**2020年心理健康工作总结**  我们以《中小学心理健康教育指导纲要》为指导，不断改进工作方法，提高心理工作的针对性、学科性和实效性，为实施素质教育营造良好的心理氛围。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:
一、关注校园心理安全，抓好心理健康教育。
  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，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。
二、整合各种资源，发挥心理健康教育合力。

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。我们学校非常重视心理健康课的开设，所有年级全部要上心理健康课，对学生进行系统而全面的心理健康教育，切实提高学生的心理健康水平。
 除此之外，我们也在其他的学科教学中渗透心理健康教育。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，我们全校老师注重挖掘教材中有利于培养学生良好心理素质的因素，通过巧妙的设计，通过组织各种活动，实实在在地推进心理健康教育。在课堂中巧妙地渗透心理健康教育，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活动为契机来推进心理健康教育。
  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。本学期开展的活动把不怕困难，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。每次活动之后，作为心理老师，在课堂上我都会进行适时教育,让学生将优化自身心理素质，提高自身心理健康水平。
  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。

三、开展各种心理活动，全面提高学生的心理健康水平。

我们根据各个年级学生的心理需求，开展丰富多彩的心理活动。一年级学生学做心理健康操，给学生们注入满满的正能量。三年级学生进行自信心的训练，让学生们能够看到自己的优势和特长，自信地成长。

四、开展团体心理辅导，提升学生的心理品质。

在班级开展各种主题的团体心理辅导，比如我的情绪我管理，我的挫折我面对等，让学生通过辅导学会如何管理好自己的情绪，面对挫折时该如何做。

五、加强有特殊需要学生的心理辅导，关注和保护特殊学生的身心健康。
  在学校生活中，有一些特殊学生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，做为心理老师，我努力从生活上、心理上、学习上关心、帮助他们，使他们找到自信，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，具体的做法是：
  1.开展心理咨询，建立健全心理档案。
  对全校学生进行调查，在普查基础上根据其结果设立特殊学生心理档案。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。

对立情绪是学生是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。

六、学校高度重视心理健康教育，大大提高了我校的心理健康水平。

我们学校对班主任和任课老师进行了心理培训，他们都取得了三级心理咨询师证书，可以运用所学的心理学知识更好的为我校的心理健康工作服务。
 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。我们将进一步挖掘、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。