

生成式AI赋能《大学生心理健康教育》课程教学改革的设计研究

吕 翠¹, 董李阳², 马颖宇², 张俊辉², 胡 玟², 魏佳明^{2*}

¹淮北师范大学学工处, 安徽 淮北

²淮北师范大学教育学院, 安徽 淮北

收稿日期: 2026年5月21日; 录用日期: 2026年7月7日; 发布日期: 2026年7月17日

摘 要

大学生心理健康教育是高校人才培养的重要环节, 但当前《大学生心理健康教育》课程普遍面临内容同质化、体验浅层化与支持“一刀切”等现实困境。生成式人工智能(Generative AI)以其情境模拟、个性交互与动态生成能力, 为破解上述困境提供了创新路径。研究系统分析了生成式AI融入心理健康教育的必然性与应用前景, 提出涵盖教学内容重构、课堂模式创新与个性化支持机制建设的“三维一体”改革路径, 并明确了拟解决的问题、改革目标、特色亮点、预期成效及潜在挑战。研究强调以“心理育人”为本位, 构建“心理 + 德育 + 智能”融合的轻量化、可推广教学新范式, 旨在提升课程的时代适应性与育人实效, 促进学生心理健康素养与数字伦理意识的协同发展。

关键词

生成式AI, 《大学生心理健康教育》, 教学改革

Generative AI-Empowered Instructional Design Research for the Reform of “Mental Health Education for University Students” Course

Cui Lyu¹, Liyang Dong², Yingyu Ma², Junhui Zhang², Wen Hu², Jia-Ming Wei^{2*}

¹Department of Students' Affairs, Huaibei Normal University, Huaibei Anhui

²College of Education, Huaibei Normal University, Huaibei Anhui

Received: May 21, 2026; accepted: July 7, 2026; published: July 17, 2026

*通讯作者。

文章引用: 吕翠, 董李阳, 马颖宇, 张俊辉, 胡玟, 魏佳明. 生成式AI赋能《大学生心理健康教育》课程教学改革的设计研究[J]. 社会科学前沿, 2026, 15(7): 116-124. DOI: 10.12677/ass.2026.157553

Abstract

University mental health education constitutes a vital component of talent cultivation within higher education, yet the current course on “Mental Health Education for University Students” commonly face significant challenges, including content homogenization, superficial learning experiences, and uniform, “one-size-fits-all” support strategies. Generative artificial intelligence (Generative AI), with its capabilities for contextual simulation, personalized interaction, and dynamic content generation, offers a promising avenue to address these challenges and enhance teaching effectiveness. This study systematically explores the necessity and potential of integrating Generative AI into mental health education and proposes a comprehensive “three-dimensional integrated” reform framework, encompassing curriculum reconstruction, innovative classroom models, and the establishment of personalized support mechanisms. The framework articulates the specific problems to be addressed, the objectives of the reform, distinctive methodological features, expected outcomes, and potential implementation challenges. Anchored in a “psychologically informed education” philosophy, the framework advocates a lightweight, scalable, and widely applicable teaching paradigm that integrates “psychology + ideological education + intelligent technologies”. By doing so, it aims to improve the curriculum’s relevance in the contemporary era, enhance educational effectiveness, and promote the synergistic development of students’ mental health literacy alongside their awareness of digital ethics.

Keywords

Generative AI, “Mental Health Education for University Students”, Teaching Reform

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

大学生作为我国青年群体中最具活力与创造力的中坚力量，其心理健康状况直接关系到人才培养质量与国家发展未来。然而，伴随社会转型加速与竞争压力加剧，大学生心理健康问题日益凸显：元分析显示，2010 至 2020 年间我国大学生焦虑、抑郁、自杀意念及自我伤害的检出率分别高达 13.7%、20.8%、10.8%和 16.2% [1]。对此，国家层面予以高度重视[2]：教育部等十七部门印发的《全面加强和改进新时代学生心理健康工作专项行动计划（2023—2025 年）》¹明确要求“把心理健康工作摆在更加突出位置”，规定普通高校心理健康必修课原则上设置 2 个学分(32~36 学时)；《教育强国建设规划纲要（2024—2035 年）》²亦将“普及心理健康教育”列为重要任务。

尽管政策导向已然清晰，但当前《大学生心理健康教育》课程仍面临多重困境：教学内容与现实需求联系不够紧密，教学方式偏重理论灌输而缺乏分层设计与实践体验，课程体系的系统性与连贯性不足，难以有效回应学生多元化、个性化的心理成长诉求[3] [4]。

与此同时，以生成式人工智能为代表的新一轮科技革命正深刻重塑教育生态。其在智能对话、个性化内容生成、情境模拟与数据分析等方面的技术优势，为破解心理健康教育“规模化供给”与“个性化需求”之间的结构性矛盾、推动教学从“知识灌输”向“情境体验”转型提供了创新支点[5]。基于此，

¹https://www.gov.cn/zhengce/zhengceku/202305/content_6857361.htm

²https://www.gov.cn/gongbao/2025/issue_11846/202502/content_7002799.html

本研究聚焦生成式 AI 与《大学生心理健康教育》课程的深度融合,通过探索智能化教学改革路径纾解既有教学痛点,以期提升课程育人实效,促进大学生心理健康素养的全面发展。

2. 现状与背景分析

2.1. 生成式 AI 驱动高等教育教学范式变革的时代必然性

当前,以大语言模型为代表的生成式人工智能(Generative AI)正加速重构知识生产、传播与应用的全链条[6]。《中国教育现代化 2035》³明确提出“加快信息化时代教育变革”,《新一代人工智能发展规划》⁴强调推动人工智能在教学、管理、资源建设等方面的全流程应用。教育部《教育信息化 2.0 行动计划》⁵和“国家教育数字化战略行动”(2025)⁶进一步部署深化信息技术与教育教学融合创新、探索人工智能赋能教育的新模式和新路径。在此背景下,高校亟需借助智能技术突破传统“满堂灌”教学在互动性、个性化和高阶能力培养方面的瓶颈。生成式 AI 凭借其语义生成、情境模拟与自适应交互能力,为构建“以学为中心”的智慧教学新范式提供了关键支撑,推动教学从知识传授向素养培育跃升。将生成式 AI 有机融入课程体系,已非技术选项,而是落实人才培养根本任务、服务教育强国与数字中国建设的战略必需。在这一宏观趋势下,《大学生心理健康教育》作为面向全体本科生的通识必修课,因其高度依赖情境体验与个体差异,成为生成式 AI 赋能教学改革的重要突破口[7]。

2.2. 生成式 AI 融入《大学生心理健康教育》课程的必要性与育人新价值

《大学生心理健康教育》兼具知识普及、技能训练与价值引领三重功能,直接关乎学生心理素养、人格发展与社会适应能力。然而,当前课程普遍面临三大困境:一是内容同质化,难以回应作为“数字原住民”的当代大学生的真实心理困惑;二是课堂互动浅层化,缺乏安全、可反复演练的技能训练场景;三是支持方式“一刀切”,无法满足差异化成长需求。生成式 AI 为此提供了突破契机:其自然语言处理能力可构建高度仿真的对话情境(如情绪疏导、求助沟通),让学生在无评判环境中练习心理调适技能;其个性化交互特性可基于学生动态反馈生成契合其认知与情感状态的学习内容;其 7×24 小时可用性亦可延伸课程育人时空,缓解心理咨询资源紧张的压力。更重要的是,将 AI 主动引入教学场域,有助于引导学生理性看待技术、守护心理边界,实现“心理育人”与“数字素养教育”的双向融合[8]。

2.3. 生成式 AI 在《大学生心理健康教育》课程教学改革中的应用前景

首先,在教学场景构建上, AI 可生成高度仿真的生活化情境(如学业压力、人际冲突、情感困扰),支持学生通过角色扮演或虚拟对话进行情绪识别、共情训练与求助演练,将抽象心理知识转化为具身体验。其次,在个性化学习支持方面, AI 能根据学生课堂反馈或作业文本,动态推送适配其心理发展需求的学习资源(如认知重构练习、成长型思维案例),实现“因材施教”[7]。再次,在教学资源建设中,教师可借助 AI 快速生成贴近时代热点的案例、微课脚本或讨论议题,显著提升课程内容的前沿性与亲和力。此外, AI 还可作为“智能助教”,辅助完成反思日志批阅、常见问题答疑等重复性工作,释放教师精力用于深度辅导与价值引导。未来,通过“教师主导-AI 辅助-学生主体”三位一体的协同机制,生成式 AI 有望推动心理健康教育从“标准化讲授”迈向“智能化、体验化、育人化”的高质量发展新阶段[8] [9]。

2.4. 生成式 AI 融入《大学生心理健康教育》课程的学情现状

当前,大学生作为“数字原住民”,对生成式 AI 具备较高的技术接受度,普遍将其用于信息检索、

³https://www.gov.cn/xinwen/2019-02/23/content_5367987.htm

⁴https://www.gov.cn/gongbao/content/2017/content_5216427.htm

⁵http://www.moe.gov.cn/srcsite/A16/s3342/201804/t20180425_334188.html

⁶http://www.moe.gov.cn/jyb_xwfb/gzdt_gzdt/moe_1485/202503/t20250328_1185222.html

文本生成等学习辅助场景[10],但对 AI 在心理健康教育中的深度应用认知尚浅。在《大学生心理健康教育》课程中,生成式 AI 的融入尚处于初步探索阶段,多数高校仅停留在智能答疑、辅助备课等浅层应用,尚未形成系统化的教学融合范式。

学情层面呈现“高期待与低投入”并存特征:一方面,学生期待 AI 能提供个性化心理测评、匿名化情绪疏导及沉浸式情境模拟等深度服务;另一方面,受隐私顾虑、技术依赖担忧及教师 AI 素养不足等因素制约,实际教学互动中 AI 参与度有限。此外,不同年级学生需求分化明显,低年级侧重适应性辅导的智能化支持,高年级更关注压力管理与职业心理的精准化干预,现有课程在分层适配与数据驱动的动态调整方面仍存在明显缺口。

2.5. 活动理论视域下生成式 AI 介入《大学生心理健康教育》课程的结构性变化

活动理论将人类活动视为主体、客体、工具、规则、共同体与分工六要素构成的动态系统[11][12]。以此审视 AI 融入心理健康教育课程,可见三重结构性变化。其一,主体与工具关系重塑:AI 从辅助媒介升级为智能中介,教师、学生与 AI 形成“人-机”协同主体,学生从被动接受者转为主动建构者,教师从知识传授者转向情境设计者。其二,共同体与分工扩展:传统师生关系扩展为“教师-学生-AI-心理中心”多元网络,AI 承担情境生成与资源推送,心理中心介入预警响应,教师聚焦深度辅导,分工从“教师全能”走向“专业协同”。其三,规则体系滞后:现有制度围绕“人-人”互动设计,面对“人-机-人”结构,数据权属与隐私边界存在空白,这正是本研究建立伦理规范的学理依据。上述变化表明,AI 赋能并非技术叠加,而是教学系统整体重构,后续改革须统筹六要素动态平衡,使技术服务于“心理育人”目标。

3. 课程教学改革内容

3.1. 基于生成式 AI 重构教学内容体系,并融入价值引导与品德教育内容

本研究将系统梳理《大学生心理健康教育》课程中蕴含的价值观引领要点,例如在“生命教育”模块融入“敬畏生命、尊重自我与他人”的责任意识;在“情绪管理”中融入“理性平和、积极应对”的心理素养,引导学生以建设性态度面对压力与挫折,实现知识传授与价值引导的有机统一。借助生成式 AI (如 DeepSeek、豆包等),教师可输入关键词(如“00 后大学生”、“慢就业”、“搭子文化”等),快速生成贴近学生真实生活的案例或讨论情境。在利用 AI 生成教学内容时,需遵循认知负荷理论[13][14]的基本原理进行设计优化。具体而言,应要求 AI 遵循“简洁原则”,避免在案例中堆砌冗余细节,以降低学生的外在认知负荷;对于复杂的心理调适技能,可借助 AI 将其拆解为递进式的分步练习脚本,将高内在认知负荷的内容分解为可逐步掌握的单元;同时,AI 可根据学生个体反馈生成与其经验高度相关的情境案例,引导学生进行对比反思与精加工,提升相关认知负荷,促进知识迁移与深度内化。通过上述设计,确保 AI 生成内容在降低认知负担的同时提升学习效益。通过这种方式,构建“心理知识-生活情境-价值引导”三位一体的内容框架,使课程既传授调适技能,又涵养健全人格与社会责任感。在此基础上,进一步利用 AI 的文本生成能力,将晦涩的理论术语转化为生动的故事脚本或短视频脚本,降低学生的认知负荷。同时,针对不同专业背景的学生(如理工科与文科),AI 可以生成具有学科特色的心理案例,实现跨学科的知识融合。这种动态化、生活化的教材补充机制,打破了传统教材编写周期长、内容更新慢的局限,确保教学内容始终紧跟时代脉搏与学生思想动态,让思政教育如“盐溶于水”般自然渗透。

3.2. 基于生成式 AI 的情境化与互动式课堂教学模式创新

针对传统课堂“重讲授、轻体验”的问题,本研究将开发由生成式 AI 驱动的沉浸式教学活动。例如,

在“心理求助”主题中,学生可与AI模拟的“朋友”、“辅导员”或“心理健康老师”进行多轮对话练习, AI根据学生表达自动调整回应语气(如共情、鼓励),帮助其克服“不敢开口”的障碍;在“人际冲突”单元, AI可生成宿舍矛盾、小组合作分歧等虚拟场景,学生通过角色扮演选择应对策略, AI即时反馈不同选择可能带来的情绪后果。课堂采用“AI创境-小组演练-教师点拨-反思分享”四步流程,将抽象理论转化为具身经验。此类互动不仅提升课堂参与度,更促进学生在安全环境中反复试错、内化技能,实现从“知道”到“做到”的跨越。相较于传统角色扮演中同伴配合度低、场景单一等局限, AI可提供无限次、无评判的演练机会,有效降低学生的心理防御与社交焦虑。同时, AI记录的多轮对话可为教师呈现具体的学情细节,使课堂点拨与课后辅导更具针对性,推动教学从经验判断走向循证改进,真正实现以学定教、因材施教。

3.3. 以学生心理发展需求为导向, 构建 AI 个性化学习支持机制

本研究将探索一种轻量级、非诊断性的AI个性化支持路径。例如,学生在完成“我的压力源”反思日志后,系统通过自然语言处理识别其高频词(如“考试”、“失眠”、“孤独”、“焦虑”等), AI随即推送匹配资源:若聚焦“考试焦虑”,则推荐正念呼吸音频+认知重构练习卡;若涉及“社交回避”,则提供“小步社交挑战”任务清单与榜样故事。所有推送均基于心理学循证策略,且明确标注“非专业建议,仅供参考”。教师可通过后台查看群体趋势(如某班近期“自我怀疑”表述增多),动态调整教学重点。该机制不替代心理咨询,而是作为课程延伸,为不同心理状态的学生提供成长支持,初步实现“因材施教”的精准育人目标。

为增强学生自主性,引入“AI学习伙伴”概念。学生可自主选择AI助手的性格特征(如温暖型、严谨型或幽默型),与AI进行私密对话,记录连续的心理变化轨迹。AI将根据成长轨迹自动生成个性化的“心理成长周报”,总结进步并提出下周微习惯建议。对教师而言, AI辅助进行学情精准画像,不仅能呈现知识掌握情况,更能从情感维度识别潜在高风险群体(如长期处于消极情绪的学生),在保护隐私的前提下提供预警与干预线索,构建智能化的心理安全防护网。

3.4. 技术实现路径与保障架构

在模型选择上,本研究选用已成熟的国产通用大模型(如DeepSeek),无需从零开发。通过向模型输入数百条课程专属的对话示例(如心理困扰问答、价值引导语料),让模型学习并适应心理健康教育的语境。安全方面设置三层保障:预先设定模型的回答边界、自动过滤不当内容、由教师审核后建立安全案例库。

个性化推荐方面,基于预设的心理关键词库(如“焦虑”、“失眠”等),对学生反思日志进行简单词频识别,通过关键词与学习资源的对应关系,自动推送匹配的微资源(如正念音频、练习卡片)。所有分析均在教师电脑本地完成,教师仅查看班级整体趋势,不接触个体数据。

隐私保护上,学生对话数据在使用后及时脱敏处理,原始数据在课程结束后统一销毁。发布班级统计结果时添加随机扰动,防止反向追踪个体信息,并向学生提供清晰的数据使用知情说明。

4. 课程教学改革的伦理指南与操作规程

生成式AI融入心理健康教育,必须以严谨的伦理框架为前提。本研究建立覆盖“事前知情-事中管控-事后追溯”全链条的操作规程,确保技术应用有章可循。课程开课前,学生须签署知情同意书,明确告知数据使用范围、AI服务边界及自主权利,学生可选择匿名模式并随时退出,退出不影响课程成绩。数据管理遵循最小必要原则,学生身份以随机编码替代真实信息,原始对话记录定期自动清除,教师后台仅可见群体趋势,个体数据以代号呈现,杜绝隐私泄露。针对AI识别的潜在心理风险,建立“绿-黄-

橙 - 红”四级响应机制：绿色级别由系统自动推送舒缓资源；黄色级别提示教师关注群体趋势；橙色级别由心理中心专职教师主动关怀；红色级别立即启动学校危机干预预案，确保 24 小时内有人跟进，且全程遵循最小知情范围原则。教师使用 AI 数据须遵守“四不”底线：不将数据用于成绩评定、不公开讨论个体情况、不依赖 AI 替代专业判断、不越权访问数据，任课教师须通过伦理培训并签署承诺书后方可使用系统。学期中由伦理委员会动态审查数据访问日志，学期末评估应用效果并持续优化，学生可通过多条渠道提出申诉，确保权利救济畅通。上述规程将技术风险讨论转化为可执行的制度方案，为 AI 赋能心理健康教育提供合规保障。

5. 课程教学改革目标

本研究针对《大学生心理健康教育》课程的核心痛点，设定与之对应的改革目标，形成“问题驱动 - 目标导向”的闭环设计。

5.1. 解决教学内容同质化、价值引领生硬的问题

当前课程内容更新滞后，教学案例未能及时融入当代大学生在日常学习、社交与求职中遭遇的真实生活情境；同时，价值引导内容多为生硬植入，缺乏自然渗透，难以引发学生的情感共鸣。本研究致力于开发一套融合价值引导与品德教育的教学内容资源。围绕人际交往、生命意义等主题，利用生成式 AI 辅助编写贴近大学生真实困惑(如“内卷焦虑”、“意义感缺失”)的生活案例与讨论话题，将责任意识、文化自信、奋斗精神等价值导向自然融入其中，形成可共享、可动态更新的课程素材包。

5.2. 解决课堂体验不足、技能难以迁移的困境

传统课堂偏重理论讲授，缺乏安全、可反复练习的互动场景；学生在真实心理困扰面前“知道却做不到”，技能迁移困难[15]。本研究设计并实践 AI 支持的互动式课堂活动。通过 AI 生成宿舍矛盾、人际冲突等高度仿真的生活化情境，帮助学生在角色扮演与虚拟对话中获得具身体验，变被动听讲为主动参与。形成 5 个以上可复制的课堂教学模板(如“AI 心理求助演练”、“情绪识别角色扮演”等)，在安全、可重复的环境中促进学生将知识真正转化为心理调适能力。

5.3. 解决大班教学下“一刀切”、难以因材施教的局限

大班授课模式下，教师难以兼顾每位学生的差异化心理需求，个性化支持缺失，导致部分学生“吃不饱”而另一部分“跟不上”。本研究计划建立轻量级的个性化学习支持机制。基于学生在作业或课堂互动中的文本反馈，由 AI 自动识别其心理需求关键词(如“考试焦虑”、“社交回避”)，并精准推送匹配的微资源(如认知调整小贴士、情绪疏导方案、正念练习音频等)。同时，为教师提供群体心理动态参考，在保护隐私的前提下实现“因材施教”的精准育人。

6. 课程教学改革特色

6.1. 实现“心理 + 思政 + 智能”三重融合

本研究突破了传统心理健康教育偏重知识传授与技能训练的局限，主动挖掘课程中蕴含的价值引导资源，并借助 AI 动态生成兼具生活真实感与价值引导的教学内容，推动智育和德育同频共振。

6.2. 聚焦可落地、可推广的轻量化改革路径

不依赖高成本技术平台，而是基于现有教学材料与通用大模型，开发教案、互动模板、资源推送机制等“即插即用”型成果，便于在普通高校大班教学中复制推广。

6.3. 回应“数字原住民”大学生的学习特征，构建“安全 - 互动 - 个性”的三维结构新课堂

针对大学生对私密性、即时反馈和个性化支持的强烈需求，利用 AI 创设低压力演练空间与长效陪伴机制，切实提升课程亲和力与实效性。

6.4. 坚持“心理育人”本位，技术服务于育人目标

本研究始终以提升学生心理健康素养为核心，将生成式 AI 作为增强体验、延伸支持、深化价值的“赋能工具”，而非替代教师或简化教学的“效率机器”，确保技术应用有温度、有边界、有教育意义。

7. 从构想到验证：课程教学改革的可操作化与预期成果

7.1. 教学试点验证设计方案

本研究的教学改革试点验证以作者所在高校的本科生为对象，采用“前测 - 干预 - 后测”准实验设计。实验组采用本方案的 AI 辅助教学，对照组采用传统教学，每组的 120 名学生。测量工具包括大学生心理健康素养问卷、一般自我效能感量表及课堂互动行为编码分析。干预周期为 8 周(16 学时)。数据分析采用重复测量方差分析比较两组前后测差异，并辅以学生深度访谈获取主观体验反馈。伦理方面，研究前通过机构伦理审查，学生签署知情同意书，AI 使用遵循本文第 4 章所述的伦理指南与操作规程。

7.2. 教学改革预期成果

在教学方面，形成一套融合价值引导、支持生成式 AI 辅助的《大学生心理健康教育》模块化教学方案，以及 5 个以上 AI 互动课堂模板，显著提升课堂参与度与教学深度，推动教学模式从“讲授为主”向“体验 - 反思 - 内化”转型。

在资源建设方面，建立一个保持动态更新的教学案例库与 AI 辅助资源包(含教案、PPT、微视频、心理健康实践方案等)，依托“心云天地”平台实现轻量化部署，为后续课程迭代提供可持续支撑。

在示范辐射方面，研究成果具有低门槛、易复制、强适配的特点，可在同类高校通识课程中推广应用，并为“AI+ 心理育人”、“AI+ 价值引导”等交叉领域提供可借鉴的实践范式，助力高等教育数字化转型背景下的高质量心理育人体系建设。

在学生成长方面，增强学生对心理健康的重视度、兴趣度，提升学生对心理健康知识和技能的实践动能和实践水平。不仅让学生有效地自我呵护和调节心理健康，还能让学生在面对心理困扰时达到“想求助、敢求助、会求助”的水平。同时，在 AI 使用过程中引导其理性看待技术，培育数字时代的健康心智与伦理意识。

8. 课程教学改革的困境挑战

8.1. 数据异化与隐私安全风险

AI 对学生语言表达、情感隐私、行为轨迹等敏感数据高度依赖，易引发“透明性悖论”与隐私侵蚀，学生在不知不觉中让渡隐私权；同时，算法“黑箱”造成信息不对称，加剧师生对技术的不信任感。更为关键的是，训练数据若隐含地区、性别、家庭等社会偏见，算法将固化甚至放大这些偏见，导致“技术性歧视”与数字不公，并对学生进行“数字标签化”，使心理健康评估出现系统性失真。

8.2. 师生主体性消解与关系异化

学生层面，长期依赖 AI 倾诉易诱发“数字依赖症”，导致共情能力与复杂决策活跃度下降，逃避现

实人际交往,逐步丧失对真实情感的感知力。教师层面,算法黑箱的不可解释性剥夺了教育工作者的专业判断权,教师易陷入“算法正确”与“经验正确”的矛盾,从专业引导者异化为算法决策的执行者,损害心理健康教育应有的温度与科学性。

8.3. 专业内容适配与价值偏差

生成式 AI 存在“幻觉”风险,可能输出事实错误或逻辑矛盾的内容。此外,算法内嵌的特定文化价值取向可能在性别、种族等方面暴露偏见,违背心理健康教育“平等对待”的基本伦理准则。

8.4. 伦理规范脱嵌与治理失灵

AI 介入使责任主体多元化、碎片化, AI 开发者与教学管理者之间权责模糊,易形成“治理真空”。现有监管体系难以及时跟进,导致数据采集无界、干预边界无界、责任追溯无界的“三重无界化”困境,亟需从静态合规转向动态治理,建立适配的伦理审查与制度约束机制。

9. 结语

生成式 AI 的迅猛发展,为《大学生心理健康教育》课程教学改革提供了前所未有的机遇与挑战。本研究系统分析了当前课程面临的同质化、浅层化与“一刀切”等现实困境,提出了以生成式 AI 重构教学内容、创新课堂模式、构建个性化支持机制的“三维一体”改革路径。研究认为,技术赋能的关键不在于“机器替代”,而在于“人机协同”——以 AI 增强情境体验、延伸支持时空、深化价值引领,最终服务于“心理育人”的根本目标。

但也需清醒认识到, AI 是一把“双刃剑”,隐私安全、主体性消解、价值偏差与治理失灵等风险不容忽视。未来教学实践应在拥抱技术红利的同时,坚守教育的人文底线,建立健全伦理审查与动态治理机制。唯有在“技术理性”与“教育温度”之间寻求动态平衡,才能真正推动心理健康教育从“标准化讲授”迈向“智能化、体验化、育人化”的高质量发展新阶段,为培养人格健全、心智健康的时代新人提供坚实支撑。

基金项目

淮北师范大学教学研究一般项目(校级)“生成式 AI 赋能《大学生心理健康教育》课程教学改革研究”(项目号 2025xjjxyj010);淮北师范大学博士科研启动项目(项目号 03106372)。

参考文献

- [1] 陈雨濛,张亚利,俞国良. 2010-2020 中国内地大学生心理健康问题检出率的元分析[J]. 心理科学进展, 2022, 30(5): 991-1004.
- [2] 肖娜,阳剑兰. 我国高校心理健康教育政策发展历程与主题演进分析[J]. 黑龙江高教研究, 2024, 42(10): 128-136.
- [3] 王占仁. 新时代大学生心理健康教育的工作难点与突破策略[J]. 中国高等教育, 2024(9): 38-43.
- [4] 张慧. 大学生心理健康教育的困境及出路[J]. 中国电化教育, 2023(12): 99-105.
- [5] 刘伟斌. 生成式人工智能赋能高校思想政治课与心理健康教育个性化教学研究[J]. 中国学校卫生, 2026, 47(1): 153-154.
- [6] 郭志辉,龚毓琳. 生成式人工智能时代高等教育变革: 本体挑战、异化风险与体系重构[J/OL]. 湘潭大学学报(哲学社会科学版), 2026: 1-7. <https://link.cnki.net/doi/10.13715/j.cnki.jxupss.20260519.001>, 2026-06-10.
- [7] 谢宇. 人工智能嵌入高校心理健康教育的价值意蕴、现实挑战与实践进路[J]. 黑龙江高教研究, 2026, 44(5): 131-135.
- [8] 潘龙飞,郝宇青. 生成式人工智能赋能高校心理育人: 技术优势、困境挑战与治理路径[J]. 北京社会科学, 2026(1): 116-128.

- [9] 施小清. 人工智能视域下高校大学生心理健康教育质量提升研究[J]. 产业与科技论坛, 2026, 25(6): 253-255.
- [10] 吴峰, 江凤娟, 王璐莹. 生成式人工智能如何重塑大学生的学习行为[J]. 中国电化教育, 2026(5): 49-56.
- [11] 吴刚, 赵军, 苏静逸, 等. “工作-学习”理论的创新与发展——第四代“文化-历史”活动理论及应用价值[J]. 远程教育杂志, 2022, 40(5): 86-95.
- [12] 曹雷. 活动理论视域下县域教师人工智能素养系统化培育研究[J]. 教学与管理, 2026(16): 15-19.
- [13] 汪明, 曹道平. 基于认知负荷理论的有效教学设计研究[J]. 现代教育技术, 2013, 23(5): 16-19.
- [14] 单文涛, 王永青. 生成式人工智能提升审计判断质量的理论逻辑与实践路径——基于认知负荷理论视角[J]. 审计研究, 2026(1): 90-103.
- [15] 李怡和, 李学盈, 梁倩蓉, 等. 大学生心理健康教育的满意度及影响因素研究[J]. 医学与哲学, 2022, 43(16): 66-70.