

# 湖南省教育厅

湘教通〔2026〕62号

## 湖南省教育厅关于加强和改进 教师心理健康工作的通知

各市州教育（体）局、湘江新区教育局，各省属普通高校：

为深入贯彻“健康第一”教育理念，落实《教育部关于全面推进健康学校建设的指导意见》（教体艺〔2026〕3号）等文件要求，着力构建全方位、多层次、可持续的教师心理健康支持与服务体系，保障教师身心健康，建设高素质专业化教师队伍，现就有关事项通知如下。

**一、强化健康优先理念，切实减轻教师非教学负担。**牢固树立并践行“健康第一”的教育管理理念，将其融入教育教学、考核评价与学校管理全过程。践行科学育人政绩观，严禁下达不合理升学、评比指标，坚决破除形式主义、过度留痕等顽疾。严格落实教师减负清单，由教育行政部门牵头，全面清理并坚决取缔面向教师的各类不必要的检查、评估、填报、统计、点赞投票等非教学任务，确保教师主要精力用于教书育人。

**二、建立动态心理档案，实施定期专业评估。**逐步将教师心

理健康测评纳入年度健康体检项目，运用科学规范的测评工具，实行全覆盖匿名测评。测评结果以适当方式及时、保密地反馈给教师本人，并为有需要的教师提供个性化的心理健康指导资源或简短咨询。建立严格保密的电子心理档案，实行“一人一档”管理。电子心理档案独立于人事档案管理，仅限学校心理健康专职人员及教师本人查阅，任何第三方（含上级检查）调阅须经教师本人书面授权，档案存储期限不超过离职后5年，到期销毁。泄露档案信息者按师德失范及保密规定严肃处理。

**三、聚焦重点人群，实施分级预警与精准干预。**将班主任、毕业班教师、新入职教师、辅导员及自我评估压力较大的教师等列为重点关注与服务对象，建立专项关怀台账，实行定期访谈、结对支持和弹性工作安排等个性化关怀措施。构建“红（高危）、黄（预警）、绿（正常）”三级心理预警机制，明确各等级预警的识别标准、报告流程与干预措施。对进入“红”“黄”等级的教师，由学校协同专业机构制定“一人一策”帮扶方案。对因心理问题离岗治疗后申请返岗的教师，学校应设立过渡期支持机制，在一定时期内适当减少课时或调整岗位职责，并安排结对支持人员定期评估心理适应状态，避免二次压力。

**四、健全服务网络，畅通专业支持渠道。**省级充分发挥“12356”全国统一心理援助热线的作用，加大面向教师的宣传普及力度；市县两级依托相关机构设立教师心理健康指导中心；学校普遍设立环境温馨、私密性好的教师心理辅导室。各级热线与辅导中心

须配备具备资质的专职或兼职心理咨询人员。学校心理辅导室应向全体教师开放，可采取校内教师兼职、外聘专家定期坐诊等方式运作。通过多种渠道，广泛宣传各级服务资源的使用方式，鼓励教师在需要时主动寻求专业帮助。

**五、深化医教协同，构建危机转介绿色通道。**各级教育行政部门要主动与卫生健康部门协同，推动学校与本地精神卫生医疗机构、高校心理院系专业心理咨询机构建立“绿色通道”合作机制。明确心理危机个案发现、报告、评估、转介至专业医疗机构的标准化流程，确保危机教师能得到及时、有效的诊断与治疗。定期邀请心理与精神卫生专家进校园，开展专题讲座、团体辅导和个案指导。对教师遭遇的突发重大心理危机事件，学校须在事件发生后 24 小时内启动紧急心理援助，引入专业机构开展团体或个体危机干预，预防创伤后应激障碍。

**六、加强全员培训，提升心理素养与应对能力。**各地各学校要将教师心理健康教育能力提升纳入教师继续教育必修内容，每位教师每年不少于 8 学时，并计入培训学分。创新线上线下相结合的培训形式，推广案例研讨、工作坊等体验式培训，培训内容聚焦压力管理、情绪调适、沟通技巧、危机识别等。重点加强书记、校长、中层干部的心理健康管理能力培训，提升其识压、减压、护心的领导力。

**七、优化激励措施，增强职业幸福感与归属感。**在绩效分配、评优评先等工作中，对承担高强度、高压力的教师予以合理

倾斜。学校工会等组织应定期举办文体、休闲、沙龙等活动，营造宽松和谐的校园文化，缓解教师职业倦怠。对患病、家庭重大变故或遭遇困难的教师，及时组织关怀慰问，体现组织温暖。

**八、构建协同生态，营造尊师重教社会氛围。**各地各校可每年开展教师心理健康关爱主题活动，宣传心理健康知识，提升全社会对教师心理健康的关注与理解。倡导理性、合作的家校关系，构建家校社协同护心生态。建立第三方涉校纠纷调解机制，为教师依法履职提供支持。通过家长学校等途径，引导家长理解教育规律和教师工作的专业性，凝聚育人合力。在处理家校纠纷、校园突发事件时，学校及教育部门应为教师维护合法权益提供必要的法律等方面支持。各级教育行政部门要将教师心理健康服务工作落实情况，纳入教育督导评估内容。



（此件依申请公开）

