

领导干部心理健康保障体系构建路径研究

——以 S 市为例

杨 华

摘 要：领导干部心理健康问题关系到我国政治、社会、经济等各项工作的管理与运行情况，对我国社会主义伟大事业建设有着重要影响。文章以 S 市构建的领导干部心理健康保障体系为例，探究其具体构建路径：建立健全领导干部心理健康保障组织管理制度，构建系统化领导干部心理健康教育培训体系，提升领导干部自身健康心理理念与心理调适能力。从本质上剖析领导干部心理健康保障体系核心内容，为其他地区建设领导干部心理健康保障体系提供参考依据。

关键词：领导干部；心理健康保障体系；构建路径

中图分类号：D262.3 **文献标识码：**A **文章编号：**1673-5706（2021）03-0123-06

中国共产党是中国特色社会主义事业的领导核心，肩负着带领全国各族人民实现中华民族伟大复兴的光荣使命，党政领导干部作为各级党政部门的中枢力量，对推进社会主义建设起着先进模范带头作用。但是近年来各级领导干部面临的挑战增多，承受的心理压力也越来越大。由于某些领导干部心理调适能力不强，自身难以纾解，这些存在心理健康问题的领导干部，轻者影响家庭生活质量，降低工作效率，重者出现精神异常，甚至导致自杀现象的发生。中纪委、中组部、监察部联合下发《关于关心干部心理健康提高干部心理素质的意见》（中纪发〔2011〕40号）要求各部门、各单位要切实提高基层干部心理素质，增强领导干部自我调节的能力，关注党政领导干

部心理健康已经成为一项重大的政治任务。习近平总书记在党的十九大报告中提出“加强社会心理服务体系建设”，新颁布的《中国共产党支部工作条例（试行）》要求党支部应当注重分析党员思想状况和心理状态。领导干部心理健康水平不仅直接关系其自身素质的提高，还关系到国家政权的正常运转，关系到中国特色社会主义事业繁荣兴旺和国家的长治久安。加强领导干部的心理健康问题直接关系到我国政治、社会、经济等各项工作的管理与运行情况，在一定程度上关系到我国社会主义建设伟大事业的成败。本文以 S 市构建的领导干部心理健康保障体系为例，剖析领导干部心理健康保障体系核心内容，为其他地区建设领导干部心理健康保障体系提供参考依据。

一、建立健全领导干部心理健康保障组织管理制度

S市为落实党内激励关怀帮扶制度,进一步把握领导干部队伍的思想动态,了解其存在的心理健康问题,S市机关工委专门设立调研小组,多次深入对市直机关工委系统领导干部心理健康问题进行调研,深度解读与分析S市领导干部心理健康问题背后的原因,在不断摸索探究的过程中逐步建立健全领导干部心理健康保障组织管理制度,从根本上减轻领导干部的心理健康问题。

(一)建立以心理健康知识宣传、教育与专项培训为核心的组织制度

S市直机关工委系统通过心理健康知识的宣传、教育和专项培训,加强领导干部对心理健康的重视程度,促进其心理健康水平的提高。S市在各个系统开展系列化专题式心理健康知识宣传活动,呼吁领导干部关注自身精神健康,积极预防不良心理状态带来的行为问题,同时端正态度正确对待各种精神与心理卫生问题,一旦出现心理问题,务必求助心理支持,寻求专业心理咨询服务,建立自我精神健康意识,形成领导干部重视心理健康、心理支持全面化的氛围。

(二)建立一套领导干部心理健康状况跟踪调查常态化体系

S市组织各个部门建立领导干部个人心理健康情况档案,实时跟踪和掌握领导干部心理健康状况及行为特征。通过对S市领导干部压力源的调查发现,有96.4%的领导干部承受着来自工作方面的巨大压力,承受晋升与考核方面的压力、各种人际关系的压力、对自我的要求与道德上的压力的分别占62.7%、25.2%、42.7%与21.6%。

依据调查结果,S市针对由于工作压力大可能出现心理问题的领导干部采取常态化心理访谈与心理辅导的方式进行干预;对于已经出现心理问题的领导干部依据其心理情况档案,及时提供专业的心理援助服务,缓解其心理问题。同时S市

将领导干部的心理预警与疏导工作当成常态化的日常工作,建立了较为完善的心理预警与疏导机制,实时关注领导干部心理健康情况,真正提供全方位跟踪心理健康服务。

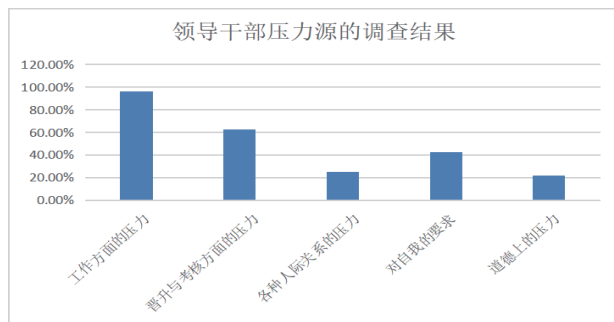


图1 关于领导干部压力源的调查结果^①

(三)建立切实可行的领导干部谈心谈话制度

S市组织各个部门制定个性化领导干部谈心谈话制度,开展各种常态化谈心谈话活动,重点做到“七必谈”:发现领导干部出现思想波动时必须谈心谈话;当领导干部工作过程中出现推进不力,甚至出现工作失误时必须谈心谈话;一些领导干部被反映有问题、受到处分时必须深度谈心谈话;领导干部在学习、生活、工作中遇到较大困难时必须深度谈心谈话;领导干部个人岗位进行调整时必须深度谈心谈话;工作在重点单位、岗位的领导干部必须深度谈心谈话;领导干部主动约谈的必须深度谈心谈话。坚持践行领导干部谈心谈话制度,实现谈心谈话全覆盖,市直部门主要领导每年至少与每名干部谈心谈话一次;街道党工委书记每年至少与每名干部谈心谈话一次。领导干部谈心谈话是党的组织生活的重要形式,谈话谈心过程中坚持开诚布公、与人和善,可进行多样化谈话形式,彼此敞开心扉,有话当面讲,客观看待存在的问题与事实,相互交流彼此的工作、生活状态,真正实现心理上沟通理解,达到谈话谈心制度的初衷,了解领导干部的心理状态,及时发现其心理问题,早预防、早发现、早治疗、早痊愈。

^① 该图中数据源于S市市直机关工委系统党员干部心理健康状况调研报告。

(四)为不同程度心理问题的单位领导干部提供专业有效的心理援助

S市依据前期的心理健康测评情况将各个部门划分为一般性心理问题单位与心理问题比较严重的单位,采取有针对性的心理援助服务。针对一般性心理问题的单位要普及心理健康常识,开通心理热线咨询,定期进行心理健康测试筛查,及早发现领导干部心理问题,提供适宜的心理健服务;组织有助于心理健康的活动,比如开展趣味性团建活动,设计有趣的心理小游戏,借助于良好的行政组织文化活动普及心理健康常识,使领导干部在轻松愉悦的团建活动中感知党组织的关爱,有助于领导干部保持积极向上、稳定乐观的情绪,减轻其职业心理压力,永葆工作热情与积极性,在潜移默化中学习掌握心理健康常识,建立良好的心理健康理念。对于心理问题比较严重的单位,如S市人民检察院,采用重点援助与干预,组建一支专业化程度较高的心理咨询帮扶团队,结合其心理问题情况,提供有针对性的心理咨询与转介服务,深度进行心理健康知识宣传、干预、转介服务,提供物质与精神方面的支持,在尊重隐私前提下让心理健康问题严重的领导干部感受到党组织的尊重、理解、同情与关怀,因人而异地提供积极、有效、专业的心理治疗,帮助其顺利克服心理危机,将心理健康问题作为党政机关思想政治工作的重要内容。

(五)从组织制度层面建立领导干部心理危机干预机制

S市成立领导干部心理健康服务中心,结合实际情况建立由组织部门、卫生部门、心理专家学者组成的专兼职相结合的心理健康服务团队,该团队结合不同部门实际情况定期开展心理专题讲座、线上心理健康热线交流、心连心援助热线咨询、情绪管理课程等形式多样、线上线下的各项心理健康服务活动。领导干部心理健康服务中心经常聘请专业心理人士为系统内领导干部提供心理方面的诊断、评估、指导、咨询与培训等服务项目,为领导干部在处理各种压力与应激、不良情绪、家庭与婚姻冲突、社交恐惧、身心亚健康等方面进行心理疏导。领导干部心理健康服务

中心致力于心理健康检查,检查结果在充分尊重个人隐私的基础上对其病情严格保密,针对存在心理问题的领导干部进行心理检查,制定个人心理健康辅导计划,有效开展心理辅导。对于经历突发性危机事件或者心理创伤、心理障碍严重的领导干部,成立心理治疗小组,邀请行业内心理专家会诊后制定心理治疗方案,及时进行心理干预,做到有效控制、心理疏导与干预。一些出现明显强迫症、躯体化、抑郁、焦虑、敌对、偏执等症状的领导干部,要调整工作部门,改变工作状态,防止心理问题严重化,领导干部心理健康服务中心会派专人进行心理测量,进而采取专业手段进行心理调适与治疗。

(六)建立领导干部心理测试与心理考察的测评选拔系统

S市深知解决领导干部心理健康问题的关键是科学的政府职务晋升制度与人才选拔机制。科学合理的、制度完善的领导干部考核制度,让每位领导干部有平等的升迁机会,只有公平公正的晋升制度才能让德才兼备的领导干部脱颖而出,健康的工作环境能减轻工作压力,有助于领导干部职业理想的实现,有利于其心理素质的提升。在当前完善的公务员考试制度基础上,S市将心理测评列为人才选拔考核的重要内容,在人才选拔时引入心理测评机制,选择心理素质好、职业技能强的人才加入到队伍中,并根据心理健康状况合理分配工作岗位。逐步将领导干部心理测试与心理考察的测评选拔系统运用于提拔厅级、副厅级领导干部工作中,这推动了人事管理的改革,在一定程度上推广了心理测评技术,同时也增强了对领导干部心理健康问题的重视程度,对心理健康保障体系的建立具有创新性、突破性的意义与价值。

二、构建系统化领导干部心理健康教育培训体系

党校作为培训轮训党员领导干部的主渠道,具有提供心理服务的平台优势,党校的心理健康教育培训也是领导干部心理服务体系建设的的重要组成部分。S市当地市委党校结合领导干部心理健康情况与培训需求,在领导干部心理健康教育培训方面发挥其独特优势,构建了系统化的领导干

部心理健康教育培训体系,提供专业的心理健康服务。

S市打造具有特色的专项领导干部心理健康培训课程体系,致力于建立个性化、科学化、多样化、形式多样、内容丰富的专项心理健康培训课程,如基于领导干部的心理测评情况开发了具有鲜明特色的、针对性强的专项心理健康培训课程。通过对S市全体领导干部进行科学的心理测评,全面系统地了解了领导干部并将心理测评结果作为开发特色的专项领导干部心理健康培训课程的参考依据。根据领导干部的心理健康理念设计常识性心理科普课程,普及心理健康的概念、重要性、基本的心理问题识别方法以及简单实用的心理压力疏导方法。探究设计提升领导干部心理健康水平的综合类心理培训课程,将常规化领导干部心理健康培训、理想信念教育、党性锻炼与党员德育有机结合,开展的培训课程有从政道德心理、工作抗压训练等,探究心理健康、党性修养二者的内在联系与发展规律,构建领导干部健康心态与政治心态和谐发展的心理健康培训体系。根据心理测评情况,设置心理调适类、心理压力释放方法等课程,结合机关工委系统不同部门工作特点,有针对性开设沟通技巧、团队构建、激励机制、危机公关处理与职业压力调适等方面课程,为领导干部提供科学的心理调适方法,助力其心理健康发展。

有特色的专项领导干部心理健康培训课程设

计坚持以实际问题为导向,结合不同部门领导干部工作差异性,根据其所需心理服务的差异化需求,聚焦其关注的热点问题,依据重大社会事件中问题产生背景,寻求领导干部心理健康培训与业务技能培训的契合点。比如新冠肺炎疫情期间,S市结合实际情况,开展线上+线下、全方位的心理预防性干预活动,为奋战在疫情防控一线的领导干部提供适宜的心理援助,切实提高领导干部的执政水平与心理健康水平。结合领导干部的年龄、性别与岗位,有计划、有步骤地实施心理健康培训活动。比如尤其关注女性领导干部的心理健康问题,调查发现有32.3%的女性领导干部有心理问题,高于男性领导干部心理问题占比。

女性领导干部面临着繁重的工作压力与艰巨的家庭责任压力,同时女性由于生理原因更容易有情绪方面的问题,极易出现焦虑、抑郁等心理问题,S市直机关工委系统联系妇联、共青团等组织为女性领导干部开展以缓解工作与生活双重压力、不良情绪的形式多样内容丰富的女性专题心理健康活动,比如在“三八”妇女节开展“科学减压,关爱自我”的主题活动,邀请心理专家针对女性领导干部开展心理健康知识讲座,用生动的案例引导女性领导干部树立科学正确的心理健康理念,关注自身心理状况,掌握缓解工作、家庭双重压力的方式与技巧,做幸福生活的奋斗者。这样的主题活动在很大程度上缓解了女性领导干部的心理压

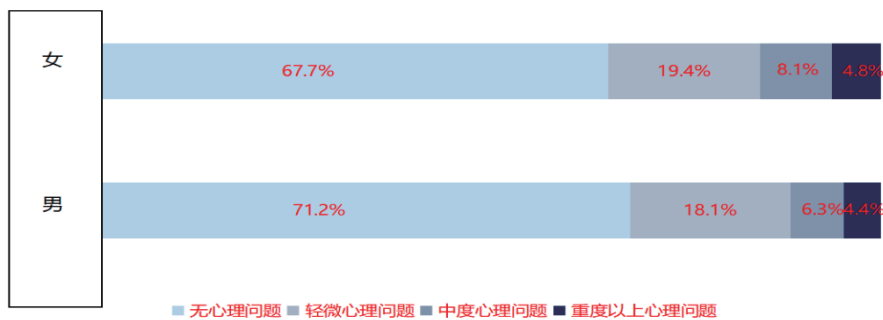


图2 S市不同性别领导干部心理状况调查结果^①

^① 该图中数据源于S市市直机关工委系统党员干部心理健康状况调研报告。

力,有助于女性领导干部心理健康发展。

通过对S市各个部门的问卷调查、实地走访与面对面座谈等形式加强基层领导干部心理健康情况调研工作,开展常态化心理专题辅导,将心理方面问题的答疑解惑纳入到心理健康培训的各个环节。工作在一线的领导干部,更容易因工作压力引起焦虑、紧张、抑郁等心理问题,我们应给予更多心理关怀,只有进行实地调查后才能为其提供适宜的、专业的心理健康培训,真正起到心理健康培训的关键性作用。S市采取因人施教的心理健康培训模式,根据不同级别、不同岗位、不同地区领导干部心理情况设计不同类型、程度的心理健康培训内容,差异化的心理健康培训项目能最大限度地满足领导干部的培训需求,为实现良好的培训效果提供前提与保障。

S市结合特色化领导干部心理健康培训进行心理服务新模式的探索,依据心理健康教育培训侧重于实践操作的特点,提供多样性的心理健康教育自主学习与自助服务线上线下平台。线下心理服务平台有多种形式的心理沙龙、敞开心扉的心理吐槽大会、音乐SPA、心理体验馆等,同时在领导干部工作场所及宿舍、图书馆等地方投放心理健康方面的书籍及资料,提供触手可及的心理自助服务,在实践中建立丰富的心理健康培训模式,利用多种学习资源环境增设多样化的心理自助服务。线上心理服务平台主要在网络学习平台提供各种类型的心理健康课程,领导干部可根据自身心理需求选择课程进行自主学习;并与相关软件开发平台合作,开发适合领导干部解压、舒缓情绪的游戏APP,为其提供心理放松解压服务,释放负面情绪与压力,从而减轻其心理健康方面问题。近年来,随着网络信息技术发展,结合互联网与移动设备,开启远程心理咨询服务,充分利用全国先进的精神卫生医疗机构与专业的社会心理服务机构等资源,为存在心理问题的领导干部提供专业化、高质量的心理诊疗服务,有效地提高了S市领导干部心理健康水平。这种线上+线下的心理健康服务平台的建立,打破了心理援助的时间与空间限制,方便快捷地满足了领导干部心理健康服务需求。在线心理服务平台与

心理健康大数据为S市直机关工委系统领导干部心理问题提供了系统全面的分析,为进一步完善直机关工委系统心理培训服务系统提供了指导与保障,进而有助于为领导干部提供更高质量的心理培训,提高市直机关工委系统领导干部心理健康教育培训与心理服务的针对性和实效性。

三、提升领导干部自身健康心理理念与心理调适能力

领导干部在提高职业能力的同时要充分认识到心理健康的重要性,树立正确的心理保健意识与理念。为此,S市积极开展各项普及心理健康知识与心理调适方面的活动,引导领导干部正确认识心理问题,避免心理问题“病耻感”,摒弃对心理问题的偏见,勇敢正视自身心理问题,积极进行有效的自我调适,必要时寻求组织上的心理援助,运用正确的方法治疗心理问题。领导干部要增强自身的客观自我认知能力,理性看待自身优势与不足,形成正确的自我认知,这样才能悦纳自我,避免过高或过低的自我评价,有利于减轻由于自我认知不当带来的不必要的心理压力。

树立健康的心理理念有助于提高工作效能与改革创新能力,S市开展“积极向上、阳光心态”的心理健康主题活动,引导领导干部用积极向上、稳定饱满的情绪状态对待工作与生活。领导干部在面临工作与生活双重压力时,难免会情绪波动,尤其是遇到像新冠肺炎疫情这样的重大突发事件,更容易感到身心俱疲、烦躁焦虑,这时理性、冷静、平和的心理状态有助于理智面对紧急、复杂情况,做出正确的判断,沉着冷静处理好各种事件。每个领导干部的心理反应与心理素质存在差异,这与其成长的家庭环境、个人心理状态、学习情况与个人境遇等息息相关。S市致力于提升领导干部的心理调适方法的掌握,关注其工作与生活环境的变化,重视其身心健康情况,引导领导干部关爱自身心理健康、保持积极向上、阳光的心理状态,一旦出现消极情绪,帮助他们合理适宜地进行心理宣泄、客观正确地看待个人成败得失,保持乐观健康的心态。对于存在心理问题的领导干部,S市直机关工委系统为其提供社会支持与援助,安排专业的心理咨询师对其进行心理疏导与干预。

引导领导干部平衡社会角色与家庭角色。领导干部扮演不同的社会角色,在工作中他们不仅是管理者还是执行者,家庭生活中他们既是家长还是子女,双重角色致使其承担与肩负着多种压力责任,他们希望兼顾好工作与生活,但是往往事与愿违,工作与家庭压力的交织使其身心俱疲,这样就容易出现心理问题。因此,领导干部应懂得“鱼与熊掌不能兼得”的道理,根据具体情况进行权衡与倾斜,进而减轻压力,预防心理问题出现。另外,高雅的情操与生活情趣能进一步丰富领导干部对生命的感知体验,培养领导干部高雅的生活情趣能够减轻其工作、生活带来的压力,舒缓不良情绪,陶冶高尚情操,缓解领导干部心理健康问题。

S市直机关工委系统通过塑造良好的行政组织文化、建设和谐工作环境等措施提高领导干部心理调适能力。行政组织文化制约和影响行政组织的结构、运转程序、决策过程以及行政人员的行为、作风、态度、价值观等。良好健康文明的行政组织文化有利于促进领导干部积极向上、乐观阳光心理状态的形成。S市致力于建设良好的行政组织文化,推进以民主、公开、公平、公正的竞争制度与考核制度为核心的人事制度改革,健全完善领导干部聘任制度,制定了以保障、鼓励与提升领导干部工作积极性的培养、选聘的有效策略和措施,全力打造人际关系和谐、工作环境良好的关爱领导干部心理健康的行政组织文化,使系统内领导干部以饱满的工作热情与良好的精神状态投入到各项工作中,提高其工作积极性与主动性,发挥了健康文明行政组织文化的导向、协调、凝聚与激励作用,最大程度上挖掘发挥了领导干部潜能,实现了各种行政资源的最佳配置使用,减轻了领导干部群体的职业心理压力,使各级领导干部带着主观的职业幸福感投入到各项工作之中。

参考文献:

- [1] 李朝波.探索在党校建立领导干部心理服务平台[J].中国党政干部论坛,2019,(1):34-37.
- [2] 苏曼丽.加强领导干部心理健康教育培训

和心理健康体系建设研究[J].南宁师范大学学报(哲学社会科学版),2020,(5):111.

[3] 罗素琼.基层中青年领导干部心理健康现状与心理疏导研究[D].中南大学,2012:27.

[4] 顾芸.基层领导干部心理健康状况分析与对策研究——以A副省级市B区为例[D].浙江工业大学,2017.

[5] 孙文超.基于SCL-90量表的社会转型下处级领导干部心理健康研究——W某省某局为例[D].南京大学,2016.

[6] 李鸿,李秀艳.领导干部心理困境成因分析及应对策略[J].吕梁学院学报,2019,(6):62-66.

[7] 胡月星.推进领导干部心理健康服务体系建设的着力点[J].领导科学,2020,(11):5-7.

[8] 黄小梅.新时期领导干部心理健康教育的实践探索[J].心理月刊,2020,(5):78-79.

作者:杨华,中共深圳市委党校哲学与文史教研部副教授

责任编辑:周修琦