



一线·调研

党的十八大以来,以习近平同志为核心的党中央对中小学生心理健康问题高度重视,党的二十大报告中提出,重视心理健康和精神卫生。

2012年教育部发布《中小学心理健康教育指导纲要(2012年修订)》,2016年原国家卫生计生委等22部门联合发布《关于加强心理健康服务的指导意见》,2018年教育部印发《高等学校学生心理健康教育指导纲要》,2021年教育部发布《关于加强学生心理健康管理工作的通知》,2023年教育部等17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)》等一系列政策,旨在全面加强和改进新时代学生心理健康工作,提升学生心理健康素养。

7月5日晚,民进中央教育委员会中小学生学习心理健康教育座谈会(教育委员会委员论坛2023年第2期)在民进中央机关以线上线下相结合方式召开,论坛主题为“中小学生学习心理健康协同教育和干预康复体系建设”。

——编者

中小学生学习心理健康需科学干预、协同关注

——民进中央教育委员会“中小学生学习心理健康协同教育和干预康复体系建设”座谈会侧记

本报见习记者 朱英杰

“现阶段,中小学生学习心理健康不容乐观,究竟是何原因?”“在不同的成长年龄段,面对不同的心理健康问题,我们应该如何应对?”7月5日晚,在民进中央机关的一间会议室里,主持人姜其和向与会者抛出了两个议题。姜其和是民进中央教育委员会专职副主任、民进中央参政议政部副部长。这次座谈会聚焦“中小学生学习心理健康协同教育和干预康复体系建设。”全国人大常委会委员、民进中央副主席庞丽娟教授,全国政协委员、民进中央教育委员会主任张志勇教授全程参会。来自学校的实践者、心理医生、高校教授、心理援助者、一线心理健康教师等十多位专业人士与会。会议从晚7点开始到晚10点半,话题沉重,与会者交谈间多少带着焦虑,以至于会议结束时间一拖再拖。

问题:中小学生学习心理健康问题低龄化态势值得关注

当前,中小学生学习心理健康问题中的低龄化态势令与会者高度关切。全国政协委员、民进中央教育委员会主任张志勇在发言中表示,“从总体上讲,当前中小学生学习心理健康问题一定程度上出现了低龄化、普遍化和严重化的趋势。”北京大学回龙观临床医学院研究中心主任、北京大学精神病学教授谭淑平在诊疗实践中的发现印证了张志勇的发现。谭淑平介绍,从2019年开始,尤其是新冠疫情后,18岁以下心理问题患者明显增加。同时,不同症状的高峰反应期也有所不同,大概在8岁到10岁,孩子们的注意缺陷波动达到高峰;大概在10岁到11岁,焦虑症达到顶峰;而大概在15岁,也就是初三、高一的学生中抑郁症的发生率最高。

“14岁、初二级的学生也需特别注意,他们处于青春期自我意识萌生的关键期。面对小升初压力,小学四年级开始到六年级,学生的心理健康问题案例也比较多。”基于多年一线实践,南京市中小学生学习心理援助中心主任许红敏认为,不仅当前中小学生学习心理健康问题低龄化、疾病化趋势明显,家长的心理健康问题也值得特别关注,“我们的热线不是起到家庭教育指导的作用,而是先起到家长的心理支持的作用。现实生活中,我们可以看到,由于亲子冲突、生活压力,很多家长的情绪常常很不稳定。家长没有稳定的情绪,也很难有好心态去教育孩子。”

“一些青少年存在心理亚健康问题,虽然还没有到求医的状况,但仍然需要我们特别关注。对心理健康问题状况做分类识别、分类指导。”北京师范大学儿童心理研究所所长边玉芳在发言时特别指出,媒体要谨慎对青少年自杀、自伤事件的报道,避免引起其他青少年的模仿。

原因:专业干预、家庭健康与教育生态

“从发生心理问题到形成心理疾病再到后续治疗,这期间的发现、干预、治疗体系和应急体系建设目前还远远不够。专业性不够!究竟用谁的量表来监测?谁来监测?拿到了监测结果,谁来分析?谁来制定后续的干预方案?现在比较缺少专业化支持。”张志勇就当前青少年心理健康干预提出了系列问题。

“专业性”在座谈会上被一次又一次地提及。多位与会者表示,心理健康教育是一个需要专业心理教师、专业精神医生共同参与的工作。

“现阶段,不少地方学校还是比较缺少有心理学专业背景的心理教师。”甘肃白银实验中学专职心理教师柳晓洁表示,山东临沂四中专职心理教师程慧也提出了这一问题,“专业队伍的配备存在比较严重的平衡问题,尤其是在区域、城乡之间。”

心理教师资质如何评价?天津经济技术开发区国际学校副校长王凯在座谈会上直言,自从人社部取消心理咨询师资格国家统考后,学校在进行心理教师招聘时,存在一定的招聘标准不明确的困惑。在具体的心理健康教育实践中,也存在一些心理教师被家长质疑的情况。

座谈会现场,谭淑平、民进中央妇女儿童委员会副主任、北京青爱教育基金会理事长张银俊以及北京师范大学中国教育政策研究院院长助理、副教授杨玉春都提到,家庭环境也是造成孩子心理问题的重要原因。“有些父母会主动忽视孩子的情绪,也有些父母因为没有能

力,被动地忽视了孩子的心理健康问题。家庭暴力有热暴力,也有冷暴力,其实都是造成孩子心理问题的根源。”杨玉春基于调研强调,“游戏也与情绪障碍存在高度相关关系。”“目前,跨年龄、跨文化背景的青少年交流比较少,学生的社会性人格发展受到影响。”“在校内,除心理健康教师外,其他学科、其他教师对心理健康教育的关注不足。”“对学生不同心理健康水平的区分与关注不足,区别引导不够”……随着座谈会交流的深入,越来越多的造成中小学生学习心理健康的原因被找到。与此同时,与会者在引起中小学生学习心理健康问题的更深层次原因上普遍达成了共识——教育生态的过度功利化。

“党的十八大以来,习近平总书记先后在2018年全国教育大会、2021年全国‘两会’上、2021年5月进行‘双减’政策审议时、今年5月29日中共中央政治局第五次集体学习时,四次强调教育生态建设问题。”呼应与会者的意见,张志勇语气坚定,“建设积极的教育生态是解决中小学生学习心理健康问题的关键之举。”

建议:多方协同,保证教育干预诊疗有序开展

一个真实的中小学生学习心理健康问题案例,一组令人痛心的数据,在有着众多心理健康教育实践经验的参会者们的调研中被发现,痛心与急切之情弥漫在线上线下。

有着18年一线心理健康教育工作经验的张银俊在分享经验时特别提出:“在解决中小学生学习心理健康问题中,家长是关键力量。需要专家、老师向家长进行专业的心理健康教育培训,让更多家长能与学校共同携手保护青少年的心理健康。”“在开展心理健康教育时需要特别注意分级、分类。”边玉芳表示,心理健康教育既需要关注有心理问题的孩子,也需要关注大多数的普通学生。“比如心理弹性,包括抗逆力、挫折能力、对生活的意义感等,对每个人的未来生活都非常重要,需要在心理健康教育中特别培养。”

“解决中小学生学习心理健康问题,要重点关注劳动课、体育课是否开足、开好。这一点我特别认同。”许红敏表示,劳动课不仅能为学生带来放松感,也会让他们有切实的价值感。“在劳动、体育参与中,帮助孩子找到自身的价值,从而找到自我生命的意义。”“建议各地尝试成立儿童疗愈基地,让休学的孩子们也有机会与同伴交流,让自己感到不被隔离。”她建议。

王凯、柳晓洁、程慧等几位与会者特别强调了要重点关注教师队伍建设。“必要的培训需要开设好,以给予心理健康教师专业成长的空间与平台。”“要提升其他学科教师对学生心理健康的关注度,以多方面、多角度、多学科地开展心理健康教育工作。”“还需要关注教师群体的心理健康问题,适当减轻不必要的工作压力。”

座谈会上,每位与会者都从自身工作角度为心理健康教育、干预、诊疗等过程的有序开展提出了宝贵的意见与建议,更加证实心理健康教育不仅是一个人的工作,也不只是一个组织的任务,它需要学校、家庭、社会,包括医疗卫生系统、政府、社区等多部门、多方面协同参与。

“中小学生学习心理健康问题是事关强国复兴、中华民族现在和未来的重要问题,习近平总书记多次对‘培养堪当民族复兴大任的新人’提出核心要求、寄予厚望。近年中小学生学习心理健康问题越发凸显,这一情况与中共中央要求加快建设教育强国、科技强国、人才强国相悖。政府各有关方面、中小学校、家庭、社会必须予以高度重视,把青少年一代的身心健康作为强国复兴、‘以人民为中心’发展教育的首要任务,把促进学生身心健康发展,落实到课程教学、校园生活、家校协同、教育管理等方面、全过程。”夜十点已过,为时三个多小时的座谈会不得不结束,一直听会的全国人大常委会委员、民进中央副主席庞丽娟深情寄语与会者,“我们民进中央作为参政党关注这个问题非常有必要。要本着对民族、对国家未来发展的高度责任感、使命感和育人情怀,针对中小学生学习心理健康问题提出切实可行的举措。”



正值暑期,一些市民带着小朋友来到杭州市青少年活动中心的“Do都城”,参与各类社会职业体验项目,以寓教于乐的方式欢度假期。

上图:7月9日,小朋友在进行“茶艺师”体验。
左图:7月9日,小朋友在体验“考古发掘”。

新华社发

新闻·风向

北京探索地方课程和校本课程淘汰退出机制

本报讯(见习记者 朱英杰)近日,北京市教委就贯彻落实《教育部关于加强中小学地方课程和校本课程建设与管理的意见》提出要求,强调各区教委和学校要明确校本课程管理要求,加强课程开发指导;学校开发校本课程要以多种课程形态服务学生个性化、多样化学习需求,原则上由学生自主选择。

北京市教委表示,要提高国家和北京市课程方案的实施水平,发挥地方课程和校本课程育人功能,实现课程整体育人、高质量育人。

针对课程的设计开发,北京市教委强调,各区要制定并实施好本区义务教育课程实施办法和普通高中课程安排指导意见,明确校本课程管理要求,加强课程开发指导,对学校备案材料提出具体指导意见。

学校要合理开发校本课程,校本课程要立足学校办学传统和培养目标,发挥特色教育教学资源优势,以多种课程形态服务学生个性化、多样化学习需求,原则上由学生自主选择。同时,学校要科学规划、规范组织,制定校本课程开发方案,研制每门校本课程纲要,建立动态修订调整机制。学校课程实施方案、校本课程开发方案、每门校本课程纲要均须报区级教育行政部门备案。校本课程修订周期原则上不超过三年,原则上不编写出版教材,确需编写出版的应报区级教育行政部门备案。

北京市教委要求各区、学校要统筹推进课程教学管理工作,充分发挥教研专业支撑作用,建立健全教研指导制度,明确专人负责,开展地方课程和校本课程建设实施情况的调研与专业指导,组织教师专题培训,开展常态化教研活动和成果展示、交流活动。

并强调,各区要加强课程实施监测,重点关注课程实施的育人效果,不断增强和改进课程育人功能,要强化监测结果使用,不断深化课程改革,探索地方课程和校本课程淘汰退出机制。

链接

教育部加强中小学地方课程和校本课程管理

为贯彻党的二十大精神,落实立德树人根本任务,完善基础教育课程体系,发挥地方课程和校本课程育人功能。近日,教育部印发《关于加强中小学地方课程和校本课程建设与管理的意见》(以下简称《意见》)。

《意见》提出要遵循“整体设计,协同育人;因地制宜,体现特色;管促建,提升质量”的基本原则。各省级、地市级、县级教育行政部门和学校要切实承担落实国家课程政策的主体责任,加强统筹规划,准确把握地方课程和校本课程的功能定位,规范开设地方课程,合理开发校本课程,强化审核、备案、课程教学管理等制度建设。各类专题教育以融入为主,原则上不独立设课。各地要引导学校以国家课程为主,把专题教育落实到日常教育教学活动中。

《意见》强调,地方课程建设要注重挖掘并利用具有地方或学校特色的自然、社会、文化等方面资源的育人价值,涵养学生家国情怀,铸牢中华民族共同体意识;还要体现多元一体的理念,坚持区域特征与共同要求相统一,强化地方与国家的不分割性。校本课程建设要注重服务学生个性化学习需求,引导学生及时了解经济社会和科技发展进展、新成果,培养兴趣爱好,发展特长;注重体现综合性、实践性和选择性,丰富载体形式,建设数字化课程资源。

《意见》提出强化五项管理制度。一是审议审核制度。坚持“凡设必审”“凡用必审”原则,严格审议审核标准,规范审议审核行为。二是建立地方课程和校本课程建设的分级管理、备案制度。三是课程教学管理制度。省级教育行政部门负责统筹推进本地区课程教学管理工作;地方各级教育行政部门及专业机构督促指导学校加强课程教学管理;学校要在开齐开足国家课程的前提下,加强地方课程、校本课程教学管理。四是专业支持制度。要建立健全教研指导制度,开展专题培训,设立研究项目,组织开展交流活动。五是课程监测修订制度。将地方课程和校本课程纳入国家、省级课程监测范围,建立淘汰退出机制和周期修订制度。

《意见》要求,各省级教育行政部门要在党委统一领导下,切实承担起地方课程建设与管理的职责,压实政治责任和监管责任;坚持课程教材建设的社会公益属性,会同有关部门从严加强管理,确保课程育人为本,教材按需编写、规范使用。各中小学校要在学校党组织统一领导下,切实履行校本课程建设与管理的责任,严把政治关和科学关,确保三类课程协同育人。

(朱英杰)

漫评·观察

暑假,请带孩子出门去体验

——健康的教育生态需要各方参与创设

贺春兰

从全国政协委员的“两会”提案到民主党派的参政议政,我们发现青少年心理健康问题已经引起社会各界的广泛关注。而各种建议中,全国政协委员和党派成员建议的重点则在于“培育健康的教育生态”。

健康的教育生态,习近平总书记曾多次强调。5月31日,在育英学校的重要讲话中,习近平总书记指出,“‘双减’政策落地有一个过程,要久久为功”,笔者品味,“双减”政策落地需要健康的教育生态,而“久久为功”一词则意味着健康的教育生态形成不容易,也意味着以习近平总书记为核心的党中央坚定不移推动建设的决心。

近年来,应试教育文化叠加少子化、互联网文化影响等多种因素导致许多孩子长期宅在家里,在饭来张口衣来伸手的无忧生活里,沉浸在想象的世界里寻找生命的意义感,在没有社会互动体验、缺少利他经验的生活中心寻找自身价值,最终导致他们看不到价值,感受不到生命的意义,以至于青少年心理健康问题多发。

而从各方面报道的近两年的暑假生活里,我们欣慰地看到了这样的镜头:部分家长行动起来,带着孩子去参加亲子跑、去出门度假,去各种社会组织提供的活动中体验考古、茶艺等各种社会职业,社区

则行动起来组织家庭集体参观科技馆。我们常说,好孩子是夸出来的,健康积极的心理品质亦需要健康的教育生态去涵养,其背后是健康的家庭、健康的社区、健康的学校班级去创设去参与。

贯彻“德智体美劳”,德育为先,五育并举的教育方针不仅仅是党中央基于民族未来确立的我国教育发展的指导方针,更是一个健康的生命体、健康的现代人融入、适应社会生活所必需。

除了一定的读书和知识学习外,做饭、走亲戚、运动、观剧、参加各种娱乐、社交、公益活动抑或出门旅游等,趁着暑假来临,家长一定要引导孩子们转换注意力,换一种场景体验生活的其他活法。

本世纪初,心理学界发生了一场革命,超越了传统心理学关注人类嫉妒、狂躁、偏见等负面心理品质的研究取向,关注以科学的手段和方法研究人类积极心理品质的形成,从而促进人类的健康幸福与和谐发展。

人们相信一个常识性的观点:当积极的力量多起来,消极的力量便会减少乃至隐退。

相信当社区、青少年活动中心、博物馆、家庭等更多这样积极健康的力量加入进来,教育生态则有望离理想的境界更近。而当我们牵起手,带着孩子们走向阳光,他(或她)也便有望远离阴霾。