

给孩子以心灵滋养 社会需共筑“防线”

——多地开展校园心理健康“必修课”扫描

核心提示

教育部等十七部门最近联合印发《全面加强和改进新时代学生心理健康工作专项行动计划(2023—2025年)》(以下简称“行动计划”),要求中小学校要结合相关课程开展心理健康教育。

记者采访了解到,目前在一些地方的中小学,心理健康课程已成为“必修课”,学生们开始学习识别和管理情绪,从认识自己、他人和环境中学习人际关系处理,了解遇到问题时如何求助和倾诉,在课程中得到心灵疗愈和滋养。

体验、分享、感悟带来心灵成长

10余名学生围成圆圈,每人右手掌握住一支直立在地上的塑料杆,口令响起,学生迅速移动步伐,去握相邻同伴的杆子,过程中要保持杆子不落地……走进大连市第十一中学体育馆,心理拓展课上一片欢声笑语。

“这堂课组织学生进行了‘击鼓颠球’‘不倒森林’等项目,学生通过小组合作完成任务并进行分享,这有利于学生处理好同学关系,调节情绪,发挥潜能。”心理教师张莹说,学校除心理健康课程外,还为学生提供个体心理咨询、沙盘游戏、放松训练等,并定期举办心理文化节、心理

理讲座等活动。

记者从多地中小学了解到,结合不同年龄学生心理特点,内容丰富的心理健康课程正在校园内广泛开展。广州市天河第一小学四年级的一节心理课,以游戏的方式让孩子感受自己的情绪。心理教师肖冬梅说,教师把一块布铺在地上,分成不同小组的学生们站在布上,要求在脚不离布的情况下,把布翻面。在完成这个任务的过程中,学生们激动、生气、委屈、喜悦……体会到各种情感。游戏结束后,学生们在教师的引导下,感悟团结合作、主动牺牲等精神。

广州市第二中学高一学生王栗霖说,学校的心理健康课程一周一节,是同学们喜爱的课程之一,“有一节课是大家用多种原材料自制服装走秀,既欢乐又减压。”

遵义市第十九中学心理教师罗艳说,学校在初一年级和初三年级开设了心理健康课程,初二年级则以讲座的形式授课。贵州省黔东南州教育局副局长李天维说,2022年9月以来,该局对全州120多名专业心理教师进行系统培训后,在全州所有初级中学初一年级开设了心理健康课程。

多发、低龄化、识别难,青少年心理健康面临新挑战

青少年时期是身心快速发展、面临多个成长议题的重要阶段,青少年是心理健康问题的多发人群。中国科学院心理研究所对全国超过3万名青少年进行调查,发布的《2022年青少年心理健康状况调查报告》显示:有14.8%的人存在不同程度抑郁风险。

随着经济社会快速发展,学生成长环境不断变化,叠加新冠疫情影响,学生心理健康问题更加凸显。多位受访心理教师表示,存在心理健康问题的学

生有日益增多的趋势,并呈现出低龄化特点。

辽宁省心理咨询行业协会青少年心理健康专业委员会副主任曾祥云表示,随着互联网技术和通信设备的发展,通过智能设备进行交流一定程度上替代了现实社交,也给未成年人心理带来不利影响。“如青少年使用手机时间过长,甚至形成手机依赖等,会导致孩子们更不愿意开展面对面的线下社交。同时容易受网络不良价值观影响,

一些不良信息会引导学生认可甚至模仿,对学生心理健康造成较大威胁。”

受访心理教师认为,亲子关系紧张和学业压力加大对学生的心理影响较大,表现为家长对孩子的高期待,给孩子加压,孩子难以承受;或孩子不想听从家长对自己未来的安排,又不知道自己该怎么选择,因而感到焦虑,等等。同时,与成人相比,青少年心理问题和抑郁倾向更难被识别和诊断。

家、校、社会协同,共筑心理健康“防线”

相关专家建议,应尽快建立学校、家庭、社会和相关职能部门协同的青少年心理健康教育、问题识别、干预全链条机制,落实行动计划,推进心理健康课程建设,共筑学生心理健康“防线”。

大连教育学院心理教研中心主任李玉荣建议,心理健康教育课程化是现阶段促进学校心理健康教育落到实处,预防与解决学生心理问题的根本。建议将心理健康教育课纳入国家课程方

案,保障心理健康教育课开齐开足。同时加强专岗专业心理健康教师配备,通过常态化的培训提高专职心理教师专业素养。

“本学期开学后,我们到不同中小学上了近20节心理健康课。”曾祥云说,由他及46位专家组成的心理援助志愿服务队,坚持义务为有需要的中小学进行心理健康服务。他建议,要充分发挥卫健、共青团、妇联等部门的优势,

开展“家长课堂”“微课程”等活动,增强家长健康意识,全社会共同关注和帮助孩子心理成长。

专家建议,可从日常生活习惯着手保障学生心理健康。如进一步发挥体育活动调节情绪、疏解压力作用,开齐开足上好体育与健康课,落实户外运动一小时等要求,助力学生健康成长。

据新华社北京5月24日电

交通运输部:渔船“鲁蓬远渔028”沉没

新华社北京5月24日电(记者叶昊鸣)记者24日从交通运输部获悉,当日2时12分,渔船“鲁蓬远渔028”沉没,位置位于南纬5度47.939分,东经77度46.315分,水深约5000米。

截至24日11时,“鲁蓬远渔028”倾覆搜救工作现场已打捞起7具遗体,现场还有作业船舶7艘,包括拖轮1艘、渔船6艘。

第十八届、第十九届中国电影华表奖揭晓

第十八届、第十九届中国电影华表奖23日在京揭晓,《我和我的祖国》等10部影片获第十八届华表奖优秀故事片奖,《长津湖》等10部影片获第十九届华表奖优秀故事片奖。

陈凯歌等凭借《我和我的祖国》获第十八届华表奖优秀导演奖,龚格尔等凭借《流浪地球》获第十八届华表奖优秀编剧奖。徐克等凭借《长津湖》获第十九届华表奖优秀导演奖,张冀凭借《夺冠》获第十九届华表奖优秀编剧奖。

演员奖项方面,张译、任素汐凭借《我和我的祖国》分别收获第十八届华表奖优秀男演员奖和优秀女演员奖。刘烨凭借《守岛人》获第十九届华表奖优秀男演员奖,张子枫凭借《我的姐姐》获第十九届华表奖优秀女演员奖。

据新华社北京5月23日电

黑龙江省纪委监委通报8起澄清正名典型案例

新华社哈尔滨5月23日电(记者 闫睿)为切实保护党员干部干事创业积极性,体现组织澄清是非、保护干部的鲜明态度,营造风清气正的政治生态,黑龙江省纪委监委日前通报8起澄清正名典型案例。

哈尔滨市香坊区纪委监委为受到不实举报的香坊区综合行政执法局澄清正名。2023年2月,“天涯论坛”用户发文称香坊区综合行政执法局工作人员将其举报电话泄露。经查,信息发布人曾用其手机向某再生资源回收利用公司投诉某废品收购站违规占道经营,后该公司工作人员将投诉人电话号码告知该废品收购站经营者,并非执法局工作人员泄露,举报问题失实。2023年3月,香坊区纪委

监委向香坊区综合行政执法局发出澄清函,以书面澄清方式为香坊区综合行政执法局澄清正名。

勃利县纪委监委为受到不实举报的勃利县纪委监委第一监督检查室主任张某某澄清正名。2021年2月至2023年1月,群众实名举报张某某在办案过程中存在压案不查、充当“保护伞”、收受贿赂等问题。经查,张某某曾于2020年9月任核查组组长,负责对举报人反映的某某涉嫌违纪违法问题线索进行初核,其中有部分问题查证属实。2020年11月,勃利县纪委对某某立案审查,并于2020年12月给予某某党内严重警告处分、收缴违纪所得。举报人对办理结果不满,捏造事实举报某某

某。2023年4月,勃利县纪委监委向张某某本人发出澄清函,以书面澄清方式为张某某澄清正名。

此外,黑龙江省纪委监委还通报了讷河市纪委监委为受到不实举报的讷河市信访局副局长于某某、农业农村局副局长苏某澄清正名。宁安市纪委监委为受到不实举报的宁安市江南乡乡长郭某澄清正名。桦南县纪委监委为受到不实举报的桦南县大八浪乡副乡长聂某澄清正名。大庆市大同区纪委监委为受到不实举报的大同区交通运输局二级主任科员张某某澄清正名。密山市纪委监委为受到不实举报的密山市公安局铁西派出所澄清正名。塔河县纪委监委为受到不实举报的塔河县公路事业发展中心主任李某澄清正名。



澄清正名

新华社发 王鹏作