

荆州市卫生健康委员会

荆州市卫生健康委

关于对市政协六届一次会议第 26 号提案的协办意见

市教育局：

现将市政协六届一次会议上提出的《关于加强我市青少年心理健康教育建议》（第 26 号）办理情况函告如下：

青少年作为祖国未来发展的希望，肩负着实现中华民族伟大复兴的崇高历史使命。党的十九大报告指出：“要加强社会心理服务体系建设和培育自尊自信、理性平和、积极向上的社会心态”，国家《国民经济和社会发展的第十四个五年规划与 2035 年远景目标纲要》中指出：“要完善心理健康和精神卫生服务体系，健全社会心理服务体系和危机干预机制”。提案中的四条建议对加强我市青少年心理健康，促进健康中国建设具有重要意义，我们将在以后的工作中加以落实。

一、我国青少年心理健康现状

2019 年，国家卫健委等部门联合发布的《健康中国行动（2019-2030 年）》提出了健康中国的十五大行动，其中心理健康促进行动排在第五位，显示出促进心理健康是健康中国行动的重要组成部分。同年，国家卫健委等部门联合印发的《健康中国行动——儿童青少年心理健康行动方案（2019-2022 年）》明确指出青少年心理健康工作是健康中国建设的重要内容，要进一步加强青少年

心理健康工作，这是关系国家和民族未来的公共卫生问题。

青春期是人生全程发展的关键时期，青少年在这一时期会经历一系列的生理、心理、情绪与社交等方面的变化。随着我国经济社会快速发展，我国青少年群体在学习、人际交往、环境适应等方面的压力逐渐增大，青少年心理健康问题的发生率和精神心理疾病的患病率均呈逐年上升的趋势，显示出我国青少年心理健康水平现状令人担忧。众多心理学研究者在《中国国民心理健康发展报告（2019~2020）》中指出：（1）我国青少年心理健康素养总达标率为14.2%，达标程度较低；（2）父母文化程度、父母关系与家庭氛围等因素对于青少年心理健康存在显著影响；（3）青少年心理健康素养存在明显的地区差异，农村地区的青少年群体需要得到更多关注；（4）青少年抑郁检出率随着年级的升高而上升，高年级青少年的心理健康状况需要得到更多关注；（5）青少年睡眠不足现象持续恶化，2020年青少年的平均睡眠时长为7.8小时，95.5%小学生睡眠不足10小时，90.8%初中生睡眠不足9小时，84.1%的高中生睡眠不足8小时，严重的睡眠不足会对青少年心理健康产生影响；（6）与十年前相比，有自杀意念的青少年比例提升了6.2%，女性青少年的自杀意念检出率更是比十年前提升了10.4%，显示出青少年自杀问题日益严重，亟待解决。

总体而言，当前我国青少年心理健康水平受到多种因素的影响，急需有关各方从多角度出发，在关注重点人群的基础上，结合已有理论与实际情况，分析青少年心理健康现状，提出有针对性的青少年心理健康水平提升方案，并将该方案进一步落到实处。

二、荆州市青少年心理健康现状

青少年作为祖国未来发展的希望，肩负着实现中华民族伟大复兴的崇高历史使命。党的十九大报告指出：“要加强社会心理服务体系的建设，培育自尊自信、理性平和、积极向上的社会心态”，国家《国民经济和社会发展的第十四个五年规划与 2035 年远景目标纲要》中指出：“要完善心理健康和精神卫生服务体系，健全社会心理服务体系和危机干预机制”。在此背景下，建立健全青少年心理健康服务体系与开展各种形式的青少年心理健康服务活动，有助于回应人民群众对青少年心理健康事业的关注与期待。青少年心理健康服务活动开展得如何，关系到青少年群体的健康发展，关系到千家万户的幸福安宁，关系到国家和民族的长治久安。

为此，荆州市精神卫生中心于 2021 年联合荆州市多所中学开展了为期 4 个月的青少年学生心理健康状况调查，调查结果显示：

（1）26.6%的青少年疑似有心理健康问题；（2）14.7%的青少年存在轻度焦虑，6.0%的青少年存在中度焦虑，3.2%的青少年存在重度焦虑；（3）14.6%的青少年存在轻度抑郁，7.0%的青少年存在中度抑郁，4.3%的青少年存在重度抑郁；（4）15.8%的青少年存在亚临床失眠，3.0%的青少年存在中度临床失眠，0.8%的青少年存在重度临床失眠；（5）19.1%的青少年存在偶发非自杀性自伤行为，15.6%的青少年存在反复非自杀性自伤行为；（6）36.0%的青少年遭遇过校园欺凌，12.3%的青少年实施过校园欺凌；（7）女性青少年的疑似心理健康问题、焦虑、抑郁、非自杀性自伤和失眠严重程度均高于男性青少年；（8）九年级学生的疑似心理健康问题、焦虑、抑

郁、非自杀性自伤、失眠严重程度、遭受校园欺凌程度与实施校园欺凌程度均在不同程度高于七年级或八年级学生。

综上所述，当前荆州市青少年心理健康水平总体而言处于可控状态，但在疑似心理健康问题、焦虑、抑郁、非自杀性自伤、失眠和校园欺凌等方面存在较为明显的问题，这些问题的存在极大可能对荆州市青少年心理健康水平产生不同程度的负面影响，进而可能使荆州市在参与“健康中国 2030”建设过程中遭遇“青少年心理健康水平存在短板”的问题。因此，有关各方应群策群力，团结协作，努力通过各种科学方法探明影响荆州市青少年心理健康水平的重要因素，合力提升荆州市青少年心理健康水平。

三、荆州市心理健康人才队伍及有关机构现状

目前，荆州市心理健康人才队伍零星分布在各大医院与高校心理健康教育中心，其中荆州市精神卫生中心人员配备最全，专业水平最高，干预效果最好。荆州市精神卫生中心拥有卫生专业技术人员 268 人，副教授以上高级职称人员 46 人，其中正高级职称 10 人（一级主任医师 1 人、二级主任医师 2 人），副高级职称 36 人，享受省政府津贴专家 1 人，长江大学精神医学硕士研究生导师 4 人，硕士研究生 11 人，专职及兼任心理治疗师 30 余人，技术力量配备合理、实力雄厚。截至目前，该院开设了众多精神心理障碍治疗特色病区，包括儿童青少年精神心理诊疗病区、临床心理特色病区、心身疾病与睡眠中心、精神康复中心、重性精神障碍特色病区、双相情感障碍特色病区、物质依赖病区、精神分裂症特色病区等。此外，该院非药物治疗科配备有专职心理治疗师 4 人，并设置有康

复治疗区、物理治疗区和心理治疗区，是集医疗、康复、心理、工娱于一体的现代精神疾病诊疗康复中心。

除荆州市精神卫生中心外，荆州市中心医院和荆州市第一人民医院均在其神经内科开展心理健康相关工作。其中荆州市中心医院神经内科开设有心理门诊，荆州市第一人民医院神经内科四区（精神卫生科）开设有睡眠障碍门诊与神经心理门诊，每年接诊人数众多，辐射范围较广，治疗效果较好。

在医疗系统外，长江大学学生心理健康教育中心作为高校主办的心理健康机构，在心理咨询、心理教育与未成年辅导等方面较为专业，设有“心理咨询”和“教育培训”两个工作站。该中心自创办初，就一直与荆州市精神卫生中心开展合作，共同打造“校医合作”平台，通过双方的努力，长江大学学生心理健康教育中心在湖北省大中专院校心理健康教育建设评比当中一直名列前茅。

综合来看，荆州市心理健康人才队伍及有关机构专业实力较强，治疗水平较高，干预效果较好，但总体而言与国内一流人才队伍及相关机构仍存在一定差距，需要在后续工作中发挥特长、补齐短板，力争建立起一支“不负人民群众期望、满足人民群众需求、解决人民群众困难”的专业、优秀、高质、高效的心理健康人才队伍。

四、关注基层青少年心理健康的建议

（一）重视心理健康人才队伍建设，发挥心理健康人才的中坚力量

一是按照“让专业人做专业事”的思路，借助我市目前建立的

千人“招硕引博”计划平台，大力引进精神医学、心理学、教育学、社会学等学科的人才，加快建立一支由精神科医师、心理治疗师、心理咨询师、心理健康教育教师和心理社会工作者等组成的心理健康人才队伍。二是建立健全精神科医师、心理治疗师、心理咨询师、心理健康教育教师和心理社会工作者等工作人员之间的长效沟通机制，积极探索通过学术会议、业务讨论、协同工作等方式打通不同学科与不同职业的天然壁垒，激发心理健康人才队伍的跨学科潜能，增强人才队伍内部的互利互信程度，提升人才队伍的协同合作能力，以进一步增强人才队伍共同提升我市青少年心理健康水平的能力。三是通过引进精品课程、开设专家讲坛与进行实践训练等方式积极开展心理健康人才队伍继续教育工作，以积极更新相关人才知识储备，提升相关人才自身专业素养，使相关人才在提升我市青少年心理健康水平工作中的所采用的各类理论与方法能够达到国内领先水平，力争与国际接轨。四是进一步重视和发挥心理健康人才队伍的作用，提升心理健康人才在我市青少年心理健康相关工作中所占比重，以进一步增强相关工作的专业性、科学性、发展性与有效性。

（二）加大扶持青少年心理健康行业力度，打造具有荆州特色的青少年心理健康服务品牌

一是整合全市各大精神卫生医疗机构、各高校心理健康中心与社会心理咨询机构的力量，建立起一套能够辐射城镇、农村地区的青少年心理健康响应机制，力争做到心理测评与心理健康教育全覆盖，争取做到心理治疗与心理咨询大众化、平民化与普适化。二是

积极调动各大精神卫生医疗机构、各高校心理健康中心与社会心理咨询机构积极性，通过各类手段鼓励、支持和引导荆州市青少年心理健康行业将引进来与走出去相结合，广泛参与荆州市内外各类青少年心理健康相关工作，提升荆州市青少年心理健康行业的知名度与影响力。三是结合荆州本地实际，积极通过传统媒体、自媒体、线上线下推荐会、教学竞赛、学术会议等渠道讲述好荆州青少年心理健康行业自己的故事，争取做到有情有景、情景相融、真情实意、立意深远。

（三）以家庭教育为基础，探索出一套具有亲子沟通特色的家-校-医三级联动模式

一是大力加强家庭亲子沟通教育，积极尝试通过专家讲坛、家长学校、心理健康教育课堂与心理健康知识科普等形式提升青少年及其家属的整体亲子沟通能力，帮助父母学会观察孩子心理变化，及时识别、接纳并帮助孩子走出困惑，以改善青少年家庭亲子沟通氛围和提升青少年家庭亲子沟通质量，使青少年与家属能够相互尊重、平等相待、互相倾听、共同成长，直至家庭能够真正成为青少年健康快乐成长的港湾。二是在心理咨询与治疗过程中，相关工作人员应注重家庭因素对青少年心理健康的影响，并积极尝试通过增强青少年患者及家属的亲子沟通能力来打破患者家庭中可能存在的沟通壁垒，以进一步增强青少年患者与家属的情感联结，进而减轻家庭问题对青少年造成的伤害。三是青少年群体的家庭应与学校保持密切联系，坚决落实教育部门“双减”政策，从真上意义上做到减负不减责任。学校应加强青少年学生的社会主义核心价值观

教育、爱国主义教育 and 职业教育，务必让处于新时代的荆州青少年学生成长为爱国主义鲜明、政治立场坚定、学业成绩优良、职业能力优秀的先进青年群体。四是学校心理健康教师可以通过问卷调查、个案访谈等方式定期追踪在校学生的心理健康水平，并对青少年群体的家庭进行心理知识普及与心理状况反馈。与此同时，学校心理健康教师与各班级班主任教师应与专业精神卫生机构密切合作，针对可能存在心理问题的青少年进行重点干预，争取做到早发现、早治疗、早康复，并建立及时有效的青少年心理危机干预机制，以进一步遏制校园欺凌、自杀意念、焦虑、抑郁、非自杀性自伤和失眠等问题对青少年心理健康水平带来的负面影响。

总之，荆州市人民群众的心理健康，尤其是青少年心理健康工作任重道远。他既是全社会关心关爱下一代所肩负的历史重任，也是荆州市建设区域性中心城市的必然要求，更是社会主义精神文明建设及践行社会主义核心价值观的重要组成部分。



主管领导：高晓波

联系电话：13986646257

经办人：刘建昭

联系电话：18972158360