

聚焦世界精神卫生日:

促进儿童心理健康 共同守护祖国未来

10月10日是世界精神卫生日。心理健康和精神卫生是健康的重要组成部分,儿童青少年的心理健康格外牵动着每一个家庭的心。

将精神卫生工作纳入全面深化改革和社会综合治理范畴;加强儿童社会心理服务体系建设和开展三个专项促进行动,强调早期干预……记者9日从国家卫生健康委新闻发布会上获悉,相关部门、社会各方正共同努力,积极应对儿童青少年心理健康问题,守护孩子们的美好未来。



(网络图)

综合施策

提升儿童心理健康促进能力

“儿童青少年心理健康工作的关键,是坚持预防为主、群防群控。”国家卫生健康委医政司副司长李大川说,这需要各部门、各行业甚至全社会都来关注,把这项工作纳入社会服务体系、公共卫生服务体系、社会保障体系来协同推进非常重要。

印发《关于加强心理健康服务的指导意见》,就做好儿童青少年心理健康工作作出明确部署;中央财政安排专项资金,支持常见精神障碍疾病防治和儿童青少年心理健康促进试点项目;《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)》明确各级政府部门工作职责,将学生心理健康工作纳入省级人民政府履行教育职责评价……据介绍,国家卫生健康委近年来会同有关部门开展了一系列工作,促进儿童心理健康。

教育部体育卫生与艺术教育司副司长、一级巡视员刘培俊表示,要把促进身心健康作为学生全面发展的基础前提,融入教育教学、管理服务的各个环节,家庭、学校、社会的各个环境,为学生身心健康发展营造良好条件。

早期干预

关注影响儿童心理健康的多重因素

首都医科大学附属北京安定医院儿童精神医学首席专家郑毅表示,儿童青少年处于心理健康的快速发育期,包括生物、心理、社会、环境等内外多重因素都会对他们的心理健康产生影响。

专家介绍,引起儿童青少年心理健康问题的内因可能包括在心理发展过程中可能出现的一些认知、情绪和行为偏差,比如认知扭曲、情绪不稳定、抗压能力较差、心理韧性不足等;外部因素主要包括家庭、学校、社会等相关环境造成的压力,比如父母教育方式、早期教育适应程度等。

“心理健康问题如果不能及时诊断治疗好,可能会影响终身。”郑毅说,早期干预非常关键,建议家长在日常生活中要注意孩子情绪、行为上潜移默化的变化,比如睡眠习惯改变、进食出问题等,学会识别孩子到底是心理障碍还是正常心理发展、青春期变化。情况严重的应尽早让医生进行正确评估。

家校协同

营造良好成长生态

当前,学校、家庭、社会各界越来越关注儿童青少年的心理健康。而在呵护儿童青少年心理健康的多方主体当中,离孩子们最近的就是老师、家长。

“学校用心关心关爱学生,让学生‘在校如在家’,家庭善于教育子女,让孩子‘在家如在校’。”刘培俊表示,在学校方面,各科老师及教职员工都要担负起学生心理健康工作的一份责任,营造融洽的师生关系和同学关系。同时,家庭也是一所特殊的校园,家长们可以主动配合学校做好子女心理健康教育,树立正确的家教观、育儿观和成才观,掌握儿童青少年心理健康教育的方法和技能。

李大川表示,全国多地持续主动开展工作,在资源配置、财政投入、人才培养各方面为促进儿童心理健康提供保障措施。下一步,国家卫生健康委将继续加大工作力度,完善相关考核和推进机制。

(据新华社)