

大学生心理健康教育协同发展体系的构建与实践研究

蒋莹莹

江苏海洋大学, 中国·江苏 连云港 222005

摘要: 随着新时代学生心理健康问题日益凸显, 构建系统化、协同化的心理健康教育体系成为教育领域的重要课题。本文以教育部等十七部门 2023 年印发的《全面加强和改进新时代学生心理健康工作专项行动计划(2023—2025 年)》为政策依据, 聚焦当前学生心理健康教育在专业支撑、管理机制、服务供给层面存在的突出问题, 深入分析问题产生的根源, 并提出“三维育心”协同发展体系——以“专业筑基”筑牢认知根基、“管理赋能”打造保障网络、“服务暖心”彰显育人价值。该体系通过整合学校、家庭、社会三方资源, 形成目标一致、路径多元、保障有力的心理健康教育生态, 为全面加强和改进新时代大学生心理健康工作提供实践路径与参考方案。

关键词: 大学生; 心理健康教育; 协同发展

Research on the Construction and Practice of the Collaborative Development System for College Students' Mental Health Education

Jiang Yingying

JIANGSU OCEAN UNIVERSITY, China Jiangsu Lianyungang 222005

Abstract: With the increasingly prominent mental health issues of college students in the new era, constructing a systematic and collaborative mental health education system has become an important task in the field of education. Based on the Special Action Plan for Comprehensively Strengthening and Improving Mental Health Work for Students in the New Era (2023—2025) issued in 2023 by the Ministry of Education and 16 other ministries and commissions, this paper focuses on the outstanding issues existing in the current college students' mental health education in terms of professional support, management mechanisms, and service provision. It conducts an in-depth analysis of the root causes of these issues and proposes the "Three-Dimensional Heart-Education" collaborative development system—with "professional foundation-laying" to consolidate the cognitive foundation, "management empowerment" to build a support network, and "heartwarming services" to highlight the educational value. By integrating resources from schools, families, and society, this system forms a mental health education ecosystem with consistent goals, diverse paths, and strong guarantees, providing practical paths and reference plans for comprehensively strengthening and improving the mental health work of college students in the new era.

Keywords: College students; Mental health education; Collaborative development

0 引言

近年来, 我国学生心理健康问题呈现出复杂性、多样性特征, 心理健康教育已成为落实立德树人根本任务、保障学生全面发展的关键环节。2023 年 4 月, 教育部等十七部门联合印发《全面加强和改进新时代学生心理健康工作专项行动计划(2023—2025 年)》(以下简称《行动计划》), 明确提出构建健康教育、监测预警、咨询服务、干预处置“四位一体”工作体系, 推动学校、家庭、社会协同联动的工作格局。这一政策导向既凸显了学生心理健康工作的重要性, 也指出了当前心理健康教育“碎片化”“单一化”的短板。

在此背景下, 如何将政策要求转化为具体实践, 破解

心理健康教育中“专业能力不足、管理机制松散、服务供给脱节”的困境, 成为亟待解决的问题。本文基于《行动计划》的核心要求, 结合实践探索, 提出“三维育心”协同发展体系, 从专业、管理、服务三个维度系统设计解决方案, 旨在为构建全员、全程、全方位的学生心理健康教育生态提供理论支撑与实践路径。

1 当前学生心理健康教育面临的现实困境

当前我国学生心理健康教育工作虽取得一定进展, 但在实践中仍存在多维度短板, 难以满足学生日益增长的心理健康需求, 主要体现在以下三个层面:

1.1 专业支撑不足: 认知与能力层面的双重短板

一方面, 心理健康教育师资的专业能力有待提升。部

分学校心理专职教师缺乏系统的理论研修与实践培训,对心理学前沿理论、危机干预技巧的掌握不足,难以将理论知识转化为针对性的教学方案与干预方法;另一方面,家校认知存在偏差。部分辅导员、班主任等一线教育工作者对学生常见心理困扰的识别能力较弱,而家长对心理问题存在“污名化”认知,既忽视孩子的心理健康需求,又对心理疾病存在偏见,导致家校协同育人合力难以形成。

1.2 管理机制不畅:保障与联动层面的双重缺失

从组织架构来看,部分学校未将心理健康教育纳入人才培养体系,缺乏统筹协调的领导小组,各部门职责分工模糊,存在“各自为政”的现象,难以形成工作合力;从预警机制来看,“学校—院系—班级—宿舍”四级预警体系多停留在形式层面,“日常排查—风险评估—干预处置—跟踪反馈”的闭环管理未真正落地,特殊时期、不同季节的危机预防针对性不足;从资源整合来看,校内资源分散、校外资源对接不畅,与专业医疗机构的转介绿色通道尚未打通,难以满足学生多样化的心理健康需求。

1.3 服务供给单一:需求与实效层面的双重落差

一是服务模式固化。多数学校仍以“线下个体咨询”为主,线上服务、团体辅导、体验式活动覆盖不足,难以满足学生“便捷化”“多样化”的服务需求;二是需求响应滞后。缺乏学生心理需求的快速反馈通道,服务内容与形式难以动态调整,对不同学段、不同专业、不同文化背景学生的个性化需求关注不足;三是育人实效有限。心理健康教育多停留在“知识普及”层面,未能通过体验式活动、个性化辅导推动心理素养的内化,难以切实提升学生的心理调适能力。

2 学生心理健康教育困境的根源剖析

上述问题的产生,并非单一因素所致,而是政策落地、资源配置、认知观念等多维度因素共同作用的结果,具体可从以下三方面深入剖析:

2.1 专业能力薄弱的根源:培训机制不健全与认知引导缺位

从师资培训来看,部分学校对心理专职教师的培训缺乏制度化要求,未明确“每年不低于40学时”的专业培训标准,且培训内容多以理论讲解为主,缺乏案例研讨、情景模拟等实践环节,导致教师“学用脱节”;从认知引导来看,学校对辅导员、班主任的心理健康知识培训缺乏针对性,对家长的引导多停留在“单次讲座”层面,未形成系统化的家长课堂与家庭心理教育指导体系,导致家长对心理健康的认知偏差难以纠正,家校协同育人的“最后一公

里”未能打通。

2.2 管理机制松散的根源:制度设计不完善与资源整合低效

在制度设计上,部分学校虽制定了心理健康教育工作规划,但未细化筛查、干预、转介等环节的操作流程,也未建立定期工作例会、部门协同机制,导致“四级联动”组织架构流于形式;在预警机制上,缺乏专业的风险评估工具与个案督导机制,心理危机干预预案“纸上谈兵”,难以应对突发情况;在资源整合上,校内各部门资源“条块分割”,缺乏共享平台,校外与专业医疗机构的合作多为“短期合作”,未建立长期稳定的合作关系,社会力量参与度低,导致资源供给不足。

2.3 服务供给脱节的根源:需求导向缺失与个性化支持不足

一方面,服务设计未充分调研学生需求,仍以“学校主导”为主,忽视学生对“线上便捷服务”“体验式活动”的偏好,导致服务参与度低;另一方面,个性化支持不足,未为学生建立完善的心理健康档案,对不同群体心理特征把握不准,难以提供“因材施教”的辅导方案,且热线咨询、线下辅导的衔接不够顺畅,导致学生难以及时获得援助。

3 “三维育心”协同发展体系的构建与实践

针对上述问题,基于《行动计划》“四位一体”“协同联动”的要求,构建以“专业筑基、管理赋能、服务暖心”为核心的“三维育心”协同发展体系,通过三大维度的相互支撑、动态协同,推动心理健康教育从“碎片化”向“系统化”、从“单一化”向“协同化”转型。

3.1 专业筑基:筑牢心理健康教育的认知根基

专业是心理健康教育的核心前提,通过提升师资专业能力、强化家校认知引导,从“认知层面”夯实教育基础。

3.1.1 深化心理专职教师理论专业研修

以“提升实践能力”为导向,建立制度化培训机制:明确心理专职教师“每人每年接受专业培训不低于40学时”的标准,将培训内容与学校实际需求结合,通过学术会议、备课研讨、案例分析、专题讲座等形式,强化教师对心理学前沿理论、危机干预方法的掌握;支持教师参与心理健康教育课题研究,推动理论知识向教学方案、干预方法的转化;在心理中心内部开展“同伴互助”交流活动,通过经验分享、个案督导,提升教师的实践能力,为心理健康教育提供坚实的理论支撑。

3.1.2 强化辅导员等相关人员心理健康知识培训

调动全员参与积极性,构建“分层分类”培训体系:

针对辅导员、班主任、思政教师等群体,设计以“学生心理困扰识别、初步干预”为核心的培训内容,通过情景模拟、经验分享等实践环节,提升其专业能力;成立心理育人工作室,定期开展交流活动,编制涵盖“基础心理常识、情绪调节技巧、危机识别方法”的知识手册,满足不同群体的认知需求;加强心理委员能力建设,培养其“组织、宣传、预警、助人”能力,发挥朋辈互助的桥梁作用,打通心理育人的“最后一公里”。

3.1.3 开设家长心理健康教育课堂

强化家校协同,构建“系统化”家长引导体系:定期举办线上家长课堂,围绕“大学生心理发展特点、亲子沟通技巧、心理问题应对”等内容开展教学,同步发放家庭心理教育指导手册;通过案例讲解、互动答疑,引导家长树立正确教育观念,消除对心理问题的偏见,学会关注孩子的心理健康状况;以“健康家庭环境营造”为目标,推动家长参与心理健康教育实践,形成家校协同的育人氛围。

3.2 管理赋能:打造心理健康教育的保障网络

管理是心理健康教育的重要支撑,通过完善组织架构、健全预警机制、整合内外资源,从“保障层面”构建协同网络。

3.2.1 构建全员联动的组织架构

将心理健康教育纳入学校人才培养体系,形成“四级联动”工作链条:成立由校领导牵头的心理健康教育工作领导小组,明确学生工作处、教务处、心理中心、各学院、后勤保障等部门的职责分工,制定涵盖筛查、干预、转介的工作制度;建立定期工作例会机制,通报工作进展、协调解决问题;明确学院心理辅导员、班级心理委员、宿舍信息员的工作职责,推动工作向基层延伸,形成“学校统筹—部门协同—学院落实—班级参与”的组织网络,实现“横向到边、纵向到底”的全覆盖。

3.2.2 完善全过程闭环的预警机制

强化危机预防与干预,构建“全流程”管理体系:完善“学校—院系—班级—宿舍”四级预警防控体系,实施“日常排查—风险评估—干预处置—跟踪反馈”全流程管理;细化心理危机干预预案,明确特殊时期、不同季节的危机预防重点,优化部门协作流程;定期开展案例督导与个案研讨,提升危机干预专业水平;打通与专业医疗机构的转介绿色通道,做好危机学生的跟踪服务与危机后支持性辅导,最大程度减少危机事件的发生与负面影响。

3.2.3 推进全方位高效化资源整合

构建“内外联动”资源网络,实现资源优化配置:校

内整合学生工作处、研究生院、宣传部、后勤处、保卫处等部门资源,建立资源共享平台,推动各部门围绕心理健康教育目标协同发力;校外与心理专科医院建立长期合作关系,邀请专家来校开展培训、案例督导,提供学生转介服务;积极争取地方政府政策支持与资金投入,整合社区、企业等社会力量参与心理健康教育实践,形成“校内资源优化配置、校外资源有效补充”的模式,为教育工作提供充足资源保障。

3.3 服务暖心:彰显心理健康教育的育人价值

服务是心理健康教育的最终落脚点,通过创新服务模式、响应学生需求、提供个性化支持,从“实效层面”提升育人质量。

3.3.1 创新多元化服务模式

构建“线上+线下”“个体+团体”的融合服务体系:线上通过公众号、校园广播、宣传栏等载体,定期推送心理科普文章、情绪调节指南、优秀心理剧视频,营造积极心理文化氛围;线下开设心理健康主题工作坊、团体辅导小组,结合“3·20心理健康教育周”“5·25心理健康教育月”等节点,开展心理漫画大赛、心理情景剧展演、压力管理工作坊等体验式活动,增强教育的趣味性与参与度;培育以心理委员、朋辈志愿者为核心的服务队伍,开展朋辈结对计划,搭建线上互助社群,推动学生“自助与他助”结合。

3.3.2 建立需求响应机制

构建“及时、精准”的需求对接体系:向学生全面宣传省大学生24小时心理热线、省大学生心理自助互助平台及学校心理咨询预约电话,实现热线咨询与线下辅导的无缝对接;安排专业心理咨询师值班,确保学生及时获得援助;建立学生心理需求快速反馈通道,由班级心理委员定期收集心理困惑与服务诉求,动态调整服务内容与形式;针对不同学段、专业、文化背景学生的特点开展分类引导,将解决思想问题、心理问题与实际问题结合,构建覆盖学生全周期成长的需求响应体系。

3.3.3 强化个性化成长支持

构建“一人一档、因材施教”的个性化辅导体系:为学生建立完整的心理健康档案,依据心理特征与发展需求制定个性化辅导方案;优化心理咨询服务平台,提供“预约咨询+即时面询+线上疏导”多元服务,构建“教育与指导、咨询与自助、自助与他助”紧密结合的服务体系;通过个体咨询、团体辅导、网络咨询等途径,提供常态化、及时性、有效性的指导与服务,提升心理咨询的科学性、

专业性、规范性与便捷性,助力学生增强心理调适能力,实现全面发展。

4 结语

“三维育心”协同发展体系以《行动计划》为政策指引,紧扣当前学生心理健康教育的现实困境,从专业、管理、服务三个维度构建了系统化的解决方案。该体系的核心价值在于:通过“专业筑基”解决“能力不足”问题,通过“管理赋能”解决“保障缺失”问题,通过“服务暖心”解决“实效不足”问题,最终实现学校、家庭、社会的协同联动,构建全员、全程、全方位的心理健康教育生态。

在实践中,“三维育心”体系并非静态模式,而是需要根据学生心理健康需求的变化、政策要求的更新持续优化调整。未来,还需进一步加强体系的科学性评估,总结实践经验,为更多学校提供可复制、可推广的方案,推动新时代学生心理健康教育工作高质量发展,切实保障学生身心健康与全面成长。

参考文献:

[1] 俞国良. 高校心理健康教育实践体系建设考量[J]. 中国高等教育, 2025,(12):45-51.DOI:CNKI:SUN:ZG

DJ.0.2025-12-009.

[2] 刀慧娟. 新时代高校辅导员心理健康教育工作面临的挑战和解决路径[J]. 思想理论教育导刊, 2025,(02):153-159.DOI:10.16580/j.sxlljydk.2025.02.012.

[3] 倪志红. “三全育人”背景下大学生心理健康教育模式研究[J]. 中国学校卫生, 2024,45(02):312-313.DOI:CNKI:SUN:XIWS.0.2024-02-039.

[4] 马喜亭, 冯蓉. 建强高校心理育人队伍扎实推进“三全育人”[J]. 中国高等教育, 2022,(10):19-21.DOI:CNKI:SUN:ZGDJ.0.2022-10-006.

[5] 潘琦. “三全育人”机制下“三困生”的帮扶路径探究[J]. 改革与开放, 2020,(18):68-71.DOI:10.16653/j.cnki.32-1034/f.2020.018.017.

基金项目: 2025年度江苏高校哲学社会科学研究一般项目,“数智技术赋能高校思想政治教育精准育人研究”(2025JSZ0816), 2024年度连云港市心理学会科研能力提升专项计划项目,“面向心理危机学生的高校心理育人工作机制构建研究”(Xhyb202409)。

作者简介: 蒋莹莹,女,汉族,江苏省连云港市,讲师,硕士,研究方向:思想政治教育、心理健康教育。