

# 初中生心理干预,疏导方案(精选5篇)

作者：有故事的人 来源：范文网 www.wtabcd.cn/fanwen/

本文原地址：<https://www.wtabcd.cn/zhishi/a/170735507447573.html>

范文网，为你加油喝彩！

2024年2月8日发(作者：《建国大业》)



初中生心理干预,疏导方案

初中生心理干预,疏导方案 (精选5篇)

为了确保事情或工作扎实开展，就常常需要事先准备方案，方案是从目的、要求、方式、方法、进度等方面进行安排的书面计划。那么方案应该怎么制定才合适呢？以下是小编收集整理的初中生心理干预,疏导方案 (精选5篇)，仅供参考，希望能够帮助到大家。

## 初中生心理干预、疏导方案1

根据当前疫情防控形势和学生心理状况，为更好帮助全校学生以更积极的心态投入开学复课后的校园学习，进一步促进学生科学认识心理健康的重要性，了解心理健康知识，掌握必要的心理调适方法，形成正确的心理健康观念，引导学生以积极的态度面对生活，增强耐挫能力，促进学生健康成长，我校决定在开展心理健康教育活动。

### 一、活动主题

关注心理健康，奠基幸福人生

### 二、活动宗旨

通过集中组织开展内容丰富、形式多样、参与广泛、针对性强的心理健康教育系列活动，进一步加强中小学心理健康教育，宣传普及心理健康知识，提高学生心理健康水平。

### 三、活动时间

20xx年2—6月

### 四、活动内容

#### （一）注重衔接，全面排查分析学生心理状况。

学校要提前分析研判学生可能存在的适应不良问题。班主任和任课教师要通过开展疫情防控、生命安全、卫生健康等主题的“复学第一课”、主题班会，积极引导学生总结、分享居家学习生活期间的学习体会和成长感悟，增强学生对未来的期待和信心。心理健康教育教师要采用学生自我报告、日常观察、访谈、心理绘画或其它专业心理评估等方式，对学生心理健康状况及时全面摸底，筛查学生心理问题，掌握困扰学生的具体压力来源和情绪行为问题。心理排查应坚持

尊重学生隐私、遵循保密原则，关注疫情对学生心理状况影响可能存在的长期性和隐蔽性。

#### （二）创新形式，帮助学生做好心理调适。

学校要开好心理健康教育课。通过举办“心理专家心理讲座”、手抄报、同伴互助等活动，普及心理健康知识，帮助掌握简便有效、容易操作的心理调适方法，向自制力好、意志坚强的同学学习，促进自我成长。各学科教师要在日常教育教学活动中，关注学生的心理状况，注重对学生进行心理健康教育知识的渗透。

#### （三）关注差异，针对不同年龄特征和学段特点提供心理指导。

学校和教师要注重结合学生的不同年龄特征、不同学段特点与个性差异开展心理健康教育。小学阶段，以组织开展游戏或心理拓展活动为主，在游戏、活动中鼓励学生表达，指导学生学会识别情绪并加以调节；针对毕业年级学生，要提供教育、教学和心理的全方位支持，缓解学生心理压力。关注学生的情绪变化，提供考前情绪指导，开展适当的文体活动和团体心理辅导，引导学生调节身心状态，树立信心，积极备考。

#### （四）实施干预，提供及时有效的心理辅导。

学校建立心理危机干预预案，完善心理危机预防、识别、干预、转介机制，搭建心理危机干预的服务平台，促进心理危机干预科学化和规范化。特别关注在疫情期间出现沉迷电子产品或行为偏差等情况的学生，提供干预性心理辅导，开展行为矫正，协助其回归正常学习生活。特别关注情绪波动较大的学生，提供陪伴性心理辅导，建立同伴互

助小组，协助其接纳和调节自己的情绪，促进其转变认知、优化心态。

#### （五）加大宣传，增强学生心理正能量。

学校要及时向学生传递权威政策信息，提高信息辨别和独立思考能力，降低焦虑情绪。通过学习疫情期间身边优秀榜样事迹、抗疫斗争中各战线表现突出人员等，帮助学生汲取正能量，塑造积极向上的成长型思维，增强自信心。要加大宣传力度，利用黑板报、宣传栏、校园广播、微信群、学校公众号等手段，营造温馨和谐、积极向上的

校园环境以及关心、关爱学生心理健康的良好氛围。

#### （六）加强沟通指导，形成家校共育合力。

学校要畅通与家长的沟通渠道，向家长宣传家庭教育、心理健康知识及方法，缓解家长焦虑情绪，提高家长心理健康意识，提高家长科学育儿和开展家庭教育的能力，协助家长建立良好的亲子关系，进一步优化家庭教育环境。

#### （七）长远谋划，扎实推进，健全完善心理健康教育工作机制。

学校要结合新形势，系统谋划心理健康教育工作，进一步完善心理健康教育工作体系和工作机制，加强心理辅导室等硬件建设，注重全体教师、专兼职心理教师心理业务水平和能力的提高，切实提高学生心理健康素质。

### 五、活动要求

#### （一）高度重视，加强领导。

加强中小学心理健康教育工作，是全面推进素质教育、培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人的必然要求。学校领导要充分认识加强中小学心理健康教育的紧迫性和重要性，重视心理健康教育活动月的开展，活动内容要丰富、针对性强，紧密结合疫情给学生带来的影响，贴近学生的学习生活实际；形式要多样，增强活动吸引力；参与要广泛，扩大活动的覆盖面和影响力。

#### （二）注重实效，打造品牌。

学校在开展活动时，要紧密结合学生年龄和心理特点，寓教于乐，注重实效，突出活动的教育意义；要注重品牌活动的创建，积极打造活动精品，使之持续开展，常做常新；要注意积累相关资料，加大宣传力度，及时上报活动开展情况。

#### （三）重视总结，提炼成果。

活动期间，学校将组织开展工作。各班要根据学校要求开展活动。提高活动质量和成效，提炼优秀成果，完善学校心理健康教育服务体系。对暂时不能复课的学生，学校要密切关注思想状况，做好思想引导和心理疏导。通过线上心理辅导、线上心理主题班会等形式，指导学生继续做好疫情防控，保持良好的心态，提升学习效果。

### 初中生心理干预,疏导方案2

在这个特殊的假期，每一位学生不仅要面对严峻疫情所带来的心理冲击，还要应对在线学习的挑战。复学以后，如何加强中小学生心理健康教育，实现学生的心理“复位”，是摆在所有学校和每一位心理健康教师面前的首要任务。

#### 一、组织机构

成立学校心理健康教育领导小组，由校长任组长，副校长任副组长，学校专兼职心理老师、行政人员和班主任共同参与、制定学校心理健康工作计划并明确分工和职责。

复学后建立三级预防机制，在心理健康教育、心理辅导和危机干预三个方面协同开展，系统推进。

## 二、紧抓契机，开展生命教育辅导

不经历生死，难以真正理解生命的可贵和价值。在这次抗疫战争中，无数医护人员、民警、防控人员和志愿者，冒着生命危险，奋战抗击在一线，成为最美“逆行者”，生动体现着伟大的民族精神和社会主义核心价值观，这一切都深深感动着包括所有学生在内的全国人民的心。经历过这样的全民战疫之后，学生对生与死的体验深刻，这正是引导学生思考、探寻人生意义的窗口期，是青少年学生人生意义辅导的大课堂。通过开展有关生命意义的心理健康教育，引导中小学生探索生命的本质，理解生命的价值，珍爱生命，将生命中的爱和潜能充分展现出来。

## 三、营造积极心态，提升防疫抗疫的正能量

传染病疫情迅速蔓延和发展的不确定性，给广大中小学生带来了恐慌情绪。当前，中小学生的积极心态对自身健康和疫情防控都具有十分重要的意义。

一方面，积极平和的心态可以提高自身的免疫力，增强对病毒的抵抗力。研究表明，情绪状态可以直接影响人体的免疫系统，情绪低落、忧郁，会导致免疫功能的下降。相反，积极乐观的心理状态，会提升免疫系统的能力。另一方面，积极心态可以使人提高警惕，做到自觉防护，阻断病毒的传播，携手打赢疫情防控阻击战。

积极营造健康向上的校园文化氛围，并以班级为单位开展重大疫情危机下心理调节活动主题班会，利于培养学生积极心态，提升心理健康素养，增强防疫抗疫的正能量。

## 四、个别和团体辅导相结合

抗疫情期间，学生面临巨大压力和挑战，部分学生可能会产生各种各样的心理问题，如紧张、焦虑、恐惧、忧郁、丧失兴趣、敌对、自卑和失眠等。因此，迫切需要精准分析，实施个性化心理辅导。需要针对不同类型的学生，开展针对性的心理辅导，包括个别辅导和团体辅导。

## 五、排摸重点，开展危机干预

复学前，通过班会活动、课堂观察、谈话、问卷等各种渠道全面了解学生的身心状况。只有早发现，早干预，才能帮助学生迅速摆脱困扰，克服心理障碍，恢复心理健康。

对个别有严重心理障碍的学生，或发现其他需要转介的情况，应及时识别并转介到其他专业心理咨询机构或医学心理诊治部门，并建立跟踪反馈制度。开展心理辅导必须遵循职业伦理规范，在学生知情自愿的

基础上进行，严格遵循保密原则，保护学生隐私。

### 初中生心理干预,疏导方案3

新冠肺炎疫情发生后，为指导各地做好不同人群心理危机干预工作，x月xx日联防联控工作机制印发《新型冠状病毒感染的肺炎疫情紧急心理危机干预指导原则》。目前，我国新冠肺炎疫情防控形势发生积极向好变化，不同人群心理状况也随之变化。为进一步加强重点人群心理疏导和心理干预，制定本方案。

## 一、工作目标

针对患者及其家属、病亡者家属、一线工作人员等重点人群，开展心理疏导、心理干预等心理服务，维护公众心理健康，促进社会和谐稳定。

## 二、工作措施

### （一）加强患者及家属的心理疏导。

各地医疗卫生机构要关注患者的心理健康状况，由心理治疗师、社会工作者等提供心理疏导服务。对于心理健康状况较差的患者，及时进行评估干预，必要时请精神科医师会诊。在患者出院时，将使用精神科药物干预患者的有关资料转交到隔离点或患者所在地区的基层医疗卫生机构，确保治疗的延续性。（卫生健康部门负责）

xx等受疫情影响严重地区的区县新冠肺炎防控指挥部要组建由精神卫生和心理健康专业人员、社会工作者等组成的服务队，对治愈隔离患者提供心理服务，重点为焦虑抑郁、失眠、创伤后应激障碍等患者提供心理疏导，及时识别自伤、自杀、攻击或其他精神病性症状人群，由精神科医生会诊或转入精神卫生医疗机构治疗。（卫生健康、民政部门负责）

城乡社区工作者要加强对患者家属及治愈归家患者的人文关怀，帮助患者恢复正常生活。引导社区居民正确对待患者及家属，避免歧视。通过组织动员社会工作者和专业志愿者等力量，为城乡社区有心理问题的治愈患者及家属提供精神慰藉、心理抚慰、社会融入等服务，及时识别有严重心理行为问题的个体，并向精神卫生医疗机构转介。（民政部门牵头，卫生健康部门配合）

（二）做好病亡者家属关心关爱及心理疏导。各地民政、卫生健康、工会、共青团、妇联、残联等部门要加强对病亡者家属的关心、关爱，组织社会工作服务机构、精神卫生医疗机构等为其提供社会支持、心理干预服务，引导其宣泄哀伤情绪，帮助其顺利度过哀伤期，恢复正常生活。病亡者所在单位、社区等应当建立关爱帮扶小组，为有需求的病亡者家属提供关爱帮扶和心理支持。对出现严重心理问题的家属，协助其到当地精神卫生机构就诊。x省、x市等疫情严重地区要做好骨灰分批交接安葬的工作预案，强化人文关怀，指导通过网上等方式寄托哀思，避免人群集聚。（民政、卫生健康、工会、共青团、妇联、残联等部门负责）

（三）强化低保对象、特困人员、特殊困难老年人、困境儿童、流浪乞讨人员、残疾人等心理支持。民政、妇联、残联等部门要动员和引导慈善组织、社会工作服务机构、志愿服务组织等社会力量，为

低保对象、特困人员、特殊困难老年人、困境儿童、流浪乞讨人员、残疾人等群体提供生活救助和关爱帮扶。x省、x市民政、妇联、残联等部门要摸清低保对象、特困人员、孤寡老人、孤儿、困境儿童、残疾人等群体的具体情况，把日常生活服务和保障与心理服务相结合，了解工作对象心理特点，针对性地提供心理支持或协助寻求心理专业人员帮助。（民政、妇联、残联等部门负责）

（四）做好疫情防控医务工作者心理服务。各地卫生健康部门要充分利用当地精神卫生、心理健康及社会工作服务资源，为医务工作者提供心理服务。对一线医务人员加强关心关爱，在轮休期间由精神卫生专业人员组织开展放松训练等活动。对出现明显应激反应的医务人员，要进行针对性的个体心理治疗或适当的药物干预。x省、x市要充分发挥当地精神卫生医疗机构和援鄂心理救援队的作用，通过讲座、团体辅导、个体咨询、网络平台、心理热线等方式，为医务人员提供心理服务。（卫生健康部门负责）

（五）加强公安民警等一线工作人员心理疏导。公安、司法行政、民政、工会等部门要做好公安民警（辅警）、司法行政干警、社区工作者、基层工作人员、下沉干部等值班、轮班安排，利用本系统资源或社会资源，对一线工作

人员提供心理服务，对有严重心理行为问题的个体进行主动干预。为因疫情防控殉职的民警（辅警）、社区工作者、基层工作人员等的家属加强心理疏导。x省、x市要发挥各类志愿者作用，注意识别、发现有心理需求或可能有严重心理问题的个体，及时通过社区干部联系心理服务专业人员和社会工作者进行评估、干预。（政法委、公安、司法行政、民政、工会等部门负责）

（六）加强特殊人群管理服务。各地要建立健全基层综合管理小组，加强公安监所被监管人员、服刑人员、社区矫正对象、刑满释放人员、强制隔离戒毒人员、强制隔离戒毒解戒人员、社区戒毒社区康复人员、参加戒毒药物维持治疗人员和自愿戒毒人员、易肇事肇祸严重精神障碍患者等特殊人群管理服务。信访部门要畅通诉求表达渠道，引导利益受损群众理性反映诉求，做好思想疏导工作。x省、x市要做好滞留在鄂、在汉人员特别是生活困难、经济损失较大人群的心理服务。

务。对有典型心理行为问题的利益受损群体，引入心理服务工作人员配合进行矛盾处理或纠纷化解，预防极端事件发生。（政法委、公安、民政、司法行政、卫生健康、信访部门负责）

（七）积极开展广大群众心理疏导。各地宣传、广电部门要发挥各类媒体作用，做好心理健康知识普及和国家政策解读，及时疏导广大群众因长期隔离带来的负面情绪，营造强信心、暖人心、聚民心的社会氛围。教育、工会、共青团、妇联等部门要利用各类线上、线下心理服务资源，加强对学生、机关企事业单位员工、妇女儿童等不同人群的心理疏导。x省、x市要将心理服务融入网格化管理工作，对仍有确诊病例的小区，安排心理服务专业人员、社会工作者或志愿者，及时疏导居民长期封闭管理产生的负面情绪。（宣传、广电、教育、工会、共青团、妇联负责）

### 三、保障措施

（一）各地要将新冠肺炎疫情心理服务纳入疫情防控整体工作部署，建立党政领导、部门协作、社会动员的工作机制。

（二）各地结合实际情况，对心理服务提供资金支持。支持精神卫生医疗机构、社会工作服务机构、社会心理服务机构等参与心理服务工作。

（三）各地要对心理服务工作者、社会工作者、专业志愿者等开展培训，提升服务水平，恪守职业道德，保护服务对象个人隐私。

#### 初中生心理干预,疏导方案4

随着疫情防控形势的变化，为了帮助全校师生在心理上有效应对此次疫情，积极预防，减缓和控制疫情带来的心理影响，我校制订了《20xx年疫情防控期间心理健康工作方案》，工作方案的主要内容如下：

##### 一、开通心理咨询热线

学校心理咨询室，面向全校学生开通针对疫情的心理支持电话热线咨询服务。

##### 二、提供针对性心理服务

为积极落实教体局的要求，围绕外出和从外地返回的学生，建立

针对性心理服务体系，班主任进行摸底，要求各班级实行“一对一”的服务，即各班主任通过微信、电话等途径主动沟通，了解思想和心理状态，密切关注学生心理发展变化，如果察觉学生心理出现高危症状，及时联合学校心

理咨询中心的工作人员，主动进行心理干预，以确保学生心理健康。

### 三、充分利用网络优势，全面做好疫情防控工作

为了落实疫情防控的工作要求，学校心理咨询室利用各年级学生管理网络平台，发布权威消息，通知学生最新疫情防控的工作要求，告知学生疫情防控方法，宣传如何在疫情期间保持良好情绪等科普知识，以确保学生在疫情的特殊时期，保持良好的心态和健康的体魄。

### 四、拟定开学后学生心理健康指导方案

根据目前疫情的变化趋势，学校心理咨询室拟定了开学后学生心理健康指导方案，将通过心理健康讲座、心理热线咨询、个别心理辅导等形式，开展心理辅导工作，减轻疫情对学生身心产生的不良影响，促进校园和谐稳定。

#### 初中生心理干预,疏导方案5

为舒缓情绪、减少心理压力，结合学校实际情况，特制定《XX学校应对疫情心理危机干预工作方案》，做到有效预防、及早发现、专业辅导，降低学生因突发事件而出现的心理应激危害程度，促进学生心理健康发展。

#### 一、指导思想

为坚定打赢疫情防控阻击战的信心，深入贯彻落实上级教育主管部门开展疫情相关决策部署和心理危机干预工作要求，将学校师生身心健康放在第一位，迅速建立心理支持服务热线，确保疫情防控心理服务工作有序开展。

#### 二、组织保障

成立应对疫情紧急心理危机干预领导小组，在疫情期间进行疫情应对的部署与规划，开展心理干预指导工作，

组长：XXX

副组长：XXX

组员：XXX

领导小组主要职责：

- 1.全面领导学校师生心理危机干预工作，对重大危机事件作出决策处理；
- 2.参加上级相关工作会议并做好落实；
- 3.执行学校疫情防控相关工作；
- 4.监督执行工作纪律，督导检查学生心理危机干预。

#### 三、工作目标

通过疫情相关信息以及心理健康知识的教育和宣传，加强师生关于病毒知识的了解与认识，改善消极情绪，提高挫折应对能力和情绪调节能力，做好疫情工作的相关预防。

通过心理辅导和干预，对持有不良情绪的来访者进行心理疏导，采用合理方式宣泄压力，增进现实适应度，尽快恢

复心理平衡。

#### 四、工作目标人群

服务对象为全体师生。

将存在心理危机倾向与处于心理危机状态的师生列入心理危机关注与干预的对象。

#### 五、具体实施

##### （一）预防教育

利用学校微信公众平台以及班级工作群进行疫情心理防护知识宣传与教育，介绍缓解压力、宣泄情绪的方法，引导师生正确认识疫情，做好心理调适，提高心理健康水平。

班主任做好学生心理危机早期预警工作，建立学生心理健康汇报制度，做到早发现、早上报、早评估、早治疗。及时发现学生心理问题并向专（兼）职心理健康教师反映。发现存在严重心理问题的学生，应及时向上级汇报，并在24小时内将相关信息以书面形式汇报给上级部门。

##### （二）健康测评

采用网络平台问卷收集的形式，对师生心理健康状况进行监测，对心理测试结果进行数据分析，定期提交心理测试报告。同时筛选出

需要进行心理危机干预的个体并进行回访，在线进行心理疏导。

##### （三）心理辅导

开展网络疫情心理辅导和心理咨询服务，服务方式为：

1.为师生提供网络心理咨询服，并做好相关记录记录。

2.开通心理支持服务热线开通心理热线电话，为急需情绪疏导和心理支持的师生提供服务。



更多 在线阅览 请访问 [https://www.wtabcd.cn/zhishi/list/91\\_0.html](https://www.wtabcd.cn/zhishi/list/91_0.html)

文章生成doc功能，由[范文网](#)开发