

数智技术赋能高校心理健康教育转型的价值、 困境分析与实践理路研究

商悦雯

上海理工大学马克思主义学院, 上海

收稿日期: 2025年4月29日; 录用日期: 2025年5月27日; 发布日期: 2025年6月9日

摘要

随着互联网、大数据、人工智能等前沿数智技术的迭代升级, 高校心理健康教育的数智化转型已成为新时代教育发展的必然趋势, 新一代的数智技术不断推进高校心理健康教育在资源整合、知识普及、场景跃迁等方面进行变革和创新。但同时, 数智技术在赋能高校心理健康教育转型过程中也会面临着数字人才储备短缺与教育理念落后、数据隐私与伦理风险问题和转型机制缺乏统筹的现实困境。为此, 需以转变思维为基础、以防范风险为保障、以统筹机制为支撑, 推动高校心理健康教育数智化创新实践, 构建完善、高效、安全的心理健康教育体系。

关键词

高校心理健康教育, 数智技术, 赋能, 数智化创新

Research on the Value, Dilemma and Practical Rationale of Digital Intelligence Technology Enabling the Transformation of Mental Health Education in Colleges and Universities

Yuewen Shang

School of Marxism, University of Shanghai for Science and Technology, Shanghai

Received: Apr. 29th, 2025; accepted: May 27th, 2025; published: Jun. 9th, 2025

Abstract

With the iterative upgrading of the Internet, big data, artificial intelligence and other cutting-edge

digital technologies, the digital transformation of mental health education in colleges and universities has become an inevitable trend in the development of education in the new era, and the new generation of digital technology continues to promote the mental health education in colleges and universities in the integration of resources, popularization of knowledge, and scenarios of leapfrogging to carry out changes and innovations. But at the same time, digital intelligence technology in empowering the transformation of mental health education in colleges and universities will also face the shortage of digital talent reserves and backward educational concepts, data privacy and ethical risks and the lack of co-ordination of the transformation mechanism of the reality of the dilemma. In this regard, it is necessary to promote the innovative practice of digitalization of mental health education in colleges and universities based on the change of thinking, risk prevention, and the support of a coordinated mechanism, so as to build a perfect, efficient, and safe mental health education system.

Keywords

Mental Health Education in Higher Education, Digital Intelligence Technology, Empowerment, Digital Intelligence Innovation

Copyright © 2025 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,人工智能、大数据、虚拟现实、元宇宙及大模型等数智技术经历了飞速发展,其不断更新迭代与多元化应用普及正在对各行各业进行数智化赋能,引领全球迈入全面互联、高度智能、即时优化的新时代。在此背景下,如何利用数智技术赋能高校心理健康教育创新发展成为了时代赋予我们的必答题。深入探讨数智技术在赋能进程中的价值图景以及准确把握当前创新所遭遇的现实困境,进而觅取针对性的实践理路,对于推动数智技术与心理健康教育的深度融合和促进心理健康教育创新发展具有深远的战略意义。

2. 数智技术赋能高校心理健康教育转型的价值途径

近年来,国家高度重视大学生的心理健康问题。数智技术作为数字智能化的现实表征,为大学生心理健康教育带来了新的发展机遇。随着数智技术的不断更新迭代与应用普及,对高校心理健康教育的数字化发展产生了重要影响,不断推进其在资源整合、知识普及、场景跃迁等方面进行变革和创新。

2.1. 精准化心理健康教育资源整合

在高校心理健康教育领域,“智能算力”等“类脑”智能技术通过智能内容整合、资源质量评估与优化、智能陪伴以及预测与预防等方式对高校心理健康教育资源进行“参数优化”与“变量调整”,以数字再生产、再创造的方式迭代升级心理健康教育资源(肖峰,赫军营,2023)。例如,高校通过整合体育教学系统的体能监测数据、学校医务系统的学生身体健康数据、以及心理健康中心的咨询记录等,构建跨部门协同机制,形成多维联动的心理健康支持系统,从而实现涵盖生理-心理-行为全维度的精准化心理服务供给。

2.2. 提升心理健康知识传播效能

随着数智技术的深度演进与广泛应用,心理健康知识的传播效能和普及程度得到显著提升。通过“大

数据”技术实现心理健康知识的精准推送，帮助学生在关键时刻掌握心理健康的基本知识，培养学生正确应对压力、调节情绪的能力，从而增强心理健康素养。与此同时，最新的“AIGC”技术还能够根据课程需求，智能生成与课程内容紧密相关的视频片段，通过视觉与听觉的双重刺激加深学生对知识的记忆与理解；同时，结合心理教师的现场讲解使信息传递更加亲切自然，增强学生的情感共鸣；此外，借助数字化网络平台的技术优势，师生可突破时空限制，构建起多维互动的立体化沟通桥梁。这不仅促进了师生间双向交流的深度与频次，更通过即时反馈机制激活了学生的内在学习动能，使其从被动接受者转变为主动参与者，显著提升了心理健康教育的主体认同感。同时，借助平台的传播辐射效应，优质教育资源得以跨区域共享，教学活动的触达范围实现指数级扩展，有效覆盖更多潜在需求群体。在良性互动循环的驱动下，学生参与的持续性与积极性形成正向增强回路，既深化了心理健康教育的渗透力，又为构建全员参与、全程渗透的教育生态奠定了坚实基础。因此，数智技术的广泛应用不仅丰富了高校心理健康教育资源的多样性，提高了心理健康知识的吸引力与传播效率，还促进了教育者与受教育者之间更深层次的互动与共鸣，为高校心理健康教育开辟了更为广阔、生动、有效的育人空间。

2.3. 驱动心理健康教育场景跃迁

数智时代下，VR技术在心理健康领域的广泛应用正驱动着心理健康教育场景的跃迁。在心理评估方面如心康虚拟现实心理评估与干预系统VR-P，该系统可以通过虚拟现实场景帮助患者进入深度放松状态，并进行心理健康评估(贾蕙鹂, 2024)。在心理治疗方面，VR技术则被广泛应用于各种精神障碍的治疗，包括焦虑症、创伤后应激障碍(PTSD)、社交焦虑症等。例如，OVR social engagement™可以利用VR技术帮助人们克服社交回避感和其他心理健康问题。VR暴露疗法通过模拟特定情境，帮助学生患者逐步面对和处理恐惧或焦虑情绪，从而改善治疗效果。

因此，VR等数智技术的引入实现了心理健康教育内容的可视化展现与跨时空还原，它如同一座桥梁，连接了心理健康教育的现实域与虚拟域，促成了服务场景从单一到多元的跃迁，让学生在“现实空间-拟态空间-元宇宙空间”的无缝切换中获得全方位的疗愈体验。

3. 数智技术赋能高校心理健康教育转型的现实困境

随着云计算、机器学习等数字技术的深入发展，各行各业在面临数智化创新时都会遭遇“不会转”、“不敢转”和“不能转”的三大魔咒，高校在运用数字技术助推心理健康教育创新的过程中也面临着人才储备短缺与教育理念落后、数据隐私与伦理风险问题和转型机制缺乏统筹的现实困境。

3.1. 人才储备短缺与教育理念滞后

其一，高校数字化技术人才的短缺已成为制约数智技术赋能心理健康教育体系建设的核心瓶颈(程乐松, 2022)。数字化转型依赖于人工智能、大数据等前沿信息技术的深度应用，此类技术系统的稳定运行与迭代升级需要专业化的数字技术人才团队提供技术保障。同时，数字化服务平台的技术故障或网络中断风险，可能直接阻碍学生群体获取心理健康知识及专业咨询服务，而这种服务获取的障碍可能诱发潜在的心理危机。但当前高校普遍面临技术人才结构性短缺问题，需通过校企联合培养、跨学科研修等方式补充专业力量，提升现有人员的数字素养。

其二，教育者的数字化意识不足。以往一些高校心理健康教育工作在实际开展过程中，由于数字化意识的相对匮乏，其教学方式往往局限于传统模式，显得较为单一(徐培, 尚超, 2025)。囿于缺乏系统性理论框架与科学化方法支撑，尽管部分教师凭借敏锐洞察力与职业责任感，能够针对日常发现的问题实施个别化心理干预，但此类碎片化努力效率较低，难以达成预期育人成效。与此同时，尽管部分高校已

意识到数字技术的增效价值，但实践中平台整合与工具应用水平不足，资源分配不均，难以形成切实有效的教育合力，致使高校心理健康教育干预常陷于被动的状态，难以达到未雨绸缪、提前防范的预期。

3.2. 数据隐私与伦理风险问题

正如美国教育家尼尔·波斯曼(Neil Postman)所言：“每一种技术都既是包袱又是恩赐，不是非此即彼的结果，而是利弊同在的产物(尼尔·波斯曼，何道宽，2019)，”数智化创新于高校心理健康教育亦是如此，其在助推高校心理健康教育创新的同时，也存在着一定的创新危机与风险。

一是“算法黑箱”带来的不确定性伦理风险。神经网络算法作为数智技术的核心驱动力，其模型结构本质上非常复杂，高层次的非线性层层叠加的参数使得整个决策过程具有不可解释性，因此其在实际输入和输出之间的决策过程犹如一个“黑匣子”。算法的这一特性使得算法的“输出”结果充满不确定性，诸如在未知情况下被算法设计人员的主观意志篡改等。二是“大数据技术”带来的数据安全风险。数据是一切数智技术的基础，数据安全性问题日益严峻。在高校心理健康数据采集和分析的过程中，学生的个人信息(如姓名、住址、联系方式等)可能被不当获取和利用，导致隐私泄露。例如，一些心理健康机构的订单信息被黑客或内部人员窃取后，可能会被用于精准营销或诈骗。

3.3. 转型机制缺乏统筹

目前高校心理健康教育平台处于建设初期，数智化创新的统筹规划和管理制度还有待完善，暂未提供更全面、深入和有效的心理健康教育平台和资源，满足学生多样化的心理需求。

其一，统筹规划待优化。当前高校心理健康教育的各要素、环节之间存在严重割裂，众高校内部业务系统各自为政，不同部门建立多套独立的心理资源管理系统，数据间的流通共享受到严重阻碍，导致相关心理测评工作难以按需获得数据支持，存在大量“信息孤岛”、“数据烟囱”现象，延滞了数智技术与高校心理健康教育体系融合的进程。

其二，管理制度待完善。数智技术在心理健康教育领域应用的过程中势必会带来伦理、法律等问题。目前，创新过程中配套的管理办法与技术使用规则的缺失，导致心理健康数据的收集、存储和传输过程中各环节实施的具体方案及相关规范缺乏统一性。同时，数据安全监管体系尚不健全，技术使用的安全标准也不够详尽，增加了技术滥用的风险。此外，权责划分模糊，涉及心理平台、媒体、心理健康服务等领域的具体行为规范尚未明确界定，不同主体间微观目标与宏观要求的不一致，以及责任主体在监管执行上的不到位，均导致任务实施效果参差不齐，严重阻碍了高校心理健康教育数字化创新实践的顺利推进与具体落地。

4. 数智技术赋能高校心理健康教育创新的实践理路

数字赋能具有开放、兼容、共享等特点(张晓艳，2024)，这既为数字时代高校心理健康教育提供了发展契机，也带来了工作挑战，正是这些挑战促使我们深入思考并探索切实可行的实践理路。上述困境表明，高校心理健康教育的数智化转型需以思维革新为基础、以防范风险为保障、以统筹机制为支撑，唯有构建“思维-技术-制度”三位一体的实践框架，方能破解“不会转、不敢转、不能转”的困局，推动数智赋能从理论构想走向落地实施。

4.1. 深化数智思维，提升教育者数字化素养

思想是行动的先驱，理论是实践的灯塔。数智时代下，推动高校心理健康教育创新的首要之务就在于深化认识、革新理念和转变思维。高校亟需突破长期沿用的传统心理健康教育观念与路径，积极拥抱数字时代并强化数智意识，提升教师队伍素养，使数智技术为大学生提供全方位、个性化、及时和高效

的心理健康评估与高水平的心理健康服务。

首先,开展专项培训,提升高校心理健康教育工作者数字化能力。教育数字化转型的关键在于教师团队数字技能的提升,通过系统化学习夯实教师的数字化操作能力的根基。在培训过程中,教师应深度掌握主流数字化教学工具的核心功能与操作规范,构建从理论认知到实践应用的完整技能闭环,确保能够根据教学场景与管理需求,精准调用数字技术工具,实现教学流程和教学管理的数智化转型。这种培养模式不仅能推动教学交互模式的革新,更能够借助虚拟仿真、智能评测等数字技术手段,打造沉浸式的教育场境,使知识的传递突破时空局限,学习评价实现动态追踪,最终构建起师生双向赋能的数字化教育新生态。其次,教师应不断创新教育方式,拓展教育场景边界。教师需以“双线融通”理念为指引,主动探索构建 OMO (Online-Merge-Offline)混合式教学生态,形成充满活力的混合学习环境。同时,教师可以通过 VR、AR 技术,构建“虚实共生”的场景再造实现教学场景的跃迁。最后,教师应时刻保持“数字嗅觉”,可以定期与 00 后学生交流他们常用的数字工具(如 TikTok、抖音、豆包、deepseek 等),将最前沿的数智技术转化为课堂创新动能,避免因“数字认知断层”导致课堂吸引力下降。同时,担负起数字责任,避免技术滥用引发的伦理危机。

4.2. 强化算法规制, 防范教育创新伦理风险

化解数智技术在赋能高校心理健康教育实践过程中衍生的技术风险与隐忧,是突破转型困境的重要一步。对此,我们可以强化对算法的有效规制,用主流价值导向驾驭“算法”,同时严格把控数据采集过程,保障隐私安全。

首先,强化算法规制,把握话语主导权。由于“算法黑箱”的不可解释性,导致高校心理健康教育创新陷入话语危机并深陷伦理风险。因此,我们需要强化对算法的有效规制,坚持与课程思政教学相结合,牢牢把握心理健康教育的主导权。以社会主义核心价值观引领算法研发,提升专业人员素养,将价值观融入算法设计,明确价值导向,从根本上化解“算法黑箱”带来的伦理风险,实现全方位价值观覆盖。其次,重视伦理风险,切实保障隐私安全,全力保障师生的合法权益不受侵犯。高校亟需开展实时监测网络安全态势、加强算法控制的监管等工作,实时监测网络安全状况、强化对算法应用的监管,筑牢个人隐私的安全防线,确保师生的个人隐私安全。诸如,设立师生隐私保护委员会,严格规范数据的收集方式和使用目的,确保数据的正当性和安全性等。

4.3. 加强顶层设计, 规范高校教育管理机制

加强顶层设计对于数智技术赋能高校心理健康教育创新具有重要意义,其关键就在于制定一套行之有效的统筹规划蓝图,并构建高校心理健康教育责任伦理制度,以确保高校心理健康教育数智化创新实践的顺利推进与具体落地。

首先,优化统筹规划,搭建数智化资源平台,要求我们从统揽全局的高度,依托数字技术,以立德树人为核心目标,实施自上而下地统筹战略规划,确保顶层设计与操作执行保持高度一致。一方面,高校应紧跟时代步伐,积极响应国家方针政策的导向,充分整合收集整理学生的心理健康数据信息,完善数字赋能运维平台,不断提升心理健康教育信息化和算法水平,并构建起适应新时代要求的数字化创新新框架,推进高校心理健康教育信息化建设。另一方面,高校应坚持以共享为原则、不共享为例外的原则(吴恒仲,张桂华,2023),强化数字融合共享意识,开展多维分享,打破“数据壁垒”,并树立资源整合意识,聚焦重点问题以实现难点突破,打造以需求为导向的数智化心理健康大数据平台,实现信息化、数据化、智能化终端与载体的全覆盖。但与此同时,高校心理健康教育工作者采用多维分享模式要注意适度原则(段立,郑志玲,2023),恰当地把握“心理节律”的黄金窗口和分享的时机和分寸,不公开披

露学生个案信息,不渲染负面情绪,对敏感话题(如性心理、家庭创伤)采用“隐喻叙事法”,从而建立与学生之间的良性互动循环,发挥数智赋能高校心理健康教育的最大效能。

5. 结语

数智技术的引入,无疑为高校心理健康教育开启了一扇通往智能化、精准化、个性化的大门。通过大数据、人工智能等前沿技术的应用,高校能够更准确地识别学生的心理需求,提供更为个性化的心理支持与服务。这种创新不仅提升了心理健康教育的效率和效果,更在潜移默化中改变了学生的学习方式和成长路径,使他们能够在更加互动、沉浸的环境中学习和成长。然而,数智化转型之路并非一帆风顺。人才储备短缺、教育理念滞后、数据隐私与伦理风险以及转型机制缺乏统筹等问题,成为制约高校心理健康教育数智化创新的重要瓶颈。这些问题不仅关乎技术的有效应用,更触及到教育理念的更新、管理机制的完善以及伦理风险的防控等多个层面。面对这些挑战,高校需要采取更为积极和主动的态度,深入探索数智技术与心理健康教育的深度融合路径。这要求我们不仅要加强顶层设计,优化统筹规划,确保数智化创新的有序推进;更要强化算法规制,保障数据隐私与安全,构建伦理风险防控体系。同时,深化数智思维,提升教育者的数字化素养,也是推动心理健康教育数智化转型不可或缺的一环,确保数智化转型能够真正服务于学生的心理健康成长。未来,随着数智技术的不断发展和完善,我们有理由相信,高校心理健康教育将迎来更加广阔的发展前景,为培养身心健康、全面发展的时代新人提供有力支撑。同时,这一领域的深入研究与实践探索,也将为其他教育领域的数智化转型提供有益借鉴和启示。

参考文献

- 程乐松(2022). 言辞的纹理:早期中国思想的场景性. *浙江社会科学*, (3), 107-114.
- 段立, 郑志玲(2023). 数字赋能视域下高校心理健康教育提升策略. *传播与版权*, (17), 110-112+116.
- 贾惠鹂(2024). 大语言模型在心理健康领域的应用探索. *前卫*, (3), 206-208.
- 尼尔·博斯曼, 何道宽(2019). 技术垄断:文化向技术投降. *科学中国人*, (11), 80.
- 吴恒仲, 张桂华(2023). 数字技术驱动大学生思想政治教育工作创新探究. *学校党建与思想教育*, (10), 74-76.
- 肖峰, 赫军营(2023). 新质生产力:智能时代生产力发展的新向度. *南昌大学学报(人文社会科学版)*, (6), 37-44.
- 徐培, 尚超(2025). 数字赋能高校心理健康教育高质量发展体系研究. *东西南北*, (6), 116-118.
- 张晓艳(2024). 聚焦数字化建设,谱写成长新篇章. *教育家*, (29), 63.