

六年级心理健康测试卷

一、判断题（每小题 5 分;共 60 分）

- 1、心理健康和身体健康一样重要。（ ）
- 2、完成作业后;我可以看动画片;还可以运动。（ ）
- 3、六年级心理健康测试卷。（ ）
- 4 六年级心理健康测试卷（ ）
- 5、没完成学习任务;我也经常出去玩。（ ）
- 6、做事轻易放弃。（ ）
- 7、掌握观察力不需要从小培养。（ ）
- 8、身体也能恰当地表达情绪。（ ）
- 9、观察能力并不重要。（ ）
- 10、遇到难题;就放弃；不努力多次尝试。（ ）
- 11、观察力是在学习中不断培养的。（ ）
- 12、观察力是在生活中不断锻炼起来的。（ ）

二、选择题（每题 20 分;共 40 分）

- 1、我们要正确认识自己;还要树立（ ）
A 自信心 B 要消极看待失败 C 不珍惜时间
- 2、当你为一些事情担忧时;产生的不良情绪有多种方式发泄;你自己喜欢哪种方式（ ）
A 放松自己 B 听音乐 C 跳绳等运动 D 找人倾诉 E 自我暗示
F 转移注意力 G 多微笑 H 多参加文体活动

师范附小五年级心理健康毕业测试卷

一、判断题（每小题 5 分;共 60 分）

- 1、每天不按时上学、放学;经常迟到;早退。()
- 2、上课时不专心听讲;乱说话。()
- 3、养成良好的习惯;有固定的时间进行学习。()
- 4、发回的作业、试卷仔细看;尤其是错题;认真修改。()
- 5、作业完成后;复习学过的知识;预习新知。()
- 6、在学习时专注、认真。()
- 7、喜欢一边看吃东西一边学习。()
- 8、有自己的观点;学会合理收集和处理信息。()
- 9、心理健康和身体健康不一样重要。()
- 10、鼓励会使朋友树立自信。()
- 11、每天放学后;总是先玩一会儿;然后再写作业。()
- 12、珍爱生命;把握生命里的每一分钟。()

二、选择题（每题 20 分;共 40 分）

- 1、良好的学习习惯有 ()
A 学习时三心二意 B 放学后马上回家写作业 C 不看课外书
D 按时上学、放学;从不迟到;早退。 E 写完作业准备第二天的用品
- 2、珍爱生命的做法有 ()
A 分清轻重缓急 确立优先顺序 B 合理安排时间 C 不善用零碎时间
D 遇事不马上做 E 学会同时做几件事 F 不设定完成期限

师范附小四年级心理健康测试卷

一、判断题（每小题 5 分;共 60 分）

- 1、在家里不干家务活。（ ）
- 2、不多了解父母的工作;不体会父母的辛苦。（ ）
- 3、遇到困难;努力尝试;不轻易求助。（ ）
- 4、长大后不用适应社会。（ ）
- 5、没完成学习任务;我也做其他的事情。（ ）
- 6、身体没病就是身体健康;所以心理健康不重要。（ ）
- 7、从小事做起;逐步锻炼自己的自理能力。（ ）
- 8、自己的事情自己做;不依赖他人。（ ）
- 9、身体健康重要;不用学心理健康。（ ）
- 10、观察能力会提升我们的推理能力。（ ）
- 11、注意聆听对方的谈话。（ ）
- 12、应该学会拒绝别人不合理的要求。（ ）

二、选择题（每题 20 分;共 40 分）

- 1、培养敏锐的观察力可以从（ ）做起
A 确定具体点观察目标 B 培养兴趣 C 观察要有条理、有深度
D 观察要有分析和比较 E 记录、整理
- 2、拒绝别人不合理的要求时应（ ）
A 要果断拒绝 B 注意聆听对方的谈话 C 做出必要的解释
D 注意说话的语气

《你说我做》教学反思

师范附小 刘春华

在心沉静下来的几天里;我在心里打了无数遍腹稿——反思、总结。

最初的教学准备并不充分是起因。教学设计几经修改也不尽人意!课讲完之后效果并没有达到我的预想。课堂氛围并不如预想的那样热烈;孩子们的生活经验不够多;而对学情的不够了解就显得我备课不足;预设不够;如果我准备充分;那么这方面的课件设计就应该有更多的学生沟通的生活场景;并让学生自己去看图片说一说;将课堂氛围调动的更热烈、回答问题效果就好了;课堂的高潮部分就会不断迭起。孩子们在生活中出行的经验较少;而我对三年级的孩子学情了解不够。

这节团训课围绕“你说我做”这条主线设计了“游戏中感受”、“生活中寻找”、“”活动中、“”;设计层层推进;与生活紧密相联系;。

课教学手段呈多样化呈现;从游戏活动热身入手;围绕课题设计了几个问题;让学生分析问题和解决问题;从而达到知情意行的统一;很好的达成了课堂目标。

在课堂中;注重;在学生回答中注重了与学生的交流。课前准备比较充分。

在上课中;有些学生回答问题不自觉的有一些沟通活动时;我会及时引导;无论效果如何;将这种沟通的行动及想法根植于心。学生有优秀表现时;我一贯会给予及时反馈。并给予鼓励性的引导学生思考激

励性语言;活动贴近学生生活。

这节团训课最大的收获是在研课、磨课过程中各位同行们中肯的评价;让我更多的了解我们心理教师的风采;见识了由衷而发的研课、磨课。引发了怎样真正上好心理课进行思考……

团训对我们师生而言都是新鲜事物;我的最初设想就是一种新的尝试;无论效果如何;都是一种新的开始;是我和孩子们新的活动即将正式开展的起跑线;

心理健康教育方案

学校为了贯彻教育部下发的《关于加强中小学心理健康教育的若干意见》及《中小学生心理健康教育指导纲要》促进学生身心健康成长;提高学生心理素质;构建“以人为本”的和谐校园。以坚持育人为本;根据小学生生理、心理发展特点和规律;运用心理健康教育的理论和方法;培养小学生良好的心理素质;促进他们身心全面和谐发展。再结合本校的实际情况特制定以下的方案:

1、根据学生心理发展特点和身心发展规律;面向全体学生有针对性地实施教育;

2、面向全体学生;通过普遍开展教育活动;使学生对心理健康教育有积极的认识;使心理素质逐步得到提高;

3、关注个别差异;尊重学生的尊严和价值;根据不同学生的不同需要开展多种形式的教育和辅导;提高他们的心理健康水平;

4、尊重学生;以学生为主体;充分启发和调动学生的积极性。积极做到心理健康教育的科学性和针对性相结合;

- 5、面对全体学生与关注个别差异相结合；
- 6、预防和矫治相结合；
- 7、教师的科学辅导和学生的主动参与相结合；
- 8、助人与自助相结合
- 9、心理教育宣传和心理辅导相结合

三、具体工作内容安排

基础型心理咨询室

基础型心理咨询室必须具备办公接待区（兼档案区）、团体游戏区、个别辅导区三个区域。所需心理学产品配置：学生心理健康检测系统（包括心理档案系统）、团体心理辅导箱、艺术心理辅导箱、游戏心理辅导包、沙盘游戏成套设备、心灵加油站、放松椅、心理学专业用书、放松音乐光盘、心理学电影、心理学挂图等。

四、具体时间安排

周一至周五：课堂上或课后

小学心理健康教育的直接目标是提高全体学生的心理素质；最终目标是促进学生人格的健全发展。结合学生实际；确立我校的具体工作目标如下：了解自我。培养良好的学习适应能力、养成理想的人际交往习惯、养成理想的人际交往习惯、促进人格的健全发展。努力使小学生成为一个自信；自立；自强的合格的小学生。并对孩子的学习有个好的支持作用。

心得体会

农安五中一年八班 王一达 (刘春华)

在朝夕陪伴、日夜期盼中;在我的注视中;孩子已长成一个与我齐肩的翩翩少年!静下心来回想孩子的成长阶段;叙述一段文字和朋友们分享我的心得体会。

在这个世界上人们对母亲的评价、赞美太高!说心里话我自从做了母亲压力一下子就大了!我怕自己做的不好有愧于母亲这个美好又伟大的称呼!最后;我给自己确立的目标是不断学习、不断努力学着做一个好妈妈——这个思想一直是我的核心目标。

在孩子的成长过程中;我觉得自己做的最好是陪伴;尤其是孩子小时候。在孩子小时候我给他买了很多儿童书籍;亲子互动玩耍时我们一起唱歌、一起读故事、童话故事等等。孩子成长的过程玩耍和学习是同时完成的;在不经意中他就认识了很多字;从小就养成了爱读书习惯。

几乎是每天的清晨;我都是轻唤孩子起床;轻吻孩子的面庞;让他在爱的轻唤中醒来;在爱的环境中成长!生活中我们最多的拥抱彼此;小时候我常常引导他爱身边的人;所以他对父亲怀着敬重之情成长;对爷爷、奶奶的照顾怀着感恩之心总想着回报!岁月悠悠不知不觉度过了十几个春秋;孩子沐浴在爱中成长;就常常表达他对我们的爱!也许他感受最多的家人对他的爱;所以他对家人、对世界回应的最多的也是爱!成长为一个阳光、乐观的青葱少年;总是笑容满面、满腔热情!他对家人表达最多的也是浓浓的爱;在我的生活中;无论多苦多累;儿子的拥抱、轻吻都给我注入了力量!儿子在生活中也常常鼓励我;让我感觉到温暖!在我的生命中;我觉得;儿子的鼓励让我觉得我更要努

力做一个好妈妈!

在孩子的成长过程中;遇事我总是和孩子沟通;很少发脾气;能控制的时候重话都不说。我的想法是想让孩子成为什么样的人;我自己也尽量去照做就是了!我和孩子沟通时也允许孩子发表的观点;认真聆听孩子的想法;并告诉孩子你没有做对或想法不正确是正常的;犯错是不能避免地;关键是如何对待错误!如果我有不良情绪时;我会和孩子提前打招呼;告诉孩子;妈妈……;你要体谅妈妈;妈妈最近可能脾气不好;可能耐心不够;你要……!我会提出我的希望!当我做错了事情;我会及时道歉!记得有一次我给孩子检查作业时出现失误;孩子和我讲解时;我才发现自己错了;我立刻郑重向孩子道歉;并告诉孩子;妈妈或者是其他人也都有出错的时候;所以你要学身边人的优点。孩子做错了事;也会及时道歉;他会检讨、反省自己;和我分享他的内心世界!我希望给孩子一个快乐的童年;也希望自己能帮助孩子稳稳的向青年期过度!

我们都知道阳光、乐观、积极向上的孩子处处受人欢迎!我常常鼓励孩子学做一个阳光少年。想法是好的;努力去做是正确的;这就是一个良好的开始;方向选对了;成功就会越来越近!

回想起来孩子的成长阶段也有很多地方不尽人意!孩子动手能力不强;运动量不够;没有督促孩子保护好视力……也许每个孩子的父母对自己的孩子的成长都有很多话要说;有很多的不足想弥补!这些遗憾我们只能在以后的生活中尽量减少。让我们共同努力呵护孩子的身心;让我们一起陪伴孩子健康成长!

人们心理上对某事或某种境界的渴望、要求。

第 1 篇：小学心理咨询室年度工作计划

心理诉求制度

一、指导思想

在上级教育思想的指导下;以“尊重学生;服务学生;发展学生”为指导;以提高学生心理素质;完美人格为目标;做好学校的心理健康教育工作;尊重“一个教师能有多健康;就能把他(她)的学生带得多健康。”的理念;对不断提高教师自身心理健康给予支持与保障;从而更好服务学生;促进全体学生心理健康发展。

二、主要工作和措施

(一)、继续做好学生日常的心理咨询服务。

继续做好学生日常的心理咨询服务工作;每天开放心理咨询室;做好学生的来访接待和咨询工作。对于问题较明显的学生;坚持个案的跟踪;及时与家庭联系。

(二)、开设心理辅导讲座。

本学年;邀请心理教育专家、行家到学校作专题讲座;准备开六年级学生心理教育会议;结合青春健康教育、人际交往、学习压力等内容;积极为学生提供知识指导和帮助。

(三)、认真做好心理咨询室来访者的记录工作。但对咨询案例的情况要进行保密;不得任意传播;以免给学生带来的心理压力。

(四) 心理辅导员要认真学习心理健康教育的相关知识;在缺少专业书籍的情况下;主要通过网络等媒体来充实相关知识;为做好心理

咨询工作打下坚实的知识基础。同时;争取本年度利用假期安排一部分心理咨询员去深造相关专业知识;争取让每一位咨询员都具备心理辅导的一般常识。

(五) 加强同兄弟学校心理健康教育者的联系。

准备在第一学期;组织全体咨询员到兄弟学校参观学习;从他们那里获取一些资料和经验;为搞好心理健康教育服务。

三、值班要求:

- 1、心理咨询员每周星期一至星期五按照下面时间值班。
- 2、心理咨询员轮流交替值班。
- 3、当次值班的教师要通知下一次值班的教师下周值班。

小学谈心制度

开展谈心活动;是我在工作中历来坚持的一项重要工作制度;也是按照党章要求;对党员、党员干部;实施严格教育、管理和监督的重要措施;为了进一步健全规范党支部谈心活动;特制定本制度。

一、谈心范围 为了确保谈心活动全面展开;营造良好谈心氛围。要求党员在谈心范围上做到:

- 1.与帮带结对的积极分子;做到每月谈心一次。
- 2.与级组同事;做到有事必谈心。
- 3.与服务对象;做到随时开展谈心。
- 4.与结对的退休教师;做到一学期谈心一次。
- 5.每学期找中层干部、谈心 2 次。

二、谈心目的

1.沟通思想;通过交换党内外意见和建议;增进党组织、党员和群众之间、党员与干部、党员与党员之间的了解和团结;密切党群、干群关系。

2.发现问题;及时解决问题。对于自身存在的困难;尽可能帮助解决、对学校工作中产生的问题;及时提出改进意见和措施。

3.接受监督;严格规范行为;时刻保持先进性。

总结经验;吸取教训;坚持与时俱进;开拓创新;推进学校工作。

三、谈心方式

针对不同的谈话对象;我们采取形式多样的谈心方式;有“一对一”的促膝谈心、登门谈心、电话谈心和集体网上论坛;进行网上谈心活动;同时运用我校的心理室对个别教师于学生进行心理疏导工作学校在 QQ 网上建立了一个罗阳小学教师群;在网上进行谈心交流;教师白天忙于工作;晚上在 QQ 上进行交流;内容有:学校工作方面的;个人家庭子女教育方面的问题等等;这样的谈心与交流不但增进相互的了解;还增强了凝聚力。

四、谈心内容

党组织将谈心与学校发展、校园文明建设、岗位工作、党支部建设、提高党员素质相结合;努力做到找准问题、凝聚人心、促进发展。

1.谈心与学校发展相结合:广大党员围绕学校存在的突出问题、群众反映强烈的突出问题、涉及群众切身利益的突出问题;展开谈心交流;积极为学校献计献策。

2.谈心与校园文明建设相结合：党支部以“创设学校型校园”为主题；将谈心活动与文明组室建设相结合；与岗位工作相结合；要求党员抓好自己组室的精神文明建设；发挥党员的模范示范作用；在工作中注重与同事交心谈心；积极把合理化建议推荐给学校的管理层。

3.谈心与党支部建设相结合：党支部书记通过与党员、群众的谈心活动；积极查找党支部自身建设的不足；认真听取党内外群众的意见和建议；结合自身实际；积极探索加强党支部建设的新思路、新方法。

4.谈心与党员自身素质相结合；每个党员要自觉征求群众意见；取得群众的了解、理解、信任

五、谈心要求

在谈心过程中；要实事求是地认识自己、评价自己；认真开展批评与自我批评；要深刻剖析在党性及工作方面存在的不足；诚心诚意听取意见；沟通思想；促进团结；提高自身素质。

1.谈心前要有准备、想清楚谈什么？要解决什么问题？

2.谈心时要善于倾听；不随便打断别人的述说。

3.谈心中态度要诚恳、要虚心听取别人的意见；真心实意地发表自己的看法。

4.谈心结束；要表示感谢。

5.通过谈心如发现有关学校工作存在的问题、或党员干部与党员存在的问题要及时向党组织汇报；有利于及时沟通解决问题。

6.每次谈心都要填好谈心记录表。进行总结、评比。发扬先进；改进不足

第 2 篇：心理咨询室工作计划范文

一、指导思想

我校的心理健康教育工作;将以《中共中央国务院关于进一步加强和改进未成年人思想道德建设的若干意见》和教育部《中小学心理健康教育指导纲要》为指导;以完善学校心理健康教育的组织机构和工作机制为保障;以面向全体老师和学生;提高教师的心理健康水平、促进学生健全人格发展为目标;紧密结合新课程改革精神;不断加强学校心理健康教育工作;努力提高学校心理健康教育的质量和水平。

二、工作思路

1. 根据新形势下;学生身心发展特点;树立“大心理教育观”;坚持全员心理育人;全程心理育人和全方位心理育人的理念;面向学生、面向教师、面向家长;扎实、有效地开展学校特色心理健康教育;培养学生的积极心理品质;让学生健康、快乐、成功地学习生活。每月第一周心理健康班会课工作要做细与做实。

2、密切与班主任的联系;更好地与学校德育工作有机结合。

3、发挥班级心理委员的作用;并对他们进行培训;形成学校心理教育的特色。

4、认真细致地做好个别咨询辅导工作;力求在个案上有所突破。

三、具体工作

1、积极开展心理咨询工作

心理咨询是心理咨询室的主要工作之一;我们积极开展针对学生和老师的个体咨询和针对学生的团体咨询。做好学生的个别辅导工作;

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/808007114101006025>