



山西省社会学学会教育文化专业委员会 协办



第248期 投稿邮箱:kxdb\_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

以“培育学生积极心理品质、全面推进健康学校建设”为主题的第3个全国学生心理健康宣传教育月活动正顺利推进,以引导广大学生、家长、教师科学认识心理健康问题,营造全社会关心关爱学生心理健康的良好氛围,进一步提高学生心理健康工作水平。

# 只要心有暖阳 行动才有力量

策划 靳雨茹

近日,教育部部署在今年5月开展以“培育学生积极心理品质,全面推进健康学校建设”为主题的第3个全国学生心理健康宣传教育月活动,引导广大学生、家长、教师科学认识心理健康问题,营造全社会关心关爱学生心理健康的良好氛围,进一步提高学生心理健康工作水平。青少年时期是人格塑造、心理成长的关键阶段,是从懵懂走向成熟、从依赖走向独立的过渡期。这一阶段培育的心理品质,直接决定学生的人格底色、抗压能力与人生格局。学生心理健康既是个体全面发展的基础,也是健康学校建设的核心内容,更关乎家庭幸福、社会稳定与民族未来。立足心理健康宣传教育月,全方位强化心理育人工作,培育学生积极心理品质,稳步推进健康学校全域建设,具有深刻的现实意义与长远教育价值。

### 正视现状: 新时代学生心理健康的现实挑战

心理健康是素质教育的内在要求,积极心理品质是学生向阳成长的核心素养。积极心理品质涵盖乐观豁达、坚韧自强、友善合作、懂得感恩、自我接纳等综合特质,能够帮助学生合理疏导负面情绪,从容应对成长挫折、理性处理人际关系矛盾,为终身健康发展筑牢心理根基。

当下,社会节奏加快,学业竞争加剧,多元文化交织,青少年心理发展环境愈发复杂,心理健康问题呈现低龄化、普遍化、多样化特征。不同年龄段学生面临差异化心理困扰:小学生易出现分离焦虑、自卑胆怯、情绪敏感等问题;初中生受青春期变化、升学压力、同伴交往影响,社交焦虑、情绪内耗、逆反心理愈发突出;高中生长期面临升学竞争、焦虑、抑郁、自我否定等心理问题频发。各类心理问题不仅削弱学生学习动力,影响身心健康,若得不到及时疏导干预,极易诱发极端行为,阻碍健全人格培育,亟需全社会高度重视。

### 溯源深究: 学生心理问题产生的多重成因

学生心理健康问题的滋生,并非单一因素造成,而是学校、家庭、社会、个人四大维度相互交织、共同作用的结果,多重压力持续叠加,不断消耗青少年心理韧性。

(一)学校层面:育人理念失衡,心育体系存在短板  
部分学校仍固守“重分数、轻素养,重智育、轻心育”的传统理念,过度看重教学成绩与升学指标,弱化心理健康教育价值。城乡、校际心理教育资源差距明显,乡村学校普遍缺少专职心理教师,兼职教师缺乏专业辅导能力。心理健康课程形式化严重,内容枯燥单一,脱离学生实际生活,无法有效解决情绪困扰。同时,部分教师教育方式粗放,忽视学生情绪变化,不当教育方式持续加重学生心理负担。

(二)家庭层面:教养方式失当,亲子情感沟通缺失  
家庭是心理成长的第一课堂,家庭教育方式直接影响学生心理状态。当下,不少家长存在功利化育儿误区,过度看重成绩、盲目拔高期待,持续给孩子施压;部分家长过度溺爱,包办一切事务,导致孩子抗挫折能力薄弱;还有家长忙于生计,陪伴缺失、沟通不足,孩子的负面情绪无处倾诉。此外,单亲、重组、留守等特殊家庭环境,容易让孩子缺乏安全感,长期积累形成心理隐患。

(三)社会层面:成长环境复杂,社会心理支撑薄弱  
社会竞争内卷氛围持续蔓延,升学、择业、就业的焦虑层层传导,加重青少年心理压力。网络环境良莠不齐,低俗信息、网络暴力、盲目攀比等不良风气,扭曲青少年价值认知,加剧心理失衡。同时,社会对心理健康仍存在认知偏见,将心理困扰等同于精神疾病,导致学生出现心理问题后不敢求助、不愿倾诉。基层心理服务资源不足,家校社协同机制不完善,社会心理防护网络仍未健全。

(四)个人层面:身心尚未成熟,自我调适能力不足  
青少年心智发展尚未完善,情绪管控、抗压耐挫、理性认知能力有限,面对学业压力、人际矛盾、成长困惑时,缺乏科学的疏导方法,容易陷入情绪内耗。部分



该图由AI生成

学生自我认知偏差,无法客观接纳自身优缺点,极易因挫折产生自卑、迷茫等消极心态。加之日常课业活动匮乏、运动不足,长期高压学习导致身心疲惫,进一步弱化自我心理调节能力。

### 立足契机: 以宣传教育月赋能健康学校建设

全国学生心理健康宣传教育月的启动,为补齐心理教育短板,优化育人环境提供了重要契机。健康学校建设是落实“健康第一”教育理念的关键举措,涵盖生理健康、心理健康、校园文化、育人管理等多个维度。培育学生积极心理品质,是健康学校建设的核心内核;而健康和諧的校园环境,又是滋养学生心理健康的重要土壤,二者深度融合、协同推进。

本次心理健康宣传教育月,以主题宣传为抓手,创新活动形式,丰富教育内容。通过心理健康专题讲座、主题班会、心理漫画创作、心理情景剧展演、团体拓展训练等多样化活动,普及心理健康知识,破除认知误区。面向全体师生、家长开展全覆盖宣传,在宣传月期间,通过家长会、家长学校、家长课堂等形式,面向家长开展有针对性的心理健康知识宣讲,引导家长悉心关注子女心理状态,接纳、支持子女的心理需求,配合学校做好学生心理健康工作。引导大众科学看待心理问题,掌握基础情绪调节方法。以集中宣传带动常态建设,推动心理健康教育融入校园日常管理,持续优化校园心理育人氛围,为健康学校建设夯实基础。

### 多维发力: 全方位构建心理健康协同育人体系

培育学生积极心理品质,推进健康学校长效建设,是一项系统工程,必须统筹多方力量,构建学校主导、家庭赋能、社会协同、学生自主的四位一体防护体系,全方位守护学生心理健康。

(一)聚焦校园主阵地,筑牢常态化心理防护屏障  
学校要全面落实五育并举,将心理健康教育纳入办学整体规划。结合不同年龄段学生心理特点,开设分层化、系统化心理课程,围绕情绪管理、人际交往、挫折教育、生命教育等内容,普及实用心理知识。配齐配强专职心理教师,常态化开展教职工心理培训,提升全员心理识别与基础干预能力。

标准化建设心理辅导室,开通线下咨询、线上倾诉、心理信箱等多元求助渠道。建立学生心理健康档案,落实定期筛查、动态跟踪机制,对特殊学生实行一对一精准帮扶。丰富校园文体与社团活动,保障学生每日运动时间,引导学生在集体活动中释放压力、增进交流,培育乐观坚韧的积极品质。

(二)激活家庭微课堂,搭建家校同心育人桥梁  
家长需主动转变教育观念,摒弃唯分数论,平衡学业要求与心理关怀。构建平等包容的亲子关系,减少说教指责,加强日常沟通陪伴,耐心倾听孩子内心

诉求,及时疏导负面情绪。合理设定成长目标,拒绝盲目攀比,注重培养孩子独立性与抗挫折能力,用理解与包容化解成长烦恼。

主动参与学校组织的家庭教育讲座、家长学校活动,系统学习青少年心理健康知识,掌握科学沟通与心理引导技巧。加强家校双向沟通,及时了解孩子在状态,配合学校开展心理关爱工作,同步教育理念、统一引导方式,形成家校共育合力。

(三)凝聚社会合力,营造全域关爱成长环境  
相关部门需完善青少年心理健康公共服务体系,加大基层心理服务站点建设,整合医疗、心理机构、公益组织资源,搭建免费心理援助与危机干预平台。加强网络环境综合治理,净化网络空间,遏制不良信息传播,为青少年营造健康纯净的线上环境。

广泛开展社会公益宣传,普及心理健康常识,消除偏见与歧视,营造友善包容的社会氛围。重点关注留守儿童、困境学生、残疾学生等特殊群体,开展结对帮扶、心理疏导、情感关怀等公益服务,补齐特殊学生心理关爱短板,实现心理健康关爱全覆盖。

(四)强化自我成长,提升学生心理自主调节能力  
青少年要主动树立正确心理健康观念,正视负面情绪,学会接纳自身情绪变化。客观认知自我,合理定位成长目标,拒绝精神内耗与盲目攀比,建立稳定的自信心与价值感。主动学习情绪调节技巧,通过体育锻炼、兴趣爱好、倾诉沟通、户外放松等多种方式释放压力。

主动融入集体生活,友善处理同学关系,学会包容理解、理性化解矛盾。树立正向挫折认知,把困难与挑战当作成长历练,锤炼坚韧意志。遇到无法自行缓解的心理困扰时,主动向老师、家长或专业人员求助,学会科学自救、理性求助。

久久为功: 以心育深耕护航青少年向阳成长  
心理健康教育是润物细无声的长期工作,健康学校建设是持续推进的常态化任务。全国学生心理健康宣传教育月是阶段性集中行动,更是常态化心理育人工作的全新起点。培育积极心理品质,守护青少年心灵健康,不能流于形式、止于活动,需要长期坚持、持续深耕。

教育的本质,先育心、后育人。只有始终坚守立德树人根本任务,把心理健康教育贯穿教育全过程,持续优化校园、家庭、社会三位一体育人环境,不断完善心理预警、疏导、干预全链条机制,才能让每一位学生都拥有健康的心理、阳光的心态。

心有暖阳,行有力量。以此次宣传教育月为契机,全面深化心理健康教育工作,深耕积极心理品质培育,稳步推进健康学校全面建设,引导广大青少年以乐观面对生活,以坚韧对抗挫折,以自信奔赴未来,助力每一位学子身心健康、全面发展,成长为品格健全、积极向上、担当有为的新时代接班人。

## 山西农业大学农学院 开展国家安全主题观影及教育学习活动



全体同学集中观看学习教育部专题课程

科学导报讯 为深入贯彻总体国家安全观,迎接第十一个全民国家安全教育日,近日,山西农业大学农学院以“统筹发展和安全,护航十五五新征程”为主题开展国家安全主题观影及教育学习活动,学院学生积极参加。

全体同学集中观看学习教育部“千万师生同上一堂国家安全教育课”专题课程。课程立足社会安全、科技安全、网络安全等重点领域,结合现实案例与生活场景,系统阐释了总体国家安全观的核心内涵与实践要求,引导同学们深刻认识国家安全与个人成长、社会进步、国家发展的密切关联,深刻领会了“统筹发展和安全”的重大意义,进一步筑牢思想根基,增强维护国家安全的责任感、使命感与紧迫感。

观影结束后,同学们围绕课程内容展开学习研讨。大家结合自身专业与生活实际,就“青年学生如何践行总体国家安全观”“身边的国家安全隐患及防范”等议题踊跃发言、交流心得。现场气氛热烈,同学们在思想碰撞中加深了对总体国家安全观的理解,明确了日常学习生活中维护国家安全的具体行动方向,进一步强化了风险防范意识和维护国家安全的责任担当。

本次活动推动国家安全意识深入人心,为山西农业大学农学院持续深化总体国家安全观学习教育奠定了坚实基础。未来,山西农业大学农学院将持续推进国家安全教育常态化、长效化,引导广大青年学生将安全意识内化于心、外化于行,成长为国家安全的坚定维护者,以青春之力护航国家发展新征程。

(张敏/文·图)

## 山西机电职业技术学院 三位师生同时荣获全国五一劳动奖章

科学导报讯 近日,中华全国总工会发布《关于表彰全国五一劳动奖的决定》,宛如一阵激昂的号角,吹响了向奋斗者致敬的赞歌。今年全国总工会授予全国五一劳动奖3024名,其中全国五一劳动奖状379个,全国五一劳动奖章1462名,全国工人先锋号1183个。在这份熠熠生辉的名单中,山西机电职业技术学院教师张江涛以及优秀毕业生史帅帅、王佳栋同时荣获全国五一劳动奖章。

张江涛、史帅帅、王佳栋在推动高质量发展中建功立业,在服务重大战略、重大工程、重大项目、重点产业中勇挑重担,充分发挥了优秀技术人才的引领作用。三人的成长轨迹生动诠释了“职业教育前途广阔、大有可为”。他们证明:在这个崇尚实干、尊重技能的新时代,每一位劳动者都可以通过奋斗抵达卓越,每一份专注都能汇聚成推动国家进步的力量。

长期以来,山西机电职业技术学院致力于培养高素质技术技能人才,将工匠精神深度融入育人全过程,培养出以“为导弹雕刻翅膀”的曹彦生为代表的34名大国工匠及全国技术能手,其中,13人荣获全国五一劳动奖章,1人摘得中国航空航天月桂奖,众多学子屡获央视《焦点访谈》《新闻联播》等权威栏目报道,形成了独特的“机电工匠现象”,充分彰显了学院在高科技人才培养上的深厚底蕴。

新征程上,更加紧密地团结在以习近平总书记为核心的党中央周围,深入学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想,紧紧围绕党的中心任务,大力弘扬劳模精神、劳动精神、工匠精神,以先进典型为榜样,立足岗位、开拓创新,奋发进取、拼搏奉献,奋力实现“十五五”良好开局,在以中国式现代化全面推进强国建设、民族复兴伟业中作出新的更大贡献。

(网易山西 张敏 通讯员 李娜)



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  
黄晶 张敏