

上海市嘉定区方泰中学文件（计划）

方中【2025】 5-3 号

2024 学年第二学期心理健康教育工作计划

一、指导思想

以教育部《关于加强中小学心理健康教育的若干意见》为指导，深入贯彻落实科学发展观，坚持育人为本，根据初中学生生理、心理发展特点和规律，运用心理健康教育的理论和方法，培养学生良好的心理素质，促进他们身心全面和谐发展。同时，紧密结合学校的实际情况，努力营造有利于学生心理健康成长的环境，不断提升学校心理健康教育工作水平。

二、工作目标

- 提高全体学生的心理素质，培养学生乐观、向上的心理品质，增强学生的心理调适能力和社会适应能力。
- 面向全体学生开展心理健康教育活动，普及心理健康知识，使学生对心理健康有初步的认识和理解。
- 关注个别学生的心理问题，及时进行心理疏导和干预，帮助他们解决心理困扰，促进其身心健康发展。
- 加强心理健康教育师资队伍建设，提高教师的心理健康教育水平和专业素养。
- 完善学校心理健康教育工作机制，建立健全心理健康教育工作档案，不断推进心理健康教育工作的规范化和科学化。

三、工作原则

- 面向全体学生原则：开展心理健康教育要面向全体学生，关注每一个学生的心理发展需求，为学生的全面发展提供支持和帮助。
- 预防为主原则：注重预防学生心理问题的发生，通过心理健康教育活动，增强学生的心理免疫力，培养学生良好的心理素质。

3. 尊重与理解学生原则：尊重学生的人格和个性差异，理解学生的内心感受和需求，建立良好的师生关系，为学生提供安全、信任的心理环境。

4. 学生主体性原则：充分发挥学生的主体作用，鼓励学生积极参与心理健康教育活动，引导学生自我认识、自我调节、自我发展。

5. 保密性原则：对学生的个人信息和心理问题严格保密，保护学生的隐私，维护学生的合法权益。

四、具体工作

（一）加强心理健康教育师资队伍建设

1. 组织教师参加心理健康教育培训，邀请专家来校举办讲座和培训，提高教师的心理健康教育理论水平和实践能力。

2. 定期开展心理健康教育教研活动，组织教师交流心理健康教育工作经验和心得，共同探讨解决学生心理问题的方法和策略。

3. 鼓励教师参加心理健康教育相关的学术研究和课题研究，提高教师的科研能力和专业素养。

（二）开展心理健康教育课程

1. 面对六年级学生开展每两周 1 节的心理健康教育课程。

2. 面对六、七、八不同年级学生的心理特点和需求，开展不同主题的团体辅导拓展活动课。

3. 面对六、七年级开展每周一次的心理课后服务拓展课程。

（三）开展心理健康教育活动

1. 学校每年会在 3—5 月举办不同主题的心理活动季系列活动，帮助学生普及心理健康知识，培养积极乐观的心态去面对生活中的困难，并解决成长过程中遇到的心理困惑。

2. 开展心理健康主题班会：每月组织一次心理健康主题班会，由班主任负责策划和组织，通过主题讨论、案例分析、角色扮演等形式，引导学生关注自身心理健康，培养良好的心理素质。

3. 组织心理健康拓展活动：每学期组织 1 - 2 次心理健康拓展活动，如心理素质拓展训练，通过丰富多彩的活动，让学生在实践中体验和感悟心理健康的重要性，提高学生的团队协作能力和心理调适能力。

4. 设立心理辅导室：每天定时开放心理辅导室，由专职心理教师值班，为

学生提供个别心理辅导服务。同时，设立心理辅导热线和邮箱，方便学生随时咨询心理问题。

（四）加强家校合作

1. 定期召开家长会，向家长宣传心理健康教育知识，介绍学生的心理发展特点和规律，指导家长如何关注孩子的心理健康，营造良好的家庭氛围。

2. 建立家长与学校的沟通机制，通过家访、电话、微信等方式，及时与家长沟通学生的在校表现和心理状况，共同做好学生的心理健康教育工作。

3. 举办家长心理健康教育讲座，邀请专家为家长讲解心理健康知识和家庭教育方法，提高家长的心理健康教育意识和能力。

（五）开展心理健康教育宣传工作

1. 利用学校微信公众号、校园广播、宣传栏、黑板报等宣传阵地，定期宣传心理健康知识，介绍心理健康教育工作的开展情况和成果，营造良好的心理健康教育氛围。

2. 编印心理健康教育宣传资料，如心理健康小报、心理健康手册等，发放给学生和家长，普及心理健康知识。

五、工作安排

（一）二月

1. 制定心理健康教育工作计划，明确工作目标和任务。
2. 组织教师参加心理健康教育培训，学习心理健康教育的新理念、新方法。
3. 利用校园广播、宣传栏等宣传阵地，开展心理健康教育宣传活动，营造良好的氛围。

（二）三月

1. 按照课程设置要求，正式开设心理健康教育课，确保教学质量。
2. 举办符合学生需求的心理健康讲座。
3. 开展心理健康主题班会，引导学生关注自身心理健康，培养积极向上的心态。
4. 心理活动季举办。

（三）四月

1. 组织心理健康团辅活动，如心理素质拓展训练，增强学生的团队协作能力和心理调适能力。

2. 每天定时定点开放心理辅导室，安排专职心理教师值班，为学生提供心理咨询和辅导服务。

3. 心理活动季举办。

（四）五月

1. 对九年级学生开展心理健康讲座，帮助学生掌握情绪调节的方法和技巧。

2. 开展心理健康教育教研活动，组织教师交流心理健康教育工作经验和心得，共同探讨解决学生心理问题的方法和策略。

3. 组织家长心理健康教育讲座，提高家长的心理健康教育意识和能力。

4. 心理活动季活动总结

（五）六月

1. 对本学期心理健康教育工作进行总结和反思，撰写工作总结报告，为下一学期的工作提供经验和参考。

六、工作保障

1. 组织保障：成立学校心理健康教育工作领导小组，由校长担任组长，分管副校长担任副组长，成员包括德育主任、心理教师、班主任等，明确各成员的职责和分工，确保心理健康教育工作的顺利开展。

2. 师资保障：加强心理健康教育师资队伍建设，配备专职心理教师，鼓励其他学科教师参加心理健康教育培训，取得相应的资格证书，逐步建立一支专兼结合、素质优良的心理健康教育师资队伍。

3. 经费保障：设立心理健康教育专项经费，用于心理健康教育师资培训、教材编写、活动开展、咨询室建设等方面，确保心理健康教育工作的正常运转。

4. 制度保障：建立健全心理健康教育工作制度，如心理咨询室管理制度、心理健康教育课程管理制度、心理健康教育活动管理制度等，使心理健康教育工作有章可循，规范有序。

方泰中学政教处

2025年3月