

“三全育人”视域下大学生心理危机预防的困境与策略

王嘉旭 邓玉霞* 祖巾婷 刘家悦

(哈尔滨医科大学大庆校区, 黑龙江 大庆 163319)

摘要: 引起大学生心理危机的压力源种类日益复杂, 各大高校仍需要展开深入探索, 以构建大学生心理危机预防与干预机制。“三全育人”指导理念下, 高校学生心理健康教育存在全员参与不足、全程关注不足以及全方位联动不足的问题。鉴于此, 文章以“三全育人”理念为切入点, 分析当下大学生心理危机与预防工作面临的困境以及应对策略, 期望能为大学生心理健康教育提供有益参考。

关键词: 三全育人; 心理健康教育; 心理危机预防

党和国家高度重视心理健康工作, 《健康中国行动(2019—2030年)》文件专门提出了心理健康促进行动, 大学生心理健康教育也成为高校持续关注并探索的领域。尽管高校大学生心理健康教育的开展已经取得一定成果, 大学生心理健康状况呈现良好态势。但是也存在部分学生悲观、焦虑、自卑的心理问题尚未解决, 无论是家庭、学校还是社会都需要给予他们关注。将“三全育人”理念融入高校大学生心理危机预防与干预工作, 有助于增强心理危机预防工作的全面性、科学性与连续性, 有效提高高校心理危机预防干预工作的效能, 化解大学生心理危机预防工作的困境。

一、三全育人的内涵

三全育人即全员育人、全程育人、全方位育人, 强调高校思政育人工作的全面性与综合性。全员育人, 要求学校要动员一切可利用的育人力量, 整合一切可以利用的育人资源, 实现上至学校领导干部, 下至专业课教师、辅导员等育人主体的全面参与, 发挥校外育人合力; 全程育人, 则指思想政治教育要始终贯穿学生校园学习的始终, 即从学校入学之初至学校毕业就业; 全方位育人, 要求学校立足大学生的全面发展需要, 采取多元化的教学方式, 让思政教育渗入的更深、更广, 延伸至学生生活与学习的各个角落。心理健康教育是思想政治教育中的重要内容, 以三全育人理念为大学生心理危机的预防工作中具有重要价值。

二、“三全育人”视域下大学生心理危机预防工作的困境

(一) 尚未贯彻全员育人理念

在国家高度重视学生心理健康的背景下, 各高校已经逐步实施大学生心理健康预防与干预机制的政策, 但在此过程中没有贯彻全员育人的理念, 部分高校执行的过程中仍将心理教育当作专业心理教师的工作内容。具体分析如下: 其一, 专业教师与辅导员心理干预技能薄弱。高校专业课教师及辅导员与学生的接触最为频繁, 相较于专业的心理咨询教师而言, 专业课教师与辅导员

则缺乏专业的心理预防与干预能力。然而, 心理咨询教师虽然专业能力强, 但是他们与学生的接触较少, 加之有心理问题的学生大多不愿意主动寻求帮助, 会影响心理健康预防与干预的效果。其二, 部分教师重视科研教学, 心理育人意识薄弱, 从根本上忽视了对学生心理问题的疏导与关注, 限制了心理危机预防的深度与广度。

(二) 全过程育人理念践行不到位

尽管各高校已经强调心理健康教育贯穿学生整个学习生涯, 但基于现实情况来看, 部分高校仅是在学生入学时开展了心理测试, 没有后续跟进学生的心理情况。这导致, 存在心理问题的学生没有获得及时的干预。还有一部分高校试图对筛查出心理问题的学生进行干预, 但由于心理健康教育机构设置不合理, 心理健康教育方面的资源不足, 导致心理健康教育缺乏规范性和科学性。做好心理危机预防工作才有可能避免各种严重心理危机的产生, 甚至从根本上解决学生的心理问题。

(三) 全方位联动机制亟待健全

高校学生心理预防与干预机制缺乏全方位的联动, 其主要体现在以下四方面: 其一, 缺乏完善的家校社协同育人体系, 这限制了学校心理服务的拓展, 难以建构起立体化的心理支持体系。同时, 家校社之间存在的信息壁垒以及资源共享的不足, 难以为学生提供全方位的心理服务。其二, 心理服务体系不健全, 服务主体的职责没有明确划分。学校各部门之间存在壁垒与沟通障碍, 造成心理服务质量效果不一, 心理危机预防实效受影响。其三, 高校缺乏主动识别与干预学生心理健康的能力, 学生对心理问题的处理处于被动形势, 缺乏预警机制。从实际来看, 高校通常是从学生心理问题暴露以后, 才做出应对措施, 忽视了大学生群体在持续面临的学习、就业等压力时, 已经产生的心理问题的萌芽, 这容易导致学校错失最佳的心理干预时机。其四, 高校心

理危机预防容易陷入误区。学校心理服务工作秉持“不痛不医”“哪痛医哪”的原则，缺乏“请进来”的主动性，主要关注点在于出现心理问题的学生以及问题的解决，没有为学生不同的学习生涯阶段提供针对性的心理支持和指导。

三、“三全育人”视域下大学生心理危机预防策略的优化

(一) 明确心理健康教育理念，贯穿心理健康教育

大学生心理危机预防工作需要多方参与，仅凭学校的心理服务难以满足全体学生的需求。唯有联合学校、家庭、与社会形成有效的协同机制，才能构建完善的心理健康教育健康网络，为学生提供全方位的支持和帮助。“心”天地项目组提出线上线下相结合的身心健康服务新模式，通过跨平台和整合化服务，学校可与第三方机构合作，为学生提供全面的，一站式健康管理。

除此，高校还要突破事后处理的局限性，积极践行全程育人理念，做到早发现、早干预。学校通过定期评估、组织心理普测等方式能够及时发现学生心理问题的苗头并及时介入。同时，学校应将心理健康服务贯穿学生整个学习生涯，为学生提供不同阶段的心理关怀。此外，学校要发挥新媒体平台与技术的优势，借助校园媒体矩阵普及心理知识，强化学生对心理健康的重视，使学生认识到正确地处理心理问题的方式。

(二) 健全心理健康教育机制，提高心理危机预防实效

一方面，高校要细化心理危机预防体系，针对不同层级的人员展开差异化的心理危机预防与干预能力的培养工作。例如，为辅导员或科任老师提供专业的心理辅导技术培训；对于学校管理人员提供高级心理危机管理培训；为不同年级段的学生提供分段预防措施，针对性地预防心理危机问题的发生。

另一方面，学校要建立识别与预警机制。通过构建学生心理健康档案，动态监测学生心理状态的变化，强化心理危机预防实效。例如，学校要利用科学的心理评估工具为学生提供常态化的心理健康动态监测，以便及时发现潜在的心理问题并提供干预，防止心理危机的加剧。此外，学校还要建立预警机制，结合学生的学业情况、心理评估结果等综合信息，识别高风险的学生，并为其提供针对性的干预措施。“心”天地项目力图通过智能化移动设备，实时监测并记录个人的生理参数，并通过远程技术将数据传递给医生，将其应用到对学生心理健康服务中，能够动态跟踪学生的心理健康变化并及时提醒医生、教师、家长等，以便做到及时干预。

(三) 优化心理健康教育实践，提升心理危机预防能力

传统的教学模式已经难以满足学生群体多样化的心理需求，

学校应通过更具交互式和体验性的教学方法提升育人实效。同时，可通过培训心理健康志愿者，构建朋辈辅导平台让同龄的学生提供心理支持。人工智能、大数据等先进科学技术的发展也为心理教育的预防与干预提供了新的解决思路与途径，借助人工智能心理健康体验平台，能够为学生提供一体化的服务。“心”天地项目组提出可以将人工智能及大数据技术全方位融入身心体检全过程。通过对学生生活习惯、遗传背景、心理筛查等数据的采集、记录与分析，再通过大数据分析与人工智能算法，为患者提供定制化的健康分析报告。同时，针对有身心健康问题的患者，还可以为其提供治疗的方向。高校可与此类机构展开合作，通过建立电子实时档案，提高学校对青少年身心健康的重视程度，加强对身心健康状况的自我检查，从而建立高效的青少年身心健康防御系统。

四、结束语

总而言之，三全育人已经成为当下高校重要的改革方向，针对不断变化的教育环境与学生多样化的需求，学校应当立足三全育人理念，从理论、机制、实践的层面构建全过程、全方位、全员参与的心理危机预防与干预体系，从而为大学生的身心健康发展保驾护航。

参考文献：

- [1] 毕会东，朱亚.“三全育人”视角下大学生心理危机识别、动态监测及干预体系构建[J].吉林广播电视大学学报，2023(05):99-101.
- [2] 鲁帆.“三全育人”视域下大学生心理危机应对研究[J].才智，2023(17):100-103.
- [3] 张玉凤.“三全育人”理念下大学生心理危机的识别与干预策略研究[J].锦州医科大学学报(社会科学版)，2023,21(01):72-75.

基金项目：2024年黑龙江省大学生创新训练计划项目“‘心’天地——身心健康产业引领者”(项目编号：S20240226D056)；2024年哈尔滨医科大学大庆校区思想政治教育教学研究专项“习近平文化思想引领高校思政课高质量发展的价值与路径研究”(项目编号：SZ2024-07)；2022年哈尔滨医科大学大庆校区校内教学研究项目“基于医学类专业育人功能的新时代课程思政建设研究”(项目编号：XQJY202205)

通讯作者：邓玉霞