SỞ GIÁO DỤC VÀ ĐÀO TẠO **CỘNG HÒA XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM**

 THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH **Độc lập – Tự do – Hạnh phúc**

 **TRƯỜNG THPT QUANG TRUNG**

 Số: 165/KH -THPT.QT *Thành phố Hồ Chí Minh, ngày 07 tháng10 năm 2019*

**KẾ HOẠCH**

**Công tác tư vấn tâm lý học đường, Năm học 2019 – 2020**

 Căn cứ kế hoạch số 3251/KH-GDĐT-CTTT ngày 13 tháng 9 năm 2019 của phòng Chính trị tư tưởng – Sở Giáo dục và Đào tạo về Kế hoạch công tác chính trị tư tưởng năm học 2019-2020;

 Căn cứ kế hoạch số 3453/KH-GDĐT-CTTT của Sở Giáo dục và Đào tạo về triển khai công tác tư vấn tâm lý cho học sinh trong trường phổ thông;

 Căn cứ Kế hoạch số 163/KH-THPT.QT ngày 07 tháng 10 năm 2019 về Công tác Giáo dục chính trị tư tưởng năm học 2019 – 2020 của Trường THPT Quang Trung;

 Trường THPT Quang Trung xây dựng Kế hoạch công tác tư vấn tâm lý học đường năm học 2019 – 2020 gồm những nội dung sau:

**I. MỤC ĐÍCH - YÊU CẦU**

**1. Mục đích**

- Nhằm tạo điều kiện cho học sinh được bày tỏ suy nghĩ, trao đổi tâm tư tình cảm và giải tỏa những thắc mắc trong cuộc sống, trong học tập, trong quan hệ bạn bè, thầy trò hoặc những vấn đề về tâm lý, giới tính, sức khỏe sinh sản vị thành niên....

- Góp phần ổn định đời sống tâm hồn, tình cảm và giúp học sinh thực hiện được nguyện vọng và ước mơ của mình.

- Giúp định hướng cho học sinh việc lựa chọn nghề nghiệp trong tương lai.

- Định hướng cho học sinh tự nhận thức được bản thân và có khả năng ứng phó tích cực trước những khó khăn, thử thách trong cuộc sống, xây dựng mối quan hệ tốt đẹp với gia đình, bè bạn và xã hội, sống tích cực, chủ động, an toàn, hài hòa và lành mạnh.

- Giúp giải quyết những khó khăn học sinh, cha mẹ học sinh gặp phải trong quá trình học tập và sinh hoạt. Hỗ trợ và can thiệp đối với những học sinh đang gặp phải những khó khăn trong đời sống tâm lý để chủ động ngăn ngừa một cách có hiệu quả và kịp thời những tác động tiêu cực gây bất ổn ảnh hưởng đến học tập và đời sống sinh hoạt hằng ngày của học sinh.

- Phối hợp với các đoàn thể thu thập những ý kiến đóng góp tích cực của học sinh, phụ huynh và giáo viên (trong mọi vấn đề liên quan đến công tác tư vấn tâm lý) nhằm góp phần thúc đẩy nhà trường phát triển toàn diện và bền vững.

**2. Yêu cầu**

 - Phải am hiểu tâm lý lứa tuổi học sinh, phải luôn tôn trọng học sinh, lắng nghe học sinh, phải tạo được niềm tin ở học sinh để việc tư vấn có hiệu quả. Trong quá trình 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. ĐỐI TƯỢNG ĐƯỢC TƯ VẤN**

- Toàn thể học sinh trường THPT Quang Trung

- Giáo viên tư vấn cũng sẽ hỗ trợ các giáo viên chủ nhiệm và phụ huynh học sinh trong việc giáo dục học sinh nếu trong khả năng cho phép.

**III. NGUYÊN TẮC HOẠT ĐỘNG**

- Hoạt động độc lập với công tác giám thị.

- Học sinh đến tư vấn trên cơ sở tự nguyện.

- Luôn tôn trọng học sinh được tư vấn.

- Phương châm hoạt động “Luôn lắng nghe, tôn trọng và bảo mật”.

**IV. NỘI DUNG TƯ VẤN**

Nội dung tư vấn tập trung vào các vấn đề sau:

- Hướng nghiệp (tư vấn giúp HS chọn khối thi, chọn nghề, thông tin tuyển sinh).

- Phương pháp học tập.

- Tham gia các đoàn thể, hoạt động xã hội.

- Tình yêu, quan hệ bạn bè với bạn cùng giới và khác giới.

- Vấn đề giới tính, sức khỏe sinh sản vị thành niên.

- Văn hóa ứng xử; quan hệ, giao tiếp, ứng xử với gia đình, thầy trò.

- Đạo đức lối sống và một số vấn đề khác mà các em quan tâm.

**V. HÌNH THỨC TƯ VẤN**

**1. Tổ chức tư vấn tâm lý trực tiếp: giáo viên tư vấn – cá nhân học sinh**

**a. 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.

**b. 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,…

- Giáo viên 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. Tổ chức buổi sinh hoạt các chuyên đề về tâm lý, kỹ năng sống**

**a. 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.

 - Học tập các kỹ năng cần thiết cho cuộc sống.

**b. Nội dung**

**-** Tùy thời điểm, giáo viên tư vấn sẽ tư vấn theo những chuyên đề tâm lý, kỹ năng sống cho phù hợp.

**3. Tư vấn qua Email:** tamlyhocduong.qt@gmail.com

**a. Mục tiêu**

- Tạo thêm cơ hội cho các em nhút nhát không có khả năng tư vấn trực tiếp chia sẻ, giải tỏa những bức xúc, thắc mắc, khó khăn tâm lý do học tập và cuộc sống.

**b. 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, hướng nghiệp, những vấn đề khó nói…

**4 Đăng tải các bài viết chuyên đề lên Fanpage Tâm lý học đường – Highschool qua link *https://www.facebook.com/tamlyhocduonghighschool***

**a. Mục tiêu**

- Cung cấp thêm thông tin kiến thức cần thiết cho các em về tâm sinh lý cá nhân, tình yêu, tình bạn,kỹ năng,hướng nghiệp….

**b. Nội dung**

- Thông tin kiến thức cần thiết cho các em về tâm sinh lý cá nhân, tình yêu, tình bạn,kỹ năng,hướng nghiệp….

**VI. VỀ CƠ SỞ VẬT CHẤT ĐỂ THỰC HIỆN**

- 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 công tác năm.

**VII. LỊCH TƯ VẤN:**

- Tư vấn trực tiếp tại Phòng Tư vấn Tâm lí của trường vào các ngày:

+ Thứ 2: 8g00 – 13g30.

+ Thứ 5: Từ 8g00 - 13g30.

**IX. TỔ CHỨC THỰC HIỆN**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Thời gian** | **Nội dung** | **Hình thức** |
| Tháng 9/2019 | - Xây dựng kế hoạch tư vấn- Cách hòa nhập nhanh vào môi trường mới cho học sinh lớp 10.- Tiếp nhận và tư vấn tâm lý cho đối tượng học sinh và phụ huynh có nhu cầu.-Tư vấn hướng nghiệp “Chọn ngành nghề sáng tương lai” kết hợp tư vấn tâm lí cho HS toàn trường. | - Soạn thảo văn bin- Sinh hoạt ngoại khóa: nói chuyện tuyên truyền, kí cam kết.- Đăng tải bài viết lên fanpage Tâm lý học đường - Highschool.- Tư vấn trực tiếp hoặc gián tiếp.- Phối hợp Ban hướng nghiệp, tuyển sinh mời chuyên gia TV |
| Tháng 10/2019 | - Giáo dục kỹ năng giao tiếp- Giáo dục bảo vệ môi trường- Tiếp nhận và tư vấn tâm lý cho đối tượng học sinh và phụ huynh có nhu cầu. | -Tổ chức chuyên đề trao đổi với học sinh trong tiết SHCN- Dạy lồng ghép qua môn học.- Tư vấn trực tiếp hoặc gián tiếp |
| Tháng 11/2019 | - Giáo dục tinh thần tôn sư trọng đạo- Tiếp nhận và tư vấn tâm lý cho đối tượng học sinh và phụ huynh có nhu cầu.-Tập huấn kĩ năng sống cho HS | - Đăng tải bài viết lên fanpage- Tư vấn trực tiếp hoặc gián tiếp-Mời báo cáo viên kĩ năng |
| Tháng 12/2019 | - Phương pháp giải tỏa căng thẳng trong kỳ thi và học bài hiệu quả.- Định hướng nghề nghiệp HS.- Tiếp nhận và tư vấn tâm lý cho đối tượng học sinh và phụ huynh có nhu cầu. | - Đăng tải bài viết tham khảo trên fanpage. - Tư vấn trực tiếp hoặc gián tiếp |
| Tháng 1/2020 | - Giáo dục kĩ năng thuyết trình.- Giáo dục kỹ năng làm việc nhóm.- Tiếp nhận và tư vấn tâm lý cho đối tượng học sinh và phụ huynh có nhu cầu.- Ý nghĩa ngày Tết nguyên đán | - Tổ chức các buổi tập huấn chuyên đề- Đăng tải bài viết tham khảo trên Fanpage.- Tư vấn trực tiếp hoặc gián tiếp |
| Tháng 2/2020 | - Mừng Đảng, mừng xuân.- Tiếp nhận và tư vấn tâm lý cho đối tượng học sinh và phụ huynh có nhu cầu.- Tư vấn tâm lý và sức khỏe mùa thi  | - Đăng tải bài viết tham khảo trên Fanpage.- Tư vấn trực tiếp hoặc gián tiếp-Mời chuyên gia tâm lí giao lưu |
| Tháng 3/2020 | - Giáo dục lý tưởng cách mạng đoàn viên thanh niên.- Tiếp nhận và tư vấn tâm lý cho đối tượng HS và phụ huynh có nhu cầu. | - Đăng tải bài viết tham khảo trên Website nhà trường.- Tư vấn trực tiếp hoặc gián tiếp  |
| Tháng 4/2020 | - Hướng nghiệp, chọn nghề và thông tin tuyển sinh.- Tiếp nhận và tư vấn tâm lý cho đối tượng HS và phụ huynh có nhu cầu. | - Đăng tải bài viết tham khảo trên Fanpage.- Tư vấn trực tiếp hoặc gián tiếp |
| Tháng 5/2020 | - Hướng nghiệp, chọn nghề và thông tin tuyển sinh.- Giáo dục hành trang tương lai cho học sinh khối 12.- Tổng kết hoạt động tư vấn. | - Đăng tải bài viết tham khảo trên Fanpage.- Báo cáo |

 Trên đây là kế hoạch Công tác tư vấn tâm lý học đường năm học 2019 – 2020 của Trường THPT Quang Trung.

**Nơi nhận:**

- Phòng CTTT;  **HIỆU TRƯỞNG**

- Chi bộ, BGH;

- CT Công đoàn, TLTN, BT CĐGV;

- TTCM;

- Lưu.

  **Huỳnh Công Triết**