

# 大数据背景下大学生心理健康教育干预文献综述

童 心

(青海大学, 青海 西宁 810100)

**摘要:**近年来,大学生心理健康问题逐渐成为社会关注的焦点,而大数据技术的快速发展为心理健康教育干预提供了新的研究视角和实践路径。本文通过系统梳理国内外相关文献,对大数据背景下大学生心理健康教育干预的研究现状、创新模式、协同机制及未来发展方向进行了综述。研究发现,当前大学生心理健康教育在理论研究和实践应用方面均取得了一定成果,但同时也面临着心理健康问题频发、教育模式单一、干预手段精准性不足等问题。基于大数据技术,学者们提出了多种创新模式,包括数据驱动的心理风险预警模型、个性化干预方案设计以及智能化心理健康教育平台等,这些模式在提升心理健康教育的精准性和时效性方面具有显著优势。总体而言,大数据技术为大学生心理健康教育干预提供了新的研究方向和实践路径,但仍需在理论创新、技术应用、协同机制及跨文化适应性等方面进一步深化研究,以构建更加科学、高效的心理健康教育体系。

**关键词:**大数据;大学生;心理健康教育干预

## 引言:

党的十九大以来,党和国家高度重视大学生心理健康的教育干预,社会层面也逐渐意识到心理健康是学生进行其他一切教育的基础和载体。大数据、云计算、人工智能等技术的发展,推动了社会变革,改变了很多学科的发展进程,心理健康教育领域中大数据的运用,有助于描绘大学生心理困难群体画像,进行预测,及早干预。此外,研究还关注了“高校—家庭—医院—社会”协同育人机制的构建,强调通过多主体联动,整合资源,优化配置,共同促进大学生心理健康。国外研究则在心理健康教育的理论框架、干预技术及跨学科研究方面提供了有益借鉴,但其本土化适应性仍需进一步探讨。基于大数据背景,了解当下大学生心理健康现状并探索行之有效的干预方式显得尤为重要。

## 一、关于大学生心理健康教育现状的研究

大学生心理健康教育的服务对象是高校学生,他们正处于青年期,心理素质还有待进一步提高,社会价值观等正趋向于稳定还未成熟,当他们面临学业、情感、人际方面的压力及来自社会的诱惑时,难免产生不良的心理反应,引发各种心理问题。

### (一)大学生心理健康教育成果

大学生心理健康教育作为一项重要的教育内容,在我国经历了多年的发展与实践,取得了显著的成果。从政策层面来看,国家对大学生心理健康教育的重视程度不断提高。自2018年以来,教育部联合发文要求高校必须将心理健康教育纳入必修课程体系,学生需修满相应学分才能顺利毕业。这一政策的实施,不仅明确了心理健康教育的课程地位,也为大学生心理健康教育的普及提供了制度保障。各高校积极响应政策号召,逐步完善心理健康教育课程体系,确保心理健康教育覆盖全体学生。在课程建设方面,高校在心理健康教育领域进行了多样化探索。除了心理健康教育的必修课程外,部分高校还开设了丰富的选修课程,如恋爱心理、人际交往、压力调节、学业困难调适、生涯发展与规划、社会心理学、人格心理学等。这些课程内容涵盖了大学生在成长过程中可能面临的多种心理问题和挑战,帮助学生从不同角度认识自我、发展自我,提升心理健康素养。通过这些课程,大学生能够更好地了解心理健康的重要性,掌握应对心理问题的方法和技巧。此外,大学生心理健康教育的社会支持体系也在逐步完善。高校心理咨询中心的建设、心理健康教育教师队伍的专业化培养、心理健康

教育活动的多样化开展,都为大学生提供了更加全面的心理健康支持。通过团体辅导、个体咨询、心理健康讲座等形式,学生能够获得针对性的心理支持和指导,进一步增强了心理健康教育的实践效果。

然而,尽管大学生心理健康教育在政策、课程和社会支持方面取得了显著成果,但在实施过程中仍存在问题。例如,心理健康教育课程的实施效果缺乏统一的评估标准,不同高校之间的课程质量和实施效果差异较大。此外,学生对心理健康教育的重视程度和实际运用情况也存在差异,部分学生虽然参与了课程学习,但在实际生活中并未能够有效运用所学知识。这些问题的存在,反映出大学生心理健康教育在实践中的挑战,也为未来的研究和实践提供了方向。

### (二)大学生心理健康教育存在的问题

夏晓辉(2009)认为,当前高校容易将心理健康教育学科化,认为学生学习了课程就解决了心理问题,专业的心理咨询工作与高校思政工作分工不明,高校从事心理咨询的人员专业素养不高,心理健康教育设施匮乏,尤其是软件设施即高校心理健康教育理论体系上的缺乏,科研水平还有待提高。

刘如月(2013)的研究表明:1、政策落实和监督机制不完善,大学生心理健康教育的理论与实践之间的衔接不够,各个高校发展状况的不平衡,多数学校尚处于自发状态;2、师资队伍不完善,素质不高。部分高校能够达到教育部规定的师生比,但专业化程度低,师资队伍不稳定,水平参差不齐,多数高校更是师资短缺;3、理论建设相对滞后,理论实践相脱节;4、缺乏科学的评估机制,理论研究受西方影响,方法手段等不适用于中国本土。

孙克芝,张希玮,徐高骛(2024)等的研究提到,大学生心理健康教育当前存在的问题,主要在于部分高校领导和教师对心理健康教育的重要性认识不足,进而导致经费投入不足;心理健康教育资源配置不足,无论是成体系的心理课程建设还是专业的心理咨询师或心理医生数量上不均衡,质量上不保证;课程体系和教学方法单一,忽视了学生对于所学知识的理解和应用;反应机制不够迅捷,无法快速准确识别学生心理问题,及时进行专业有效的干预,以及家校沟通合作渠道不畅通。

综上所述,当前国内大学生心理健康教育的现状就是学生有大量需求,但师资短缺或专业素养不高,教育体系不够完善和科学,

理论指导实践意义不强,教育渠道和方式单一、缺乏针对性等三大类问题。

## 二、关于大学生心理健康教育创新模式的研究

关于大学生心理健康教育创新模式的研究文献呈现多样化的特点,不同的研究者从时代背景、“三全育人”理念、心理咨询流派和技术、课程教学改革、积极心理学、思政融合、学校特色等方面探索大学生心理健康教育创新模式。总体而言,对于大学生心理健康教育创新模式,整合教育资源,建立教育联动机制,着力构建“家—校—社”三级联动健康教育机制,吸引家庭、社会等多方力量的共同参与(蔡新颖,2024)。高校应构建专业化师资队伍,提倡全员育人;应督促心理健康教育工作落实,强调全过程育人;创新家校社联动机制,主张全方位育人(朱靓,2024)。也有在心理健康课程教育方面着力创新的,如多元立体教材下“教、学、做”线上线下融合的教育教学模式,将丰富的线上学习资源作为纸质教材的补充和延展,建立多元立体的教材体系。创建“任务驱动、项目导向、做中学、学中做”理念下的实践活动模式,利用每年与心理健康相关的节日开展形式丰富学生喜爱的主题活动。创设多模式心理咨询组合,满足学生个性化心理需求,为学生提供严密保护屏障的多重心理预防干预,拓展互联网平台载体及VR、AI等工具的使用(林冰,2024)。高校应利用新媒体手段,加强对大学生心理状况的跟踪,打造线上线下融合的专业心理辅导体系,运用大数据等技术实现个性化精准的心理辅导,构建从学校到寝室的心理健康工作网络,对学生心理进行全过程照护,不断提升大学生心理疏导工作水平与解决问题的能力,发挥好新媒体的关键效用(贾洁,郑孟曜,2023)。“三全育人”视域下建立大学生心理健康育人机制,有利于“立德树人”根本任务的有效推进,有利于学生心理素质的全面培养,也有利于学生综合素养的整体培养与提高(朱玥,李翀,2023)。

## 三、关于基于大数据的大学生心理健康教育模式研究

目前,关于大数据背景下大学生心理健康教育模式的研究多集中在理论研究,总体而言,大数据社会下高校心理育人体系面临的问题是高校心理健康知识传授体系的大数据化水平不高、高校学生心理危机干预体系的大数据化程度不足、高校心理健康工作大数据下的数据安全问题(赵宇博,闫桂莲,2023)。大数据背景下构建高效学生心理健康教育体系的作用有丰富高校心理健康教育课程体系、全面采集和追踪学生的信息、精准做好心理危机预防和干预(段立,郑志玲,2023)。基于大数据构建高校学生心理健康教育体系的措施集中在构建高效大数据平台、优化心理健康教育的内容、建立心理健康服务的机构、完善心理健康教育的机制(于元彬,2024)。也有部分研究关于大数据时代下大学生心理危机干预机制的构建(李雪,2020)和预警模型建构(王计生,徐多勇,唐莉,熊梅,江永燕,2024)。

## 四、关于高校、家、医、社协同育人机制的研究

此类方面的研究也多集中在理论研究,健全家校协同育人工作机制,能够促进心理育人信息共享、资源共融、过程共创,将个体的身心健康置于自然的生态系统之中,精准靶向学生的个性诉求,促进其内心心理资源的不断优化和增值,从而实现全景式心理素质的提升(王艺,2024)。目前,大学生心理危机干预“学校—家庭—社会”协同合作仍然存在体制机制不健全、以表象合作为主、家长心理健康意识薄弱、高校教师心理健康教育工作技能不足、

大学生配合度较低等困境(李宁,沙爱军,2023)。针对新时代高校心理健康教育的新形势、新变化、新要求,积极整合医疗资源,开展“医校”协同,是全方位提升高校心理健康教育工作的有效路径(卜庆亮,王威,2023)。但尚未有将学校、家庭、医院、社区联合起来开展学生心理健康教育干预模式的研究。

## 五、关于大数据背景下校、家、社协同育人机制的研究

有关此方面的研究不多,主要讨论大数据驱动下大学生心理危机干预协同机制的研究:从工作体系来看,学校、家庭、社会之间的联动机制运行不畅,心理危机后干预管理工作缺失。大学生心理危机预防与干预工作是一项需要学校及校内各部门、社会、家长通力合作、相互配合的系统性工作(梁黛婧,2023)。

## 六、国外研究述评

有研究从文化生态学的角度切入,得出以群体为微支持系统,改善学生心理环境,丰富群体文化,为学生心理发展营造良好的生态环境的结论(Hao Mei,Li Zhongyu,2021),强调了家庭、学校及社会对于大学生心理健康的影响。有关大数据背景下的研究多采用不同的大数据技术,对大学生心理健康教育模型进行构建,并检验模型效果。如结合大数据技术和基因调控思想,结合改进算法构建了基于大数据技术的心理健康教育系统,并结合免疫治疗基因调控网络作为改进算法处理心理健康教育数据(Yang,Bin,2023)。有研究将MPP数据库和人工智能系统引入到心理健康评估的应用中,有效地对大学生心理健康进行评估(Wang,Chen,2023)。通过对大学生心理健康内容的调查,运用大数据技术构建大学生心理健康创新模型,并取得了较好的效果,准确率达88%(Shen,Xuwei,2023)。有研究者基于人工智能和大数据分析,开发了一个学生心理健康支持系统,根据学生的心理健康需求进行支持和危机预测(Zhou Tian, Deng Yi,2024)。

## 七、结束语

综上所述,随着社会的快速发展和高等教育的普及,大学生心理健康问题逐渐成为社会关注的焦点。在大数据技术的推动下,心理健康教育的干预模式和研究方法也发生了显著变化。通过对已有文献的梳理,可以看出,大数据技术在心理健康教育中的应用为大学生心理健康问题的预防、预警和干预提供了新的思路 and 工具。研究者们通过分析海量数据,能够更精准地识别学生的心理状态,预测潜在的心理问题,并制定个性化的干预方案。这种数据驱动的干预模式不仅提高了心理健康教育的效率,也为心理健康问题的早期干预提供了科学依据。总体来看,大数据背景下大学生心理健康教育干预的研究已经取得了一定的成果,但仍有许多值得深入探讨的领域。未来的研究可以进一步结合理论与实践,探索大数据技术在心理健康教育中的深层次应用,同时关注伦理、隐私和技术与人文的结合问题。通过不断优化干预模式和协同机制,可以为大学生心理健康教育提供更加科学、全面的支持,助力大学生健康成长,为社会培养更多心理健康、全面发展的人才。

## 参考文献:

- [1] 郭晗昕. 大学生心理危机的识别与有效干预策略[J]. 产业与科技论坛,2023(19).
- [2] 周秋莺. 大学生心理危机干预个案分析[J]. 华章,2023(11)
- [3] 胡义秋;姚星星. 基于压力认知交互作用理论的大学生心理危机预警指标体系研究[J]. 湖南工业职业技术学院学报,2023(06).