2015学年度第二学期七宝三中心理健康教育工作总结

深入学习贯彻十八大精神，进一步贯彻《上海市中小学生学业质量绿色指标》，全面配合我校德育工作，坚持以人为本，围绕我校“进步教育”，积极推进我校心理健康教育稳步发展。我们的目标：品味生活，增进沟通。现小结如下：

**一、开展心理健康教育课程，让每个孩子在课堂上体验心理活动**

本学期七年级心理健康教育课上重点围绕“沟通你我他”、“情绪的天空”、“我的新时空”和“职业生涯篇”四个主题单元展开，切实为青春期的学生提供沟通技巧与情绪控制的方法，谈论生活点滴，展望职业规划，改善生活品质。

**二、做好心理咨询与辅导活动，促进学生健康成长**

对于求助学生进行个别的辅导。能够及时对学生在学习和生活中出现的问题给予直接的指导，排解学生心理困扰，并对有关的心理行为问题进行诊断、矫治。对于有需要的学生可以进行专业化的转介。

学生的心理问题主要集中在人际交往、学习适应、自我意识冲突等等。心理辅导员在咨询过程中主要通过共情、积极关注、尊重、澄清、理解和界定问题、询问、情感反映、参与性概述、自我开放、影响性概述等咨询技巧帮助来访者克服心理困难，促进其自我探索，帮助学生自我成长。

**三、利用校园各项活动渗透，全面提升师生心理健康素质**

继续利用学校各种活动形式中可在特殊时间点安排与心理健康教育相关的主题内容，提升学生的自我意识，更好地完成青少年时期自我角色混乱的危机，有正面的舆论导向和积极向上的价值取向。

配合学校科技节活动，组织开展团体游戏，渗透心理学内容，创造一种和谐、民主、平等、轻松的校园心理氛围，充分发挥学生的主动性、独立性、合作性，让兴趣引导学习。在这样的氛围中学生健康愉快的情绪得以保持，自主性得到发展，合作精神、创新精神得到培养。

**四、九年级考前心理健康教育**

本学期面向九年级学生进行了两次考前心理辅导，面向九年级家长做了一次心理辅导，《中考我来了》与九年级学生一同探讨了中考前对自己的合理定位，《职业生涯》与部分九年级学生探讨了未来的生涯规划，《他/她可以是更好的自己》则与九年级几张探讨了对于中考孩子的教育与沟通方法。

此外针对九年级学生在填报志愿、推荐自荐等工作之后的情绪波动进行了多次个别辅导和个案跟踪，获得学生的认可。

**五、充分发挥心理社团影响力**

本学期社团继续《青春心呼吸》心理广播的开展。心理社团配合学校各项校园活动，渗透心理学内容，创造一种和谐、民主、平等、轻松的校园心理氛围，充分发挥学生的主动性、独立性、合作性，让兴趣引导学习。在这样的氛围中学生健康愉快的情绪得以保持，自主性得到发展，合作精神、创新精神得到培养。

七宝三中 心理室

2016年6月