

教育部等四部门联合印发通知 加大“网红”玩具学生文具抽查检查力度

为保障青少年学生身心健康发展，近日，教育部、市场监管总局、工信部、全国妇联四部门办公厅联合印发通知，部署各地进一步加强儿童玩具和学生用品安全管理。

通知指出，市场监管部门要压实生产销售企业主体责任，督促生产企业严格按照标准组织生产，督促电商平台经营者强化平台内经营者入驻资质资格审核，发挥技术机构、行业协会作用，引导企业依标生产、依规销售，不断促进产品质量提升。要加大质量监督管理力度，以儿童玩具和学生用品主产区、批发市场、农村

集贸市场和电商平台等为重点，加大“网红”玩具、学生文具用品抽查检查力度。会同公安机关严厉打击制假造劣等违法违规行为。

通知强调，教育行政部门要会同公安、市场监管、城市管理等部门开展专项治理工作，重点查堵存在物理危害、化学危害、可燃性危害以及不良行为引导的玩具产品和学生用品，为青少年学生身心健康成长营造良好环境。要指导学校严格校园日常管理，严禁劣质有害产品进入校园。对于集中采购的各类教玩具和学生用品，要建立“双审查”责任制，把牢质量、安全、健康的第

一道关口。教育督导部门要开展经常性督导，发现问题及时报告，及时研究解决。

通知要求，教育行政部门和学校要定期组织开展有针对性的宣传活动，让学生正确识别和自觉拒绝危险有害玩具，做到不购买、不携带、不玩耍。要会同市场监管部门组织开展“产品安全质量知识进校园”活动，会同妇联组织加强包括玩具安全在内的安全知识宣传教育，督促家长履行家庭教育主体责任，引导孩子科学选择、正确使用玩具和学习用品。

本报综合

焦虑抑郁是期末季学生最常见的表现

“着急、焦虑。”提到孩子期末考试时，家长刘女士这样说道。她的儿子今年上小学五年级，活泼爱玩。在刘女士眼中，孩子复习不认真，对考试也不上心。有一次辅导功课时，因为没控制好情绪，她和孩子发生了争执，结果孩子出现了睡眠不好的问题。

“在儿科，不管是心理门诊还是精神科门诊，都会迎来两个门诊量剧增的时期，一个是开学，一个是期末。”首都医科大学附属北京安定医院儿童青少年精神科心理治疗师徐高阳告诉记者。在期末季，焦虑和抑郁是儿童青少年最常见的两种心理问题，许多时候，两种心理问题会同时出现在一个孩子身上。考试是对学业的检验，学生面对结果的不确定性，尤其是成绩与生活中其他重要的事情直接相关时，比如家长、老师和同学们的态度等，会让他们感受到焦虑。

徐高阳介绍，如果考前孩子突然向家里提出无法去学校，或者始终担心受到批评、担心再怎么努力也无法取得好成绩，这很有可能是焦虑反应。“这种典型的焦虑体验甚至很有可能泛化到其他方面，比如担心自己的外貌、怕同学不喜欢自己等看似与期末没有关系的表现。”焦虑还可能导致或加重“强迫”。临近考试，有的孩子每次写作业都要提前默念几句话、做作业反复修改、甚至经过学校都要做出一个固定动作，才能对抗心中担心的事情，很有可能也源于期末带来的压力。

“涉及抑郁情绪，无论是停留在一般心理层面还是疾病层面，它带给个体的不适感要更复杂、更严重。因为心情差前来儿科门诊就诊的患者，或许不见得能够达到抑郁症的诊断，但至少是存在抑郁情绪。”徐高阳指出，许多孩子长期处于恶劣心境下，期末作为一个促发事件，让他们心情更低，兴趣缺失或是人际学习等社会功能受到损害。

徐高阳提醒，当孩子出现抑郁焦虑情绪时或许存在隐匿表现，了解相关知识有助于将它们与心理问题建立联系。比如，在排除器质性原因的情况下，孩子体重出现大幅度降低或增高、恶心呕吐、长期腹泻、功能性腹痛（快上学了就肚子疼，或者是每次考试就肚子疼），家长需要提高警惕。表现在学习上，突然学习困难、厌学、课堂上回答问题变得困难、没有办法集中注意力、特别担心成绩等，也提示着孩子可能在心理上出现了问题。另外，与睡眠相关表现，比如反复做噩梦，或是持续失眠、早醒等，也是家长们需要关注的方面。

有人认为，成绩好的孩子心理压力更大，如何看待这种说法？

徐高阳指出，在人们的刻板印象中，认为学习成绩好的孩子心理承受能力更强，所以在其表现出抑郁或焦虑情绪时更容易吸引大家的关注。实际上，“成绩好”本身不是根本影响因素，成绩带来的周围环境提出持续更高的要求、孩子不接纳成绩波动等，才是影响情绪的直接原因。

期末来临 正确认识考试焦虑

随着期末考试季到来，有些中小学生会倍感压力，出现紧张焦虑情绪。导致焦虑情绪甚至抑郁情绪的因素有哪些？家长该如何应对孩子的情绪问题？

如何正确看待“考试”是关键

“面对考试带来的焦虑和压力，首先需要从认知上调整心态。”清华大学心理学系副教授、博士生导师牟文婷表示，无论是家长还是学生，对考试本身要有正确认识，不要把一次考试看得太重，考试不是给孩子定性，是帮助他了解对知识的掌握程度，以及还存在哪些不足。“如果家庭氛围紧张，家长焦虑，对孩子会产生影响，对于考试这件事情本身来说，家长首先要有一个正确认识，才能给孩子传达正确的观念。”

在牟文婷看来，学生在备考过程中有焦虑或者压力属于正常现象，在此过程中，孩子会更加重视学习，认真复习。备考、考试、考后复盘，实际是帮助孩子更好地学习，有研究显示，考试是有助于增强学习的。

“针对考试带来的紧张和焦虑情绪，从行为层面上来看，坚持体育锻炼是很有必要的，可以是户外，也可以是室内。”牟文婷表示，如果天气寒冷，打球、游泳等室内锻炼是不错的选择。与此同时，家长要保证孩子有充足的睡眠时间。另外，“社交”对孩子调节心情也很重要，孩子们可以一起玩耍，一起进行体育锻炼，但不能是一起玩网络游戏，家长要控制孩子屏幕的使用时间，包括看电视、电影。

牟文婷表示，从心态来看，家长还要注意的是，不要将孩子同其他人进行比较，如果孩子取得了进步应及时进行鼓励和肯定，让其建立起成长型思维，形成正向循环。

徐高阳指出，对于家长来说，最重要的是愿意去了解和接纳心理学方面的知识，这样才能正确对待和处理孩子出现的心理问题。他提到，在进行儿童青少年心理问题的流行病学调查时，部分家长出于病耻感，对调查人员的询问非常排斥。而在门诊中，他遇到过一些孩子，出现心情低落、厌学、注意力无法集中等现象，家长却断定“这孩子就是玩手机玩的。”

与此同时，观察孩子的思维模式也很重要，比如，焦虑的孩子会格外关注不确定性，然后把不确定性放大，再假设一个不好的结果，这时，家长要去提醒或引导孩子朝正向的思维思考，必要时可以求助心理咨询师或者医生。

徐高阳表示，对于学生心理健康问题，应尽量将工作窗口前移，早期识别、筛查并进行干预，“希望未来儿科门诊的半数患者只是一般心理问题，回去观察、引导即可，那说明大家对儿童青少年心理问题的认识程度真的提高了，我们的早期筛查识别工作也真的做好了。”徐高阳说。

据《新京报》

