

从信息孤岛到媒介融合：融媒体时代高校心理健康教育创新路径

周 娜

江苏大学教师教育学院，江苏 镇江

收稿日期：2024年8月2日；录用日期：2024年9月2日；发布日期：2024年9月12日

摘 要

随着融媒体时代的加速到来，高校心理健康教育面临着前所未有的机遇与挑战。融媒体以其强大的信息传播力和广泛的覆盖面，为高校学生开辟了知识获取的新渠道，也为高校心理健康教育工作指明了新方向。然而，信息生态失衡、教师权威弱化、资源与评价脱节等问题也逐步显现，对高校心理健康教育的实施构成了潜在威胁。因此，审视并优化融媒体环境下的高校心理健康教育至关重要。鉴于此，本研究构建了师资重塑、教学模式创新、科技深度融合、评价机制优化及社群矩阵构建等多维度创新路径，以期为高校心理健康教育提供借鉴参考，推动高校心理健康教育向更加智能化、多元化、互动化的方向发展。

关键词

融媒体，高校，心理健康教育

From Information Silo to Media Convergence: Innovative Path of Mental Health Education in Universities in the Era of Integrated Media

Na Zhou

School of Teacher Education, Jiangsu University, Zhenjiang Jiangsu

Received: Aug. 2nd, 2024; accepted: Sep. 2nd, 2024; published: Sep. 12th, 2024

Abstract

With the accelerated arrival of the era of integrated media, university mental health education has

ushered in brand-new opportunities and challenges. Through its wide dissemination of information and strong coverage, integrated media broaden students' knowledge horizons and lead the new direction of mental health education. However, problems such as information imbalance, weakened authority of teachers, and disconnected evaluation of resources have emerged, threatening the implementation of mental health education in universities. Therefore, it becomes crucial to review and optimize the university mental health education in the integrated media environment. Therefore, this study has constructed multidimensional innovation paths such as teacher training and development, teaching mode innovation, deep integration of technology, optimization of evaluation mechanisms, and construction of community platforms, in order to provide reference for mental health education in universities, and promote the development of mental health education in universities towards a more intelligent, diversified, and interactive direction.

Keywords

Integrated Media, University, Mental Health Education

Copyright © 2024 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

近年来,大数据、云计算、智能化的浪潮席卷而至,媒介形式持续迭代更新,传统媒体与新媒体加速融合,“融媒体”时代来临。融媒体以其信息传播的高效性、强互动性及渠道多元性,极大地提升了信息资源的传播速度(宋建武等, 2022)。在此背景下,高校心理健康教育作为德育工作的核心环节,其重要性愈发凸显。具备良好心理素质和自我调节能力的学生,更能够适应社会发展的需求,在学业、职业和生活中取得更好的成就,对于社会稳定与和谐、人才培养质量提升以及国家未来发展具有重要意义。

然而,面对融媒体时代信息爆炸、环境复杂多变及学生心理健康需求日益多样化的现状,当前高校心理健康教育面临的挑战日益严峻。因此,如何有效整合融媒体资源,探索心理健康教育的创新路径,成为高校亟待解决的重要问题(黄代森, 2020)。本研究旨在通过分析融媒体时代高校心理健康教育的机遇与挑战,提出针对性的创新路径,以期高校心理健康教育工作提供借鉴参考,推动心理健康教育工作的优化与提升。

2. 融媒体时代高校心理健康教育的理论基础

2.1. 传播学涵化理论

传播学的涵化理论,亦称培养理论或教养理论,主要探讨媒体内容对受众长期、潜移默化的影响(Gerbner & Gross, 1976)。涵化理论说明了媒体具有教化、教育的特性,而在发展过程中的其他特性都属于叠加特性。早期理论强调电视媒介所构建的“象征性现实”如何影响受众对现实世界的认知与态度,现已延伸至更加多元的数字化媒介中。在融媒体时代,高校心理健康教育的媒介环境发生了显著变化,各类信息通过多种渠道潜移默化地影响着学生的学习与生活。据此,高校应严控内容质量与导向,利用融媒体优势,传播正面科学观念,积极塑造学生健康心理观念与行为模式。

2.2. 使用与满足理论

使用与满足理论是关于研究大众媒介的使用和传播效果的理论,1974年由卡茨首次提出,该理论聚

焦于受众如何基于个人需求与动机,主动筛选并接触媒介内容,以满足其信息、娱乐、社交等多层次需求(Katz, Blumler, & Gurevitch, 1974)。传统观念视受众为信息的被动接受者,该理论则强调受众在传播活动中的主动性与主体性。在融媒体时代,高校学生作为心理健康教育的主要受众,其信息接收行为更加主动和个性化。他们可能出于缓解压力、寻求情感支持或专业知识获取等需求,主动寻求心理健康教育资源。根据该理论,高校在心理健康教育工作中应充分考虑学生的实际需求,提供多样化、个性化的教育资源和服务。

3. 时代机遇:融媒体赋能高校心理健康教育的新篇章

3.1. 丰富教育资源,拓宽学习视野

融媒体时代,高校心理健康教育资源的获取与整合模式发生了深刻变革。传统模式下,心理健康教育资源主要依赖于教材、讲座和心理咨询等线下形式,内容更新慢、形式单一且受众范围有限。然而融媒体的出现打破了这一瓶颈,它通过整合文字、图形、动画、音频、视频等多种媒体资源,为大学生提供了丰富多彩、生动形象的心理健康教育内容(韩庆云, 2023)。这些资源不仅涵盖了心理健康的基本理论知识,还涉及情绪管理、压力应对及人际关系处理等实际问题的应对策略等,极大地拓宽了学生的学习视野。此外,融媒体资源的广泛性和易获取性,也促进了心理健康知识的普及和深入,为学生提供了全方位和多层次的学习支持,在丰富教育资源方面发挥了不可替代的作用。

3.2. 加速信息传播,提高教育时效性

相较于传统媒体,融媒体在信息传播方面具有显著优势。融媒体的使用缩短了信息传播的时间周期,实现了跨地域、跨时空的即时通讯。通过即时通信工具、在线论坛及社交媒体等渠道,心理健康教育资源得以迅速覆盖全校乃至更广泛的受众群体。这种高效的信息传递机制使教师能够迅速响应学生心理健康的紧急需求,及时介入并提供必要的支持与干预。同时,融媒体平台的数据分析能力也为高校心理健康教育提供了有力支持,通过对学生互动数据、行为模式等信息的深度挖掘,高校能够更精准地把握学生的心理动态,制定更加科学、有效的教育策略,进一步提升心理健康教育的针对性和实效性。

3.3. 提升接受度与参与度,增强互动体验

传统的教育信息传播方式单向且有限,导致教学内容僵化,教学活动互动性匮乏。在这样的环境下,大学生极易对心理健康知识“消化不良”(梁杰华, 何月华, 2023),学习积极性和主动性减退。融媒体以其多维度、立体化的展示方式,极大地提高了大学生对心理健康教育的接受度和参与度。通过视频、音频等直观形式,学生能够更加容易地理解复杂的心理健康概念,感受到学习的乐趣,从而更加主动地参与到心理健康教育活动中来。此外,融媒体平台为师生互动提供了便捷渠道,教师可以通过个性化教学服务和咨询服务,如在线答疑、小组讨论等,与学生进行实时互动。学生可以随时随地分享学习心得、交流情感体验,这种即时反馈机制极大地增强了学习的参与感和归属感。

4. 现实困境:融媒体时代高校心理健康教育的现状与挑战

4.1. 信息生态失衡

融媒体时代,信息的海量性、即时性与碎片化特征,共同构建了一个信息洪流的环境,大学生身处其间极易面临信息过载的严峻挑战。信息过载不仅加剧了学生的认知负担,还易引发注意力分散和思维碎片化,进而对心理健康构成潜在威胁。同时,信息的无序传播与爆炸性增长,加剧了大学生在价值观形成期的迷茫与不安,他们在海量信息中寻求自我定位与价值认同时,易受误导或陷入混乱。此外,社

交媒体上的不良信息，如暴力、色情、恐怖内容等，直接侵蚀了大学生的心理健康防线。极端言论和“自由派”思想的泛滥更可能混淆大学生对自由、价值等核心概念的理解，诱发焦虑、恐惧等负面情绪，进一步加剧了心理健康问题的复杂性。

4.2. 教师权威弱化

融媒体的兴起，为大学生提供了多样化的信息获取途径，也深刻影响了传统教育体系中教师的权威性。在信息多元化的背景下，学生不再仅仅依赖教师的单一视角，而是能够通过网络接触到各种观点和解读。网络上的“专家”和“意见领袖”以其独特的见解和表达方式吸引了大量学生的关注。因而在面对心理困扰时，学生往往倾向于在网络上寻求解答而非直接咨询专业教师，无形中减少了学生与专业教师之间的直接交流，还可能使学生接受到不准确或片面的心理健康指导，进一步增加心理问题的复杂性和解决难度(Perlmutter, Dwyer, & Torous, 2024)。此外，部分教师因技术限制或观念滞后，在融媒体应用方面的能力不足，也进一步削弱了他们的权威性，在学生中的影响力减弱。

4.3. 资源与评价脱节

融媒体技术的融入虽为高校心理健康教育开辟了新路径，但当前教育资源的零散性与非标准化，以及评价体系的滞后性，严重制约了其效能的充分发挥。具体而言，高校缺乏一套系统、权威的融媒体心理健康教育内容框架与评估标准，因而教学质量难以量化评估和比较，影响了教学创新的推进。同时，资源分配的不均衡与投入不足，直接限制了融媒体技术在心理健康教育中的深度融合与个性化应用，难以满足学生多元化、差异化的心理健康需求，这不仅影响了教育资源的有效利用，也阻碍了高校心理健康教育质量的整体提升。

5. 突破路径：融媒体时代高校心理健康教育的创新与优化

5.1. 从基础到卓越：师资力量的重塑与提升

在融媒体时代的浪潮中，高校心理健康教育师资队伍转型与升级成为关键，高校与教师双方亟需共同努力，深化教育实践，开创心理健康教育新篇章。

5.1.1. 高校战略支撑：构建全方位师资队伍发展新貌

高校应深入了解心理健康教师的实际需求与现状，紧密结合教育领域的最新发展趋势，涵盖融媒体技术的基础知识、在心理健康教育中的创新应用案例以及教学设计与评估方法等关键内容，制定具有针对性的融媒体技术培训计划。通过邀请行业专家、学者进行专题讲座与实操指导，确保教师能够系统掌握并灵活运用这些技术，从而提升教学质量与效果。同时，为了促进教师之间的学术交流与经验分享，高校还需积极搭建融媒体心理健康教育的教学研究与交流平台，包括定期组织教学研讨会、工作坊、案例分析等活动(田禾, 2021)，鼓励教师围绕融媒体技术在心理健康教育中的应用展开深入探讨，激发教师的创新思维与实践能力，从而不断提升自身的专业素养与教学能力。

5.1.2. 师资自我革新：技能与理念并进的双重蜕变

高校心理健康教师作为教育变革的先锋，需具备高度的自我驱动力以适应融媒体时代这一变革趋势。技能升级是教师的首要任务，也是必须跨越的门槛。教师不仅要熟悉融媒体技术的基本操作，更要深入探索其在心理健康教育中的创新应用。例如，利用社交媒体平台建立学生心理健康档案、运用大数据分析技术精准识别学生的心理需求与问题，以丰富教学手段，提升教育的针对性和实效性。与此同时，理念的革新同样重要。教师应摒弃传统的“灌输式”教学模式，转而采用“引导式”、“互动式”的教学理

念。在教学过程中，教师应更加关注学生的主体性和参与感，促进学生自我认知与情感管理能力的全面提升。

5.2. 从单一到多元：教学模式的革新与融合

在融媒体时代，高校心理健康教育的教学模式正经历着深刻的创新与发展，其核心在于构建“双师融合”与多元化教学体系，有效应对时代赋予的新挑战。

5.2.1. 双师深度融合：重塑教学角色，构建互动成长新生态

传统模式下，高校心理健康教师的角色往往局限于知识的传授者，而“双师融合”的理念则倡导教师角色的全面转型与深化。教师不仅要维护在自身专业领域的权威性，更要积极融入学生群体，实现由单一的教学者向教学参与者、引导者的双重身份转变。教师需灵活运用融媒体互动式交流手段，在传授知识的同时，鼓励学生主动参与、自我探索，以建立起师生间深度对话、共同成长的新型教育生态。在此过程中，教师的引导与启发作用得以强化，学生则因主动性的提升而展现出更高的创造性与自我反思能力，两者相互促进，共同推动心理健康教育的深层次发展。

5.2.2. 线上线下并行：融合教学优势，打造立体化学习新体验

线上线下并行的高校心理健康教学模式打破了空间限制，将传统课堂教学与线上学习平台无缝对接。线上平台通过开设网络课程、视频直播、在线讨论等形式，为学生提供了随时随地获取心理健康知识与资源的便捷途径。同时，线下教学则继续发挥面对面教学的优势，通过讲座、团体辅导等活动，加深学生对心理健康问题的理解，营造积极向上的心理健康教育氛围。线上线下相融合的教学模式，不仅丰富了教学手段，提高了教学效果，还提供了更加灵活、个性化的学习路径，满足了学生多样化的学习需求。

5.3. 从传统到智能：科技驱动的教育体系创新

当前正值数字化转型的融媒体时代，高校应敏锐洞察科技发展趋势，主动将人工智能、虚拟现实等前沿科技手段融入心理健康教育体系，以科技赋能，实现教学成效飞跃性提升。

5.3.1. 强化科研引领：跨学科协作与智能化服务并进

高校应加大对心理健康领域科研项目的投入力度，组建跨学科、协作紧密的研究团队，深入挖掘人工智能在心理测评精细化、情绪智能识别与个性化干预等方面的巨大潜力。通过算法优化与模型构建，开发智能化心理健康服务平台，实现对学生心理状态的精准监测与即时反馈，为每位学生量身定制心理干预方案，提供更为个性化、高效的心理支持服务。此外，利用虚拟现实技术创建模拟真实的心理辅导场景，让学生在安全、无压力的虚拟环境中进行情绪调节与压力释放，能有效增强其心理调适能力与韧性(丁力, 2024)。这种沉浸式体验不仅能够激发学生的学习兴趣，还能显著提升心理健康教育的参与度和实效性。

5.3.2. 构建健康生态：数据驱动的心理预警与干预体系

在融媒体时代，高校需致力于构建一个健康、有序的心理健康信息生态系统。通过虚拟空间与现实生活教育的深度融合，有效筛选和传递心理健康信息，保护学生免受不良信息的侵扰。同时，依托大数据分析技术，对心理健康教育的全过程进行深度剖析，挖掘教育过程中的潜在规律与瓶颈，为教学内容的优化与教学方法的创新提供有力的数据支撑。在此基础上，建立智能化的心理健康预警系统(王佳佳, 2023)，实现对学生心理状态的实时监测与评估、对心理危机学生的早期识别与主动干预，从而有效遏制心理问题的萌芽与恶化，构建一个更加积极主动的心理健康防护网，确保每位学生的心理健康得到及时有效的关注。

5.4. 从静态到动态：反馈与评价机制的深化

在融媒体时代的大背景下，高校心理健康教育的反馈与评价机制面临深刻的变革需求，亟需通过系统性创新，对接教育发展的新趋势与新要求。

5.4.1. 强化即时反馈：构建个性化评价机制

高校应充分利用融媒体技术的即时性、互动性和数据分析能力，建立高效精准的反馈系统。这一系统通过整合数据分析与行为追踪技术，深入洞察学生的心理动态与需求变化，实现对学生学习成效的即时、客观评估与反馈。此举不仅提升了评价的科学性与针对性，还促使教师能够依据学生的个体差异，灵活调整教学策略，提供定制化的心理健康服务，从而加速学生心理素质的全面发展。此外，高校还应促进反馈与评价机制的持续优化与迭代，结合大数据与人工智能技术，保持对这一机制的动态审视，及时根据新技术、新理念进行适应性调整与优化。

5.4.2. 升级评价体系：实现多维度全覆盖

高校应深刻认识到评价体系对于衡量心理健康教育成效的重要性，构建一套全面、系统且科学的评价体系，超越单一的知识掌握评估，转而关注学生在心理素质、问题应对能力等多维度上的成长与进步。为此，高校需积极引入融媒体技术中的大数据分析、智能评估系统等工具，实现对教育过程的全面、精准监控与评估。同时，鼓励学生、教师、家长等多方主体共同参与评价过程，通过多元视角的交汇与融合，为教学质量的持续改进提供丰富、多维的反馈信息。

5.5. 从孤立到联结：社群矩阵的构建与互动实践

在心理健康教育的深化与拓展中，构建全方位、多层次的社群与互动平台尤为关键，此举不仅有助于增强师生及学生间的紧密联系，还能有效提升心理健康教育的渗透力与实效性。

5.5.1. 构建矩阵平台：强化师生互动交流

高校需持续优化并拓展现有的融媒体互动平台，如网络心理热线、社交媒体群组及在线会议系统等多种形式，以确保沟通渠道的多元化与便捷性。通过定期组织线上讲座、心理沙龙及主题研讨会，鼓励学生积极参与，与教师进行深度对话，分享个人感悟与困惑，形成双向互动的良性循环。当然，心理健康教育不应局限于课堂之内，还应贯穿于学生的日常生活之中，将课堂教育与课外实践紧密结合起来，引导学生在课后继续深化对心理健康问题的思考与探索，并将所学知识与应用于实际生活中，实现知识的内化与能力的提升，为学生的全面发展提供有力支撑。

5.5.2. 强化社群建设：激发生生互助活力

在心理健康教育的实施过程中，学生之间的交流与互助同样不可或缺。高校应鼓励学生自发组建心理社团和兴趣小组等组织，定期开展丰富多彩的心理健康教育活动，为学生提供一个分享个人经历、表达情感和寻求建议的空间。此外，高校还应重视选拔并培训一批网络心理宣传员与咨询小助手(孟娟娟, 2024)，通过发布有价值的信息，为有需要的同学解答疑惑以及提供初步的心理支持，在发挥引领作用的同时，促进心理健康信息的正向传播与问题的及时解决。这种在同伴支持基础上建立的社群模式，有助于学生在相互理解、鼓励与帮助中共同成长，形成积极向上的心理氛围。

通过系统性地实施多维度创新路径，高校心理健康教育的实效性将显著提升。具体而言，通过师资队伍的重塑与提升，教师不仅掌握了融媒体技术，还更新了教学理念，拓宽了心理健康教育的深度与广度；教学模式的革新与融合，线上线下混合式教学模式的引入，如T高校的成功案例所示，不仅打破了传统课堂的局限，还显著提升了学生学习心理健康课程的学习成绩与兴趣(孙萱, 徐子珍, 2024)，实现了

教学内容的个性化学习体验；科技驱动的教育体系创新，更是依托人工智能、虚拟现实等前沿技术，提升了心理健康教育的智能化和个性化服务水平，为学生提供了更加精准、高效的支持与干预；反馈与评价机制的深化以及社群矩阵的构建，有效增强了师生间的互动与学生间的互助，营造了积极向上的心理健康教育氛围，例如，某研究表明，学生对于心理健康教育课程的满意度，特别是师生互动方面的满意度已超过 90% (马珺等, 2022)。这一系列创新路径不仅提高了高校心理健康教育的实效性针对性，更是培养了学生良好的心理素质和适应能力，为他们的全面发展奠定了坚实的基础。

6. 结论

融媒体时代为高校心理健康教育开辟了新路径，提供了新方法、新平台，带来了崭新的机遇，与学生的健康成长及社会的和谐稳定密切相关。面对新时代的挑战，高校需紧抓融媒体带来的契机，通过师资重塑、教学模式创新、科技深度融合、评价机制优化及社群矩阵构建等多维度创新路径，积极构建心理健康教育体系，为培养具备良好心理素质、适应社会发展需求的高素质人才奠定坚实基础，对于切实提升融媒体时代高校心理健康工作的实效性具有重要意义。

基金项目

2022 年度江苏省研究生教育教学改革课题“基于第三方评价的江苏高校国内外综合影响力研究”(JGKT22_A015)；江苏大学科研项目“融媒体视角下高校思想政治教育实效性提升研究”(Y23C161)。

参考文献

- 丁力(2024). 融媒体背景下大学生心理健康影响及教育路径研究. *新闻研究导刊*, 15(2), 95-97.
- 韩庆云(2023). 全媒体视域下高校心理健康教育路径创新研究. *现代职业教育*, (31), 37-40.
- 黄代森(2020). 融媒体时代大学生心理健康教育路径探究——评《大学生心理健康教育(第三版)》. *中国教育学刊*, (11), 133.
- 梁杰华, 何月华(2023). 融媒体时代高校心理健康教育转型路径探析. *吉林广播电视大学学报*, (4), 76-78.
- 马珺, 黎雯霞, 曹萌(2022). 大学生心理健康教育课程师生互动效果研究. *卫生职业教育*, 40(15), 51-53.
- 孟娟娟(2024). 融媒体时代大学生积极心理状态的媒介呈现方式与影响研究. *传播与版权*, (10), 102-104.
- 宋建武, 黄淼, 陈璐颖(2022). *中国媒体融合转型*. 中国人民大学出版社.
- 孙萱, 徐子珍(2024). 学生视角下大学生心理健康教育课程混合式教学满意度的探索与研究. *科教文汇*, (7), 180-184.
- 田禾(2021). 高校“三维一体”心理健康教育课程体系的构建. *武汉理工大学学报(社会科学版)*, (3), 143-146.
- 王佳佳(2023). 基于人工智能技术的大学生心理健康预警系统设计. *信息与电脑(理论版)*, 35(21), 104-106.
- Katz, E., Blumler, J. G., & Gurevitch, M. (1974). Uses and Gratifications Research. *Public Opinion Quarterly*, 37, 509-523. <https://doi.org/10.1086/268109>
- Gerbner, G., & Gross, L. (1976). Living with Television: The Violence Profile. *Journal of Communication*, 26, 172-199. <https://doi.org/10.1111/j.1460-2466.1976.tb01397.x>
- Perlmutter, E., Dwyer, B., & Torous, J. (2024). Social Media and Youth Mental Health: Assessing the Impact through Current and Novel Digital Phenotyping Methods. *Current Treatment Options in Psychiatry*, 11, 34-51. <https://doi.org/10.1007/s40501-024-00312-1>