

艺术疗愈视域下护理专业学生的心理育人路径研究

——基于高校辅导员工作实践

谭 岚

四川工业科技学院大健康学院, 四川 德阳

收稿日期: 2026年4月8日; 录用日期: 2026年5月18日; 发布日期: 2026年5月27日

摘 要

本文采用文献研究法、问卷调查法、访谈法, 以国内6所高校286名护理专业学生、42名护理专业辅导员为调研对象, 梳理艺术疗愈的核心内涵与理论基础, 分析护理专业学生心理育人现状及存在的问题, 结合辅导员工作实践构建针对性的心理育人路径。护理专业学生普遍面临学业压力、职业认同迷茫、临床实习心理应激等困境, 心理问题检出率高于普通专业学生; 辅导员心理育人工作存在艺术疗愈专业素养不足、干预方式单一、协同机制缺失等问题; 艺术疗愈在护理专业学生心理育人中具有较高的应用价值与可行性, 但应用范围较窄、形式单一。应通过强化辅导员艺术疗愈专业能力、构建系统性心理干预体系、创新艺术疗愈活动形式、完善协同育人机制, 构建科学可行的心理育人路径, 实现艺术疗愈与辅导员工作实践的深度融合, 提升护理专业学生心理育人质量。

关键词

艺术疗愈, 护理专业学生, 心理育人, 辅导员, 实践路径

A Study on the Psychological Education Path of Nursing Students from the Perspective of Art Therapy

—Based on the Work Practice of University Counselors

Lan Tan

School of Big Health, Sichuan Institute of Industrial Technology, Deyang Sichuan

Received: April 8, 2026; accepted: May 18, 2026; published: May 27, 2026

Abstract

This paper uses literature review, questionnaire survey, and interview methods to investigate 286 nursing students and 42 nursing counselors from 6 universities in China. It outlines the core connotation and theoretical basis of art therapy, analyzes the current status and existing problems of psychological education for nursing students, and constructs a targeted psychological education path based on counselors' work practice. Nursing students generally face difficulties such as academic pressure, confusion about professional identity, and psychological stress during clinical internships, with a higher detection rate of psychological problems than students in other majors. Counselors' psychological education work suffers from insufficient professional competence in art therapy, a single intervention method, and a lack of collaborative mechanisms. Art therapy has high application value and feasibility in the psychological education of nursing students, but its application scope is narrow and its forms are singular. To improve the quality of psychological education for nursing students, efforts should be made to strengthen counselors' professional skills in art therapy, construct a systematic psychological intervention system, innovate art therapy activities, and improve collaborative education mechanisms. This will allow for the development of a scientific and feasible psychological education pathway, achieving deep integration of art therapy with counselors' practical work.

Keywords

Art Therapy, Nursing Students, Psychological Education, Counselor, Practical Pathway

Copyright © 2026 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

随着我国医疗卫生事业的快速发展, 护理专业人才的培养质量备受关注, 不仅要求护理专业学生具备扎实的专业技能, 更需要具备良好的心理素质与职业素养。护理专业作为一门实践性极强的学科, 学生在求学期间需面对繁重的学业任务、严格的技能考核, 进入临床实习阶段后, 还需承受医患沟通压力、职业风险等多重心理应激, 导致护理专业学生心理问题发生率显著高于普通专业学生(段连, 胡鹏, 2026)。高校辅导员作为学生思想政治教育与心理育人的一线执行者, 承担着关注学生心理健康、开展心理疏导、引导学生健康成长的重要职责, 是护理专业学生心理育人工作的核心力量。但当前, 多数高校辅导员开展心理育人工作仍以传统的说教、谈心谈话为主, 干预方式单一、针对性不强, 难以满足护理专业学生多样化的心理需求, 心理育人实效有待提升。在此背景下, 艺术疗愈作为一种兼具情感宣泄、心理调节、人格塑造功能的心理干预方式, 逐渐应用于高校心理育人领域, 其通过绘画、音乐、手工、戏剧等艺术形式, 引导个体表达内心情绪、释放心理压力, 帮助个体缓解心理困扰、提升心理韧性, 为护理专业学生心理育人工作提供了新的思路与方法。

目前, 国内关于艺术疗愈在高校心理育人中的应用研究已取得一定成果, 但多数研究聚焦于全体学生, 针对护理专业学生这一特殊群体的专项研究较少, 且现有研究多侧重理论探讨, 结合高校辅导员工作实践、可落地的系统性心理育人路径研究较为匮乏(赵娅珺, 张新词, 2025)。基于此, 本研究立足艺术疗愈视域, 结合高校辅导员工作实践, 通过实证调研梳理护理专业学生心理育人现状及存在的问题, 构

建针对性的心理育人路径，以期丰富艺术疗愈在护理专业心理育人领域的应用研究，为高校辅导员开展护理专业学生心理育人工作提供实践指导，助力护理专业学生身心健康发展。

2. 艺术疗愈的概念阐释与理论基础

2.1. 艺术疗愈释义

艺术疗愈作为一种新兴的心理干预方式，起源于 20 世纪中期的西方，其核心内涵是借助各类艺术形式，引导个体通过艺术创作与艺术体验，表达内心深处的情绪与想法，释放心理压力，缓解心理困扰，实现心理状态的调节与人格的完善。艺术疗愈不同于专业的艺术创作，其核心目的不在于培养艺术技能，而在于通过艺术这一载体，搭建个体与自我、与他人、与社会的沟通桥梁，促进个体心理健康发展。结合高校心理育人与护理专业学生特点，本研究中的艺术疗愈特指适合高校辅导员开展、贴合护理专业学生心理需求的艺术干预形式，主要包括绘画疗愈、音乐疗愈、手工疗愈、戏剧疗愈四大类。绘画疗愈以绘画、涂鸦等形式为载体，引导学生通过色彩、线条、构图表达内心情绪，无需具备专业的绘画技能，能够快速释放心理压力；音乐疗愈通过聆听、演唱、演奏等方式，利用音乐的节奏、旋律调节学生情绪状态，缓解焦虑、抑郁等负面情绪(万文琪, 2026)；手工疗愈通过折纸、编织、陶艺等手工制作，让学生在动手过程中专注当下，转移负面注意力，提升自我效能感；戏剧疗愈通过角色扮演、情景演绎等形式，引导学生代入不同角色，释放内心压抑的情绪，提升情绪调节能力与人际交往能力。相关研究表明，艺术疗愈具有安全性、包容性、实践性等特点，能够有效适配护理专业学生的心理特点。护理专业学生长期处于高压状态，内心情绪往往难以通过语言直接表达，而艺术疗愈无需语言表达，能够为学生提供一个安全、自由的情绪宣泄渠道，帮助学生缓解心理压力；同时，艺术疗愈形式多样、门槛较低，能够适配不同性格、不同心理需求的学生，便于辅导员在日常工作中落地实施，是提升护理专业学生心理育人实效的重要手段。

2.2. 理论基础

2.2.1. 艺术疗愈相关理论

表达性艺术治疗理论是艺术疗愈的核心理论基础，由美国艺术治疗师纳姆伯格提出，该理论认为，艺术是个体内心情绪与想法的外在表达，通过艺术创作与艺术体验，个体能够将内心压抑的情绪、潜意识中的想法转化为具体的艺术作品，实现情绪的释放与心理的调节。该理论强调，艺术创作的过程本身就是一种心理疗愈的过程，个体在创作中能够获得安全感与掌控感，缓解心理焦虑，提升自我认知能力(李卉, 李赫男, 张海彬, 2024)。对于护理专业学生而言，面对学业与职业压力，通过艺术创作表达内心的负面情绪，能够有效缓解心理应激，改善心理状态。积极心理学理论为艺术疗愈应用于护理专业学生心理育人提供了重要支撑。积极心理学强调，心理育人的核心不仅在于缓解个体的心理困扰，更在于挖掘个体的积极心理品质，提升个体的心理韧性与幸福感。艺术疗愈通过引导学生参与艺术创作与艺术体验，能够激发学生的积极情绪，培养学生的创造力、专注力、合作能力等积极心理品质，帮助学生树立积极的人生态度，增强应对学业与职业压力的能力。例如，在手工疗愈过程中，学生通过完成手工作品，能够获得成就感与自我认同感，提升自我效能感，进而增强心理韧性。心理动力学理论进一步阐释了艺术疗愈的心理干预机制，该理论认为，个体的心理困扰源于潜意识中的冲突与压抑，而艺术创作能够为潜意识的表达提供一个安全的渠道，帮助个体梳理内心的冲突，实现心理的平衡。护理专业学生的心理压力多源于学业压力、职业认同迷茫等现实问题，这些问题往往会压抑在潜意识中，通过艺术疗愈，学生能够将潜意识中的负面情绪与困惑转化为艺术作品，进而清晰地认识自身的心理状态，找到解决问题的方向。

2.2.2. 心理育人相关理论

人本主义教育理论是高校心理育人的重要理论基础,该理论强调,教育的核心是尊重个体的主体地位,关注个体的心理需求与成长发展,促进个体的全面发展。在护理专业学生心理育人工作中,人本主义教育理论要求辅导员充分尊重护理专业学生的主体地位,关注学生的心理需求与心理感受,采用个性化的心理干预方式,引导学生主动参与心理育人活动,实现自我心理调节与成长(于跃进,李安瑶,2025)。艺术疗愈正是基于人本主义教育理论,为学生提供个性化的情绪表达与心理调节渠道,充分尊重学生的个体差异,契合高校心理育人的核心要求。全面发展教育理论强调,教育应注重个体的德、智、体、美、劳全面发展,心理健康作为个体全面发展的重要组成部分,是高校教育的重要内容。护理专业学生的培养不仅要注重专业技能的提升,更要注重心理素质的培养,心理育人作为全面发展教育的重要环节,能够帮助护理专业学生缓解心理困扰,提升心理素质,实现专业素养与心理素质的协同发展。艺术疗愈作为一种兼具美育与心理干预功能的方式,能够将美育与心理育人有机结合,在提升学生审美素养的同时,促进学生心理健康发展,契合全面发展教育的理念。

3. 艺术疗愈视域下护理专业学生的心理育人现状与问题

为全面了解艺术疗愈视域下护理专业学生心理育人的现状及存在的问题,本研究采用问卷调查法与访谈法开展实证调研。调研选取国内6所高校(含本科院校4所、高职院校2所)的护理专业学生与辅导员作为调研对象,共发放学生问卷300份,回收有效问卷286份,有效回收率为95.3%;发放辅导员问卷45份,回收有效问卷42份,有效回收率为93.3%。同时,选取10名护理专业学生、5名辅导员、3名心理学教师开展深度访谈,进一步挖掘心理育人工作中的实际问题与改进建议。结合调研结果与访谈内容,对护理专业学生心理育人现状及问题进行系统分析。

3.1. 艺术疗愈视域下护理专业学生的心理育人的现状

3.1.1. 辅导员心理育人工作开展情况

调研结果显示,当前高校辅导员普遍重视护理专业学生心理育人工作,85.7%的辅导员表示,会定期关注护理专业学生的心理状态,开展心理育人相关工作。从工作内容来看,辅导员心理育人工作主要集中在心理筛查、谈心谈话、心理危机干预、心理知识宣传四个方面:其中,90.5%的辅导员会结合新生心理测评、日常观察等方式,对护理专业学生开展心理筛查,重点关注存在心理困扰的学生;88.1%的辅导员会通过谈心谈话的方式,为学生提供心理疏导,缓解学生的心理压力;78.6%的辅导员会参与学生心理危机干预工作,对有严重心理困扰的学生进行帮扶;73.8%的辅导员会通过主题班会、班级群等渠道,宣传心理健康知识,营造积极的心理育人氛围。从工作模式来看,辅导员心理育人工作主要以“被动应对”为主,76.2%的辅导员表示,心理育人工作多是在学生出现心理问题后才开展干预,主动开展预防性心理育人活动的比例较低。同时,辅导员心理育人工作多以个体干预为主,群体心理干预活动开展较少,仅28.6%的辅导员会定期组织护理专业学生开展群体心理活动,且活动形式较为单一,多以心理讲座、主题班会为主,难以满足学生多样化的心理需求。访谈中,部分辅导员表示,护理专业学生的心理压力具有明显的阶段性特征:大一学生主要面临适应大学生活、学业入门的压力;大二、大三学生主要面临专业技能考核、英语等级考试、专升本或考研的压力;大四学生主要面临临床实习、就业选择的压力(刘惠娟,宋新硕,邓华,2022)。但由于辅导员工作任务繁重,人均负责学生数量较多(平均每人负责200名以上学生),难以针对不同阶段学生的心理特点,开展精准化的心理育人工作。

3.1.2. 辅导员艺术疗愈应用现状

调研结果显示,艺术疗愈在辅导员心理育人工作中的应用范围较窄,仅38.1%的辅导员表示,曾在心

理育人工作中应用过艺术疗愈相关形式。从应用形式来看,主要以简单的音乐疗愈、绘画疗愈为主,其中,29.8%的辅导员会在谈心谈话后,为学生推荐放松音乐,帮助学生缓解情绪;19.0%的辅导员会组织学生开展简单的绘画涂鸦活动,引导学生宣泄情绪;仅有9.5%的辅导员会开展手工疗愈、戏剧疗愈等形式的活动,且活动多为临时性开展,缺乏系统性与常态化。从辅导员对艺术疗愈的认知与应用能力来看,69.0%的辅导员表示,对艺术疗愈的了解较为浅显,仅知道艺术疗愈的基本概念,对其理论基础、干预机制、实操方法了解较少;78.6%的辅导员表示,缺乏系统的艺术疗愈专业培训,没有掌握专业的艺术疗愈实操技能,难以开展规范化的艺术疗愈活动;83.3%的辅导员表示,由于缺乏专业指导与相关资源,开展艺术疗愈活动的难度较大,且难以评估活动效果。访谈中,辅导员普遍表示,艺术疗愈具有较好的心理干预效果,能够帮助学生快速释放心理压力,缓解负面情绪,但由于自身专业素养不足、缺乏经费与资源支持,难以将艺术疗愈广泛应用于心理育人工作中。部分辅导员表示,希望能够获得系统的艺术疗愈培训,掌握相关实操技能,同时希望学校能够提供相应的经费与资源支持,助力艺术疗愈在心理育人工作中的落地实施。

3.2. 艺术疗愈视域下护理专业学生的心理育人的问题

3.2.1. 学生层面

一是心理压力较大,心理困扰较为突出。调研结果显示,72.4%的护理专业学生表示,自身面临较大的心理压力,其中,68.2%的学生认为学业压力是主要压力来源,护理专业课程量大、知识点繁杂、技能考核严格,导致学生长期处于紧张状态;57.7%的学生表示,存在职业认同迷茫,对护理职业的发展前景、工作强度、社会认可度存在担忧,尤其是临床实习阶段,面对医患矛盾、职业风险,容易产生焦虑、抑郁等负面情绪;42.3%的学生表示,存在人际关系困扰,护理专业女生比例较高,性格敏感,容易出现宿舍矛盾、同学矛盾,且部分学生缺乏有效的人际交往技巧,难以建立良好的人际关系。二是对艺术疗愈的认知存在偏差,参与积极性不高。调研结果显示,65.4%的护理专业学生表示,不了解或不太了解艺术疗愈,仅23.1%的学生表示,对艺术疗愈有一定的了解;58.8%的学生认为,艺术疗愈是“娱乐活动”,无法有效缓解心理压力,对艺术疗愈的心理干预效果持怀疑态度;仅有19.6%的学生表示,愿意主动参与艺术疗愈相关活动,多数学生参与艺术疗愈活动的意愿较低,甚至存在抵触心理。访谈中,部分学生表示,“觉得艺术疗愈没有用,不如谈心谈话实在”“没有艺术细胞,不敢参与艺术创作类活动”,这些认知偏差直接影响了艺术疗愈在心理育人中的应用效果。三是心理需求多样化,艺术疗愈适配性不足。调研结果显示,不同年级、不同性格的护理专业学生,对艺术疗愈形式的需求存在显著差异:大一学生更倾向于音乐疗愈、绘画疗愈等简单易操作的形式,希望通过艺术疗愈缓解适应压力;大二、大三学生更倾向于手工疗愈、戏剧疗愈等互动性强的形式,希望通过艺术疗愈缓解学业压力、提升人际交往能力;大四学生更倾向于个性化的艺术疗愈形式,希望通过艺术疗愈缓解实习与就业压力。但当前辅导员开展的艺术疗愈活动形式较为单一,多为统一化的活动安排,难以适配不同学生的心理需求,导致艺术疗愈的干预效果大打折扣。

3.2.2. 辅导员层面

一是艺术疗愈专业素养不足,干预能力有限。调研结果显示,78.6%的辅导员没有接受过系统的艺术疗愈专业培训,对艺术疗愈的理论基础、干预机制、实操方法了解较少,难以开展规范化的艺术疗愈活动。部分辅导员即使开展艺术疗愈活动,也多是简单的形式化操作,缺乏针对性与专业性,无法有效解决学生的心理困扰。例如,部分辅导员仅组织学生开展绘画活动,但没有掌握绘画疗愈的引导技巧,无法引导学生通过绘画表达内心情绪,导致活动流于形式,难以达到心理疗愈的效果。二是工作任务繁重,心理育人精力有限。辅导员作为高校学生管理与思想政治教育的一线工作者,工作任务繁杂,不仅要负

责学生的日常管理、思想政治教育，还要承担就业指导、奖助贷评审等多项工作。调研结果显示，辅导员平均每周用于心理育人工作的时间不足 5 小时，且多数时间用于处理学生的突发心理问题，难以有足够的精力开展系统性的艺术疗愈心理育人活动，也难以对参与艺术疗愈活动的学生进行持续跟踪与指导。三是艺术疗愈与护理专业学生心理需求的适配性不足。部分辅导员开展艺术疗愈活动时，缺乏对护理专业学生心理特点与职业需求的深入了解，盲目照搬其他专业的艺术疗愈模式，没有结合护理专业学生的学业压力、职业迷茫等核心心理困境，设计针对性的艺术疗愈活动。例如，部分辅导员组织学生开展的艺术疗愈活动，多以娱乐性为主，没有结合护理专业的职业场景，无法帮助学生缓解职业相关的心理压力，也无法实现心理育人与职业素养培养的协同推进。

3.2.3. 保障层面

一是高校支持力度不足，缺乏专业师资与经费保障。调研结果显示，仅 28.6% 的高校为辅导员开展艺术疗愈培训提供了专项经费支持；仅有 19.0% 的高校配备了专业的艺术疗愈师资，能够为辅导员开展艺术疗愈工作提供专业指导。多数高校没有将艺术疗愈纳入心理育人工作体系，也没有建立专门的艺术疗愈活动场地与资源库，导致辅导员开展艺术疗愈活动时，面临场地不足、设备短缺、资源匮乏等问题，难以开展常态化、规范化的艺术疗愈活动。二是艺术疗愈心理育人的长效机制未建立。当前，多数高校辅导员开展的艺术疗愈活动多为临时性、阶段性活动，没有建立系统性的方案设计、实施、评估机制，也没有将艺术疗愈纳入辅导员心理育人工作考核体系。同时，缺乏对艺术疗愈干预效果的长期跟踪与评估，无法及时发现艺术疗愈活动中存在的问题，也无法根据学生的心理变化调整活动方案，导致艺术疗愈心理育人工作缺乏持续性与实效性。三是艺术疗愈与护理专业教育、临床实习的融合度不足。调研结果显示，仅 23.8% 的高校将艺术疗愈与护理专业课程、临床实习相结合，多数高校的艺术疗愈活动与护理专业教育、临床实习脱节，无法将艺术疗愈的心理干预功能与护理专业学生的职业素养培养相结合。例如，临床实习阶段是护理专业学生心理压力最大的阶段，但多数高校没有在临床实习期间，安排辅导员开展针对性的艺术疗愈干预活动，无法帮助学生缓解实习期间的心理应激，也无法引导学生将艺术疗愈的心理调节方法应用于职业实践中。

4. 艺术疗愈视域下护理专业学生的心理育人的实践路径

4.1. 强化辅导员艺术疗愈专业能力建设，夯实心理育人基础

辅导员作为护理专业学生心理育人工作的核心力量，其艺术疗愈专业素养直接影响心理育人的实效。因此，要将辅导员艺术疗愈专业能力建设作为重点，通过构建分层分类培训体系、搭建交流研讨平台，提升辅导员的艺术疗愈专业能力，为心理育人工作奠定坚实基础。

构建分层分类培训体系，针对性提升辅导员艺术疗愈专业素养。高校应牵头开展艺术疗愈专项培训，结合辅导员的工作实际与专业基础，设置基础理论、实操技能、案例分析等培训模块，邀请艺术疗愈专家、心理学教师开展专题讲座与实操指导。对于没有接触过艺术疗愈的辅导员，重点开展基础理论培训，讲解艺术疗愈的概念、理论基础、干预机制，帮助辅导员建立对艺术疗愈的正确认知；对于有一定基础的辅导员，重点开展实操技能培训，针对绘画疗愈、音乐疗愈、手工疗愈、戏剧疗愈等核心形式，开展手把手的实操指导，帮助辅导员掌握相关的引导技巧与活动组织方法；同时，设置案例分析模块，选取辅导员应用艺术疗愈开展心理育人的典型案例，组织辅导员开展研讨，分析案例中的问题与经验，提升辅导员的实践应用能力。

建立“老带新”帮扶机制，促进辅导员之间的经验互鉴。选取艺术疗愈应用效果较好的辅导员作为“导师”，与新入职辅导员、艺术疗愈基础薄弱的辅导员结成帮扶对子，通过定期交流、现场指导、案例

分享等方式，帮助辅导员提升艺术疗愈应用能力。同时，定期组织辅导员开展艺术疗愈心理育人交流活动，分享工作案例、交流实践经验，促进辅导员之间的相互学习与共同进步。

搭建跨校交流与合作平台，拓宽辅导员视野。高校应联动其他高校、艺术疗愈机构，组织辅导员开展跨校交流活动，学习其他高校开展艺术疗愈心理育人工作的成熟经验与实践模式；邀请艺术疗愈从业者、心理学专家，为辅导员开展专题培训与指导，帮助辅导员了解艺术疗愈的最新研究成果与应用趋势，提升辅导员的艺术疗愈专业水平。

4.2. 构建系统性艺术疗愈心理干预体系

结合护理专业学生的心理特点与辅导员工作实践，构建“精准筛查-分层干预-持续跟踪”的系统性艺术疗愈心理干预体系，实现对护理专业学生心理状态的全流程、全方位干预，提升心理育人实效。

精准筛查，建立学生心理档案。辅导员应结合日常观察、心理测评、谈心谈话等方式，对护理专业学生开展常态化心理筛查，重点关注学业压力大、实习受挫、职业迷茫、人际关系困扰等群体。新生入学后，借助高校新生心理测评系统，对学生的心理状态进行全面筛查，建立初步的学生心理档案；在日常工作中，通过班级干部反馈、日常观察、谈心谈话等方式，及时了解学生的心理变化，更新心理档案内容；针对临床实习阶段的学生，加强心理筛查力度，定期与实习单位沟通，了解学生的实习心理状态，及时发现心理问题，做好干预准备。学生心理档案应详细记录学生的基本信息、心理状态、心理需求、干预情况等内容，实现对学生心理状态的动态管理，为分层干预提供精准依据。

分层干预，适配学生需求。根据学生的心理状态与心理需求，将护理专业学生分为全体学生、心理压力较大的学生、有严重心理困扰的学生三个层次，开展差异化的艺术疗愈干预。针对全体学生，开展普惠性艺术疗愈活动，如绘画疗愈、音乐赏析、手工制作等，普及心理调节知识，营造积极的心理育人氛围，帮助学生缓解日常心理压力，培养积极的心理品质；针对心理压力较大的学生，开展小组艺术疗愈活动，每组8~10人，聚焦具体的心理困境，如学业压力、职业迷茫、人际关系困扰等，通过艺术创作、情感分享、相互鼓励等方式，缓解心理压力，提升情绪调节能力；针对有严重心理困扰的学生，联动学校心理咨询中心，开展个性化艺术疗愈干预，结合专业心理疏导，制定个性化的干预方案，定期开展艺术疗愈活动，帮助学生缓解心理困扰，逐步恢复心理健康。

持续跟踪，巩固干预效果。辅导员对参与艺术疗愈干预的学生进行持续跟踪，通过谈心谈话、反馈调研、心理测评等方式，了解学生心理状态的变化，及时调整干预方案。对于参与普惠性艺术疗愈活动的学生，定期开展心理状态调研，了解活动对学生心理调节的效果，优化活动形式与内容；对于参与小组艺术疗愈与个性化干预的学生，建立专项跟踪档案，每周与学生进行谈心谈话，了解学生的心理变化与需求，及时调整艺术疗愈方案，确保干预效果；同时，建立干预效果评估机制，采用定量与定性相结合的方式，对艺术疗愈干预效果进行评估，定量评估主要通过心理测评分数的变化进行，定性评估主要通过学生反馈、辅导员观察、访谈等方式进行，根据评估结果，优化艺术疗愈干预体系，提升干预实效。

4.3. 创新艺术疗愈活动形式，贴合学生特点与辅导员工作场景

结合护理专业学生的心理特点、职业需求与辅导员工作实践场景，创新艺术疗愈活动形式，丰富活动内容，提升活动的吸引力与实效性，让艺术疗愈真正融入辅导员心理育人工作中。

设计日常化艺术疗愈活动，降低学生参与门槛。辅导员结合班级管理、主题班会等日常工作，开展小型化、常态化的艺术疗愈活动，将艺术疗愈融入学生的日常生活中。例如，开展“情绪绘画日记”活动，引导学生每天用简单的绘画、涂鸦记录自己的情绪状态，每周在班级内开展一次分享交流，辅导员对学生的情绪状态进行引导与疏导；开展“减压音乐分享会”，每周利用班会时间，让学生分享自己喜

欢的减压音乐，讲述音乐对自己情绪的影响，同时，辅导员推荐适合护理专业学生的减压音乐，帮助学生缓解日常心理压力；开展“手工疗愈工作坊”，每月开展一次，组织学生开展折纸、编织、陶艺等手工制作，让学生在动手过程中专注当下，转移负面注意力，提升自我效能感。这些活动简单易操作、门槛低，无需复杂的设备与专业的艺术技能，便于辅导员在日常工作中落地实施，也容易调动学生的参与积极性。

设计专业化与职业化融合的艺术疗愈活动，实现心理育人与职业素养培养协同推进。结合护理专业的职业特点，设计贴合职业场景的艺术疗愈活动，将艺术疗愈的心理干预功能与护理专业学生的职业素养培养相结合。例如，开展“护理场景戏剧演绎”活动，选取临床护理中的典型场景，如医患沟通、急救处理等，让学生扮演不同的角色，通过情景演绎，释放内心的压力与焦虑，同时，提升医患沟通能力、应急处理能力等职业素养；开展“职业压力艺术表达”活动，引导学生通过绘画、音乐、手工等形式，表达自己对护理职业的认知、职业压力与职业期待，帮助学生梳理职业迷茫，提升职业认同度；开展“医患沟通心理调节工作坊”，结合临床实习中的医患沟通案例，引导学生通过艺术表达释放医患沟通中的负面情绪，学习有效的心理调节方法，提升医患沟通中的心理适应能力。

设计线上线下融合的艺术疗愈活动，拓宽活动覆盖面。利用线上平台，推送艺术疗愈小知识、放松音乐、绘画教程等内容，方便学生随时开展自我心理调节。例如，在班级群、微信公众号推送适合护理专业学生的减压音乐、绘画技巧、心理调节方法等内容；利用短视频平台，发布艺术疗愈活动案例、辅导员引导技巧等内容，让学生随时随地都能学习艺术疗愈相关知识，开展自我心理调节。线下开展集中性艺术疗愈活动，如艺术疗愈主题班会、手工疗愈工作坊、戏剧疗愈展演等，增强学生的参与感与归属感，实现线上线下协同发力，拓宽艺术疗愈活动的覆盖面与影响力。

4.4. 构建协同育人机制，强化艺术疗愈心理育人支撑

艺术疗愈视域下护理专业学生心理育人工作，需要高校、院系、辅导员、专业教师、心理咨询中心、社会资源等多方协同发力，构建多元协同育人机制，强化艺术疗愈心理育人支撑，提升心理育人实效。

构建辅导员与专业教师协同机制。联动护理专业教师，将艺术疗愈融入专业课程、临床实习指导中，实现心理育人与专业育人的深度融合。专业教师在专业课程教学中，结合课程内容，融入艺术疗愈元素，例如，在护理心理学课程中，讲解艺术疗愈的心理干预机制与方法，引导学生学习运用艺术疗愈缓解心理压力；在护理技能培训中，通过音乐疗愈、放松训练等方式，帮助学生缓解技能考核的紧张情绪，提升技能操作水平。临床实习阶段，专业教师与辅导员协同配合，定期了解学生的实习心理状态，开展针对性的艺术疗愈干预活动，帮助学生缓解实习心理应激，提升职业心理素质。

构建辅导员与心理咨询中心协同机制。建立辅导员与学校心理咨询中心的联动机制，形成心理育人合力。心理咨询中心为辅导员提供专业支持，定期开展艺术疗愈专项培训，为辅导员开展艺术疗愈工作提供技术指导；辅导员发现有严重心理困扰的学生时，及时联动心理咨询中心，将学生转介至心理咨询中心，由专业心理咨询教师开展个性化的艺术疗愈干预与心理疏导，辅导员配合做好跟踪帮扶工作。同时，定期组织辅导员与心理咨询中心教师开展案例研讨，分享心理育人工作中的问题与经验，提升双方的专业能力与协同配合能力。

构建辅导员与社会资源协同机制。联动艺术疗愈机构、社区、医院等社会资源，丰富艺术疗愈资源，提升心理育人的专业性与实效性。邀请艺术疗愈机构的专业艺术疗愈师，为辅导员开展专题培训与指导，同时，走进校园开展艺术疗愈专题活动，为护理专业学生提供专业的艺术疗愈干预；联动社区，组织护理专业学生参与社区艺术疗愈志愿服务，让学生在帮助他人的过程中，实现自我心理调节与成长，同时，提升社会责任感；联动医院，尤其是护理实习医院，建立临床实习阶段艺术疗愈干预机制，在医院设置

艺术疗愈活动场地，由辅导员与医院护理人员协同，开展针对性的艺术疗愈活动，帮助学生缓解实习心理压力，提升职业适应能力。

此外，高校应加强对艺术疗愈心理育人工作的统筹规划，将艺术疗愈纳入心理育人工作体系，建立健全相关管理制度与保障机制，为协同育人机制的落地实施提供支撑。例如，设立艺术疗愈心理育人专项经费，用于培训、活动开展、资源购置等；建立艺术疗愈活动场地与资源库，为辅导员开展艺术疗愈活动提供保障；将艺术疗愈心理育人工作成效纳入辅导员、专业教师的工作考核体系，激发各方参与心理育人工作的积极性。

参考文献

- 段连, 胡鹏. 艺术疗愈视域下高职学生心理健康教育的应用研究[J]. 公关世界, 2026(6): 75-77.
- 李卉, 李赫男, 张海彬. 潜意识意识化: 中国传统写意绘画艺术疗愈功能实现机制[J]. 医学与哲学, 2025, 46(5): 47-52.
- 刘惠娟, 宋新硕, 邓华. 生态系统理论视角下高职院校心理育人探析[J]. 教育与职业, 2022(6): 94-99.
- 万文琪. 艺术的疗愈和疗愈的艺术[J]. 中国摄影, 2026(2): 124-127.
- 于跃进, 李安瑶. 生态系统理论视域下高校心理育人家校社协同机制构建研究[J]. 学校党建与思想教育, 2025(12): 84-87.
- 赵娅珺, 张新词. 基于文献计量学的艺术疗愈设计研究热点与趋势分析[J]. 家具与室内装饰, 2025, 32(3): 22-29.