

# 学生“恐高”，心理老师的心病谁来治

(上接 A04 版)

对于这些有心理疾病的孩子，陶灿莹称，心理老师能做的就是该吃药的就赶紧跟家长讲明必须带孩子去医院接受治疗。而对于那些心理老师还能够起到作用的学生，陶灿莹也会进行心理辅导，“但效果并不是很理想，他们更多的会依赖家长和班主任老师的沟通交流”。

作为学校的心理老师，陶灿莹告诉今日女报 / 风网记者，学生并没有太多的时间来进行咨询，一般都只是利用课余时间过来聊聊，这就给他们的咨询带来了问题，如果学生一多，给单个人的时间就有限。

在问到有没有遇到过职业困惑时，陶灿莹表示，这和老师本人对工作的定位和自身素质有关：“我刚来的那几年，一遇到焦虑症和严重失眠症的孩子，就觉得特别的无

力，总是觉得自己帮不上什么忙，能为他们做的不多。”工作久了，陶灿莹的想法也发生了一定的变化，她的无力感渐渐变成了自我安慰，“孩子关键还得靠自己，心理老师和家人只能起到一个引导作用。”



## 是什么影响了心理老师的积极性

今日女报 / 风网记者 李旦

“总体上来看，咨询人数呈波浪式，刚开学、考试前后会是咨询的高峰期。高三第二学期，学生咨询的人较多，他们普遍的症状是考前焦虑、升学压力和人际交往等。有的学生甚至不敢来考试。”在长沙市一中学生工作处主任、高级心理教师彭健看来，现在学生的心理承受能力确实不如以前。

目前，长沙市一中配有 3 名专职的心理老师，在彭健看来，这 3 名老师除要承担高一每两个星期一次课的教学任务外，还要负责学校心理健康中心的咨询工作，工作难度太大，根本就不太可能完成。“随着观念的变化，现在归纳到心理问题的学生人数越来越多了，心理老师根本解决不了问题，也满足不了需求。”

因此，长沙市一中目前的做法就是努力提高学科老师尤其是班主任的心理教育水平，这样就能保证学生的心理问题能够及时发现和疏导。

### ■班主任看法

## 学生很少主动去找心理老师

长沙南雅中学高 114 班班主任潘治国老师，已连续带过六届高考班，他告诉今日女报 / 风网记者，越临近高考，孩子们的压力越大，月考之后的 3 到 5 天是这种高压之下产生负面情绪的一个集中爆发期。潘治国称，在他带过的班上曾有一个女孩，从高一起就对自己要求特别高，一旦考试成绩没达到自己的要求，就出现情绪问题。潘老师说，“一旦出现这种情况，作

为班主任的他就要给她做‘思想工作’。”

南雅中学也设有心理咨询室，有专业的心理咨询老师可以进行心理辅导。但潘治国也坦言：“基本上学生主动去找心理老师的情况很少，一般都是班主任观察到孩子有情绪问题后再跟他去谈话，所以，实际上班主任就充当了半个心理老师的角色，心理老师真正介入的比较少。”

## 如果心理老师不主动就形同虚设

冷水江市一中在每年的上半年都会联合学校的心理咨询老师专门给高三学生上心理课。理优班班主任王修华老师说：“这样的心理辅导课对学生一辈子都可能积极的影响，主要是让学生看到自己的优势，帮助学生规划适合自己的人生方向。”

王修华称，学生中主动去找心理辅导老师的情况也很少，所以需要班主任和心理老师主动走入学生中。“曾经有一个学生成绩特别

好，到高三时，因为高考前压力太大，产生了心理焦虑，成绩越来越差。后来在心理老师的介入下，学生高考发挥很好。”

在王修华看来，如果心理老师们不积极，那他们的岗位就会形同虚设，学生的心理问题肯定也要严重很多。所以，心理老师能否发挥作用的关键就在于他们自身工作积极性的高低。

(采访 / 章清清)

### ■链接

## 高考前，高三学生频频“出事”

3月10日，据《南国早报》报道，合浦县某中学高三女学生李某从 6 楼先用水果刀割腕后，又爬上窗户跳下，最终坠楼身亡。记者从警方了解到，警方从李某的日记中发现，该同学悲观厌世情绪严重，加上不久前的高考模拟考试没考好，可能引发这起悲剧。

3月13日晚上，温州平阳电视台报道，萧振高中出现一起高

三学生自杀事件。监控画面显示，原本安静的教室里一名坐在窗边的男生突然大笑起来，随即迅速跃过窗台跳了下去。事后通过学校及家长了解到，该高三学生自杀前患有严重失眠、行为异常等表现。

2013 年 5 月，新华网报道，黑龙江省牡丹江市即将参加高考的高三女生丹丹(化名)，因不

堪压力离家出走，准备到五台山当尼姑。接到报警后，哈尔滨铁路公安处民警在列车上找到了丹丹。原来，丹丹即将参加高考，但成绩不稳定。为了让丹丹考上名牌大学，父母报了多家补课班，让原本时间紧张的丹丹更加压抑。5月23日晚，丹丹留下了一张要到五台山当尼姑的字条后，离家出走。

## 心理健康教育亟待解决的问题

黑龙江教育科学研究院的傅文弟梳理了我国心理健康教育的发展历程，他指出，我国的学生心理健康教育走进课堂起源于上

世纪 8 0 年代初，到了 8 0 年代中后期，少数中小学校开始进行心理健康教育的尝试。经过 30 多年的发展，现在学校的心理健康

教育有了很大的进步，但目前，仍面临着面临着科学化、专业化水平低以及专业人员匮乏等问题。

## 社会呼吁加强中小学心理健康教育

今年陕西省两会期间，政协委员贺建勋认为，心理不健康成为近年来大中小学学生中普遍存在的问题，自杀、自残以及离家出走等现象偶有发生，尤其是初、高中生，学习压力大、出现厌学情绪等。他建议，省财政厅设立心理健康教育专项资金，加强学

校心理咨询场所建设，提高心理健康教育的科学化水平。

今年山东省两会期间，山东省政协委员邓相超表示，教育部门应加强心理健康教育制度、课程、心理咨询辅导室和师资队伍建设，“把心理健康教育纳入教学内容，规定具体的课时”。

2013 年全国两会期间，全国人大代表彭长城建议，组织相关部门研究出台支持中小学心理健康教育的政策。此外，彭长城建议设立“中国青少年心理健康日”，呼吁全社会共同关注青少年心理健康教育。

### ■专家观点

## 湖南：总体上发展较快，但存在的问题不少

肖汉仕(湖南省心理教育专业委员会理事长、湖南师大公共管理学院心理学教授、博士生导师)

湖南的心理健康教育起步于 1985 年，从上世纪 90 年代少量有先进教育理念的学校开始重视，是全国最早重视中小学心理健康教育的省份之一，省教育厅已下发过三次文件，湖南省教育学会学校心理教育专业委员会已经举办过十六次学术年会。肖汉仕总结了湖南这些年来心理健康教育的发展，他认为，总体上发展较快，但存在的问题不少。

从数量上看，部分学校按照有关要求配备了心理老师。但多数中小学的心理健康教育存在师资数量不足，远没有达到国家的有关标准，特别是农村中小学的心理健康教育在许多学校尚无专职师资，有的是应付有关检查临时从别的部门或学科抽调充数。

从专业水平上看，从事心理健康教育的教师，有的参加过省级或省级以上的心理健康教育培训，有的参加过心理咨询师的考试，有的仅参加过市县举办的短期心理教育培训，还有的没有机会参加任何正规的专业培训。心理老师多数是从别的学科改行或由有关领导和老师兼任。

从工作内容看，中小学心理

老师本职工作的内容非常广泛，包括上心理健康教育课或举办心理教育讲座等。但有的学校误以为心理老师轻松，常常被抽调去做从事其它无关的工作，致使其无精力和时间从事本职工作，因而出现了“专业不专职”的现象。

当前，我省中小学心理健康教育的主要困难有，心理老师地位不高、专业培训过少、专业教师不足。

(采访 / 凌晴)



在各种压力的作用下，有些高三学生几近崩溃。

### ■后记

高考马上就要来临，学生面临的心理压力也会变得更加突出，越是在这样的关键时候，孩子的心理健康问题比起能不能考上大学或许更为重要。作为家长，更应该时刻注意孩子情绪的变化，及时跟学校

老师尤其是心理老师保持良好的沟通。毕竟，孩子的心理健康教育是一个复杂的过程，需要家庭、学校、社会的广泛参与。目前，我国的心理健康教育确实存在这样那样的问题，但我们也应该欣喜地看

到，在全社会的共同努力下，这些年心理健康教育还是取得了很大的进步。我们也有理由相信，在不远的将来，我们将逐步建立起完善的心理教育体系，减少孩子在学业压力和心理健康上的矛盾冲突。