

小学心理健康培训活动总结范文（32篇）

居家隔离线上教学期间，学生们的空间活动受限制，长期居家网络学习，会出现恐慌、焦虑、烦躁等情绪反应。为了更好地帮助学生保持平和心态，处理好“停课不停学”可能出现的心理问题，进行有效的心理调适，张店区齐德学校（小学部）针对不同学段学生不同的心理及认知特点有针对性地安排了一系列心理健康教育课程，每周每个年级推送一节心理健康课，帮助学生做好心理防护，做好学生心灵的守护者。

线上教学期间，我校通过多样化的课堂形式和精心的教学活动设计，引领学生在居家学习期间提升自我心理品质。线上心理课的形式有两种：

一是心理教师的直播课，我校专职心理教师五个级部轮流直播授课，在直播课中通过师生互动，增强心理课的现实感，提高学生的参与度，并能够及时了解学生当前的情况，为之后的心理课设计提供依据。

二是心理教师精心筛选和录制每周的视频和微课，推送到各级部，由各班班主任辅助完成线上教学。

线上教学期间，根据不同年龄段学生的认知和心理特点，根据学生居家学习的实际需要，心理老师结合各种优质资源，筛选和设计了适合不同年段学生的心理课。为学生居家心理健康保驾护航。

低学段的心理课以情绪管理为主，涵盖有生命教育、学习心理、自我认知等方面的内容，如《好消息坏消息》、《我的性别》、《生命万花筒》、《当我害怕时》、《好好生气》、《打败拖延小怪兽》、《星星耀我心》。

高学段安排了以情绪调节、学习心理和时间管理等主题的心理课，如《我要学习》和《有趣的逆向思维》、《调一调心灵的弦》、《时间神偷》、《抓住自控力泡泡》《情绪气象站》等。

《抓住自控力泡泡》通过热身抓泡泡的游戏，引导学生对自控力有初步的体会。孩子们热情高涨，积极参与。

《调一调心灵的弦》通过听词语做动作判断的热身活动，引导学生对于情绪的词语有个初步判断，为接下来的课做好准备。

《当我害怕时》设计了摸摸箱游戏，通过这个活动感受有时害怕情绪是因为看不见。接着孩子们通过绘画的方式表达自己害怕的情绪，在吸引人的绘本故事中学会接纳情绪和应对害怕的方法，提升低年级学生面对疫情变化的内在安全感。

《时间神偷》一课，在有趣的氛围中引导学生尝试制作适用于自己的时间表，助力线上学习，掌握基本时间管理策略，帮助树立勇于克服困难、积极寻找解决策略的良好品质。

《打败拖延小怪兽》通过腾讯会议聊天区在线回答问题，增强了课堂上的互动性，让所有学生都参与进来，调动学生的积极性，也检测了课堂效果。

《星星耀我心》一课，能够通过自我肯定与他人反馈，制作自己的宣传海报，认识到自己学业以及学业之外的性格、习惯和爱好等多方面的优点，感受到自我价值感，提升了学生的自信心。

《情绪气象站》一课，通过创设情境，引导学生通过认识情绪、体验情绪，通过制作情绪卡，把气象词语和情绪联系起来，适当地表达和管理情绪，让学生感受体验情绪和表达情绪的重要性。

情绪卡

在线上教学期间，我校心理老师正确教育引导、关心关爱学生身心健康，科学合理准备每一节课，落实落细工作环节，切实做好学生心理疏导和健康教育工作，确保防控工作有序有效地开展。春暖花开，相聚校园。心理健康工作任重而道远，我们将继续把心理健康教育工作做得更好，让每个学生都能在健康、温馨的环境中学习和成长。

小学心理健康培训活动总结范文 篇 14 参加这次中小学心理健康教育高级研修班给我很大的帮助，让我意识到心理辅导并不是简单的“你说我听”或“我问你答”，也让我反思了工作中出现的种种问题，并运用研修班学习的知识积极的寻求解决问题的方法。

在本次学习中，专家给的建议和我亲身体会、亲眼所见的种种让我感悟最深的有四点：

首先是心理健康教育的对象问题。在大多数人、大多数学校看来，心理健康辅导仅仅面向学生，而事实上，对学科教师的心理辅导应放在第一步，学科教师和班主任是学生每天必须接触的人，他们的情绪和行为对学生有着直接的影响。试问，一个终日寡欢的老师怎能带出心中充满阳光的学生所以，老师更需要学习心理调节和情绪管理的技能，知道在情绪和工作发生冲突的时候该如何应对，及时调整，以最好的状态投入工作必将事半功倍。七宝中学和古美学校都给我们做出了榜样，这两所学校每学期都会给老师做团体心理辅导班，教老师一些专业的心理学知识，并提出了“身忙心闲”、“心田万亩”的理念，让老师们踏踏实实地行动起来，爱生活、爱工作、爱学生、爱家人、爱自己，他们组织了很多老师的社团去丰富老师的业余生活，调节老师的情绪。她们的社团活动基本都很平常，但每一个社团都有实际的作用，哪怕只是一个以散步为主要活动的教师社团也温暖了每一位教师的心，拉近了教师之间的距离。

其次，一个学校的心理教师配置通常不多，但实际工作量却不少，这一矛盾是现阶段每个学校面临的难题。研修班的专家给我们提出了建议，并展示了他们的做法，让我们看到了他们是如何让心理教师的队伍壮大起来，为更多的学生和教师服务的。

七宝中学和古美学校都努力发展本校对心理学有兴趣爱好的老师，给他们专业的指导，并让这些新生力量考国家二级心理咨询师资格证，持证上岗，从外行变内行，从内行变专家。杨敏毅老师就是最好的榜样，她不仅仅让本科专业是化学的自己成为了心理健康教育专家，还引导身边的同事加入心理健康教育的队伍，鼓励有志的各学科教师学习心理学专业知识，从此，学校的心理健康教师队伍壮大了，学校心理辅导面向了更多的学生，工作也做得更细致了。

这两所学校师资问题的解决利用了社区资源，由社会公益组织提供师资，聘请专家到校指导，或利用家长资源，让有心理工作经验的家长走进校园参与到学校心理健康教育中来，跟班主任和学生分享心理辅导的成功案例。

再次，资金少和课时少也是一个迫切需要解决的问题。

由于资金投入少导致学校没有办法购置心理辅导的相关设施，比如沙盘、智能反馈团体减压系统、音乐椅、宣泄仪、反应测试仪、动作稳定仪、速示仪、逻辑思维仪、综合反应时测试仪等等硬件设施。对于资金投入少导致学校心理咨询室没有相关的必备设施以及先进的仪器问题，专家给出的建议是向上级申请专项资金的同时也要多方筹集资金，团结社区，团结民众，将学校问题社会化，争取得到社会各界的支持，同时，将心理研究专业化和项目化，利用项目资金建设心理咨询室和辅导室。

迫于高考的压力，学校不可能设置过多的课程给心理健康教育课(很多学校至今没有专门的心理健康课)，而且有些心理问题是具有阶段性和群体性的，但大部分心理问题都是随时发生在个别学生的身上的，因此，我们意识到再多的课时也不够用，心理健康教育不能仅靠课时的安排来开展，可以把心理健康教育渗透到班会课、专题讲座、主题活动周、学校的校园文化建设、学校的景观建设等等中去，这样学生才能时时感受到来自学校以及老师的关怀，时时受到环境的熏陶，陶冶情操，自主调节情绪，精神气爽。

最后，我个人发现给我们讲课的专家中几位来自中学一线教师有两个共同点。一、她们很热爱心理健康教育事业，但也注意到学校心理健康教育和医院心理治疗的专业医生的区别，在工作中把握好度，学校心理辅导能做到的就积极引导走出阴霾，不能做到的就建议到专业医院就医，直视患者的问题，不耽误病情。二、她们在学校都是中层以上领导，与学校各部门都有密切的联系，这便于心理健康教育工作的开展和监控，也能及时的发现学校各时期、各方面的心理问题。

小学心理健康培训活动总结范文 篇 15 一年来，我校高度重视学生心理健康工作，成立了以校长为组长的领导小组，立足于心理健康教育实践工作，做出了积极的努力，对我校心理健康教育工作有了质的认识，取得了一定的成效。

一、心理健康教育

学校有目的、有计划地通过多种形式及途径培养学生良好的心理品质，积极开展丰富多彩的活动，促进了学生身心全面发展和素质全面提高。

1、设立心理咨询信箱

为了及时了解学生心声，学校曾在二楼以及大门旁设立了“悄悄话”信箱，收集了很多同学的来信，帮助他们解决了思想上的困惑并开展学生思想状况问卷调查、组织班主任召开主题班会，对学生进行有的放矢的“学习与做人”思想教育，效果良好。

2、开通“心语”广播节目

我校建设校园之声广播站，曾开辟“心语”专栏，定期在每周二、四的“心语”节目中，播送励志美文、心理健康知识等，并在节目中解答学生中有代表性的问题，帮助学生提高心理认知水平。

3、订阅《心理健康》杂志

巧妇难为无米之炊，为了丰富学生心理卫生知识，提高心育技能，学校订购了《心理健康》杂志，以扩大心理认识视野，增强育人能力。

4、培训，提高师资力量

学校大力支持教师外出参加各种培训学习，提高教师理论水平。

5、开展系列教育活动

为了提高学生对身体、心理认识，珍惜生命，健康成长，学校先后举办各类讲座、班会，仅本学期学校便先后进行“生命和安全”“平安和谐大家谈”以及“心理健康”等国旗下讲话、知识竞赛、主题班会或讲座。

二、家长学校建设

开展心理健康教育，仅仅依靠学校是不够的。取得家长配合，帮助家长发挥他们的教育功能，对于改善和预防孩子的心理障碍，帮助孩子成才极为重要。去年，我们创办了家长学校，并请心理医生进行家庭教育指导，得到了家长们广泛的认同和拥护，同时运用家长会、家访等形式不断地与学生家长联系，取得了显著的成效：新校区平安和谐，学生文明守纪上进，精神朝气蓬勃。

三、加强法制教育

一年来，我校以坚持育人为本、预防为主的原则，以《中学生日常行为规范》和《中小学生守则》为抓手，扎扎实实地对学生进行养成教育，并大力开展法制教育工作，曾多次请法院、武装部的教导员、五十派出所所长给学生们的法制报告，去年我校配备了法制副校长，为我校的法制教育、治安管理带来

了更大的便捷，我们将举办法制讲座、法制专刊等，更好地发挥法制教育的作用，进一步增强学生的法制观念和自己保护意识。

工作想法：

1、学校要配备心理咨询室，加强对教师进行心理健康知识培训

学校缺少专业心理咨询师和心理咨询室，它制约着心理健康辅导工作的开展。为此，学校要积极筹备咨询室，使之成为温馨的心灵对话场所，给学生“润物细无声”的良好心理影响，同时鼓励并有计划地组织教师参加专业的心理培训班学习，以掌握心理健康教育技能。教育部《关于加强中小学心理健康教育的若干意见》中明确指出：中小学开展心理健康教育应全面渗透在学校教育的全过程。这就是说，心理健康教育单靠几个专职教师是不够的（我们连一个专职的心理咨询师还没有），必须是全体教师广泛参与。因此，加强对教师的心理教育技能培训势在必行。通过专业培训，让教师更好地更新观念，缩短师生之间心理距离，促进学生心理得到健康调整。这将有利于完善学生情绪和人格以及学生身心的健康发展。

2、改变评价方式

教学工作是学校的中心工作，加之中考的压力，学校的'工作围绕着“中考”指挥棒在转，评价师生往往仍是看成绩好坏，对教师、学生的心理健康教育显得力不从心，严重影响对师生的心育工作。

我们在无力改变国家中考政策的情况下，可以改变学校的评价方法，如对“三好学生”的评价，过去做法主要是看成绩，其他往往忽略不计；现在我们强调，品行不端的同学，成绩再好也不得评“三好”；对优秀教师的评选，也将改变过去主要看考试成绩的做法，应兼及对学生的思想工作成效，如担任班主任的教师，其优秀班主任的成绩将作为加分项，纳入到优秀教师的评选中。这些措施将有利于学生、教师对思想工作的重视，有利于心理健康工作的开展，有利于促进学生全面和谐的发展。

3、要构建心理健康教育网络

学生作为社会生活成员，他生活于家庭、学校和社会，对其教育仅靠学校远远不够，还必须加大家长、社区成员心理健康教育的力度，以取得一致的教育理念，构成三力合一的教育网络，这无疑会对学生的全面健康成长起积极的促进作用。

“雄关漫道真如铁，而今迈步从头越”，我们有理由相信，肩负时代使命的我们，必将在新征程上下求索中迎来辉煌的明天。

小学心理健康培训活动总结范文 篇 16 一、创建新的“心理辅导室”

本学期初，我们就根据 xx 区教育局有关心理辅导室检查的文件精神，异地重新设置了小学部的“心理辅导室”。

我们在新的“心理辅导室”中，添置了必要的座椅、沙发，配备了电脑，便于存放相关心理辅导的档案。相关的制度规范也贴到墙上，让心理咨询师能有一个舒心的工作环境，也让接受心理疏导的学生有一个舒心的环境。

以后的工作中，我们还将根据进一步加强硬件设施建设，为心理健康教育提供必要的设施设备和环境。

二、加强“心理咨询师”队伍建设

本学期，我们继续加强“心理咨询师”队伍建设。一支强大有力的师资队伍是落实心理健康教育的保证。本学期，我们队学校的两名年轻的心理咨询师李佳斌和邱依晴进行了专门的会议培训，希望他们利用所学的专长，为我们学校心理健康教育工作出力。

会议上，吴副校长对他们提出了要求，一是要为每个心理有偏差的孩子做好档案记录；二是要坚持不懈做好心理辅导的工作，发现情况及时进行心理疏导；三是做好照片记录和辅导记录，要在规范上下功夫。

接下来学校要继续依托 xx 区教师发展中心，进行心理咨询师的培训工作。争取心理辅导师达到 6 人以上，为每个年级的学生配备心理辅导师。

三、落实既定工作目标

1. 坚持以人为本，根据学生的心理特点及发展规律，运用心理健康的理论和方法，开展丰富多彩的活动，培育学生良好的心理素质，促进他们的身心全面和谐地发展。

2. 立足教育，重在指导，遵循学生身心发展规律，保证心理健康的实践性和实效性，面向全体学生，关注个别差异，尊重学生、理解学生。

3. 提高全体学生的心理素质，充分开发他们的潜力，培养学生乐观的、向上的心理品质，促进学生人格的健康发展。

4. 对少数有心理困扰或心理障碍的学生进行科学的、有效的心理咨询和辅导，使他们尽快摆脱障碍，提高心理健康水平，增强自我教育能力。

5. 建立学生相关档案。

四、心理健康教育有成效

1. 学校心理健康教育队伍建设。学校心理健康教育学校工作中的一件大事，开学初即成立以心理健康教师为主，班主任教师为辅，其他教师为基础的学生心理健康教育战线，为全体学生的心理健康保驾护航。

2. 学校心理健康教育的方式。采取多种教育方式的有机结合，有利于学生受教育的全面性和选择性。

(1) 心理课辅导。每个月的最后一周班主任教师利用班会课根据本班具体情况开展心理活动课。

(2) 心理咨询室。开放“心语小屋”，接受以学生个体或小组为对象的咨询。心理咨询室有专任教师负责，固定的开放时间，固定的场所。

(3) 办好“心灵信箱”，以便个别学生羞于启齿，可以利用写信的方式和学校的心理老师进行沟通、预约咨询，一般的问题由心理老师转交班主任回复，特殊的由心理辅导老师进行个别咨询。

(4) 以“点”带“面”，利用学校宣传阵地。行知廊宣传橱窗、各班板报、学校广播站是我校学生熟悉的宣传阵地，本学期充分利用现有的阵地宣传心理知识，在阶梯教室进行讲座，对个别案例进行解析，对一些常识性的问题进行解答，让学生在学习、生活中随时保持正常的心态。

(5) 指导家庭进行心理健康教育。小学生的心理健康教育仅仅由学校实施是不够的，在更重要的意义上讲，小学生心理健康教育主要依靠家庭教育，因为家庭才是学生的来源与归属，小学生心理健康最后要归结于此。因此，学校主持与家长合力重视孩子的心理健康教育，我们利用家长学校、家长开放日，家长会、电话联系等多种途径，坚持不懈地向家长提出各种建议，指导家长开展小学生家庭心理健康教育。

(6) 指导小学生进行自我心理健康教育。指导小学生学习简单有效的自我心理健康教育的方法：A、学会放松。使小学生知道紧张是正常的心理反应，是可以通过想象、转移注意力、调整呼吸、体育活动、听音乐、唱歌、阅读、睡觉等方法调节放松的。B、与人谈心。要使小学生知道有问题要学会求助，在学校可以找老师、心理辅导老师谈心；在家里可以找长辈、亲友谈心；在社会上也可以有谈心的对象，如心理咨询电话等等。无论何事何时都可以与人谈话，学会与人谈心一辈子受益。C、学习写日记或周记。小学生要学习用笔与自己谈心，把心灵的轨迹用文字描绘下来，这对心理健康成长有很大的帮助。

3. 心理健康教育成效明显。

本学期，我们学校对三到六年级学生都开设“心理健康”教育课程，加上心理咨询师的辅导，我们 xx 学校（小学部）心理健康教育覆盖率达到 100%。

我们的心理辅导员还为超过 10 人的学生建立了心理档案。为身心发展困难学生进行辅导超过 20 次。

本着“成长比成绩重要，成人比成才重要”的理念，我们全体教育工作者全心投入，重视小学生自我心理健康教育，利用一切资源开展小学生心理健康教育，促进全体学生的健康发展，为孩子的心理健康保驾护航是我们为之努力的目标。

小学心理健康培训活动总结范文 篇 17 幼儿教育是基础教育的基础，人的整体素质的提高必须从小抓起。“健康第一”的思想是由幼儿身心发展的特点决定的，它对于幼儿身心全面发展，增强和提高幼儿对自然环境的适应能力，减少疾病等方面有重要的意义。学前期更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，现对我园的幼儿心理健康教育工作做以总结：

一、领导高度重视，心理健康教育工作认识到位，组织落实：

1、认识到位：园领导认识到心理健康教育是全园工作的一部分，是时代教育的需要，是素质教育的需要，是不断提高幼儿园办学质量的需要，是为孩子创造一个良好的成长环境的需要，是为孩子终生不断进步发展奠定良好的心理

基础的需要。

2、组织落实：我园心理健康教育工作组织是严密的。班园长亲自开展心理健康教育工作，张园长直接负责全园的健康教育，各年级组的班主任具体负责组织实施。使心理健康教育有了组织上的保证。

3、幼儿园将心理健康教育纳入园所规划中，不论是学年还是学期工作计划都将心理健康教育例为学校重点工作之一。而且，心理健康教育工作每学期要制定单独计划，进行总结。

二、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。

案例：之前有一位叫“可可”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。老师经过了解才知道，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，老师常常给她讲道理，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。

三、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。

四、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，和孩子们一起在自主游戏中挑战自己，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，因此我们在选择心理主题教育内容时：

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：“我们大家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。

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，我们在设立幼儿“个案追踪档案”的建立同时，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“心理健康专题家长会，疫情期间更是进行“线上心理健康专题家长会”在家园共育的班级宣传栏中设立“科学育儿专栏”，请家长共同参与幼儿的成长，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。

六、兼职心理教师引领全园师幼心理健康

在心理健康教育工作中，我园坚持“师幼同教育”的原则，每月的一次幼儿心理健康教育主题活动让孩子们学会正确的面对困难和挫折、学会了正确调整自己的情绪情感、环境适应等心理能力。同样，每月的教师心理健康主题教育学习更是保障了孩子们的成长环境和氛围。同时，也使我园全体教师的工作氛围非常和谐、积极向上、正能量。包括疫情期间，我园更是通过线上主题家长会、线上教师学习、心理绘本故事分享等方式保障幼儿的居家心理健康。

回首一学期，有很多收获也有很多不足。但我们一直坚信：生活向阳、工作向暖；无边热爱，来日方长。平淡的工作里泛着光，在新学期的工作里，我们会继续上下一心、凝心聚力、和谐奋进、以乐观、积极、向上的工作作风，开启心理健康教育工作的新征程。

小学心理健康培训活动总结范文 篇 18 本学期 5 月份以来，我校德育处、团委、学生会、教导处等部门为全校学生组织开展了丰富多彩、形式多样的活动，增强了心理健康教育的实效性，有助于学生培养良好的心理素质，营造健康、乐观、积极向上的校园氛围。起到了宣传和普及心理知识的作用，增强了广大学生的心理素质，达到了预期的目的和效果，取得了圆满成功。下面简要进行这个月的活动总结：

一、领导重视。

校领导非常重视这次活动。学校领导接到上级部门通知，按照上级要求并结合学校实际，让德育处牵头，联合团委、学生会、教导处等部门，共同精心策划并制订了本次活动月主要分成两大块来展示——宣传和活动。在宣传方面，制定了展板抄、旗下讲、信息传 3 项工作。在活动方面，制定了深渗透、主题会、青春讲、影之旅、心档建、拔河赛、心灵升等活动。通过针对性活动展示学生老师生活中心理健康相关知识，让学生老师了解更多的心理健康知识信息，为在现在应对未来中提供一臂之力。

二、宣传活动：展板抄、旗下讲、信息传。

展板抄，即心理知识展板、黑板报、手抄报比赛及优秀作品展示。5月份以来，我校德育处、团委、学生会发动学生在班级办一期以宣传心理健康知识为主题的板报比赛活动，以心理健康知识为主题的手抄报比赛活动。在活动中，每个班级都是积极参与，板报内容丰富，手抄报设计思路新颖，有效地宣传了心理知识，锻炼了能力。我们对对手抄报几十位作者进行了全部奖励，且奖励五花八门，如版面清新奖、活泼可爱奖、设计最佳奖、字迹工整奖等等。

旗下讲，即国旗下讲话。5月的四个周一，在升旗仪式上，我们安排了不同的人讲解宣传心理健康知识。我们安排了不同的人讲解宣传心理健康知识。如徐晶宣讲的主题让心理健康融入我们的学习生活中、胡沁老师——心理健康与健康的关系、初二栾洋同学——做一个阳光的中学生、初三刘洁同学——我学习我快乐，这些主题都从不同角度宣传了心理知识，也展示我校师生的风采。

信息传，即心理信息宣传活动。把心理咨询的信息（昆山向日葵中心、鹿城QQ群、舒馨心理咨询、苏州未成年人健康成长指导中心）通过宣传单、家校路路通、网络等途径向学生、教职员工、家长传递出去，了解与掌握这些途径，在遇到心理问题时学会通过这些途径来学会求助，从而掌握解决心理的途径与方法，不断提升自我调节能力，舒缓心理压力，调节自我，达到用阳光的心态面对生活，做阳光少年。

三、活动有深渗透、主题会、青春讲、影之旅、心档建、拔河赛、心灵升

深渗透。5月3日下午教研活动，根据事先统筹安排，教务处布置了“在各个学科中全面深入渗透心理健康教育”活动，要求各科老师利用课堂，把心理健康教育知识理论全面渗透到课堂中，让课堂真正成为心理健康教育的主阵地，师生共同构筑心理健康阵线。

主题会。5月13日、20日，我校德育处开展了“阳光心态健康成长做一名知道感恩、行为文明的中学生”主题班会活动。针对学生中存在不会感恩、不知道感恩、行为不文明等现象，结合心理健康活动月，通过改变学生的认知来改变学生的行为的思路，结合本班实际，让学生充分参与，剖析不文明背后的原因，找到改变的途径。通过这一次活动，很多同学感悟到了做一个文明人的

重要性。相信他们会文明成长起来，成为社会的有用之才。

健康讲。5月30日下午，我校费玲医生针对初一学生举办了以心关注青春期健康为主题的心理与健康讲座。在图文并茂、抑扬顿挫、风趣幽默中把青春期常遇到的问题让学生释怀，正确认识青春期心理，让自己在成长中减少不必要的负担。

影之旅。5月15日下午，初二年级学生观看电影《奔腾年代》，体验电影中的人物心理，通过光影艺术唤醒成长的动力，理解生命的意义，在电影人物的引导下学会了解自我、完善自我，调整价值观，学习尊重他人、关爱他人。

心档建。为掌握全体学生的心理情况，我校5月中旬完成了全体学生心理档案建立，并统计分析相关数据，作为活动的依据。在统计中，发现并掌握不好苗头，有的放矢，做好预防性工作。

拔河赛。3-5月下旬开始，3-5月，我校根据学生心理需要，结合阳光体育，特意增加了一次拔河比赛。拔河比赛虽然是喜闻乐见的体育比赛，但他参加的人数多，比赛中个个努力，拉拉队员声嘶力竭的呐喊、队员间团结协作等都是培养学生积极心理品质的好活动。也从失败与成功中历练自己心灵的成长。

心灵升。通过对教师心理知识的强化和做义工，带动并提升了我校教师的心灵。我校张守元老师参加了昆山心里志愿者组织团队，利用周末时间义务工作，不仅服务了别人，也成长了自己，还带动了身边同事的成长。张守元老师还参加了4月26日在太仓举办的苏州市心理年会，4月24日，5月8日的相关培训。这些学习途径都累积了心理知识，增强了认识。同时，我校组建了心理QQ群，方便讨论交流有关心理的问题。通过这些途径，不同的渠道，我校老师的心灵提升了。

四、我们在路上

以5月为中心，我校开展了多项活动，增强了心里认识，提升了学生老师的心理品质。有些活动已经开展完毕，对活动中做得比较好的进行了表扬，公示相关获奖情况，对活动中做得还不够好的地方进行了认真的总结，收到了良好的效果。对还在继续中的活动，我们继续做好做完。

总之，在过去的一学期中，在学校领导的关心和支持下，我校的心理健康教育工作取得了很大的进步。今后我们要继续提高认识，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。心理健康教育工作任重而道远，需要每一位教育工作者不懈努力，需要我们不断探索前进、积累经验，力争使我校的心理健康教育工作更有成效。正所谓一路花香、一路成长，我们还在路上。

小学心理健康培训活动总结范文 篇 19 本学期我担任我们二年级的心理健康，面对不同班级的学生，学生的情况我不是十分了解，于是在开展心理健康教育之前，我就先从以下几个方面来做：

一、了解学生的情况

了解学生的情况主要通过几个途径：与班主任沟通，了解班上有那些比较特殊的孩子；通过课堂观察学生的行为，了解学生的行为习惯；通过与学生交流，了解学生的一些思想动态。

二、结合学生的具体情况，确立教学目标

1、全面提高学生的心理素质，增进学生的心理健康，培养学生处理现实生活和适应未来职业所必需的心理品质。

2、使学生掌握必要的心理健康知识，增强心理保健意识，提高心理保健能力，为学生未来的创业奠定坚实的基础。

3、通过心理健康教育活动，提高学生的学习能力，培养学生的道德品质，促进学生全面、健康和谐的发展。

三、进行比较有效地教材分析

针对学生的特点，并根据面向全体学生的发展性辅导取向，本课主要设计四个模块的内容：

第一部分：认识自己，树卫信心。教学目的在于引导学生认识自我、接纳自我、克服自卑、树卫信心。

第二部分：学会关心他人，热爱集体。教学目的在于引导学生明确自己是生活在集体之中的，我们要学会关心他人，这样不仅能使他人愉快，也会让自己得到快乐。

第三部分：调整情绪，协调关系。教学目的培养学生稳定健康的情绪，建立和谐、正确的人际关系。

四、确定教学方法

心理健康教育的主要目的在于提高学生的心理健康水平和心理保健意识。应使学生在了解心理学基本原理的基础上，有意识地去解决实际的心理困惑，学以致用，为此：

- 1、不宜过多采用文化课程的讲授方式。
- 2、不宜让学生把重点放在掌握有关心理学名词概念与原理原则上。
- 3、多采用活动，讨论反思等互动体验式的形式。
- 4、通过场景模拟、角色扮演、案例讨论等方式，提高学生的心理素质
通过一学期的实践教学，同学们能健康阳光地成长。

小学心理健康培训活动总结范文 篇 20 xx 市中小学心理健康教育指导中心成立于 XX 年 10 月。在上级指导中心的正确领导下，在 xx 市教育局的大力支持下，指导中心开展了多方面的工作，取得了一定的成绩，现总结如下：

一、领导重视，机构成立，相关文件出台

根据国家教育部、省教育厅有关文件精神，我市早在几年前就已经开展心理健康教育工作。为进一步推进并保障心理健康教育工作的科学化、规范化、制度化、日常化的开展，XX 年 10，市教育局成立了以教育局田中朝副局长为主任的“xx 市中小学心理健康教育指导中心”，下达了永教[]151 号“关于加强中小学心理健康教育工作的通知”，并颁发了《xx 市中小学心理健康教育指导纲要（试行）》、《中小学心理健康教育运行机制及管理办法（试行）》、《中小学心理辅导室等级评估方案（试行）》、《中小学心理辅导员任职资格及优秀心理辅导员评比办法（试行）》、《中小学心理辅导室主任任职基本条件、职责》等具体操作规定和办法，确保了心理健康教育的有效开展。

二、统一部署，明确要求，切实开展

为贯彻国家教育部《关于加强中小学心理健康教育的若干意见》文件精神，认真落实省教育厅《关于认真贯彻教育部文件精神，进一步加强我省中小学心理健康教育的意见》有关指示，推动和落实我市心理健康教育工作，我们制定了《xx 市中小学心理健康教育指导纲要（试行）》，明确了学校心理健康教育的主要任务、指导原则，主要内容、主要途径，促进心理健康教育的健康发展，避免工作中的盲目性、无目标性和错误操作。

三、构建了心理健康教育三级工作网络，完善了管理办法

为使心理健康教育管理到位，责任到人，我们构建了心理健康教育三级工作网络。一级工作机构，市教育局成立“心理健康教育指导中心”，下设办公室，具体负责心理健康教育工作的规划、实施、管理、指导、考核工作；二级工作机构，各学区辅导中心、市直属学校成立“心理健康教育领导小组”，具体负责本学区、本校心理健康教育工作的规划、管理、指导工作；三级工作机构，各中小学成立“心理辅导室”，具体实施学校心理健康教育工作。

在管理中，我们做了如下规定：(1)首长负责制原则。各中小学校长、各学区辅导中心主任为学校心理健康教育工作第一责任人；(2)日常化原则。心理健康教育工作必须与学校的教育、教学管理工作紧密结合起来，渗透到学校的一切教育、教学活动中及管理工作中，使之成为学校日常工作的一个组成部分。(3)全员参与原则。学校的每一名教师都是心理健康教育工作者，都对学生心理的健康和发展负有责任。(4)督导原则。学校必须主动、积极地争取和接受上级指导中心及专家的督导，以克服自身工作中的盲目性或可能出现的偏差，提高学校领导、心理辅导员、班主任及学科教师的心理学素养和实践能力。

我们把学校领导、心理辅导员、班主任、学科教师均列为考核对象，心理健康教育将作为名校长、优秀班主任、先进教师的考核条件之一。

我们还规定了考核的内容、方式和评奖办法，使考核措施具体化。

四、加强培训工作，提高教师素质

为尽快提高教师的心理素质和实施健康教育的能力，我们开展了有计划、有步骤的培训活动，争取到XX年，有10%的教师获得省教育厅认证的心理辅导员上岗资格证书，100%的教师接受过一轮培训。我们的具体做法是：

- 1、确定xx市教师进修学校为培训责任单位，负责教师的培训工作。

- 2、确定教师的心理健康教育与教师的继续教育或技能培训相结合，把教师的心理健康教育作为继续教育的重要组成部分。

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/987104155043010003>