

做好守护学生心理健康的“必答题”

编者按

近年来，心理健康问题逐步成为世界各国普遍面临的社会性难题。我国同样也不例外，这些心理健康问题已逐渐从成人、职业群体扩展延伸至大中小學生群体，并呈现“低龄化”发展趋势。加强青少年心理健康教育已成为当前全社会的共识。党的十八大以来，以习近平同志为核心的党中央高度重视和关心广大学生的心理健康和成长发展，在党的二十大报告中

提出“重视心理健康和精神卫生”。中央教育工作领导小组会议专题研究部署了学生心理健康工作。教育部决定自2024年起，将5月确定为“全国学生心理健康宣传教育月”，通过形式多样的宣传教育活动，营造良好社会氛围，提升师生、家长心理健康知识水平和素养。本期，让我们看一看促进学生心理健康的各地政协力量。



5月20日，青岛通济实验学校高三学生参加“同心击鼓”趣味游戏。高考临近，位于山东省青岛市即墨区的青岛通济实验学校组织高三学生开展丰富多彩的集体减压活动，帮助他们释放身心压力，以轻松、乐观、自信的心态迎接高考。
新华社 梁孝鹏 摄

重庆市各级政协集智聚力——

以体强心 以美润心

本报记者 凌云

“向阳而生，逆境而行，终能绽放出绚丽的生命之花。”……近日，重庆市九龙坡区政协“毛铁委员工作室”的委员们和川外九龙附小联合举办了一场“心语心愿”学生健康关爱主题沙龙活动，为学生赠送书籍文具，并开展心理健康知识讲座。此前，在政协委员、劳动模范志愿者带领下，学生们还走进特殊教育学校、盲人按摩馆等地，现场聆听励志故事，与劳动模范对话交流。

谈及活动初衷，区政协委员毛铁表达了委员们的共同期许：家庭、学校和社会共同发力构筑心理防护屏障，让学生有更多机会走进社会实践“大课堂”，在社会中砥砺心智，学习“向善”的价值取向和“向上”的奋斗精神。

“这是区政协积极探索家校社联动，助力青少年健康成长的创新举措。”区政协主席宋泓表示，要通过系列活动，真正把政协委员履职与推动立德树人工作有机结合起来，为学生心理健康教育贡献政协力量。

教育部等17个部门今年联合印发的《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)》中提到了“以体强心、以美润心”。近日，重庆市渝北区政协聚焦青少年身心健康，以发展体育项目为建言切口开展专题协商，呼吁提高对体育教学重要性的认识，丰富体育课程设置，通过运动提升青少年自信心，更好发挥体育强“心”作用。

“提高在校体育活动质效，激发学生运动潜能。”“推动体育特色学校发展，助力青少年身心健康。”……委员们畅所欲言。区政协主席邓孝明说，委员的每一句建言背后都有大量的调研，希望相关部门找准着力点，出台措施、扛起责任，将委员建议转化为实实在在的工作成效，为青少年身心健康保驾护航。

这些形式生动、主题突出的特色履职活动，正是重庆各级政协组织倾情倾力关注学生心理健康的一个个“分镜头”。如何合力织牢织密“护心网”，以政协之能守护青少年健康成长？今年1月，重庆市政协六届二次会议期间，市政协医药卫生界别委员们围绕进一步加快精神卫生体系建设主题，创新开展了全

期间首次界别协商，“学生心理健康服务”正是协商议题之一。此前，由市政协教科卫体委牵头组建的调研团队还专门走访了校外未成年人心理健康辅导中心、黄桷坪街道“小蕾花开”社会心理服务工作室等地，深入调查研究，为委员协商建言打下坚实基础。

“建议加快完善在校学生心理健康服务体系。”政协委员任志鸿在协商中呼吁，逐步建立校地共建、家校共育、校社合作、医教结合的分级联网管理心理检测平台和心理健康大数据平台。建立包括课程体系、宣传普及体系、咨询干预体系、教师队伍建设体系、管理保障体系在内的家、校、医、社、政“五位一体”心理健康教育体系。

在教育“双减”政策背景下，怎样强化推广心理健康教育？委员们认为，要加强心理辅导室的建设及使用，逐步完善相关工作机制，提高其使用实效，确保心理服务体系建设落实到位。同时，充分整合教育、卫健、共青团、妇联、社工组织等各界力量，及时发现心理困境学生，给予专业心理援助。

天津市政协委员和民主党派成员齐发力——

撑好“心灵防护伞”

本报记者 张原 李宁馨

加强青少年心理健康教育已成为当前全社会的共识。新的发展阶段，不断提升国民心理健康素养必须从学生抓起，如何大力加强学生心理健康服务？天津市政协委员和民主党派成员积极建言献策。

“校园暴力事件、学生自残事件屡屡发生，究其根源都与青少年时期没有养成健康的心理习惯有关。当面对压力时，无法自我调节和控制，心理抵抗力差。”民进天津市委调研提出，社会因素、学校因素、家庭因素等都制约着学生心理健康，要发挥社会协同作用，提升学校心理健康教育水平，加强对家长的引导，培育学生自尊自信、理性平和、积极向上的社会心态。

“青少年在交往、人生目标、升学压力等方面容易产生心理冲突。缺乏及时的心理关爱，学生可能从焦虑、压抑过渡到暴力对抗，或校园欺凌。”张德馨委员如是说。

加强青少年心理健康教育已成为当前全社会的共识。新的发展阶段，不断提升国民心理健康素养必须从学生抓起，如何大力加强学生心理健康服务？政协委员刘依杭调研认为，针对学生常见的体象烦恼、社交恐惧症、学习障碍、抑郁症、强迫症等方面心理问题，要加强心理健康的宣传和教育，提高学生及家长对心理健康的认识和重视程度，强化家庭心理滋养；加强心理课、团体心理活动、专题心理讲座和个体辅导，提升学生情绪调节能力。

“学校心理健康工作人才队伍欠缺。目前，不少学校心理健康教育辅导教师是兼职，专业水平不足，无法满足当前学生心理健康教育的工作需要。同时，学校心理健康服务硬件设施不足，如一些学校心理辅导室规范化建设落实不到位，很多学校即使有规范

的心理辅导室，但是实际利用率也不高。”民进天津市委专职副主委赵长龙告诉记者，部分家长一味要求学习成绩好，忽视孩子性格培养，导致孩子心理脆弱，抗压能力和适应能力不强。“很多家长对孩子心理健康关注不够，与孩子和老师都缺少沟通，且有些家长自身心理素质较差，容易给孩子带来负面情绪。”

民进天津市委在《关于进一步关注中学生心理健康的提案》中建议，大力开展心理健康知识宣传普及。在电视节目、报纸杂志、微信公众号、广播电台等各类媒体中，由权威心理医生多渠道、多形式宣传普及心理健康知识，引导社会大众正确看待心理问题，消除认识误区和思想顾虑。媒体要宣传正确价值观，减少负面新闻的渲染。

“要构建青少年心理健康公益服务平台，设立心理咨询热线电话、微信公众账号、邮箱的同时，吸纳医生、法律援助工作者、心理工作者等专家担任志愿者为青少年提供心理咨询和援助。”

“在为青少年提供相关心理问题的帮助时，应当注重对其隐私的保护，允许其匿名。”

“在引进专业心理健康教育教师的同时，把心理健康教育培训列入学校师资培训计划中，将教师心理健康教育知识与专业知识培训结合，培养教师心理健康教育的水平和专业技能。”

“将心理健康知识的教育融入思政等课程，培养学生体育、艺术兴趣，强健学生体魄、健康学生精神。”……

大家的共识是：只有通过全社会的共同努力，才能为青少年撑好“心灵防护伞”，为青少年创造一个更加健康、更加美好的成长环境。

四川省市两级政协委员关注——

织密心理健康“防护网”

本报记者 韩冬 通讯员 唐伟韵

5月21日，部分四川省政协委员和成都市政协委员携手走进成都理工大学开展专题调研，在该校2024届毕业生人才精准对接专场招聘会现场，一个面向毕业生开展求职心理疏导的温馨区域引起不少委员的注意。

“面对激烈的竞争环境、复杂的职场规则以及不断变化的市场需求，毕业生们往往需要承受巨大的心理压力和焦虑，个别学生还存在自卑自负、嫉妒攀比、依赖盲从等极端心理。”现场负责心理疏导的老师介绍，学校为此专门在招聘现场设置了这个区域，通过交流、测试分析等方式对需要帮助的学生进行

心理疏导和职业规划。在仔细了解该区域的工作情况后，长期关注青年心理健康管理的省政协委员熊宗辉表示，近些年大学生心理健康问题呈现出快速增长的态势，如果这一问题得不到有效解决，将严重影响大学生的学习、生活甚至是生命健康。因此，如何做好大学生心理健康教育工作，已成为我国乃至全世界面临的共同挑战与课题。

熊宗辉的观点引起了不少委员的共鸣。省政协委员高善峰认为，社交圈子窄、缺少照顾和关爱是造成大学生

心理问题的重要因素。他建议，各级共青团组织、青年组织及相关社会团体，可做一些拓展社会网络的项目和活动，创造平台和机会，帮助同学们保持积极的心态，主动参与社交，化解人际隔膜，扩大交际圈，开展正常的社会交往，更好地融入社会。同时，探索青年学生参与企业社工的制度机制，此举既能够丰富社区生活、社区服务，又能够让青年学生提前适应社会，提高其存在感、获得感、荣誉感、被需要感。

“去年，我们开展‘关注心理健康，促进学生健康成长’专项监督协

商。在各相关部门及区(市)县共同努力下，全市学生心理健康工作取得了明显成效。”成都市政协委员甘政华带来的消息让委员们倍感欣慰。甘政华说，早在2021年，成都市委教育工作领导小组就印发了《成都市中小学心理健康服务专项工作方案》，建立了市委教育工作领导小组统筹、市教育局牵头、相关部门及各区(市)县负责的工作机制。目前，已建立完善学生心理健康服务医疗体系，建立了全市心理健康基础数据库，全面开展全市中小学生心理状况筛查，并积极开展家庭心理健康教育等线上线下服务。同时，构建了独特的“总校+分校+子校”三级架构模式，实现对全市区(市)县家庭教育专业指导全覆盖。

委员们表示，将持续关注大中学生心理健康教育，为更好培养学生健全的人格和良好的个性心理品质贡献智慧和力量。

江西萍乡市政协“把脉问诊”——

关口前移“治未病”

本报记者 王磊 通讯员 王婕 钟丽川

“精神科执业(助理)医师有多少？”“前来就诊的青少年心理状态怎样？”“学校是否常态化开展心理健康辅导服务？”……近日，江西省萍乡市政协主席聂晓葵再次率调研组走进安源区中小学、医疗机构，深入调研“青少年心理健康教育普及与落实”情况。

今年初，经市委同意，“家庭校园社会‘三位一体’助力青少年心理健康教育普及与落实”被列为2024年度市政协常委会会议协商议政主题。

调研启动后，委员们深入医疗机构、基层社区、中小学校，实地走访心理门诊室、社区服务平台、校园心理辅导站，共同为青少年心理健康教育工作“把脉问诊”。

“学校是护航青少年心理健康的主阵地。大家结合工作实际畅所欲言，为呵护青少年心理健康集思广益。”5月11日，调研组在萍乡中学召开专题座谈会，聂晓葵希望大家开门见山、直奔主题。

“青少年心理问题成因复杂，要根据年龄、阶段作区分，科学设定指标，增强筛查的准确性和针对性。”在政协委员、萍乡市第二人民医院副院长曾建伦看来，当前部分学校采用同一张测量表，对结果判断、甄别增加了一定的难度。

“少部分孩子在出现心理问题初始症状时，由于家长认知不全，不愿意配合学校共同干预，导致孩子的心

理问题加重。”安源区未成年人心理健康辅导站心理健康专职教师滕慧芳认为，打破家长的“病耻感”非常必要。

对此，经开区实验学校高中部心理健康专职教师罗梅表示赞同，“部分家长担心抑郁症、焦虑症会进入档案、影响升学，存在刻意回避孩子心理健康方面问题的倾向。”

萍乡中学校长周新萍希望，青少年心理健康教育关口要前移“治未病”。通过家校社合作，引入社会资源，为培养青少年健康心理提供良好氛围环境。

“当前对于开放心理咨询室，心理健康筛查有详细的指导政策，但是对已经出现问题的孩子，学校该如何处理还没有规范性的指导意见。”“进一步落实好心理健康教师队伍建设，同时对一线教育工作者也要进行定期心理测评。”……近3个小时的座谈，市教育局负责同志、市、县(区)部分中小学校校长、班主任、心理辅导员，谈经验、讲收获，提建议、话举措，现场气氛热烈。

“把一手资料收集好，整理好，提出有针对性的对策建议。”聂晓葵希望课题组聚焦健全心理健康教育体系、推进五育并举课程落实到位、科学开展心理健康筛查评估、切实加强家校联动、完善心理健康教育社会支持等方面，力争形成高质量的调研成果，真正为青少年心理健康教育普及与落实献计出力。

陕西韩城市政协深入调研——

委员“金点子”守护“心”世界

本报记者 路强 通讯员 杨敏

促进学生身心健康、全面发展，是人民群众关切、社会广泛关注的重大课题。如何帮助中学生健康成长？近日，陕西省韩城市政协界别活动组深入新城五中，就中学生心理健康教育开展调研并积极建言献策。

怎样筑牢学生心理健康的“免疫墙”？“应提高学校对学生心理健康教育的重视程度。”“要做到专业的人干专业的事，将心理健康教育纳入新任教师岗前培训、班主任业务培训、继续教育等培训内容，提升教师专业水平。”……在调研中，委员们你一言我一语，纷纷贡献着“金点子”。

市政协常委王丽建议，加强学校心

理辅导室建设，建立青少年心理咨询热线和在线平台，针对不同年级孩子的不同需求，提供现场咨询、电话咨询、网络咨询等个性化服务，让青少年可以随时随地获取专业的心理指导。

市政协委员相里粉娥提出，要优化教育教学内容和方式，切实为学生减负减压。开齐开足心理健康教育课，丰富校园活动，以美润心，以劳健身，引导学生学会宣泄情绪、释放能量，营造健康向上的校园心理氛围。

“要引导家长主动承担起家庭教育主体责任。”政协委员旭认为，要充分发挥优秀家长的示范、引领、指导和辐射作用。加大科学的家庭教育理念和方

法的宣传力度，树立“育人先育心，成才先成人”的教育理念。

市政协常委樊妮丽呼吁，统筹整合各类资源，加强与高校及医院合作，形成齐抓共管工作合力。建立学生心理健康检测库，邀请心理专家定期到校针对存在问题开展心理健康讲学、讲座等。

市政协委员程敏正表示，可以通过开设“小天使”心理疏导社团，定期开展师生心理健康主题培训，通过设置“班级心灵天使班委”、制定班级情绪晴雨表、发放“亲子关系调查问卷”等方式，及时了解学生的心理健康状况，促进学生身心健康发展。

委员们还建议，要建立学校与家庭、

社会协同育人机制，完善社区心理健康教育服务网络，积极办好社区家长学校、网上家庭教育指导平台，推动社区家庭教育指导服务站建设，普及心理健康教育知识；要积极构建健康教育、监测预警、咨询服务、干预处置“四位一体”的心理健康工作体系，提升中学生心理健康服务专业化水平，全力护航中学生健康成长。

“委员们建议提得准，措施也很有针对性。我们一定会帮助学生保持良好的心理品质，引导学生学会多方面、多角度看问题，让孩子们养成好习惯，收获好性格，享受好人生。”新城五中校长高东民回应委员们呼声时说道。

“青少年心理健康关系祖国未来、社会稳定和家庭幸福。”市政协主席刘革希望委员们紧盯社会治理之需、紧贴人民群众之难，深入开展调查研究，充分发挥自身优势，用心用力情守护青少年“心”世界，以高质量履职成果为促进青少年健康成长汇聚智力。

年心理健康呼吁发声从未间断。据统计，两年多来，政协提案涉及心理健康教育的主会办件共36件，其中主办件26件、会办件10件，聚焦家校社联动、以体强身、青少年生命教育等方面提出真知灼见。

在扎实开展调查研究的基础上，市政协不断创新履职方式，聚集各方力量，共同织牢青少年心理健康“防护网”。据市政协副主席竺鹤介绍，近期正在筹备第5场界别星火汇协商活动，将围绕“大力推动体教融合 促进学生身心健康”开展跨层级、跨界别的协商活动，市区两级政协联动，并邀请界别群众参加。

“要进一步强化社会资源共享，完善青少年心理健康教育体系，为青少年身心健康营造良好环境，让每一个孩子都茁壮成长。”市政协主席李上葵表示，市政协将持续关注青少年心理健康问题，搭建平台，创新履职，追踪问效，为促进青少年身体健康和心理健康教育贡献政协力量。

浙江湖州市政协持续护航——

浇花浇根 育人育心

本报记者 鲍蔓华 通讯员 包玉院

“希望全社会共同关注儿童青少年心理健康，构筑以政府为主导、家庭夯基础、学校强功能、社会共协同、医疗来支撑的全周期、闭环式协同联动护航体系格局。”近日，浙江省湖州市政协委员梅红告诉记者，针对《构筑儿童青少年心理健康协同联动护航体系》的集体提案，所有会办单位已有办理结果，下一步将具体同主办单位市教育局进行联系对接。

近年来，湖州市委、市政府成立市级青少年心理健康工作领导小组，把青少年心理健康纳入全市经济社会发展规划，制定出台了《湖州市青少年心理健康护航行动方案》。政协委员围绕“家庭、

儿童青少年构筑起防护屏障”等话题，打出履职“组合拳”，为青少年心理健康持续护航。宋涛委员在今年市政协全会的大会发言中建议，通过加强政策引导、要素保障等举措，大力推动体教融合，促进学生身心健康发展，获得市长肯定和批示。

2021年，市政协提出了为学生设置更加简便直接的检测量表，借助医疗机构开发的心理健康检测平台开展心理健康体检，并由医生给出专业建议，以增强检测权威性的社情民意信息，很快在吴兴区人民医院得以成功转化落实。“前不久，我们又建议将心理健康治疗费用纳入医保，推动精神卫生分级诊疗。”在市

政协教科卫体委办公室，李莉主任翻出了一篇又一篇市政协递交的促进青少年心理健康的社情民意信息。

浇花浇根，育人育心。近日，政协委员郑路在跟随调研组赴湖州清泉学校开展的青少年心理健康教育调研中有了新收获：长期规律参与体育锻炼的人群，其体内负能量有宣泄的地方，情绪也就相对更加稳定，心理也更加健康和坚强，而且身体也不容易生病，因此提出用增强体育运动的方式促进青少年学生身心健康的建议。

心理健康是动态发展的连续体，学生的发展性问题、亚健康问题、障碍类问题会互相转化。为此，委员们为护航青少