

青少年心理健康评估与分级管理体系构建研究

赵宇轩

延安大学 陕西延安 716000

摘要: 青少年心理健康问题日益受到社会关注,科学评估青少年心理健康状况,实施分级管理和精准干预,是促进青少年健康成长的关键。本文分析了青少年心理健康评估与分级管理体系构建的重要意义,剖析了当前评估标准不统一,分级管理机制不完善,专业人才短缺等问题,并从完善评估标准体系,构建多部门联动机制,加强专业人才培养等方面提出了优化策略,以期为青少年心理健康服务体系的建设提供参考。

关键词: 青少年;心理健康;评估;分级管理

引言

青少年处于生理和心理快速发展的关键时期,心理健康问题日益凸显,及时发现心理问题,实施有针对性的心理健康服务,对于促进青少年健康成长具有重要意义。构建科学的青少年心理健康评估与分级管理体系,是实现精准施策,优化资源配置的重要途径。然而我国青少年心理健康服务体系还不够完善,在评估标准,管理机制,专业人才等方面还存在短板,因此亟须立足青少年心理健康发展需求,系统构建评估与干预机制,为青少年提供及时、有效的心理健康服务。

一、青少年心理健康评估与分级管理体系的重要意义

(一) 促进青少年心理健康发展的基础保障

青少年时期是人生发展的关键阶段,心理健康问题的预防和干预尤为重要,通过心理健康评估,教师、家长能及时发现学生心理问题,有针对性地给予指导。对问题严重的学生,学校可进行重点关注和跟踪辅导,而对于心理健康状况良好的学生,则可提供发展性辅导,促进其健康成长^[1]。科学地评估和分级干预,能做到因材施教,让每个学生都能获得适合自己的心理健康服务,从而有效预防心理问题,促进心理健康发展。可以说心理健康评估是发现问题的“望远镜”,分级管理是解决问题的“指挥棒”,两者相辅相成,共同构筑起维护青少年

心理健康的防火墙,为青少年的健康成长保驾护航。

(二) 实现精准干预与资源优化配置的有效途径

就目前而言,青少年心理健康服务供给量整体不足,从优质资源看,相对较为匮乏,急切需要对资源配置做出优化,促进服务高效,依靠心理健康评估这一方式,教育、卫生等部门可精准把握青少年心理健康的实际状况,剖析心理问题的类别、根源等,为制定干预手段提供数据佐证。立足这一基础,依照心理问题的不同级别程度,开展按程度分级的管理与服务,就心理健康状况良好情形的学生而言,以健康心理宣教为主导;就心理问题呈轻微状态的学生,由学校辅导员开展一对一辅导;面对存在重度心理问题学生,即刻转介到专业诊疗机构。分级管理实现资源配置的精准与高效,核心资源朝着高危学生这一群体倾斜,防止“全面铺开”的资源浪费。由此在投入有限的情况下达成心理健康服务效益的最大化,评估与分级管理机制乃精准施策之助力,合理分配资源的核心密钥,对青少年心理健康服务整体效能的提升益处明显。

(三) 构建和谐社会环境的重要组成部分

青少年若要健康成长,离不开家庭与学校的共同呵护,利用建立评估及分级治理体系的契机,学校、家庭、社区等多单元力量联动协作,整合青少年心理健康服务的协同合力,学校开始构建学生心理档案,按期开展心理评定。同时把心理评估结果反馈给家长;对心理问题程度较重的学生,及时邀约社区心理咨询机构或医院介入其中。多部门齐心合作,在助力青少年实现健康成长的阶段,也促进了家庭、学校与社会之间的信任与合作,助力青少年在关爱的呵护下成长,及时干预青少年心理

作者简介: 赵宇轩(2001.01—),女,汉族,河北省衡水市,延安大学,陕西省延安市,研究生在读,学位:教育硕士,研究方向:青少年心理发展与教育。

难题，可防范各类极端事件的出现，维持校园与社会的和谐局面。由此可察觉，有关青少年心理健康的评估与分级管理，是构建青少年健康成长社会支持网络的关键切入点，对打造优良的社会生态环境起到正向效能。

二、青少年心理健康评估与分级管理体系的现状与挑战

（一）评估标准不统一，科学性有待提高

现阶段我国青少年心理健康评估还未具备统一标准，学校所采用的评估工具种类庞杂，质量参差不齐，致使评估所得结果不具权威性与可比性，个别学校自行编排评估量表，科学性专业性匮乏；另有学校采购社会机构所开发的评估系统，但成本方面花费高，在基层推广举步维艰^[2]。同时开展的评估，以问卷调查为主要形式，忽略了诸如行为观察、心理测验等多元手段，评估大多徒具形式，未对原因展开深入剖析，给后续干预提供精准的针对性建议颇有难度，评估结果反馈存在滞后性，未搭建起常态化评估的机制，做到持续跟踪这件事有困难，评估工具需进一步优化，评估样式需待创新，以此提高评估的科学程度与专业水平，为精准施策筑牢前置根基。

（二）分级管理机制不完善，协同效应不足

青少年心理健康分级管理工作机制还存在不完备现象，学校、家庭跟社区之间的有效衔接存在缺失，难以汇聚协同力量。学校针对轻度心理问题的学生开展一对一辅导，学校针对中重度心理问题的学生个体，难以顺利开展专业诊疗服务，学校和社区心理咨询机构的沟通未得以顺利开展，无法马上介入心理危机相关个案，从专业角度看，医疗机构实力强劲，但跟学生在空间维度上距离很远，转介的渠道存在阻滞现象。受限于顶层规划及统筹协调的薄弱，各方资源表现出“各自为营”情形，服务所存在的零碎分散化问题突显，综合功效无从施展，某些基层办学单位，尤指农村地带的学校，师资力量衰微，难以独自扛起心理健康教育重任，急需从社会层面汲取支持。

（三）专业人才队伍短缺，服务能力有限

专业化人才队伍是高质量开展青少年心理健康服务的核心支撑，但当前中小学专职心理健康方面的教师极为短缺，师生之比远低于1:600的既定国标。多数学校采用班主任兼任，德育处教师承担心理健康教育兼职，专业领域的程度欠佳，农村学校专业教师少得如同晨星般的情况。人员数量少任务沉重，造成学校对学生心理

问题的干预仅停留在表面，难以马上跟进，社区心理咨询机构里专业人才同样较匮乏，专业人才短缺成了青少年心理健康服务发展道路上的绊脚石，专业能力孱弱，直接造成服务质量下滑，也没办法承担常态化评估与分级管理事宜。由此需加大专业人才培养的工作力度，改良准入及激励机制的相关内容等，切实强化中小学心理健康教育的专业水平，为评估与分级管理体系的打造提供人才后盾。

三、青少年心理健康评估与分级管理体系构建策略

（一）完善评估标准体系，夯实科学评估基础

创建整齐一致的评估规则体系，堪称提高评估科学性、权威性的首要关键工作，教育行政部门需作为牵头主体，牵头组织专家做研究，制定可覆盖全国的青少年心理健康评估标准，明确评估在内容、方式及流程方面的要求，贴合我国国情和青少年心理成长的特性，以认知、人际、行为适应等层面为切入点构建评估量表。评估内容须完整囊括青少年心理健康的多样领域，既要正向的心理品性加以评估，如乐观、刚勇，也要评估心理方面所存在的问题与障碍，像消沉、焦虑之类。评估方法务须达到科学严谨的水准，借助诸如观察、问卷、测验等多样的评估手段，多层面采集数据；评估用到的工具应兼具科学与有效特质，优先采用国际与国内通用的标准化工具为宜，诸如儿童行为评估的量表、贝克抑郁自我评定的量表等；评估流程宜呈现统一规范状态，自实施筛查工作开始，直至实现诊断环节，须具备清楚的操作准则及规范。在全国范围内推行标准化评估工具，为后续分级管理操作提供科学的证据支撑，实施推广的期间，应加大督导及质量管控力度，力求各地规范操作能够落实完全，建成完备的评估数据管理系统，以大数据技术对心理测评数据进行分类梳理、横向考量，造就连贯的数据脉络，方便开展分析决策与实施持续跟踪，打造数据安全守护机制，对敏感数据开展去隐私化处理，杜绝数据信息的外泄^[3]。各地还可结合地域实际去开发补充评估指标，以全国达成的统一标准为基础，结合地方特点添加差异化指标，兼顾一般共性和特殊特性，同时借助数字化手段，把补充指标融入评估体系，造就更为完整、动态的评估景象，把心理测评大数据跟教育大数据、医疗健康大数据相衔接，采用动态化方法洞察青少年身心发展轨迹。采用数据对比法，捕捉心理问题的初期预警迹象，做到预先察觉，大数据为制订心理健康教育政策提供精准参照，让政策在科学与精细维度上增

强,分级管理体系建设需依赖科学规范的评估标准这一基石,大数据分析堪称实现精准施策的有效工具,二者相辅相成,利于促进评估工作在专业化、规范化方面发展,引领青少年心理健康服务步入新阶段。

(二) 构建多部门联动机制,优化资源整合效率

青少年心理健康工作是一套系统工程体系,得靠教育、卫生等多部门联合行动,地方政府要起到统筹功效,搭建起青少年心理健康服务联席会议制度框架,着力高层次设计与全局性谋划统筹,明确各部门职能分工,形成“党委领导全局,政府主导推进,部门协同发力,社会参与添彩”的工作态势。医疗机构要给学校做技术指导以及业务培训,提升教师辨别和处理心理问题的能力,面对转介的危急案例,医疗机构需及时采取干预手段,制定贴合个人状况的诊疗规划,诸如妇联、共青团的群团组织要发挥青少年工作特长,以“五四”“六一”等时间关键节点作为抓手点,全面开展宣传教导活动,普及青少年心理健康知识,引导家长对孩子的心理问题形成正确认识并合理应对,营造聚焦青少年心理健康的社会气场^[4]。大力发动社会组织与志愿者的积极力量,组建心理帮扶的义工队伍,快速为青少年排遣烦难,青少年心理健康服务牵涉各个层面,需多主体合作发力,构建“横及全域、纵贯全程”的工作体系,依靠政府的主导优势,规整各类资源体系,推动教育、医疗各环节做到无缝契合,建立具有常态长效特点的合作体系。

(三) 加强专业人才培养,提升心理服务质量

专业化推进是提升青少年心理健康服务成效的核心路径,需从根源核心抓起,健全面向心理健康教育师资的成长体系,扩充心理学、教育学等相关专业招生的人数规模,提升招生对象的综合质量,把心理健康教育专业引入到师范院校,设立专业核心课程的相关模块,夯实实践教学环节的根基,打造一批展现专业特色与职业风采的心理健康教育骨干群体,给中小学输送达到专业水平的人才。提高在职教师培训的投入水平,统筹利用像高校、医院这类平台资源,依靠集中授课、跟班实操等路径,提高教师评估及辅导的水平,增添培训内容及

形式的维度层次,由理论层面过渡至实践操作,从线上课程资源推进到案例深度思索,多层面增进教师的专业综合素养。试着搭建省、市、县三级培训网络格局,按层级、类别推进培训实施,制订合乎科学逻辑的培训规划,搭建一个培训档案系统与激励机制的架构,激发教师投身培训的积极性,应搭建与国际前沿接轨的专业人才标准体系,按照各岗位的实际操作要求,规定专业素养、实操技能等方面的相关标准,为专业人才培养选拔给出参考标杆,革新职称评聘及绩效考核体系,把教育教学实际表现所获成果、科研成果等纳入考核内容,塑造以能力、业绩为牵引的激励架构,为职业进阶开拓有效途径,增进教师职业的吸引水平。

结束语

国家的未来走向,与青少年心理健康水平密切相关,需要全社会一起关注并积极加以行动,完备青少年心理健康评估与分级管理的相关体系,作为落实立德树人根本任务、带动青少年全面健康优质发展的关键做法,要聚焦问题开展导向,聚焦服务的实际需求。应对评估标准不统一局面,分级管理的完备性欠佳,专业人才匮乏等棘手问题,充实评估标准体系,夯实多部门联合互动机制,加快专业人才的培育步伐,引领评估、干预、督导各阶段走向标准化、专业化发展。

参考文献

- [1]房亚娟,伍晓艳,陈晓婉,等.中国青少年心理健康促进政策文本与效力分析[J].中国学校卫生,2025,46(02):234-238+243.
- [2]董妍,俞国良.党的十八大以来青少年心理健康教育政策的演进[J].学术前沿,2024,(19):91-100.
- [3]闫高慧,燕美琴,段爱旭,等.积极心理干预对青少年心理健康状况和睡眠质量的影响[J].军事护理,2024,41(12):27-30+56.
- [4]鲁璐,梁楷利,邹颖华,等.构建规范化的青少年心理健康评估与分级管理体系[J].成都中医药大学学报(教育科学版),2024,26(01):43-45.