



2021年8月5日 星期四 第24期 (总第823期) 5版

科教周刊 编辑部

主编 陈俊 执行主编 田丕 电话 3268517 邮箱 akrbkjzk@163.com

# 全市中小学生学习主流身心健康,但升学压力仍是最大困扰

## ——安康中小学生学习心理健康教育调查报告研读

记者 田丕 通讯员 周诗雅

国家统计局安康调查队6月底在我市开展了抽样调查,随即出炉的报告显示:安康市中小学心理健康教育总体发展较好,中小学生学习主流身心健康。其中,最大困扰仍是升学,“关于学习方面的心理辅导”是各中小学校开展心理教育的主要内容,有86.2%的学校开设了相关课程。

中小学心理健康教育是提高中小学生学习心理素质、促进其身心健康和谐发展的教育。中小学生学习处于身心快速发展的黄金时期,完善的心理健康教育对于这一群体的健康成长意义重大。基于这个意义,安康调查队通过调查了解到目前安康市中小学生的学习心理健康教育效能。

### 1 学习引发的心理问题成为中小学生学习面临的首要问题

报告显示,全市中小学心理健康教育呈现三个特点。

一是城区学校配备情况优于乡村学校。通过调查可以看出,目前安康市城区学校的心理健康教师配备情况优于乡村学校。在全市90所城区学校(含小学、初中、高中,下同)中,89所学校配备有心理健康教师,配备率为98.9%;505所乡村学校中,456所学校配备有心理健康教师,配备率为90.3%。

二是兼职心理健康教师成主力。在全市595所学校中,仅有兼职心理健康教师的学校为513所,占学校总数的86.5%;有1名专职心理健康教师的学校有22所,占学校总数的3.7%;有2名及以上专职心理健康教师的学校有10所,占学校总数的1.7%。

三是高中、初中心理健康教师配备情况优于小学。从学校类型来看,初中(含9年一贯制学校,下同)、高中(含完全中学和12年一贯制学校,下同)心理健康教师配备情况优于小学。在全市412所小学中,372所配备了专职或兼职心理健康教师,配备率为90.3%;在全市149所初中里,有专职或兼职心理健康教师的学校有141所,配备率达94.6%;全市34所高中里,32所配备了专职或兼职心理健康教师,配备率达94.1%。

为进一步调查安康市中小学心理健康教育开展情况,安康调查队选取学校教师、中学生、家长进行问卷调查,调查结果显示:学校心理辅导呈现“三化”;学生心理健康状况呈现“三特点”;家长在心理健康教育方面存在“两难”。

“三化”主要体现在:内容多样化、形式多样化和机构规范化。

内容多样化是随着升学压力的加大,由学习引发的心理问题成为中小学生学习面临的首要问题。据调查了解,“关于学习方面的心理辅导”是各中小学校开展心理教育的主要内容,有86.2%的学校开设了相关课程;51.7%的学校设置了“健全人格培养”心理教育课程;开设“人际关系指导”“情感教育”的学校分别为41.4%和31.0%;“性心理教育”辅导项目的开设率为3.5%。

形式多样化是在心理辅导形式方面,安康市某小学探索出“家庭、学校、班级、少先队四级联动”心理健康教育模式,实行“以学生为中心,以健康课、教师、团队辅导、咨询室、网站为辅导载体”的“一心五式”心理辅导方案,培训效果较好。另一小学在高年级试行“导生制”,即把各班心理素质相对较差的学生,分包给各班任课教师,由他们配合班主任教师专门负责对学生帮助、教育和心理疏导,改善其不良心态,培养健全的人格和良好的行为习惯,收效良好。

### 2 心理健康教育没有“急诊”通道

记者在报告中看到,在总体发展较好的态势上,仍存在心理健康教育在城乡、校际之间发展不平衡,社会、学校、家庭协同配合不足等问题,心理健康教育质量有待提升。

这些问题集中表现在三个方面。

一是心理健康教育在城乡、校际之间发展不平衡。安康市是劳务输出大市,在乡村大多数青壮年外出务工,很多中小学生学习与祖辈或其他长辈一起生活,常年缺乏父母的关爱与沟通交流,更容易出现孤独、抑郁等情绪。但是,分城乡看,安康市乡村学校的心理健康教师配备率却普遍低于城区学校。此外,小学生由于年龄小、依赖性较强,心理健康教育也不容忽视,但分学校类别看,安康市各小学心理健康教师的配备情况次于初中、高中。

二是心理健康教育质量有待提升。受传统教育观念和升学压力等因素影响,部分学校对学生学业成绩高度关注,而对心理健康教育重视程度不够,全市仅一成以上学校配备有专职心理健康教师。调查显示,当遇到心理问题时,仅有6.5%的学生会向学校教师寻求心理咨询,仅有3.2%的学生会向专业心理

心,配备专职心理教师3名,兼职教师1名,具有国家资质的女童保护课程讲师8名。同时,牵头全县31名心理健康教师、心理咨询师成立“教育心理委员会”,将心理健康工作辐射于全县学校、党政机关、乡镇社区。宁陕某中学将心理健康教育纳入课程管理,设置了“生命教育、励志教育、感恩教育、高考减压”等10个版块的内容,吸引学生主动参与。

“三特点”表现在:身心健康呈主流;学习压力大是影响中小学生学习心理健康的主因;向朋友倾诉成为缓解心理压力的主渠道。

在此次调查的中学生中,身体状况“健康”或“良好”的学生占93.5%,身体状况“一般”的6.5%。认为自己心理状况“非常健康”或“比较健康”的占96.8%，“不太健康”的仅占3.2%。

在影响中学生学习心理健康的众多因素中,超过七成学生认为“学习压力大”是主要因素,超过四成学生认为“睡眠不足”影响其心理状态,有近三成的学生认为“家庭亲子关系紧张”“挫折适应性不佳”也是导致他们心理压力大的重要因素,近一成的学生因为“校园霸凌/孤立”而倍感压力。

随着中小学生学习思维和情感的迅速发展,同龄人间的交往和认同感大大增强,相互倾诉成为缓解负面情绪的主要途径。据调查显示,67.7%的学生会选择这一方式纾解心理压力。此外,有51.6%的学生借助“运动、艺术活动、看书”等方式减压,29.0%的学生选择“玩电子游戏”减压,选择“向父母倾诉”的学生仅占22.6%。此外,仍有16.1%的学生遇到心理问题时会选择“不愿倾诉,隐忍不发”。

“两难”则是:亲子沟通相处难和家校协同配合难。据调查显示,家长对于孩子的心理健康教育表现出高度关注,表示“非常关心”或“比较关心”孩子心理健康的家长占95.1%,认为“很少关心”的占3.9%,表示“不关心”的仅占1.0%。但与此同时,家长在心理健康教育方面也存在“两难”。

在此次调查中,“对孩子有效陪伴倾听不足”的家长占到68.0%,认为“孩子不愿倾诉分享”的家长占28.2%,表示“孩子叛逆,不知如何有效应对”的家长占27.2%,另外,分别有28.2%和17.5%的家长意识到自己“以爱或道德的名义强行控制孩子”“漠视孩子的努力,很少夸奖孩子”。

调查显示,有9.7%的家长认为孩子所在学校不注重对家庭教育的指导,家校合作不密切。家长群体的文化素质层次不齐,多数缺乏基本的心理健康教育相关知识,对孩子的心理健康教育停留在空洞的说教,教育效果欠佳。

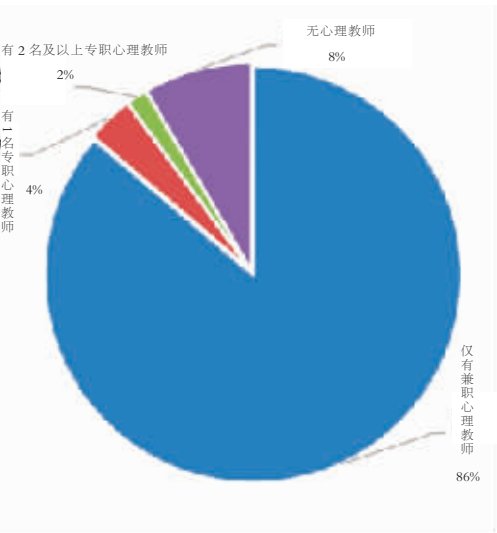
### 3 三个建议

报告也给出了相关意见建议,认为应该从三个方面对我市中小学心理健康教育进行干预。

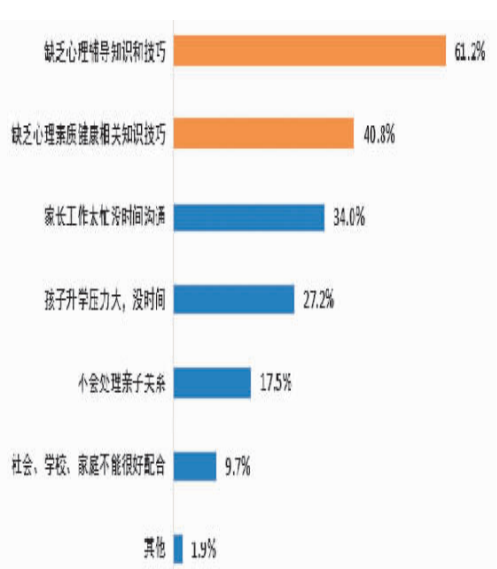
首先,推动心理健康教育均衡发展。尽快补齐乡村学校等心理健康教育短板,及时配备心理健康教育教师及专业设施,着力解决城乡、校际优质心理健康教育资源分配不平衡问题。从政策方面来看,除增加必要教师编制外,应广泛推动心理健康教育“送教下乡”“强弱结对”等活动。借鉴汉阴县“教育心理委员会”模式,深入贯彻“大心理健康教育观”,将心理健康工作辐射于多所学校。从技术层面看,要充分利用钉钉、学习强国等网络交流平台,进一步增强心理健康教育资源的开放性、可获得性和共享性,使优质资源真正惠及全体学生。

其次,提升心理健康教育发展质量。提高心理健康教育师资力量建设,重点培养这一重点群体的敬业精神、职业道德和专业素养。构建教育培训体系,不断提高专、兼职心理健康教育教师的基本理论、专业知识和操作技能水平;构建教育教学体系,扩大心理健康教育覆盖面;构建咨询服务体系,增强心理辅导的针对性;构建预防干预体系,防范因心理问题引发的极端事件。鼓励学生适时根据心理健康状况主动寻求心理疏导咨询。重点关注留守儿童心理健康,为经受过校园暴力、家庭暴力的青少年及时提供心理创伤干预。

第三,加强社会、学校、家庭三方协同配合。学校应在保证学生人身安全的前提下,深入与公共文化机构、街道社区以及青少年校外活动场所等团体组织开展合作,充分利用校外教育资源,组织开展各种有益于中小学生学习身心健康的文体娱乐活动和心理素质拓展活动。继续加大“家长学校”“家长课堂”培训力度,帮助家长树立正确的心理健康教育观念,以积极健康的家庭环境影响孩子。同时,学校要为家长提供促进孩子发展的指导意见,协助他们共同解决孩子在发展过程中的心理行为问题,呵护孩子茁壮成长。



全市中小学心理教师配备情况



部分家长在心理健康教育方面存在问题



部分中学生心理健康影响因素

# 来了,全市教体系统疫情防控最新指南!

记者 田丕 通讯员 毛军

8月4日下午,记者从市教体局获悉,当前,随着传播力和传染性较强的德尔塔毒株肆虐,全球疫情仍处于高位流行。国内多省相继出现本土新增新冠肺炎确诊病例和无症状感染者,疫情传播速度快、扩散风险高,防控态势再次紧张。为了全力做好教体系统新冠肺炎疫情防控工作,降低传播风险,保障全市师生、家长健康安全,坚决防止疫情反弹,从即日起,全市教体系统采取四项防控措施。

在防控措施方面,记者了解到,根据疫情防控需要,全市教体系统需要做到:出入公共场所及封闭的公共交通工具及电梯时全程佩戴口罩,尽量避免乘坐拥挤的电梯;保持个人卫生,自觉做好个人防护,养成“戴口罩、勤洗手、常清洁、常通风、公筷制、分餐制,少聚集、一米线”等良好卫生习惯,减少到人员密集场所、空气流动性差的地方活动,不扎堆、不聚集;一旦出现发热、干咳、乏力、咽痛、嗅味觉减退、腹泻等不适症状,务必在做好个人防护前

提示,到发热门诊就诊,并主动告知接诊医师旅居史及活动轨迹。

同时,严格人员管理。市教体局要求:严格做好假期健康监测和外出请假报备制度,畅通沟通联系渠道,准确掌握每名师生员工健康状况和外出活动轨迹。如外出隐瞒不报而造成疫情传播,个人将承担法律后果;从即日起全市所有师生员工非必要不得前往中高风险地区,不得跨省出行,非必要不离安。秋季开学前14日(8月15日前),所有师生员工要返回学校驻地,并做好日常体温和身体状况监测,符合防控要求后方可返校;全体师生员工去过或途经国内疫情中高风险地区,返回安康后第一时间向所在社区(村)和学校报备相关情况,按照属地疾控部门要求,严格落实医学观察、健康监测及核酸检测等各项疫情管控措施。未经学校允许不得返校。

虽然正值暑假期间,但是强化校园防控工作仍是重点,记者获悉,暑假期间,全市各级各

类学校实行封闭管理,师生员工和确需入校的外来人员进出必须核验身份、查验体温并出示健康码、行程卡,符合要求后方可入校,其他校外无关人员一律不准入校。中职学校要加强学生实习实训管理,不得安排学生到中高风险地区实习。对市校合作来我市实习实训的大学生,接收学校要落实落细疫情防控相关措施,不得出现监管盲区;从做好聚集性会议活动管控。全市教体系统原则上不再举办或承办各类线下大型会议、活动。确需举办的,要落实举办方主体责任,压缩规模、控制人数(原则上不超过100人),严格落实测温、戴口罩、核验健康码、通风消毒等防控措施,一律报辖区疫情防控机制(指挥部)审核。

在疫苗接种方面,目前我市已经开展12至17周岁学生的接种工作,市教体局要求:全体师生员工及学生家长要积极响应国家新冠病毒疫苗接种政策,学校要加强疫苗接种工作宣传动员,按照“属地管理、就近方便、知

情自愿、保障安全”的原则,在县区疫情防控部门的统一安排下,就近到居住地新冠病毒疫苗接种门诊、临时接种点或流动接种点接种,力争做到12-17周岁的学生和教职员工无禁忌全员接种,共同构建群体免疫屏障;接种过程中,学生应由家长全程陪同,配合接种工作人员做好健康询问和知情告知,避免空腹、劳累,保持放松状态。接种后要做到现场留观30分钟,如出现不适,请及时告知现场医务人员。在第一剂次疫苗接种21天后,请及时接种第二剂次疫苗,尽快完成个体全程免疫;为强化校园疫情防控,确保校园安全,接种新冠病毒疫苗纳入师生上岗入学查验。按照“应接尽接、应接必接”原则,请15-17周岁学生于8月底前、12-14周岁学生9月底前完成全程两剂次接种。接种后要留存好接种凭证,已备开学时查验。无禁忌症且未按期接种疫苗的师生员工将暂缓到岗入学。