

心理咨询室工作2023-2024学年 第一学期计划

一、指导思想

我校的心理健康将以国务院《关于加快发展现代职业教育的决定》和教育部《关于职业院校质量提升整新计划》、《中小学心理健康教育指导纲要》为指导，以完善学校心理健康教育的组织机构和工作机制为保障，以提高教师的心理健康水平、促进学生健全人格发展为目标，紧密结合新课程改革精神，不断加强学校心理健康，努力提高学校心理健康教育的质量和水平。

二、目标

1. 面向全体学生，立足于学生发展性、预防性的心理健康教育，做到预防、疏导为主，干预、治疗为辅。加强每月最后一周心理健康班会课的指导与研究工作的。

2. 密切与班主任的联系，更好地与学校有机结合。

3. 认真细致地做好个别咨询辅导工作，力求在个案上有所突破。

三、具体工作

1. 加强理论学习，提高自身理论水平。

读书学习是促进自我成长的根本途径。本学期，我将精读《心理学》和《发展心理学》两本专业理论书籍，并做好读书笔记，使头脑中的理论知识更加系统化。学习理论的目的是用来指导实践工作，我将努力将所学知识与教育教学工作相结合，用理论知识来指导实际工作，提高工作的效率和效能。另外，“学而不思则罔，思而不学则殆。”在学习的过程中，我将继续结合工作实际积极进行思考，勤于笔耕，将工作中的感受和收获及时记录下来，写出至少一篇有质量的论文。

2. 积极开展心理咨询工作

心理咨询是心理咨询室的主要工作之一，我们积极开展针对学生和老师的个体咨询和针对学生的团体咨询。首先组织学生开展心理体验活动，在学生心中种下愿意上心理辅导课的种子。

目前，学生对心理咨询和辅导仍存有一种戒备心理，仍感觉谁要去心理咨询，谁就不正常。为了帮助学生对心理咨询和辅导有正确的认识，本学期我将以一年级为重点，利用课外活动时间组织学生开展心理体验活动，让学生消除对心理咨询和辅导的神秘感和不正确的认识，让学生喜欢上心理辅导，接纳心理咨询，为今后心理咨询和辅导工作的开展奠定良好的基础。其次做好学生的个别辅导工作，为来访的学生提供咨询，对学生在成长，学习和生活中出现的心理行为问题给予指导，帮助他们排解心理困扰，对于个别有严重心理障碍和心理疾病的学生，应及时识别并转介到专业诊治部门。每周一到周五咨询室有咨询老师值班，每天咨询室开放时间为：课外活动。此外还可以电话咨询，qq 咨询。

3. 加强心理班会活动课

每月最后一周的心理班会活动课是我校心理健康教育的一大特色，是针对全体学生进行的心理健康教育活动的。本学期要让心理班会成为培养学生积极心理品质，促进学生健全人格发展的主阵地。根据一、二、三不同年段学生的特点开展系列性、主题性的心理健康教育辅导活动。

4. 针对师生心理发展的需要积极开展心理讲座

心理讲座是有效的心理教育途径，特殊的空间和环境能起到积极的放大式的教育效果，互动与沟通多种思想的融合是讲座的优势，所

以应该加强校园心理讲座，本学期从以下几个方面开展工作：（1）针对一年级新生的适应学校生活的心理教育和青春期的心理教育。（2）开展针对班主任的心理讲座。从学生的心理特点、心理发展规律、心理诉求等进行介绍和讲解，促进师生关系的改善，促进和谐班级建设。（3）利用家长会宣传家庭心理教育的有关内容。

5、做好班级心理委员培训工作

班级心理委员教育是我校针对学生的发展实际，实施的一项创新性的心理教育工作，旨在在班级中普及心理科学，促进班级心理卫生工作的开展。心理咨询室对各班心理委员进行不定期的心理培训。

6、积极做好一年级新生心理健康档案工作

针对一年级新生，积极作好新生心理健康档案工作，通过建立学生心理档案，有利于教师或班主任迅速找出一些特殊适应困难的学生问题，依据学生的心理进行辅导，从而提高教育与辅导的效率，提高教育的针对性，同时有利于预防学生的心理疾病，贯彻防重于治的方针，体现发展性指导的原则，且可以形成学校，家庭的教育合力，帮助学生家长了解其孩子的心理特点，及时发现其存在的心理困扰。

7、营造积极、健康的心理健康教育环境

积极利用校园广播、板报、宣传栏等形式，广泛宣传普及心理健康知识，培养学生的心理健康意识，从而营造积极，健康，向上的校园文化氛围和心理健康教育环境。

8、加强心理咨询室心理测量软件建设和正常应用

本学期完善心理测量软件建设，搜集和整理适合学校教师和学生心理测评软件，积极开展心理测量工作。

9、本学期尝试组织 1—2 次家长讲座，向家长介绍科学教育

孩子的方法，帮助家长走出教育孩子的误区，提高他们的育子能力。

四、每月重点工作

九月份：

- 1、制订并讨论学期心理健康教育工作计划。
- 3、咨询室正常开放。
- 4、心理健康教育班会活动。（重点：一年级新生学校生活适应性的心理教育）

十月份：

- 1、一年级学生青春期心理健康教育专题讲座。
- 2、心理健康教育示范课研究。
- 3、出好心理健康教育专题黑板报及“我的地盘我做主”。
- 4、心理健康教育班会活动。

十一月份：

- 1、一年级新生心理测试及分析。
- 2、利用家长会向家长宣传“家庭心理教育”的有关内容。
- 4、心理健康教育班会活动。

十二月份：

- 2、一年级学生常见心理健康教育专题讲座
- 3、心理健康教育班会活动。

一月份：

- 1、心理健康教育班会活动。
- 2、做好学期总结及资料积累和个案分析、心理档案建立工作。
- 3、各类资料整理、归档。

心理咨询室

2023.8