

新民教育

本报事业发展部主编 | 总第 343 期 | 2015 年 8 月 19 日 星期三 责任编辑:唐 敏 视觉设计:竹建英 编辑邮箱:tangm@xmw.com.cn

暑假里沪上青少年心理咨询门诊量激增。专家表示—— 生命教育应覆盖孩子成长全过程

为生命教育点赞

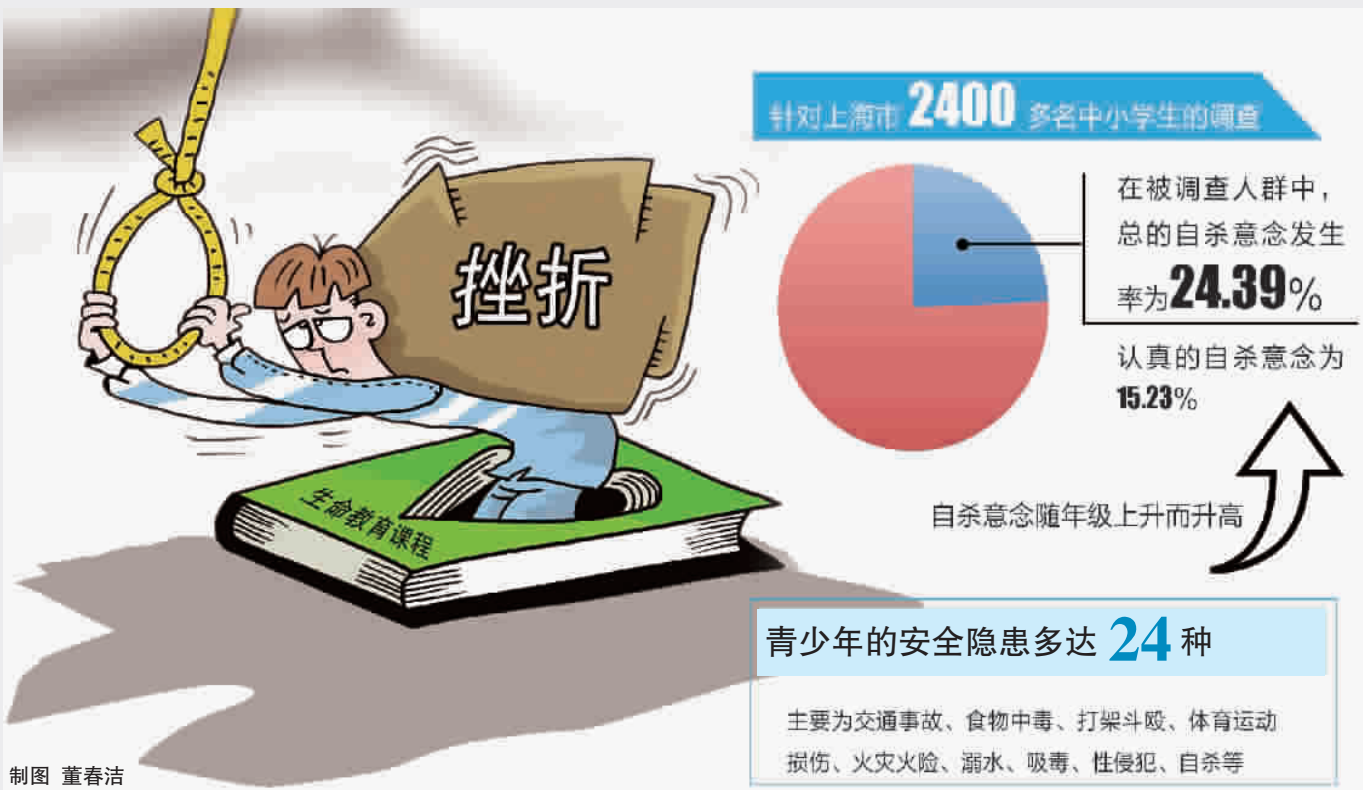
以“激扬生命活力、提升教育品质”为主题的上海市生命伦理与生命教育论坛，日前在上海大学附属中学举行。本次论坛由市伦理学会、宝山区教育局主办。与会专家探讨了新时代背景下的生命教育与生命伦理的内在关系，通过研究生命教育的基本规律，总结生命教育与生命伦理理论研究与实践经验，提升教育的针对性和实效性，为学生的健康成长提供有价值的课程活动。据论坛散发的资料显示，轻生是我国 15 至 34 岁年轻人第一位的死亡原因。针对本市 2400 多名中小学生的调查，在被调查人群中，总的自杀意念发生率为 24.39%，认真的自杀意念为 15.23%。而且，自杀意念随年级上升而升高，小学五年级为 18.16%，初一年级为 23.69%，高一年级为 31.88%，高二年级为 37.93%。此外，青少年的安全隐患也多达 24 种，主要为交通事故、食物中毒、打架斗殴、体育运动损伤、火灾火险、溺水、吸毒、性侵犯、自杀等。

华东师范大学教育专家叶澜教授说：“教育是直面人的生命，提高人的生命，为了人的生命质量而进行的社会活动，是以人为本的社会中最能体现生命关怀的一种事业。”这段话在论坛上受到了一致点赞。如何让青少年学会尊重生命、关爱生命，让生命更有价值，正成为申城各校的努力追求。

每年暑假，除了补习班、兴趣班火爆，沪上一些青少年心理咨询机构也是顾客盈门。有的是因为升学考试失利，有的是因为放假在家与父母矛盾增多，还有的则是人际交往出现了偏差……从预约门诊、电话咨询的数量来看，暑假既是青少年心理问题以及各类生命

安全事故的高发期，也是他们寻求各种心理疏导、开展各种生命健康教育的最佳时期。

新学年即将到来。如何对中小学生进行全面、科学的心理品质教育，特别是生命价值的教育，正成为素质教育的一项重要内容。



培养积极生活观

自我：认识自己，欣赏并尊重自己，发挥潜能，做最好的自己；二是生命与他人：关怀他人，与人和谐共处；三是生命与社会：适应社会；四是生命与自然：建立生命共同体，寻求自然环境与人文环境的可持续性发展。为此，该校预初年级开设了“我的成长”课，目的是了解青春期的心理发展特点，悦纳自我。在初二年级开设了“我的周边”课，目的是尊重生命、关爱生命，学会自我保护。在初三年级开设了“我的生活”课，目的是养成良好的生活方式和人际关系

处理方式。在高一年级开设了“我的困惑”课，目的是引导学生掌握科学的性生理和性心理知识。在高二年级开设了“我的负责”课，目的是掌握应对灾难的基本技能，学会用法律保护自己的合法权益，培养对婚姻、家庭的责任意识。在高三年级开设了“我的人生”课，目的是尊重他人，理解生命，热爱生命，培养积极的生活态度。

上师大附属经纬实验学校开展的“男女平等”主题班会活动，通过朗诵、游戏、情景表演等形式，让学生认识到在生活和学习中，男生和女生都一样，要相互尊重、相互帮助、相互学习，从而提高性别的自我认识与发展，树立先进的性别观念，不断健全健康人格。

心理教育进课堂

的辅导方法，深化了心理健康教育内涵。另一方面，心理健康教育从理论和临床试验的角度，为生命教育提供了理论基本和判断依据，又为生命教育提供了活动载体，两者的整合，更好地发挥了生命教育和心理健康教育的作用。

在总结各校的成功经验时，宝山区教育部门表示，将逐步把心理健康教育、消防安全教育、民防安全、卫生体育中的安全教育等，纳入到生命教育的大范畴中进行课程研发。另外，宝山区还将建立校外生命教育实践基地，探索打造课堂教学与实践体验相结合、中小幼相衔接的生命教育课程体系。

本报记者 王蔚

教育部出台《中小学心理辅导室建设指南》 监测防范师生心理突发事件

“心理辅导室应建立心理危机干预机制。明确心理危机干预工作流程，出现危机事件时能够做到发现及时、处理得当，给予师生适当的心理干预，预防因心理危机引发的自伤、他伤等极端事件的发生。”这是上周教育部印发的《中小学心理辅导室建设指南》中提出的明确要求。今后，各中小学将普遍建立心理辅导室。其功能一是对有心理困扰或心理问题的学生进行有效的个别辅导，提供有针对性的心理支持，或根据情况及时将其转介到相关专业心理咨询机构或心理诊治部门，并做好协同合作、回归保健和后续心理支持工作；二是了解和监测全体师生的心理健康状况、特点和发展趋势，及时发现心理问题，有效监控、防范和应对各种突发事件，减小危机事件对师生的消极影响。

虽然现在不少学校也建有心理咨询室，但对照教育部的标准要求仍存在差距，且设施配置、环境布局都比较随意。《中小学心理辅导室建设指南》提出，心理辅导室应选择建在相对安静又方便进出的地方，尽量避开热闹、嘈杂区域。楼层不宜太高。心

理辅导室环境布置应充分考虑心理健康教育工作的特殊性和青少年身心发展特征，体现人性化设计和人文关怀，富于生机。心理辅导室可选择亲切、生动、贴近学生心理，易于学生接受的名称。室外可张贴轻松的欢迎标语，图示图标简明醒目。内部环境以清新、淡雅、柔和的暖色调为主，光线适中，自然光、灯光强度合理。个别辅导室要充分保障学生隐私性要求。有条件的学校也可单独设置心理测量区、放松室、自主自助活动区等心理健康教育拓展区域。心理辅导室的使用面积要与在校生人数相匹配。个别辅导室面积要求 10—15 平方米/每间，教师咨询椅或沙发与学生咨询椅或沙发成 90 度或 60 度摆放。可根据条件配备放松音乐、心理健康知识挂图、录音设备等。

对于辅导室的管理，教育部也提出了相关标准要求。原则上，学生在校期间每天均应开放心理辅导室，课间、课后等非上课时间应有一定时间向学生开放，并安排专人值班。心理辅导室至少应配备一名专职或兼职心理健康教育教师，并逐步增大专职人员配比。 本报记者 王蔚

中学生消极情绪的调查研究、寄宿制高中生与家长的沟通现状调查、关于中学生异性交往情况的调查报告、校园里的爱情故事、紧急疏散消防演习、抗灾疏散演习、自我效能与抗逆力团体辅导……在上大附中，各种形式的生命教育丰富多彩。学校表示，生命教育与心理健康教育的整合，有效地拓展了心理健康教育的范畴，丰富了心理健康教育