

收稿日期:2024-10-10

青少年身心健康社区协同治理的路径探索

吴燕飞

(皖西卫生职业学院 思政部,安徽 六安 237005)

摘要:为促进青少年身心健康发展,社区应开展青少年身心健康的协同治理,即推动青少年体质健康治理与心理健康教育在社区层面的有效融合。运用文献分析等方法开展研究,认为:社区青少年体质健康治理与心理健康教育在逻辑上存在高度关联,表现为价值理念契合、制度变迁同向、发展动力同源;应在“共建共治共享”理念下,通过模式创新、技术运用、制度创设促进青少年体质健康治理与心理健康教育在社区层面的有效融合。具体路径为:强化党的领导,健全协同治理政策制度支撑体系;拓展社区心理健康教育功能,精准对接体质健康治理;构建健康服务能力认证体系,促进终身健康教育发展;深度应用数字技术,构建青少年身心健康智慧服务体系;加强多元主体协同合作,创新健康服务组织运作模式。

关键词:青少年;心理健康教育;体质健康治理;健康中国

中图分类号:G812.45;B844.2

文献标识码:A

文章编号:1003-6873(2025)03-0053-07

基金项目:安徽省高校科学研究重点项目“新质生产力驱动户外运动产业高质量发展路径研究——以安徽省为例”(2024AH053294)。

作者简介:吴燕飞(1993—),女,江苏南通人,皖西卫生职业学院思政部讲师,扬州大学教育科学学院博士研究生,主要从事心理健康教育研究。

DOI:10.16401/j.cnki.ysxb.1003-6873.2025.03.032

第八次全国学生体质与健康调研数据显示:青少年视力不良与近视率偏高、超重肥胖率上升、握力水平下降、身体素质下滑、心理压力,以及焦虑症、抑郁症、社交恐惧症等心理疾病发生率增高^[1]。国家2021年实施的“双减”政策明确指出,要以学生为本,重视身心健康发展,优化教育生态^[2]。重视青少年身心健康发展,必须积极开展体质健康治理与心理健康教育两项工作,而体质健康治理、心理健康教育落实到社区场域,二者存在高度关联,若有机融合,能够助力健康中国建设。学界认为,当前社区在青少年体质健康治理、心理健康教育两方面开展创新实践,关键点在于横向协调、纵向联动整合中的衔接问题^[3-4]。有学者分析了社区在青少年体质健康治理、心理健康教育方面的制度程序、工作机制、行动逻辑等,并对发展前景作了思考,认为社区在青少年健康协同治理上仍存在内生动力不足、资源共享缺失、数字鸿沟加大、协同联动受阻、参与主体单一及执行障碍重重等多维困境^[4-7]。目前需依托新的治理模式、技术、理念等,推进社区青少年

体质健康治理、心理健康教育平稳运行,加强资源战略整合,优化制度安排,强化制度创设,回应健康治理诉求^[8]。鉴于此,本文将研讨青少年身心健康社区协同治理问题,即社区青少年体质健康治理与心理健康教育有效融合的逻辑、机制及实现路径。

一、青少年身心健康社区协同治理的逻辑

开展青少年身心健康社区协同治理的关键在于建立青少年体质健康治理与心理健康教育在社区层面的融合模式,大力推进青少年体质健康治理与心理健康教育在社区的深度融合发展。现阶段相关研究大都基于一般意义阐释,试图在思路作出回应,而对青少年体质健康治理与心理健康教育在社区融合的规则秩序问题有所忽视。因此,须明晰社区青少年体质健康治理与心理健康教育的逻辑关系,明确社区现阶段是否具备青少年体质健康治理与心理健康教育的内在適切性。社区青少年体质健康治理与心理健康教育共同服务于青少年健康成长,社区作为青少年健康治理的基本单元,关联家庭、学校、政府、市场组织等相关利益主体,可以调动丰富的健康治理资源,是青少年身心健康治理的基层载体,肩负发展社区健康文化、提升青少年体质健康与心理健康素质的使命。

(一)发展动力同源

从实践探索、理论研究视角分析,体质健康治理、心理健康教育与社会健康发展、健康文化繁荣、区域经济增长,存在显著正相关关系。作为由居民、组织、资源、制度等构成的复杂而多维的社会单元,社区对社会健康运行、经济稳定发展具有重要作用。首先,伴随社会转型发展、产业结构调整及经济持续增长,社会矛盾呈现几何级增长,在一定程度上增加了社区青少年身心健康治理难度^[9],亟需行政主体创新健康治理模式,增加经费投入,提升体质健康治理能力与心理健康教育水平;其次,随着经济增长,生活质量改善,青少年对社区体育锻炼、运动健身、体育活动、心理健康教育、文化繁荣等产生多元化诉求,也就是说,青少年对社区体质健康及心理健康服务与产品产生需求,这是开展社区青少年体质健康治理与心理健康教育的内生动能。研究表明,经济越发达,社区青少年体质健康治理与心理健康教育发展水平和融合程度越高。

(二)价值理念契合

社区青少年体质健康治理与心理健康教育的功能定位、价值取向具有内在关联度,在终身健康教育的价值诉求下,社区依托教育系统整合资源,服务区域经济发展、提高社区群众生活质量及健康素质,契合实现人的自由全面发展的认知。社区青少年体质健康治理与心理健康教育关系密切;社区心理健康教育有助于确立社区居民价值认同,促进社区居民共同遵守治理制度,建立具有共同价值观与情感归属的和谐社区,为社区体质健康治理奠定社区民意基础,可以优化体质健康治理生态;而社区体质健康治理,一方面通过增强体质来维护和改善心理状况,另一方面通过开展活动帮助社区居民建立良好关系,推动社区心理健康教育的有效开展。社区青少年体质健康治理与心理健康教育的有效融合是健康发展观的逻辑在实践中的延伸,指向“人人参与、人人尽责、人人有责”的社区健康治理秩序,形成社区群众共享健康治理质效、共获健康善治红利,打造善教善治的社区健康治理生态系统。

(三)制度变迁同向

在社会经济总体平稳、社会主要矛盾转换、社会转型发展的背景下,社区体质健康治理、心理健康教育等概念呈现特有理念、方式及行动力。国家相继出台社区体质健康治理、心理健康教育

政策文件,明确健康治理定位,推进社区青少年体质健康治理与心理健康教育融合发展,这是自上而下的政策赋能。体质健康治理与心理健康教育的融合在制度层面已被人们接纳、认可,人们认识到缺少社区心理健康教育,体质健康治理难以达成目标,反之,缺少社区体质健康治理,心理健康教育也难以实现其功能。因此,社区应主动承担青少年心理健康教育、体质健康治理工作,参与健康治理模式创新,以强健青少年体魄、锤炼青少年意志、健全青少年人格为核心,承担社区青少年体质健康治理风险、解决心理健康教育问题、提供健康教育资源等职责,致力健康中国建设。

二、青少年身心健康社区协同治理的机制

如前所述,社区青少年体质健康治理与心理健康教育工作在动力、价值与制度上相互关联,构建青少年身心健康的社区协同治理模式具有重要价值。青少年身心健康发展的社区协同治理的关键在于青少年体质健康治理与心理健康教育在社区层面的融合,二者的融合并非社区体质健康治理与心理健康教育业务、功能的简单叠加,而是对“与”的系统探究。此“与”是差异性物质融合的过程,通过机制创设促进二者之间互联互通、相互作用、相互影响、互补协同,持续体现体质健康治理、心理健康教育的价值。

(一)顶层思想指南:共建共治共享

习近平总书记在党的十九大报告中明确提出“打造共建共治共享的社会治理格局”,这一理念内涵丰富,遵循事物发展规律,明确社区治理改革方向,指引社区治理战略规划^[10]。对于促进青少年身心健康发展的社区协同治理而言,“共建共治共享”逻辑路径明确,具有共同建设、共同治理、共享成果、共生发展等内涵,目标是在社区层面破解社区青少年身心健康治理矛盾,为构建青少年体质健康与心理健康协同治理共同体提供理论支撑。它以体质健康治理与心理健康教育融合为路径,为社区青少年体质健康治理与心理健康教育融合的模式创新指明方向,强调政府部门、学校、社区、家庭、市场组织等多元主体共同参与青少年身心健康治理,整合社会群体、市场主体、行政主体资源,形成青少年身心健康社区治理合力,打造体质健康治理与心理健康教育服务公共平台,营造社区体质健康治理与心理健康教育的良好生态,实现社区体质健康治理效果最优、心理健康教育提质增效,满足青少年身心健康治理利益诉求,让全社会共同享有青少年健康治理成果。

(二)现实推动要素:模式、技术、制度创新

社区青少年身心健康协同治理的模式创新体现在价值释放、理念认知及组织运营等方面。锚定健康中国战略,社区开展体质健康治理与心理健康教育应主动变革理念观念、组织形式、活动方式、结构路径等,提高社区体质健康治理与心理健康教育对变革的适应性,建立体质健康治理与心理健康教育的融合模式,推动制度变迁、社会发展、科技进步与社区身心健康治理双向互动。技术创新是赋能社区青少年身心健康服务的关键因素,在实践探索中应充分运用人工智能、元宇宙、大数据、区块链、互联网等技术,为实现信息集成、联通创造条件,推进智慧治理与整体治理,让现代技术在社区青少年身心健康治理中发挥关键作用^[11]。制度创新是社区体质健康治理与心理健康教育融合的创新枢纽,不管是非正式制度还是正式制度,应规范健康治理共同体行为,在实践治理中利用制度的多层次性和多样性,打破社区青少年身心健康服务组织刚性壁垒^[12],重塑社区青少年健康服务、教育、治理等机构的柔性治理边界,激发健康治理内生动力。在实际治理中要秉持互联互通、开放融合、终身体质健康治理与心理健康教育等理念,整合各方

资源,统筹行政与非行政主体治理因素,提供优质健康服务,促进精准健康治理。

三、青少年身心健康社区协同治理的实现路径

社区青少年体质健康治理与心理健康教育的融合机制是差异性业务线的系统整合,涵盖多元要素的相互协同、多元主体的相互联结,要遵循相应的治理范式、逻辑关系,基于“共建共治共享共康”治理理念,依据体质健康治理与心理健康教育的融合互嵌,推进制度、技术、模式创新,实现高质量发展。

(一)强化党的领导,健全深度融合治理政策制度支撑体系

推动社区青少年体质健康治理与心理健康教育的融合创新,要强化党的集中统一领导,充分发挥党总揽全局、协调各方的领导核心作用,明确青少年体质健康治理与心理健康教育融合发展的目标、任务、路径与保障措施。如果青少年身心健康社区协同治理中的相关利益主体各行其是,都从自我本位出发,容易引发青少年健康社区治理的混乱局面,导致体质健康治理与心理健康教育无法有效融合。社区要强化组织领导,健全体质健康治理与心理健康教育网络,推动社区体质健康治理与心理健康教育协同运转,提升青少年健康社区协同治理的有效性,提升社区对相关利益主体的响应度。要以新发展理念引领青少年健康社区协同治理规范发展,深化社区体质与心理健康资源供给侧改革,优化制度创设,推进社区体质健康治理与心理健康教育制度改革,建立健全社区青少年体质健康治理与心理健康教育融合的体制机制,鼓励多元主体参与,加快健康产品研发,丰富健康产品与服务供给。

(二)拓展社区心理健康教育功能,精准对接体质健康治理

社区青少年体质健康治理与心理健康教育融合是差异性业务的融合发展,新型社区应成为青少年体质健康治理与心理健康教育协同治理的平台,通过结构集成和模式融合助力青少年健康治理。第一,强化顶层设计,赋能青少年健康治理。增加心理健康教育服务供给,整合体质健康服务资源,构建横向协同、纵向联动机制,树立社区健康教育大局观,构建社区心理健康教育学习、终身体育锻炼平台,将学校心理健康教育、社会组织体质健康服务纳入社区系统,拓展体质健康治理功能,丰富心理健康教育项目,实施健康治理补偿行动。第二,推动社区体质健康治理与心理健康教育高效对接。在功能定位上,构建“预防-干预-促进”三位一体的心理健康教育体系,通过心理筛查为社区青少年建立个人心理档案,实现心理问题的干预服务,同时将体质健康治理与心理健康教育相融合,设计以促进身心健康发展为目标的的活动。例如开展“运动减压营”,将瑜伽、慢跑等有氧运动与正念冥想、情绪管理课程相融合,让青少年在锻炼体魄的同时,学会调节情绪,释放压力,实现体质健康与心理健康的双向促进。在服务形式上,社区应创新开展心理健康教育活动,提高青少年的参与度,将这些活动与体质健康项目紧密结合。如组织心理健康主题定向越野赛,在赛程中设置心理知识问答关卡,让青少年在运动过程中学习心理健康知识;开展亲子心理健康运动会,通过家庭协作类运动项目,既增强青少年体质,又促进亲子沟通,改善家庭成员关系,助力社区青少年心理健康、体质健康协同发展。

(三)构建健康服务能力认证体系,促进终身健康教育发展

社区青少年体质健康治理与心理健康教育的融合运行离不开多元主体的参与,应从源头上促进多元主体参与青少年健康治理,明确青少年体质健康治理与心理健康教育之间的逻辑关系,以心理健康促进体质健康,以体质健康保障心理健康,抓住体质健康、心理健康的可度量性,促进

青少年的体质与心理健康。第一,推进终身心理健康教育立法,推进跨部门协同联动,改变传统单一治理模式,优化社区心理健康教育与体质健康治理融合模式,为推进青少年健康治理能力与治理体系现代化奠定扎实根基。第二,构建健康型社区和终身健康教育体系,建立国家层面能力认证体系,构建青少年体质健康和心理健康服务知识体系,明确体质健康治理与心理健康教育能力标准,实施体质健康服务、心理健康教育等专业技能培训与资格认证制度,动态评测社区工作人员实施青少年健康协同治理所需的综合能力与技能水平。第三,建立健康银行系统,为青少年开设健康学习系统,建立体质健康与心理健康档案,实施体质与心理健康水平认证,为青少年提供一站式智能化健康银行管理服务,拓展社区体质健康治理与心理健康教育功能,促进青少年健康成长。

(四)深度应用数字技术,构建青少年身心健康智慧服务系统

智能化时代,元宇宙、人工智能、区块链、大数据等新兴技术能够全面整合社区青少年身心健康数据,打造覆盖全周期的智慧服务模式,推动体质健康治理与心理健康教育的深度融合,为动态促进青少年身心健康发展的社区协同治理提供新路径。第一,建立智能健康管理系统,拓展技术在体质健康治理与心理健康教育领域的运用场景,借助物联网设备搭建全方位的青少年体质健康和心理健康监测网络,动态识别青少年的身心健康状况。通过智能手环、运动手表等可穿戴设备,实时采集青少年的心率、睡眠质量、运动步数、卡路里消耗等生理数据;在社区运动场所安装智能传感器,监测青少年参加篮球、足球等运动时的运动姿态、运动强度等数据;将心理健康纳入监测体系,可开发心理健康自评小程序,让青少年通过手机端定期完成情绪状态、压力水平等测评,由系统自动记录数据并生成心理健康动态曲线;等等。这些数据通过物联网技术汇聚到智能健康管理系统,构建起包含体质健康与心理健康的综合数据库,为后续分析和提供服务提供数据支撑。第二,运用大数据与人工智能技术实现服务的精准化与个性化,对社区青少年进行群体细分、个体画像,实施健康服务定位,提供个性化服务,引导资源优化配置与合理流动,推动社区青少年健康协同治理转向智能化、个性化、多元化。通过大数据技术对综合数据库中的海量数据进行深度挖掘,分析青少年体质健康与心理健康之间的内在关联,借助人工智能为社区青少年制定个性化身心健康服务方案。如对于体质较弱且存在社交焦虑的青少年,推荐包含团体运动课程与社交技能训练的融合方案;对于运动过量导致睡眠障碍的青少年,提供调整运动计划结合放松冥想训练的方案。此外,利用人工智能的预测功能,提前识别可能出现身心健康问题的青少年,及时发出预警,以便社区工作人员和家长采取干预措施。第三,依托“大智移云”技术,整合体质健康治理与心理健康教育资源,打破社区体质健康治理与心理健康教育孤岛式工作局面,破除数据开放共享壁垒,利用智能技术构建青少年健康社区协同治理共同体^[13],推动社区体质健康治理与心理健康教育主体互联互通,引领多元主体参与社区青少年体质健康治理与心理健康教育,进而建立青少年身心健康社区智慧服务系统。

(五)加强多元主体协同合作,创新健康服务组织运作模式

无论是青少年体质健康治理,还是青少年心理健康教育,单独依赖行政主体的力量难以有效开展,亟需创建多元主体协同联动模式。协同是社区促进青少年身心健康发展的核心要义,即把社区的分散诉求整合到社区体质健康治理与心理健康教育协同治理框架内。第一,推进社区体质健康治理与心理健康教育的联动发展,减少过度依赖政府行为^[14]。要借助机制创设、制度安排吸引心理健康教育机构、高等学校、社会健康服务团体、体质健康服务机构等多元主体进入社区。学校是青少年身心健康教育的主阵地,社区必须与学校密切合作;可将校内的心理健康课程

与体质健康训练延伸至社区场景,利用社区的运动场地和实践资源,开展户外心理健康拓展活动、社区运动会等;对于学校筛查出的存在体质或心理健康问题的青少年,在保证青少年隐私权的同时,社区应多加关注,与家庭保持密切沟通,跟进治疗康复情况,给予家庭必要的物质帮助和心理援助。社区可以引入社会组织的专业服务,如邀请专业心理机构开展心理辅导培训,联合体育俱乐部提供特色体育辅导、举办体育健身讲座,邀请健康专家向社区群众普及青少年身心健康知识,指导家长在家庭中营造良好氛围,共同促进青少年健康成长。社区可在学校、家庭、医疗机构、心理服务机构、体育机构等多元主体之间充当桥梁,整合资源,化解社区在促进青少年身心健康发展时遇到的资源匮乏困境,同时优化社区身心健康教育的利益分配机制,通过联系各方共同促进社区青少年体质健康治理与心理健康教育融合发展^[15]。第二,创新健康服务组织运作模式。在城乡一体化、心理健康教育现代化、卫生健康治理体系及治理能力现代化等驱动下,打破传统惯性思维,探索个性化健康服务模式,以心理健康促进体质健康,以体质健康保障心理健康,服务社区青少年健康成长,防止社区心理健康服务机构粗暴式规模化扩张。第三,确保社区体质健康治理、心理健康教育与国家长远发展规划、战略布局保持高度一致。立足全过程参与体质健康治理与心理健康教育,聚焦青少年身心健康治理难题,通过多元主体共治服务模式,把社区体质健康治理、心理健康教育与公共服务、商业服务进行联结,拓展青少年健康协同治理空间,建立青少年身心健康教育、治理、管理协同的社区治理新格局,多维度提升社区青少年健康发展水平。

基于“共建共治共享”理念的青少年身心健康社区协同治理,亟需优化青少年体质健康治理与心理健康教育的供给侧改革,以推进青少年健康治理重心下移。已有的社区实践探索为青少年体质健康治理与心理健康教育在社区进一步融合提供了经验、创造空间,青少年体质健康治理与心理健康教育在社区的融合模式,是健康中国战略下体质健康治理、心理健康教育的价值定位、组织形式、运作方式等的有效集成,能够减轻某一主体独立承担青少年健康治理的负担。应该注意的是,青少年身心健康的社区协同治理是一个渐进过程,须强化政策扶持、制度创设支撑,也须探索社会变迁、技术演进对青少年身心健康社区协同治理的影响,为青少年健康发展奠定扎实根基。

参考文献

- [1] 第八次全国学生体质与健康调研显示:我国学生体质与健康状况总体改善 初中生最明显[EB/OL]. (2021-09-03)[2024-07-25]. http://www.jyb.cn/rmtzcg/xwy/wzxw/202109/t20210903_617409.html.
- [2] 国务院办公厅、中共中央办公厅、国务院办公厅印发《关于进一步减轻义务教育阶段学生作业负担和校外培训负担的意见》[EB/OL]. (2021-07-24)[2022-09-25]. http://www.gov.cn/zhengce/2021-07/24/content_5627132.htm.
- [3] 周洪静. 育心育人:家校社协同推进青少年心理健康教育[J]. 中国教育学刊, 2024(6):107.
- [4] 马德浩. 发达国家青少年体质健康协同治理的经验与启示[J]. 沈阳体育学院学报, 2022, 41(5):69-75.
- [5] 陆金金, 毛知航, 徐承启, 等. 德国儿童青少年心理健康教育与服务体系研究[J]. 基础教育参考, 2024(4):12-26.
- [6] 王易之. 我国青少年心理健康教育现状及建议[J]. 发展研究, 2023, 40(9):35-39.
- [7] 梁风, 胡磊, 沈清敏. 突发公共卫生事件下体育锻炼促进青少年心理健康教育研究[J]. 重庆理工大学学报(社会科学), 2023, 37(2):130-136.
- [8] 周文. 论社区健康管理策略[J]. 中国全科医学, 2009, 12(23):2189-2190.
- [9] 宋学岷, 赫秋菊, 张绍礼. 健康促进视域下青少年体质健康教育模式的构建[J]. 沈阳体育学院学报, 2013, 32(3):137-138.

- [10] 方程. 青少年“三位一体”体育健康教育模式研究: 基于西安市的调查[J]. 成都体育学院学报, 2013, 39(5): 37-43.
- [11] 李冲, 史曙生. 精准治理: 青少年体质健康促进治理范式的转换[J]. 上海体育学院学报, 2019, 43(4): 1-6.
- [12] 江国华, 刘文君. 习近平“共建共治共享”治理理念的理论释读[J]. 求索, 2018(1): 32-38
- [13] 李冲, 史曙生. 我国青少年体质健康治理现代化: 基本逻辑、现实审思与未来展望[J]. 上海体育学院学报, 2022, 46(6): 21-30.
- [14] 俞国良. 心理健康教育的新诠释: 教育效能视角[J]. 清华大学教育研究, 2024, 45(1): 110-119.
- [15] 李冲, 史曙生. 青少年体质健康大数据治理的行动框架与实践路径[J]. 体育文化导刊, 2021(8): 67-73.

The Integrated Approach for Promoting the Physical and Psychological Health of Adolescents in Communities

WU Yanfei

(West Anhui Health Vocational College, Lu'an, Anhui, 237005, China)

Abstract: In order to promote the physical and psychological health of adolescents, efforts should be made to facilitate the integration of physical fitness management and psychological health education in communities. Through the literature review and other research methods, the researcher finds that there is a close logical correlation between the two, which is embodied on the levels of value orientation, system evolution, development dynamics. Guided by the principle of collaborative construction, co-governance, and sharing, we should strengthen the leadership of the CPC, improve the system support; expand the mental health education in communities, ensure precise coordination with physical fitness management systems; establish a certification system for health service capabilities and promote the development of lifelong health education; make full use of digital technology to build a smart service system; coordinate the efforts of multiple stakeholders and innovate the operational model of health management.

Key words: adolescents; psychological health education; physical fitness management; Healthy China Initiative

〔责任编辑:何敏敏〕