

关于加强中小学生心理健康教育的建议

领衔代表 麦秀英

青少年是祖国的未来，他们的茁壮成长是实现中华民族伟大复兴的大事。因此，中小学生心理健康教育，必须引起全社会的高度关注和重视。近年来，荔湾区以中小学生思想道德建设为抓手，以推进“双减”工作为契机，荔湾区教育行政部门、共青团及各级各类学校等其它相关部门根据各自的工作职能，深入开展中小学心理健康教育工作，一定程度上促进了中小学生的健康发展，但还存在着一些问题亟需进一步关注和解决。

首先是社会认识方面：重学校教育轻家庭教育，社会上普遍认为，孩子在学校读书，教书育人天经地义的就是学校的责任，而忽略了父母、家庭的教育才是孩子第一任课堂，没有教不好的孩子，只有不会教的父母。重理性认识轻实际支持，随着社会的发展，社会各界愈发认识到心理健康在社会和谐中的重要性，对推进青少年心理健康教育工作方面，有了更加深入的理论认识，然而，在实际支持上，对治理那些对青少年成长不利的娱乐场所、学校周边不良环境，造就一个全社会、各行各业都关心青少年健康成长的氛围方面还存在很多有待进一步加强的方面。

其次是学校教育方面：重宣传轻行动，不少学校虽然表面上注重宣传，强调心理健康的重要性，然而在行动上，却忽略如何

营造良好的心理环境和氛围，忽略去提高学生自我发现问题和自我解决问题的能力；重被动轻主动，不少学校虽然配备了心理老师，但更多的是鼓励学生面对心理问题及时咨询老师，而心理老师很少主动作为，主动出击，提前预判，未雨绸缪；重分数轻情商，以成绩论成败，以分数作为年级老师评先评优的依据，造成在教学中以不断追求分数的最大化为目的，而忽略了学生情商的培养，而实际上情商对孩子的心理健康起着非常重要的作用；重学生轻教师，不少学校在心理健康教育上，重视的是有问题的学生，而忽略有直接影响学生心理健康的教师的教育态度、教育方式和正常的师生关系等方面。

另外，家庭教育方面：现如今不少家庭溺爱，对孩子娇生惯养，使孩子形成以自我为中心、及时满足，刁蛮任性，不顾及别人感受；有的父母文化层次低，奉行“黄荆棍下出好人”的教育理念，对孩子的教育简单粗暴或苦口婆心的絮叨，使孩子形成逆反和叛逆，遇事冲动，无法获取处理应对问题的良性技能，从而导致生活中感到压抑和孤独，学习、人际关系中的焦虑、自卑等；父母期望值过高，将自己在人生或工作中的未实现的期望，强加于孩子身上，整个家庭以孩子学习为重心，对孩子处处要求完美，使孩子压力加大，经不起挫折考验等等。

建议：

为切实解决上述问题，更好地推进荔湾区中小學生心理健康教育工 作。应营造好三个环境，即良好的校园环境，良好的家庭环境，良好的社会环境，做到家、校、社协同共育。

一、营造良好的校园环境，就是要加快推进素质教育，营造和谐的师生关系和人文教育环境。学校要切实加强学校师资的培训，提高教师的心理素质。学校的心理健康教育应重在预防教育。开展形式多样的心理健康教育活动。可通过主题班会、演讲、手抄报、宣传栏、校内广播、心理咨询热线电话和网络咨询、心理讲座等形式，向学生普及心理卫生知识，促进学生身心健康。加强与学生家长的交流和沟通。学校可通过家长会或是定期与不定期的通过电话、网络或信息与家长建立沟通与联系，及时反馈孩子的变化情况，力争形成齐抓共管、共同协作的局面，共同处理好孩子成长中遇到的心理矛盾。加强心理咨询机构建设。学校应根据规模大小建立专门的心理健康咨询室，由专门的心理教师负责学生的心理健康教育，做到机构到位、人员到位、管理到位、服务到位，使学校的心理健康教育不流于形式。

二、营造良好的家庭环境，就是倡导学习型家庭、温馨家庭、母亲素养工程等。首先，家长要创造一个温馨轻松文明有爱的家庭氛围，和孩子更多的交流，耐心的倾听，及时发现孩子的问题，适时的加以引导教育，父母应加强自身心理健康知识的学习。让自己懂得中小学生心理发展规律，懂得心理健康的重要性，了解中小学生年龄特点，懂得教育孩子的正确方法。

三、营造良好的社会环境，地区的发展本质上是人的发展，人的发展离不开心理健康。应由荔湾区教育行政部门及相关部门积极推进社区心理健康辅导中心场地和设施的建设，加大社区中小學生心理健康教育人才的引进力度，为从事社区心理健康教育

的社工提供持续的培训和督导。建议每个街道至少建立一个覆盖全域的心理咨询服务室，采取政府购买服务的方式引进有经验、专业素养高的社会组织、专业心理咨询专家驻点街道、社区参与中小學生心理健康教育 and 干预工作。同时加强对校园周边环境的治理力度。有关部门应切实履职尽责，清理学校周围不利于学生心理健康的活动场所，比如网吧、洗浴中心、歌舞厅等不合规的娱乐场所，严格禁止未成年人进入这些场所。加强宣传教育，普及心理知识。有关部门应加强对心理健康的宣传，充分利用电视台、广播、网络、报纸等媒体对中小學生进行心理健康教育，构建一个关心中小學生身心健康发展的良好社会环境，打造家庭、学校、社会（区）全环境的心理健康教育、监测和干预体系。

总之，青少年心理健康教育是一项重要的工作，需要全社会共同关注和努力。让我们携手共进，为荔湾区孩子的健康成长创造更好的条件，为实现中华民族伟大复兴的中国梦贡献力量。