



今天
晴到多云
东南风3-4级
23-32℃

明天
多云
东南风3-4级
24-30℃

今日 1 叠 12 版
总期数第 8303 期

今日空气质量
上午:优
下午:优至良

[标题新闻]

中关村论坛今晚开幕 中央
广播电视总台现场直播

习近平将以
视频方式致辞

新闻晨报

2021年9月24日 星期五 农历八月十八

追/求/最/鲜/活/最/实/用/的/新/闻 SHANGHAI MORNING POST

教育部加大查处“众筹私教”

将治理打着国际旗号的竞赛 加快校外培训管理条例立法进度 对非学科类机构管理一并纳入

首席记者 庞菁涵

晨报讯 昨天,教育部召开新闻通气会,介绍规范校外培训机构管理制度建设有关情况及下一步的工作内容。其中提到,将加大对“一对一”“高端家政”“众筹私教”“住家教师”等

隐形变异违规行为的查处力度。

某社交平台,“住家家教”的广告比比皆是,资料页面包含了从女教师到男教师、从国内外名校本科到研究生、从培训机构出身到公办学校在职教师在内的众多人力信息,人物视频皆以英文自我介绍展开,颇具吸引力。

而这些广告不乏出自一些“高端家政”公司。

一位常年聘请一对一上门家教、外教的家庭表示,秋季学期以来,他们的上门课程还在继续进行,只是老师的上课时间要做出调整,因为周中需要按照学校安排轮值晚托班的看

护工作。

很显然,这样的情况存在监管困难,不需要备案、分散而隐秘,如何界定、如何查处,是接下来实操所要面临的问题。

此外,新闻通气会还提出,将治理打着国际旗号的竞赛,加快校外培

训管理条例立法进度,对非学科类机构管理一并纳入。学科类培训转向、资本涌入非学科培训等问题,亟需出台相应指导意见,防止出现政策空白。

目前,教育部会同相关部门密集出台了一系列配套文件,基本构建起了“1+N”的“双减”政策制度体系。

600号 表情包 出炉了

继月饼和画廊后,原创心理健康科普表情包亮相

记者 潘文

晨报讯 近期,600号月饼和600号画廊风靡全网,也引发了大众对于心理健康问题的关注。为了以更生动的形象向大众科普常见心理疾病的症状表现,上海市精神卫生中心新推出了600号科普表情包。

据院方介绍,这是600号首套原创心理健康科普表情包,原型灵感来源于上海市精神卫生中心闵行院区的流浪猫,取名为“心心与欣欣”,表示心理健康与欣欣向荣之意,希望这套表情包的推广能让大家进一步走进并关注心理健康。

这套表情包主要聚焦抑郁、躁狂、强迫、焦虑、恐惧、分离焦虑、神经性厌食/贪食和失眠等精神障碍。除了表情包,创作者还介绍了不同精神障碍的主要临床表现,提醒大家出现问题要及时就医。

图片/上海市精神卫生中心
制图/张继



1、抑郁篇

抑郁症是最常见的精神障碍之一,主要表现为显著而持久的心境低落、兴趣减退或快感缺乏、精力减退或疲乏感,以及其他伴随症状(包括体重或食欲变化、睡眠障碍、精神运动性激越或迟滞、注意力减退等),严重者甚至悲观厌世,可有自杀企图或行为。



5、恐惧篇

常见的恐惧症亚型包括社交恐惧症、广场恐惧症和特定恐惧症三种。恐惧发作时常伴有明显的焦虑和自主神经症状,患者极力回避导致恐惧的客观事物或情境,或是带着畏惧去忍受,因而影响其正常活动。



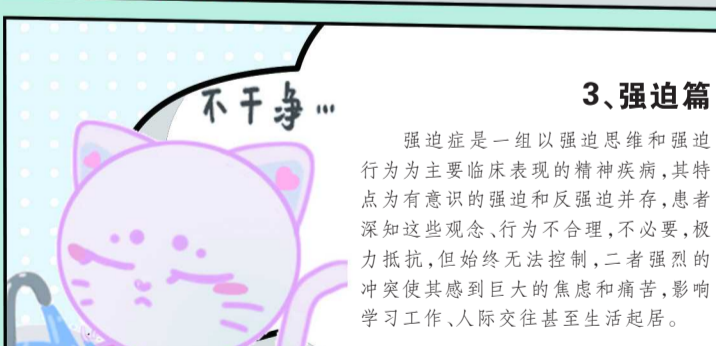
2、躁狂篇

躁狂发作可见于双相障碍躁狂相,以情感高涨或易激惹、精力旺盛、活动增多为主要临床表现,伴有自我感觉良好、健谈、夸大、鲁莽的行为(挥霍)、睡眠需求减少等症状,严重时可出现幻觉、妄想、紧张症等精神病性症状。



6、分离焦虑篇

分离焦虑症是儿童常见的情绪障碍,因为小孩的心智还不成熟,所以在与亲人离开或者离开熟悉的环境时,会出现过度的、损害行为能力的焦虑情绪,部分患者还会出现恶心、呕吐、头痛等躯体症状。



3、强迫篇

强迫症是一组以强迫思维和强迫行为为主要临床表现的精神疾病,其特点为有意识的强迫和反强迫并存,患者深知这些观念、行为不合理,不必要,极力抵抗,但始终无法控制,二者强烈的冲突使其感到巨大的焦虑和痛苦,影响学习工作、人际交往甚至生活起居。



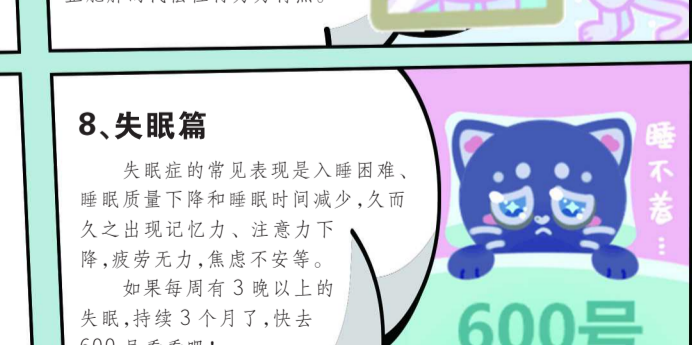
7、神经性厌食/贪食篇

神经性厌食症及神经性贪食症是进食障碍的两种不同临床表现的疾病,前者存在进食可导致肥胖的先占观念,非理性害怕肥胖,用各种方法避免体重增加;而后者以反复出现的、不可控制的冲动性暴食行为和不当的防止肥胖的代偿性行为为特点。



4、焦虑篇

广泛性焦虑症,以持续而显著的紧张不安、自主神经功能兴奋和过分警觉为主要特征。临床主要表现为:无明确客观对象的紧张担心,坐立不安,还有植物神经功能失调症状,如心悸、手抖、出汗、尿频等。



8、失眠篇

失眠症的常见表现是入睡困难、睡眠质量下降和睡眠时间减少,久而久之出现记忆力、注意力下降,疲劳无力,焦虑不安等。如果每周有3晚以上的失眠,持续3个月了,快去600号看看吧!