

# 从心改变，温柔陪伴

——学生心理个别辅导工作



松江区仓桥学校 金婉娟  
松江区学生心理健康教育中心

手机：13621917195

QQ：497602717

微信：手机号

# 不忘初心，重温启示



一、与心理学结缘之路

二、让心理学助力工作

三、学心理学前后不同



# 一、与心理学结缘之路

心理学，

找准发展方向，

激发内在动力，

积极乐观

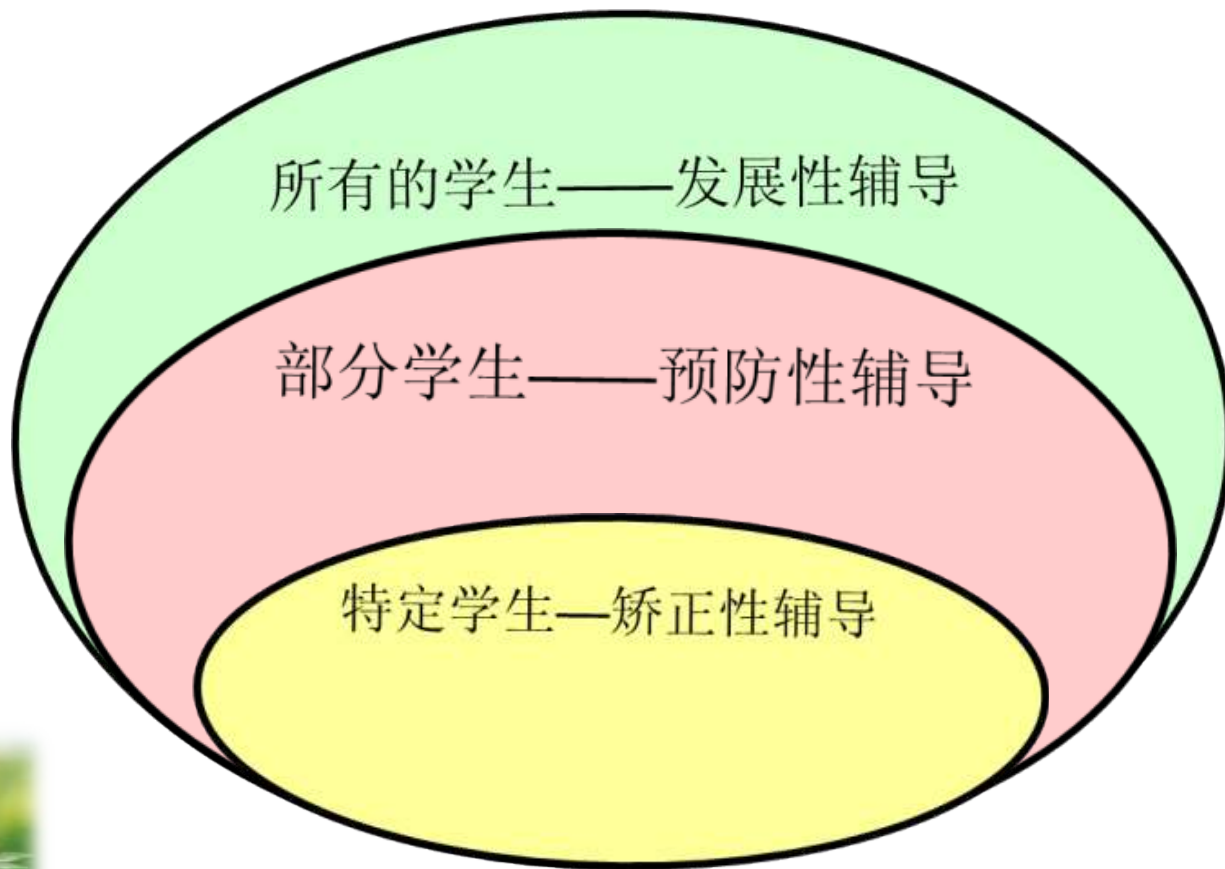
工作，



开启幸福之旅。

## 二、让心理学助力工作

### 学校心理健康教育三个层次



# 二、让心理学助力工作

**班主任是学生心理健康一级预防员**

培养学生积极心理品质

发现学生的心理、行为异常

帮助学生解决成长中的困惑

建立良好的师生关系

提高自身心理调节能力

防止师源性心理问题



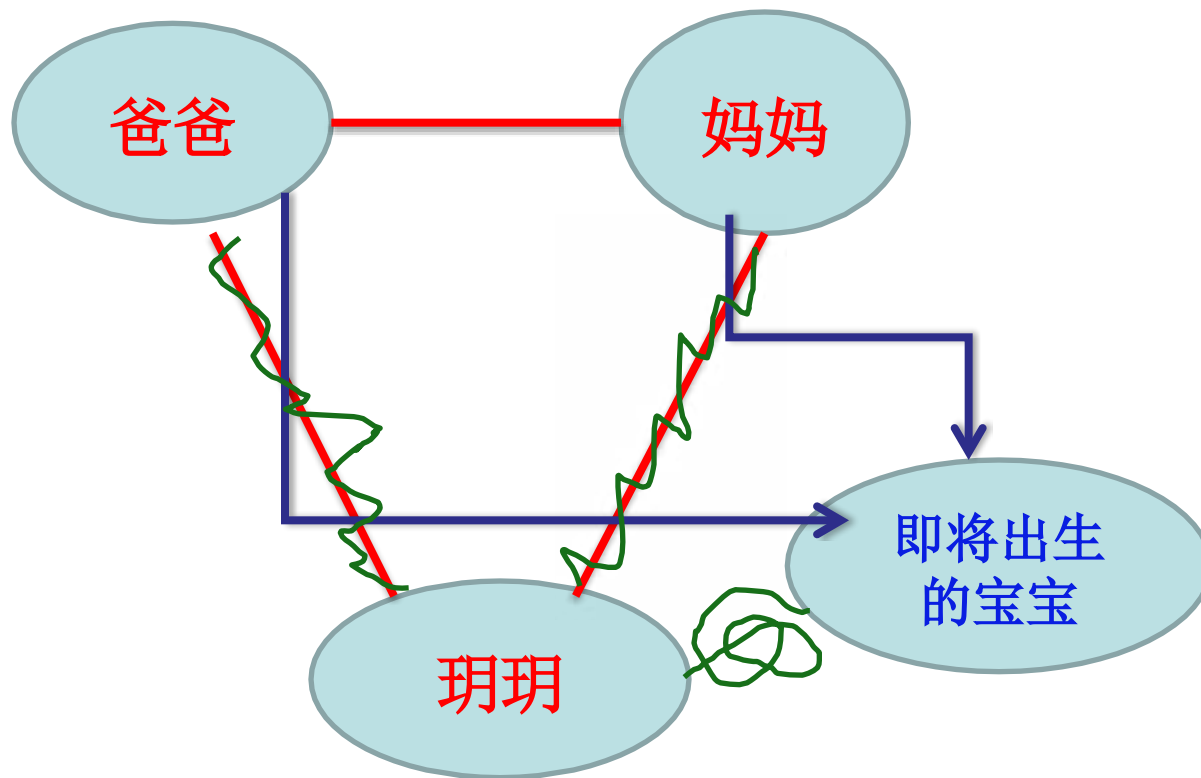
## 二、让心理学助力工作

案例1: 拨开那团迷雾……



# 二、让心理学助力工作

解读：





# 二、让心理学助力工作

## 辅导：

### 初步诊断：

亲子关系障碍

### 辅导目标：

1. 近期目标：改变非理性想法，逐步适应家庭新成员加入的新生活。
2. 远期目标：与家庭新成员间建立良好的关系，并自我准确定位。



## 二、让心理学助力工作

### 辅导方案：

1. 第一阶段：共1周，一周2次，每次一小时。

2. 第二阶段：共4周，每周1次，每次一小时。

(1) 回忆父母对她的关心，理解父母的辛苦，从非理性转变成理性想法。

(2) 逐步改变对家庭性成员的认识。

(3) 通过与父母会谈，重新认识父母与她之间的交流



## 二、让心理学助力工作

辅导方案：

3. 第三阶段：共2周，每周1次，每次一小时。

(1) 预设与家庭新成员相处；

(2) 了解与家庭新成员相处的状况：



## 二、让心理学助力工作

### 例1:

回忆父母对她的关心，理解父母的辛苦，  
从非理性转变成理性想法。

### 例2:

预设与家庭新成员相处；



## 二、让心理学助力工作

### 案例2: 与“激情辣妈”过招



## 二、让心理学助力工作

### 解读：

1. “激情”的背后，是内心的无助。
2. 孩子的问题是家庭的问题。
3. 情绪发泄不是解决问题的方式。



## 二、让心理学助力工作

### 做法：

1. 不情绪应对，只关注当下问题
2. 班主任全程参与心理干预
3. 团队合作，建立心理支持系统



## 二、让心理学助力工作

案例3: 办法总比困难多





以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/465320323043012004>