

最新小学学校开展心理健康教育计划 学校开展心理健康教育工作计划(汇总5篇)

光阴的迅速，一眨眼就过去了，成绩已属于过去，新一轮的工作即将来临，写好计划才不会让我们努力的时候迷失方向哦。计划可以帮助我们明确目标，分析现状，确定行动步骤，并制定相应的时间表和资源分配。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。

小学学校开展心理健康教育计划篇一

5月25日是我国的“心理健康日”，“5.25”取谐音“我爱我”，意为要认识自我，接纳自我，能体验到自己存在的价值，乐观自信，能用尊重、信任、友爱、宽容的态度与人相处，能分享、接受、给予爱和友谊，能与他人同心协力，也就是说爱自己才能更好地爱他人。

二、活动宗旨

在广大师学生中营造一种关注心理健康，重视心理健康的氛围，通过组织，设计一系列内容丰富，参与性强的活动载体，宣传心理健康知识，普及建设和谐社会、和谐校园、和谐心灵的理念，为全校师生搭建起锻炼心理素质，提高心理承受能力的平台，全方位的加强心理健康教育。

三、活动时间及地点

20__年5月19日-5月25日

四、活动主题

我爱我——做个快乐、健康、自信的我

五、活动对象

全校师生

六、活动具体形式

1. 心理健康知识教育宣传活动

(1) 制作宣传版块

利用橱窗、宣传展板进行心理健康知识的前期宣传。

(2) “我爱我——做个快乐、健康、自信的我”开幕式(5·19)

大型手语舞表演——“我真的很不错”

2. 心理健康周系列活动

(1) 团辅活动(5·20)

以“珍惜当下，实现自我”为主题，举办一次大型团辅活动，旨在让学生了解自我、接纳自我，并有所超越，实现自我价值，能以积极的心态面对生活，展望未来。

(2) 专题心理讲座——情绪管理(5·21-5·22)

(3) 观看一部心理健康电影——头脑特工队(5·22-5·25)

(4) 召开一次心理主题班会(5·19)

(5) 出一期心理健康为主题的黑板报

在活动周，各班出一期心理健康黑板报，要求内容丰富，贴近学生生活，学校将于5月24日组织检查。

(6) 广播站宣传(5·19-5·25)

在活动周，校园广播站推出心理健康教育主题栏目（如“心灵之声”），于每天三节课下固定时间播放关于心理方面的小知识、小故事、歌曲等。

3. 活动总结

在活动周结束后，学校将对本次活动进行全面总结。

小学学校开展心理健康教育计划篇二

一、活动主题：

2-心理健康周——健康从心开始，生命因你绽放

二、活动宗旨

1、为宣传我校心理健康的主题活动，努力营造积极向上、健康文明的化氛围，培养学生的健康心理同时，向全校师生宣传心理健康的重要性。

2、引导以良好、阳光、理智、健康的心态去面对生活。

三、活动时间：20__年月22日—月26日

四、活动内容

1、利用国旗下讲话宣传。

2、充分利用校园媒体（横幅、黑板报、广播、校园网络等）。营造良好的舆论氛围。

利用班级主题班会进行正能量宣传。

五、活动安排

1、周一国旗下讲话：《健康从心开始，生命因你绽放》

讲话人：

2、周一班级主题班会：《珍爱自己》责任人：班主任

校园广播：《心理专题内容》责任班级：82班

4、“心理健康教育”手抄报展责任人：政教处

心理健康咨询活动责任人：郝培凤周波

（集中咨询时间：月22日—月26日的大间）

6、观看心理健康教育视频。

小学学校开展心理健康教育计划篇三

以学生为本，以学生的发展为本

自我探索、自我体验、自我感受、自我成长

助人自助

二、活动目标

培养学生良好的心理素质和社会适应能力

三、活动内容

1、通过班级心理辅导活动课，对学生进行人格辅导、学习辅导、休闲辅导等，实现心理健康的预防性、发展性目标。

- 2、设立“馨香一瓣”聊天室，让学生倾听心理的烦恼，在轻松愉快的氛围中，开启心扉，调适心理。
- 3、通过“心理驿站”广播节目，对学生来信来电进行解答。
- 4、通过“悄悄话”信箱，了解学生要解决的困难，让学生在无助时能及时得到老师帮助。
- 5、专家讲座，邀请心理专家对学生进行心理辅导。
- 6、通过“心理健康教育”宣传橱窗，向学生宣传心理健康知识。
- 7、通过《英育现代教育》、《蒲公英》、“心理之窗”栏目，引领学生解读心理健康教育知识。

四、活动课理论阐释

1、学习辅导

它着重对学生的技能、学习情绪与动机进行训练与辅导。学习技能辅导主要是指观察力、注意力、记忆力和学习策略的训练，增强学生的这些学习技能有助于他们学业成绩的提高。学习情绪与动机是学生学习中的动力因素。

2、人格辅导

青少年成长发展的一个重要标志就是学会认识自我，学会认识他人，学会与他人沟通交往。人格辅导活动侧重于自我意识与自我控制，以及人际沟通两个方面。自我意识辅导活动旨在让学生对自我有一个全面的了解，要善于发现自己的长处，正确对待自己的长处，同时也要善于发现自己的不足，正确对待自己的不足。自我控制辅导活动着眼于情绪的调控。青少年学生的情绪很不稳定，在个人调节与外界的关系时，

情绪是最为敏感，最为活跃的心理成分。学会情绪的自我调节，便于学生驾驭自我，也有利于他们更好地适应环境。人际沟通辅导活动则侧重于与老师、父母、同伴的沟通。同时，与异性同伴的沟通也是青少年期同伴沟通的一个重要部分。

3、生活辅导

生活辅导主要侧重于消费、休闲与应付危机等，这些都是生活在现代社会中的每一个成员不可缺少的素质。教师一方面引导学生如何合理消费、合理安排自己的闲暇生活；另一方面还要帮助他们学会自主地选择消费与休闲的方式。

小学学校开展心理健康教育计划篇四

为了全面贯彻学校方针、推进素质教育，加强和改进大学生心理健康，提高大学生心理调节能力，培养良好心理品质，促进大学生思想道德素质和心理健康成长。3月28日土木班成功地在2教301举办了一次以“育心理健康，创班级健康”为主题的心理班会。开展此次活动意在为同学们营造一种更加和谐更加活跃的班级气氛，使同学再我们土木班这个新的家庭里感受到家的温暖和幸福，使同学们更加团结友爱，让我们的班级更具凝聚力。更希望通过此次活动让我们土木班同学踏上通向大学生生活的正确道路，让各位同学能以崭新的姿态和饱满的热情迎接精彩的大学生活。克服在学习生活中的种种困难，以正确的心态去面对每天的学习和生活。

在这个心理主题班会中，我们的同学都以饱满的热情投入到我们的活动中。面对育心理健康，创班级健康这个话题，我们的同学展开热烈的讨论，积极参与小游戏，位同学在班会上活跃气氛发表意见，为整个班会的成功举行做出了大量的努力。

心理主题班会在我们的欢笑与沉思中结束，回顾整个过程，我们有理由相信我们此次活动是非常成功的。同时也希望各

位同学继续努力。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！

小学学校开展心理健康教育计划篇五

为了全面贯彻党的教育方针、推进素质教育，加强和改进学生心理健康，提高学生心理调节能力，培养良好心理品质，促进学生思想道德素质和心理健康成长、更有利于学生的科学文化素质和身心健康素质的协调发展，我校于7月29日下午4点20举办心理健康教育主题班会。

此次班会活动通过ppt解说、播放视频、组织游戏等形式展开。班会内容涵盖学生常见心理问题、心理健康判断标准、心理问题解决方法、人生价值取向导航等多个方面。班级内开展辩论、同学讨论。

本次活动促进了同学们自觉维护自身的心理健康，建立自信，增强心理素质，在班级内营造了一种关注心理健康、重视心理健康的氛围，增强了班级凝聚力。同时也提高了同学们的心理健康知识水平，增强了同学们的心理保健意识，掀起了关注心理健康的热潮，真正让心理教育工作走进了班级。