**关注心灵，向阳生长**

**——薛家实验小学心理健康教育工作计划**

常州市新北区薛家实验小学践行“至善求真，适性扬才”的办学理念，非常关注学生心理健康的发展，坚持正面教育与自我教育相结合，学校教育与家庭教育相结合，课堂教育与课外教育相结合，多方位、多渠道、多形式开展心理健康教育活动。通过关注学生心灵，关心每一个学生的成长，着力打造一个美丽的、和谐的、充满人文关怀的精神家园。

1. 加强领导，完善制度

1.健全工作体系，优化心理健康教育组织保障

健全的学校心理教育工作体系，是优化学生心理教育工作的重要组织保障。我校成立了心理健康教育领导小组，由校长万莺燕担任组长，负责该项工作的领导、组织与管理，德育副校长祝卫其担任副组长，负责心理健康教育的课程开发和具体实施安排，学生发展处副主任郭桃琴负责协调安排心理健康教育相关活动和资料收集，国家二级心理咨询师高琪老师为心理咨询室兼职负责人，另设兼职心理辅导员（各班班主任及生命教育老师）、班级心理委员这样一个多层心理健康教育网络。实行组合多元化，各人员根据自身特长从不同角度、不同渠道开展工作，通过协同努力，有的放矢开展好心理安全教育，力争把极个别恶性问题消灭在萌芽状态，实现学生心理健康教育工作整体优化的目的。

2.完善工作制度，促使心理健康教育顺利开展

完善的制度，是顺利开展心理健康教育工作的基本前提，学校将进一步完善心理健康工作的规章制度。完善《学校心理健康教育计划》《心理健康教师工作职责》《心理咨询室工作制度》《心理咨询室》轮值制度等，每周二有老师轮流坐班心理咨询室，接待来访学生，处理学生来信等学生心理健康问题。

二、规范咨询，呵护心灵

1.设置心理咨询室

学校配备一间设施齐全的心理健康教育的咨询室和1个心理团体辅导室，使用面积达到配备标准。配备1名心理健康教师专门负责，保证咨询室的正常开放和高效使用。

1. 设置心理辅导信箱

设置心理辅导信箱，鼓励学生把自己生活的苦恼、学习的烦躁、成长的困惑等问题写在纸上投入信箱中，心理辅导老师每天定时开箱，通过书信、电话及面谈等形式，帮助学生自我探索，排忧解难。

3.开展学生心理辅导活动

心理咨询室全天对学生开放，主要用于对有需要的学生进行个别或团体辅导。心理咨询室辅导过程记录完整并及时归档，有相应的分析、对策与辅导效果评价。我校始终采用团辅与个辅相结合的方式，除了本校的专、兼职心理教师对学生进行团辅活动，还邀请新北区未成年人成长指导中心的心理健康老师和“彩虹伞”心理健康项目老师来为学生进行团辅活动。实践下来，不仅实实在在帮助学生解决了问题，绝大部分学生感觉情绪得到了宣泄，还获得了考虑问题的新角度、新选择，或是感觉问题得到了根本的解决。

4.开展心理普测活动

为了解掌握学生心理健康状况，进一步提升我校心理健康教育工作的针对性和实效性，根据市教育局相关要求，我校每年开展4-6年级学生心理健康普测工作。学生在学校网络平台上独立自主，不受干扰地进行调查测试。普测报告一是为我校开展学生心理教育健康工作提供参考和依据，另外就是为每一个学生建立一个心理健康状况的档案。通过普测发现一些有倾向的孩子，学校提供一些心理上的帮扶。

5.建立学生心理健康档案

（1）学生每次咨询后都必须填写“学生心理咨询登记表”，内容包括自身基本情况、咨询问题、对咨询结果的评价、对咨询工作的意见。这张表将作为“学生心理健康档案”的补充。

（2）老师在学生咨询后要对部分心理问题严重的学生做咨询记录，包括咨询同学的详细心理问题、解决过程、解决方式、解决对策。这将为日后的工作提供方向。

三、丰富活动，润泽心灵

1.文化润泽，滋养学生心灵

校园文化建设，时刻关注学生的心灵。学校图书馆、心理咨询室有专门的心理类图书资料，供全校师生借阅。学校网站有心理健康教育专栏，定期对学生及家长进行心理健康知识普及。学校结合生命教育月、校园艺术节、武术文化节等活动的开展，让学生在生动有趣的活动中，体会到生活和学习的乐趣，健全自己的人格，拥有阳光的心态，全面健康的成长。

2.专题活动，护航学生心路

学校举办“心理健康节”专题活动，通过举行“阳光心态，快乐校园”主题班队会；绘制心理绘画；书写心灵成长征文；召开家校心理健康知识讲座；亲子活动；开展学生心理健康教育讲座；全体教师进行心理健康知识学习。

3.学科渗透，培育健康心灵

各学科教师坚持以人为本，在学科教学中渗透心理健康教育。如班队课、德法课、语文课等。我校每周开设1节心理健康教育课，每月进行一次心理健康教育主题活动，如疫情期间《“疫”路有伴，用心呵护》《云端相伴，呵护成长》等。

四、多方协同，关注心灵

心理健康教育不能仅限于学校教育这一领域，它应当以更积极、更主动的姿态拓展阵地，我们觉得家庭与社会也是心理健康教育的重要阵地。

1.家长讲堂，共育心灵

我校利用家长学校对家长进行心理健康知识教育，加强学校与家庭的联系。通过讲座或参与活动等方式，指导班主任、学科教师向家长宣传心理健康教育知识，并为部分家长提供个别辅导服务，是我校大力开展心理健康教育，形成家校教育合力的一条有效途径。

2.社区力量，多元融通

我校充分利用校外教育资源开展心理健康教育，让新北区民政局资金支持的“彩虹伞”护航青少年心理健康成长公益项目在我校落地，聘请社会资深心理专家和社区义工，对学生进行定期和不定期的心理辅导。本学期，我们开展了《凝聚“赋能”，做自己的超人》《你好，女生》《让心灵充满阳光，向美而生》《心理专家进校园，护航少年促成长》《今天你是最亮的崽》《播种希望“植”得期待》《“疫”路有伴，用心呵护》《云端相伴，呵护成长》等心理团体辅导活动。