# 学校心理团辅活动总结

来源：网络 作者：清风徐来 更新时间：2025-05-19

*学校心理团辅活动总结通用5篇学校的心理活动中，学生可以分享经验、了解知识，增进互动，从而更好地了解自己和他人。这些活动可以培养孩子的交往、沟通和合作等社交能力。以下是小编整理的学校心理团辅活动总结，欢迎大家借鉴与参考!学校心理团辅活动总结（...*

学校心理团辅活动总结通用5篇

学校的心理活动中，学生可以分享经验、了解知识，增进互动，从而更好地了解自己和他人。这些活动可以培养孩子的交往、沟通和合作等社交能力。以下是小编整理的学校心理团辅活动总结，欢迎大家借鉴与参考!

**学校心理团辅活动总结（篇1）**

众所周知，我国现今大力提倡走现代教育事业发展道路，而现代教育的本质就是素质教育，而不得不提的是，心理健康教育又是素质教育的重要组成部分。令人担忧的是，我国现阶段存在中小学校的心理健康教育普遍薄弱的情况。由此可见，我国中小学生的心理健康问题不容忽视。所以近十多年来，心理健康教育倍受各界的关注。在中小学开展心理健康教育在不仅是社会和时代发展的需要，也是学生全面发展、实施素质教育的需要。

当今社会，世界各国越来越重视心理健康教育对人才成长的影响。在发达国家，不仅社会上有各种心理咨询救助机构，学校也专门开设了心理健康课程，配备了心理辅导师。在当今世界上，心理健康教育已成为各国教育现代化的一项重要标志。我国中小学的心理健康教育自20世纪80年代末开始萌芽，90年代受到大众普遍关注，目前已在教育界形成一股持续热潮。在心理健康教育的实施模式方面，尽管多种模式并存，但从总体上看，从最初针对少数问题或高危儿童的筛查干预模式，到目前面向全体学生的发展性模式的转变趋势是很明显的。心理健康教育的形式更是多种多样，如开设心理辅导课程或讲座，在学科中渗透心理辅导，个别辅导，心理健康教育游戏等。

一、中小学心理健康教育现状

中央教育科学研究所心理研究中心主任余国良表明，10%左右的孩子存在着心理问题，更多的孩子需要心理方面的关怀。我国中小学心理健康教育在不同地区、不同城市的发展极不平衡。总体上看，东部沿海发达地区发展的较好，而经济相对落后的中西部地区却没什么发展；大中城市发展的较快，而一些小城市、农村对心理健康教育不够重视，甚至处于空白状态。

二、中小学生的学习心理辅导

学习心理辅导主要指教师运用心理学的有关原理，对学生在学习活动中发生的各种问题，包括认知、动机、情绪、行为等方面进行辅导。学校心理健康辅导主要是运用心理学、行为科学等学科的理论和技术，通过一定的手段帮助学生获得心理健康的知识，帮助他们认识自己，悦纳自己，增进身心健康，获得良好的适应。心理辅导的核心是引导学生自尊、自信、自爱，形成良好的自我意识和自我评价；其目的是使学生学会学习，学会做人，学会生活，学会创造，形成健康的个性（人格）。

中小学的教育属于基础教育，对我国培养新时代人才至关重要。而且，中小学时期正是学生们大力汲取知识，拓宽视野，养成良好的心理素质、行为习惯，树立正确的价值观、人生观的时期。而作为思想还未成熟的学生们，他们的健康成长、成才需要我们在一旁给予正确的引导和鼓励。对学生学习进行辅导主要有以下这几个方面：

1、学习动力辅导

学生的学习动力主要来源于他们学习的动机。一般人小时候都比较爱玩，但有些中小学生相比大多数同学，他们却能够忍受玩耍的诱惑，坚持不懈地学习直到完成学习任务。支持他们这样做的动力是什么，是这种动力使他们拥有超出一般人的毅力。心理学上就把人们经常以愿望、兴趣、理想等形式表现出来的激励人们行动的主观因素，叫做动机，也就是学习动机，其内容主要包括知识价值观、学习兴趣、学习能力感、成就归因四个方面。中小学生的.学习活动都是有一定的学习动机所引起的，它体现着对中小学生学习活动的激励作用。

对学习动力不足的学生进行辅导，教师就要了解他们的心理需求，并采取相应的满足学生需求的手段或条件，就要想方设法地培养和加强他们的学习动机，针对其个人原因在客观和主观因素两方面积极加以改善。不过，在此过程中，教师要抱有耐心，不要指望靠几次辅导就能解决问题。

（1）加强思想教育，明确学习目的。

（2）促进动机迁移，产生学习需要。有关研究表明，缺乏学习动机，对学习持冷淡态度的学生可能对一些文体活动具有相当高的积极性。对这些积极因素给予充分的肯定，并将其与学习活动联系起来，从而转化为学习动力，这是培养学习动机的有效手段。

（3）创设问题情境，激发求知欲望。

（4）运用新异刺激，唤起好奇注意。刺激的新颖性、醒目性、变化性、奇特性等容易唤起好奇心，引起学生的注意和探究。

（5）提供成功的机会给学生。一般来说，成功的经验能增强学生的学习动机，而过多的失败，则会大大削弱学生的学习动机。因此，必须尽可能多创造机会帮助学生获得成功的体验，尤其是学习差的学生。善于发现学生的优点，经常给予学生鼓励性评价。

中小学生学习动机缺乏主要有以下这些表现：

（1）懒惰行为（表现为不愿上课，不愿动脑筋，贪玩，不完成作业）

（2）容易分心（动机不足的学生注意力差，不能专心听课，兴趣容易转移）

（3）厌倦情绪（动机缺乏的学生对学习冷漠、畏缩，常感厌倦）

（4）缺乏方法（动机不足的学生把学习看成是被迫的苦差事，没有积极寻求适合自己的学习方法，满足于死记硬背，应付考试）

（5）独立性差（在学习上没有明确目标，学习行为往往表现出从众与依附性，极少有独立性和创造性）

2、学习策略：所谓学习策略，就是学习者为了提高学习的效果和效率，有目的、有意识地制定的有关学习过程的复杂方案。教师要做的就是培养学生良好的学习习惯。

（1）培养集中注意的习惯。

（2）培养勤记笔记的习惯。

（3）培养严谨的学习作风。

3、培养良好的师生关系。老师与学生不仅仅知识师生关系，更应该是朋友关系。毕竟对青少年来说，有些事可以与朋友交流，却不一定会与老师讨论。所以作为教师应该在学生面前扮演多种关系。

挖掘学生的闪光点，激发学生学习的兴趣和动机。缺点每个人都有，优点也是。如果一个人能说出自己很多的缺点却说没有优点，那么他能发现自己的缺点也是一个优点。

尊重学生，让学生感受到老师的关爱和温暖。教师面对学生时，考虑问题要从学生的利益出发，时刻为学生考虑。该表扬就表扬，而学生做错事遭批评时，也要顾及学生的颜面，不在公共场合批评，措词也要准确、不伤学生自尊。走进学生的内心世界，拉近师生间的心理距离。融入情感，与学生平等交流。

**学校心理团辅活动总结（篇2）**

中心小学在第三个心理健康教育月教育活动中，能够遵循“加强队伍建设，提高师资水平;加强机构建设，重视心理辅导;落实心育课程，促进均衡发展”的原则，贯彻落实自治区教育厅《关于开展第三个心理健康教育月活动的通知》文件精神，将工作与研究相结合，立足为学校发展服务，为师生健康成长服务，推进我校心理健康教育，加强我校心理健康教育教师队伍建设，使学校心理健康教育在我学校逐步普及并产生实效，不断提高我校心理健康教育的科学化、普及化和均衡化发展水平。

在活动中通过培训、研讨、展示活动，培养一支合格的校园心理健康教育的教师队伍;通过学校心理辅导机构建设，促进学校心理健康教育工作落到实处;落实义务教育阶段间每周一节的心理健康教育活动课，做到有课时、有教师、有教学设计、有心理咨询室、有个案积累;通过课题研究，逐步提高我校心理健康教育的质量，使学校心理健康教育工作制度化、规范化、科学化。

(一)推进我校心理辅导机构建设

学校心理辅导机构是为学生提供心理健康服务的专业场所，心理辅导是缓解和消除学生心理困惑，促进学生健康成长的重要途径。根据自治区教育厅《关于开展第三个心理健康教育月活动的通知》文件精神，我校成立了由校长负责，少先队主抓的领导组织机构。并根据学生的心理发展特点、结合本校的实际情况，建立了学校心理咨询室。

(二)丰富的心理健康教育内容，促进了教育质量的提高

1、加强学校心理健康教育，把教师的培训教育工作列入学校继续教育内容之中。在本月里开展了心理健康讲座，主题——激励的作用。听了讲座还结合本月学校组织的“在学科中渗透学生养成教育”的经验交流，展开了研究活动。按照“以点带面、逐步普及”的工作思路，发挥少先队心理健康教育的指导作用，通过发挥少先队主题队会课和思想品德课这主渠道的作用，进一步探索学校心理健康教育的方法和途径。

2、让全体教师了解学校心里辅导的理念，学习师生关系、教师与家长沟通的一般方法，懂得教师心理健康与自己维护，能在教育教学过程中体现心理健康教育的理念。

(三)存在的问题和一些建议

1、由于一个月的时间比较短，只能是集中组织开展一些---，缺少教育的系统性、针对性。对于教师、学生的心理健康教育是要渗透到大德育的环境之中，才能实现润物细无声之功效的。

2、有些活动还只追求了量的变化，而质的变化还有待于工作的深入。

3、开展心理健康知识宣传活动的力度还不够大，面也不够广。提高教师、学生、家长的心理健康水平，是要构建多元化的教育氛围，才能达到教育目标的，光靠学校一家单打一，工作的力量很微弱。所以，建议：在媒体上，教育部门要多呼吁，全社会人人都来关心心理健康教育工作，为提高全民素质做出贡献。

**学校心理团辅活动总结（篇3）**

本学期5月份以来，我校心理咨询室为全校学生组织开展了丰富多彩、形式多样的活动，增强了心理健康教育的实效性，有助于学生培养良好的心理素质，营造健康、乐观、积极向上的校园氛围。起到了宣传和普及心理知识的作用，增强了广大学生的心理素质，达到了预期的目的和效果，取得了圆满成功。下面简要进行这个月的活动总结：

一、领导关心，组织策划，学生会工作人员协作配合，积极互动。

校领导非常重视这次活动，按照学校的规定和要求，和学校政教处主任共同关心指导、精心策划组织了这次活动，顺利完成了前期准备工作，以橱窗、展板等形式针对性展示高中生生活、学习等心理健康相关知识，让学生了解更多的心理健康知识信息，能有效地面对现在，应对未来。

二、活动总结，成效创新

5月14日下午，我校在篮球场举行了现场心理咨询、测评及心愿墙活动。此系列活动由4个区组成，分别为：心愿墙区、测试区、咨询区、以及心理趣味图片展示区。咨询区由专业的心理辅导老师主持，其余三个区则由受过相关培训的学生主持。活动现场的趣味心理图片区吸引了众多眼球，很多同学认真分析了图片的涵义;更有大批同学纷纷涌到心语墙区写下自己的美好愿望，将自己的真心话传达给自己和朋友，很好的激励自己，表达情感;也有很多同学乐于做心理测评，更好的了解自己的性格和气质类型，为以后的职业生涯规划做好准备。虽然测试的人较多，但同学门仍旧很耐心地等待结果的解释。活动中同学们积极参与，也有老师加入活动互动中。

5月21日高一和高二年级部分学生的团体心理辅导活动顺利开展，通过此次团体辅导活动，促进彼此的交流沟通和了解，提高学生人际交往的能力，增进同学之间的友谊，形成团结互助，相互关心、友爱的校园氛围。通过自己探索，更好的认识自己、悦纳自己。

5月28日高三部分学生参加了考前缓解心理压力的团体辅导活动，有效的缓解了他们学习压力，放下思想包袱，轻松应对高考。

5月24日，关于“让心灵沐浴阳光”心理健康手抄报评比活动也已开展完毕，已于月底前评比并交给学校政教处留存备案。但是不足之处就是有些班级上交材料不积极，以后工作中，我们需要注意考虑好时间安排。

三、认真交流，总结表彰

5月31日整个活动月开展完毕，对活动中做得比较好的进行了表扬，公示相关获奖情况，对活动中做得还不够好的地方进行了认真的总结，收到了良好的效果。

总之，在过去的一学期中，在学校领导的关心和支持下，我校的心理健康教育工作取得了很大的进步。今后我们要继续提高认识，转变观念，特别是广大教师要转变观念，把心理健康教育工作做得更好，真正让每个学生都能在健康、温馨的环境中学习和成长。心理健康教育工作任重而道远，需要每一位教育工作者不懈努力，需要我们不断探索前进、积累经验，力争使我校的心理健康教育工作更有成效。

**学校心理团辅活动总结（篇4）**

一、人性化很突出

以前，培训就是老师在上面讲，我们在下面听。讲和听的人大都很不赖烦。内容很枯燥，没有真正学到什么知识。而这次培训，老师和我们打成一片，很亲切。感觉很好，觉得不好好学对不住老师。

培训名称听起来也很舒服。此次培训的名称是《在团体中相遇》；培训的资料称为《成长手册》；培训的地点叫工作坊。就是日程安排中也有茶歇。

二、了解“破冰”的技巧与重要性

在团体中，两个陌生人在一起要在短时间内熟悉，需要“破冰”。从破行为到破心态就是“破冰过程”。汪老师就是用“松鼠找窝”“钟馗捉小鬼”帮助参加培训的教师破冰的。

三、掌握一些心理辅导的基本技巧

在心理辅导的过程中，有一定的辅导技巧：接纳、倾听、共情。说说很容易，但真正要做到完全接纳那些有心理问题的学生，很困难。当有心理问题的学生需要帮助时，老师首先要做到接纳对方，即无条件的积极关注对方，认真倾听困扰着对方的事情，对其产生共情，感受对方的感受，了解其情况，让对方的情绪得到宣泄，然后一起探讨，最后解决问题。因此，教师要改变一下心态，无条件的积极关注着，倾听，共情等方式，真诚地对待别人，促进其人格的健康成长。

四、通过游戏教育学生

这次培训与以往的培训有很大的区别，那就是在培训过程中，老师除了讲解一部分团体心理辅导的理论与技术之外，还精心设计了一些游戏，让我们更加深刻地体会了心理辅导的重要性。

例如：心有千千结游戏。老师让我们每一个人手拉手围成一圈，让我们看清左手和右手分别握住了谁的手，然后放手，自由走动，突然停止，老师要求我们按照原来握住的手找到并握住，发现有许多结，这时候老师要求我们在不松手的情况下，把结解开，发现由于个别成员没有记清，不能完全解开千千结。老师给了我们第二次机会。这次，我们记清楚了，大家合作，发挥个人的智慧，指挥其他人如何快速解开千千结，发现效果很好。通过活动培养了我们的合作能力，发挥成员的个人智慧，可见他们的`组织能力很强。因此，这类活动可以在刚接手一个新班级时采用，选出具有一定组织能力的班干部。

又如：盲人与拐杖的游戏。老师要求两人一组，一个把眼睛蒙住，扮演盲人，一个充当其拐杖，拐杖不可以说话，但可以通过肢体语言来提示或暗示盲人，体验盲人生活。从被蒙上眼睛的那一刻起，发现眼前一片黑暗，感到很无助，多么希望能有人帮助自己。但得到别人的帮助后，觉得生活有了希望，感到很快乐。然后换位继续做游戏，自己也去帮助盲人，觉得帮助别人是件快乐的事情。从中，我感到生活中应该是互帮互助的，虽然我们是健全人，但有时我们就像盲人一样失去了方向，需要别人的帮助，同时我们也可以去帮助别人，尽自己的微薄之力，却可以给别人快乐，那是好事。同时，我想对残疾人说，不要自卑，要有自信，要对生活充满希望，并不断努力，改变生活现状，让生活充实，有意义。还有“动力圈”“天龙八步”“小鸡变凤凰”。

通过心理辅导培训，使我更加深刻地认识到：心理辅导和教育教学工作对于一个学校的发展是同样的重要。心理辅导是教师与学生共同成长的过程。我们都是单翼的天使，只有拥抱才能飞翔。只有心理和生理都健康成长的学生和教师，师生关系才能和谐发展，才有利于促进教育教学工作，提高教育教学质量，最后促进学校的发展。

**学校心理团辅活动总结（篇5）**

本学期，我以《中小学心理健康教育指导纲要》为指导，不断转变教学理念，改进教育、教学方法，改进工作方法，提高德育工作的针对性、学科性和实效性，为实施素质教育营造良好的心理气氛。并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。

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，以自身健康的心理去影响学生，本身就是一种最有说服力的心理健康教育。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。在学科教学中渗透心理健康教育，是实现心理健康教育目标的主渠道。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，使师生之间达到共鸣和合声，实实在在推进心理健康教育。在课堂中巧妙地渗透德育思想、心理教育，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喜闻乐见的活动为契机来推进心理健康教育。

今年，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，让学生将这种种良好品质的种子深深植于心中，这对学生今后的发展是有益的。

3.利用学校各种设施，推进心理健康教育。

开展心理健康教育，注重利用好学校的各种现代化设施，通过宣传橱窗、校园网、心理咨询室、热线电话等来开展形式多样，丰富多彩的各种心理健康教育活动。使学生在参与活动中，感受伙伴之间的团结协作的亲密友谊。

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。下学期，我将进一步挖掘、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。

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找