

“知情意行强心理 立德树人育匠心”心理育人模式的探索与实践

阳秀英 倪冰 谿旭伟 李佳茜

广西电力职业技术学院大学生心理健康教育与咨询中心，南宁

摘要 | 本文对我校学生心理健康教育工作的具体做法及所取得的成效进行了归纳总结，构建了“知情意行强心理，立德树人育匠心”心理育人模式，健全了机制，丰富了心理健康教育内容，拓宽了心理健康服务工作的途径与方法，构建了我校全员、全程、全方位心理育人格局，健全学生人格，提高学生综合素质，进而完善了我校的心理危机干预服务体系。

关键词 | 知情意行；心理健康教育；心理育人模式

Copyright © 2024 by author (s) and SciScan Publishing Limited

This article is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/). <https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>



今年的政府工作报告提出，要“全方位培养用好人才”，而健康的心理是各类人才的必备要素^[1]。2018年7月，中共教育部党组印发的《高等学校学生心理健康教育指导纲要》指出：“心理健康教育是提高大学生心理素质、促进其身心健康和谐发展的教育，是高校人才培养体系的重要组成部分；要坚持育心与育德相统一，加强人文关怀和心理疏导，规范发展心理健康教育与咨询服务，培育学生自尊自信、理性平和、积极向上的健康心态，促进学生心理健康素质与思想道德素质、科学文化素质协调发展，实现教育教学、实践活动、咨询服务、预防干预‘四位一体’的心理健康教育工作格局的总体目标。”2023年4月，教育部等十七部门联合印发的《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）》的通知》（以下简称“专项行动”）中再次提出：“进一步健全心理健康教育、监测预警、咨询服务、干预处置‘四位一体’的学生心理健康工作体系，完善学校、社会、家庭和相关部门协同联动的学生心理健康工作格局。”我校高度重视学生的心理健康问题，坚决贯彻落实党中央的决策部署，将我校大学生心理健康教育工作纳入学校的整体规划和思政工作体系，努力做“全”规章制度，做“好”

基金项目：2021年广西高校中青年骨干教师科研基础能力提升项目（2021KY1301）；2020年广西高校大学生思想政治教育理论与实践研究课题（2020LSZ068）。

作者简介：阳秀英（1979-），女，汉族，广西桂林人，硕士，教授。研究方向：大学生心理健康教育与心理咨询。

文章引用：阳秀英，倪冰，谿旭伟，等。“知情意行强心理 立德树人育匠心”心理育人模式的探索与实践[J]. 教育研讨，2024，6（3）：670-676.

<https://doi.org/10.35534/es.0603089>

教育教学，做“足”宣传教育，做“广”实践活动，做“专”咨询服务，做“准”危机预防与干预，从而构建了我校“知情意行强心理 立德树人育匠心”的心理育人工作格局（如图1所示）。



图1 “知情意行”心理育人模式

Figure 1 The mental health education model of “Cognition-Emotion-Volition-Behaviour psychological system”

1 立德树人助力“匠心”培养

1.1 制度健全有保障

我校将学生心理健康工作纳入学校整体规划和思政工作体系，贯穿德育思政工作的全过程，构建以心理专家引领、专职心理教师为主，辅导员等兼职教师为辅的多方协同心理健康教育工作队伍，构建全员融入、全方位为学生心理健康保驾护航的工作格局。学校自建立“大学生心理健康教育与咨询中心”以来，成立了以学校党委书记、校长为组长的心理健康工作领导小组，统筹推进，加强组织领导。制定了《大学生心理健康教育中心心理咨询守则》《心理咨询工作伦理守则》《心理咨询师工作要求》《心理危机学生处理注意事项》《对患严重精神疾病学生进行转介处理的有关规定》《广西电力职业技术学院大学生心理危机处置程序》和《广西电力职业技术学院心理健康教育工作站管理考核办法（2023年修订）》等20余项学生心理健康工作规章制度，从学校层面为我校心理健康教育工作的深入开展提供了有力保障。

1.2 队伍建设有深度

首先，成立了由医院精神科医生、校外心理专家和本校高级职称心理健康专职教师组成的大学生心理健康教育专家指导委员会，为心理健康教育教学提供专业保障。其次，建立了“学校—院系—班级—宿舍”四级心理健康工作网络。我校心理中心按照教育部师生比1：4000的要求，配备了5名专职心理健康教育教师；院系兼职教师16名；总计21名专兼职心理健康教师中，持有国家二级、三级心理咨询师职业资格证书者20人，此外还持有素质拓展培训师、职业指导师等资格证书。构建了一支专业且具备“心理咨询师+职业指导师+拓展培训师”多证多能的心理健康教育工作师资队伍；并对学生宿舍楼栋宿管人员进行相关心理健康服务方面的培训，实现了全员参与、全方位、全过程的学生心理健康服务工作格局。

1.3 “育德” “育心” 有效度

通过实践活动、素质拓展训练、“育德”心理主题班会等形式,我校实现了“育心”与“育德”的有机融合,培育学生的“匠心”精神。我校已连续开展新生素质拓展训练项目11年多,该项目每年安排在新入校后开展,全体新生参与,惠及学生4万余人,并向区内外各类学校进行探讨交流及推广。广西教育厅网站、广西高校思想政治教育在线等网站均进行了相关报道。通过定期开展“育德”“育心”心理健康教育主题班会,介绍榜样人物、先进事迹,挖掘先进人物身上的意志品质;同时,结合我校专业特点,通过楷模人物讲好中国电力人的故事,共同助力学生职业岗位心理素养的培养,促进学生心理健康素质与思想道德素质、科学文化素质的协调发展^[2,3]。

在“立德树人”的教育背景下,课程团队积极开展课程思政建设。在每一章节的教学内容中,均设定明确的思政德育目标,并在教案中有效融入思政元素,开展思想政治教育,培养学生积极心理品质,塑造德技双馨的职业大学生。

2 理论教学助力意识培养

依托课程教学,我校建立了完备的课程体系和教师教学技能培养体制,结合教学改革研究,充分发挥课堂教学在大学生心理健康教育工作中的主渠道作用,达到有效提升学生心理健康意识和认知水平、培养学生掌握基本的自我心理调适技能的课程总体目标。

2.1 课程体系建设完备

我校高度重视学生心理健康教育,将《大学生心理健康教育》作为公共基础必修课程纳入人才培养方案,设置2学分,32课时,实现对全体学生的全覆盖教学。同时注重课程建设,通过清华教学平台/优慕课(学生端)构建了我校《大学生心理健康教育》课程的“线上+线下”混合教学模式。通过线上+线下相结合的混合教学形式,以我区教育厅统编教材为蓝本,整合教学内容为包括心理健康知识概述及心理适应、心理健康维护与促进、自我意识、情绪管理及压力应对、人际交往、恋爱心理、生命教育、健康人格等在内的10大主题,旨在培养学生积极向上、理性平和、健全人格和探索生命价值的阳光心态。同时,充分考虑健康常态、轻度失调、重度失调及心理障碍等不同学生群体,教学内容注重差异化,教学形式采取多样化,实现个性化教育,帮助学生解决当下的心理困难^[4]。经调查及教学反馈,学生对心理健康课程的满意度高,学校评教系统数据显示近3年全校学生对心理健康教育教师团队的评教等级均为“优秀”(>90分)。

2.2 教师教学能力过硬

我校心理健康教育兼职教师团队由二级学院分管学生工作的领导和辅导员构成,专业背景各异,且普遍缺乏心理健康教育相关学科知识储备。针对这一现状,心理健康教育团队制定统一的课程标准和教学大纲,并建立集体备课制度、年轻教师试讲制度等,有效保障了心理健康教育的教学质量和教学效果。同时,以赛促教,鼓励团队教师积极参加广西区职业院校教师教学技能大赛和广西高校心理健康

教育教学技能竞赛。通过参加比赛使得教师在教案撰写、教学设计和课堂授课等方面的能力得到显著提升。近三年,我校心理健康教育团队在省部级教学技能竞赛中荣获二等奖3项、三等奖5项,教学成效显著。

2.3 教学改革研究有成效

我校心理健康教育团队在教学实践中积极开展教育教学改革研究工作,编写并出版了《大学生心理健康教育及能力训练》教材1部;获区级、校级等各级各类教学改革研究项目立项5项;荣获西南四省心理学界教学成果奖一等奖和广西职业教育自治区级教学成果奖三等奖各1项;近三年公开发表相关教学改革研究论文13篇。同时,通过研究与教学相结合,以研促教,提高了我校心理健康教育教学的针对性和有效性,进而提升了教学团队的教育教学水平。

3 实践教学助力情感培养

“专项行动”提出,要通过五育并举促进学生心理健康,强调以德育心、以智慧心、以体强心、以美润心、以劳健心。我校充分发挥心育、劳育、美育等在培养学生积极心理品质中的重要作用,依托每年的“5·25”心理健康教育月活动 and 近年开展的“3·25”心理健康教育活动季,开展“电亮匠心”系列心理实践特色活动。具体包括:(1)“筑梦逐梦”心理健康教育活动,通过开展晨读、读书会、电影赏析和心灵树洞等活动,帮助学生建立强大的精神内核;(2)“倾心圆梦”心理健康知识宣传活动,通过“一站式”学生社区共建美好心灵港湾,进入学生社区开展心理知识科普活动,发放学生心理健康知识手册,进行一对一、面对面交流,将温暖送到手;(3)“健心美梦”植物种养活动,让学生通过领养植物、呵护植物成长打卡的方式,培养学生劳动育心意识,体验生命成长之美,从而增强对生命的责任感和价值感;(4)“润心成长”团体辅导活动,通过开展五彩心情、沟通你我他等团体心理辅导活动,教学生身体力行,培养学生积极心理品质。

通过这些实践活动,激发学生丰富的情感体验,培养理性平和的阳光心态,形成了我校心理活动的常态化、品牌化特点,有效发挥了心理助人效果,成果丰硕。我校历年开展的实践活动在区级心理健康教育活动中比赛中,荣获特色项目活动一等奖1项,其他各类奖项一等奖2项、二等奖3项、三等奖3项。

4 咨询辅导助力知行合一

2019年7月,由国家卫生健康委员会制定的《健康中国行动(2019—2030年)》中指出,近年来,我国以抑郁障碍为主的心境障碍和焦虑障碍患病率呈上升趋势;同时,公众对常见精神障碍和心理行为问题的认知率仍较低,缺乏防治知识和主动就医意识,部分患者及家属仍有病耻感。基于此,我们通过日常心理咨询、朋辈心理辅导、微信公众号等渠道,帮助学生提高对心理健康的认识水平。

4.1 心理咨询服务

学校的心理咨询工作紧密结合职业院校学生的心理特点和需求,为学生提供面谈咨询、网络咨询、团体辅导等专业且形式多样的心理咨询服务。一方面,注重咨询师专业能力的提升,聘请区内外资深心

理督导师定期为我校心理咨询师开展心理督导服务, 每年开展心理督导平均3场以上, 举办各类心理培训讲座年均3场以上; 另一方面, 组织心理专职教师每年参加业务培训不少于40学时, 兼职教师年均业务培训不少于10学时; 第三, 选送优秀辅导员参加“心理辅导专项职业能力考证与培训”, 目前学校辅导员中持有心理辅导专项职业能力培训证书者达30余人。通过各种方式和形式, 切实保障和提升咨询师的专业胜任力, 让咨询师成为学生身边可信赖的知心朋友、心理导师, 让学生遇到任何心理困扰时愿意找我们的咨询师、愿意到心理中心解决问题。

4.2 朋辈心理辅导

每学期为学校朋辈心理辅导员、班级心理委员和宿舍长开展关于谈心谈话、心理危机识别及干预等相关主题的心理健康服务讲座, 形成了一支由500余名同学组成的朋辈心理辅导工作队伍; 在所有学生社区的宿舍楼栋设置有“知心小屋”, 由接受过心理辅导专项职业能力培训的辅导员, 带领朋辈心理辅导员开展心理健康知心服务, 充分满足学生的心理求助需求。

此外, 利用校园网“心理咨询”专题网站、“宜拉趣客心理”微信公众号两个平台, 带领朋辈辅导员开展网上心理测试、心理健康知识宣传及科普等, 仅2023年, 学校利用专题网站、微信公众号两大平台, 动态更新心理服务信息67篇, 累计阅读量达6万多次。帮助学生提高求助意识、认知水平, 同时为学生自助解决心理困扰提供了路径和渠道。近年来, 学生预约心理咨询及探讨心理健康问题的积极性和主动性大大提升, 这说明学生对心理困扰的病耻感在逐步减弱, 对心理健康的认知水平和求助的行动力得到有效提升。

5 预防干预助力生命意志培养

通过医校合作及危机预防干预工作, 帮助心理教师、辅导员树立生命安全意识 and 责任感, 培养学生的生命意义感和积极生命观, 保障学生生命安全。

5.1 医校合作协同机制

我校与区内医科大学附属医院心理卫生科签订医校合作协议, 建立心理危机快速反应机制, 有效畅通了学生心理精神障碍及时转介和就医的“绿色通道”。此外, 通过医校联合开展案例剖析、困难案例研讨和危机干预培训等工作, 提升了教师队伍的精神卫生知识水平, 使教师能快速识别学生心理异常情况, 及时转介, 避免极端危机事件的发生。同时, 通过增长教师的医学心理知识, 可以有效帮助教师在日常工作中对学生开展生命教育。

5.2 心理健康监测常态化机制

一是学生心理健康筛查常态化。每年开展新生心理健康普查, 此外每学期初和学期末分别开展心理健康筛查, 建立“一人一档”心理档案, 该档案收集从学生入学普查开始直至毕业的心理健康状况材料, 充分发挥对学生心理问题的动态变化过程。二是建立和实行心理危机月报表制度。要求二级学院心理工作站每月按时向心理中心上报危机预警报表, 做到及时发现具有心理危机风险的学生并进行干预, 发挥

有效的预防干预作用。近3年,我校年均筛查学生1万多人次,对筛查出存在心理危机风险的学生,及时进行心理咨询和危机干预。

5.3 预防干预精准化机制

第一,针对特定群体开展有针对性的心理健康监测与服务,如在每年毕业季前夕,对毕业生开展就业压力心理调适、职业生涯规划讲座等,帮助学生以积极心态应对就业考验^[5];针对经济贫困生、有精神障碍疾病既往史学生、抑郁服药学生和遭遇重大负性生活事件的学生等十大类学生群体,定期进行心理健康状况的评估及持续跟踪。第二,建立学生心理危机预警库,为存在严重心理障碍、正在服药和有自杀倾向的学生,建立专门心理档案并实行“一对一”帮扶计划,定期跟踪、动态管理。第三,编写了《学生心理危机识别与干预指导手册》(辅导员版)和心理委员工作指导手册,以人手一册的形式发放给全校辅导员及心理委员,有效指导开展相关工作,切实维护大学生心理健康和生命安全,提高学生的生命意义感。

6 结语及展望

我校秉承“立德树人”的根本目标,紧紧围绕国家教育部和区教育厅对大学生心理健康教育的精神,以“立德树人”“五育并举”的教育理念为引领,以《大学生心理健康教育》课程为抓手,聚焦学生心理问题,不断拓宽工作思路。工作取得了一定成效,但仍有很大的拓展空间。例如,今后可以把心理健康教育拓展至校外,进一步加强家校、医校合作的形式和深度,以培养自尊自信、理性平和及积极向上的时代新人,助力健康中国行动(2019—2030年)。

参考文献

- [1] 唐芊尔. 五育并举,将促进心理健康贯穿育人全过程[N]. 光明日报, 2024-03-12(013).
- [2] 徐洁,王春风. 大学生积极社会心态培育理路探析[J]. 中国高等教育, 2021(17): 32-34.
- [3] 覃梅芳,雷一祎,谭艳艳. “三全育人”理念下高校心理育人的现实困境与路径选择[J]. 西部素质教育, 2024, 10(1): 28-31.
- [4] 李俊茹,马立志,陈会然. “三全育人”视域下高校高质量心理服务体系创新实践探索[J]. 保定学院学报, 2022(6): 98-103, 132.
- [5] 童天朗. 构建高质量高校心理健康教育体系[J]. 中国高等教育, 2021(19): 53-55.

The Exploration and Practice of the Mental Health Education Model of “Cognition-Emotion-Volition-Behaviour Psychological System to Enhance Mental Health Moral Education and Create People Quality to Cultivate the Spirit and Ingenuity”

Yang xiuying Ni bing Lu Xuwei Li jiayi

Mental Health Education and Counseling Center of College Students, Guangxi Electric Polytechnic Institute, Nanning

Abstract: This paper summarizes the specific practices and work results of the student mental health education in our school. The mental health education model of “Cognition-Emotion-Volition-Behaviour psychological system to Enhance Mental Health Moral education and Create People Quality to Cultivate the Spirit and Ingenuity” was constructed. The mechanism was improved. The content of mental health education was enriched. The ways and methods of mental health service work was broadened. A full range of mental health education pattern was constructed. These works improved students’ personality and the integration, and so that perfect our school’s psychological crisis intervention service system.

Keywords: Cognition-Emotion-Volition-Behaviour psychological system; Mental health education; Mental health education model