自我的心理学知识，提高心理学理论水平，有效促进了心理健康教育水平的提升。每一次教研过后，通过认真撰写高质量的学习心得，不断内化所学知识，以运用和指导课堂的教学。
- 2、认真研究教育部《中小学心理健康教育的指导纲要》，区《心理健康教育五年发展规划》，积极在课堂落实这些指导性文件的精神。
- 3、利用每周一上午第二三节课教研时间深入开展“三性课堂”的学习和交流，进一步明确心理教师在课堂的角色定位以及辅导过程中“助人自助”的原则，在与学生的交往过程中做好学生心灵成长的引导者、陪伴者。处理学生的问题多从学生本人的角度分析和解决，避免传统的说教惩罚形式，多与学生开展心灵沟通，这些理念使得学生真正喜欢心理教师，爱上心理课。我们也常常在教研中就遇到的具体案例讨论与不同学生进行更有效沟通的方法。
- 4、心理健康教育教师根据自身情况自主阅读，主动学习，提高工作效率，提升自身生活品质，每周三上午第一节是心理组的集体研读活动，老师们共同品读了《“后茶馆式”教学》《每个孩子都是一个奇迹》，并进行了分享和交流互动，让教育研读活动真正成为提升教师专业素养的有效措施。
- 5、在课题研究方面，本学期重点结合《基于爱上学校生活的互助课堂》的研究的相关理论学习，在教研中开展好形式多样的各层面的交流与研讨，在共同的研讨交流中，让互助课堂的研讨深入下去，提升组内教师的专业素养。

>二、加强课堂的学习和研究，提升心理课堂教学水平

- 1、在上期初步梳理出体验式心理健康教育的课程模式的基础上，本期三位心理老师重点开展了该模式的课堂落实工作，通过丰富多彩的心理健康教学活动，倡导学生通过自主参与体验情感，让学生在体验中学习，在学习中成长。在精心开展教学活动设计的讨过程中，我们深深感受到体验式活动情境的创设的重要性，无论课前热身活动，还是案例探讨、头脑风暴，都要根据学生心理特点巧妙创编，重在调动学生的兴趣，激发学生的主动性，帮助学生掌握方法，形成能力。只有这样，才能真正实现学生是学习的主人，充分发挥学生在课堂学习过程中的主观能动性，确保课堂教学中学生学习方式的真正转变。

心理课堂上，三位老师结合各年级各班的实际情况开展了丰富的心理健康教育活动，深受学生喜爱，较好地达成了预期的教育效果。比如，在“学会沟通，让心靠近”，“做一个快乐的人”，“面对挫折”等活动中，孩子们在快乐自己的同时，学会了尊重他人，帮助他人，体会了助人自助的快乐；也学会了以积极的心态面对问题、解决问题。

2、分学段认真开展互助课堂的研究，初步取得了一定的效果。低段重点是同桌倾听和交流方式的学习以及能力的培养，中高段重点是四人及以上小组合作方式的研究。心理老师们结合心理辅导游戏，班级团辅活动，心理情景扮演和故事讨论等活动形式开展研究，积极引导学生在同伴互助的过程中中学会合作、学会表达、学会信任……这些活动培养了学生的人际交往能力。学生们在丰富的活动中，学会了乐观、自信、尊重与分享，这些可喜的进步让我们感到欣慰。

3、本学期，我们组的心理老师有了更多的学习和交流的机会，我们将这些活动与日常的教学研究巧妙结合，极大地促进了自身教育教学水平的提升。

(1) xx年10月23日，蒋莉老师在学校德育处领导和指导老师的共同协作下，积极参加区中小学教师说课大赛，说课主题为《积极交往练本领，赠人玫瑰手留香——我是老师的小帮手》，对体验式教学模式做了进一步梳理和提炼。

(2) xx年10月31日，徐谊老师承担了学习心理为主题的区级教研课《我的注意力法宝》，这节课在龙二小的四年级九班开展。课堂上师生关系和谐，融洽，学生在课堂上不仅学会了倾听的方法，更将此种能力运用到学习和交往中。

(3)xx年11月18日，卢永红老师赴无锡献课《自信——隐形的翅膀》。心理组老师积极参与了听课和磨课，和卢老师一起就绘本教学的内容和形式进行了深入研讨，积累了绘本教学的宝贵经验并积极用于中低段课堂的教学实践。

(4) xx年11月4日，刘英老师参加市级录像课比赛《“气球”去哪儿》，在磨课的过程中，心理组的老师积极参与听评课，共同圆满完成了任务。学生在这节课上也学到了怎样调控自己的不良情绪，提高了学生解决问题的能力。

(5) xx年11月28日，刘英老师承担了区级教研课《记忆“金钥匙”》，心理组的三位老师积极参与听课和磨课过程。在这次教研活动中，蒋莉老师还进行了《我是这样上心理健康教育课》的专题讲座，让参会教师对心理健康课的模式及流程更加清晰，有效指导了全区心理健康老师怎样上好一堂心理健康活动课，受到了与会老师的高度好评。

(6) xx年12月19日，蒋莉老师赴江油献课《记忆“金钥匙”》，心理组老师积极参与听课，磨课过程。蒋莉老师在刘英老师的教学设计基础上，融入了自己对学生学习心理的理解，并在课前采用了心理小游戏，极大调动了学生上课的兴趣。

(7) xx年12月26日，蒋莉老师在实小德育片区开展了《怎样上好心理班会课》的主题讲座，从心理班会课的定义，上课流程，注意措施等环节给片区的班主任做了专业的指导和培训。讲座过程中，蒋老师还进行了有趣的心理小游戏，让讲座在一片和谐、愉悦的氛围中进行，受到了与会老师的高度好评。

4、深入开展“心理小助手”的小专题研究，现在已将“心理小助手”融入班级管理中，每班现有民主推选的一名“心理小助手”，在平时的活动课中，由他们来承担课前静息、课中评价、课后总结的日常管理工作，根据初定的考评细则促进“心理小助手”参与班级快乐管理的兴趣，并加强“快乐小天使”日常工作的指导。在部分班级，“心理小助手”还与“神秘朋友”主题心理活动相结合，坚持让学生每周以神秘朋友的身份写神秘纸条关心自己的朋友，让学生们在活动中感受到了被人关心和主动关心他人的快乐，学会大胆、主动、真诚表达自己的想法，也为班级营造出了一种和谐相处、共同进步的良好心理氛围。

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。中小学生正处在身心发展的重要时期，随着生理、心理的发育和发展、社会阅历的扩展及思维方式的变化，特别是面对社会竞争的压力，他们在学习、生活、人际交往、升学就业和自我意识等方面，会遇到各种各样的心理困惑或问题。因此，在小学开展心理健康教育，是学生健康成长的需要，是推进素质教育的必然要求。

心理健康教育的总目标是提高全体学生的心理素质，充分开发他们的潜能，培养学生乐观、向上的心理品质，促进学生人格的健全发展。具体目标是：使学生不断正确认识自我，增强调控自我、承受挫折、适应环境的能力；培养学生健全的人格和良好的个性心理品质；对少数有心理困扰或心理障碍的学生，给予科学有效的心理咨询和辅导，使他们尽快摆脱障碍，调节自我，提高心理健康水平，增强自我教育能力。

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，培养面临毕业升学的进取态度；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、自立的健康人格，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：

>一、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。诚然，个别生在心理健康发展方面需要得到特别的教育和帮助。但是，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，心理健康教育应成为我们学校教育的重要任务，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。

>二、个别咨询与辅导。

在全校性的心理知识讲座的基础上，我校开设心理咨询室（或心理辅导室）对学生进行个别辅导。使教师和学生心理辅导室内通过一对一的沟通方式，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，并对有关的心理行为问题进行诊断、矫治的有效途径。对于极个别有严重心理疾病的学生，能够及时识别并转介到医学心理诊治部门。在个别咨询与辅导中，心理辅导老师做好相关的记录，耐心的为学生给予指导。特别是期中考试前后，学生面对自己的考试总会有许多的忧虑，心理辅导老师就予以劝慰，疏导，减少学生对考试的恐惧或忧虑，并帮他们认真分析得失。

>三、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，在思想品德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。

>四、利用“红领巾”广播站为教师与学生的低ù鬻々教

学生把自己的困惑和想法通过信箱和老师交流，比较普遍的问题利用广播站的“星星回音”进行解答，实时宣传心理健康知识。同时也邀请部分同学到“快乐小屋”进行单独交流，利用些特殊的节日加强对学生的爱心教育，比如：学生自己作的“爱心卡”“感恩卡”等。让他们懂得家人或别人对你的服务和关心要知道感恩。孩子们对活动的热情很高，也得到了教育家长反映很好。

心理健康教育是提高小学生心理素质的教育，是实施素质教育的重要内容，培养心理健康的教育人才，是学校教育的重要任务。为了培养心理健康的人才，我校在心理健康教育活动中，还将不断努力，以期取得更大的成绩。

怎样进行心理疏导工作总结18

>一、优化育人环境

幼儿园环境是潜在课程，是幼儿心理健康发展的外在条件，在对幼儿心理具有潜移默化的影响。因此，创设与教育适应的良好环境，能促进幼儿心理的健康发展。

1、创设适宜的物质环境。

一是为幼儿提供充满生机、能陶冶幼儿心灵的自然环境，如在园内种植草坪、花卉、栽种果树、开辟种植园地、修建嬉水池、改建沙地等，让幼儿在优美的校园环境中产生愉快的情绪体验。

二是创设与教育目标相适应的学习、游戏环境，如利用纸箱、饮料瓶、快餐盒等废旧物品创设美工区、音乐区、娃

娃娃家、小舞台、商店等形式多样的活动区域，为幼儿提供了充分活动和表现能力的机会，让幼儿在轻松的环境中进行学习和探索。

三是创设以心理健康内容为主的墙饰，“我们一起玩”、“妹妹摔倒我扶起”、“高高兴兴上幼儿园”等巨幅墙饰挂在教学楼醒目处；活动室布置美丽的图案，时时提醒幼儿合作、谦让、快乐、勇敢、不怕困难等。从而使幼儿园的每一块墙壁，每个角落都成为育人之地。

2、创设宽松和谐的心理环境。

一是建立充满融融爱意的师生情谊。爱是连接师生关系的纽带，如果教师多给幼儿一些爱护、关心，就会使幼儿对教师产生依恋感。因此，我们总是用满腔的爱去对待幼儿，使他们喜欢上幼儿园，并能愉快地参加集体活动。

二是建立平等、民主的师生关系。在日常教学中，教师平等地对待每个幼儿，潜心了解每个幼儿的个性特征以及能力差异，尊重每个幼儿的兴趣和需要，力求做到不伤害孩子的自尊心。在评价孩子时尽量采用鼓励的语气“知道你行”、“相信你会做得很好”等，在这种充满尊重、鼓励的良好氛围的影响下，孩子们变得乐观、自信，并能积极主动地参加各种活动。

三是建立良好的同伴关系，良好的同伴关系能促使幼儿相互学习、共同进步。我们首先让幼儿学会尊重他人，再让幼儿摆脱自己中心，逐步懂得如何调整自己的行为去适应集体要求，教给他们一些协调同伴关系的方法，帮助他们获得正确的交往技能。

>二、重视渗透教育

心理发展是一个长期的、连续的过程，且有反复的可能。幼儿心理健康发展必须要注意幼儿园全方位的渗透，坚持一贯性、连续性的教育与引导，这是促进幼儿心理健康发展的关键。

1、学科渗透。

各科教材内容均从不同方面渗透着对幼儿的人格要求和智能训练要求。它们既有德育、智育、美育等因素，也有心理教育因素，是心理健康教育的重要资源。因此，我们在各科教学中特别注重对幼儿进行心理健康教育。如：在中班语言活动中，通过讲述“司马光砸缸”的故事等，让幼儿明白要取得成功不但需要克服困难，而且还要学会动脑筋想办法。在生活中，当孩子遇到困难时，我们便利用故事中的人物形象来激励他们，教给他们解决困难的办法。

2、游戏渗透。

游戏是幼儿自愿参加的轻松愉快的活动，也是幼儿的基本活动。幼儿在没有任何压力的游戏活动中最容易接受指导和训练。

3、日常渗透。

促进幼儿心理健康发展要从日常生活着手，坚持下去，日积月累，逐步形成。帮助幼儿养成对每件事如洗手脸、穿脱衣服、收拾整理玩具等都要认认真真，绝不马虎的习惯；培养幼儿做任何事情(如绘画、玩游戏、听故事等)都有始有终绝不半途而废，具有不怕困难的勇敢精神和顽强的毅力。

4、随机教育。

随机教育是根据临时出现的事进行有针对性的教育，它对培养、巩固幼儿良好的个性心理品质起着十分重要的作用。如：在绘画活动中，有的幼儿因不会画而哭，有的幼儿把笔一扔不画了，遇到这种情况，我们总是抓住机会，进行随机教育，让幼儿明白“哭是没有用的”，并让大家讨论“应该怎么办”，引导幼儿克服困难，完成作品，建立起自信。

>三、进行针对性教育

针对性教育活动是指教师有目的、有计划地针对幼儿心理健康发展的状况设计的专门活动。研究中，我们围绕促进幼儿心理健康发展的目标进行针对性活动方案设计，并按方案组织教育活动，如：我们观察到班上有少部分幼儿性

格内向、胆怯，不愿意与同伴交往，针对这种情况，我们在活动区设计了“娃娃过生日”，有意识地引导这部分幼儿参与活动。活动中，让一名幼儿扮演娃娃，其余幼儿扮演小客人，小客人带着礼物到娃娃家祝贺娃娃生日，娃娃热情地接待小客人，小客人将礼物送给娃娃时大胆地说出了祝贺的话语。他们相互交谈，唱生日歌，跳快乐舞，这样在轻松欢乐的气氛中，孩子们自然地交往，就连平时性格孤僻的幼儿此时也活跃起来了。

>四、开展心理辅导

心理辅导指根据幼儿心理发展特点与规律，由教育者设计和组织，以活动为基本方式，引发幼儿的主观体验和感受，从而对幼儿的心理状态产生积极的影响，达到形成和改善幼儿心理健康的一种方法。幼儿的心理发展是不平衡的，存在明显的个性差异，因此，根据不同类型的幼儿和幼儿不同的心理需要，我们采取了以下方法对幼儿进行心理辅导。

一是创设活动情景，通过以活动为主要内容的情景引导幼儿积极参与活动，在活动中发泄不良情绪，形成健康心理。

二是角色体验。幼儿扮演不同角色，体验其扮演角色所具有的心理品质，帮助幼儿构建自身所欠缺的心理品质。此外，我们还运用了诱导、体贴、亲近、信任、鼓励等方法对幼儿进行心理疏导，维护幼儿心理健康。

>五、坚持家园同步教育

家庭是幼儿生活时间最长的场所，父母的言行对幼儿具有重大的影响。如果这种影响是正面的，则会有助于幼儿心理健康发展，提高幼儿园教育效果；如果这种影响是负面的，则会削弱或抵消幼儿园教育效果。因此，家园达成共识，协调教育方法，统一教育要求，是促进幼儿心理健康发展的重要保证。我们在家园配合中通过家园栏、家长会、家长开放日、家长学校等活动，加强家庭教育的指导，向家长宣传“促进幼儿心理健康发展”的重要性，让家长熟悉本研究的目标、内容与操作方法，使他们支持配合幼儿园教育，共同促进幼儿心理健康发展。

怎样进行心理疏导工作总结19

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。在中学开展心理健康教育，是学生健康成长的需要，是推进素质教育的必然要求。为了进一步提高全体学生的心理素质，充分开发他们的潜能，培养学生乐观、向上的心理品质，促进学生人格的健全发展，我校认真地开展了心理健康教育工作。

我校的心理健康教育目标定为帮助学生在生活中培养良好的学习习惯，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，培养面临毕业升学的进取态度；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能

力。

针对这一目标，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

更多 总结范文 请访问 <https://xiaorob.com/zongjie/fanwen/>

文章生成PDF付费下载功能，由[ECMS帝国之家](#)开发