



山西省社会学学会教育文化专业委员会 协办

第 243 期 投稿邮箱:kxsb_box@163.com 国内统一刊号 CN14-0015 邮发代号:21-1030 网址: http://www.xdxzw.com.cn

本期话题

近日,教育部印发《关于全面推进健康学校建设的指导意见》,把心理健康教育放在了更加突出、更加关键的位置,其宗旨就是让每一个孩子被看见、被理解、被支持,让每一个生命都能在温暖、安全、包容的环境里自然生长——

从“重视成绩”到“关心心灵”的育人转变

策划 刘田茵

近日,教育部印发《关于全面推进健康学校建设的指导意见》(以下简称《指导意见》),把心理健康教育放在了更加突出、更加关键的位置。文件中提到的深化心理健康教育、配齐建强师资队伍、关注教师心理状态、把心理健康内容融入家校沟通、加快建设全国学生心理健康监测预警系统等一系列安排,既是对当下教育现实的回应,也是对每一个孩子、每一个家庭最真切的关怀。

在今天的校园里,心理健康早已不是一个遥远的名词,它藏在孩子的情绪里、学习状态里、人际交往里,也藏在家庭的期待与学校的责任里。从过去的“重视成绩”到如今的“关心心灵”,教育正在慢慢回归育人本身。推进健康学校建设,本质上就是让每一个孩子被看见、被理解、被支持,让每一个生命都能在温暖、安全、包容的环境里自然生长。

让专业的力量扎根校园: 心理健康教育需要稳定的支持

心理健康教育要真正落地,离不开的就是一支稳定、专业、有温度的队伍。过去很长一段时间里,不少学校的心理健康工作更像是一种“点缀”,有课程却不够系统,有活动却不够深入,有老师却常常身兼数职,难以全身心投入到学生的心理陪伴中。《指导意见》明确提出加强心理健康教育师资培养和配备,正是希望从最基础的环节入手,让心理健康教育从“能做”走向“做好”,从“被动应对”走向“主动守护”。

对一所学校而言,配齐专职心理健康教师,不只是完成一项指标,更是给孩子多了一个可以放心倾诉的出口。专职心理老师的存在,意味着有人可以持续关注孩子的情绪变化,有人能专业地倾听烦恼,有人能在孩子陷入迷茫时及时伸出手。他们不只是上课、做活动,更要走进日常,和班主任配合,和家庭沟通,在细微之处发现孩子的心理需求。当专职岗位稳定下来,待遇保障跟上,发展路径清晰,心理健康教育才能真正扎根校园,而不是停留在文件和口号里。

更重要的是,心理健康教育不只是心理老师一个人的事,而是全体老师共同的责任。每一位任课老师、班主任每天和学生相处时间最长,最容易发现孩子情绪上的波动,状态上的改变。给老师们提供实用、不复杂的心理健康知识和沟通技巧,不是增加负担,而是让他们在日常教学和班级管理中多一份理解,多一份从容。学会识别焦虑、懂得倾听沉默、知道如何温和引导,这些能力会悄悄融入课堂与对话,让整个校园变得更柔软、更有安全感。

《指导意见》特别提到要多措并举加强教师心理健康工作,这一点格外触动人心。老师也是普通人,同样会面对压力、疲惫与焦虑。只有老师自己内心安稳、情绪平和,才能用稳定的状态影响学生。给老师留出放松的空间,提供必要的心理支持,减少不必要的额外负担,本质上也是在守护教育的温度。当老师被理解、被关怀,他们才能把这份温暖传递给孩子,形成一种良性的循环。一支被善待、被支持的教师队伍,才是心理健康教育最坚实的底气。

把心理关怀带回家: 让家长之间多一份理解与同行

孩子的成长从来不是学校单方面的事,家庭的影响往往更加深刻、更加持久。《指导意见》明确提出,将心理健康作为家长学校、家长会、家长课堂、家访等活动的必讲内容,这并不是额外增加任务,而是提醒我们:心理健康教育必须在家校之间架起一座桥,让教育的方向更一致、力量更集中。

很多时候,家长不是不关心孩子的心理,而是不知道从哪里关心。在日常交流中,家长最容易关注成绩、作息、习惯,却常常忽略孩子藏在行为背后的情绪:沉默可能不是叛逆,烦躁可能不是任性,退缩可能不是懒惰。把心理健康知识带进家长会,不是讲大道理,而是用真实、贴近生活的案例,让家长明白孩子在不同阶段会遇到什么困惑、会产生什么情绪,可以用什么方式沟通。当家长学会听懂孩子的情绪语言,亲子之间的很多矛盾自然会慢慢化解。

家长学校和家长课堂,应该成为家长的“充电站”,而不是“任务课”。针对小学、初中、高中不同阶段孩子的心理特点,提供简单、好用、可操作的方法,比



该图由 AI 生成

如何和青春期孩子聊天、如何缓解考试带来的紧张,如何尊重孩子的感受而不只是讲道理。这些内容不需要高深的理论,只需要真诚、实用、贴近生活,让家长听得懂、用得上、有效果。当家长不再只盯着分数,而是愿意花时间倾听、陪伴、理解,孩子的内心就会多一份安定。

家访的意义,也在心理健康的视角下变得更加丰富。走进孩子的生活环境,才能更真实地了解他的性格、习惯与情绪来源。和家面对面聊一聊家庭的日常、亲子互动,才能更准确地找到孩子心理需求的根源。对留守儿童、单亲家庭、经济困难家庭等特殊状况的孩子,家访更是一种温柔的抵达,让孩子感受到被重视、被牵挂,也让家长感受到来自学校的支持而不是压力。家校之间多一些评判,多一些共情;少一些要求,多一些商量,才能真正形成守护孩子心灵的合力。

用科学方式提前守护: 建好心理健康的监测与预警网

心理健康问题,最怕的是忽视、拖延和错过最佳疏导时机。很多孩子的心理困扰并不是突然出现的,而是长期积累、慢慢加重的结果。《指导意见》提出推进全国学生心理健康监测预警系统建设,目的不是给孩子“贴标签”,而是用更科学、更温和的方式,提前发现、及时关心、有效疏导,把风险化解在萌芽状态。

心理健康监测,首先要做到专业、适度、尊重隐私。它不是一次简单的问卷,更不是一次“筛查好坏”,而是帮助孩子、家长和老师更全面地了解当下的情绪状态。系统的使用应当严格保护隐私,数据只用于帮助孩子,不公开、不评判、不标签化。只有在安全、信任的前提下,监测才能真正反映真实情况,成为支持成长的工具,而不是带来压力的负担。

预警系统的价值,在于“早发现、早支持”。当系统提示某个孩子可能正处于情绪低落、压力过大、人际困扰的状态时,学校可以及时由心理老师或班主任以温和自然的方式走近孩子,聊聊天、谈谈心,了解他遇到了什么困难,而不是一上来就“处理问题”。这种支持应该是悄悄进行的、充满关怀的,让孩子感受到被关心,而不是被审视。对需要更专业帮助的孩子,学校可以和家沟通,平稳对接专业资源,做到不慌张、不夸大、不忽视。

从校园整体来看,监测预警系统也能帮助孩子更清晰地把握学生的整体状态。哪些时段压力更集中?哪些群体更需要关注?哪些课程和活动能有效缓解情绪?这些来自真实数据的信息,可以让心理健康工作更有针对性、更贴近实际需求。比如在考试前后、毕业季、新学期适应期,提前开展情绪调节、压力舒缓的活动,让支持走在困扰前面。这种主动的、前置的关怀,比出现问题后再补救更有效,也更温暖。

数字化、系统化的预警平台,最终的目的是不是管

控,而是守护。它让心理健康工作从“凭经验”走向“更精准”,从“被动应对”走向“主动守护”。对学校而言,它是一种科学的工具;对孩子而言,它是一层看不见的保护网。在尊重、保护、关爱的前提下用好这张网,才能让每一个需要帮助的孩子都被及时看见。

让心灵关怀融入日常: 构建柔软而有力量的校园生态

健康学校,真正的“健康”不只体现在制度和设施里,更体现在日常的氛围、相处的细节、人与人之间关系里。心理健康教育不应该是一项单独的工作,而应该像空气一样,弥漫在校园的每一个角落,融入课堂、活动、交往和生活的点点滴滴。当心灵关怀成为一种常态,孩子自然会在安全感中慢慢长大。

校园里最动人的心理健康教育,往往藏在不起眼的瞬间:老师一句温和的提醒,同学之间一次真诚的帮助,班级里一种包容的氛围,活动中一次被肯定的体验。这些看似微小的瞬间,会一点点构筑起孩子的自信、安全感和价值感。德育教会孩子尊重生命、懂得责任;体育让孩子在运动中释放压力、锻炼身体;美育让孩子在美与艺术中舒缓情绪、温润心灵;劳动让孩子在实践中体会成就感、培养韧性。五育融合在一起,本身就是最好的心理健康教育。

营造轻松友善的校园环境,同样至关重要。减少不必要的竞争压力,杜绝校园欺凌和孤立,让每一个孩子都能放心做自己,敢表达、敢求助、敢展现不完美。学校可以开设心理信箱、心理辅导室,让孩子知道:遇到烦恼可以说出来,说出来就会有人听。朋辈之间的互助、社团里的陪伴、师生间的信任,都会成为孩子心灵的支撑。当校园里充满理解与包容,心理问题就不容易累积成危机。

心理健康教育,最终是一场全社会的同行。学校尽力做好专业支持,家庭尽力做好陪伴守护,社会尽力营造友善环境,多方力量柔和地汇聚在一起,才能给孩子最稳定的支撑。不需要轰轰烈烈的形式,不需要沉重严肃的说教,只需要多一份倾听,多一份耐心,多一点接纳。教育最本真的样子,就是允许孩子慢慢成长,允许情绪自然流动,允许每个人以自己的节奏走向成熟。

心理健康教育,是一场温柔而坚定的坚守。从建强专业队伍到凝聚家校共识,从科学监测预警到营造日常氛围,所有努力最终都指向同一个目标:让每一个孩子都能被看见、被理解、被善待,都能带着健康的心灵、阳光的心态,从容走过校园时光,走向更广阔的人生。

真正的健康学校,不只拥有完善的制度和设施,更拥有人与人之间最珍贵的善意与关怀。在这样的校园里,孩子不必压抑情绪,不必隐藏困惑,不必独自承受压力。他们可以放心地笑、勇敢地哭、坦然地求助,从容地成长。这,正是健康学校最动人的模样,也是我们教育最真诚的期待。

山西省四方中等技术学校 温情送岗 护航职场

科学导报 为助力 2026 届毕业生科学规划职业发展,提升求职竞争力,顺利实现从校园到职场的平稳过渡,山西省四方中等技术学校于近日组织开展了“温情送岗,护航职场——26 届毕业生职业指导与岗位对接宣讲会”。本次活动面向全体 2026 届毕业生,分专业、分场次有序开展,覆盖全面、内容务实、氛围热烈,取得了良好成效。

首场宣讲由校长刘萍萍主讲,围绕“明晰职业方向,筑牢就业根基”展开。刘萍萍从职业生涯规划的重要性入手,引导学生树立“先定位、再发展”的职业理念,系统梳理了就业、对口升学、单招三条发展路径,并结合机电、焊接、汽车、商务、餐饮、形象设计等专业特点,深入剖析各岗位的核心技能要求与在校提升重点。她还分享了三位优秀毕业生的成长案例,激励学生以积极心态迎接职场挑战,坚定发展信心。

第二场宣讲由副校长高丹丹主讲,主题为“赋能求职路,护航职场行”。高丹丹聚焦求职实操与职场适应,现场讲解简历撰写规范、面试礼仪、岗位匹配策略,并通过模拟面试、简历优化等互动环节,帮助学生掌握实用求职技能。她还从职场沟通、情绪管理、角色转换等方面引导学生尽快适应职场环境,并详细介绍了学校提供的“一对一”职业咨询、就业推荐、跟踪帮扶等全流程服务,明确服务申请渠道,确保学生“求助有门、服务有路”。

学生们携带学习资料认真听讲、积极记录,展现出强烈的学习意愿和职业发展意识。在互动环节,大家围绕职业选择、升学备考、简历优化、岗位对接等问题踊跃提问,现场气氛热烈,充分体现了同学们对未来发展的高度关注和积极规划意识。

通过本次宣讲会,学生对就业、升学等发展路径有了更加清晰的认识,绝大多数同学初步明确了自身发展方向,摆脱了“就业迷茫”。在简历指导、面试技巧等实操环节的帮助下,学生的求职能力得到显著提升,求职竞争力进一步增强。

通过优秀毕业生案例分享与政策解读,学生职业信心显著增强,对未来的职场生活充满期待。大家纷纷表示,此次活动内容务实、形式新颖、服务贴心,极大激发了他们规划职业、主动就业的热情,也为学校后续就业工作的深入开展奠定了坚实基础。

(郗艳 史梦菲)

介休市第三中学 用爱浇灌成长 家校共筑青春路

科学导报 为凝聚家校育人合力,传递科学家家庭教育理念,介休市第三中学八年级特推出“优秀科学家家庭教育心得系列展播”活动。活动每期精选优秀家长代表,分享真实育儿感悟与教育智慧,以身边故事为载体,为“大家长”提供实用借鉴,助力孩子在爱与支持中向阳成长。

本期展播聚焦 525 班至 529 班的 5 位优秀家长代表,分别是马可扬妈妈、宋敬齐妈妈、李紫豪父母、张甜妈妈和陶昊彬妈妈,各位家长结合孩子成长实际,分享了各具特色的家庭教育经验。

525 班马可扬妈妈注重尊重与沟通,坚持做孩子的倾听者与陪伴者,学习上不唯分数论,关注孩子学习态度与习惯,生活中尊重孩子想法,假期里共同制定计划,平衡学习与兴趣,以温和坚定的陪伴助力孩子平稳度过青春期。

526 班宋敬齐妈妈秉持言传身教、奖惩结合的理念,注重孩子品德、习惯与心态的全面培养,鼓励孩子承担家务、坚持运动,学习上引导孩子自主学习、复盘错题,以耐心陪伴守护孩子成长。

527 班李紫豪父母则提出,家庭教育是彼此照见的生命旅程,他们从“陪跑者”视角出发,引导孩子理解学习本质,归还孩子试错权,假期让孩子参与研学拓宽眼界,用平等沟通化解青春期困惑。

身为语文教师的 528 班张甜妈妈,将教育理念融入家庭,注重言传身教,引导孩子全面发展,在学习与生活中渗透品德教育,用陪伴与坚守滋养孩子心灵。

529 班陶昊彬妈妈以陪伴为基础、习惯为重点、品德为根本,积极配合学校工作,陪伴孩子制定学习计划,通过阅读、运动、分担家务等高质量陪伴,助力孩子养成良好习惯。

此次展播活动,让科学的家庭教育理念深入人心,搭建了家长间的交流平台。下一步,介休三中八年级将持续推进家校共育,让更多家长汲取教育智慧,携手为孩子的成长保驾护航。

(闫珊)



网易山西 科教频道



扫码可查询论文



现代教育微信公众号



现代教育 周刊数字报



现代教育微博



现代教育 投稿微信号



立媒报业公众号



校园新动向



现代教育微信 (今日头条)

本版组稿
郗艳 史梦菲 闫珊