

Số: 332/ KH THPT CBQ

Hà Nội, ngày 07 tháng 10 năm 2024

KẾ HOẠCH

Tư vấn tâm lý học đường năm học 2024 -2025

Kính gửi:

- Các Tổ chuyên môn;
- Tổ Văn phòng.

Căn cứ Thông tư số 31/2017/TT-BGDĐT ngày 18/12/2017 của Bộ Giáo dục và Đào tạo về hướng dẫn thực hiện công tác tư vấn tâm lý cho học sinh trong trường phổ thông;

Căn cứ Công văn số: 3350/SGD&ĐT-CTTT ngày 04/10/2017 của Sở Giáo dục và Đào tạo Hà Nội về việc thành lập bộ phận tư vấn tâm lý cho học sinh trong các trường TH, THCS, THPT;

Căn cứ Quyết định số 4354 /QĐ-UBND ngày 20/8/2024 của UBND Thành phố Hà Nội về việc Ban hành khung kế hoạch thời gian năm học 2024-2025 đối với giáo dục mầm non, giáo dục phổ thông và giáo dục thường xuyên trên địa bàn thành phố Hà Nội;

Thực hiện công văn số 4964/SGDĐTGDPT ngày 26/8/2024 của Sở GD&ĐT Hà Nội về việc Hướng dẫn thực hiện nhiệm vụ giáo dục cấp trung học phổ thông năm học 2024-2025;

Thực hiện công văn số 3123 /SGDĐT-CTTT-KHCN ngày 13/9/2024 của Sở GD&ĐT Hà Nội về hướng dẫn thực hiện nhiệm vụ giáo dục thể chất, hoạt động thể thao và y tế trường học năm học 2024-2025;

Căn cứ công văn số 3124/SGDĐT-CTTT-KHCN ngày 13/9/2024 của Sở Giáo dục và Đào tạo Hà Nội về Hướng dẫn thực hiện nhiệm vụ giáo dục chính trị, công tác học sinh năm học 2024-2025;

Thực hiện kế hoạch số 293/KH-THPTCBQ ngày 19/9/2024 của trường THPT Cao Bá Quát-Quốc Oai về kế hoạch giáo dục nhà trường năm học 2024-2025;

Căn cứ tình hình thực tế và năng lực cán bộ;

Trường THPT Cao Bá Quát-Quốc Oai xây dựng kế hoạch tư vấn tâm lý năm học 2024-2025 như sau:

I. MỤC ĐÍCH, YÊU CẦU

1. Mục đích



- Phòng ngừa, hỗ trợ và can thiệp (khi cần thiết) đối với học sinh đang gặp phải khó khăn về tâm lý trong học tập và cuộc sống để tìm hướng giải quyết phù hợp, giảm thiểu tác động tiêu cực có thể xảy ra; góp phần xây dựng môi trường giáo dục an toàn, lành mạnh, thân thiện và phòng, chống bạo lực học đường.

- Hỗ trợ học sinh rèn luyện kỹ năng sống; tăng cường ý chí, niềm tin, bản lĩnh, thái độ ứng xử phù hợp trong các mối quan hệ xã hội; rèn luyện thể chất và tinh thần; góp phần xây dựng và hoàn thiện nhân cách.

2. Yêu cầu

- Cán bộ tham vấn chủ động, thực hiện nghiêm túc nguyên tắc tư vấn, trực đúng, đủ và trang bị đầy đủ kiến thức, kỹ năng tham vấn.

- Phối hợp với các bộ phận trong và ngoài nhà trường trong việc tìm hiểu thông tin và triển khai kế hoạch tham vấn.

I. NỘI DUNG THỰC HIỆN

1. Nguyên tắc thực hiện

- Đảm bảo sự phối hợp chặt chẽ giữa các lực lượng trong nhà trường và sự tham gia của cha mẹ hoặc người giám hộ hợp pháp của học sinh (gọi chung là cha mẹ học sinh) và các lực lượng ngoài nhà trường có liên quan trong các hoạt động tư vấn tâm lý học sinh

- Đảm bảo quyền được tham gia, tự nguyện, tự chủ, tự quyết định của học sinh và bảo mật thông tin trong các hoạt động tư vấn tâm lý theo quy định của pháp luật.

2. Thành phần phòng tham vấn

- Quản lý: Cô Nguyễn Thị Huệ - Phó hiệu Trưởng

- Cán bộ tham vấn: Cô Phạm Thanh Hà - Thạc sĩ tâm lý học

3. Nội dung tham vấn tâm lý

- Tham vấn tâm lý lứa tuổi, giới tính, hôn nhân, gia đình, sức khỏe sinh sản vị thành niên phù hợp với lứa tuổi

- Tham 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

- Tham 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

- Tham vấn kỹ năng, phương pháp học tập hiệu quả và định hướng nghề nghiệp

- 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 tham vấn của nhà trường

4. Hình thức thực hiện

- Xây dựng các chương trình phòng ngừa phù hợp với nhu cầu của học sinh và kế hoạch giáo dục của nhà trường.

- Thiết lập kênh thông tin, cung cấp tài liệu, sách kỹ năng, tham khảo cho học sinh.

- Tham vấn trực tiếp tại phòng tham vấn: cá nhân, nhóm nhỏ hoặc nhóm lớn

- Tham vấn online qua mạng nội bộ, email, mạng xã hội, điện thoại và phương pháp truyền thông khác.

- Phối hợp với GVCN, Đoàn thanh niên, bảo vệ nhà trường.... để nhận các ca tham vấn và cùng tham vấn.

5. Cơ sở vật chất, tài liệu

- Văn phòng tư vấn, lập hòm thư “Những điều em muốn nói” để các em trao đổi tâm tư, nguyện vọng với cán bộ tham vấn.

- Tài liệu phục vụ công tác tư vấn (tài liệu tư vấn tâm lý học đường được cấp phát trong các đợt tập huấn, sưu tầm tài liệu từ các bài báo, trang web, báo mạng có uy tín)

- Kế hoạch tham vấn năm, nhật ký theo dõi các ca tham vấn.

- Địa điểm tư vấn: Phòng tham vấn tâm lý học đường (Phòng C200)

6. Lịch tư vấn

- Cán bộ tham vấn có mặt ở phòng tham vấn theo lịch

- Cán bộ tham vấn linh động lịch theo lịch học của học sinh nhằm hỗ trợ học sinh tối đa.

Lịch trực tại phòng tư vấn trong thời gian học trực tiếp và trực trực tuyến qua
Zoom Meeting ;điện thoại

Thứ 2	Thứ 3	Thứ 4	Thứ 5	Thứ 6	Thứ 7
S	S	S	S	S	
C		C		C	

Thời gian làm việc:

Buổi sáng: 8h20 – 12h

Buổi chiều: 13h– 16h20

II. TỔ CHỨC THỰC HIỆN

1. Ban Giám hiệu

- Chỉ đạo, điều hành tổ tư vấn xây dựng kế hoạch, tạo điều kiện về cơ sở vật chất, tài chính để tổ tư vấn triển khai thực hiện kế hoạch.
- Giám sát, kiểm tra tổ tư vấn làm việc đúng lịch trực đã phân công.

2. Cán bộ tham vấn

- Thực hiện tham vấn trực tiếp tại phòng tham vấn, tham vấn qua điện thoại theo đúng quy trình. Báo cáo kết quả tới lãnh đạo hằng tháng.
- Khảo sát và xây dựng chương trình phòng ngừa, tham vấn nhóm dựa theo nhu cầu của học sinh, giáo viên và phụ huynh.
- Tổ chức và xây dựng chương trình phòng ngừa theo tháng (có khung chương trình kèm theo).
- Phối kết hợp với các đơn vị nhằm hỗ trợ học sinh tối đa.

3. Đoàn thanh niên

- Chủ động phối hợp tổ tư vấn khi có học sinh, GV, NV có vấn đề về tâm lý. Chủ động giải quyết. Khi gặp ca khó chuyển cho các thành viên tổ tư vấn qua điện thoại hoặc tại phòng tư vấn.

4. Các tổ chuyên môn, Văn phòng

- Chủ động phối hợp cùng tổ tư vấn tư vấn cho học sinh khi các em gặp phải những khúc mắc trong cuộc sống.

- Chủ động phối hợp tổ tư vấn khi có học sinh, GV, NV có vấn đề về tâm lý. Chủ động giải quyết. Khi gặp ca khó chuyên cho các thành viên tổ tư vấn qua điện thoại hoặc tại phòng tư vấn

5. Giáo viên chủ nhiệm

- Chủ động giới thiệu và khuyến khích học sinh tới gặp cán bộ tư vấn tâm lý khi gặp vấn đề. Trao đổi với cán bộ tâm lý tình hình chung của lớp và những khó khăn học sinh thường gặp phải.

- Hỗ trợ cán bộ tâm lý triển khai các hoạt động của phòng tâm lý tới học sinh.

Trên đây là kế hoạch hoạt động tư vấn tâm lý học đường của trường THPT Cao Bá Quát-Quốc Oai năm học 2024 - 2025. Trong quá trình tổ chức thực hiện, nếu có vấn đề phát sinh, BGH nhà trường sẽ điều chỉnh cho phù hợp./.

Nơi nhận:

- Như trên (để thực hiện)
- Sở GD&ĐT (để b/c)
- Hiệu trưởng (để b/c)
- Lưu VT.

**KT. HIỆU TRƯỞNG
PHÓ HIỆU TRƯỞNG**



Nguyễn Thị Huệ





Khung kế hoạch chương trình phòng ngừa năm học 2024 -2025

Tháng	Chủ đề	Đối tượng	Nội dung	Ghi chú
9	Giới thiệu về phong trào văn tâm lý	Toàn trường	-Giới thiệu về chức năng, nhiệm vụ, hoạt động của phòng tham văn tâm lý	
10	Hướng nghiệp	Khối 10,11 Khối 12	- Khối 10,11: Khám phá bản thân (IQ, EQ, Hứng thú nghề nghiệp) - Khối 12 (Nguyên tắc chọn nghề, ma trận nghề, các trường và điểm chuẩn)	
11	Phòng tránh bạo lực học đường	Khối 10 Khối 11, 12	- Khối 10: Bạo lực thân thể - Khối 11,12 : Bạo lực ngôn từ	
12	Giáo dục giới tính	Khối 10 Khối 11,12	- Khối 10: Tình cảm khác giới (nên/ không?) - Khối 11,12: Giáo dục giới tính (nam / nữ riêng)	
1	Giao tiếp với phụ huynh	Khối 10 Khối 11,12	-Tình cảm gia đình - Đặc điểm tâm lý lứa tuổi và phụ huynh - Cách giải quyết xung đột	
2	Ứng phó với căng thẳng	Khối 10 Khối 11 Khối 12	- Stress là gì? - Hậu quả của stress - Các biện pháp ứng phó với stress	
3	Ứng phó với áp lực đồng trang lứa	Khối 11,12	- Sự khác biệt giữa mỗi người - Tôn trọng sự khác biệt - Yêu bản thân và tôn trọng người khác	
4	Ứng phó với nghiện game	Khối 10 Khối 11,12	- Chơi game có lợi ích/ tác hại gì? - Làm sao để không ảnh hưởng tới cuộc sống và học tập - Những cách giải trí lành mạnh khác	
5	Ứng phó với cảm xúc tiêu cực	Khối 11,12	- Cảm xúc tiêu cực là gì? - Cảm xúc tiêu cực có ảnh hưởng như thế nào đến bản thân và những người xung quanh - Suy nghĩ tích cực	