

（三）贵州大健康和大生态、大旅游产业带来发展机遇

贵州省位于云贵高原，夏无酷暑，冬无严冬，是避暑天堂，是迷人的“天然公园”，也是红色旅游和民俗民风旅游的胜地。闻名遐迩的遵义会议旧址、黄果树瀑布、铜仁梵净山、赤水丹霞和西江千户苗寨等，令人目不暇接、流连忘返。

贵州的气候和生态环境优势，吸引了无数游客慕名前来观光、旅游、定居，进行身心康复和疗养，这些游客同样是潜在的心理行业服务对象。贵州可以延长产业链，面向全国大力发展心理行业，形成融合心理行业的身心一体大健康与大生态、大旅游产业链。康旅一体，在全国领先，形成示范。

贵州率先扶持心理行业的发展建议

（一）贵州率先进行心理健康教育

从全社会特别是青少年心理健康出发，从为一个人一生幸福奠基角度出发，从社会主义精神文明建设角度出发，从构建社会主义核心价值观的角度出发，为了贵州率先扶持心理行业，贵州应率先向全社会进行八个方面内容的心理健康教育。

1、生命至上教育

自杀、恶性伤人和致他人死亡等现象一直存在，是什么让一个人放弃自己的生命，或者夺去他人的生命呢？原因固然很多，其中对生命至上教育、生命敬畏感教育缺失是根本原因之一。贵州率先向全社会进行心理健康教育，进行生命至上教育。人生中会遇到很多关系，会经历学业受挫、失恋婚变、事业失败和亲朋背叛等很多挫败。然而，在一件事面前，这些都是小事，这件事就是“死亡”。人生的本源（即人生最重要的东西）是生命，无论遇到什么巨大的灾难打击，任何一个人都没有任何理由放弃自己的生命，也没有任何理由剥夺别人的生命。生命只有一次，不能重新再来，生命对所有人来讲都是最重要的，应该对生命存有敬畏感，这就是生命至上教育。

2、青春期教育

青春期问题是由于第二性征的出现导致身体上的成人感与心理上的不成熟感之间的矛盾导致的。心理学普遍认为，青春期是危险期。贵州率先向全社会进行心理健康教育，进行青春期教育。首先，要使青少年认识到第二性征出现以及身体迅速发生变化是每个人都要经历的正常阶段，因为一个人的恐惧往往来自于对某一现象的无知，认知上去了，恐惧就下来了。其次，让青少

年明白青春期叛逆的原因是家长和老师严格的控制管理与青少年追求精神、心理上独立之间的矛盾。再次，可以对青春期青少年和家长进行培训，让家长多聆听、多尊重处于青春期的青少年，也要对青少年进行与父母沟通能力的训练。最后，引导青春期的孩子多参加体育锻炼，多与异性正常交往，努力读书，树立远大理想。

3、恋爱婚姻观教育

中国古代就有“三岁看小，七岁看老”的说法，指的是七岁之前是人格形成的关键期，更具体说是指人一辈子的心理健康问题都可以找到在七岁之前的童年找到心理创伤。婚姻负有繁衍下一代的天然职责，恋爱是婚姻的基础。一个人没有办法重复自己的童年，但是可以树立正确的婚恋观，为追求自己美好的爱情、构建幸福的婚姻、给下一代创建美好的童年成长环境打下基础。在社会转型尚未完全完成的中国，传统的婚恋观念被打破，“恋爱婚姻自由”尚存水土不服，导致的结果是文学作品对恋爱婚姻的过度歌颂和美化，以及现实生活中年轻人对恋爱婚姻的期望过高。当前部分年轻人婚育观念转变，一些年轻人不结婚，结婚了也不生小孩。据民政部发布的《2022年民政事业发展统计公报》，2022年全年依法办理结婚登记683.5万对，比上年下降10.6%。结婚率为4.8‰，比上年下降0.6个百分点。依法办理离婚手续287.9万对，比上年增长1.4%。婚姻经营事关个体幸福，经营不好，对下一代也会造成心理创伤。贵州积极向全社会进行心理健康教育，进行青年恋爱婚姻观教育，使年轻人对恋爱婚姻回归理性，保持合理的期待，理解恋爱是美感、道德感和责任感的统一，认识婚姻具有经济功能、繁衍功能和情感等多种功能。

4、情商教育

情商是人们对自己的情绪了解和管理的能力，对他人的情绪的觉知能力，以及把这两方面的能力用于处理人际关系的能力。一个人的心理问题很多都是由于没有及时进行情绪宣泄造成的，以及长期积压导致的。青少年犯罪率呈逐年上升趋势，很多是由于一时没有控制自己的情绪，从而激情犯罪的结果。贵州率先向全社会进行心理健康教育，进行情商教育。月有阴晴圆缺，人有喜怒哀乐，人的情绪有波动是很正常的，重要的是人要有觉知到自己处于什么情绪状态的能力。人与人之间矛盾不可避免，关键是人们要明白在人际中需要什么，能得到什么，别人能给予什么，自己能给予别人什么，而不是只盯住别人不能给予自己什么。情商教育是提高全社会幸福指数，为一个人一生幸福奠基的重要手段。

5、正确归因教育