2015学年度第一学期七宝三中心理健康教育工作计划

**一、指导思想**

在学校“进步教育”理念的指导下，配合学校德育工作，坚持以人为本，积极推进我校心理健康教育稳步发展。我们的目标：建立自信，认识自我，学会沟通，全面发展。

**二、基本原则**

在开展中学生心理健康教育过程中，为了保证心理健康教育的实践性与实效性，我们必须坚持以下基本原则：

1、针对性原则。根据学生心理发展特点和身心发展规律，有针对性地实施教育。

2、全面性原则。面对全体学生，通过普遍开展教育活动，使学生对心理健康教育有积极的认识，使心理素质逐步得到提高。

3、差异性原则。关注个别差异，根据学生的不同需要开展多种形式的教育和辅导，提高他们的心理健康水平。

4、人本主义原则。尊重学生，以学生为主体，充分启发和调动学生的积极性。积极做到心理健康教育的科学性与针对性相结合；面向全体与关注个别差异相结合，尊重、理解与真诚同感相结合，预防和发展相结合。

5、保密性原则。对求助学生的所有资料和信息决不应作为社交闲谈的话题，要进行保密。

**三、主要目标与任务**

坚持以人为本，尊重学生的人格，遵循学生的心理发展规律，根据学生成长过程的需要，在学校的全教育过程中为学生提供心理方面的帮助和服务，以达到充分发挥学生潜能、促进形成中学生心理健康和个性主动发展的目标，让三中每一位学生在活动中了解自我、悦纳自我、调控自我、实现自我，超越自我。在教育活动中学会认知、学会做事、学会做人、学会共处。

**四、常规工作**

**（一）硬件设施的改进**

**1、心理咨询室：**咨询室的布置按照常规心理咨询室布置要求，舒适、温馨、和谐，有工作规程张贴。

**2、心理活动室：**完善宣泄室的宣泄人配备，增加活动室的开放时间。

**（二）心理咨询工作的开展**

在上学期基础上，加强心理咨询工作的宣传力度，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。

**（三）心理档案的建设**

完成购买并安装适合本校师生使用的心理测量量表，在机房安装并利用心理健康教育时间进行普查，建立学生心理档案的基线。及时发现问题跟踪干预。

**（四）心理活动课**

七年级设有每周一节心理课，利用该课时普及心理健康基本知识，树立心理健康意识，了解简单的心理调节方法，认识心理异常现象，初步掌握心理保健常识，学会学习，学会交流，适应升学择业、生活、社会等。本学期具体课程内容详见重点工作。

**（五）心理社团**

心理社团将完成新一届的招新，并继续利用学校国旗下讲话、讲座、广播等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，以进步教育为抓手，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。

《青春心呼吸》社团广播于每双周周二中午播放，广播主题与主持人由社团学生完成。

推出心理社团访谈类节目《心语》第一季“如果重返12岁……”。

**（六）信息平台运用**

建立心理健康email 和热线电话，以最快的时间答复，以便那些不愿和辅导教师见面的学生可以通过电话和悄悄话信箱、email寻求帮助。

同时在家校论坛上以“心语信箱”为依托，着力解决学生在学习、交友过程中的烦恼和困惑。

**五、分年级重点工作：**

**（一）六年级：看看我的初中生活**

针对六年级新生开展融入活动，面向六年级新生进行社团新生招募，以专题讲座或者互动活动为主，测评系统到位之后进行第一批六年级基线测试。

在六年级进行一次“看看我的初中生活”小报征集及展示活动。

**（二）七年级：亲亲我的爸爸妈妈**

本学期七年级心理健康教育的重点在于解决“我”与世界的问题，心理活动课上将重点围绕“自我对话篇”、“青春健康篇”、“情绪快乐篇”和“智慧学习篇”四个主题单元展开，切实为青春期的学生提供认识自我、人际交往、情绪调控等策略。结合探究型课程《初中生离父母有多远》的访谈，结合感恩节等契机，让亲子沟通能够有一个破冰的过程，让真情、感动和有效地对话融入到青春期教育中。

在七年级进行一次“亲亲我的爸爸妈妈”现场访谈的游戏活动。

**（三）八年级：想想我的人生规划**

针对八年级日趋明显的“中二现象”，利用专题讲座或者小型座谈关注引导学生对于世界之宽、未来之久的理解，打开视野和心扉，将所关注的世界放大，对于生涯规划有初步的想法。

在八年级进行一次“想想我的人生规划”。

**（四）九年级：和未来的自己比比**

对于九年级的中考压力选择轻松的讲座与个别咨询结合的形式进行普遍与个体的辅导，更为重要的是对于走好未来的路的自信建立。配合九年级班主任老师重点关注危机学生，建立完善地心理干预机制。

在九年级进行一次“和未来的自己比比”励志活动。

七宝三中 心理室

2015年9月