

## **KẾ HOẠCH** **Hoạt động tư vấn tâm lý học đường năm học 2022 – 2023**

Căn cứ Thông tư 31/2017/TT-BGDĐT ngày 18/12/2017 của Bộ Giáo dục và Đào tạo về Hướng dẫn thực hiện công tác tâm lý cho học sinh trong trường phổ thông; Kế hoạch số 29/KH-UBND ngày 06/02/2020 của Ủy ban nhân dân thành phố về việc triển khai thực hiện Chỉ thị số 31/CT-TTG ngày 04/12/2019 của Thủ tướng Chính phủ về tăng cường giáo dục đạo đức, lối sống cho học sinh, sinh viên trên địa bàn thành phố Hải Phòng;

Thực hiện Kế hoạch số 123/KH-THQT ngày 19 tháng 9 năm 2022 của trường Tiểu học Quang Trung về thực nhiệm vụ năm học 2022-2023, Trường Tiểu học Quang Trung xây dựng kế hoạch tư vấn tâm lý học đường năm học 2022 – 2023 cụ thể như sau:

### **I. Mục đích - yêu cầu:**

#### **1. Mục đích:**

Định hướng giáo dục cho học sinh có khó khăn về tâm lý, tình cảm, những bức xúc của lứa tuổi, những vướng mắc trong học tập, sinh hoạt, hoặc những khó khăn học sinh, cha mẹ học sinh gặp phải trong quá trình học tập và sinh hoạt. Góp phần ổn định đời sống tâm hồn, tình cảm và giúp học sinh thực hiện được nguyện vọng và ước mơ của mình.

#### **2. Yêu cầu:**

Các thành viên của tổ tư vấn phải am hiểu đặc điểm tâm sinh lý lứa tuổi học sinh và phương pháp tư vấn để việc tư vấn có hiệu quả. Trong quá trình tư vấn giáo viên tư vấn cần giữ bí mật những vấn đề có tính nhạy cảm của học sinh, cha mẹ học sinh để tránh sự mặc cảm của các đối tượng được tư vấn;

### **II. Nội dung:**

Nội dung tư vấn tâm lý học đường tập trung vào các vấn đề sau:

1. Tư vấn, giáo dục kỹ năng, biện pháp ứng xử văn hóa, phòng, chống bạo lực, xâm hại và xây dựng môi trường giáo dục an toàn, lành mạnh, thân thiện.
2. Tư vấn tăng cường khả năng ứng phó, giải quyết vấn đề phát sinh trong mối quan hệ gia đình, thầy cô, bạn bè và các mối quan hệ xã hội khác.

3. Tham vấn tâm lý đối với học sinh gặp khó khăn cần hỗ trợ, can thiệp, giải quyết kịp thời. Giới thiệu, hỗ trợ đưa học sinh đến các cơ sở, chuyên gia điều trị tâm lý đối với các trường hợp học sinh bị rối loạn tâm lý nằm ngoài khả năng tư vấn của nhà trường.

4. Tư vấn kỹ năng, phương pháp học tập hiệu quả.

5. Tư vấn tâm lý lứa tuổi, giới tính, sức khỏe cho học sinh.

### **III. Giải pháp:**

Bố trí giáo viên có khả năng giải đáp, tác tư vấn theo các nội dung trên, chủ yếu đưa ra những phân tích, lời khuyên thiết thực giúp các em giải toả được về mặt tinh thần, làm cho các em cảm thấy vững vàng, tự tin và trên cơ sở đó có thể tự giải quyết được vấn đề của mình theo hướng tích cực.

Do chưa có giáo viên chuyên trách làm công tác tư vấn, các thành viên của tổ tư vấn phải phối hợp cùng với giáo viên chủ nhiệm để thực hiện công tác tư vấn cho học sinh.

Nhà trường điều chỉnh bố trí một phòng riêng khi thực hiện tư vấn cho học sinh.

### **IV. Các hình thức tư vấn:**

**1. Hình thức 1: Tổ chức tư vấn trực tiếp giữa cán bộ tư vấn – cá nhân học sinh.**

\* Mục tiêu:

Lắng nghe và thấu hiểu những khó khăn tâm lý của học sinh

Gợi mở nhận thức và hướng giải quyết cho từng trường hợp cụ thể;

Động viên tinh thần để học sinh giải quyết hiệu quả khó khăn của bản thân mình.

\* Nội dung:

Tất cả những vấn đề có ảnh hưởng đến tinh thần của học sinh: tâm sinh lý cá nhân, tình yêu, tình bạn, những vấn đề khó nói...

Tổ tư vấn tâm lý sẽ tiến hành tư vấn khi những vấn đề đó cứ lặp đi lặp lại nhiều lần khiến học sinh hoang mang, lo lắng, suy nghĩ tiêu cực, thậm chí là mất kiểm soát cảm xúc, hành vi của mình.

**2. Hình thức 2: Tư vấn gián tiếp thông qua điện thoại,...**

HS điện thoại cho giáo viên hoặc giáo viên điện thoại cho học sinh với mục tiêu và nội dung như tư vấn trực tiếp được học sinh; hoặc chuyên ý kiến đề nghị tư vấn đến hòm thư điều em muốn nói, email... để được phân phối cho các

thành viên tổ tư vấn phù hợp với nội dung yêu cầu..

### **3. Hình thức 3: Tương tác đám đông.**

\* Mục tiêu:

Lắng nghe những khó khăn tâm lý của học sinh.

Gợi mở nhận thức và hướng giải quyết.

Động viên tinh thần học sinh.

\* Nội dung:

Tất cả những vấn đề có ảnh hưởng đến tinh thần của học sinh: tâm lý cá nhân, tình yêu, tình bạn, tình thầy trò,...

**2. Hình thức 2 : Tổ chức buổi nói chuyện các chuyên đề tư vấn giúp HS giải tỏa các khó khăn mạng tính thời điểm hoặc mang tính phổ biến.**

\* Mục tiêu:

Tạo bầu không khí thoải mái, vui vẻ sau những giờ học căng thẳng.

Chia sẻ, giải tỏa những bức xúc, khó khăn tâm lý do học tập và cuộc sống mang lại;

Định hướng lại nhận thức, duy trì tinh thần, thái độ sống tích cực.

\* Nội dung:

+ Tùy thời điểm, Tổ tư vấn học đường sẽ tư vấn theo những chuyên đề phù hợp.

## **V. Tổ chức thực hiện:**

### **1. Nguồn tài liệu:**

Tài liệu được cấp phát trong các đợt giáo viên đi tập huấn;

Sưu tầm tài liệu từ báo giấy, báo mạng có uy tín.

### **2. Lịch tư vấn:**

Tổ tư vấn hoạt động thường xuyên (Từ thứ 2 đến thứ 6 hàng tuần) do các cán bộ, giáo viên trong tổ tư vấn tâm lý trực tiếp hỗ trợ tư vấn cho học sinh tại địa điểm của tổ tư vấn (Phòng Đoàn - Đội) hoặc tại một địa điểm phù hợp tại trường;

Các hoạt động, hình thức tư vấn sẽ được tổ chức xen kẽ tùy theo thời điểm, nhu cầu của học sinh.

### **3. Các hình thức tư vấn:**

#### **3.1. Hình thức 1: Tổ chức tư vấn tâm lý trực tiếp**

A. Hình thức: Tư vấn trực tiếp cán bộ tư vấn – cá nhân học sinh.

\*Mục tiêu:

Lắng nghe và thấu hiểu những khó khăn tâm lý của học sinh.

Gợi mở nhận thức và hướng giải quyết cho từng trường hợp cụ thể.

Động viên tinh thần để học sinh giải quyết hiệu quả khó khăn của bản thân mình.

\* Nội dung:

Tất cả những vấn đề có ảnh hưởng đến tinh thần của học sinh: tâm sinh lý cá nhân, tình yêu, tình bạn, những vấn đề khó nói...

Tổ tư vấn tâm lý sẽ tiến hành tư vấn khi những vấn đề đó cứ lặp đi lặp lại nhiều lần khiến học sinh hoang mang, lo lắng, suy nghĩ tiêu cực, thậm chí là mất kiểm soát cảm xúc, hành vi của mình.

B. Hình thức: Tương tác đám đông.

\* Mục tiêu:

Lắng nghe những khó khăn tâm lý của học sinh.

Gợi mở nhận thức và hướng giải quyết.

Động viên tinh thần học sinh.

\* Nội dung:

Tất cả những vấn đề có ảnh hưởng đến tinh thần của học sinh: tâm lý cá nhân, tình yêu, tình bạn, tình thầy trò,...

### **3.2. Hình thức 2: Tổ chức buổi nói chuyện các chuyên đề về tâm lý.**

\* Mục tiêu:

Tạo bầu không khí thoải mái, vui vẻ sau những giờ học căng thẳng.

Chia sẻ, giải tỏa những bức xúc, khó khăn tâm lý do học tập và cuộc sống mang lại.

Định hướng lại nhận thức, duy trì tinh thần, thái độ sống tích cực.

\* Nội dung:

Tùy thời điểm, Tổ tư vấn tâm lý sẽ tư vấn theo những chuyên đề tâm lý phù hợp.

Thầy, cô giáo viên chủ nhiệm lớp:

Phụ trách các nội dung tư vấn quan hệ với bạn, quan hệ giao tiếp với mọi người đối với học sinh lớp chủ nhiệm và HS toàn trường theo phân công.

- Tổng phụ trách, bí thư chi đoàn, Phó bí thư đoàn: Tư vấn các vấn đề về kỹ năng sống, hoạt động xã hội.

- Y tế học đường:

Tư vấn cho HS toàn trường về vấn đề giới tính, chăm sóc sức khỏe cá nhân, vệ sinh môi trường, phòng bệnh...

Trên đây là kế hoạch hoạt động tư vấn tâm lý học đường của trường Tiểu học Quang Trung năm học 2022 – 2023. Việc nghiên cứu, triển khai thực hiện

tốt các nội dung và yêu cầu của kế hoạch, góp phần nâng cao chất lượng giáo dục trong nhà trường. Rất mong nhận được sự quan tâm và ủng hộ của các đoàn thể, BGH nhà trường để tổ tư vấn tâm lý thực hiện tốt kế hoạch trên./.

**Nơi nhận:**

- Thành viên tổ tư vấn (đề th);
- Lưu: VT.

