

# 合肥市教育局

---

合教秘基〔2018〕494号

## 关于做好2018年秋季开学期间 心理健康教育工作的通知

各县（市）区教育局主管部门，各市管学校：

开学后的25天是学生心理危机事件的高发时段，为加强中小学生学习心理健康教育，保障中小学生学习顺利开展学业，现就开展2018年秋季开学期间心理健康教育工作的具体要求如下：

### 一、充分认识开学期间学校心理健康教育工作的重要性

心理素质是影响成人成才的关键因素。中小学生学习正处于身心发展的关键时期，“开学”更是一个关键时期，对于每个学生来说不仅是新学期的开始，更是一次重大的心理事件，一方面，假期作息生活极不规律，对开学后紧张的校园生活忧心忡忡、无所适从；另一方面，部分学生由于假期作业未完成，担心新学期功课、作业太重，担忧学校同学、师生人际关系，对即将到来的学习生活缺乏必要心理准备。另外，秋季阳光照射减少，人体的生物钟不适应导致生理节律紊乱和内分泌失调，因而出现情绪与精

---

神状态的紊乱，可能导致心理异常，甚至发展为比较严重的心理疾病，出现行为障碍或人格缺陷，引发悲剧。对中小學生进行及时有效的心理健康教育既是全面贯彻落实《中小学德育工作指南》的基本要求，也是广大教育工作者面临的紧迫任务。

## **二、组织开展丰富多彩的心理健康教育活动**

各中小學校要将心理健康教育作为入学教育的重要内容，保证时间，注重实效。要广泛开展心理健康教育专题讲座、报告会、主题班会，帮助入学新生尽快掌握融洽校园人际关系的技巧，了解基本的心理自我调适方法，知晓校园心理障碍求助方式，及早适应学习生活。要开展形式多样、潜移默化的心理健康教育活动，精心设计活动内容，创新活动载体和形式，提高活动吸引力，鼓励学生积极参与。要通过宣传栏、知识手册、校园网站等载体，宣传心理健康教育和心理危机干预知识，营造关心、关爱学生心理健康的良好氛围。班主任和任课教师要从心理学的角度指导学生树立阳光心态，积极应对学习、生活中的压力、困难和挫折，使学生们在愉悦的环境中认真学习生活。

## **三、全面做好学生的心理状况普查工作**

要认真做好学生的心理健康状况普查工作，建立规范的学生个体心理档案，有针对性地开展教育、辅导、咨询工作，努力做到心理有问题学生的早发现、早预防和早干预。

1. 预警排查。通过多种途径和方式准确了解学生状况，及

时掌握学生动态。各中小学校要组织班主任、任课教师通过电话或者家访的方式逐一与学生家长沟通学生情况，指导家长正确关注学生心理状况、正确看待学生成绩。要组织对班主任和任课教师就沟通方式方法进行培训。

2. 重点谈心。各中小学校要组织心理健康教师或班主任与重点关注学生开展“一对一、面对面”谈心活动。重点关注学生包括学业成绩波动异常，暑期家庭遭遇重大事件，患传染病、重大疾病、慢性疾病或有生理缺陷，学习困难、学业压力过大，经济困难，有心理疾病史等的学生。

3. 精准关怀。对于重点关注的学生，各中小学校心理健康教师要指导班主任要制定该生心理健康教育方案。对于遭遇重大变故或情感事件的学生，应加强陪护和沟通，帮助其正确应对挫折；对患重大疾病或心理缺陷的学生，要注重营造温暖和谐的班集体氛围；因遭对家庭经济困难的学生结合资助工作，帮助学生度过难关等。

#### **四、重点做好特殊时期学生心理辅导工作**

初中阶段是孩子从幼稚到成熟的过渡期，是孩子的心理逆反期，八年级是学生学业成绩分化阶段，高中二年级两极分化日益明显，极易出现“学段二年级现象”。要重点关注特殊时期学生的心理状态，通过学校与家庭相互参与、相互沟通、相互补充，提高学生心理素质。

1. 加强对学生的开导。当学生的学业成绩出现异常波动时，要详细了解学生各方面的情况，深刻分析其中的原因，并针对具体的情况采取行之有效的干预措施，给予学生积极有效的影响，保证学生在健康的心理状态下学习。要侧重关注女生心理健康。

2. 加强对教师的指导。在开学期间，教师不仅承担传授知识的任务，同时还承担帮助学生尽快适应学习生活、适应校园环境任务。要指导教师采用正确的教育手段、方式方法，在提高教学质量和效果的同时，帮助学生顺利适应学校的学习生活环境。注重对每个学段的起始年级、毕业年级学生进行针对性教育。

3. 加强对家长的引导。通过家长会、家长学校、家长沙龙、亲子团体活动等方式，指导家长观察孩子变化，帮助孩子加以调节，对孩子的心理状态、生活内容等作出相应的调整，做好进入学习状态的准备工作，保证孩子有旺盛的精力投入到学习中去。

## **五、建立中小学心理健康教育的长效机制**

各县（市）区教育主管部门要指导中小学校要进一步完善心理健康教育工作体系，建立长效机制，采取有效措施，督促各级各类学校高度关注学生心理健康，进一步加强家校合作，确保开学平稳有序。

1. 开足开齐心理健康教育课。各中小学校要将心理健康教育课时列入教学计划，利用地方与学校课程课时，每学期每班不少于8个课时。心理健康教育课要有定期跟进的研讨机制，有对

心理辅导课的效果评价及改进措施，以全面提高教育质量和教育效果。

2. 开展个案学生心理辅导工作。要充分发挥各级校外未成年人心理健康辅导中心和学校心理辅导室作用，配齐配强专职心理健康教师，有条件的学校可开设心理热线和网络咨询平台。学校心理辅导室须定期开放，每周开放接待时间不少于6小时，健全心理档案与转介机制。

3. 进一步加强家校合作。要注重对家长进行先进教育理念的培训，传播科学家庭教育方式。指导家长定位父母角色，正确看待学生的成长水平和学业成绩，引导家长为孩子创造良好的学习氛围，培养孩子养成良好的习惯。家校之间建立良性联动机制，形成家校教育合力。

