

# “三全育人”视域下高校心理健康教育探究

王桂清, 范文洁, 霍梦茹, 江 谭

山东科技大学, 山东 青岛

收稿日期: 2021年12月21日; 录用日期: 2022年1月20日; 发布日期: 2022年1月28日

## 摘 要

随着高等学校学生心理问题发生率的提高, 高校心理健康服务资源不能满足学生需求。我国高校即将全面进入“00后”时代, 新时代新背景以及“00后”所特有的心理特点, 要求高校积极探索育人途径, 整合教育资源, 形成合力。本文从“三全育人”视域下分析高校心理健康教育所存在的问题, 并据此提出相应对策, 以期打开高校心理健康教育工作新思路, 提升服务能力。

## 关键词

三全育人, 心理健康, 高校心理健康教育

## A Study on Mental Health Education in Colleges and Universities from the Perspective of “Three-Wide Education”

Guiqing Wang, Wenjie Fan, Mengru Huo, Tan Jiang

Shandong University of Science and Technology, Qingdao Shandong

Received: Dec. 21<sup>st</sup>, 2021; accepted: Jan. 20<sup>th</sup>, 2022; published: Jan. 28<sup>th</sup>, 2022

## Abstract

With the increase of college students' psychological problems, the service resources of mental health are not enough to meet the demand. China's colleges and universities will witness a new era of “the generation after 00s”. New era, new background, and the unique psychological characteristics of “the generation after 00s” require colleges and universities to explore different ways of education and integrate educational resources to form a joint force. This paper analyzes the existing problems of mental health education in colleges and universities from the perspective of three-wide education, and puts forward corresponding countermeasures, in order to present new

approaches for mental health education in colleges and universities and improve the service capability.

## Keywords

Three-Wide Education, Mental Health, Mental Health Education in Colleges and Universities

Copyright © 2022 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

## 1. 引言

心理健康教育是根据学生身心发展特点,运用心理学的教育方法和手段,培养学生良好的心理素质,促进学生身心全面发展和素质全面提高的教育活动(李虹, 2019)。而大学是人生十分重要的转折点,大学生思想活跃、感受敏锐,心理健康经常面临威胁和考验。近年来,党中央、国务院等多部门都十分重视心理健康教育工作,2017年中共中央、国务院发布了《关于加强和改进新形势下高校思想政治工作的意见》,文件对高等学校教育提出了坚持全员、全过程、全方位育人(“三全育人”)的要求,教育部印发的《高校思想政治工作质量提升工程实施纲要》(教党〔2017〕62号文件)(中共教育部党组, 2017),对高等学校构建十大育人体系提出了全新的任务及要求,在心理育人质量提升体系中提出坚持育心与育德相结合,构建“五位一体”的心理健康教育工作新格局。2018年,《高等学校学生心理健康教育指导纲要》指出,要培育学生积极向上的健康心态,加强育心和育德相统一(教党〔2018〕41号文件)(中共教育部党组, 2018)。教育部颁发了《“三全育人”综合改革试点工作建设要求和管理办法(试行)》,强调要大力促进心理育人(教思政厅函〔2018〕15号文件)(教思政厅, 2018)。

通过对国内外研究者关于高校心理健康教育工作的研究进行分析(Lipson, Gaddis, Heinze, Beck, & Eisenberg, 2015; 李焰, 杨振斌, 2020),我国高校根据服务目标和服务对象的不同,服务整体可以分为矫治、预防和发展三个方向。具体包括个体心理咨询、监护性会谈、团体辅导、心理普查、危机干预、心理必修课和选修课课程教学、组织开展心理健康教育活动、指导学院及学生心理健康组织开展相关活动等。目前来看,有关于高校心理健康教育的研究逐渐走向规范,但高校心理健康教育工作仍然存在一些不足,新时代新背景下,高校即将迎来全面“00后”的时代,面对这一代大学生新的心理特点、大数据的时代背景以及国家的相关政策,高校心理健康教育工作必须寻求更多内容、更新途径、更高质量的提升,构建更加完善的心理健康教育工作体系。

## 2. 高校心理健康教育存在的问题

### 2.1. 缺乏统筹规划和顶层设计

全程育人要求高校将育人工作贯穿教育教学全过程、学生成长成才全过程,育人无时不有。大多数高校的心理健康教育以大班式通识心理健康教育课程为主,是一种灌输式和纯理论的教育方法,缺乏统筹规划(薛文婷, 任露, 2019)。大学生心理健康教育应连贯性的从入学到毕业常态化开展,但当前大学生心理健康教育呈现“断点式”发展趋势,有的高校只在某个特殊的阶段进行教育,比如新生入学进行大规模的心理普查,之后放任学生心理“自由发展”,部分高校仅仅将心理健康教育当作一项具体任务完成,缺乏对学生心理状态的持续跟进与反馈,没有形成“贯穿一条线,横成一个面”的立体性工作框架。

## 2.2. 心理健康专业师资力量缺口较大

2021 年教育部办公厅《关于加强学生心理健康管理工作的通知》中规定高等学校需要按照师生比不低于高校按师生比不低于 1:4000 比例配备心理健康教育专职教师且每校至少配备 2 名, 学校应面向本专科生开设心理健康公共必修课, 原则上应设置 2 个学分(32~36 学时), 有条件的高校可开设更具针对性的心理健康选修课, 心理健康教育专职教师必须具备从事大学生心理健康教育的相关学历和专业资质。而全国开设心理学的高校仅有大概 75 所, 所培养的心理学专业人士并不能完全满足高校心理健康教育工作需求, 高校存在心理健康专业师资力量的缺口, 所以需要吸纳非心理学出身的老师加入心理健康教育队伍, 但也造成了心理健康教育工作师资队伍配备失衡, 专业化程度尚待提高(孙苏扬, 2021), 因此心理健康专业师资队伍的成长需要培训和时间。

## 2.3. 教师队伍与行政管理队伍育人环节衔接不畅

全员育人要求高校全员参与育人工作, 但从心理育人的实际工作来看, 在高校心理育人工作中还存在教师队伍与行政管理队伍育人环节衔接不畅的问题, 教师队伍主要对课堂负责, 行政队伍主要对课堂外负责, 相互之间缺少沟通, 造成重复性工作或忽略某些细节, “宿舍 - 班级 - 学院 - 学校”的四级心理健康教育工作机制中, 还存在部分人员缺乏心理健康专业知识、或者拥有专业化理论知识但缺乏实践等问题, 面对学生出现的问题, 部分心理工作者是以“过来人”身份“讲道理”, 往往并不能有效地解决学生问题; 也有部分新入职的辅导员将心理健康教育等同于思想政治教育, 迅速走向和学生谈心谈话的道路, 因为缺少经验, 不知道如何问, 也不会从回答中抓突破点, 甚至忽略学生回答中的疑点, 导致谈心谈话浮于表面; 朋辈之间的互助也有可能走向互相拱火的地步。

## 2.4. 心理健康教育活动吸引力不强, 缺乏创新性

全方位育人要求高校将育人工作覆盖全方全位、课堂网络校内外、实现育人无墙。部分高校开展的心理健康教育活动沿袭一直以来的传统教育活动, 每年只换主题不换内容; 部分高校结合融媒体的时代特征, 开通了心理健康教育类的相关公众号, 但已开通的公众号传播力不强(陈琛, 陈新, 王华丽, 汤晓兰, 2020), 这个现象主要在于心理健康教育网络互动平台的开发、运营需要专门的管理人员和经费, 平台内容需要广大教育工作者的支持, 也需要开发平台更多的功能性来增加粉丝互动性和传播性。

# 3. “三全育人”视域下心理健康教育工作模式的探讨

## 3.1. 全员育人——加强队伍建设, 画好心理育人同心圆

组建一支以心理健康中心专职教师、二级学院心理健康教育负责老师为核心, 辅导员、班主任为主抓手, 其他教职工和学生朋辈为关键的心理心理健康教育工作人员储备体系, 整合校内各方资源, 形成教育合力。以核心团队为依托, 可以成立心理健康的辅导员工作室, 吸纳更多有情怀的教育工作者进入专业化的心理健康教育师资队伍, 组织专兼职心理老师参加相关会议、专业培训、案例督导、个案研讨活动, 提升心理老师的专业技能, 促进心理咨询工作的有效性, 保证心理干预工作的规范性。提高专业课教师心理健康教育意识, 组织辅导员参加心理培训, 提升谈心谈话技巧, 积极组织学生参与心理培训, 提升朋辈心理互助力, 进一步普及、传播心理健康知识, 提高自助和助人能力、发挥心理委员的朋辈助人能力, 增强其心理服务的水平。

凝聚心理育人工作“一条船”的意识, 搭建教师队伍与班主任、辅导员等管理队伍的沟通平台, 提高专业课教师“三全育人”的意识, 打破只重视专业知识讲解和科研任务, 忽略心理育人的局限, 充分

将专业课与心理健康教育相融合，发挥专业课程的心理育人作用。同时，提高班主任、辅导员主动联系专业教师的意识，充分调动育人队伍之间的协调作用，真正形成全员一体化队伍。让各个阵营的教师各尽其职的同时融合成一股强大的育人合力，着力于心理健康教育，构建你中有我、我中有你的协同育人体系。

### 3.2. 全程育人——优化顶层设计，实现心理育人大方针

根据《关于加强和改进新形势下高校思想政治工作的意见》、《高等学校学生心理健康教育指导纲要》等关于心理育人工作的决策部署和指示精神，建立健全心理健康教育责任制，成立学校心理健康教育工作的领导小组，制定心理育人体系工作规划及实施方案，履行指导、组织、协调、督查和落实的责任。将心理健康教育放进学校重要发展规划中，加快推进宿舍-班级-学院-学校四级心理健康教育网络，建立线上和线下的反馈渠道，完善心理健康状态快速反应机制，把握心理危机干预黄金处理时间。结合学校心理健康中心心理危机干预机制，完善心理健康状态动态跟踪机制，在保密原则的基础上建立心理危机学生干预数据库，做到分类有标准，各类有对策，并定期与学生谈话，实时跟踪学生心理，及时和家长沟通和反馈学生的心理状态。

### 3.3. 全方位育人——多层面整合促进大学生心理健康教育

高校心理健康教育服务是一项复杂的多元化工作，需要国家、社会、高等学院各部门、家庭的协同配合。

#### 3.3.1. 创新授课方式，打造课程心理健康教育主阵地

心理健康课程是宣传和普及心理健康知识的重要途径，学校要把这一课程纳入到整体教学计划，加快推进高质量心理课程的建设。教师要结合生命教育、安全教育，采用线上线下协同课程、翻转课堂、行为训练等形式讲授适合学校学情的心理健康课，激发学习兴趣，提升教学效果，真正做到学有所用。

#### 3.3.2. 完善“心理功能室”，创新心理健康教育活动形式

根据学校资源规划，形成集中与分散相结合、发展性与预防性相结合、学校与学院相结合的心理功能室，依托心理功能室，开展沉浸式的教育引导工作，让同学们在活动中了解大学生活不是话剧，没有彩排，更没有重来，实现心理健康教育的多维度覆盖，使学生感受到“三全育人”润无细无声的独特魅力。以此培养学生理性平和、积极乐观的心态，形成正确的生命观，帮助学生直面心理问题和校园生活中的挫折困难。

#### 3.3.3. 利用“网络新媒体”，缩短教育的最后一公里

互联网时代为高校心理健康教育工作带来了一系列挑战，但也伴随着新机遇，“两微一端”、抖音、快手等新媒体，正日益改变着大学生的生活方式和思维模式，成为人们娱乐、沟通、表达的新平台。何全旭(2016)认为在大学生网络社交发达的背景下，微博是识别和干预大学生心理危机的重要途径，兼具创新性和有效性。杨静，李素梅，常雅娟，江慧和王枫(2019)的研究表明高校心理健康教育微信公众平台建设是顺应时代发展、符合新时代学生需求的产物。吴莹莹(2019)认为高校应创新教育模式，加强对大数据的应用，挖掘有价值的信息，为心理健康教育工作提供更加有力的支持。因此高校心理健康工作应该依托新媒体平台开展活动，推进“互联网+心理健康教育”建设，与时俱进，既要与当代大学生独特的心理特点相适应、又要以学生喜闻乐见的方式呈现。根据当代大学生“碎片化学习”的特点，利用抖音、快手、A站、B站等公众可见的动态，采用抖音直播、哔哩哔哩短视频科普的形式进行心理健康知识的宣传，打破微信公众号、朋友圈只朋友或粉丝可见动态的壁垒，扩大传播途径。

## 4. 小结

大学生心理健康问题是高校的重点关注问题之一,但高校心理健康教育工作不仅仅是发现问题学生、关注问题学生,而是面向全体学生,以提升学生心理健康素养为根本目标,帮助学生了解自己,悦纳自己,从而发掘潜能,塑造健全的人格、促进其健康成长。面对日前“00后”大学生群体思维方式和价值观念的新特征,高校心理健康教育也要“因事而化、因时而进、因势而新”,在构建全员、全过程、全方位育人的心理育人模式的同时,重视学生的主体地位,发挥学生的主观能动性,帮助学生积极地自我觉察,真正做到多维协同、内生驱动的一体化育人。

## 基金项目

山东科技大学 2021 心理健康教育研究课题,课题批准号: 21XLJK02。

## 参考文献

- 陈琛,陈新,王华丽,汤晓兰(2020). 湖南省本科高校心理健康教育微信公众号服务现状. *中国学校卫生*, 41(7), 1005-1008.
- 何全旭(2016). 微博平台建设对于大学生心理危机的识别及其干预研究. *长春理工大学学报(社科版)*, 29(5), 150-153.
- 教思政厅(2018). “三全育人”综合改革试点工作建设要求和管理办法(试行). 教思政厅, 第 15 号.
- 李虹(2019). 探讨心理健康教育在教育教学中的应用. *课程教育研究*, (14), 21.
- 李焰,杨振斌(2020). 我国高校心理健康教育的特色. *中国高等教育*, 4(8), 18-20.
- 孙苏扬(2021). 三全育人视域下体育院校大学生心理健康教育工作模式探讨. *中国多媒体与网络教学学报(上旬刊)*, (12), 134-136.
- 吴莹莹(2019). 大数据背景下的高校心理健康教育服务研究. *戏剧之家*, 4(28), 129-130.
- 薛文婷,任露(2019). 高校心理育人的发展现状及含义新探. *创新创业理论研究与实践*, 2(4), 162-163.
- 杨静,李素梅,常雅娟,江慧,王枫(2019). 心理健康服务视角下高校心理健康教育微信公众平台建设探索. *文化创新比较研究*, 3(25), 93-94.
- 中共教育部党组(2017). *高校思想政治工作质量提升工程实施纲要*. 中共教育部党组, 第 62 号.
- 中共教育部党组(2018). *高等学校学生心理健康教育指导纲要*. 中共教育部党组, 第 41 号.
- Lipson, S. K., Gaddis, S. M., Heinze, J., Beck, K., & Eisenberg, D. (2015). Variations in Student Mental Health and Treatment Utilization across US Colleges and Universities. *Journal of American College Health*, 63, 388-396. <https://doi.org/10.1080/07448481.2015.1040411>