

大班区角活动计划(实用8篇)

时间就如同白驹过隙般的流逝，我们又将迎来新的喜悦、新的收获，让我们一起来学习写计划吧。通过制定计划，我们可以更加有条理地进行工作和生活，提高效率和质量。下面是小编整理的个人今后的计划范文，欢迎阅读分享，希望对大家有所帮助。

心理工作计划表 心理工作计划篇一

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。

1、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。

2、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 provide 知识指导和帮助。

3、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，以免给学生带来更多的心理压力。

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。

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。

心理工作计划表 心理工作计划篇二

提高学生的心理素质，提高学生心理健康的水平是教改的重要内涵，国家教委新制定的中小学德育大纲中已明确将心理健康教育作为中小学德育的重要组成部分。因此要通过多种方式对学生进行心理健康教育和辅导，帮助学生提高心理素质，健全人格，增强承受挫折、适应环境的能力。

为了更好的促进学生健康成长，推进素质教育，贯彻教育部颁发的《中小学心理健康教育指导纲要》，根据南京市学校心理健康教育工作的要求，本学年，心理健康教育中心将开展以“关爱生命，自尊自强”为主题的心理健康教育，努力促进广大学生热爱生命，珍惜生命，自强不息，不断帮助学生培养良好的心理品质，促进学生综合素质的提高，创出学校心理健康教育工作的特色。

1、完善心理健康教育体制。形成在校长领导下，由教育处牵头，以年级长、班主任和心理辅导教师为骨干，全体教师共同参与的心理健康教育体制，在全校广泛宣传，努力营造心育氛围。

2、继续做好心理健康教育的教师培训工作。调整和发展校心理咨询辅导教师队伍，形成老中青三结合的心理辅导组，重点培养青年心理辅导教师力量。积极创造条件，有计划、分期分批地组织有志于心理健康教育工作的教师和现有的心理健康教育教师参加各级各类培训、轮训、报告、讲座等，提高全体教师的心理健康教育水平。

（二）进一步完善心理咨询室的软硬件配置，使心理健康教育工作更具规范性、科学性。

1、进一步对心理咨询室的硬件进行完善，添加开展工作所需的录音笔等。

2、进一步完善学生心理档案，做好资料收集工作、个案研究的搜集整理工作和个案跟踪研究工作。

4、发展校园网络资源优势，利用网络平台和学生实现对话与沟通，及时引导并解决学生的心理问题。

（三）开展多种形式的心理健康教育活动。

1、在开展心理教育常规工作外，加强学校心理咨询室的宣传工作，通过黑板报、橱窗等出一期心理健康知识宣传栏，普及心理健康知识。

3、邀请有关专家为全校教职工进行1—2次有关教师心理健康及心理健康教育技能的讲座，减轻教师的精神紧张和心理压力，让他们学习一些调节心理的技巧，增强应对问题的能力，提高心理健康水平。

4、根据不同年龄学生的发展需要，在不同年级举办心理健康知识讲座，开展心理健康教育工作。对毕业年级学生进行1—2次考试焦虑的心理辅导。

5、4、配合学校转后工作，对有较严重心理问题的学生进行跟踪调查，并提出建议，以帮助问题学生真正从心里阴影中走出来。

5、组织学生撰写心里小论文，通过学生自撰心理小论文的过程中，进行自我心理调试，提高心理素质。

（四）加强学校与家庭、社区的联系，营造适合学生身心健康发展的社区、家庭环境。结合家长学校有针对性举办1—2期的亲子教育等心理辅导专题讲座，对家庭教育加强指导。

心理工作计划表 心理工作计划篇三

心理健康教育纳入学校教育体系具有战略性意义。首先，心理健康教育是素质教育的重要助手，也是重要的组成部分。因为良好的心理素质既是一个人的全面素质的不可缺少的有机组成部分，又是学生成长发展载体。据有关统计资料表现，87%的学生学习困难的原因不是智商与学习能力的问题，而是心理状态的问题，也就是说，87%的学生学习困难，是因为他们的心理处于不健康状态。这也足以说明了心理健康教育在素质教育中所占的份量之重。

其次，学校的心理健康教育不仅有利于学生的心理健康，它的新观念、新手段还有利于提高教育教学法实效，真正取得“举一反三”、“事半功倍”的效果。再次，教师在引导学生自我认识、自我调节、自我突破的同时，也促进了自身的成长变化。既在对学生进行心理健康教育的同时，教师也接受了心理健康的教育，这样就形成了良性循环，使心理健康工作开展得更好。

二、我校学生心理健康状况

我校现有学生1000多人，学生大多数来自农村，学习基础知识差，学习环境差，课外活动单一，饮食生活条件差。

再次，有近三分之一学生是留守生，不是和爷爷、奶奶看护，就是托管他人处或寄宿学校内，或独自租房单独生活。每学期不能与父母沟通几次，得不到父母安慰和疼爱，心理情绪不能有效、合理的倾泻。

三、具体目标：

- 1、继续加强队伍建设，加强理论学习，采用角色转变和设身处地等心育方法，理论运用于实际，全面提高教师素质。
- 2、制定适合我校学生实际的心理健康教育具体标准，确定心理健康教育具体内容。
- 3、走进家庭不健全学生的心里，使其能走出家庭问题的困扰，摆脱心理阴影，在品质、学习、能力等方面有不同程度的提高。
- 4、在充分了解和关爱离异家庭学生的基础上，激励他们，改变观念，重振士气，引导教师强化教育教学研究的兴趣。

四、主要内容：

- 1、加强队伍建设，提高自身素质。

目前我校已有五位心理辅导员利用他们组织教师学习有关离异家庭学生心理问题的资料，进一步提高认识，充实自我，掌握基本的心理辅导的知识、方法等，并倡导全体教师在自己的工作实践中运用心理知识及教育方法，不断丰富自己的教学策略，提高教育教学水平。另外计划以后每年逐步组

织4-10人参加省级以上的专业培训。

2、制定适合我校学生实际的心理健康教育具体标准，确定各级心理健康教育具体内容。

3、收集关于留守生学生存在的问题，通过建立信息档案、座谈会、转化成果追踪、阶段性总结等形式，使教师充分了解情况，界定相关问题，搞好切入点。

4、对有较严重的心理问题的学生建立档案，进行跟踪调查，并提出建议，以帮助问题学生健康成长。

5、备好、上好有关离异家庭学生的心理时了解学生反馈情况。

6、召开全体班主任会议，各抒己见，交流对后进生心理健康教育的方法和成绩。

五、具体月份安排：

三月份：

1、制定适合我校学生实际的心理健康教育标准，确定各级心理健康教育具体内容。

2、了解学生在学习、生活方面存在的心理问题。

3、对留守生、待优生摸排，造册。

四月份：

1、利用班会课开展有关“提高自信心——我能行”主题班会。

2、结合学生实际，自找优，找差，正确认识自己，为下一步教师活动提供素材。

五月份：1、开展“我的生活我做主”的讲座。

六月份：1、继续发挥“蒲公英信箱”“心理咨询室”的作用，学生有心理压力心理困惑，可以到咨询室寻求帮助。

2、加大咨询交流，改善待优生与他人人际关系，提升自身能力。

七月份：1、收集学生反馈的近阶段学习收获和仍存在的问题。

2、做好本阶段教育工作总结。

九月份：培训学习、整理研修

十月份：

1、做好对留守生的结对帮扶台账。

2、进行家访（或到家或电话或视频）。

十一月份：开展一次“安全防护我内行”演讲活动

十二月份：做好留守生的春节安置工作

一月份：收集整理资料交流总结。

二月份：做好留守生的春节电话回访工作

心理工作计划表 心理工作计划篇四

数学学院在校学生工作部心理健康教育中心领导下，设立二级院系心理辅导站，实行辅导员年级负责制，定期对心理出现问题的学生进行排查，乘着健康教育的规定，普及推广心理健康教育知识，妥善处理心理问题危机，学院心理健康教育工作计划。

二、落实本年度工作任务

本年度心理健康教育工作由院系心理专干负责规划，具体由院心理协会、心理委员、年级辅导员配合完成。做到及时规划、认真完成本年度心理健康教育工作任务。

三、扎实做好心理骨干培训

心理骨干作为院系开展心理健康工作的一支重要队伍□20xx年度本院系将会继续加强心理骨干队伍的建设。

针对本科生四个年级的不同特点，我院将分年级对舍长、心理委员进行培训以及实践。

大一大二年级，主要以普及心理健康知识为主，掌握基础的心理健康常识，例如心理团辅课的培训，以及讲座学习；大三大四年级以实践为主，在前两年掌握了基础的心理常识后，能在同学当中及时发现危机情况并迅速向辅导员老师汇报。

在针对舍长、心理委员时，学院严格考勤机制，将出勤率作为年底考评的重要依据。

在心理健康教育中心的指导下，结合学院特色，学科特点，数学学院将开展以下三种形式的培训：团体心理辅导、心理讲座、院心理协会组织的学生活动（如读一本心理书，开展心理座谈会）等。

1、团体心理辅导

目的：通过对心理委员进行团体辅导，让心理委员掌握基础的人际交往技能，帮助同学们更好的处理日常基础心理问题。掌握基础的团体辅导技巧，在本班内部开展心理团体辅导。

参与人员□ 20xx□20xx□20xx□20xx级心理委员

2、 心理讲座

目的：邀请校内专家开展讲座，尤其是针对新入校的大一、研一学生开展心理知识普及以及危机防御。本学年度计划开展两场心理讲座。

3、院心理协会组织健康有益的心理健康教育季学生活动，详细活动安排在第四部分“心理健康教育活动季”作以说明。

四，心理健康教育活动季

20xx年心理健康教育活动季，目前计划分类别、分层次开展心理健康教育活动：心理专项活动、精品活动、主题活动。

心理专项活动：说出我们宿舍的故事

宿舍关系展示：可以使一幅画，可以使一幅照片加上几句温暖的介绍，还可以是一段简短的小视频，都可以作为宿舍文化的展示和窗口。

精品活动：“我手写我心”网络美文之心理健康月特辑

数院知行社承办“我手写我心”网络美文之心理健康月特辑。向各院系发送请柬，邀请各院系学生参与。此次活动不单限于美文，在此期间也会开展拓展活动“悦读书”，各院系推荐1-3篇读后感，要求内容积极向上和心理学有关，届时邀请心理健康教育中心老师进行评选。

主题活动：心理与音乐

如何使用心理学元素进行音乐欣赏 音乐欣赏中的心理活动
主题讲座，并在讲座后对大家进行音乐放松的体验。

五、 夯实心理危机预防与干预体系

1、院系成立二级心理辅导站，实行“一对一”心理危机干预，并将情况及时上报心理健康教育中心，做好档案管理及后续关注工作。

2、除建立“舍长-心理委员建设机制”，院系将在各年级成立信息员队伍，此队伍将作为院系心理危机预防的重要力量，做到“勤观察、早知道、早上报、早预防”，协助做好心理危机预防与干预工作。

心理工作计划表 心理工作计划篇五

新世纪的人才，需要具备在生理素质、心理素质、社会文化素质三方面全面发展、和谐统一，构成完善人格的整体。学校是培育新型人才的摇篮，作为基础工程，小学教育需要从培养21世纪现代化建设需要的能经受全球挑战的人才目标出发，加强小学生的心理健康教育，全面推进素质教育。心理健康教育立足以人为本，让学生健康活泼的成长，开发学生的心理潜能，陶冶学生的心理情操，锻炼学生的心理素质，预防学生的心理疾病，树立心理健康意识，把和谐、平等、民主的新型的师生关系寓于健康教育活动中。

（一）、教学目标

（二）、课程内容特点

心理健康教育的内容，除包括排除中小学生的心理障碍、预防心理疾患之外，还包括中小学生的全面心理健康。主要有：
学习心理：学习活动促进心理成熟中起着至关重要的作用，通过这部分内容的教育，使中小学生学习喜欢，掌握科学的学习方法，养成良好的学习习惯；
自我心理：自我意识就是人除了意识到周围世界的存在外，也意识到自我的存在及自我与周围世界的关系，成熟的自我意识包括认识自己身体和生理状态，认识自己心理状况，认识自身与外界关系；
交往心理：良好的社交能力对于学生今后走向社会，适应现代社

会生活具有重要价值，在这部分内容的教育中，主要是增强学生社会交往的主动性，克服交往中存在的心理障碍。每课内容分档案馆、咨询台、活动区、实际园四方面安排，档案馆提供各种心理问题案例素材；咨询台是对案例的从心理学、教育学方面进行分析说明；活动区是师生讨论、表演再现案例的内容，让学生加深理解；实际园是让学生通过讨论、调查、访问等，进行心理锻炼、培养心理素质等。全书共分三十课六单元，一学年教学。

（三）、重点、难点

1、重点：对学生问题行为的过程分析，科学地“诊断”学生问题行为产生的根源、合理的归因。强调和学生讨论和沟通的过程，更多的以心灵的感化来促进学生的自我反省和自我完善，助人自助。

2、难点：探索促进和影响学生心理健康发展的因素及其作用，提出解决这些问题的措施和方法，从而保证学生的心理健康和谐地发展。宣传推广各种维护心理健康的科学知识和方法。指导和训练学生运用心理学原理和方法克服心理障碍，使自身的心理和行为更趋完美健康；了解并掌握良好的人际交往方法，提高社会适应能力。

3、设题展示法：确立主题后，学生分别准备材料，集体展示，进行总结；

7、社会活动法：从主题设计始，经活动实践，最后交流体会。

心理工作计划表 心理工作计划篇六

以中共中央、国务院的《关于进一步加强和改进大学生心理健康教育工作的实施意见》为基础□□xx-20xx国家中长期教育改革和发展规划纲要》为引领，认真贯彻教育部提出的“创新大学生心理健康教育方法”的思想精髓□xx年是我校示范建

设的验收年，是检验我校各项工作的丰收年。心理中心将以此为契机把“一切为了学生，为了学生的一切。”落到实处；深化推广我校心理健康优秀成果——阳光“1234”心理健康教育新模式。在经验的基础上，创新工作方法，寻找有效载体，拓宽教育途径，将心理健康教育工作落实到位，为学生营造一个充满爱心和关怀的和谐成长环境。

- 1、重视心理咨询室日常工作，让常规工作制度化。
- 2、认真开展心理健康教学活动，让必修课程精品化。
- 3、打造心理健康教育宣传平台，让心理知识普及化。
- 4、做好辅导员、心理委员培训工作，让兼职人员专业化。
- 5、建立新生心理档案，走好普查工作，让新生心理健康情况明朗化。
- 6、完善心理教育工作者结构，让管理机构合理化。

1、充分发挥心理咨询室的作用，切实做好学生心理辅导工作。

严格实行面谈咨询预约制，由朋辈咨询员负责预约登记，限定每次咨询的人数及时间。周一到周五上午8：00—11：30下午14：00—17：00周六上午8：00—11：30为来访接待时间，可以预约中心的任意咨询教师面对面咨询。周一到周日晚上6：00—9：00安排咨询教师轮流值班接待来访、接听热线、网络答疑。为避免某些学生因性格原因不愿意面对面的客观情况，积极开拓非面对面的个体咨询方式，如qq咨询，阳光心理信箱咨询，在线咨询、电话咨询、阳光心理热线等。充分重视日常工作做到润物无声而解渴。

1、备课关。心理健康教育研究室将定期召开教师会议，集体备课。要求教师在备课时围绕学生来备，按照学生的心理特

点设计教学，同时兼顾学生现有水平和学习能力的差异，积极挖掘各种能力培养和思想素质教育的结合点、切入点。

2、上课关。对于学生来讲，课堂是他们生活的主要空间，也是他们心灵成长的主要空间，因此，课堂上教师对待学生的每一言、每一行都很重要，都包含有心理健康教育的意义和价值。要求教师按照学生的心理特点组织教学，有意识地提醒自己在与学生的课堂交往中，多激励、多表扬，少批评、少否定，建立平等、民主的师生关系。在教学过程中注意维护学生的心理健康，避免和减少对学生心理健康的各种负面影响。

3、良好心理氛围建设关。课堂心理氛围将对学生心理的健康成长起着举足轻重的作用。心理氛围的性质主要决定于人际关系的质量。影响课堂心理氛围的不仅仅是师生关系，同学关系也是一个重要的影响因素。我们要求教师要善于建立同学间相互支持、相互合作、共同进步的氛围，在合作的基础上创设一种建设性的竞争压力，为学生营造一种宽松和谐、安全向上、相互支持的同伴环境，学习氛围。

我们已经建立了健全的校——院——班——寝室四级大学生心理健康教育工作体系，今年我们将扩充各级心理健康教育机构的力量，加强两支新队伍的建设：骨干心理辅导员、朋辈心理咨询员。

1、设立二级学院心理专管人员，重点培养骨干心理辅导员

在各个二级学院设立心理专管人员，负责主持各二级学院心理咨询室的日常工作，执行心理中心下达的各项工作任务，配合学校心理咨询中心营造心理健康教育氛围，进一步推广和深化阳光“1234”心理健康教育新模式。

辅导员是和学生接触最紧密的群体，对学生的影响力巨大，辅导员的素质直接影响到了学生心理状况。因此，对于辅导

员的培训十分重要。而今年的培训，我们将更有针对性，在各二级学院选拔一名优秀的辅导员，我们将对其进行更深入的培训，使之成为骨干心理工作者，主要承担二级学院心理咨询室的工作，此举，也是壮大二级学院心理咨询室的有效途径。

2、大力培养朋辈心理咨询员

在咨询案例中，朋辈咨询员往往发挥着不可替代的作用。在各班的心理委员中选拔品质优秀、感染力强、善于表达的同学进行系统培训，让他们了解咨询的方法、谈话的技巧，更好的帮助有问题同学走出困境，协助老师做好咨询工作。

1、更加科学的建立xx级新生心理档案，完善学生个案分析制度。

指导各班广泛建立学生心理成长和学生诚信档案，让学生聆听自己成长的声音。档案中记有学生的基本情况、个人调查、家庭情况、家庭调查、心理健康状况和各种心理测试结果以及个别咨询辅导记录。班主任、辅导员老师也要将学生的德智体方面的表现提供给心理中心记入档案。学生在心理健康指导教师的指导下也可看个人的心理健康档案，使学生能正确地认识自己，面对现实，积极进取。班主任、辅导员老师根据工作需要，在注意保密的前提下，可在专业心理教师的指导下了解本班学生的心理健康状况，使心理健康教育更好地为教育教学服务。

2、规范各项归档工作。

教师对面议咨询以及热线电话、回信等都要做好完整具体的记录，事后整理成文，按其内容归纳分类，针对学生提的问题组织学习，开展研究，以提高咨询人员的水平和咨询质量。

3、加强对学生心理问题的调查研究。

通过调查，针对症状和出现心理问题的学生情况将及时通报给班主任、辅导员，重

点观察，加强个别辅导并作为专题研究。结合学生典型个案学校要定期召开心理咨询教师专题研讨会，不断推动学校心理健康教育工作向纵深发展。

1、组织学习有关心理健康教育资料，提高心理教育意识，掌握有关的理论知识，明确学科教学的心理教育目标，任务，能结合工作实际主动学习与实践，将心理健康教育的原理自觉运用在教育教学中，尝试写个案分析，不断丰富自己的教学策略，提高教育教学水平。

2、安排学校专职心理教师对班主任、辅导员乃至所有教师进行心理辅导和心理咨询的技能培训，使心理健康教育逐渐成为每一位教师共同承担的责任与任务。

3、班主任、辅导员是对学生进行心理健康教育的主力军，加强班主任、辅导员工作培训，提高班主任、辅导员的心理素质和工作效率，使班主任、辅导员工作方法更具科学性、实效性，是心理健康教育的关键。今年将进一步加强班主任、辅导员心理健康教育培训力度，并注意做到开展心理辅导与特殊学生转化工作、学生的日常行为训练、培养和使用学生干部、形成良好的班集体舆论等四个方面有机结合起来，在班级建设中，要求联系班级实际设计教育活动，创设良好的班级建设氛围。

学校日常的教育活动是以育人为主。这与学校心理健康教育的任务和目标完全吻合，在工作实践中我们体会到，在日常教育活动中实现心理健康教育是完全可能，也是非常必要的。日常教育活动应成为学校心理健康教育的主要阵地与渠道。

抓好日常教育活动、巧妙渗透心理健康教育，本年度学校将组织系列贯穿心理健康训练目的的文体活动，使学生在丰富多彩的文体活动、竞赛中锻炼意志、培养协作能力、增强团队意识。同时为了体现心理健康教育在细微之处耕耘、潜移默化的特点。

如：我们将在4月份举办心理辅导员、心理委员培训工作；5月份举办心理健康教育月宣传活动；9月份举办新生关照月活动；10月举办心理素质拓展营活动；12月举办趣味心理运动会活动。我们也要求班主任、辅导员教师首先转变教育观念，从新的视角来看待自己日常的教育工作，激发班主任、辅导员老师的主观能动性，发挥班主任在日常教育活动中的主体作用，发挥潜能，大胆创新，面向全体学生，开展多种形式、丰富多彩的教育活动，发挥学生在教育活动中的主体作用，通过平等、信任和相互尊重，给予学生参与的机会，通过师生的共同努力，使心理健康教育得到有效实施，提高教育效果。

在以往很多的案例中我们看到，家庭教育对孩子的影响力是无法替代的，起到了决定性的作用，而一旦学生出现心理问题，家长的支持与否、配合与否对于也是心理工作的重点。因此，本学期，我们将加强与家长的交流、合作。在开学伊始，我们向广大的继续向新生家长发出《心理健康教育中心致家长的一封信》，向家长介绍本中心的工作范围、作用和联系方式，让广大的家长了解、重视心理健康的知识，解除对心理咨询的疑虑。同时及时和心理困惑或心理疾病的家长联系，共同探讨解决方案。建立“家长心理学校”，定期召开部分家长座谈会及举行专题讲座，由专业心理教师执教，通过班主任、辅导员把家庭管理方式有问题的家长集中起来，有针对性地进行指导，为学生心理健康工作建立起家校联合的支持体系。

心理工作计划表 心理工作计划篇七

心理健康教育是学校素质教育的重要内容，是学校德育工作的重要方面。对全体学生开展心理健康教育，使学生不断正确认识自我，悦纳自我，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，增强发展自我的能力。因此心理健康教育要贯彻在教育教学的全过程，贯彻在学校工作的方方面面。

进一步贯彻落实教育部《关于加强中小学心理健康教育的若干意见》，充分认识心理健康教育对未成年人成长的重要作用，加强对本校心理健康教育工作的组织和管理，面向全体学生，培养其健全的人格和良好的个性心理品质，并助其充分认识和发展心理潜能，促进他们心理素质和其它各方面素质得到发展。

面向全体学生，开展预防性与发展性的心理健康教育，帮助学生在自我认识、承受挫折、适应新环境，以及学习方法、学习兴趣、交友方式方法等方面获得充分发展；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。

小学低年级主要包括：帮助学生适应新的环境、新的集体、新的学习生活和感受学习知识的乐趣；乐与老师、同学交往，在谦让、友善的交往中体验友情。小学中、高年级主要包括：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，养成开朗、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。

1、全员参与，提高师资心理素质。

心理健康教育的主要途径，应是渗透在学校教育的全过程中，在学科教学、各项教育活动、班主任工作中，都应注重对学生心理健康的教育。为此，我们首先要抓好心理健康教育的两支队伍：一是教师群体，二是班主任队伍。通过学习心理健康教育的有关文件和理论知识，组织外出学习、参观等途

径，帮助老师树立新观念，重视心理辅导教育。

2、面向全体，开展心理健康教育。

根据心理健康教育的“主体性、发展性、活动性、协同性”等实施原则，我们的心理健康教育要着力于面向全体学生，着眼于学生的未来发展，通过班级各科教学、班集体建设、班级活动、班级文化建设、班级管理以及整合班级内外、学校内外各种教育，实施心理健康教育。班主任要在本学期内组织二次心理健康团体辅导活动。

3、关注个别，重视心理咨询辅导。

对少数有心理困扰或心理障碍的学生，给予有关的心理咨询和辅导。班主任和课任教师要关注班内心理上比较特殊的学生，及时进行认真、耐心、科学的心理辅导。辅导者要本着理解、尊重、真诚、同感等原则，协助学生提高其正确认识自我、自我调控、承受挫折、适应环境的能力。

4、结合德育，提高心理健康教育的质量。

心理健康教育与德育工作相结合是学校教育的最佳互补模式。心理健康教育要与思想品德课、健康教育等相关内容有机结合，同时，利用活动课、班队活动等，帮助学生掌握一般的心理知识和方法，培养良好的心理素质。充分利用社区教育资源，建立好学校和家庭、社会心理健康教育的沟通渠道。