



完善“心育”机制 孩子更加阳光

—湖南省中小学心理健康教育工作报告

赵雄辉 林宏华 贺彩云

为了解学校落实《中小学心理健康教育指导纲要（修订）》（2012年教育部颁发）的情况，湖南省教育科学研究院组织了一次省域内的调研。采取全方位网络调研、抽样实地调研和重大问题随机调研相结合的方式。14个市州共有317所学校（基本上是有心理专职教师的学校）623位教师填写调查表；教育行政部门、班主任、学科教师、家长等200余人参加座谈，69人次接受个别访谈；2036名学生接受问卷调查。

一、中小学心理健康教育现状

湖南中小学心理健康教育工作从上世纪80年代中后期起步。经过近30年的努力，有了明显进步。

1. 思想认识方面

对于中小学心理健康教育的重要性的认识，88.24%的人选择了“很重要”，11.76%的人选择了“比较重要”。而对于什么是心理健康教育和在中小学如何实施心理健康教育，不少人的认识存在窄化、泛化、丑化、神秘化等偏差，正确、积极的舆论导向和氛围还没有很好形成。

2. 活动开展方面

实地调研的16所学校都开展了与心理健康教育相关的活动。参与网络调查的317所学校中，反映开展了心理健康教育相关活动的学校有232所。活动形式多样。一是开展主题活动，525活动日、活动周甚至活动月在逐渐推广，有些学校活动特色鲜明。少数学校在一年中会开展系列主题活动。二是将心理健康教育活动与常规德育活动相结合，利用校园文化节、班会课、社会实践活动等时间开展活动。学校还涌现了校园心理剧、心情日记分享、小组沙盘体验等新的教育方式。但能够有效开展心理健康教育的还只是少数有心理专职教师的学校。

3. 心理辅导方面

有心理专职心理健康教育教师的学校100%都开展了个体心理辅导，但个体心理辅导的数量和质量水平相差悬殊。有的学校全年接受个体辅导的学生数达800多人次，平均每个工作日对1-3个学生进行了辅导，有的全年只对几个学生进行了个体辅导；有些教师对自己的个体辅导效果充满信心 and 成就感，而有的教师面对需要帮助的学生却常常深感心有余而力不足。个体辅导除了在咨询室面对面进行之外，还有心理咨询热线电话、网络平台、报刊专栏、心理信件等方式。

4. 课程开设方面

目前规范开设心理健康教育课程的学校比较少。实地调研16所学校，8所学校开了课。网络调查317所学校中，153所学校开了课。学校一般安排在小学中年级、初中一年级、高中一年级开设。开课的时量一般为每周0.5节。有些学校虽然开了课，但是每个学期真正上课的课时不过3-4节甚至更少。虽然学生普遍喜欢心理健康教育课，但课时经常被考试学科占用。凡开课的学校，心理咨询室的利用率、师生及家长的观念、学校氛围都比没有开课的学校要明显好很多。

5. 辅导室建设方面

实地调研的16所学校均建立了专门的心理咨询室，面积15-800平米不等。网络调查的317所学校中，245所学校反映学校有专门的功能室，其中反映专用功能室为1间的有195所学校，占比79.7%。功能室建设方面城市学校比农村学校明显要好。学校心理辅导室建设的支持力量主要有六个方面：一是利用学校建设资金进行建设；二是教育行政部门通过地方财政拨款建设；三是各地文明创建过程中，依托一所学校建设未成年人心理辅导站（中心），学校借此机会建设；四是省妇联在农村中小小学校建设知心屋，至今共有70所农村学校借此建设心理

辅导室；五是在农村学校少年宫的建设过程中，一些学校将心理辅导功能室建设融入其中；六是其他诸如企业赞助建设等情况。高中学校功能室的使用情况相对要好，农村学校的心理辅导功能室使用率普遍较低。学校每天开放辅导室时长一般为3小时左右，有些学校心理辅导功能室没有开放，或做其他用途。实地调研的8所小学都有心理咨询室，但在问卷调查中，34.51%的小学生不知道学校有心理咨询室。

6. 课程资源方面

少数开设了心理健康教育活动的学校征订了教材。有些以县（区）为单位征订了教材，但因开课学校很少，教材实际上并未得到使用。调研中所了解到的教材均未经省级教育行政部门审定。教师普遍反映现有教材教学适用性不强，缺少配套资源和教材使用指导。也有少数具有较强专业师资力量的学校编写了校本教材。340名教师接受了对于湖南省中小学心理健康教育教材问题，您最想提出的意见是什么这一问题的调查。选择希望全省统一编写和发行教材一项的占42.35%；选择希望省教育厅审定多套心理健康教育教材供全省中小学校选择使用一项的占37.06%；选择希望加强对心理健康教育校本教材编写的培训和指导一项的占22.06%；选择其他的占1.76%。

网络调查中反映学校有心理健康教育相关图书的有120所学校。对于中小学开展心理健康教育很有指导价值的参考书和报纸杂志、音像材料少。互联网上可以免费或低酬使用的资源往往系统性不强，针对性不够，可用心理健康教育资源亟待丰富。

7. 师资队伍方面

学校一方面引进专业心理健康教育人才，另一方面加强校内教师的培养，逐渐形成了专兼结合的心理健康教育师资队伍。综合网络调查、市州教研员联络统计和电话访问等途径了解到：目前，全省中小学校共有心理专职教师330人左右，其中具有心理学相关专业本科及以上学历的约200人，占60%。全省在职专业教师约400人。约有40余位心理专业教师完全没有从事心理健康教育相关工作。2016年，长沙市中小学校通过多种途径共补充专业教师41位（其中包括进市、区编制的，学校聘请未进市、区编制的，校外合同制的），怀化补充3人，湘西没有补充。近三年来，通过特岗教师招聘渠道进入到农村中小学校的心理健康教育教师全省只有10余人。专业教师地域分布极为不均，主要集中在长沙，其次常德、株洲、湘潭、岳阳等几个地区相对较多。有一些县（区）内没有一个专业心理教师，没有形成心理健康教育工作的核心力量。由于兼职的标准难以得到统一认定，全省兼职教师难以准确统计。中小学心理健康教育教师专业发展平台和途径有回培计划 岗位计划的培训、教育行政部门组织的专项培训、教研部门组织的研训活动、教师自主参加各种心理咨询技能培训等。专兼职教师对继续教育的需求非常大，呼声非常高。调查218名心理健康教育专业兼职教师，对加强继续教育非常需要的占92%。心理健康教育教师待遇校际差别很大。大部分教师反映，心理健康教育课时费标准低，心理咨询没有计算工作量或者只按很低的标准计算工作量，在晋职、评先评优时也享受不到班主任同等待遇，因而工作很长时间也无法晋职，工作成就感低。

8. 家校联系方面

中小学心理健康教育家校协同机制正在构建中。一些中小学校灵活运用家庭教育专题讲座、家庭教育小报、致家长的信、实地家访和短信、QQ、微信等平台，开展家庭教育。教师普遍反映，家长对于孩子心理的关注度还远远不够，有些家庭甚至给孩子造成亲缘性伤害，给学校教育带来障碍。主要表现在：只关心

孩子的考试成绩，对孩子的考试成绩有过高期望；与孩子关系恶劣，造成孩子逆反心理强；家庭氛围不和睦，过多矛盾导致孩子无心学习；父母外出务工，监护人不能有效监管孩子；父母的价值观和不当的教育方式妨碍孩子良好心理品质的形成等等。

9. 组织管理方面

有些地市教育局、科研部门明确了心理健康教育工作管理机构和责任人。一些中小学校建立了心理健康教育工作完善的实施机构。除岳阳县一中心理健康教育中心为学校中层机构外，一般学校心理健康教育由学校德育工作部门直接管理，也有少数学校归教研部门或教务部门管理。少数县区教育局制定了中小学心理健康教育发展规划或实施办法，落实了心理健康教育工作的督导与评价。如：长沙市芙蓉区教育局将心理健康教育纳入学校的常规视导年度绩效考核的评分细则里，在100分的总分中占2分，其中教育教学1.5分、学生发展0.5分。部分中小学校已经将中小学心理健康教育纳入学校整体工作计划。心理健康教育经费一般是根据心理健康硬件建设或活动开展的需要安排。

10. 学生心理素质方面

本次实地调研的学校，都展现了学生整体上乐观、自信、积极的风貌。问卷调查结果显示大部分学生心理是健康的。但是，也有一定比例的学生存在着心理问题。调研组以《中学生心理健康量表(MSSMHS)》为调查工具，对初中和高中中学生进行调查。轻度问题学生占31.80%，中等问题学生占32.21%，较重问题学生占0.11%，这一结果低于国内外有关调查资料的全国中学生心理问题平均检出率，但学习压力、焦虑等因子数值呈现出学生的心理问题仍不容忽视。个别心理问题的突出案例更让人震惊。调研组从媒体报道和访谈中了解到，仅2016年，中小学生对极端心理危机事件就达10余起。

二、中小学心理健康教育成绩与问题

1. 主要成绩与经验

(1) 多主体共同营造育人氛围。部、厅出台了心理健康教育专门文件，并通过组织创建心理健康教育特色校、指导心理辅导室建设、培养培训心理健康教育专家教授、群团组织和民间机构等多种办法促进文件精神落实。教科研部门组织进行心理健康教育研究，开展形式多样的研讨活动，搭建心理健康教育教师合作研讨、专业成长的平台。一些学校开始积极探索实施心理健康教育主体责任。卫计委、妇联、关工委、文明办、关工委、共青团组织、省内高校心理专家教授、群团组织和民间机构等各以不同形式组织活动积极关注和支撑中小学心理健康教育工作。(2) 实施条件逐步改善。实施心理健康教育的人力、物力条件都在改善。专、兼职教师队伍在持续增强。心理咨询室的建设发展较快。支持保障力量来源和渠道多样。个体辅导正朝着进一步规范、普及、有效的方向发展。团体辅导也在一些专业专职教师的探索、带动下逐渐开展起来。(3) 争创特色校活动发挥了促进作用。2014年开始组织心理健康教育特色校创建活动以来，全省共建成7所部级心理健康教育特色校（第二批部级特色校尚待公布），58所省级心理健康教育特色校。长沙、株洲、湘潭等市参照部、省标准，组织建设了学校开展心理健康教育工作积极性，以点带面推动了区域内心理健康教育水平整体提升。(4) 课程建设与心育渗透在推进中。一些教育行政、科研部门和学校开始将保证课堂教育作为推进心理健康教育工作的关键环节，并不断强化管理、丰富教研活动等手段提高课堂教学效果。越来越多的学校注



调查者说

在真实和真诚中完成调研

赵雄辉

在全省范围内进行中小学心理健康教育工作调查，是湖南省教育厅2016年委托的一项工作任务，我们于10月上旬启动调研工作。

当我们在湖南心理健康教育QQ群公布即将开始调研的信息后，专业群一下子沸腾起来。终于传来了中小学心理健康教育的一声春雷。一名教师发出这条信息后，一天内被复制粘贴了50多次。从来没有刷屏现象的专业群那天完全疯狂了。

接下来，更多的中小学心理健康教育教师被邀请入群，各种问题反馈信息在群里热烈交流。各地的教师都希望将自己所在地选作实地调查点，因为他们相信这样的调研不仅仅是一次收集数据和事实的行为，更是对中小学心理健康教育工作领域的一次春耕、一次播种、一次春风的吹拂。

调研的过程恰如所期。在每一个市、每一所学校，教育行政和科研部门都尽力配合调研组工作，精心安排调研组所需环境，最难以可贵的是让调研在真实和真诚中进行。集体座谈、个别访谈、问卷调查、现场观察，我们听到的就是大家想说的，我们看到的就是日常存在的。最真实的呈现也是调研组最感动之点，因为这样的呈现是基于对调研组的信任，对调研工作能服务行政决策的信任，也是对阳光心育方向的信任。

案例一

激励孩子在逆境中成长

小燕，永州江华县白芒营镇中心小学六（3）班学生，家里先后遭受重创，作为家里顶梁柱的父亲因病去世，年幼的小燕跟随妈妈寄居在外婆和舅舅家。不到一年，舅舅在一次车祸中又离她们而去。家庭成员沉浸在难以摆脱的痛苦和忧伤中。

白芒营镇中心小学的校长和老师从小燕父亲患病起，就给予她积极的关注。当她接连遭受创伤时，老师和同学们始终与她在一起，贴心关爱她的生活，细致处理她的创伤，热心激励她在逆境中成长，学校老师团队为遭遇苦难的孩子维系了一个有足够力量的支持系统。

孩子发表在报刊上的一篇文章《微笑地面对生活》勇敢写出了自己的生活经历，她每天放学后都要跟家人说在学校的心事，用以调节家庭氛围。充实、快乐的学习和生活也成为家庭沉闷气氛中的一片阳光。

案例二

及时发现孩子的“选择性缄默”

小小，女，10岁，母亲是饭店服务员，父亲待业在家，家里还有一个妹妹。小小在学校一直是沉默不语，无论哪个老师与她交流，她始终一言不发。根据父母反映，她在家里与妹妹玩得很开心，而在外，却基本不与人交流，在托管班或者家教老师上门时，她也是一言不发。

刚入职的心理教师刘艳丽经过用心的观察，努力的沟通，并查阅大量资料，发现小小的症状符合选择性缄默的表现，即儿童原有的语言能力由于心理因素的影响出现实际性的退缩，儿童有选择性地保持沉默不语。刘艳丽与孩子家长进行了持续的沟通，展示家长详细了解小小这种症状形成的原因、影响，建议家长与学校协同，共同帮助小小改变。小小的父母开始学习鼓励孩子，让孩子感受到关心和爱，帮助孩子发展钢琴特长，陪伴孩子接触他人和社会。刘艳丽老师和其他老师一道，坚持以积极关注、热情鼓励的态度对待小小，发现她每一个闪光点，展示孩子任何一个小创举，让她承担力所能及的任务，大力表扬她的品性和能力。积极利用正强化和消退法，小小的优点不断放大，自信心不断得到提升。选择性缄默的不良行为不被注意，半年时间过去，不知不觉中小小已经能够微笑着与老师和同学简单交流了。

思想认识方面

对于“中小学心理健康教育的重要程度”88.24%的人选择了“很重要”，11.76%的人选择了“比较重要”

活动开展方面

多数参与调研的学校开展了与心理健康教育相关的活动

- 开展主题活动
- 与常规德育活动相结合

心理辅导方面

有专、兼职心理健康教育教师的学校100%开展了个体心理辅导。个体辅导除了在咨询室面对面进行之外，还有：

热线电话 网络平台 报刊专栏 心理信件

课程开设方面

规范开设心理健康教育课程的学校较少，开课学校师生及家长的观念、学校氛围都明显好于未开课学校。

辅导室建设方面

多数参与调查学校有心理辅导室，高中使用情况相对较好，农村学校使用率普遍较低

课程资源方面

教师普遍反映现有教材教学适用性不强、缺少配套资源和教材使用指导。42.35%教师“希望全省统一编写和发行教材”

师资队伍方面

师资呈专职兼职结合的特点，92%参与调查者表示“对加强继续教育非常需要”

家校联系方面

常见形式包括专题讲座、致家长的信、实地家访和短信、微信联系等

组织管理方面

部分地方教育部门和学校建立了完善的管理、实施机构

学生心理素质方面

参与调查学生整体上展现了乐观、自信的风貌，存在较重心理问题的中学生仅占0.11%

重创设符合心理健康教育要求的物质环境、人际环境和心理环境，建设区域心理教育氛围。

2. 主要不足和问题

认识水平亟待普遍提高；工作机制亟待建立健全；师资队伍专家教授、群团组织和民间机构等各以不同形式组织活动积极关注和支撑中小学心理健康教育工作。

三、改进中小学心理健康教育的建议

1. 把心理健康教育纳入生态文明建设之中。党的十八大提出，注重人文关怀和心理疏导。要求。塑造自尊自信、积极向上的社会心态，是生态文明建设应有之义。各级党委、政府把提升公民心理健康水平作为建设生态文明的重要内容，把中小学生的心理健康教育作为提高公民心理健康水平的基础性工作。成立心理健康教育领导机构，出台相关文件，整合教育、卫计、宣传、文化、共青团、工会、妇联、关工委、文明委等有关部门力量，统筹协调心理健康教育资源，建立学校、家庭和社会协同的立体心理教育机制。
2. 实施“万千幸福工程”。教育行政部门认真履行中小学校心理健康教育的主体责任，加大强心理领导和宏观协调，保障心理健康教育工作的组织机构、师资队伍、经费投入、场地设施到位，加强督导与考评。继续开展
3. 多渠道加强教师队伍建设。一是制定心理健康教育教师配备制度。根据学段、区域和学校实际，按照不低于10:1的班师比或1000:1的师生比，设定心理健康教育编制，要求学校配备足额数量的心理健康教育专职教师。不足10个教学班或学生数不足1000人的至少要配备专职或兼职教师1人。二是中小心理健康教师学历和教师资格准入制度。出台认证标准，启动认证程序，制定证书管理办法，为心理健康教育教师继续教育工作提供一个长期的平台和机制。对心理健康教育教师的职业标准和工作规范作出具体要求。三是重视全员培训，提高教师心理健康教育整体水平。把心理健康教育列入职业院校的公共课程，把教师心理健康自我维护、教师心理健康教育基础理论和基本技能等课程作为

必修课纳入教师培训课程体系。建立教师心理预警和干预机制。

4. 丰富心理健康教育课程资源。根据区域实际，研制《中小学心理健康教育课程实施指南》系统，开发心理健康教育课程资源。整合区域内专业力量，在深入调研的基础上开发出优质、实用、系统的符合时代发展的心理健康教育课教材。指导师资力量足够充分的学校编写心理健康校本教材。组织开发配套教学辅助资源，推介心理健康教育方面图书资料，方便学校、教师选用。积极推介心理健康教育实践经验和研究成果，以本土特色资源丰富心理健康教育资源库。

5. 强化心理健康教育的保障措施。发挥相关职能部门、群团组织、社区、家庭等各自身优势，建立学校心理健康教育的社会支持系统，形成协同效应。教育行政部门制定中小学心理健康教育评估标准，纳入学校督导评估指标体系，列入合格学校建设和示范性学校建设的办学标准，定期开展专项督查。对已经挂牌的心理健康教育特色校实行动态管理。建立经费投入机制。健全中小心理健康教育教师职务（职称）聘任办法，制定相应的专业技术职务（职称）评价标准，落实好心理健康教育教师职务（职称）聘任工作，保障心理健康教育专兼职教师待遇。

（作者单位：湖南省教育科学研究院）