



微信公众号



微报及官方APP

2023年4月,教育部等十七部门联合印发《全面加强和改进新时代学生心理健康工作专项行动计划(2023—2025年)》。开展专项行动,旨在积极回应现实问题。据调查显示,近年来,我国中小学生心理健康问题检出率和精神疾病、情绪障碍发病率持续上升,中小学生心理问题频发,成为影响儿童青少年健康成长和全面推进健康中国建设的重要问题。今年2月,由中科院心理研究所主持调研编撰的《中国国民心理健康发展报告(2021—2022)》显示,对全国超过3万名青少年的调查分析表明,参加调查的青少年中有14.8%存在不同程度的抑郁风险,高于成年群体,需要进行有效干预及时调整。促进学生身心健康、全面发展,是党中央关心、人民群众关切、社会关注的重大课题。好的心理健康状态是培养高素质创造性人才的必要前提,对中小学生进行心理健康教育是教育现代化的必然要求,也是教育工作者的职责所在。学校是预防和干预青少年心理健康问题的关键场所,在学校教育中开展心理健康教育成为一种必然趋势。

## 把学生“心事”放在心上

### 从无到有,从有到优:我国中小学心理健康教育政策发展历程

新中国刚成立的时候,不少学校、教师受旧意识、旧教育观念的影响,对学生的教育存在着一个很大的欠缺,即单纯注重知识传授,“教书不育人”。党和人民政府对教育事业高度重视,提出了对学生必须贯彻全面发展的教育要求,要求培养学生成为品学兼优、身体健康的人才。在这种背景下,新中国的教师们认识到了自己工作的重要意义,在传授知识的同时,关心学生们的思想进步和身体健康,为培养社会主义建设人才作出了贡献。

在那个年代,教师们和精神层面主要关注的是学生的思想教育,引导学生树立良好的道德品质、追求进步,但也涌现出一些“超前”的优秀教师。他们在做好上述教育工作的同时,还很关心学生的精神状态,通过谈心、家访等方式熟悉学生,做他们的知心朋友,注意发现和解决问题。学生对他们也非常亲近,有了苦恼就会主动倾诉。

比如,《北京日报》曾作过这样一则报道:北京市第五中学特级教师吴昌顺把教师看作学生心理健康的保健医生,认为必须研究分析青少年学生的年龄特征和心理特征,入情入理地进行启发、诱导和转化。学生渴求“理解”,教师就要用理解的态度去对待他们当中存在的一些现象,例如三毛热、琼瑶热、辩论热和所谓的早恋;学生希望“爱护”,教师就要从爱护出发,和风细雨地对待他们的弱点,如幼稚、冷热情、耍小聪明等。

随着社会变迁和教育事业的快速发展,中小学生在心理成长方面面临更大的机遇和挑战,社会对中小学生心理健康教育重要性的认识逐渐加深。我国各级部门就中小学生的心理健康教育工作先后制定了多个文件,明确将心理健康教育纳入中小学教育教学工作中。



1999年,教育部成立全国中小学心理健康教育咨询委员会。8月,教育部印发《关于加强中小学心理健康教育的若干意见》,明确指出中小学心理健康教育是素质教育的重要组成部分,要求“从2000年秋季开学起,大中城市有条件的中小学要逐步开展心理健康教育,小城镇及农村的中小学也要从实际出发,逐步创造条件,开展心理健康教育”。

2001年5月,《国务院关于基础教育改革与发展的决定》提出要“切实增强德育工作的针对性、实效性和主动性”,“加强中小学生的心理健康教育”。

2002年8月,教育部印发《中小学心理健康教育指导纲要》,提出要“进一步指导和规范中小学心理健康教育工作,并对心理健康教育的指导思想、基本原则、目标与任务等做出规定与要求。该文件对于在中小学加强心理健康教育具有划时代的意义。首先,在目标上,文件特别明确了心理健康教育对于增强学校德育工作的针对性、实效性和主动性所发挥的积极作用。其次,在政策层面,文件对如

何开展中小学生心理健康教育提出了具有指导性和可操作性的要求。最后,文件强调要根据学生的身心发展特点和规律开展心理健康教育,指出心理健康教育的形式在小学可以以游戏和活动为主,在初中以活动和体验为主,在高中以体验和调适为主。这对于纠正人们对心理健康教育的错误认识具有重要的指导意义。

2008年汶川地震发生后,《教育部关于地震灾区中小学开展心理辅导与心理健康教育的通知》发布,明确提出了针对学校学生灾后心理辅导与心理援助的相关措施,为灾后学生心理健康教育提供了系统有效的帮助。

2011年10月,《中共中央关于深化文化体制改革推动社会主义文化大发展大繁荣若干重大问题的决定》将心理健康教育相关工作纳入社会主义核心价值观体系建设中,明确指出“加强人文关怀和心理疏导,培育自尊自信、理性平和、积极向上的社会心态”。这是首次在党和国家层面明确提出加强心理疏导和培育社会心态的战略要求,对于进一步推进中小学生心理

健康教育具有重要的指导意义。

2012年,教育部对《中小学心理健康教育指导纲要》进行了修订,明确指出中小学心理健康教育是进一步加强和改进中小学德育工作、全面推进素质教育的重要组成部分。

2013年,教育部等五部门下发《关于加强义务教育阶段农村留守儿童关爱和教育工作的意见》,明确提出要高度重视农村留守儿童的心理心理健康工作。留守儿童是社会发展过程中的阶段性问题,也应纳入中小学生心理健康教育体系之中,其基本精神与原则也适用于其他困境儿童心理健康教育,对于进一步完善中小学生心理健康教育政策发挥了补短板的作用。在基础设施与教育公共服务方面,教育部门高度重视建立健全中小学心理健康教育工作机制,完善各类学校心理辅导室的建设工作。

2015年7月,教育部颁布《中小学心理辅导室建设指南》,对学校心理辅导室的功能进行了定位:“心理辅导室是心理健康教育教师开展个别辅导和团体辅导,帮助学生疏导与解决学习、生活、自我意识、情绪调适、人际交往和升学就业中出现的心理行为问题,排解心理困扰和防范心理障碍的专门场所,是学校开展心理健康教育工作的重要阵地。”

2016年10月,中共中央、国务院印发《“健康中国2030”规划纲要》,明确指出要加大学校健康教育力度,将健康教育纳入国民教育体系,把健康教育作为所有教育阶段素质教育的重要内容。以中小

学为重点,建立学校健康教育推进机制。构建相关学科教学与教育活动相结合、课堂教育与课外实践相结合、经常性宣传教育与集中式宣传教育相结合的健康教育模式。

2019年6月,中共中央、国务院印发的《关于深化教育教学改革全面提高义务教育质量的意见》明确指出,建立健全中小学心理健康教育工作机制是中小学的一项重要工作,主要措施包括系统开设心理健康教育课程、建立心理辅导与危机干预机制、建设专业化心理健康教师队伍、在教学活动中全员全程渗透心理健康教育等。

2019年12月,国家卫生健康委等12部门联合制定《健康中国行动——儿童青少年心理健康行动方案(2019—2022年)》,明确了到2022年底应实现的儿童青少年心理健康相关指标的阶段性目标,基本建成有利于儿童青少年心理健康的社会环境,形成学校、社区、家庭、媒体、医疗卫生机构等联动的心理健康服务模式等。

2020年1月,教育部针对新型冠状病毒肺炎疫情防控发出通知,一是要求针对学生开设心理支持热线与网络辅导。二是强化测评筛查,增强危机预防干预工作时效。通过量表研制、网络测评系统、咨询服务、精准帮扶等,加强学生心理问题及危机的预防与干预。三是开发儿童青少年心理健康测评和影响因素评估工具,建立我国儿童青少年及其教养者的心理和行为问题综合数据库、儿童心理健康及影响因素数据库,形成儿童青少年心理健康促进方案和常见心理问题干预方案。

2020年10月,党的十九届五中全会通过的《中共中央关于制定国民经济和社会发展第十四个五年规划和二〇三五年远景目标的建议》在“建设高质量教育体系”部分,强调要“重视青少年身体素质和心理健康教育”。“十四五”规划的出台为更加系统地协同推进青少年心理健康建设指明了方向。

2021年7月,教育部办公厅印发《关于加强学生心理健康管理工作的通知》,指出要加强源头管理,全方位提升学生心理健康素养;加强过程管理,提升及早发现能力和日常咨询辅导水平;加强结果管理,提高心理危机事件干预处置能力。

2021年9月,教育部等五部门印发《关于全面加强和改进新时代学校卫生与健康教育工作的意见》,要求加强重大疫情、灾害等特殊时期心理危机干预,强化人文关怀和心理疏导;加大学校心理健康人才队伍建设,2022年配备专(兼)职心理健康工作人员的中小学比例达到80%,2030年达到90%。

2023年4月,教育部等十七部门联合印发《全面加强和改进新时代学生心理健康工作专项行动计划(2023—2025年)》,明确提出坚持“五育”并举,开好心理健康教育课,加强监测干预,关注重点群体,内强师资队伍,外联社会力量。中小学每校至少配备1名专(兼)职心理健康教育教师,鼓励配备具有心理学专业背景的专职心理健康教育教师;建立心理健康教育教师教研制度,县级教研机构配备心理教研员。

### 织密中小学心理健康教育之网

中小学生学习心理健康教育日益引发关注,有关部门相继出台了一系列政策文件,部署做好全国学生心理健康工作,各地也积极响应跟进,根据自身实际出台具有地域特色的措施。

#### 福建

建立由教育部门牵头、多部门协同的联席会议制度,成立福建省学生心理健康教育发展中心和教育指导委员会,建立省、市、县、校四级工作机制;在中小学建立“学校—年级—班级”三级预防防控体系,重点加强春季、入学季、毕业季等特殊节点学生的心理危机排查,学校每学期组织面向全体学生的心理筛查,实施心理约谈制度。心理健康教育工作由以专为主、专兼结合,中职、城区中小学和乡镇中心小学每校至少配备1名专职教师。

#### 天津

举办“5·25”学生心理健康月主题活动已经20年,是全国最早开展“5·25”心理健康主题教育的省市之一。在全国率先成立省级学生心理健康教育中心、学校家庭教育指导中心,率先编写了《向阳花》心理绘本、“学校家庭教育指导丛书”,率先开通了阳光心理热线、阳光家长热线,率先开展了覆盖全市中小学生的1400人心理专员培训,率先提出了以积极心理学引领心理健康教育、心理与思政融合教育的理念,全市

大中小学全部开设心理健康课程,组织开展“阳光心理”十项行动,中小学心理辅导室建设达标率全国第一,初步形成了涵盖人员配备、专业建设、资金投入、预警筛查、辅导干预、危机化解等各方面的心理育人工作体系。

#### 湖北

组织全省中小学心理健康测评活动,大力推进数据赋能中小学心理健康教育;启动湖北省未成年人心理健康健康宣传月,通过展板、横幅、板报等方式进行未成年人心理健康知识科普宣传,组织相关系列讲座;举办全省未成年人心理健康辅导站骨干人员培训班,组织首批湖北省未成年人心理健康辅导专家库专家和本地心理健康辅导专家,开展主题演讲和对话研讨活动。

#### 山西

精准建立动态更新的工作台账。全省4000多所中小学全天候开放心理辅导室、心理服务热线、网络咨询平台,提供心理咨询服务。多校成立心理问题防治工作专班,将每名学生的心理健康责任和安全管理责任明确到人,形成“网格化”责任落实体系。

#### 江西

建立大中小学心理健康教育联盟,292所大中小学成为联盟单位,搭建一体化心理健康教育咨询平台;遴选40名业务能力强、教学效果好的心理健康教育教师面向全省开展200场公益辅导活动,正向激励学生健康成长及心理互助。最近一年,共培训10万余名心理健康教育教师,通过线上理论学习、线下研讨、提交作业、参加考核等,帮助教师掌握基本的心理健康教育理论和心理健康辅导方法。

#### 内蒙古

充分发挥高校心理健康教师专业优势,组织遴选全区高校心理健康教育教师建立“内蒙古心理健康志愿服务队”,向全区大中小学、学生家长、教师群体等提供心理健康教育志愿服务。服务内容主要包括面向大中小学开展心理个案咨询服务、心理疏导和团体辅导等活动,为广大学生提供心理健康知识辅导及心理健康咨询服务,对求助者提供心理援助,恢复心理平衡,提高对环境的适应能力,增进身心健康。

随着各项政策的出台与落地,具有中国特色的中小学心理健康教育体系逐步形成,成效明显。但从近年来的实际运行情况看,我国中小学心理健康教育发展也存在制约因素,尤其是目前心理健康教师配备不足、专人不专用等情况,成为制约未成年人心理健康教育发展的关键因素。学校是预防和干预青少年儿童心理健康问题的关键场所。做好学校的心理健康教育,关键在于心理健康教师队伍的建设。

以往我国学校心理健康教育具有“德育性”和“思政性”。虽然心理健康教育与学校德育的目标是一致的,但是二者的工作原则、工作内容和基本方法存在着本质不同。以往带有德育性的心理健康教育不能解决当前学生成长过程中出现的各种心理和行为问题。我国学校心理健康教育工作起步较晚,高等院校的心理学师范专业或学校心理学专业人才培养体系相对薄弱。因此,不妨积极借鉴世界很多国家实行的“学校心理学家”培养模式,即“学校心理学家”必须要接受六年的培训学习,包括四年制的心理学学士学位和两年制的心理学硕士学位。同时,高等师范院校需要加大心理健康教育专业硕士的培养力度。师资力量充足的院校积极增设心理健康教育专业博士,探索和构建学校心理健康教育“本—硕”或者“本—硕—博”一体化学历培养模式,培养出具有扎实基础理论知识和较强专业实践能力的“学校心理学家”。

着重解决当前学校心理健康教育工作所面临的突出问题和挑战。首先,心理健康教育要由专职教师少。很多学校心理健康教师是

“双肩挑”甚至是身兼数职,这是影响和制约学校心理健康教育质量的关键因素。其次,心理健康教师的发展定位模糊。在工资待遇和职称评聘等方面,心理健康教师受重视程度不够,削弱了心理健康教师的工作积极性和个人成就感。同时,学校心理健康教师得到同行的支持与协作还不足。

推进新时代学校的心理健康教育工作,还要提高全学科教师的心理育人能力,让他们也成为学生心理健康的“把关人”。学校心理健康教育具有“德育性”和“思政性”。虽然心理健康教育与学校德育的目标是一致的,但是二者的工作原则、工作内容和基本方法存在着本质不同。以往带有德育性的心理健康教育不能解决当前学生成长过程中出现的各种心理和行为问题。我国学校心理健康教育工作起步较晚,高等院校的心理学师范专业或学校心理学专业人才培养体系相对薄弱。因此,不妨积极借鉴世界很多国家实行的“学校心理学家”培养模式,即“学校心理学家”必须要接受六年的培训学习,包括四年制的心理学学士学位和两年制的心理学硕士学位。同时,高等师范院校需要加大心理健康教育专业硕士的培养力度。师资力量充足的院校积极增设心理健康教育专业博士,探索和构建学校心理健康教育“本—硕”或者“本—硕—博”一体化学历培养模式,培养出具有扎实基础理论知识和较强专业实践能力的“学校心理学家”。

抓好心理健康教师队伍建设,加快建设心理健康教育卓越教师的师资队伍,需要各级教育行政部门、高等师范院校以及一线教师的共同努力,构筑富有支持性的学校环境,从而促进学生的心理健康发展。

(以上内容由葛蕾综合整理)

### 加强师资建设 提升心理健康教育