

关于提升青少年心理健康服务水平的建议

领衔代表：陈云升

近年来，青少年心理健康问题备受社会关注，一些青少年出现焦虑、抑郁等情绪，严重影响生活和学业，个别发展为精神疾病，导致自残、轻生等行为。根据我区青少年心理健康状况的调研显示，学习焦虑是普高学生最大的困扰，身体症状对初一学生影响最大，女生心理健康状况更需要引起重视。尽管有关部门在做好青少年心理健康服务上不断进行完善，但依旧存在心理健康教育重视度不够、专职心理教师配备不足、心理辅导室利用率低等问题。对此提出以下几点建议：

一是加强全员心育理念和意识。各学校要摒弃心理健康教育就是针对个别心理有问题学生这种狭隘的思想，大力开展全体学生发展性辅导，将心理健康教育融入到日常课程、团队课活动、社团活动，更好地起到预防作用；

二是建立专业心理辅导队伍。目前仅有 35% 的学校有心理老师任教，大部分学校缺少专业教师。一方面需要持续扩充专业心理教师队伍，有利于学生心理问题的及时发现和解决；另一方面适当引入社会资源，择优挑选有责任心、有耐心、专业性强的心理咨询师参与到校园心理健康教育中去；

三是形成社会共育合力。根据新修订的《家庭教育促进法》要求，父母承担青少年教育的主体责任，要加强对新婚夫妻正确育儿观的引导和树立，探索建立家庭教育咨询培训

服务体系；进一步落实“双减”政策，减轻学生课业压力，为学生提供更多放松和自我调适的空间；加强青少年心理健康教育志愿服务项目的培育和扶持，强化社会专业社工队伍建设，落实项目资金保障。

四是凝聚社会舆论共识。加大“净网”行动力度，阻断不良消极内容对青少年的侵蚀，通过国学文化普及、社会主义核心价值观宣贯、先进人物感人事迹的宣讲等形式，帮助青少年树立正确人生观、价值观和世界观；多途径做好心理健康教育知识普及，消除社会偏见和知识误区，引导鼓励青少年及家长正视问题、及早介入。