

附件

# 长宁区全面加强和改进新时代中小学生心理健康工作专项行动实施方案

为深入贯彻党的二十大精神，认真落实《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）》（教体艺〔2023〕1号）《上海市教育发展“十四五”规划》（沪府发〔2021〕18号）《全面加强和改进新时代学生心理健康工作专项行动实施方案》（沪教〔2023〕4号）等要求，全面加强和改进新时代长宁区中小学生心理健康工作，提升学生心理健康素养，结合工作实际，制定本实施方案。

## 一、指导思想

以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，全面贯彻党的教育方针，坚持为党育人、为国育才，落实立德树人根本任务，深化“三全育人”综合改革。坚持健康第一、全面发展、预防优先、系统治理理念，切实把心理健康工作摆在更加突出位置，不断构建各级党委统一领导、党政部门齐抓共管、学校家庭社会协同联动的新时代长宁区中小学生心理健康工作新格局。完善中小学衔接贯通、德智体美劳五育并举、教育预警咨询干预“四位一体”的学生心理健康工作体系，全面推动全社会心理健康资源向中小学生融通汇聚。培育学生热爱生活、珍视生命、自尊自信、理性平和、乐观向上的心理品质和不懈奋斗、荣辱不惊、百

折不挠的意志品质，促进学生思想道德素质、科学文化素质和身心健康素质协调发展，培养担当民族复兴大任的时代新人。

## **二、总体目标**

完善区域心理健康教育体系，提升区域心理健康教育水平和学生心理健康水平。学生心理健康工作网络和工作体系更加健全，部门联动、医教结合、家校社协同工作机制更加有力，心理健康工作的覆盖面、受益面不断扩大，学生心理健康素养显著提升。到2025年，长宁区中小学配备专职心理教师的学校比例达到100%，心理健康教育活动课开设率100%，心理辅导室配备率100%，心理健康教育达标校通过率95%以上，中小学全面按照每位导师指导学生数原则上不超过15名的标准落实“全员导师制”，中小学（中职校）、幼儿园建立家长学校比例达到100%，开展心理健康教育的家庭教育指导服务站点比例达到60%，社区心理咨询服务覆盖率100%。

## **三、主要任务**

### **（一）完善心理健康工作网络**

1. **健全学校心理健康工作架构。**进一步发挥区中小学心理健康教育中心（区未成年人心理健康辅导中心，以下简称“区心理中心”）功能，推进区心理中心支持式发展工作模式。坚持“滋养心灵、陪伴成长、支持发展、健全人格”理念，优化区心理中心辅导、研究、培训和管理功能，开展教研培训、个别辅导、个案督导、专项活动、学校心理健康教育水平评估、各类学生心理健康评比评优等工作。持续开展中小学心理健康教育达标校和示范校建设，大力推进“温馨教室”建设，促进同

伴互助，形成温馨、和谐的班级氛围。（区教育工作党委、区教育局、区文明办）

**2. 推进社会心理服务体系建设。**构建社会心理健康服务网络，完善“市一区一街道（镇）”精神疾病综合防治服务。加强社区卫生服务中心、基层综治中心和社区综合服务设施、街镇未成年人保护工作站等心理健康咨询点建设，搭建心理咨询室或社会工作室等基层心理服务平台，用好妇女之家、儿童之家等公共服务阵地，培育发展社会心理服务机构和心理健康志愿服务组织，为学生及家庭提供规范化、专业化心理服务。（区卫健委、区公安分局、区民政局、区妇联、区妇儿办、区关工委、团区委、各街道、镇）

## **（二）加强心理健康教育**

**3. 开齐开好心理健康课程。**建设心理健康课程体系，中小学各学段至少安排1个年级每2周开设1课时心理健康活动课；中等职业学校全部开设“心理健康与职业生涯”必修课，在一年级第二学期安排36学时。中小学所有年级每学期至少开展1次心理健康主题班会、1次心理健康和生命教育专题活动；托幼机构应遵循儿童生理、心理特点，创设活动场景。将心理健康教育纳入学科德育和课程思政建设，发挥课程的育心功能。（区教育工作党委、区教育局）

**4. 全面开展教育实践活动。**组织开展“学校心理健康教育活动季”活动，开展心理健康主题活动、文体活动、社会实践等。面向广大学生和家長，坚持举办区域未成年人心理健康特色品牌“滋养心灵 浸润人生”大型心理健康辅导系列活动。依托共青团、少先队、学生会及学生

社团等，以心理委员培训、“红领巾奖章”争章等形式开展同伴互助活动。（区教育工作党委、区教育局、区文明办、团区委、区卫健委）

**5. 切实发挥五育并举合力。**以德育心，将学生心理健康教育贯穿思想政治教育全过程，纳入“三全育人”大格局，引导学生树立正确的世界观、人生观、价值观。以智慧心，优化教育内容和方式，有效减轻义务教育阶段学生作业负担和校外培训负担，落实中小学生作业、睡眠、手机、读物、考试管理等要求。以体强心，开齐开足上好体育与健康课，完善“健康知识+基本运动技能+专项运动技能”教学模式，保障中小学生每天2个小时体育运动时间，熟练掌握2—3项运动技能，持续开展青少年体育赛事。以美润心，实施学校美育浸润行动，开展中小学生艺术展演、中职校校园文化节等活动，打造常态化全员艺术展演模式。以劳健心，落实劳动教育必修课，形成劳动教育特色课程，组织“学生劳动宣传周”“学生职业体验日”等实践活动。（区教育工作党委、区教育局、区体育局、区文旅局、区文明办）

### **（三）规范开展心理健康监测**

**6. 规范心理健康测评工作。**严格按照国家和上海市相关文件和任务要求，规范量表选用、监测实施和结果运用，持续推动学生心理健康监测工作科学化、标准化。定期科学规范开展学生心理健康测评，科学运用测评结果，健全测评数据安全保护机制。加强对中小学生心理健康测评的专业指导，用好开学重要时段，每学年面向小学高年级、初中、高中、中职校等学生至少开展1次心理健康测评，建立“一生一策”心理健康档案。（区教育工作党委、区教育局）

#### **（四）提升心理危机预防干预**

**7. 加强学校危机预警防范。**加强区心理中心、中小学心理辅导室建设。通过班主任、导师等定期家访，发挥心理委员等学生骨干的预警作用。加强受重大突发事件影响学生的应急心理援助。推进校园安全防护设施建设，加强重点场所视频监控和巡更。（区教育工作党委、区教育局）

**8. 提升咨询辅导服务质量。**提升师生家长对区 24 小时心理服务热线 400—821—6787 知晓率。加强心理健康服务，开设 365 天×24 小时“馨宁”热线和周末面询服务。定期开展心理个案督导，针对重难点个案组织各领域专家会商和指导，探索建立跨学段学生关爱协同联动机制。加强第三方服务监督管理，定期开展心理服务项目总结。（区教育工作党委、区教育局、区卫健委）

**9. 完善医教结合工作机制。**修订完善《长宁区中小学校学生心理危机综合干预实施方案（试行）》（长教〔2017〕53 号），形成《长宁区中小学校学生心理危机综合干预实施细则》。教育和卫生部门开展结对共建，持续推进区心理工作特色“长宁区中小学心理健康服务专家顾问制”（简称“心理顾问制”）。（区教育工作党委、区教育局、区卫健委）

**10. 强化危机干预多方协同。**卫生健康、网信、公安、教育等部门指导医疗机构、妇幼保健机构、学校、家庭等健全家校社协同机制，督促家长履行法定监护职责。加强物防、技防建设，及早发现学生严重心理健康问题。网上网下监测预警学生自伤或伤人等危险行为，畅通预防

干预转介通道。宣传、教育等部门加强学生心理健康等舆情监测和分析研判，防范化解风险隐患和负面影响。（区委宣传部、区委网信办、区卫健委、区公安分局、区检察院、区妇联、区妇儿办、区教育工作党委、区教育局）

#### **（五）夯实心理健康全员队伍建设**

**11. 配齐专职心理教师队伍。**中小学每校至少配备 1 名专职心理教师，学生规模 500 名以上、多校区、多学段学校应适当增加配备数量。在配齐专职心理教师基础上，可根据需要配备兼职教师。区心理中心各学段至少配备 1 名心理教研员。建立区中小学心理教师骨干团队，并选拔区优秀骨干心理教师成为兼职心理教研员。（区教育工作党委、区教育局、区人社局）

**12. 加强全体教师心理知识和技能培训。**在校（园）长、德育干部、班主任、全员导师培训课程中，设置心理健康教育必修板块。依托市区校三级教师学习平台，提升全体教师心理素养、心理健康教育能力。（区教育工作党委、区教育局）

**13. 加大心理教师成长激励。**鼓励心理教师参加各级各类专业研修培训。在教师职称评审、各类评优奖励中，加大对学校心理教师的支持力度。将心理健康教育教学、监测预警、心理辅导、干预处置、主题活动等计入心理教师工作量，在核定的绩效工资总量内对专职心理教师予以适当倾斜。（区教育工作党委、区教育局、区人社局）

**14. 优化全员育人局面。**中小学积极编织“群育联护”导航网，落实“全员导师制”，推广使用《师生关系构建指导手册》《家校沟通指

导手册》，开展学生生涯发展教育。面向安保、宿管等人员开展专题培训。（区教育工作党委、区教育局）

#### **（六）支持心理健康应用研究**

15. **推进学生心理健康科学研究和成果转化运用。**发挥科研引领作用，依托市区校研究项目等开展学生心理健康研究。各校要加大对心理健康课题研究的支持力度，鼓励跨校跨学科研究。推进和加强心理教学科研成果的转化应用及推广。（区教育工作党委、区教育局、区卫健委）

#### **（七）优化社会心理健康服务**

16. **加强家庭教育指导服务。**构建学校家庭社会协同的家庭教育服务机制，充分发挥区家庭文明建设指导中心和社区指导站点功能，设立用好“心家园”社区家庭教育公益咨询点。建设家庭教育指导资源库，扩大家庭教育讲师团队伍，培养家庭教育指导师，引导家长履行家庭教育主体责任。开展中小学家庭教育示范校评估。研制中小学（幼儿园）家长学校课程资源，完善心理健康家校会商制度。深化文明家庭创建，发挥文明家庭示范引领作用。完善检察机关监督制度，构建督促监护令与家庭教育指导衔接机制，落实分类家庭教育指导，开展“宁萌共育坊”。开展家庭教育宣传周、家校社共育等活动。（区教育工作党委、区教育局、区妇联、区文明办、区民政局、区检察院）

17. **提升社会心理服务能级。**卫生健康部门完善医疗卫生机构心理健康服务标准规范，提升儿童青少年心理门诊服务能力，拓展妇幼保健机构儿童心理问题干预服务能力。政法委、民政、卫生健康、共青团和少先队、妇联等部门充分利用社会育人资源，协同推动街道平安办、专

业社工、志愿者等开展儿童青少年心理健康服务。进一步发挥专业服务功能，用好市、区级各类服务热线。（区卫健委、区民政局、区财政局、团区委、区委政法委、区妇联）

**18. 加大未成年人保护力度。**民政、文明办等部门加强对特殊境遇等儿童青少年的心理帮扶。检察、公安机关健全未成年人案件“一站式”取证和保护制度，推动中小学法治副校长规范化履职，推广“检校问诊室”，健全检察官兼任未成年人保护工作站法治副站长机制，指导学校用好《中小学生欺凌防治指导手册》，发挥强制报告联络员等力量，加大对未成年人心理干预和救助力度。关工委发挥“五老”优势，推动“五老”工作室建设，关注学生心理健康教育。（区民政局、区检察院、区公安分局、区文明办、区关工委）

#### **（八）优化学生成长环境**

**19. 营造学生健康成长良好氛围。**卫生健康、科技等部门建设心理科普资源库，开展科普教育课件开发和线下实践，依托科普项目或科普基地等开展心理健康教育。宣传部门会同卫生健康、科协等部门，利用电视、网络等平台，做好学生和家心理科普宣传。宣传、卫生健康、教育等部门推广学生心理健康工作经验，稳妥开展心理健康和精神卫生信息发布、新闻报道和舆情处置。共青团依托“青春守护者计划”，建设青少年心理健康主题公益活动。（区委宣传部、区科委、区科协、区卫健委、团区委、区文明办、区教育工作党委、区教育局）

**20. 严格学生成长环境日常监管。**检察机关、网信、文旅、文明办等部门深化未成年人网络保护协同机制，落实长宁区《加强未成年人网



络保护联合倡议》，开展未成年人网络保护系列主题活动，指导督促互联网平台落实《网络平台青少年模式设置指南》，开展专项整治行动。网信、公安等部门，加强对教育类网站和电商、网络直播等平台和应用有害信息的巡查整治。全面治理校园及周边、网络平台等面向学生无底线营销危害身心健康食品、玩具等。（区检察院、区委网信办、区文旅局、区公安分局、区文明办、区司法局、区妇联、区妇儿办、区教育工作党委、区教育局）

## **四、保障措施**

### **（一）加强组织领导**

加强党对心理健康工作的全面领导，依托区委教育工作领导小组，强化统筹协调，明确部门职责，将学生心理健康工作列入政府年度工作计划。各中小学（中职校）要成立心理健康教育领导小组和心理危机干预工作小组等工作机制。

### **（二）夯实条件保障**

要加大统筹力度，优化支出结构，按有关要求将心理健康教育工作经费纳入预算，保障心理健康教育日常运作以及设备配置、运维和队伍建设。健全多渠道投入机制，鼓励社会力量开展学生心理健康服务。要强化心理工作基础设施设备配备和升级改造，拓展优化区心理中心、学校心理辅导室、实践活动等场所。

### **（三）强化评估督导**

要定期开展心理健康工作评估，将学生心理健康工作纳入学校考核评价指标体系，纳入督政、督学范围，作为学校思想政治工作和文明校园创建的重要评估指标。