

疫情期间师生心理辅导方案及措施(通用8篇)

项目策划要求项目组成员具备良好的沟通、协调和组织能力。下面是一些备受好评的游戏策划方案，欢迎大家参考借鉴。

疫情期间师生心理辅导方案及措施篇一

坚定打赢疫情防控阻击战的信念和信心。教育为主，重在预防，及时干预，维护广大师生的心理健康。

(1) 立足教育，重在预防，积极预防、减缓和尽量控制疫情的心理社会影响；

(3) 针对不同情况实施分类，严格保护受助者的个人隐私。

防疫期的心理工作内容，根据开学的关键时间节点，分为“开学前”和“开学后”两部分展开：

(一) 开学前

(1) 共建多元的心理援助通道，加强防疫心理辅导服务

采取多元模式开展心理支持服务，包括热线电话、教学直播平台，电子邮箱、微信□qq□心理中心公众号等平台，及时回应同学们关注的问题，特别是疫情导致的焦虑、恐惧、抑郁、躯体化症状等各种问题。

(2) 线上开展心理辅导工作

利用网络和班级群开展的心理辅导服务工作，加强与学生的交流沟通。

(3) 利用网络平台，及时推送防疫信息

搜集网上心理健康教育资源，转发防控新冠肺炎的‘心理支持手册和心理健康知识信息或制作网络微课，帮助大家科学了解新冠疫情中人们的各种心理特点和有可能出现的心理问题，学会积极应对的策略。

(4) 建立亲情微信群，开展针对性服务

专门建立xx籍学生微信群，将心理老师、学生处、各大班主任和各位xx籍或疫情较严重区的学生相聚在一起，及时了解受疫情影响的学生心理健康状况和各种需求，保障信息畅通，及时解答学生提出的问题。

(5) 利用网络平台，对教师队伍进行心理辅导与危机干预的培训

组织团队成员参与心理辅导和心理危机干预的网上培训，提高开展疫情心理防护和危机干预的专业技能，确保为师生提供科学、专业的心理援助。

（二）开学后

(1) 提升心理辅导与干预服务质量

继续采取多元模式开展心理辅导与支持服务，包括热线电话，教学直播平台，电子邮箱、微信□qq□心理中心公众号等平台，及时化解同学们出现的负性情绪，特别是疫情导致的学习压力、就业压力等问题。

(2) 启动危机干预四级联动机制，提供精准心理服务

启动“学生—班主任—心理教师—心理辅导专家“四级联动关爱援助、信息沟通机制，实施”新冠肺炎疫情心理晴雨表

制度”，及时发现需要帮助的学生，提供精准的心理援助服务。

(3) 继续利用网络平台，及时更新防疫信息

利用网络平台，持续更新防控新冠肺炎的知识信息，帮助大家科学了解新冠疫情压力中的各种心理特点和有可能出现的心理问题，学会积极应对的策略。

(4) 加强心理辅导与危机干预专业人员的培训

对心理服务团队的成员进行心理辅导和心理危机干预的专业培训，提高心理咨询辅导特别是疫情心理防护和危机干预的专业水平。学习疫情心理援助知识，探索心理援助与干预技术，确保心理辅导、心理援助、心理危机干预的科学化、专业化和针对性。

疫情期间师生心理辅导方案及措施篇二

为疫情防控期间不同类别学生提供心理支持、心理疏导、危机干预等服务，帮助学生预防和减轻疫情所致的心理困扰，寻找和利用社会支持资源，维护心理健康，防范心理压力引发的极端事件。

1、开展中学生心理健康教育，要立足教育，重在指导，遵循学生身心发展规律，保证心理健康教育的实践性与实效性。为此，必须坚持以下基本原则：

a□根据学生心理发展特点和身心发展规律，有针对性地实施教育。

b□面向全体学生，普遍开展教育活动，使学生对心理健康教育有深刻的认识，逐步提高心理素质；关注个别差异，根据学生的不同需求开展多种形式的教育和辅导，提高他们的心

理健康水平。

d□尊重、理解与真诚友善相结合；预防、矫治和发展相结合；教师的科学辅导与学生的主动参与相结合；助人与自助相结合。

在学校心理健康教育指导委员会的领导下，每学年初根据工作岗位人员变动情况，动态调整各年级心理健康教育组织机构，健全学校心理健康教育网络。

2、开设心理健康活动课。开展多种形式的班主任、任课教师的心理健康教育活动。普及心理健康科学常识，帮助学生掌握一般的心理健康知识，培养良好的心理素质。多方配合，协调统一，做好学生的心理健康教育。

3、全校各班开设心理健康教育课，由教师兼职任教。每两周上一次心理健康课，普及心理健康知识。能及时发现、解决学生存在的心理问题。

4、设立专门的心理咨询室，对学生提供单独性质的心理咨询。并对心理咨询的案例进行纪录、整理和入档，存档工作确保咨询对象的个人隐私情况的保密性。

5、开辟内容新颖，富有教育意义的心理健康教育宣传栏，营造校园心理健康教育的良好氛围，使全体师生受到潜移默化的影响。

6、疫情期间心理健康教育特别说明：疫情期间，因为学生在家学习，情况特殊，心理疏导显得尤为重要，可以通过以下方式进行：一是实地家访，针对特殊学生进行一次家访，面对面交流疏导，树立孩子的信心；二是电话□qq或微信家访，针对路途比较遥远的家庭，主要通过这些平台方式，至少每周进行一次；三是各班每周进行一次线上主题班会，进行集体疏导；四是联合科任老师，了解全班学生在家情况，根据

需要分配重点疏导对象，要求随时关注、家访、疏导。

7、学校成立疫情防控期间心理健康教育工作小组。由专职心理教师、班主任和心理委员组建，在学校领导下，有序开展工作。

8、做好心理健康宣传教育通过公众号、微信等网络形式，发动社会力量，为受疫情影响的学生提供情绪调节方法、社会资源渠道等方面的内容。

（三）针对三类人群的帮扶措施。

第一类：近期受重大影响的学生，做重点关注和关怀，重点评估受影响学生的心理情况，有必要可考虑提供一对一心理咨询服务。

第三类：通过班主任群和公众号，向全体学生发送心理健康常识及心理求助资源渠道。

如有必要，寻求恩施州心理咨询师协会和恩施州新冠疫情期间心理危机干预小组的帮助，协助相关工作。

疫情期间师生心理辅导方案及措施篇三

为贯彻落实《关于进一步加强新型冠状病毒感染的肺炎疫情紧急心理危机干预工作的. 通知□□xx防控防指[xx20]xx号）和《省教育厅办公室关于针对新型冠状病毒感染的肺炎疫情开通心理支持热线和网络服务的通知□□xx教办学函[xx20]xx号）精神，我校大学生健康成长指导中心开展疫情防控心理危机预防与干预工作，制定本方案。

根据师生实际，采用四级目标人群分级服务，具体如下：

第一级：确诊患者；第二级：疑似患者；第三级：个居家隔离

离人员；第四级：普通大众。

（一）开展线上科普教育

借助“xx”微信公众号，进行疫情心理防护知识宣传与教育，针对性推出并转发权威发布的有关疫情心理危机预防与干预的相关信息，并组织各学院及时转发推送，引导师生做好“抗疫”防护。

（二）开通抗疫情心理专线

1、学校热线。我校大学生健康成长指导中心紧急开通心理服务热线，热线电话及各号码对应服务时间已于“xx”微信公众号公布，我校师生如有需要均可拨打。

2、扬州热线。有需要的师生也可拨打扬州市24小时疫情应对心理援助热线xx□

注意：扬州市热线服务主要针对因肺炎疫情出现较为紧急情况、急需情绪缓解人群，如您情况尚可，请将时间留给更需要的人。

（三）开通网络心理疏导

我校大学生健康成长指导中心对应心理服务热线，开通网络心理疏导“qq”在线服务，并通过各院心理辅导员公布给全校师生。

（四）组织人员，网络培训

组织心理健康教育专职教师、校级及院级大学生心协成员、班级心理委员、宿舍心晴联络员进行疫情心理危机预防和干预线上培训，认真学习教育部司政司组织的《高校心理援助热线》和《大学生心理应激与应对》专题讲座、中国科协发

布的《疫情传播期间心理防护指南》等文件，提升心理健康教育专职教师的心理危机防护干预能力，增强师生心理自助、朋辈互助能力，充分发挥学校、院系、班级、宿舍“四级”预警防控体系作用，相互支持，传递正能量。

（五）启动危机干预机制

发布《致全校学生和家的一封信》，启动“宿舍心晴联络员-心理委员-心理辅导员-大学生健康成长指导中心”四级联防联控体系，组织宿舍心晴员及时填写《宿舍心晴联络表》，由心理委员进行学生心理动态每周统计，并上报至心理辅导员，由心理辅导员对需要帮助的学生开展初步心理疏导，及时干预。

（六）做好开学后学生心理辅导和咨询工作

采用大学生健康成长指导中心心理测评平台，对学生进行心理健康状况普测，同时进行数据分析、风险评估，对于筛选出的需要进行心理危机干预的个体，组织开展心理疏导与干预、跟踪回访，定期提交心理测试及干预回访报告。

疫情期间师生心理辅导方案及措施篇四

为全面贯彻落实《中共中央国务院关于进一步加强和改进未成年人思想道德建设的若干意见》和教育部颁发的《关于加强中小学生心理健康教育的若干意见》，进一步提升我校德育工作水平，宣传普及心理健康知识，营造良好心理健康教育氛围，提升师生对自身、对他人心理健康的关注，促进学校心理健康教育和谐发展，在月份开展我校的心理健康教育月活动。现将活动方案公布如下：

和谐心灵，健康成长

20xx年x月x日—x日

主办□xx学校团委

承办：校心理健康教育辅导中心

全体师生

1、心理健康教育标语宣传

心理辅导中心制作积极向上，阳光和谐的宣传标语在学校电子屏播出、校园宣传窗张贴，营造气氛，让全校师生积极参与进。

2、心理健康教育辅导中心制作的《心理健康知识》宣传册发放

将学校心理健康教育辅导中心制作的《心理健康知识》宣传册分发到每个班级。

3、每班开展一次心理健康主题班会

参加对象：全校班级（除20xx级）

要求：各班围绕本次心理健康教育月活动月主题，具体题目自定，在班会结束后各班将图资料以电子版的形式上交心理健康教育辅导中心。

时间：月1日之间上交。

4、每班出一期黑板报，拍照后以电子照片格式上交心理健康教育辅导中心

参加对象：全校班级（除20xx级）

要求：围绕本次活动月主题，团委宣传部将在月19日之前评

比。

5、开展学生心理小论征集与评选活动

参加对象□20xx□20xx级班级学生

说明：学生心理小论，是学生自己研究、撰写的关于心理健康教育方面的论，论必须体现中学生自己的观点和方法，不得抄袭。

小论主题：自我意识、情绪管理、人际关系、学习心理、青春心理、生涯发展、热点问题心理分析等。

疫情期间师生心理辅导方案及措施篇五

525-心理健康周一——健康从心开始，生命因你绽放

1、为宣传我校心理健康的主题活动，努力营造积极向上、健康文明的文化氛围，培养学生的`健康心理同时，向全校师生宣传心理健康的重要性。

2、引导以良好、阳光、理智、健康的心态去面对生活。

1、利用国旗下讲话宣传。

2、充分利用校园媒体（横幅、黑板报、广播、校园网络等）。营造良好的舆论氛围。

3、利用班级主题班会课进行正能量宣传。

1、周一国旗下讲话：《健康从心开始，生命因你绽放》

讲话人：

2、周一班级主题班会：《珍爱自己》

责任人：班主任

3、校园广播：《525心理专题内容》

责任班级：8.2班

4、“525心理健康教育”手抄报展

责任人：政教处

5、心理健康咨询活动

责任人：郝培凤、周波（集中咨询时间：5月22日--5月26日的大课间）

6、观看心理健康教育视频。

疫情期间师生心理辅导方案及措施篇六

为了使学生具有良好的心理素质，拥有健康快乐的生活环境，我校以“阳光心灵，快乐成长”为主题，开展系列心理健康教育活动。通过本次活动，以加强师生心理素质教育，促使师生科学地认识心理健康，了解心理健康知识，学习心理调适的基本技巧，努力营造“人人关注心理健康，人人参与心理健康”的良好氛围，促进学校心理健康教育进一步广泛深入开展。

阳光心灵，快乐成长

“我健康，我快乐”

1、面对全体学生，开展预防性和发展性为主的心理健康教育活动，引导学生关注心理健康，培养良好的心理素质。

2、面对全体老师，开展宣传教育活动，引导教师在教育教学过程中关注学生心理健康，普及学生心理健康教育的知识和技能。并通过维护心理健康知识的宣传，提高教师个人职业心理素质。

组长：

副组长：

20xx年xx月

心理咨询沙发；照相机；话筒；报纸等。

一、宣传小学生心理健康知识

内容包括：

- 1、小学生如何养成良好的行为习惯。
- 2、小学生自己情绪调节的途径。
- 3、如何建构良好的同伴关系。
- 4、我校学生感恩操以及心理健康教育活动照片

宣传方式：

- 1、国旗下讲话
- 2、红领巾广播站

二、“感恩母校，放飞理想”团队心理辅导活动(负责人□xx)

参与人员：全校学生

疫情期间师生心理辅导方案及措施篇七

1、学习校园安全知识，认识安全警示牌，对学生进行安全教育，防患于未然。

2、通过这次主题班会，引导学生学习生活安全知识，尤其在校园，进一步增强学生的安全意识和自己保护意识；掌握一些自救自护的本领；珍惜生命，健康成长。

通过学习，时刻提高警惕，自觉做好防范工作。掌握自救方法，提高自护能力。认识安全的必要性，树立安全意识；增强安全的责任感。

安全知识

一、谈话导入，明确主题

二、学习安全知识

同学们清晨，当我迈着轻快的步伐来到学校。我们知道新的一天开始了。作为学生，我们更多时间都是在校园里度过的，但是在上下学的路上，在家里也不能掉以轻心。

安全小组讨论

上下楼应注意什么？

课间活动应注意什么？

教室内活动应怎样注意安全？

上体育课应注意哪些安全事项？

在饮食、就餐方面注意哪些安全事项？

在交通安全注意哪些事项？

1、日常行为安全：不携带刀具、火种或其它危险品进入校园；不在楼梯、走廊上打闹、挤搡；上下楼梯靠右行，不拥挤、不抢行。要做到“轻声慢步靠右行”。

2、体育课体育运动安全：在体育运动中一定要做好准备活动，听从体育教师的安排和调度，不可私自活动或打闹。老师讲解动作要领时要认真听讲，在做有一定难度的动作时要学会自己保护，加强保护意识。在做器械运动时要检查好器械，不随意投掷器材。

3、集体活动安全：班级、年级组织的户外活动、要遵守纪律，一切行动听指挥。

4、同学之间要和睦相处，互帮互助，团结友爱。若存在分歧、矛盾要及时沟通化解，不要大打出手。若发现对方寻衅滋事应及时向有关老师反映情况，寻求学校的帮助。

5、安全顺口溜：

上课小腿莫伸长，走廊狭窄不疯狂。

上下楼梯靠右走，危险游戏一扫光。

同学之间有磨擦，宽容谦让是良方。

6、火灾的预防：

(1)、特别常见的火灾事故：我们的生活处处与火打交道，但火又给我们带来很多危害，所以我们不要玩火，平时不要携带打火机、火柴、鞭炮。

(2)、我们的家长有很多都是抽烟的，同学们要特别提醒家长不要躺在床上抽烟，特别是烟头不要乱扔。

(3)、使用电器要小心，使用日光灯、电热器时，要与可燃物保持一定的距离，不要用灯泡、电热器烤衣服、手巾等物。

(4)、使用蚊香要注意，点燃的蚊香放在金属盘、瓷盘或水泥地、砖地上，同进还要注意远离可燃物。

(5)、使用火炉要小心，炉旁不要放可燃物，千万不要用火炉来烘烤衣服，如果要烘烤，必须要有人看管。

(6)、使用液化石油燃气灶要注意安全，点火时，要先开气阀，再用电子点火。用完后，要随手关阀门，同时特别要注意用液化气做饭、烧水时要专心看守，以防水把火浇灭。

(7)、不要私自在野外进行野炊、烧烤等活动，以防引发山火。

(8)、不要在人口密集，和有油库、炸药、酒厂、化工厂附近燃放鞭炮和烟花。

(9)、不要乱烧垃圾，同时不要把燃烧的煤渣放在垃圾堆里，这样容易燃烧引起火灾。

(10)、清明节时，扫墓也要特别注意香蜡引发的火灾。

(11)、家中发生大火应就立即就地取材，用湿毛巾盖住火焰，并迅速切断火源。

(12)、如果油锅着火，千万不要用水去灭火，更不要直接用手端锅，以免汤伤，应立即将锅盖盖上，或用沙土、棉被湮灭。

(13)、如果是电器着火，立即拉闸断电，用干的毛毯棉被捂盖，切记不要用水扑救，因为水是导电的。

7、火灾的自救：

(1)发生火灾第一件事是拨打“119”讲清着火地点

不要慌张，沿墙壁匍匐前进，并用湿毛巾包住口、鼻，如果衣服上着火，不能盲目乱跑，应该扑倒在地来回打滚或跳入近旁的水中。

(2)、如果在影剧院、商场等公共场所发生火灾，首先要保持镇静，要辨明方向，千万不要拥挤、盲从，不要往座位下、角落里或柜台下乱钻。

(3)、要学会使用灭火器，常用的有干粉灭火器，使用方法：

a□上下摇动

b□拔掉保险销

c□喷嘴管朝向火焰的根部

d□压下阀门，人离火不要太近，在喷射时人成弓步站立

三、安全知识问答

1、像这种情况，我们班发生过吗？

a.用铅笔、铅笔刀或其它尖锐的东西互相打闹。

b.在教室里互相追赶。

这样做对吗？为什么？（学生回答）

2、在我们学校还有许多地方需要注意安全，找一找哪个地方需要注意安全？（同学自由发言）

师小结：同学们找的这些安全隐患非常好，是学校的问题下

课后老师会及时向学校领导反映，自己的问题可要及时改正，防患于未然。

3、安全知识问答。答对就得一颗星。

选择题：

(1) 同学之间发生小摩擦时，下列处理方法正确的是()

a□原谅同学或报告老师，让老师处理。

b□记恨在心，事后叫人一起教训对方。

c□据情节给予报复。

d□叫家长到学校来教训对方。

(2) 在预防饮食安全方面做的不妥当的是()

a□购买包装食品时，要查看有无生产日期，保质期，生产单位。

b□餐具要卫生，要有自己的专用餐具。

c□在外就餐时，选择较为便宜的，无证无照的“路边摊”。

d□养成良好的个人卫生习惯。

(3) 乘车时较为安全的行为是()

a□在道路中间拦车。

b□上车时争先恐后。

c□车辆行驶时，头、手不伸出窗外。

疫情期间师生心理辅导方案及措施篇八

认真践行社会主义核心价值观，全面落实立德树人根本任务，坚持育心与育德相结合、新冠肺炎疫情防控与心理健康教育相结合、团体辅导与个体咨询相结合，树立生命至上与身体健康理念，结合教职工工作特点，结合新冠肺炎疫情的影响，结合学生身心成长与发展规律，开展心理健康教育，营造理性平和的工作、学习、生活环境，促进学生全面发展。

成立疫情防控期间心理健康教育工作组

组长□xxx

副组长□xxx

成员□xxx□各年级主任、各班班主任、各班心理委员、宿舍管理员

按照文件精神与具体要求，在全体师生中全面做好新冠肺炎疫情防控期间心理健康教育工作，加强新冠肺炎疫情防控期间心理健康知识宣传与普及，增强师生的心理健康意识，重点做好疫情期间的心理援助与危机干预，确保广大师生以健康积极心态开展学习与生活。

（一）提高政治站位，高度重视学生情绪波动

全体工作人员要提高政治站位，高度重视学生心理健康教育，切实做好疫情防控期间学生的心理健康教育工作，并与学生日常思想政治教育、管理、服务统筹起来，一体推进，抓紧抓实抓到位，确保不出现因心理原因产生的极端事件。

（二）做好摸底排查，掌握心理动态

各班主任要组织好班级心理委员、寝室室长开展工作，对所有学生进行心理状况摸底排查，实时掌握学生心理动态。

根据不同情况做好心理支持服务，减轻疫情、核酸检测、封闭管理等特殊情况可能对学生造成的心理困扰，促进校园和谐稳定。如有情绪异常波动的同学，班主任及时疏导，如果疏导无效，及时与心理咨询室联系。

具体排查内容：

- 1、学生情绪状态。尤其要关注因心理问题长期请假，刚刚返校的住校学生的情绪状态。
- 2、宿舍人际情况。避免冲突，有矛盾及时调解。
- 3、学生中舆情情况。引导学生不信谣、不传谣，坚定对老师和学校的信心，保持情绪冷静。

（三）加强宣传教育，做好心理防护

- 1、通过班级微信群实现家校密切沟通与联系，让被管控在校的'住校生家长放心，协助稳定学生的情绪，帮助隔离在家的跑校生家长稳定孩子的情绪。
- 2、心理咨询室进行疫情防控期间心理防护知识的宣传教育，鼓励同学树立信心，减少恐慌，营造团结、安全、理性的氛围。
- 3、密切联系班主任工作群，指导班主任开展疫情期间心理健康教育。

（四）开展咨询服务，做好人文关怀

- 1、公示热线电话

做好学生线上、线下个体咨询和团体辅导工作。认真做好新冠肺炎疫情防控期间师生心理状况调查，严格执行咨询师轮值制，切实做好线上线下心理援助，通过个体咨询和团体辅导相结合的方式，及时解答师生心理困惑，为有需要的师生及时提供咨询转介。

2、聚焦重点人群

(1) 封闭管理的住校生。各班主任要对住校学生的人际关系、情绪波动情况进行关注。

(2) 因心理原因请假后复学的学生。关注他们现在是否服药，药量能坚持的日期，情绪波动情况。

(3) 家庭情况特殊学生。家中有人生病或其他事件的学生的的情绪状态要及时关注。

(4) 心理脆弱学生。对疫情有恐慌、害怕、担忧的学生，要及时安抚。

(5) 密接、次密接学生。

3、成立宿舍心理互助小组

各宿舍成立宿舍心理互助小组，积极发挥班级心理委员的作用，密切关注学生心理健康状况，做到早发现、早干预，团结一心，共同稳定情绪，平稳度过疫情。

4、做好个别辅导

各班班主任对心理波动过大，无法有效安抚的学生，及时联系心理咨询室辅导老师。

(五) 做好学生返校后防控工作

1、严格执行心理异常及时报告制度。班主任、宿舍管理员、班级心理委员积极发挥各自职责，密切关注班级及宿舍同学的心理状态及变化，对于情绪、行为等方面出现异常变化，如情绪异常低落或暴躁、行为表现背离常态的同学，应在最大程度保护其隐私的情况下，及时上报政教处，由心理咨询室和学校提供力所能及的帮助。

2、开展科学评估，加强分类指导。学校要密切关注返校后师生心理状态及变化，确保在安全防护的情况下做好谈心谈话、咨询转介。科学评估师生健康状况，重点关注那些因新冠肺炎疫情出现焦虑、悲伤情绪的学生，分层分类提供帮助及必要的心理咨询服务。

3、规划课程活动，提升防疫能力。根据学校实际情况及师生需求，有针对性设计心理健康课程和活动，提升师生管理情绪、应对压力的水平，着力营造校园和谐平安氛围。

4、建立师生心理健康档案。校方应及时掌握师生心理状态与变化情况，建立师生心理健康档案，并加强对重点关注人员的信息更新与跟踪服务。师生心理健康档案应由专人保存，并防止隐私泄露。

5、努力提升队伍工作能力。多渠道提供各类培训与问题解答，完善与提升沟通交流、思想引导、情绪疏导与生活指导的专业知识与能力。

（一）加强领导，明确责任。学校要高度重视疫情防控期间学生心理健康工作，严格落实各项措施，确保师生心态平稳健康。

（二）履职尽责，加强监管。各工作人员应充分发挥各自职责，加强日常管理，发现情况及时上报，全面做好师生心理保健工作。

（三）关怀教育，注重方法。工作过程中要体现人文关怀、注意方式方法，保证工作质量的同时最大限度保护师生隐私。

上下同欲者胜，同舟共济者赢。不管乌云再怎么肆意地弥漫，风云过后必是一片蔚蓝天地，而遮天盖地的云层上面，也永远是阳光灿烂。望七中人携手共进，共同打赢这场疫情攻坚战。