

心理育人机制的三维构建与路径探索

任自林

乐山师范学院, 四川乐山, 中国

【摘要】 依托《教育强国建设规划纲要（2024-2035年）》，乐山师范学院构建“制度-技术-文化”三维驱动框架，形成“党委统筹—中心指导—学院落地”三级联动机制，整合AI预警、五育课程及“1+11+N”协同网络，实现心理危机率下降、家校协同效率提升。依托动态监测与区块链技术，建立全周期服务体系，推动工作从碎片化干预向生态治理转型，提出技术伦理防控方案，形成“精准预测+智能决策”范式，相关成果入选教育部“心理育人质量提升工程”典型案例。

【关键词】 高校心理健康教育；三维驱动机制；生态重构范式

【基金项目】 乐山师范学院辅导员队伍建设研究中心2024年度课题《“五育融合”背景下的学校心理健康教育实践路径探索研究》(DWJS2404)；乐山师范学院2024年度科研培育项目《“五育融合”背景下大学生心理健康教育素养提升策略研究》(KYPY2025-0028)

1. 引言

《教育强国建设规划纲要（2024—2035年）》明确提出“普及心理健康教育，建立全国学生心理健康监测预警系统，分学段完善服务工作机制”的目标^[1]。结合世界卫生组织数据指出：全球青少年抑郁患病率以年均2.3%速率增长，中国青少年焦虑检出率高达24.6%（《中国国民心理健康发展报告》）。高校作为心理健康教育的主阵地，亟需构建科学化、系统化的服务机制。本文以乐山师范学院为例，结合其“五育健心”工作实践，探讨高校心理健康教育服务机制的构建路径与创新模式，具有师范院校心理健康教育改革的示范意义。

2. 乐山师范学院心理健康教育工作机制建设现状与特色

2.1 组织架构与制度保障：三级联动与制度创新

乐山师范学院以“全员心理育人”为核心理念，构建“党委学生工作部统筹规划—心理健康教育中心专业指导—二级学院心理辅导站落地实施”的三级联动机制，形成了横向到边、纵向到底的立体化工作网络^[2]。

2.1.1 制度设计的科学性与系统性

(1) 顶层规划：将心理健康教育纳入《“十四五”发展规划》，出台《心理健康教育工作实施细则》，明确各部门职责^[3]。例如，党委学生工作部负责年度心理健康教育经费预算，心理健康教育中心制定《危机干预标准化流程手册》，二级学院辅导站执行“月报告、季评估、年考核”制度。

(2) 星级辅导站建设：2024年3月修订

的《星级心理辅导站评审标准》包含4大类18项指标，如“五育健心项目覆盖率”“危机个案建档完整度”等。通过“基础建设（占30%）+过程管理（占40%）+成效评估（占30%）”的量化评分体系，推动辅导站规范化发展。

2.1.2 创新实践与品牌活动

(1) 五育融合实践：2023年心理健康宣传月以“宇航兔登月之旅”为主题，设计“德育（价值观辩论赛）—智育（压力管理工作坊）—体育（心理素质拓展）—美育（情绪绘画疗愈）—劳育（社区志愿服务）”五大模块，覆盖全校87%的学生，活动满意度达94.6%。

(2) 数字赋能管理：开发“心理育人智慧平台”，2023年通过平台收集学生心理动态数据2.3万条，定向推送学业压力群体减压课程，提升服务精准度。

2.2 监测预警与危机干预系统：动态追踪与精准施策

学校构建了“筛查—预警—干预—追踪”四环相扣的危机防控体系，依托“心海学生心理危机干预管理软件”，实现“数据驱动的分级响应”。

2.2.1 动态监测技术的深度应用

(1) 多维度数据采集：每年9月对新生实施SCL-90、UPI等量表测评，2024级新生测评率达100%，筛查出高危群体占比3.1%。结合日常行为数据（如出勤率、作业完成质量）构建动态数据库。

(2) AI预警模型构建：基于机器学习算法识别12类风险信号“社交退缩”“学业骤降”，2024年预警准确率达89.5%（较2023年提升

6.8%)。

2.2.2 分级干预机制的标准化运作

(1) “四色预警”分类管理：根据风险等级划分为红（即刻危机）、橙（高危）、黄（中危）、绿（低危）四类，对应“24小时监护—每周面谈—每月随访—季度评估”的干预策略。例如，2023年对17名“红色预警”学生启动医校联合干预，危机解除率100%。

(2) 个案管理闭环：建立“一人一档”电子档案，2024年追踪回访238例危机个案，6个月随访复发率低于5%。

2.2.3 基层网络的效能提升

“校—院—班—寝”四级队伍：全校配备专兼职心理咨询师23名（师生比1:1500），班级心理委员覆盖率100%比例配置。2024年开展“危机识别黄金24小时”等专题培训42场，基层预警信息达89%（较2022年提升31%）。

2.3 课程与活动体系建设：五育融合与专业赋能

学校构建“课程教学—实践活动—专业渗透”三位一体的育人体系，实现心理健康教育素养全域渗透。

2.3.1 课程体系的层次化设计

(1) 必修与选修结合：开设《大学生心理健康教育》必修课（32学时，设置“压力管理”“人际沟通”等6大模块；开设《积极心理学》《艺术疗愈》等选修课11门，2024年选课人数突破5300人次。

(2) 课程思政融合：在师范专业课程中嵌入心理健康教育元素，如《教育学原理》增设“青少年心理发展规律”章节，2024年获省级课程思政示范项目2项；课程思政示范课15门。

2.3.2 品牌活动的创新实践

(1) “五育健心”特色项目：实施“德育心理微党课”大赛、“智育学习焦虑团体辅导”、“体育晨跑打卡积分制”、“美育心理画展”、“劳育心灵花园治疗基地”，2024年累计参与学生2.3万人次。

(2) 朋辈互助模式：成立“心理委员联合会”，开发“学长学姐说”系列短视频，留言解决率89%。

2.3.3 专业协同的教改探索

(1) 跨学科研究：立项“劳动教育对心理韧性的影响机制研究”，构建“劳动体验—情绪调节—心理资本”的理论模型，实验组学生的焦虑量表得分下降17.3%。

(2) 师范生能力培养：联合乐山市实验小

学开展“一课双师”，实践学生教学能力考核优秀率提升22%。

2.4 家校社协同育人机制：资源整合与生态共建

学校打破“孤岛效应”，构建“高校主导—家庭参与—社会支持”的协同育人共同体，形成心理健康教育生态圈。

2.4.1 家校联动机制

(1) 家长赋能计划：开设“家校心桥”线上平台，2023年累计学习时长超1.5万小时。知识测试合格率91%；“家长开放日”活动满意度达91.4%。

(2) 危机干预协同：制定《家校危机联动预案》，2024年对32起危机事件启动家校联合干预，平均响应时间缩短至4小时。

2.4.2 社会资源整合

(1) 大中小学一体化：与乐山市教育局共建“心理健康教育研究基地”，开发《中小学心理班会课资源包》辐射43所中小学，受益师生超2万人。

(2) 医校合作深化：与乐山市人民医院签订“绿色通道协议”，危机学生2小时内入院。

2.4.3 区域服务网络构建

(1) “1+11+N”站点布局：以学校心理健康教育中心为核心，联动11个区县中小学心理辅导站、N个社区心理咨询室，2024年开展“心理健康进社区”活动39场，服务居民4200人次。

(2) 数字资源共享：建立“乐山心理云平台”，累计注册用户4.7万人，平台咨询量年均增长35%。

乐山师范学院的心理健康教育工作机制呈现出三大特色：

“制度—技术—文化”三维驱动：通过星级评审制度强化执行力，AI预警提升精准度，五育融合塑造健康文化生态。

“预防—干预—发展”全程覆盖：从早期筛查到危机处置，形成完整的服务链条。

“高校—家庭—社会”协同共治：构建资源互补育人共同体，家校社联动响应。

3. 心理健康教育服务机制的核心建设路径

3.1 构建分层分类的预警与干预体系：技术驱动与网格化管理

学校以“精准识别、快速响应、全程追踪”为目标，构建覆盖全周期的心理健康预警与干预体系，形成“数据—机制—队伍”三位一体的防控网络。

3.1.1 动态监测技术的场景化应用

(1) 多模态数据采集：依托“心海系统”，

整合学业成绩、消费记录和量表测评数据（SCL-90、UPI）等行为数据，日均处理数据量达1.5万条。2024年AI预警模型，将风险识别准确率从82.7%提升至89.5%（2024年实测数据）。

（2）动态监测效能

2024年新生普测完成率达到99.2%，刷查出高危群体占比3.1%，数据实时接入预警系统。

3.1.2 四级网格化响应机制

表1.四级网格机制

层级	责任主体	核心任务
校级	心理健康教育中心	制定全校预案、统筹资源调配
院级	二级学院心理辅导站	实施风险评估、建立个案档案、特色干预
班级	辅导员+心理委员	日常观察报告、组织朋辈支持、执行初步疏导
寝室	寝室长	实时动态反馈危机信号并协助安全监护

（1）职责分工与流程标准化，如表1。

（2）应急响应时效性提升：通过“心海系统”自动触发工单流转，红色预警响应时间从2020年的12小时缩短2024年的2.5小时，效率提升79%。

3.1.3 干预策略的个性化定制“三阶九步”干预模型：

（1）初级干预（针对绿、黄预警）：通过软件（日均使用时长15分钟以上学生焦虑下降23%）、成长型团体辅导（6周课程提升自我效能感18.7%）等方式介入。

（2）中级干预（橙色预警）：启动“1+1+N”支持小组（1名咨询师+1名辅导员+N名朋辈志愿者），2024年化解亲子冲突率达76%。

（3）高级干预（红色预警）：实行医校联合“双导师制”使重症学生复学率达94.1%，6个月随访复发率低于5%。

3.2 深化“五育融合”的心理育人模式：课程重构与生态化浸润

学校以五育为载体，将心理健康教育融入人才培养，构建“显性课程+隐性熏陶”的双轨育人格局。

3.2.1 课程体系的跨学科融合

（1）德育融合：思政课嵌入“生命价值观教育”模块，结合情景剧演绎自杀意念筛查阳性率从2.1%降至1.3%。

（2）美育疗愈：开设“艺术表达治疗”

工作坊，参与学生的情绪识别准确率提升34%。

3.2.2 品牌活动的立体化设计

（1）“3·25—5·25”主题宣传月：

从“善爱我（3·25）”到“我爱我（5·25）”，设置“自我认知—关系构建—生命赋能”三阶段活动链，参与者社交回避量表得分降低21.4%。

（2）“五育健心”项目矩阵，如表2：

表2.五育健心矩阵

维度	重点项目	成效数据（2024）
德育	心理微党课大赛	覆盖98%学生党员，党性修养与心理素质双提升
智育	学习动机提升训练营	参与学生平均绩点提升0.38
体育	心理素质拓展锦标赛	团队协作能力测评优秀率提升27%
美育	校园心理画年展	征集作品1632幅
劳育	“心灵花园”共建计划	参与学生抑郁自评量表（SDS）得分下降14.6%

3.2.3 专业教育的协同渗透

在教师教育课程中增设“学生心理发展观察记录”等模块，2024届毕业生心理教育技能达标率达93%（高于全省78%）。

3.3 强化专业化队伍建设：能力进阶与协同创新

学校构建“引一育一联”一体化师资发展体系，打造“专兼结合、医教协同、校地联动”的高水平心理服务队伍。

3.3.1 师资能力分层培养

（1）“三阶认证”培训体系，如表3：

表3.三阶认证

层级	培养目标	课程模块示例	考核标准
基础层	心理危机识别	常见心理问题判别、倾听技巧	通过率100%
进阶层	干预方案制定	CBT技术、家庭治疗基础	案例模拟考核≥85分
专家层	复杂个案处置	创伤后应激障碍干预、伦理决策	专家评审通过

（2）实践能力强化：2024年教师个案督导时数人均增加45小时，咨询效果评估优良率从72%升至86%。

3.3.2 医校协同机制深化

（1）“双通道”转介制度：

1）快速转诊通道：与乐山市人民医院签订协议，危机学生可直接入住“绿色通道”，平均入院时间缩短至1.8小时。

2）科研临床一体化：开发“情绪调节—认

知重构—行为替代”三联疗法，试点组自伤行为频率下降 63%。

3.4 推动家校社协同共治：机制创新与生态构建

学校构建“预防—支持—发展”三位一体的协同育人生态系统。

3.4.1 家庭教育赋能工程

“三阶九课”家长课程体系：2024 亲子冲突发生率下降 29%，家庭活动开展率提升 47%。

3.4.2 社会资源整合升级

(1) “1+11+N”服务网络：市级中心侧重研究指导，区县站点培训督导，社区站点便民服务，2023 年协同处理复杂个案 57 例。

(2) 数字孪生系统：构建区域心理健康热力图，资源调配效率提升 40%。

3.4.3 政策协同机制突破

评价体系重构：心理健康教育纳入学校督导评估指标（权重 15%），专项经费同比增长 28%。

3.4.4 路径创新性

乐山师范学院的核心建设路径体现三大突破：

(1) 技术赋能的全链条防控：从“经验判断”转向数据驱动，实现精准化服务。

(2) 五育融合的生态化浸润：打破学科壁垒，构建全域渗透模式。

(3) 多元协同的治理共同体：家校社资源整合，破解“孤岛效应”。

4. 实践成效与反思

4.1 实践成效：数据驱动的服务效能提升

学校通过机制创新与技术赋能，构建了具有师范院校特色的心理健康教育服务体系，在危机预防、学生发展、社会协同等领域取得显著成效。

4.1.1 心理危机防控能力跨越式提升

(1) 网络覆盖与干预实效：截至 2024 年全校建成 15 个星级心理辅导站（四星级 11 个，五星级 4 个），形成“校—院—班—寝”四级联动网络。2024 年通过动态监测系统筛查高危学生 421 人，实施精准干预后，心理危机事件发生率同比下降 18.6%，危机解除率达 97.2%，较 2020 年提升 10.7 个百分点，高于全国高校平均水平（93.5%）。

(2) 应急响应效率突破：依托智能化预警系统，红色预警案例响应时间从 2020 年的 12 小时缩短至 2024 年的 2.5 小时，响应效率提升 79%，成功阻断 5 起潜在极端事件。

4.1.2 学生心理健康素养显著增强

(1) 课程与活动参与度：2023 年《大学

生心理健康教育》课学生评教满意度达 94.2%，《艺术疗愈》选课人数同比增加 48%；心理健康宣传月活动参与率达 97.3%（较 2020 年提升 22%）。

(2) 心理素养量化提升：根据《中国大学生心理健康素养量表》测评，2020-2024 年学生心理知识掌握率从 68% 升至 86%，情绪调节技能达标率从 57% 提升至 79%，抗压能力优秀率（量表得分 ≥ 85 分）从 32% 增至 55%。

4.1.3 协同育人生态初步形成

(1) 家校社联动成效：“家校心桥”平台家长注册率达 81%，家庭心理健康活动开展率提升 47%；“医校联合病房”累计收治重症学生 23 例，康复回归率 91.3%。

(2) 区域辐射效应：依托“1+11+N”服务网络，为 43 所中小学提供心理健康课程资源包，覆盖师生 2.3 万人，区域心理危机事件上报率提升 37%。

4.2 实践反思：深层矛盾与突破方向

尽管取得阶段性成果，机制运行中仍存在结构性矛盾，需通过制度优化与技术升级持续突破。

4.2.1 现存挑战的多维剖析

(1) 资源分配失衡：部分学院师生比悬殊（美术与设计学院达 1:1530）；硬件设施配置率不足。

(2) 协同机制脆弱性：68% 的社区服务活动依靠临时经费支持，42% 的中小学教师未接受过高校组织的系统培训。

4.2.2 未来发展路径优化

(1) 技术赋能升级

1) 虚拟现实暴露疗法使社交焦虑学生 SAD 得分下降 28.7% 优于传统疗法 17.5%。

2) 区块链数据管理实现“权限分级访问+轨迹全程追溯”，隐私投诉率降低 40%。

(2) 跨学段衔接创新

1) 开发 K-16《心理健康核心素养发展标准》，划分“情绪认知”、“关系建构”、“生涯规划”、“价值塑造”四阶段目标，覆盖 12 所试点学校。

2) 建立高校与中小学心理教师“双聘制”，推动“理论—实践”双向赋能。

4.3 范式启示：从“问题应对”到“生态重构”

乐山师范学院的实践表明，高校心理健康教育需实现三重转变：

(1) 主体逻辑转型：从“以专业机构主导”转向“全员参与、全域渗透”，将五育融合心理健康教育嵌入课程、活动与文化建设的

全场景。

(2) 技术定位转型: AI 与大数据从“辅助工具”升级为“决策中枢”, 推动服务模式从经验驱动转向数据驱动。

(3) 治理模式转型: 通过政策整合家校社资源, 构建政府主导、多元协同的治理共同体, 破解“孤岛效应”。

5. 结语

乐山师范学院的心理健教育工作机制建设, 以制度创新为根基、技术赋能为驱动、协同共治为支撑, 构建了覆盖“预防—干预—发展”全链条的服务生态。通过三级联动机制与星级辅导站建设, 实现了危机防控的精准化与高效化; 依托五育融合与课程思政的深度融合, 显著提升了学生的心理健康素养; 借助家校社协同网络, 打破了传统教育壁垒, 形成区域联动的心理健康教育新格局。然而, 资源分配失衡、技术应用伦理风险等问题的存在, 仍需通过政策保障与技术升级进一步优化。未

来, 高校心理健康教育应深化跨学段衔接与数字技术应用, 推动从“问题应对”向“生态重构”的范式转型, 为培养身心健康的高素质人才提供可持续的实践路径。乐山师范学院的探索不仅为同类院校提供了可复制的经验, 更为落实教育强国战略目标贡献了重要参考价值。

参考文献

- [1] 关于加强心理健康服务的指导意见(国卫疾控发〔2016〕77号)
[EB/OL].<https://ncmhc.org.cn/channel/newsinfo/6264>, [2016-12-30]
- [2] 乐山师范学院.《“五育健心”特色心理育人模式构建报告》.2024
- [3] 教育厅等18部门联合印发《四川省全面加强和改进新时代学生心理健康工作实施方案》
[EB/OL].<http://scnews.newssc.org/system/20240228/001433282.html>, [2024-02-28]