

临沧市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

为深入贯彻党的二十大精神，贯彻落实党中央、国务院关于健康中国建设的决策部署，全面加强和改进新时代学生心理健康工作，提升学生心理健康素养，培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人，稳步推进《临沧市教育高质量发展三年行动计划（2023-2025年）》，根据《云南省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》等文件精神，结合临沧实际，制定本实施方案。

一、总体要求

（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、为国育才的初心使命，落实立德树人根本任务，切实把心理健康工作摆在更加突出位置，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）基本原则

——坚持全面发展。完善全面培养的教育体系，推进教育评价改革，坚持学习知识与提高全面素质相统一，培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人。

——坚持健康第一。把健康作为学生全面发展的前提和基础，遵循学生成长成才规律，把解决学生心理问题与解决学生成才发展的实际问题相结合，把心理健康工作质量作为衡量教育发展水平、办学治校能力和人才培养质量的重要指标，促进学生身心健康。

——坚持提升能力。统筹教师、教材、课程、学科、专业等建设，加强学生心理健康工作体系建设，全方位强化学生心理健康教育，健全心理问题预防和监测机制，主动干预增强学生心理健康工作科学性、针对性和有效性。

——坚持系统治理。健全多部门联动和学校、家庭、社会协同育人机制，聚焦影响学生心理健康的核心要素、关键领域和重点环节，补短板、强弱项，系统强化学生心理健康工作。

（三）工作目标

健康教育、监测预警、咨询服务、干预处置“四位一体”学生心理健康工作体系更加完备，促进学校、家庭、社会和相关部門协同联动的学生心理健康工作格局更加完善。到2025年，配备专（兼）职心理健康教育教师的中小学比例达到98%以上，依托城乡社区综合服务设施、文明实践站、妇

女之家、儿童之家等普遍建立家长学校，城市社区家长学校覆盖率达到 90%以上，农村村（社区）达到 80%以上，开展心理健康教育的家庭教育指导服务站点比例达到 60%以上，学生心理健康工作水平明显提升，学生心理健康问题显著下降。

二、主要任务

（一）五育并举促进心理健康

1.实施“以德育心”促进行动。将学生心理健康教育贯穿德育思政工作全过程，融入教育教学、管理服务和学生成长各环节，纳入“三全育人”大格局，坚定理想信念，厚植爱国情怀，引导学生扣好人生第一粒扣子，树立正确的世界观、人生观、价值观。健全“大思政课”建设机制，推动思政课程和课程思政深度融合，充分发挥“张桂梅思政大课堂临沧分课堂”的政治感召力、理论说服力、实践吸引力、示范引领力，引导广大师生守正创新，同心同德、同向同行（**牵头单位：市委教育工委、市教育体育局；责任单位：市委宣传部，各县<区>党委和政府，市直各学校**）

2.实施“以智慧心”促进行动。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。加强中小学生睡眠、手机、作业、考试等常规管理，科学安排每日行课时间，保障学生课间、睡眠、节假日等休息时间。建立“万名党员联万家”结对帮扶机制，及时解决学生实际困难。教师要注重学习掌握心理学知识，在学科教学中注重

维护学生心理健康，既教书、又育人。大力实施青少年学生读书行动。（**牵头单位：市委教育工委、市教育体育局；责任单位：各县<区>党委和政府，市直各学校**）

3.实施“以体强心”促进行动。发挥体育调节情绪、疏解压力作用，实施学校体育固本行动，开齐开足上好体育与健康课，支持学校全覆盖、高质量开展体育课后服务，着力保障学生每天校内、校外各1个小时体育活动时间，熟练掌握1—2项运动技能，在体育锻炼中享受乐趣、增强体质、健全人格、锤炼意志。构建全员覆盖、人人参与的常态化校内联赛、校级联赛、选拔性竞赛为一体的中小学体育联赛体系，建立校、县（区）、市级纵向递进和小学、初中、高中各学段内横向竞争的学校体育竞赛制度。（**牵头单位：市委教育工委、市教育体育局；责任单位：各县<区>党委和政府，市直各学校**）

4.实施“以美润心”促进行动。发挥美育丰富精神、温润心灵作用，实施学校美育浸润行动，建立健全美育课程体系，让每个学生在校期间培养1—2项艺术特长或爱好，广泛开展普及性强、形式多样、内容丰富、积极向上的美育实践活动，教会学生认识美、欣赏美、创造美。（**牵头单位：市委教育工委、市教育体育局；责任单位：各县<区>党委和政府，市直各学校**）

5.实施“以劳健心”促进行动。丰富、拓展劳动教育

实施途径，让学生动手实践、出力流汗，磨炼意志品质，养成劳动习惯，珍惜劳动成果和幸福生活。在中小学全面开展“我的环境我管护”行动，校内操场、卫生间、楼道等公共区域实行分班责任管护，每周五课后组织全校全员大扫除。建设市、县（区）劳动教育基地。（**牵头单位：市委教育工委、市教育体育局；责任单位：各县<区>党委和政府，市直各学校**）

（二）加强心理健康教育

6.开设心理健康相关课程。中小学校要结合相关课程开展心理健康教育。中等职业学校按规定开足思想政治课“心理健康与职业生涯”模块学时。所有班级开展心理健康教育每2周不少于1课时，每学期至少开展1次心理健康教育专题班、队会。心理辅导室每周向学生开放不少于10个小时。托幼机构应遵循儿童生理、心理特点，创设活动场景，培养积极心理品质。（**牵头单位：市委教育工委、市教育体育局；责任单位：各县<区>党委和政府，市直各学校**）

7.发挥课堂教学作用。结合中小学生学习发展需要，分层分类开展心理健康教学，关注学生个体差异，帮助学生掌握心理健康知识和技能，树立自助、求助意识，学会理性面对困难和挫折，增强心理健康素质。（**牵头单位：市委教育工委、市教育体育局；责任单位：各县<区>党委和政府，市直各学校**）

8.全方位开展心理健康教育。鼓励使用中小學生心理健康读本，扎实推进心理健康教育普及。向家长、校长、班主任等群体提供学生常见心理问题操作指南等心理健康“服务包”。依托关爱未成年人“守护明天”专项行动、“5·25心理健康节”、中考和高考等重要活动和时间节点，多渠道、多形式开展心理健康教育。发挥共青团、少先队、学生会、学生社团、学校聘请的社会工作者等作用，增强同伴支持，融洽师生同学关系。各级各类学校每年至少要面向家长开展1次心理健康教育。（**牵头单位：市委教育工委、市教育体育局；责任单位：团市委，各县<区>党委和政府，市直各学校**）

（三）规范心理健康监测

9.开展学生心理健康测评。县级教育部门要组织区域内中小学开展心理健康测评，用好开学重要时段，每学年面向小学高年级、初中、高中、中等职业学校等学生至少开展1次心理健康测评，指导学校科学规范运用测评结果，建立“一生一档”心理健康档案。鼓励有条件的学校合理增加测评频次和范围，科学分析、合理应用测评结果，分类制定心理健康教育方案。建立健全测评数据安全保护机制，防止信息泄露。（**牵头单位：市委教育工委、市教育体育局；责任单位：各县<区>党委和政府，市直各学校**）

（四）完善心理预警干预

10.健全预警体系。县级教育部门要依托有关单位建设

区域性中小学生心理辅导中心，规范心理咨询辅导服务，定期面向区域内中小学提供业务指导、技能培训。中小学校要加强心理辅导室建设，开展预警和干预工作。织牢织密监测预警网络，校内建成“学校一年级一班级一宿舍”四级预警网络，各班设置心理委员，班主任定期走访学生宿舍，年级组定期研判学生心理状况。建立包保责任制度，对排查出来的重点学生和突出问题，由学校领导进行包保处置，妥善化解，及时销号。校外建成“社会一医院一家庭”三级预警网络，形成健全的协同机制，共同开展学生心理健康预警干预工作。重点关注面临家庭变故、经济困难、校园欺凌等风险因素以及校外实习、社会实践等学习生活环境变化的学生，及早发现可能出现的心理危机，及时提供必要的心理援助，防止意外事件发生。发挥心理援助热线作用，面向因自然灾害、事故灾难、公共卫生事件、社会安全事件等重大突发事件受影响学生人群，强化应急心理援助，有效安抚、疏导和干预。（**牵头单位：市委教育工委、市教育体育局；责任单位：市卫生健康委，各县<区>党委和政府，市直各学校**）

11.优化协作机制。教育、卫生健康、网信、公安等部门指导学校与家庭、精神卫生医疗机构、妇幼保健机构等建立健全协同机制，共同开展学生心理健康宣传教育，加强物防、技防建设，及早发现学生严重心理健康问题，线上线下监测预警学生自伤或伤人等危险行为，畅通预防转介干预就

医通道，及时转介、诊断、治疗。教育部门会同卫生健康等部门健全精神或心理健康问题学生休复学机制。（**牵头单位：市委教育工委、市教育体育局；责任单位：市卫生健康委、市委网信办、市公安局，各县<区>党委和政府，市直各学校**）

（五）建强心理人才队伍

12.配齐心理健康教师。中小学每校至少配备1名专（兼）职心理健康教育教师，鼓励配备具有心理学专业背景的专职心理健康教育教师。建立心理健康教育教师教研制度，县级教研机构配备心理教研员。（**牵头单位：市委教育工委、市教育体育局；责任单位：市人力资源社会保障局，各县<区>党委和政府，市直各学校**）

13.畅通教师发展渠道。面向中小学校班主任和少先队辅导员等开展个体心理发展、健康教育基本知识和技能全覆盖培训，定期对心理健康教育教师开展职业技能培训。多措并举加强教师心理健康工作，支持社会力量、专业医疗机构参与教师心理健康教育能力提升行动，用好家校社协同心理关爱平台，推进教师心理健康教育学习资源开发和培训，提升教师发现并有效处置心理健康问题的能力。（**牵头单位：市委教育工委、市教育体育局；责任单位：团市委、市卫生健康委，各县<区>党委和政府，市直各学校**）

（六）做实心理健康教研

14.开展心理健康教育教研活动。各级各类学校每月至

少开展 1 次教研活动，每学期至少组织开展 2 次心理健康教育研讨课或示范课。鼓励支持将心理健康科研成果运用到学生心理健康教育、监测预警、咨询服务、干预处置等领域，提升学生心理健康工作水平。（牵头单位：市委教育工委、市教育体育局；责任单位：各县<区>党委和政府，市直各学校）

（七）优化社会心理服务

15.提升社会心理服务能力。卫生健康部门要加强对医疗卫生机构精神（心理）科的规划设置，指导各精神专科医院及二级以上综合医院设立心理咨询或心理治疗门诊，提供规范的精神障碍诊疗服务，推动各校与属地医疗机构全面建立学生心理疾病联系与转介“绿色通道”。鼓励综合医院开设精神（心理）科。依托现有精神卫生医疗机构和条件成熟的高等学校心理咨询机构建设一批应用型心理健康专业人员实践基地。民政、卫生健康、共青团、妇联、工商联等部门协同搭建社区心理服务平台，打造心理健康服务品牌，与开展新时代文明实践活动相结合，支持专业社工、志愿者等开展儿童、青少年心理健康服务。（牵头单位：市委教育工委、市教育体育局；责任单位：市卫生健康委、市民政局、市文明办、团市委、市妇联、市工商联、滇西科技师范学院，各县<区>党委和政府，市直各学校）

16.加强家庭教育指导服务。畅通家长学校、家长会、家访、家长开放日、家校通讯软件等沟通渠道，落实家访制

度，定期与家长沟通学生心理健康状况。完善家校协同干预机制，对入学时就确定患有抑郁症等心理疾病的学生，学校应与家长共同商定干预方案和任务分工，指导家长科学、理性地开展家庭教育和心理辅导。学生在校期间因严重心理危机出现自杀自伤、伤人毁物倾向或行为时，学校应及时协助家长送医诊治。妇联、教育、关工委、工商联等部门和组织要办好针对外出务工、经商办企业等不同类型家庭的教育指导平台，推动社区家庭教育指导服务站点建设，引导家长关注孩子心理健康，树立科学养育观念，尊重孩子心理发展规律，理性确定孩子成长预期，家长学校或家庭教育指导服务站点每年要面向家长至少开展1次心理健康教育。构建家庭尽责、政府主导、部门联动、社会参与的农村留守儿童关爱保护体系。（**牵头单位：市委教育工委、市教育体育局、市妇联；责任单位：市民政局、市卫生健康委、团市委、市工商联、市关工委，各县<区>党委和政府，市直各学校**）

17.加强未成年人保护。各级党委、政府要系统研究、统筹部署预防未成年人违法犯罪工作，完善党委统一领导、党政齐抓共管、部门各负其责的体制。加强对《中华人民共和国未成年人保护法》《中华人民共和国预防未成年人犯罪法》《中华人民共和国家庭教育促进法》等法律法规宣传教育，着力提升师生法治意识，共创平安校园。细化法治副校长职责任务，加强警示教育，提高学生自护和自救能力。落

实《未成年人学校保护规定》，保障未成年人合法权益。加快推进专门学校建设，完善专门教育体系。市、县文明办指导推动属地加强未成年人心理健康成长辅导中心（站）建设，拓展服务内容，增强服务能力，到 2025 年实现市、县（区）未成年人心理健康成长辅导中心（站）全覆盖，每个中心（站）至少配备 2 名专（兼）职心理健康教育工作人员。检察机关推动建立集取证、心理疏导、身体检查等功能于一体的未成年被害人“一站式”办案区，在涉未成年人案件办理中全面推行“督促监护令”，会同有关部门全面开展家庭教育指导工作。关工委组织发挥广大“五老”优势作用，推动“五老”工作室建设，关注未成年人心理健康教育。（**牵头单位：市委政法委、市委教育工委、市教育体育局、市人民检察院、市关工委；责任单位：市文明办、市公安局、市民政局、市中级人民法院、团市委、市妇联，各县<区>党委和政府**）

（八）营造健康成长环境

18.规范开展科普宣传。科协、教育、卫生健康、宣传等部门和单位要充分利用广播、电视、网络等媒体平台和渠道，广泛开展学生心理健康知识和预防心理问题科普。民政、妇联、教育、残联等部门要加强对沉迷网络人际交往、游戏等网络迷恋行为学生的心理矫治工作，开展“护苗·绿书签”活动，对留守、流动、单亲、残疾、丧亲和家庭困难等处境不利的学生给予重点关爱。（**牵头单位：市委教育工委、市**

教育体育局；责任单位：市委宣传部、市委网信办、市民政局、市卫生健康委、市广播电视局、市残联、市妇联、市科协，各县<区>党委和政府，市直各学校）

19.加强日常监督管理。网信、广播电视、宣传、公安等部门要净化网络空间，构建清朗健康网络生态，加大网络有害信息、不良网络行为治理力度，建立监测数据反馈机制，加强各类网络平台事关学生自杀自伤倾向性问题监测，遇到突发状况及时启动应急救助预案，稳妥处置负面舆情。全面治理校园及周边、网络平台等面向未成年人无底线营销危害身心健康的食品、玩具等。（**牵头单位：市委网信办、市委宣传部、市委教育工委、市教育体育局、市公安局、市市场监管局；责任单位：各县<区>党委和政府，市直各学校）**

三、保障措施

（一）加强组织领导。充分发挥各级党委教育工作领导小组统筹协调作用，将心理健康工作纳入领导小组年度重点工作任务，领导小组原则上每年研究学生心理健康工作不少于1次。各级各类学校要成立学校心理健康工作专班，负责统筹做好学校心理健康工作，每年至少专题研究1次学校心理健康工作，建立校长总负责亲自抓、分管副校长具体抓、专（兼）职心理健康教育教师和班主任为骨干、全体教职员工共同参与的心理健康工作机制。

（二）强化监督考核。将心理健康工作纳入学校改革发

展整体规划、教育部门年度工作要点、地方人才招引和培养计划、人民政府履行教育职责评价体系。定期对学生心理健康工作开展专项督导与评估，督导评估结果作为对县（区）教育体育局年度工作成效、学校领导班子考核和党组织书记述职评议的重要内容。

（三）落实经费投入。各县（区）要加大统筹力度，优化支出结构，切实加强学生心理健康工作经费保障。学校应将所需经费纳入预算，满足学生心理健康工作需要。要健全多渠道投入机制，鼓励社会力量支持开展学生心理健康服务。