2021年春季开学心理健康教育

工作方案

镇东中心小学

2021年2月

2021年春季开学心理健康教育

工作方案

春季开学是学生心理问题的高发期，为进一步加强学生心理健康教育工作，做到学生心理问题早发现、早预防、早干预，防止学生因严重心理障碍引发恶性事件发生，确保在校学生的身心健康，维护校园安全稳定，根据市教育两委《关于进一步加强中小学生心理健康教育的若于举措》《蓟州区教育局2021年春季开学心理健康教育工作方案》及《区教育局关于做好近期学生心理健康教育工作的在提醒》和有关会议精神，结合我校实际制定本工作方案：

**一、指导思想**

进一步增强中小学生心理健康教育的针对性，积极应对综合征对学生心理健康带来的冲击，立足提高学生抗压、抗打击和抗挫折能力，以学生发展为本，遵循学生身心发展规律，坚持积极心理学的态度和发展心理学的理念，培养青少年学生尊重生命、热爱生活、积极乐观、坚韧阳光、和谐向上的心理素养，促进学生身心健康，营造积极向上的校园氛围，确保学生生命安全。

**二、工作目标**

秉承生命至上、健康第一的理念，从立德树人的高度持续用力，站在为党育人、为国育才的高度，时刻绷紧心理安全这根弦，将心理健康教育工作反复地地讲、重复地说，不断提醒干部教师和学生家长，用心、用情关爱呵护每一个孩子，将后疫情综合征影响降到最低，确保新学期不出现学生因心理问题造成的非正常死亡事件。

**三、重点工作**

**（一）扎实做好近期重点工作**

**1.召开一次心理健康主题班会。**开学后一周内召开一次心理健康教育主题班会，立足积极心理学理念，锤炼学生抗挫折能力，教会学生自我释放、自我减压方法，引导学生主动调适心理状态，更好地适应疫情防控常态化背景下的特殊校园学习生活。

**2.开展一次面对面学生家长会。**在做好防疫工作基础上，在开学一周内以班级为单位，组织一次面对面全体家长会，及时向家长通报学校的教育教学安排，普及心理健康知识，引导家长主动学习心理健康问题识别方法和处理技能，主动承担起教育疏导责任。

**3.开展一次开学心理状况摸排。**开学后，依托班主任、学科教师、班级心晴委员，采取科学方法对全体学生的思想动态、情绪状况进行全覆盖摸排，发现问题及时跟进疏导。要建立心理健康工作台账，重点关注学生在疫情期间出现的明显情绪问题，沉溺电子产品、家庭关系比较紧张、有抑郁倾向和行为偏差的学生，以及单亲家庭、离异家庭、家庭经济困难的学生，及时为他们提供充足的情感生活和学业支持，做好针对性帮扶。对重点关注的学生落实“一生一策、一生一档”管理、帮扶。一旦出现了紧张、厌倦学习的不良心态，可督促学生通过锻炼、散步、读书等方式进行减压，调整心态；对于心理困扰较大的学生，在加强与学生家长沟通的基础上，推荐心理健康热线电话，由专职心理健康教师实行“一对一”指导。对心理问题严重的学生，要及时与学生家长取得联系，做好转介工作。

**4.组织一次团体辅导活动。**在开学两周内，指导班主任面向全体学生，以班级为单位组织一次全覆盖的减压团体辅导活动，帮助学生减轻压力、消除焦虑、体验快乐，以积极健康的身心状态开始新学期的学习生活。充分利用区教育局提供的心理健康教育资料。（资料地址：http://nbzl.tjjzjy.cn，选择“心理健康教育/2021春季开学心理健康教育专题讲座”，下载后使用。）

**5.开展一次家访活动。**将家访作为发现问题、解决问题的重要途径。学校结合防疫要求，于第一周内组织任课教师全员入户家访，深入细致了解学生情况，有针对性地做好后期教育工作，让每一个孩子都能感受到组织的关怀。

**6.落实减负各项要求。**持续做好学生“减负”工作，合理安排教学进度，优化教学方法，减轻学生课业负担。同时，要开好劳动课程，适当增加劳动时间频次时长，组织学生每天开展体育锻炼，让学生在吃苦流汗中锤炼素质、舒缓压力。

**（二）严格落实常规工作要求**

**1.细化四级预警机制。**建立朋辈、班级、年级、学校四级预警机制，朋辈预警由班干部及心晴委员负责，班主任要积极引导学生骨干发挥好“信息采集器”作用，发现苗头情况迅速报告，让心理需要帮助的学生得到及时帮助。班级预警由班主任负责，全体干部教师要共同发挥作用，积极关注学生遇到困难或表现异常情况，及时反馈班主任，将心理问题解决在萌芽状态。年级预警由年级组长负责，要指导班主任加强与学生谈心谈话、走访交流，做到观察敏锐、信息通畅，及时发现学生心理问题，协同学校心理教师做好工作。学校预警由学校专兼职心理教师负责，要制定科学的工作预案，建立心理危机学生“诊疗—于预—转介”的绿色通道，及时为心理危机学生提供专业的诊疗建议。

**2.建好心理辅导教室。**严格按照《中小学心理辅导室建设指南》要求，设置个别辅导室、团体活动室和办公接待区等基本功能区域。心理辅导室外应设有心理信箱。个别辅导室面积要求10-15平方米／每间，配有咨询椅或沙发；团体活动室面积要求20平方米以上／每间，基本设施配有可移动桌椅、座垫、多媒体设备。办公接待区面积要求15平方米以上，基本设施配有电脑、打印机、电话、档案柜、期刊架、心理书籍等。学校设立好本校的心理热线，做到每名师生和家长熟知。（学校热线电话：022-29718104；蓟州区教育局周一至周五的心理咨询电话为29039731）

**3.落实心理教师配备。**各学校要配齐心理健康教育专职教师和一定数量经过专业培训的兼职心理健康教师，中学配备专职心理健康教师不少于2名，小学配备专职心理健康教师不少于1名。各校要充分挖掘现有教师资源，将具有心理学、教育学专业基础的教师逐步从文化课教师向心理健康教育课教师进行转岗。专职教师要集中精力做好心理个别辅导、团体辅导、心理健康知识普及和分类疏导帮扶等工作。

**4.开足心理健康课程。**严格落实教育部每周0.5课时的要求，确保学生全部接受系统的心理健康课程教育。课程中涉及快乐高峰体验、压力训练、抗挫折能力提升内容不得低于1/3，涉及励志教育、感恩教育、生命教育内容不得低于1/3，引导学生阳光快乐面对生活，掌握应对心理挫折的有效方法，懂得珍爱生命。我校成立心理健康教材编写组，编写镇东小学心理健康校本教材，计划于第三周末完成。

**6.丰富心理健康活动。**将心理健康教育与班主任工作、班队活动、校园文体活动、社会实践活动等有机结合，充分利用网络等现代信息技术手段，多种途径开展心理健康教育。通过开展心理辅导讲座、心理健康教育课、同伴互助、团体辅导等活动，帮助学生掌握简便有效、容易操作的心理调适方法。围绕心理健康教育开展形式多样的活动，科学组织开展校园文化、体育、艺术以及适宜的户外活动，引导学生劳逸结合、调节身心，打造以“5.25心理健康教育月”为代表的心理健康教育品牌活动。成立1个基于积极心理学基础的“阳光少年社”心理社团，分享成长故事，加强正面引导，提升心理健康教育的隐性教育效果。

**7.落实心理经费投入。**将学生心理健康教育摆在突出位置，作为德育的重要内容抓好抓实。按照生均不低于20元标准设立中小学心理健康教育工作经费，配备必要场地设施，保证支持心理健康教育的理论与实践研究。

镇东中心小学

2021年2月