



# 人民政协

全國政協授權香港文匯報主辦

專刊

第438期

香港文匯報·人民政協專刊  
綜合報道 青少年心理健康工作是建設教育強國、健康中國的重要內容，是黨中央關心、人民群眾關切、社會關注的重大課題。10月18日，由民進中央和全國政協教科衛體委員會承辦的全國政協「關注青少年心理健康，守護青少年成長」雙周協商座談會在北京召開。來自不同領域的委員、專家與有關部門負責人匯聚一堂，為答好這道守護青少年健康成長的「必答题」積極建言資政、廣泛凝聚共識。



●10月18日，全國政協「關注青少年心理健康，守護青少年成長」雙周協商座談會在北京召開。

(新華社)

## 關注青少年心理健康 共同撐起心靈「守護傘」

●青少年心理健康工作是建設教育強國、健康中國的重要內容。圖為2022年3月，在嘉興市兒童青少年心理健康服務總站，學生們在老師的帶領下通過沙盤遊戲的方式進行心理分析。(新華社)

### 「五育並舉」強載體

2023年4月，教育部等十七部門聯合印發《全面加強和改進新時代學生心理健康工作專項行動計劃(2023-2025年)》(以下簡稱《計劃》)，標誌着加強學生心理健康工作上升為國家戰略，擺在更加突出、更加重要的位置。《計劃》提出「五育並舉促進心理健康」的重要理念，用「以德育心、以智慧心、以體強心、以美潤心、以勞健心」首次開創性地闡釋了「五育」與心理健康的內涵關係，為學校開展學生心理健康教育提供了方向和思路。

會上，多位政協委員和專家圍繞創新「五育」促進心理健康的載體，健全長效機制提出意見和建議。

全國政協委員、武漢理工大學黨委書記信思金認為，應將心理健康教育融入思想政治教育過程中，聚焦促進學生的全面發展，在遵循教育規律上下功夫，在推進大中小學思想政治教育一體化建設上下功夫，將心理健康教育和思政教育內容有機融入、貫通編入思政課教材體系、教學體系和課程體系，實現全學段接續關注心理問題學生、全鏈條加強心理健康教育、全方位呵護學生健康成長。

全國政協委員、國家體育總局運動醫學研究所研究員謝敏豪提出，通過「以體強心」促進青少年心理健康。「建議大力宣傳運動有益於疏解心理壓力、促進心理健康方面的知識，提高大眾對積極參與運動重要性的認知，培養青少年養成主動運動的好習慣，為青少年提供科學運動與預防損傷的知識與指導，並加大體育運動成績在學生綜合評價中的權重。」

全國政協委員、北京市第二中學藝體中心主任孟豔一直關注美育教育對於學生心理健康工作的促進作用。她表示，各級教育部門應組織專題培訓，提升教師對美育在心理健康教育中重要性的認識，優化學校心理健康教育資源配置，形成由心理教師與美育、思政教師為主導的協作團隊，開發以藝術為載體的系統心理課程，加強美育與心理健康教育的融合實踐。

應邀參加會議的全國人大代表、重慶謝家灣教育集團黨委書記劉希姪分享了她在學校的教學實踐。「無論是初中部還是小學部，保證孩子們每天一節60分鐘的體育課，每天2小時運動時間，10小時睡眠時間。」這樣的教學方式帶來的結果是：孩子們在質量監測中學業成績A+以上的能達到60%，A以上的能達到95%以上，呈現出身心健康、思辨創新能力強、綜合素質強等群體素質。「要限制中小學唯分數論、過度內卷的教學方式，改變傳統的以考入清華北大人數為指標的優質高中評價

方式，降低中小學『生師比』，讓學生們在學校有更多的優質體驗。」劉希姪表示。

### 建設體系求精准

在全國政協委員、中國科學院心理研究所副所長蔣毅看來，做好青少年心理健康工作仍面臨諸多困難挑戰。

「一方面，有些尚未達到臨床診斷標準但卻是影響心理健康潛在因素的腦認知活動異常問題，往往難以被家長和教育工作者及時發現和恰當干預。另一方面，心理活動容易受到社會文化和家庭環境的塑造，以現有的專業力量難以滿足日趨個性化的心理健康服務需求。」蔣毅表示。

「因此，更全面、準確地描述當今兒童青少年心理發展特點，深入揭示其背後的多種機理、研發有效教育促進和干預方案，已成為當今我國腦科學、心理學、教育學等相關領域研究者重要而緊迫的科研任務。」董奇提出，大力開展腦智發育基礎科學研究，努力揭示相關問題的內在規律，推進基礎研究和應用研究結合銜接，為提前預防、及時預警和有效干預提供科學依據。

蔣毅也認為，應加大對心理與腦認知前沿技術研發投入，持續加大心理和認知科學的科普力度。同時，基於身心健康篩查結果，關注重點問題人群，深挖背後可能存在的神經障礙等內在原因和校園、家庭暴力等外部原因，做好及時、精準干預。

全國政協委員、中國宋慶齡基金會黨組書記沈蔭莉一直很關注低齡兒童的心理健康問題。在她看來，兒童缺乏知識經驗和社會閱歷，心理社會性功能尚未成熟，無法察覺心理異常並自我調節。一旦心理問題得不到及時發現和干預，可能導致心理障礙和罹患心理疾病。

「因此，要早關注、早識別、早干預。加強對兒童的教育引導，將心理健康教育納入小學日常教學內容。提升家庭、學校、幼稚園和校外教育機構等的養育、教育認知和方法。對兒童加強生命教育，增加兒童體育活動和勞動實踐的時長，擴大對困境兒童的公益援助。」

首都醫科大學附屬北京安定醫院院長王剛提到了兒童青少年的自傷自殺問題。「兒童青少年絕大多數的自傷自殺是抑鬱症等精神疾病所致，是醫學問題，而不是單純的心理問題。在當前學校的心理服務體系建設中，心理服務資源沒有與醫療資源有效協同。」王剛建議，篩選、優化和整合有充分循證醫學證據的AI類技術和產品，在防、篩、診、治、管等各個環節發揮助力作用，如在篩查環節，通過採集面部微表情、語音、心率、皮膚電、步態等多模態信號，提升篩查準確度；在診斷環節，使用大模型進行AI輔助診斷，大幅提升診斷準確率等，提高青少年自傷、自殺的總體干預水準。

「不僅於此。我認為可將人工智能、大數據等新技術應用於整個青少年心理健康領域，開發智能測評系統、個性化輔導工具等，提高心理健康服務的針對性和有效性。」沈蔭莉表示。

委員和專家們都認為，應以「精準評估」帶動「精準防護」，「從面到點」地做好針對性工作，走出一條「中國特色」的青少年心理健康服務道路。



### 「家校社」協同聚合力

「學校、家庭、社會」三大教育系統，共同貫穿了育人的整個發展過程。強化「家校社」協同育人，是建設教育強國的重要要求，是落實立德樹人根本任務的重要支撐，更是呵護青少年學生心理健康的重要舉措。

這是與會委員和專家的共識。

然而，委員們在調研中卻發現，在實際工作中，「家校社」三者長期分離，各自演變為獨立的教育生態系統，定位不准、協同不力。對此，全國政協常委、民進安徽省委會主委李和平建議「家校社」協同呵護青少年學生心理健康。「家庭要賦能奠基。家長多陪伴子女，注重言傳身教，不斷提高處理親子關係和家庭衝突的能力。學校要認真履責。按標準配備心理輔導室和老師，開齊上好心理健康課，定期開展心理健康測評，『一生一案』持續跟蹤。社會要多元支撐。建立健全衛生健康與教育部門協同機制，探索建立『全時段、多平台、一站式』心理健康服務模式。既分工合作、發揮各自優勢，也彼此融入、凝聚育人合力。」李和平表示。

結合香港對青少年心理健康的防治經驗，全國政協委員、香港教育工作者聯會會務顧問陳卓禧也提出了社會各界多維發力的意見建議。

他建議，為教職工提供訓練，及早識別、支援和及時轉介有危險警號的學生。編寫有關手冊和指南，規範操作，指導學校應對突發情況，使學校成為守護青少年心理健康的第一線。通過學校、街區和群眾組織對家長進行教育，改變傳統觀念，提高家長對青少年成長的認識。政府動員和支持志願者團體及專業社會服務機構，提供專門心理健康和情緒輔導，由社會服務機構設立線上支援隊，搜索和接觸邊緣和隱蔽青少年，以線上和線下方式適時介入、支援和輔導。

全國政協委員、民進天津市委副主委孟冬梅認為，目前各部門針對青少年心理健康在各自職責範圍內做了大量工作，但由於統籌協調機制不健全，部門之間溝通管道尚未完全打通，沒有形成合力，青少年心理健康「防護網」還沒有真正織密織牢。

「建議由教育工作領導小組統籌推進青少年心理健康工作，制定一體的工作方案，進一步明確職責，建立定期會商制度，打通部門之間聯通協作的關卡，推動教育、民政、婦聯、衛生、司法、宣傳、網信和公安、街鎮等部門協同開展青少年心理健康服務。」孟冬梅表示。「我相信，在政府和全社會廣泛重視，各方面齊心多維發力下，我國青少年的心理健康必定得到提升，我們的下一代必定能抵抗各種心理壓力，茁壯成長。」陳卓禧說出了與會委員和專家的共同心聲。



●強化「家校社」協同育人，是建設教育強國的重要要求。圖為2024年5月，北京第二實驗小學聯合北京烹飪協會食育工作專委會開展「職趣新體驗 食育傳匠心」家校社協同育人迎「六一」特色活動。(新華社)