**2022年度学校心理工作计划**

1. **立足课堂教育，提升教学品质**

根据《中小学心理健康教育教学大纲》并结合我校学生实际情况，合理安排心理教学内容，精心制作课件，组织课堂教学。

课程设置的基本内容包括自我意识辅导、人际交往辅导及学习心理辅导等，通过运用情境假设、角色扮演、案例分析等方法，在各种精心设计的课堂活动中帮助学生顺利完成认知矫正、人格重塑、心理调适等任务，从而达到提高学生心理素质的目的。

1. **规范咨询工作，落实辅导效果**

根据心理咨询值班制度，学校心理辅导室每周至少开放5小时。周一至周五每天中午12:00—13:00对学生正常开放。如遇突发或特殊情况，适时开放心理辅导。在心理咨询工作中以科学认真负责的态度，解除学生的心理困扰，帮助他们更好地克服在学习和生活中遇到的难题，顺利完成学业。

另外，加强与区心理健康发展中心及精卫中心的紧密联系，促进心理危机预防、辅导转化及转介系统有效运作。在心理咨询的过程中，如果发现来访者有危害其自身或危及他人、社会安全的情况，则立即采取必要措施，防止意外事件的发生。

1. **丰富社团活动，鼓励同伴辅导**

社团活动除社团成员定期进行工作汇报交流外，增加个人成长、团队建设及技能培训的内容。培训内容包括：班级心理信息员兼同伴辅导员角色定位、班级心理信息员兼同伴辅导员的工作职责、工作原则及考核、奖励办法，心理危机的识别界定、预警对象评估，心理危机干预具体措施等，鼓励社团成员成为促进班级同学心理健康的小卫士。

通过各种社团活动大力培养学生心理骨干，一方面有助于校心理辅导室更加普遍、深入地了解了各班同学的基本心理状况，尤其对个别情绪或行为特别异常的同学，能够提醒老师及时地对其进行关注和辅导，减少心理应激事件的发生；另一方面可以有力推动青春逆反期同学间的朋辈心理互助工作，并充分发挥发挥他们各自的主观能动性，在班级层面积极开展各种形式的心理健康教育活动，以自助、互助、他助等形式帮助同学们面对成长中的烦恼。

1. **加强培训宣传，扩大教育影响**

利用学校各种设施，积极推进心理健康[教育](http://www.isud.com.cn)宣传氛围。如利用学校广播站进行“心晴晨播”，通过这个平台，把心理健康教育理念传播到校园的每个角落。针对学生不同的心理状况及学习和生活中遇到的心理困惑，开展心理健康专题讲座。计划利用学校演播室在校会课时间里进行两次讲座：开学之初，结合学校心理辅导室的建设，开设一次有关学校心理辅导知识的讲座，破除部分同学认为只有心理有毛病的人才会去找心理老师的误解；学期末时，进行一次《应试技巧与心理调适》的专题心理讲座，帮助学生更好地在考场上发挥自己的应有的水平。

现在职校的学生越来越难以管理，老师的压力也随之不断增加，迫切需要心理学知识的指导。教师心理培训将根据学校工作安排，以讲座、座谈、团体辅导、工作坊等形式，于周五下午政治学习时间不定期举行，内容包括教师的自我心理保健、学生心理特点解析及班主任工作艺术等。通过教师心理培训，一方面有助于将心理教育理念渗透到学科教学、班主任工作及团队工作中。另一方面，通过各种心理保健知识的学习交流促进教师自我心理调节，增加工作的乐趣和积极性。此外，还可通过管理心理学等知识的学习，建设和完善学校的组织文化，增强教职工队伍的凝聚力和战斗力。

多年的心理健康工作经验显示，影响孩子心理健康的首要因素是家庭情况，家长是孩子最好的心理医生。利用家长学校继续开展家庭心理健康教育指导，进一步推进“正面管教家庭教育工作坊”项目，教给家长一些常用的家庭教育的方法，使家庭教育更贴近学生的心理，从而形成学校、家庭[教育](http://www.isud.com.cn)合力，共同促进学生健康成长。

1. **开展主题活动，营造心育氛围**

结合“5·25心理健康节”，策划“心理健康教育宣传月”活动，开展各类心理主题教育。以“调适压力，健康生活”为主题，面向全体师生，以积极心理学理念为指导，广泛开展各种内容丰富、形式多样、针对性强、参与面广的主题心理健康教育宣传活动，包括心理讲座、宣传板展览、橱窗展示、宣传资料发放等各种形式的活动，以及以“调适压力，健康生活”为主题的心理剧排演活动、主题班会活动等系列心理健康教育宣传活动。

1. **科研引领实践，促进内涵发展**

继续开展家长学校“正面管教教工作坊”活动，深入做实“职业心理素质培养在德育教育工作中的实践研究”课题，通过实践和研究并行，促进和推动我校相关工作的纵深发展。

另外，拓宽我校将和精卫中心等的合作，参与有关青少年自我情绪调适的相关课题研究，为有针对性地开展中职学生心理健康教育和心理辅导工作、改善提高中职学生心理健康水平提供一定的科学依据和方法指导。

新的一年,通过进一步加强心理健康教育工作的针对性、实效性，不断在实践中探索、修正，不断加强并逐步完善我校的心理教育工作，继续以教育科研为先导、以心理素质提升为重心开展工作，培养学生健全的人格和良好的个性心理品质，为学生职业生涯的终身发展打好心理素质的基础，将心育工作真正做细、做实、做到心里、做出成效!