关于加强对我市中学心理资源管理的建议

提案人：华昊辉

我国青少年抑郁症发病率逐年上升，心理疾病已经成为威胁青少年健康成长的主要疾病之一。根据世界卫生组织的报告，所有精神卫生疾患中有半数始于14岁，但大多数病例未被发现，也没有得到治疗。在全球范围内，抑郁症是导致15~19岁青少年疾病和残疾的第四大原因。因此加强我市中学心理资源管理工作以降低我市中学生心理疾病发病率是必要的。

1. 关于我市对于预防中学生心理健康问题的不足
   1. 我市心理健康教育体系不完善。

在全市范围内，并非所有中学都能陪备相应数量的心理健康教师，以及心理辅导的相应设施。少部分中学有弱化心理健康课程的重要性，难以保证学生每学期心理健康课程的课时数。心理健康课程过于理想化，难以切合实际。

* 1. 我市中学生家长对于心理疾病的了解程度不够。

绝大多数父母不了解、不懂甚至不相信自己的孩子会得抑郁症等心理疾病，而会简单地认为这是青春期逆反、叛逆或不听话，从而使绝大多数已经出现抑郁症状的孩子被忽略，只有到了不愿上学、不能上学甚至有了自杀的想法或行为的时候才会认识到问题的严重性

* 1. 我市各中学对学生心理健康情况的重视程度不够。

对于在负性自主思维、学习成绩、健康状况、学校类型、人际关系、父母文化程度[[1]](#endnote-1)[1]等方面具有心理疾病潜在可能性的学生没有提前建立档案。

1. 加强我市中学生心理疾病预防工作的意见
   1. 全面开展一次学生心理健康普查活动，按照全覆盖、无遗漏的要求，对经济困难家庭、单亲和离异家庭的学生、留守儿童、进城务工人员随迁子女以及患心理疾病、有特异体质、情绪波动明显等状况的学生进行重点排查，做到早发现、早预防、早干预。
   2. 强化学校心理咨询室（辅导室）的服务功能，设置专门心理咨询渠道（热线电话、微信、手机短信等），满足学生心理咨询需求。对有个性化帮助需求的学生进行个别辅导和咨询，做好持续追踪和支持。必要时可在家长的配合下，邀请第三方心理健康专业机构提供及时干预，解决学生面临的危机，减少自我伤害。
   3. 召开家长会。结合春季学生身心健康状况和疫情防控工作的要求，采取线上、线下形式，组织召开一次新学期专题家长会，通过学习普及心理健康知识和教育理念、教育方法，引导家长重视青少年心理健康，协同做好青少年生命安全和心理健康教育。
   4. 组织培训课。充分利用家长学校在线教育平台和家校共育体系等渠道和形式，面向家长组织开展教育理念和教育方法、成才观、亲子关系、心理健康、生命安全等专题培训，提升家长识别应对孩子心理问题和危机干预的意识和能力。
   5. 要将防范学生自我伤害和保障学生生命安全纳入学校工作计划，成立校长负责的心理健康教育工作组织和心理危机干预小组，强化专项行动工作领导。
   6. 专项行动开展情况将纳入督政督学和学校考核评价内容，作为文明校园建设的重要评估指标。对人身伤害极端事件多发单位，给予通报，挂牌督办。

1. [1] 冯正直,张大均,汪凤.中学生抑郁症状的影响因素分析[J].中国临床心理学杂志,2005:71-73. [↑](#endnote-ref-1)