

小学心理健康课活动总结(优质8篇)

军训总结有助于我们建立起在军事训练中的自信和自我认知。那么，现在就让我们一起阅读一些优秀的考试总结范文，从中汲取经验和教训吧。

小学心理健康课活动总结篇一

1、一般心理特点

1、独自进入新环境：孩子进入小学后就开始独立处理周围环境的事情，摆脱对大人的依赖了。由依恋不舍到轻松愉快，这是一年级学生的共同特征。过去听父母讲的一些事，现在可以独自去看，去听，无拘无束地去干自己想干的事，这种新鲜感充满了孩子的头脑。

2、娇宠儿在增加：上学以后少数孩子还离不开妈妈，这是心理没有断乳的表现。这种孩子看不见母亲会感到不安，在众人面前不敢说话，回到家以后马上换了模样，大喊大叫，恢复本来面目。孩子的心理离乳是普通家长感觉不到的问题。发现了也不知怎么处理，只是强迫孩子按大人的意志上学，回家也不准大喊大叫。这种反意志行为恰好给孩子增加了不安的心理成分。

现实中这种问题是两种因素造成的，不能简单归结为父母溺爱孩子，还应看到社会因素。由于社会安定性较差，孩子的人身安全缺乏保障，家长不得不随时保护孩子。另外，居住环境封闭，活动空间减少，独生子女只能伴随在父母左右，客观上使孩子得到了过多的照顾，造成娇宠儿增多。

3、注意多变的事物：一年级学生很敏感，容易学会过去自己不懂的东西，所以提出的问题特别多。有人认为孩子爱提问是善于思考的表现，其实这个阶段的孩子都有这个特点，

只不过有的孩子爱说，有的孩子把疑问藏在心里，不表达而已。

当孩子意识到“我已经是一名小学生了”的时候，行为也会发生一些自觉变化。让他帮忙做一些事会很积极地响应，表明孩子开始明白一些社会责任了。

2、入学后的适应期

1、以什么心态对待入学：孩子到了新环境中会拘谨或害怕。对待孩子的情绪变化，只给予适当的引导就可以了。除了学习用具和礼仪方面的准备，还有孩子自我清洁、自我保护等自理能力的锻炼。如果这方面不过关，也会影响孩子的自信心。

2、认识老师：“老师可怕吗？”许多孩子都关心这个问题。

3、熟悉学校环境。

3、学习

对于一年级的孩子，从生活中玩耍中学到的知识，要比书本上学到的知识更重要。这在发达国家已是共识。通过自身体验获得知识能使头脑更加活跃。

保持愉悦的学习情趣。不论成绩如何，孩子首先要保持愉快乐观的学习情趣。不要把学习知识当作负担。

4、不愿意上学的孩子。

开学以后两三个月左右，大部分孩子都习惯了学校生活，但有少数孩子不愿意上学。原因可能有：

其一，被小朋友欺负。由于家长的粗心，或经济拮据，在衣服文具饰物等方面比同学们差，被人瞧不起，自己想得到可

家长又不允许，这种情况下很容易造成被欺负或自卑感。

其二：不能完全理解老师的讲课内容，自己又不敢发问，呆在那里，慢慢造成恐惧心理。

其三：活动缓慢而落后于人。这一般是家庭溺爱造成的。由于家长总是帮助孩子做事，使孩子的手脚和感官接受锻炼的机会很少，等到和其他动作准确快捷的小朋友一起做某件事时，就显出活动不协调，速度缓慢。

其四：为上厕所而为难。

小学一年级学生刚告别幼儿园，踏入小学的门槛，一切都是新的，感觉非常不适应。他们天真烂漫，有强烈的求知欲和上进心。但是由于年龄小，正在成长时期，各方面都不成熟，幼小的心灵易受影响。有的因某些原因，导致孩子对学习失去信心，甚至出现厌学等心理问题。

心理健康教育是提高中小学心理素质的教育，是实施素质教育的重要内容。“以人为本”的素质教育，就要提高全体学生的心理素质，充分开发他们的潜能，培养学生乐观、向上的心理素质，促进学生人格的健全发展。如何培养学生良好心理素质，促进学生形成健康和完善的人格呢？可以主要从以下几方面入手：

1、 正常的生活是学生心理健康的保证

学习生活要有节奏，要养成良好的学习生活习惯。如按时上学上课，按时就餐，按时参加学校、班级各项活动、按时放学及时回家。小学生要从小养成良好的习惯，在校尊敬老师，友爱同学，助人为乐，热爱学习和劳动，遵守校纪校规，合理安排好学习和休息时间，做到劳逸结合。学习一旦形成了良好的生活方式和习惯，就会有良好的心理状态，就会对其所进行的学习产生兴趣，形成一种自觉性，并把学习看作是

一种享受，从而形成良好的学习心态。

2、健全的人格是学生心理健康的根本

培养小学生健全的人格很重要。学生在校学习生活不可能一帆风顺，在学习中会遇到许多意想不到的困难，会有竞争，也会有压力，更会有失败。要教育学生增强学习的自信心，培养自制能力，树立起与困难作斗争的勇气，要具有坚忍不拔的毅力，具备承受困难和挫折的能力；这就是我们小学生应有的健全的人格。

3、积极营造健康和谐的学习环境

学校要为学生营造一个和谐的学习生活环境。一个好的学习生活环境，是培养学生心理健康的关键。学校和班级的环境对小学生心理健康有一种潜移默化的，渗透感染的力量，最容易为小学生所感知、仿效和接受，成为小学生行为的指南和方向。因此，作为班主任，我们要十分重视班风建设，经常举行班会活动，把班级建设成一个团结、向上、友爱、创新的班集体，让全班学生人人心理健康。

4、教师首先要加强心理保健，提高心理素质

教师的作用是巨大的，教师的一言一行影响着学生。良好的精神环境依赖于教师完美的形象、高尚的品德和对教育事业执着的追求。教师要不断地加强心理保健，提高心理素质，以自己的言行、健康的人格给小学生以积极的感染。在小学生提供精神环境的过程中，教师的作用在于引导小学生的心理活动和身心发展。教师不仅是环境的创设者，还要做小学生的观察者和引路人，小学生在和谐的氛围中形成良好的师生关系、同伴关系，引导小学生形成奋力向上、积极进取的个性品质，促进小学生心理健康成长。

5、开展个别心理辅导

6、家校配合

家长是儿童教育中不容忽视的重要因素，家校达成共识，协调教育方法，统一教育要求是促进小学生心理发展的重要保证。

我们要向家长宣传小学生心理健康教育的重要性，让家长对小学生心理健康教育有一个初步的认识。通过开家长会，邀请专家做有关小学生心理健康教育的专题，使家长对其有更深的认识。专家向家长介绍心理健康教育目标、内容与操作方法，使他们主动地配合学校的教育。通过家访，了解小学生在家的真实表现，对具体情况进行分析和总结，指导家长掌握教育小学生的科学方法。教师与家长通过面对面的有针对性的探讨，解决了许多实际问题，巩固和促进了小学生健康心理的发展。

总之，心理健康教育必须从小抓起。要以高尚的师爱之心去抚育幼小而纯洁的心灵，使孩子具有良好的心理素质，有了健康的心理，他们才能在各方面得到充分的发展。

小学心理健康课活动总结篇二

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“心灵家园”，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。“各班板报、红领巾广播站”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，在电台进行讲座，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，学校主支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。

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。

小学心理健康课活动总结篇三

(1) 以行政管理人员为先导。学校校长和中层领导人员，是一所学校的头脑，决定着学校教育目标的方向，没有他们的重视，学校开展心理健康教育将是一句空话。因此，学校以德育处为指导中心，全面落实心理健康教育工作的落实。

(2) 让班主任老师着力跟进。心理健康教育专兼职教师，是学校心理健康教育的业务骨干，他们不仅有自身素质的提高问题，而且还将承担对全体教师的基础培训任务，这是分层次培训中的培训重点和难点，对他们的培训，不能局限几次短期培训了事，而要求系统进行。

(3) 在全体教师中普及。有专家曾经指出，中小学生的心理健康问题，70%产生于学校。且不论此话是否言过其实，至少说明学校是学生心理问题的发源地之一。学生在学校，正面接触最直接、最多的是学科教师，教师的人格修养、教学行为乃至言谈举止通过学生的感观直达学生的心灵深处。其影响是正面的，还是负面的？是信心和鼓励，还是失落和压力？是情与爱的感化，还是责罚与伤害？一切取决于教师的管理与教育教学过程是否规范科学。因此，在全体教师普及心理健康教育知识，提高师德修养，规范教育教学行为，决定了学校心理健康教育的得失成败。我们的做法是：首先有针对性地进行师德和教师行为规范培训。其次，通过教育心理学、青少年儿童心理卫生、心理健康教育技能等常识的培训，使

全体教师掌握基本的学校心理卫生基本理论和实践技能。初步实践证明，这种教师全员培训是十分必要的，不但教师自身心理素质提高了，而且改变了许多教师的育人观，学生问卷调查也充分说明了这一点。

小学心理健康课活动总结篇四

首先，学生观念要转变。学生首先要意识到心理健康的重要性，从而自觉地去关注自己的心理健康，上心理课时认真对待，全身心投入，该动时动，该说时说，就可以达到预期的效果。

其次，教师观念要转变。上心理健康活动课的教师要关注学生的实际需要，打破传统的以老师讲、学生听为主的课堂教学，让学生从被动走向主动，充分体现学生的自主性，让学生主动参与。

因为心理健康教育的首要目的不在于解决知与不知的问题，而是要通过创设一定的心理情境，开展极富启发意义的活动，来造成个体内心的认知冲突，唤醒学生内心深处潜意识存在的心理体验，以达到实际地影响他们心理健康，提高心理素质的目的。对于个体心理来说，再精彩生动的讲授都无法替代个人的亲身感悟和直接体验，哪怕只是一点小小的启发，也能留下深刻的记忆。可见在“情境”中体验是心理活动课最核心的因素之一。再者，心理课堂可以说是心与心的交汇，是灵魂对灵魂的告白，是生命节律的振动，是每个学生自我探索、自我了解、自我更新的历程，它需要在一种彼此尊重、接纳、信任的氛围中，放下个人的防卫意识，与其他成员进行探讨、分享，真诚地进行交流。因此我感觉若想上好心理健康教育活动课，就要根据活动的具体内容和形式来调整 and 选择物理空间，以缩短师生之间、学生之间的心理距离，进而营造一种适当的心理情境，保证整个活动的顺利进行。例如在排列座位时不必拘泥于固定座位，可采“前后式”“扇面式”“自由结组式”等有利于师生之间或学生之

间沟通信息、传达感情的座位形式，甚至不必拘泥于学校范围内，到生活实践中去体验，去感悟。

另外，为了更好地创设课堂情境，我们还可以充分利用现代教育技术，将符号、语言文字、声音、图形、动画和视频图像等多媒体信息技术集于课堂，以激发学生参与兴趣。

例如，我校在三年级的《拒绝的艺术——学会说不》的心理课上，充分利用了多媒体技术，在电脑中下载了一个郭冬临的小品《有事您说话》将学生们带入了因为“不”字说不出口而带来的烦恼和困惑。这种情境的设置是动态的、幽默的、令人深思的，学生们一下子被吸引了，不由自主的沉浸在教师设计的课堂环节中，跟着小品中的主人公一步一步地体会到不说“不”的害处，又帮助主人公破解了重重关口，最后总结出只有学会拒绝的艺术，适当地说“不”，我们才不会有那么多不必要的麻烦，同时还强调如何合理适度地拒绝。在无知无觉、不着痕迹之间，达到了活动的目的，也满足了不同学生的心理需要，成功地创设了让全体学生主动参与的教育情境。

对于心理教育课内容的选择，应把握好一个原则，就是要从生活逻辑和问题逻辑出发，根据学生的心理发展特点和身心发展规律，选择与学生的实际生活联系最密切的话题，找到他们最渴望得到解决的问题，这样才能使学生对活动感兴趣，从而使活动起到良好的辅导作用。

心理健康教育的内容是从现实生活中产生的，以学生的成长需求为出发点，做一些课前的调查，或者根据学生来信选题，都不失为一种好方法，只有来自学生的问题，学生才会觉得真实，教学才会有针对性。这样既不会无的放矢，又可以为活动提供生动的素材。例如一节心理课《爸爸妈妈又吵架了》，就是针对不少学生投信到悄悄话信箱中，询问教师如何面对父母吵架的问题，教师以此设计课程，帮助学生更好地面对家庭纠纷。同时在课程内容的选择中，教师的眼光也

不能局限于课本和课堂，要放眼社会。当今社会，学生接受信息已不限于课堂、学校和家庭，学生的信息来源十分广泛，他们课外阅读的书籍、报刊、杂志，收听广播，收看电视，参与社会调查，甚至还有少数同学通过互联网索取资料。所以，一堂好的心理课，应该能结合教学内容，运用现代教育媒体，师生共同展示自己收集的信息资料，加强信息的交流，使课内课外有机地结合在一起，扩大课堂信息量，拓展学生知识面，拓展心理教育功能。

一堂好的心理健康教育活动课，活动的形式应该是根据活动的具体内容、目的和学生的年龄特点而定的。因为年龄限制，中小学学生的感性思维丰富而缺乏理性思维，决定了中小学生学习心理活动要形式多样、轻松活泼，例如游戏、心理短剧、角色扮演、情景模拟、讨论沟通、行为训练、心理测试等等。活动过程中，教师只给适当的启发、引导、示范，要让学生自主地进行活动，在活动中训练学生，在自主活动中学会自强、自立、自信，学会独立思考、独立解决问题。

无论是何种形式，在心理健康活动中，教师都要遵循以学生为主体的原则，整个过程应该让学生多想、多动、多参与、多感悟，教师不作过多的讲述、讲解，使学生把活动课上所获取的心理体验运用于实际生活中，指导实践。即使是在教给学生掌握问题解决的方法和技巧时，也应充分让学生自己去思考、去总结、去想办法，教师只在必要时给以提示，最后帮助归纳、总结、补充和提炼。这种让学生自得自悟的方式显然要比教师直接给出答案有意义得多，体会也深得多。

心理健康教育课堂强调过程，强调对知识技能的应用，强调学生亲身参与探索性实践活动并获得感悟和体验，强调学生的全员参与。而注重学生的心理感受和内心体验是心理活动课的核心，心理健康教育活动课成功与否，关键看能否激活学生的心理历程，引发学生的内心感受。因此要重视教师对活动过程的评价及在过程中的评价，重视学生的活动过程中的自我评价和自我改进，使评价成为学生学会实践和反思，

发现自我，欣赏别人的过程，教师要注意评价的激励性，鼓励学生发挥自己的个性特长，施展自己的才能，努力形成激励广大学生积极进取、勇于创新的气氛。教师还应鼓励学生开放自我，大胆表达自己内心真实的想法，学生的讲话没有对错之分，只要是学生真实的思想，教师都应予以包容。

也因此，在心理健康教育活动中，作为教师，应倾情地参与活动，充分地尊重学生，平等地对待学生，认真地倾听学生，耐心地启发学生，积极地引导学生，让学生经历内心的思考、内心的体验，有感而发，反映出真实心态，在这其中，教师的课堂评价起到了重要作用，影响着活动的每一步进行。要想让学生在活动中获得真实的自我体验，获得情感的触动，愿意积极地进行自我探索，心理确实获得改善和提高，教师富有智慧和启发的课堂评价是不可缺少的。

另外，心理教师平时要注意学习，不断提高自己的业务水平，同时还要关注兄弟学校的动态，吸取先进地区的经验，力求把课上得更好。总之，若想上好一堂心理健康教育课，教师就要从学生实际出发，以满足学生的好奇心和强烈的心理需求为出发点，在活动过程中，能让学生获得心理知识，树立心理健康意识，了解心理调节方法，掌握心理保健常识，减少和避免不利因素对心理的影响，形成乐观向上的心理品质，促进人格的健全发展。

小学心理健康课活动总结篇五

□

1. 注重学生心理辅导，做好学生心理咨询工作。
2. 重视心理咨询室的常规建设，努力发挥心理辅导室的作用，进一步在全校做好宣传、发动、普及、教育等工作。
3. 不断丰富教师的教学策略，有效提高教育教学水平

4. 重视心理辅导试点班的实践研究工作，以点带面开展研究活动。

5. 做好家长学校的心理健康知识讲座。

6. 充分利用班队会加强对学生的心理健康教育。（每学期最少开设四节以心理健康为内容的主题班会）

（一）加强教师队伍建设，提高自身素质

1. 组织教师学习有关心理健康教育资料，进一步提高认识，充实自我，掌握基本的心理辅导知识、方法、形式等，并提倡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。

2. 继续通过家委会、家长会组织学习学校心理健康教育的有关内容，使家长逐步认识到对学生开展心理健康教育的重要性，不断地提高家长对学生进行心理健康教育的素质。

（二）认真做好学生心理辅导及心理咨询工作。

1. 加强心理咨询室的常规建设，做好学生心理咨询工作，并能有所侧重地进行跟踪调查，建立心理档案。

咨询途径：

（1）班主任老师推荐

1. 开通心语热线，进行电话咨询辅导。

2. 对全校学生进行心理辅导知识讲座。

3. 在家教指导活动中，举行专题讲座，让心理健康教育走进千家万户，使家校教育形成合力，促进亲子沟通，进一步提高学生的心理素质。

4. 积极发挥课堂主渠道作用，各班班主任要利用二会一课进行心理健康教育。

（三）重视试点研究，增强科研意识

1. 试点班老师要善学、勤学，阶段性地进行调查研究和分析，并在班主任例会中进行交流，帮助他们不断提高认识、开拓思路、更新方法。

2. 试点班进行心理健康教育课展示。

3. 试点班要重视调查分析、研究，并进行个案分析，不断地积累资料，逐步在校内进行推广。

1. 做好心理健康教育的宣传和氛围建设工作。

3. 举办青春期心理卫生讲座（六年级学生）

4. 开展心理健康辅导示范课活动

5. 做好学期总结及资料积累和个案分析

6. 心理档案建立工作。

小学心理健康课活动总结篇六

一、活动目的：小学生时期是人的行为、性格和智力迅速发展的关键时期。在这一阶段，由于身心变化比较快，加之文化知识及社会经验的不足，小学生很容易产生不健康的心理，导致心理问题或心理疾病。排除小学生认识、情感、意志等方面的障碍，锻炼他们的意志品质，优化他们知、情、意、行等方面的素质，使他们形成良好的品格和健康心理，这是小学教育教学义不容辞的责任。如果他们懂得有勇气的扬起笑脸去寻找解决烦心事的最佳方式，就会对他们今后的学习、

生活、交友等各方面产生积极影响。

二、教学过程：

(一)、谈话导入：

孩子们，在学习和生活中常常会遇到挫折，人人都不可避免，但我们要扬起笑脸，用勇于挑战自我的勇气和毅力战胜挫折，取得成功。今天，我们一起走进心理健康教育课，来探讨研究同学之间如何相处，同学之间如何交往。先来看情境表演：

(二)、情境表演《玩游戏》

小白、小彬、小王和小红玩两人三足比赛，怎么玩呢？小白说：我不和小红一组，她那么胖，跑不快！”听到小白说自己胖，小红顿时火了，他指着小芳的鼻子：“你才胖呢！你又胖又蠢，活像一个小母猪！”小白听到小红骂她，伤心地跑到一边，哭了起来。

生：小红不应该说别人的缺点，同学之间应该和和气气，快快乐乐的。师小结：我们这几个同学说得都不错，同学之间就应该友好相处，不要嘲笑同学的缺点。要学会尊重别人，不侮辱他人，这是我们每个人做人的原则。

(三)《快乐的花儿》

a同学们，万物滋润，百花盛开，听，大自然中花开的声音，多么美妙，充满生机，充满活力，你的桌上也有一朵这样的花。

b这朵美丽的小花就代表你自己，花是美丽的，你同样是美丽的。人人都说生命如花，让我们来观赏一下花开的情景。（放影像大屏幕上出现一朵、多朵开得绚烂无比的花）

老师(手指画面):花儿在阳光、雨露的滋养下开得是如此美丽。生命如花,你手中那朵美丽的小花仿佛就是你自己。

b今天带来了个盒子。有几件礼物送给大家,要你自己用手伸进盒子里去取。(一个盒子有8张纸团,分别请每组选一位同学上去摸,只能摸出一个,多则取消)大家看他们的表情。也让他们说说心理变化。)

(体验情绪:你想知道里面有什么礼物吗?“好奇”的情绪,着急的情绪)

手伸进盒子之前“紧张”的情绪,期待的情绪

手触摸到礼物时“疑惑、紧张或害怕”的情绪,兴奋的情绪
拿出礼物时“高兴或害怕”的情绪,他们在取礼物的过程中,体验到了各种情绪,失落与喜悦,羡慕与沮丧,成功与机遇)

a刚才大家也知道得到礼品而高兴,没有得到而沮丧,同样我们遇到困难时也难免会泄气,这时我们要学会坚持不懈的精神。

b格言“我觉得坦途在前,人又何必因为一点小障碍而不走路呢?鲁迅”故事1放影像(海伦姐姐)同学们你们遇到挫折和困难时是怎样做的呢?请同学举手回答。

(a[]发泄法:打枕头,写日记b转移法:到外面玩,做别的自己喜爱的事c[]换位法:别人遇到此事,会怎样做d[]求助法:找人倾诉,寻找办法)

名言是我们的指路明灯,激励自己勇敢地与挫折作斗争,可以多学点格言,名言。

a故事2据说在推销员中流传着这样一个小故事,两个欧洲人到非洲去推销皮鞋,第一个推销员看到非洲人都打赤脚,立

刻失望地说：“这些人都习惯打赤脚，怎么能买我们皮鞋呢！于是沮丧而回。另一个推销员看到非洲人打赤脚、惊喜万分：“这些人都没有鞋穿，看来皮鞋市场大的很呀”。于是想方设法，向非洲人推销自己的皮鞋，最后发了大财，这就是心态导致的天壤之别。

请问同学们你怎么看待这个问题(思考片刻)。

b故事3, 挫折中成才的故事张海迪脚残而自强不息成为了作家等名人

在学习上我们应该正确认识自己，事在人为，勇往直前，尽自己的努力，老师和家长知道孩子已经努力，也就问心无愧了。

三、师总结：

成长的路上有阳光，有风雨，就看我们如何面对，要学会与命运抗争，笑着完成每一次作业，笑着面对每一次考试，笑着度过每一天，让挫折成为你成长的阶梯，挫折就会为你更为精彩的人生喝彩！勇敢面对生活，有你、有我、有他，让我们共同面对。同学们，多一份宽容，就多一份理解，多一份理解，就多一份尊重，多一份尊重，就多一份自信。多一份自信，就多一份健康。让我们都拥有健康的心理，学会相处，学会交往，拥有更多的朋友，相知、相伴。

四、欣赏歌曲《永远是朋友》

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

点击下载文档

搜索文档

小学心理健康课活动总结篇七

本学年，我校以《中小学心理健康教育指导纲要》为指导，不断转变教学理念，改进教育、教学方法，改进工作方法，提高德育工作的针对性、学科性和实效性，为实施素质教育营造良好的心理气氛。并结合我校学生的实际，通过多种方式对不同年龄层次的学生进行心理健康教育和指导，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，促进学生人格的健全发展。现总结如下：

我们充分认识到心理健康教育应以了解学生为基础，以创设和谐气氛与良好关系为前提，以自身健康的心理去影响学生，本身就是一种最有说服力的心理健康教育。营造一种民主的、平等的、和谐的、安全的、充满人文关怀的、具有浓郁人情味的氛围和心理环境，真正减轻学生的心理压力和精神负担。

学校心理健康教育是全程的、全方位的心理健康教育，因此，日常教育中，注重整合各种资源，来发挥心理健康教育的合力。

1、充分利用课堂教学，扎扎实实推进心理健康教育。

课堂，是师生沟通的一个重要场所。在学科教学中渗透心理健康教育，是实现心理健康教育目标的主渠道。在课堂上，师生之间无时不在进行情感的交流和心灵的沟通，通过挖掘教材中有利于培养学生良好心理素质的因素，巧妙的设计，组织各种活动，实实在在推进心理健康教育。在课堂中巧妙地渗透德育思想、心理教育，努力培养学生正确的人生观和

积极进取的人生目标。

2、通过学校开展的各种喜闻乐见的活动为契机来推进心理健康教育。

今年，我校开展丰富多彩的校园文化活动，为学生搭建表现才华的舞台，调节学生的身心，释放学生的潜能，并通过各种竞赛，来培养学生的合作精神、奋勇拼搏的精神等，这些，都在潜移默化中培养了学生良好的心理素质。通过活动把不怕困难，顽强拼搏，不怕失败，积极进取等良好的心理因素种植在学生心中。

3、利用学校各种设施，推进心理健康教育。

开展心理健康教育，注重利用好学校的各种现代化设施，通过宣传橱窗、红领巾广播站、心理咨询室、热线电话等开展形式多样、丰富多彩的各种心理健康教育活动。使学生在参与活动中，感受伙伴之间的团结协作的亲密友谊。

成长和发展从根本上来说是一种自觉和主动的过程，如果学生没有主动意识和精神，处于被动的地位，那么心理健康教育就会成为强制行为，变得毫无意义。为了引导学生主动参与，切实提高心育实效，在实践中尝试了以下的做法：

第一、利用学校各项宣传，使学生科学认识心理健康教育。许多学生缺乏对心理健康教育的科学认识。比如，有些学生认为心理健康教育的对象是心理有问题甚至是心理变态的人，所以难免对心理健康教育有抵触情绪。我们利用心理橱窗、心理小报等途径来宣传心理健康教育，在心理课堂上加大力度来宣传心理健康教育。通过这些途径宣传心理健康教育，提高学生的认知水平，加深他们对心理健康教育的科学认识。通过加大宣传力度，让学生科学了解发展性心理健康教育，来强化其参与心理健康教育来优化自身心理素质，提高自身心理健康水平。

第二、针对学生需要，开展各项心理健康教育活动。兴趣是学生最好的老师，在学科教学中是如此，同样，在心理健康教育中也一样。我校始终本着“心理健康教育要蹲下来看孩子的需要”为原则对学生时时进行心理谈话。在课堂上，教学内容力求联系学生的实际，每课教学只要能有利于学生的心理健康，有利于学生的潜能开发，有利于学生的全面发展，都大胆进行尝试。

在学校生活中，有一些特殊群体的利益更容易遭到侵害，包括学习成绩落后的学生，比较调皮、淘气的男生，家庭条件差、父母下岗或离异的学生，有亲属患有精神病或正在服刑的学生，以及那些性格内向、怯懦、寡言少语的学生等等。这些少年儿童因生活中一些不尽如人意的事件而容易遭到学生的歧视，受到心理伤害的可能性也要比一般学生大得多。女生虽受到各种惩罚的经历比男生少一些，但却对惩罚怀有更多的恐惧，在心理上受到的伤害更大。对这类学生群体，更要从生活上、心理上、学习上关心、帮助他们，使他们找到自己的自信，防止他们在隐性伤害中过早对社会和自己丧失希望，走上自暴自弃的道路。具体做法是：

- 1、开展心理咨询，建立健全心理档案。学期初，都从学生自卑、自悲、自私、自负、学习焦虑、消极、厌学等方面对学生进行调查，在普查基础上根据其结果设立特殊学生心理档案。教师及时了解学生的思想动态，这样学校心理辅导老师及有关班级任课教师就能够依据不同情况，协同进行引导、教育。力争将心理安全隐患消灭在萌芽状态。

- 2、理解信任学生，消除对立情绪。对立情绪是学生受挫后的逆反心理反映。通过正面的、积极的教育，经过促膝谈心，提高他们的思想认识，增强理智。由于每个青少年都有较强的自尊心和上进心，都渴望得到别人的尊重、信任和鼓励，因此，遇事要征求他们的意见，维护其自尊心；同时，相信学生会有进步，要创设宽松、和谐的环境，消除对立情绪。

3、表扬鼓励学生，消除自卑。在教育中本着这样的原则：对学生的教育不要太急，更不能在公开场合大肆批评，而要根据因材施教的原则，依据循序渐进的要求提出目标和任务。善于发现学生的闪光点，及时肯定学生的优点，提高学生积极进取的自信心，获得了比较好的教育效果。

实践证明，要使学生的心理得以健康发展，教育工作者必须掌握好心理知识，遵循学生心理发展的规律，在实践中灵活运用心理教育规律，探索学生的心理发展，总结心理教育的经验，与家庭、社会紧密联系，才能取得良好的成效。下学期，我校将进一步挖掘、优化自身的教育资源，不断探索，开拓创新，深入做好小学心理健康教育这一工作。

小学心理健康活动总结篇八

在教育实践中,我深刻体会到良好的、健康向上的心理素质是学生全面发展的基础,因此,有必要对学生进行心理健康教育,帮助学生提高心理素质,增强学生承受挫折、适应环境的能力。

我在教育、教学工作中，是这样做的：

心理健康教育的目标是提高学生的心理素质、促进学生人格的健全发展。这一目标的实现,离不开教师。教师与学生朝夕相处,在向学生传授科学文化知识和组织各项活动的过程中,在与学生的日常交往中,无时无刻不在以其自身的人格力量影响学生,教师的作用是无处不在、不可取代的。教师的心理素质直接影响着学生心理素质的发展,影响着教育教学工作的成效。因此,我首先阅读了什么是心理健康、如何维护自身的心理健康,如何保护学生的心理资源、如何对学生进行一般性的心理辅导等方面的'书籍。学习心理健康教育理论,并身体力行,时时、事事、处处为学生做榜样,要求学生做到的自己首先做到。

1、心理健康教育的一项重要内容是对学生进行学习心理辅导。

会学习的人轻松愉快富有成效。进行学习心理辅导,能帮助学生学会学习,这既是当前提高学生学习和效率的需要,也是使学生将来能有效地进行终身学习、适应飞速发展的社会的需要。学习心理辅导通过包括学习智能辅导,学习方法辅导,学习态度、动机、兴趣和习惯的辅导,预防学生学习疲劳,减缓学生考试心理压力等。学习方法不当是学生较突出的心理问题,应加以辅导。虽然智力水平高的学生常能通过摸索,掌握一些有效的学习方法,但多数情况下要走一些弯路,而许多学生很难在学习中“自然而然”地掌握科学的学习方法,所以有必要对学生进行科学的、系统的学习方法辅导,帮助学生积极主动地建立自己的学习方法体系。

2、课堂教学方面,充分发挥课堂教学主渠道作用。

通过教学中的创造性教育,发展学生的求同思维和求异思维,注重激发学生的探索欲望,培养学生的创新精神,提高学生的创造性思维能力;通过心理健康教育,培养学生的心理品质;通过文学欣赏、艺术欣赏课,培养学生的审美观。

3、以发展学生个性、尊重学生为基础,建立民主、平等、和谐的师生关系和团结、协作、竞争的同学关系,营造创造教育氛围,创设创造性人格形成的有益的外部环境,促进学生创造性心理品质的形成和发展;发挥学生的积极性和主动性,培养学生的创造性人格品质;心理健康教育有助于在班主任与学生之间建立起平等、和谐的师生关系,为班级工作的开展、良好班集体的形成,创设了和谐、融洽的心理氛围。

4、在个性教育方面,对学生进行个别辅导。

5、在学校与社会结合方面,通过与家长及时的沟通,随时了解学生思想动态,取得家长的有效配合。

总之,只要教师要真正融入学生当中,成为他们的知己,在师生和谐的互动中,正确引导、矫治学生的不良倾向,最终

会解决学生的心理健康问题，把心理健康教育真正落到实处，这也就达到了心理健康课开设目的了。