**于印发《关于扎实推进中小学心理健康教育工作的意见（试行）》的通知**

来源：青岛市教育局　　文号：青教通字[2020]50号　　发布日期：2020-06-17

各区、市教体局，高新区党群工作部，局属各学校、有关民办学校，机关各处室：

　　现将《关于扎实推进中小学心理健康教育工作的意见（试行）》印发给你们，请认真贯彻落实。

　　青岛市教育局

　　2020年6月16日

　　关于扎实推进中小学心理健康教育工作的意见

　　为进一步加强和规范全市中小学心理健康教育工作，根据教育部《中小学心理健康教育指导纲要》以及当前中小学心理健康教育工作发展的新形势，结合我市实际，现就扎实推进我市中小学心理健康教育工作提出以下意见。

　　一、指导思想和主要目标

　　以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，深入贯彻党的十九大和全国教育大会精神，全面落实教育部《中小学心理健康教育指导纲要》《山东省教育厅关于加强中小学心理健康教育工作的通知》等有关文件精神，遵循教育规律，坚持立德树人根本任务，健全中小学心理健康教育指导和服务网络，提升教师心理健康教育指导能力，构建学校、家庭、社会协同机制，形成全社会关心支持中小学心理健康教育的合力，通过多种途径和方法积极有效地推进全市中小学心理健康教育发展，全面提高广大中小学生的心理素质，培养学生积极乐观、健康向上的精神面貌，促进学生人格的健全发展和身心的和谐可持续发展。

　　二、主要内容

　　心理健康教育的主要内容包括：普及心理健康基本知识，树立心理健康意识，了解相应年龄阶段学生的心理发展特点，了解基本的心理调节方法，认识心理异常现象；初步掌握心理保健技能，重点帮助学生掌握和提高学会学习、人际交往、升学择业、应对挫折以及生活和社会适应等方面的心理认知水平和实践能力；提升学生的心理健康水平，养成自信、乐观、积极、敬业、乐群的心理品质。

　　中小学心理健康教育应根据学生不同年龄特征与个性差异开展工作，做到循序渐进，分阶段设置具体的教育目标和内容。

　　（一）小学低年级主要包括：帮助学生适应新的环境、新的集体、新的学习生活，拥有安全感和归属感；引导学生养成良好的学习习惯，感受学习知识的乐趣，树立纪律意识、时间意识和团队合作意识；使学生乐于与老师、同学交往，在谦让、友善的交往中体验友情。

　　（二）小学中年级主要包括：帮助学生了解和认识自我，引导学生在学习生活中感受解决困难的快乐，学会表达自身情绪；培养学生的集体意识和人际交往能力，在班级活动中善于与更多的同学交往，形成开朗、合群、乐学、自立的健康人格；帮助学生树立正确的角色意识。

　　（三）小学高年级主要包括：引导学生正确面对厌学等负面情绪，掌握一些基本的学习方法，激发对学习的兴趣与信心；对学生开展初步的青春期教育和必要的性知识教育（以防止性侵害教育为主）；培养学生积极健康的情感，学会对自己、集体和他人负责。

　　（四）初中年级主要包括：帮助学生适应初中阶段的学习环境和学习要求，培养积极的学习观念和学习态度；帮助学生进一步了解自我，加强人际交往，掌握与他人，特别是与父母、老师和异性交流、沟通的方法、技巧和原则；引导学生正确认识青春期所面临的各种问题与烦恼，初步掌握调节情绪、抑制冲动的方法和技巧；引导学生逐步适应社会生活的各种变化，培养对挫折的耐受能力。

　　（五）高中年级主要包括：帮助学生具有适应高中阶段学习任务的能力，发展创造性思维，进一步开发学习的潜能；进一步培养学生在人际交往、情绪情感调节、适应学习和生活等方面应用心理学原理、方法的意识和实践能力；使学生正确认识自己的人际关系状况，正确对待同异性伙伴的交往；引导学生自觉增强责任感，树立积极情感，提高承受挫折和应对挫折的能力，养成良好的意志品质，形成正确的世界观、人生观和价值观；帮助学生了解自己的能力、特长、兴趣和社会就业条件，初步确立自己的升学和职业志向，做好升学或就业选择的准备。

　　三、实施途径

　　（一）加强心理健康教育课程建设

　　1.开好心理健康教育课。发挥课堂主渠道作用，各中小学应开设心理健康教育课并列入课程表，课时在地方课程或校本课程中安排，心理健康教育专题活动可结合班队会统筹安排。确保开课率达到100%，并开足课时。小学、初中学段每学期心理健康教育课程或专题活动时间不得低于6课时，高中学段每学期不得低于8课时。

　　2.融入育人全过程。心理健康教育要全面渗透到育人全过程，与校园文化建设、班主任工作、班团队活动、校园文体活动、社会实践活动等有机结合。各学科教师要掌握必要的心理健康教育知识和技能，自觉将心理健康教育内容有机渗透到日常教育教学活动中，注重挖掘学科教学中的心理健康教育资源。

　　3.开发校本课程。遵循学生年龄特点和成长规律，以国家和地方制定的课程纲要基本精神为指导，鼓励有条件的学校结合自身实际和可利用的资源开发心理健康教育校本课程，以满足本校学生的心理健康教育需求。

　　4.举办系列专题活动。通过多种形式，利用黑板报、宣传栏、校报校刊、校园电视台、校园广播、校园网、微博、微信群、QQ群、心理热线、心理信箱等途径，广泛开展心理健康知识宣传。每年五月份组织开展全市“中小学心理健康教育活动月”。根据学生身心发展特点，通过国旗下讲话、主题班队会、兴趣小组、心理社团、心理手抄报等活动，提高学生心理健康教育的实效性。对中小学生进行生命与健康、生命与安全、生命与成长、生命与价值和生命与关怀的教育，使学生学习并掌握必要的生存技能，认识、感悟生命的意义和价值，培养学生尊重生命、爱惜生命的态度，学会欣赏和热爱自己的生命，进而学会对他人生命的尊重、关怀和欣赏,树立积极的人生观。在组织全体学生活动的基础上，对面临升学压力的初三、高三学生及家长开展心理辅导讲座，对留守儿童、贫困家庭和单亲家庭子女、随班就读残疾儿童等特殊群体学生开展心理关爱活动。

　　（二）加强心理健康教育服务及平台建设

　　1.建好心理辅导室。各中小学要根据教育部心理辅导室建设标准和学校实际情况，按照“一室多用、专兼结合”的原则设立心理辅导室，2020年心理辅导室建成率达到100%。学校应建立规范的学生心理辅导档案，辅导过程记录完整，有相应的分析、对策与辅导效果评价，并及时归档。

　　2.全面监测学生心理状况。每年9-10月，各中小学要对全校新生进行全面的心理普查。根据学校实际情况，通过自我报告、日常观察、访谈、心理测试、问卷调查、专业心理评估等方式，每年对全体学生进行心理健康状况检测，动态监测分析学生心理状况，为每位学生建立心理档案。在开展心理调查的过程中要谨慎使用心理测试量表或其他心理测试方式，所使用的心理测试量表要科学，不能简单依靠测量结果作结论，由专职心理教师对测评结果进行分析和解读，尊重和保护学生的个人健康隐私权。

　　3.开展团体心理辅导和个别心理辅导。心理教师要根据学生心理监测情况，对存在共性或普遍性问题的学生有针对性地开展团体心理辅导，团体心理辅导应根据学生身心发展特点，采取心理训练、情境设计、角色扮演、游戏辅导等多种形式。对存在心理隐患的学生定期进行约谈和疏导，对个别出现心理问题的学生及时进行心理辅导和危机干预，帮助学生解除心理困惑。

　　4.加强心理援助工作。市、区市教体局常态化设置未成年人健康成长咨询热线及电子邮箱，各中小学设立心理信箱和电子邮箱，具备条件的学校设立心理援助热线，组织心理教师进行答复，提供专业化服务。向中小学生广泛宣传各级心理咨询热线号码，鼓励学生有需要时拨打。做好数据分析和情况研判工作，针对重点问题和反映集中问题，有针对性地采取应对措施，重大事件建立跟踪制度，并报上级教育行政部门备案。

　　5.培植并发挥心理健康教育示范学校的引领作用。各中小学要加强心理健康教育示范学校建设，认真落实《青岛市中小学心理健康教育示范学校建设标准》（青教办字〔2019〕93号）文件要求。通过论坛、研讨会、现场观摩等形式总结推广成功经验，更好地发挥心理健康教育示范学校的示范引领作用。

　　（三）加强心理教师队伍建设

　　1.配备心理教师。全市要建立一支专业化、稳定的中小学心理教师队伍，2020年各中小学专兼职心理教师配备率达到100%。除小规模学校外，在核定的编制范围内，各中小学至少配备一名专职心理教师，每十个班级至少配备一名专兼职心理教师。专职心理教师原则上须具备心理学或相关专业本科及以上学历，或有国家心理咨询师证书、心理健康辅导员资格证书或教育系统培训合格证书。

　　2.加大培训力度。市、区市教体局、各中小学要将心理健康教育内容纳入中小学校长、班主任和教师等各类培训中，对专兼职心理教师进行轮训,重点进行专业技能培训，保障教师培训学时。非心理学及相关专业、未取得职业资格证书的心理教师，须接受市、区市教育行政部门统一安排的培训，在导师的指导下完成不少于10个个体辅导和不少于3个团体辅导，考核合格后颁发培训合格证书。

　　3.发挥教研科研引领作用。市、区市教研部门要配备专职心理健康教育教研员，常态化开展心理健康教育教研活动，每月至少开展一次教研活动或现场研讨活动，每学期至少组织一次公开课或观摩课，定期开展中小学心理健康教育学术交流和研讨。加快心理名师工作室建设，发挥学科带头人的教研科研引领作用。鼓励中小学教师、班主任开展心理健康教育专题研究，评选推广优秀成果。继续开展中小学心理健康教育优质课评选。

　　（四）加强机制制度建设

　　1.健全工作机制。各中小学要建立由分管校长领导，以专兼职心理教师为核心、班主任为骨干、全体教师和班级心理委员共同参与的学校心理健康教育工作机制。专兼职心理教师面向学生提供专业的心理健康教育指导，面向其他教师提供渗透式或主题式心理健康教育的技能和智力支持，面向家长提供必要的家庭教育指导。班主任及任课教师应积极参加心理健康教育的培训和学习活动，在班级管理、课堂教学及与学生的日常交流中积极运用心理学专业知识。班级设心理委员1名，接受专门的心理培训，促进学生之间相互了解心理动态，随时记录周围学生的情绪变化，及时将情况反馈给心理教师。

　　2.完善工作制度。市、区市教体局探索开展“区域巡回教师”心理指导制度，组建全市心理健康教育巡回教师团队。各中小学要建立心理辅导活动规范，健全心理健康教育各项工作保密制度，完善心理辅导室使用及管理制度、值班制度、记录制度等，建立分管校长、心理教师和班主任参加的学生心理问题分析会制度，每学期通报分析学校心理健康教育工作存在的主要问题，并有针对性地进行改进。

　　3.建立危机干预和转介机制。市、区市教体局成立危机干预研究工作组，进行学生心理危机识别、干预研讨，指导学校心理危机干预工作。各中小学探索建立中小学生心理危机识别和早期干预机制，建立学生心理问题会诊制度、学生心理危机预警台账，定期分析研判，制定干预措施。对存在心理问题的学生进行早期识别和辅导，主动进行约谈，对问题较严重的学生进行跟踪式辅导。建立转介机制，对个别有严重心理疾病的学生，在征得家长同意后，及时转介到相关心理诊治部门进行治疗，同时进行跟进和辅助。与家长沟通时，要有书面记录或录音记录。

　　（五）构建学校、家庭、社会协同机制

　　1.优化家校共育。将心理健康教育融入家庭教育指导，通过家长学校、家长委员会、家庭教育服务站等阵地每年为家长举办至少1次的心理健康教育知识讲座或宣传普及活动，提高家长预防和识别孩子心理行为问题的能力。各中小学可结合学校实际，在家长委员会中设立心理工作委员会，及时关注学生和家长的心理动态，并定期进行交流和分析。结合家长会、家长开放日、家访等活动，了解、反馈学生的心理状况。通过“家长大课堂”“家长面对面”等形式，帮助家长了解和掌握孩子成长的特点、规律以及心理健康教育的方法，引导家长注重自身良好心理素质的养成，以积极健康和谐的家庭环境影响孩子。

　　2.发挥心理专家作用。建立心理专家资源库，充分利用在青高校优质心理健康教育资源，与精神卫生医疗机构密切合作，建立心理专家与区市、中小学结对机制，定期开展“心理专家进校园”活动，开设“心理专家工作室”和“心理大课堂”专题讲座，开展学生心理辅导实践研讨、教学研究、教育科研、课程建设、教师培训、专业督导等活动，针对有严重心理问题或心理危机的学生探索建立个案转介的绿色通道。

　　3.引入社会资源。根据青岛市《关于加强社会心理服务体系建设的意见》（青发〔2019〕20号），区市教体局、中小学要结合自身实际，引入优质的社会工作服务机构、心理服务机构和家长资源，拓展心理服务内容，向师生推介社会心理服务官方资源，帮助师生掌握向专业的医疗机构和心理援助机构寻求专业支持的方法，为师生提供个性化、专业化、多元化的心理健康服务。

　　四、保障措施

　　（一）加强组织领导

　　各级教育行政部门要充分认识加强中小学心理健康教育的紧迫性和重要性，将心理健康教育作为一项基础性、战略性工作，纳入全员、全程、全方位育人工作统筹谋划。应有专人负责和分管中小学心理健康教育工作，明确相关部门负责中小学心理健康教育行政工作，教科研部门负责中小学心理健康教育教研科研工作，切实抓紧抓好抓实中小学心理健康教育工作。积极主动争取政法、卫生健康、公安司法、宣传媒体、妇联等部门及社会各界的支持配合，加强宣传教育、舆论引导，共享数据资源，协同推进。

　　（二）加大经费保障

　　各级教育行政部门和中小学要将心理健康教育经费纳入年度财政预算，保证对心理健康教育的各项经费投入，加强经费监管，做到专款专用。

　　（三）强化激励机制

　　心理教师上课、开展团体辅导要按实际课时相应计算课时量或工作量，进行讲座、宣传普及、心理委员培训、家长心理知识指导、个体辅导、参与心理援助热线等在计入工作量时可统筹考虑。心理教师在评优评比、职务评聘等方面参照班主任待遇。

　　（四）加强督导评估

　　各级教育督导部门要将心理健康教育工作纳入学校督导评估指标体系。中小学心理辅导室规范化建设情况和心理健康教育示范学校建设情况纳入青岛市阳光校园评比。