



本期关注

要加强青少年心理健康专业化服务供给

全国政协委员 李孝轩

随着经济社会快速发展,青少年心理问题发生率、精神障碍患病率逐年上升,因心理障碍引发的各类事件频发,凸显出青少年专业化服务供给不足。

青少年心理健康问题呈现低龄化趋势,如果其心理健康问题长期得不到应有重视,不仅容易诱发精神抑郁、严重危害学生身心健康校园,而且容易诱发校园欺凌等各类问题,甚至诱发犯罪。

但目前青少年心理健康专业化服务供给明显不足。精神卫生资源严重投入不足,很多县医院没有精神科床位或专业医师,处置能力不足,人才流失严重。专业心理咨询师缺口下违规组织认证考试,滥用心理量表等现象层出不穷,特别是滥用精神类药物

对患者造成二次伤害。学校也普遍存在心理教师数量少、兼职多、咨询设施缺失、课时挤占等问题,一些农村中小学至今未开设心理健康教育课程,心理健康教育普遍存在形式化、迎检化、边缘化等问题,咨询、筛查、跟踪、诊治等环节相互脱节。

为此建议多措并举加大青少年心理健康专业化服务供给。

要加大精神卫生资源投入。建议借鉴免费师范生培养模式,支持开设心理学专业的高校扩大招生规模,加大心理健康教育人才供给。加快出台向精神科医生和心理健康教师倾斜的政策制度,提高薪酬标准,建设专业化队伍,提高心理健康专业化服务水平。二级及以上医院开设青少年心理健康专科,实现青少年心理健

康专科全覆盖,早发现、早干预、早治疗。探索将抑郁症、自闭症等心理疾病纳入医保,提高保障水平。

加大心理健康专业化服务供给。建立学校心理健康教育定期评估机制,督导各级各类学校加快补齐心理健康教育短板,利用大数据技术建立心理高危学生筛查机制,及时给予干预。落实“一生一策”心理健康档案,切实改变心理健康教育形式化、边缘化、迎检化问题,把“软指标”变成“硬约束”。同时要压实学校主体责任,增加心理健康教育课时比重,深入开展珍爱生命主题教育,培养学生生命观。还要加大中小学社会实践课时比重,在与大自然融入互动中,引导学生调适自我,从而减轻心理压力,预防心理问题的产生。同时要探

索建立青少年心理健康监测网络平台,加快修订诊断标准(ICD和DSM诊断系统),强化心理咨询领域综合治理。还要加大对滥用心理量表、滥用精神类药物等行为的处罚力度。

加强青少年心理健康调查研究。探索体系化解决青少年心理疾病高发问题,研究制订差异化措施,加快推进政府、社会、司法、学校、家庭等各方作用相互协同。特别是开展心理健康问题低龄化趋势研究,建立社会、学校、家庭三位一体青少年心理健康管理体系,建立筛查预警机制,共同系好青少年身心健康保护的“安全带”。

(作者系民进中央委员、民进云南省委会副主委、云南工商学院执行校长、中国新高教集团董事长)

图说新闻



日前,北京市石景山区古城第二小学分校召开石景山区《探索项目式学习 助推教与学方式变革》项目式学习展示活动现场会。活动旨在通过项目式学习,让深度学习真实地发生,让核心素养培养有效落地。为充分落实《义务教育课程标准(2022版)》的新精神、新理念、新要求,学校基于大概念、大单元、大作业、大活动进行项目式教学研究,图为三位教师以项目式学习引导课、指导课、展示课进行了现场课堂展示。

本报记者 贾宁 摄

党的二十大明确强调“重视心理健康和精神卫生”。国民经济和社会发展“十四五”规划提出“重视青少年身体素质和心理健康教育”。

近年来,社会各界委员对日益严峻的青少年心理问题的多发性予以高度关注。

日前,针对这一现状,教育部等十七部门联合发布了《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)》(具体见本刊上期报道),文件中再次强调,中小学每校至少配备一名专(兼)职心理健康教育教师,更鼓励学校配备具有心理学专业背景的专职心理健康教师。

毫无疑问,要想做好心理健康教育,心理教师是基础的保障力量。如何保障心理健

康教师的专业性,提升他们工作的幸福感、价值感和归属感,值得特别关注和思考。

为此,本期教育周刊特别安排记者深入一线,对一位高中心理教师进行了个案调研,并基于一线老师的困惑,进一步向有关专家请教。希望委员们了解学校心理健康教师的苦与乐,以进一步推动相关工作。

——编者

对话专家

心理健康教师需要专业支持

——访北京航空航天大学心理学教授邓丽芳

本报记者 贺春兰 见习记者 朱英杰

教育在线:心理健康教师是一个专业性非常强的工作?

邓丽芳:确实。为此,要求老师们不断地成长。

关于一线心理健康教师应具备的专业知识与能力,国内外都进行过相关研究探索,例如美国学校心理协会提出了心理教师的11项技能,包括咨询与合作能力、处理资料与计算能力、教学能力与学术能力等。我国也有很多学者对此进行了研究,总体来看,专业知识主要包括心理学基础知识和心理咨询、心理测量、心理危机干预、课程设计等方面的知识,并且与知识体系相匹配的技能,比如心理咨询技能、心理测量技能、课题研究能力、授课技能等。其他方面,除了一般教师所需的专业发展能力、执行能力、时间管理能力、自我反思、责任意识等,人际沟通、自我控制与调节能力等。

教育在线:我们在一线调研中发现,目前我国非常有限的宝贵的心理教师资源在现实中似乎还未能很好地发挥作用。部分教师对自身的专业成长存在强烈的焦虑感。关于心理教师的专业成长,您有怎样的建议?

邓丽芳:首先,心理健康教师自身要关注心理健康领域内的新知识新技术,并及时学习,以更新个人知识体系。要积极参与各类心理健康的研究和交流活动,通过同行交流、科研探讨等扩展个人专业图谱。从区域和学校层面,要建立健全支持性体系,要安排专业培训、科研和实践活动,以深化其对心理健康教育的理解,从而不断提升老师们的专业能力。

教育在线:在心理健康教师的职称评定方面,我们还需要做哪些政策上的保障?

邓丽芳:我国在重视心理健康教育的同时,也一直在关注专职心理健康教师职称评定的问题。教育部印发的《中小学心理健康教育工作指导纲要(2012年修订)》明确提出:“地方教育行政部门要健全中小学心理健康教育工作机制(职称)评聘办法,制订相应的专业技术职务(职称)评价标准,落实好心理健康教育工作(职称)评聘工作。心理健康教师享受班主任待遇(2012年修订)”;2018年教育部印发的《高等学校学生心理健康教育指导纲要》提到“心理健康师资队伍纳入高校思想政治工作队伍管理,要落实好职务(职称)评聘工作”;近期教育部等十七部门印发的《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)》中也指出:“组织研制心理健康教育工作专业标准,形成与心理健康教育工作资

格制度、教师职称制度相互衔接的教师专业发展制度体系。心理健康教育教师职称评审可纳入思政、德育教师系列或单独评审。”

以上相关文件的发布都体现了国家对大中小学心理健康教育教师职称评定的关注与政策导向,但由于一些客观因素的限制,各地落实情况不一,每个学校在落实地政策的流程上也有所差异。职称评定的政策完善可以从几个方面入手:在对心理健康教育岗位进行深入分析、充分了解一线心理教师工作现状的基础上,明确心理健康教师的工作职责,结合政策将心理健康教育工作的工作职责标准化;匹配相应的评价体系与支持制度,健全心理健康教师考核管理机制,解决当前学校心理健康教师“工作干了不少,成绩上却难以体现”的评价难题,推动心理健康教师岗位职责规定和评价标准的规范化科学化发展;加强对心理健康教育教师职称评定的监管,建立相应的反馈监督机制等等。

教育在线:看来就心理健康教育教师职称评聘的问题,目前重要的是督促政策落实的问题。我们也特别想关注下教师们自身的幸福感。基于心理健康教师经常会接受一些负面情绪的输入,处理不好,自身也容易产生心理问题。我们如何做好心理健康教师自身的情绪疏解工作?

邓丽芳:从社会层面来说,大众对心理健康教师角色、学生心理问题的产生和解决等,都需要建立合理的认知,避免错误因循过高的期望,这就需要从政策、舆论层面进行引导,创建一个宽容、接纳的健康第一的社会环境。

学校应制定相应保障举措,关注和扶持心理健康教师的工作,如设立心理健康教师专项支持计划,“引进来,走出去”开设专家研讨会、专业疏导,建立合作共同体,鼓励心理健康教师之间相互支持、交流、分享经验,提升心理健康教育工作获得感、支持感,减轻他们的压力和孤独感;倾听一线心理健康教师的心声,帮助其解决实际困难和困难,学校团体(领导重视、其他教师配合)的支持是心理健康教师高质量工作的底气。

当然,心理健康教师自身的自我调节也很重要。我想老师们自己一方面要建立合理的角色认知,主动融入学校环境;另一方面要增强自我疏解能力,建立积极的心理调适机制,避免负面情绪的过度累积,发展适合自己的减压途径,如积极参加有益活动、多与家人、朋友、同行交流等;还需要不断提升个人专业技能,以应对不断变化的学生心理健康问题。

一线调研

让专业的人专心做专业的事

——一位一线心理健康专职教师的心声

本报见习记者 朱英杰

想做专业的事

从出租屋到校园再回到出租屋,每天两点一线的一个人做饭、吃饭、上班、休息——这是某直辖市高中心理健康教师李乐的日常生活状态。

李乐毕业于一个以心理学为优势学科的高校,是一个地地道道的心理学“科班生”。今年是她大学毕业的第六年,也是她成为一名正式的心理教师的第二年。从本科毕业到现在的六年间,她曾完成从西部地区支教志愿者、专职考研备考考生、讲授教育学、心理学等理论知识的机构讲师等多个身份的转变。

这些丰富的工作经历,让李乐对自己和自己热爱的心理学专业有了更深刻的认识,成为一名心理健康教师可以说是她深思熟虑后的选择。

“我是在2021年参加的区一级的教师招聘考试,可以说是一路过关斩将,顺利转行成为一名心理教师的。选择进入中学校园当一名心理学老师,一方面原因在于,当时还处在疫情防控攻坚阶段,培训行业市场不景气,我也不太想到处奔波出差了。另一方面,我实在舍不得把学了这么多年的专业知识丢掉。”

在李乐大学同学李元的眼中,她的“舍不得”是有道理的。

“上学时,李乐对专业知识的学习就从不懈怠。虽然不是第一、二名那种,但也绝对称得上是一名好学生。她对专业的热爱不仅体现在知识学习上,还体现在实践中,参演心理剧、担任心理协会的学生干部、当心理咨询志愿者,各种活动她也总是冲锋在前。毕业后,她又从事了不同类型的与心理健康教育有关的工作。在心理学方面,她肯定是有自己的职业理想的。”

从期待到失望

万老师是李乐入职后认识的第一位同事,被她亲切地称为“万师傅”。万老师是20世纪90年代分到学校教政治的教师,随着各方对心理健康教育工作的重视,万老师就开始兼职担任学校的心理健康的兼职教师。

随着2021年教育部《关于加强学生心理健康管理工作的办法》的颁布,越来越多的中小学开始招聘专职的心理健康教师,让专业的人做专业的事,李乐觉得自己的入职恰逢其时,逢时代之

时,逢青年之时。

入职后,她对自己的工作充满憧憬。她期待给更多学生提供心理支持、给他们传授心理健康知识、讲授心理健康课程,提高他们直面困难、积极前行的能力。

但很快她发现,一切并没有想象得那样美好。最基本的是,作为一名教师,她并没有太多上课的机会。“只有高一年级有心理健康课,且常常被当作‘副科’被合并或占用,所以我现在一学年只有一学期有课,另一个学期就是做一些咨询活动、行政之类的工作。”

话语间,李乐有些停顿,几秒后,李乐说道,“我确实不开心!”李乐表示,自从进入学校成为一名心理健康教师以后,感觉自己的专业反而荒废掉了。“曾经做教育心理学理论的讲师、在西藏支教,我一直都以自己的专业为豪,能围绕着心理学知识发光发热。但成为一名专职心理健康教师,专业上反而没有太大的精进了,这让我感到难过。”

更让李乐觉得难过的是,专业教学外并没有太多的时间进行自我专业上的弥补,琐碎的工作占用了她大量的时间和精力。“我会负责学校里各项琐碎的工作,比如学生资助、校服采购、网站管理等。”

“我的这些工作,谁都可以做的,只是我作为学校里的新学科教师看起来更‘无所事事’,没有自己的专业工作而已。”说完李乐无奈地叹了口气。

“三无”人员

采访中,李乐半开玩笑地称自己是无力、无价值、无归属的“三无”人员。

谈及在工作中感觉最想逃离的时刻,李乐提到了去年的年终考评。当时,学校的领导并没有把她划归到教师队伍中进行评定,而是把她划分到行政教辅体系中,这让李乐感到难以接受。

在她看来,在考试焦虑、家庭冲突、同辈压力等环境下,孩子们的确实可能存在多种心理问题。而若想让孩子健康成长,不应在问题出现时,才去寻求处理和解决的办法,而要在日常生活中用专业的知识和专门的教育进行引领。

人追求的心理教师无疑是折磨的。没有施展专业知识,增长专业技能的机会,造成李乐在心理教师这个岗位上愈发迷茫。“光这个学期,我都想了好多次,我到底要不要做这个工作,有一种耗尽自己生命的感受。”

这种迷茫和价值感的缺失不仅停留在李乐的自我感知层面,在现实的职称评定中,李乐同样困难重重。

“现阶段,心理健康教师没有一个明确的职称评定体系。虽然也在倡导心理健康教师单独进行职称评定,但是对于课时、科研、咨询等方面的工作都没有具体要求。我也不知道自己的未来何去何从。”

更让李乐想要逃离的是没有归属感。

李乐表示,在中学老师们总是以年级或者学科来划分体系的,自己作为心理健康教师,在学校里总是要“单打独斗”。“据我了解,很多的心理老师都被挂在德育体系下面。像我们学校的德育老师,兼职的比较多,一般也有行政管理者的身份,和我在学科类属、职务特性、年龄层次等各方面都存在很大距离,在职业成长的道路上我也很孤单。”

星星点点的光

“现阶段,这个工作给我一种很矛盾的感觉,因为总有一些消极的体会让人自我怀疑还要不要再继续,但是也有一些东西在鼓励着你,总在你觉得坚持不下去的时候,又给了你一点甜头。”李乐说的“甜头”大多是来自学生健康成长的正向反馈。

“在完成教育活动、心理咨询后,学生们确实产生了积极的变化,这对我来说是非常大的鼓励。是我做其他工作,没有办法得到的,这就是我的专业带给我的快乐和成就。再比如说我作为一个心理老师,被学生、家长、领导认可后,也会感到特别的开心。”

模考后的心理疏导、成人礼的亲子活动、“幸福小瓶子”活动等。谈到这些由李乐自己负责组织的心理健康教育活动时,李乐的眼里闪着光,语不停歇……

“有时候,我能感觉到自己切切实实地在做育人的工作,在影响着一个人的成长,这种感觉真的很充实。”

李乐表示,自己在社会对心理健康教育受重视程度还不够高、孩子和家长对心理健康咨询还存在诸多偏见的工作环境中,曾多次想过放弃,但每次想到

那些帮助学生找到自己人生意义的光輝时刻,她都想再坚持一下。

“在我心里,心理健康教育是神圣的,是用一个人的灵魂影响另一个人的灵魂。我还是想通过做心理健康教育工作作为育人实践献出自己的一份光亮。”

期待向阳生长

回到现实,李乐在专业领域的工作上“闲得发慌”,面向未来,她感到无比焦虑。

大多数时间里,李乐这个重点高中的心理健康教育仍然处于“补窟窿”状态。孩子正常的校园家庭成长过程中,李乐参与引导的机会并不多。可一旦孩子出现心理健康问题,李乐便需要紧急开启“救火员”的工作模式。

“这样显然不符合学生心理健康教育的育人规律。且对我个人来说,平时也没有什么课可以上,一周可能只有机会做一到两个咨询,有时甚至两周才能做一个咨询,所以我成长的是比较慢的。”

但作为心理健康教师,李乐始终谨记要教给学生不放弃自己,向阳生活的信念。在自己的工作中,李乐也在时刻提醒自己,不能放弃进步。

现在,周六日的时光是李乐最期待的,除了回家探望父母,她还自费进行了心理咨询技能的培训,利用自己的休息时间,想去了解更多心理咨询实操技能。“真的就是出于对专业的热爱和对工作上自我提升的内在需求吧。”李乐说。

与此同时,李乐还在主动担任心理健康热线的志愿者。“每个寻求心理救助的对象都是值得呵护的,当电话另一端的那个人,因为你对他的理解、共情、接纳,从而产生了积极的变化时,会让我感到无比的有意义。”

当然,这些知识和实践对于李乐的专业成长来说还远远不够,她还在渴望更多成长的可能。“现在能接触到的培训主要围绕某个区的教研活动、精品课展示这一类的。于我个人而言,我希望能够接触到更多的咨询理论流派,然后在与来访者的沟通中去进行实践,从而提升自己的专业认知和技能,弥补单一理论流派指导实践上的不足。”

采访最后,李乐一次又一次地表达了感谢,感谢自己作为心理健康教师能得到关注。而这一切,源于她的期待。期待心理健康教师能够在专业上,被认可、被尊重……

(注:文中涉及的人名均为化名)