

改革开放 40 年高校心理健康教育理论发展简述

李岚溪¹ 贺小玲² 郑安云²

1. 西北大学心理健康教育中心, 西安;

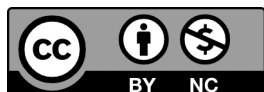
2. 西北大学公共管理学院, 西安

摘要 | 改革开放 40 年以来, 我国高校心理健康教育经历了恢复重建、探索发展、全面普及、逐步完善四个阶段。本文统计了高校心理健康教育理论在不同时期的实际应用情况及不同时期具体理论的发展状态, 归纳了我国高校心理健康教育理论的整体发展趋势, 并对其进行了研究展望。

关键词 | 高校心理健康教育; 心理健康教育理论; 改革开放 40 年

Copyright © 2021 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/>



我国大学生心理健康教育的源起可追溯到 20 世纪 30 年代, 1936 年于南京成立的中国卫生协会, 促进了当时中国高校心理健康教育的发展^[1]。改革开放以来高校心理健康教育以学习、借鉴西方的经验和理论为主并在工作实践过程中呈现出独特的发展特征。

1 不同时期高校心理健康教育理论的应用情况

改革开放至今我国高校心理健康教育经历了恢复重建 (1978—1989)、探索发展 (1990—1999)、全面普及 (2000—2009)、逐步完善 (2010—至今) 四个阶段^[2, 3]。高校心理健康教育理论主要包括精神分析理论、行为主义理论、人本主义理论、人力资本理论、素质教育理论、积极心理学、表达性心理治疗理论、心理危机干预理论、团体心理辅导理论。本节主要从书籍、论文、心理教育应用研究方面的文献数量分阶段论述高校心理健康教育理论的应用情况。

1.1 四个阶段高校心理健康教育书籍数量

首先, 通过国家图书馆, 搜索题名有“大学生”并含“心理”的图书, 设定每个阶段的时间节点,

通讯作者: 郑安云, 西北大学, 教授, 研究领域: 应用心理学。

文章引用: 李岚溪, 贺小玲, 郑安云. 改革开放 40 年高校心理健康教育理论发展简述 [J]. 教育研讨, 2021, 3 (2): 216—224.

<https://doi.org/10.35534/es.0302034>

根据搜到的图书,筛选掉不符合要求的图书,结果见表1。

表1 四个阶段高校心理健康教育书籍数量

Table1 The quantity of college mental health education books in four stages

理论名称	1978—1989	1990—1999	2000—2009	2010—至今
书籍数量总和	13	85	580	1900
精神分析理论				
行为主义理论		1		
人本主义理论				
人力资本理论				
素质教育理论		2	30	
积极心理学			3	
心理危机干预理论			1	
团体心理辅导理论			3	
表达性心理治疗理论				

在恢复重建阶段,心理健康教育理论是以整合的方式被应用到教材中,到探索发展阶段逐渐开始有书籍就某一理论进行专门介绍。在全面普及阶段,涌现出大量有关心理健康教育理论的书籍,其中关于素质教育理论的专著数量最多。同前几个时期相比,逐步完善阶段书籍数量明显大幅度增加,说明大学生心理健康教育问题已成为社会、教育界和学术界共同关注的重点问题。

通过不同阶段理论书籍数量的统计可见传统三大流派理论体系在一本书中无法详尽,高校教育主要将其理论思想融入书中,以滴灌的方式渗透大学生内心。

1.2 四个阶段高校心理健康教育不同理论文献数量

在中国知网高级检索中的条件里选择篇名为“精神分析”“行为主义”“人本主义”“人力资本理论”“素质教育理论”“积极心理学”“危机干预”“团体辅导”和“表达心理”等词,其中表达性心理治疗理论涵盖绘画治疗、沙盘治疗、心理剧及舞动治疗四个方面,设定每个阶段的时间节点,筛掉不符合要求的文献,结果见表2。

表2 四个阶段高校心理健康教育不同理论文献数量

Table 2 The quantity of different theoretical documents of college mental health education in four stages

理论名称	1978—1989	1990—1999	2000—2009	2010—至今
精神分析理论	93	135	942	1673
行为主义理论	22	40	191	222
人本主义理论	81	189	1336	1723
人力资本理论	8	55	397	241
素质教育理论	0	176	452	248
积极心理学	0	0	463	5251
心理危机干预理论	2	21	662	1287
团体心理辅导理论	0	13	603	3456
表达性心理治疗理论	8	36	190	937
总量	214	665	5236	15038

从表 2 可以看出精神分析理论、行为主义理论及人本主义传统三大理论流派一直是心理学研究的主要对象。

探索发展时期人力资本理论和素质教育理论成为学术界研究的主要对象。心理危机干预理论、团体心理辅导理论的研究渐渐进入国内学者的视野，关于表达性心理治疗理论的研究呈现出增加的趋势。积极心理学、心理危机干预理论及团体心理辅导理论发展迅速，成为日后心理健康教育理论研究的主要方面。

理论研究侧重点的发展同时折射出时代的发展特征，高校更加注重学生人格的全面发展，深入贯彻“以人为本”的教育理念，将对学生心理健康的提升、培养前置，将预防和干预两者结合起来，工作更加细致化、制度化、精准化，以提高大学生整体心理健康水平。

1.3 四个阶段不同理论在心理教育应用研究方面的文献数量

在表 2 的基础上，再加入“教育”或“心理”这两个关键词，搜索出表 3 所示不同理论在各个阶段心理教育应用方面的文献数量。

表 3 1978—1989 不同理论在心理教育应用研究方面的文献数量

Table 3 The number of literatures on the application of different theories in psychological education from 1978 to 1989

理论名称	1978—1989	1990—1999	2000—2009	2010—至今
精神分析理论	0	5	17	26
行为主义理论	0	2	13	32
人本主义理论	6	15	289	423
人力资本理论	1	6	60	43
素质教育理论	0	176	452	248
积极心理学	0	0	90	1197
心理危机干预理论	0	0	21	48
团体心理辅导理论	0	3	58	359
表达性心理治疗理论	8	36	122	756
总量	15	243	1122	3132

通过表 3 可以看出恢复重建阶段高校心理健康教育研究的主要方向集中于纯理论的相关研究，直到探索发展阶段理论同实践相结合的研究才逐渐兴起。全面普及阶段从人力资本和素质教育理论开始，心理健康教育相关研究不再局限于纯理论研究，而是将目光转向了与实践相结合的研究。同时，积极心理学的广泛应用，从传统的病理性心理学转向发掘个体自身的积极人格特质、心理潜能，使学生能够更加积极阳光的态度面对生活；表达性心理治疗和团体辅导理论的应用，丰富了心理健康教育工作者的咨询手段、教学方式及团辅活动。

2 不同时期高校心理健康教育理论概述

根据高校心理健康教育发展阶段以及不同理论的产生及研究兴起的时间，将高校心理健康教育理论的发展分为三个时期。

2.1 萌芽起步阶段（1978—1989）

2.1.1 精神分析理论

精神分析理论由奥地利著名心理学家西格蒙德·弗洛伊德于19世纪20年代创建。该理论认为个体当前的人格特征、行为模式等是儿童早期心理经验在其内心世界的残存。个体毕生发展过程中不断经历各种丧失，但通过这个过程逐渐形成对于自我稳定而清晰意识，拥有作为同外界发生联系的能力。这些观点深化了人们对人性的理解和人的本质的看法，为人类进一步深入探索自身精神世界开创了新纪元^[14, 4, 5]。

奠基于精神分析理论基础上的精神动力治疗理论主张“潜意识”在心理障碍或人格障碍的形成中起决定作用，心理咨询通过识别、澄清、解释、修通，分析来访者的阻抗、移情，实现潜意识内容意识化，帮助来访者识别行为背后的潜意识冲突、自我防御机制，以达到改变行为，认识自我的目的^[6]。

研究表明，在高校心理咨询的实际应用中，因精神动力治疗技术咨询时间过长、咨询效果缓慢、对咨询师要求过高等原因而较少运用。鉴于国内各高校心理咨询师的数量有限，大多数高校会规定一般个案的咨询频率为一周一次，6-8次为一个咨询疗程^[7]。长程精神动力分析会使高校心理咨询资源无法流动，但该理论为心理咨询师深入分析个案，探究行为背后深层内在动力原因提供了理论基础。

2.1.2 行为主义理论

行为主义是现代心理学的主要流派之一，20世纪50、60年代开始盛行于美国和其他西方国家。行为主义理论坚持以客观地实验方法研究人和动物的行为，强化了心理学的自然学科特征，同时也扩大了心理学的研究领域。在大学生心理健康教育中，行为主义理论不仅应用于教学，以该理论为基础的心理咨询方法如：厌恶疗法、系统脱敏疗法、合理情绪疗法、认知行为疗法等也作为主要的心理咨询方式被广泛使用^[8]。

相对于其他理论，行为主义强调外部环境对个体行为的影响，重视使用各种外在方式以促使行为发生符合预期要求的改变，在咨询技术上具有可操作性强、耗时短、见效快、效果可评定等特点。在高校心理咨询过程中，该理论适用于矫正学生异常行为，如强迫行为、恐惧行为、过度手淫、饮食障碍等^[7]。

该理论过于重视外在环境对行为的影响，忽略引起症状的内在心理因素，近些年行为主义治疗同认知治疗相结合，被称为认知行为疗法。认知疗法认为人的情绪和行为变化并非是由事件本身造成，而是与个体的认知模式密切相关，治疗通过改变不恰当的认知方式，达到改善情绪和行为的目的。研究表明，该治疗方法针对存在严重抑郁情绪困扰的学生十分有效^[9, 10]。

2.1.3 人本主义理论

罗杰斯认为“以人为中心”的观点和主张，不仅是一种临床心理咨询的方法，更是一种行之有效的教育方法^[11, 12]。马斯洛的理论核心是实现自我，强调人的本性、尊严、创造力、价值等，提出动机理论、需要层次理论、自我实现理论^[13, 14]。

人本主义理论十分强调人的价值、尊严、积极情感、自我实现，认为人发展的自然倾向是在生活需要基本满足的基础上对人类高级需要或真善美等心理需要的追求^[15]。罗杰斯和马斯洛二人将人本主义理论观念应用于教育教学当中，提出“以学生为中心”的重要观点^[13, 16]，高校心理健康教育强调此观点，提倡教师是引导者和合作者，以促进学生人格发展、自我实现为最高目标。

良好稳定的咨询关系是心理咨询起效的重要因素,人本主义坚持“以来访者为中心”的理念,强调共情、积极关注、无条件的接纳来访者,这种积极且相互信任的人际关系,有利于来访者重新正视并充分体验过去的思想、情感,激发个体内心自主解决问题的动力,朝着“功能充分发挥的人”方向发展^[17]。

在高校心理咨询中,咨询师始终遵循人本主义理论,以共情的、无条件接纳的方式与来访学生建立良好咨访关系,安全的“容器”更有利于学生倾诉、宣泄自己的负面情绪,而这本身就是治愈的方式之一^[7]。

2.2 深入学习阶段(1990—2000)

2.2.1 人力资本理论

人力资本理论最早起源于经济学研究。20 世纪 60 年代,美国经济学家舒尔茨和贝克尔创立人力资本理论。人力资本是人的能力和素质总和,主要体现在知识、技能、经验和技术熟练程度等方面^[18],个人通过教育尤其是高等教育提高其自身人力资本^[19]。

人力资本理论更多是作为一种理论思想指导,对学生进行职业规划和就业前的心理准备工作奠定了理论基础,也为学生在日后的工作、学习、生活当中获得更强有力的心理能力和心理弹性,更全面的发挥个体的人力资本,提供咨询思路。

2.2.2 素质教育理论

“素质教育”最早是针对中小学“应试教育”的弊端提出的,出现于 20 世纪 80 年代,高校素质教育主要包括四个方面:思想道德素质,科学文化素质,身体心理素质以及业务素质^[20]。

素质教育的提出对我国整个教育事业有着深远的意义,也深刻影响着我国高校教育,并且促使高校心理健康教育不断转变、拓宽思路,树立新的教育理念,以全面系统的教育视角关注大学生的心理教育,此时素质教育中的心理素质教育已成为学界研究的主要内容。

2.3 普及完善阶段(2000—至今)

2.3.1 积极心理学

美国心理学家 Martin E. P. Seligman 于 20 世纪末提出积极心理学^[21],主要研究积极情绪体验、积极人格特质、积极情绪与健康、积极的社会组织、创造力等方面^[22],目的是通过积极取向的科学心理学研究推进个体的幸福感以及人类社会整体的进步与发展。

高校心理健康教育以积极心理学为理念构建新的教育模式,开创新局面、开拓新视野,兼顾学生积极心理品质培养和心理问题干预两个方面,积极的心理状态本身就能够预防严重心理问题的发生。高校心理健康教育不再仅聚焦于“心理问题学生”,更多关注心理健康处于亚健康状态的中间学生,发展学生的积极心理潜能和品质,培养学生良好的习惯、积极人格,促进形成积极心态。这个动态的行为过程,提高学生参与度,使其能够积极主动地关心自身心理发展,也在无形中促使师生关系朝向平等、信任的方向发展^[23, 24]。

2.3.2 心理危机干预理论

危机干预(Crisis Intervention),也被翻译为“危机介入”或“危机调解”。心理危机干预是指采取紧急的应对方法帮助处于危机、遭受挫折打击或将要发生危险(如自杀)的当事人尽快恢复心理功能、

安全度过危机的专业助人过程^[25]。

我国高校心理危机干预工作始于20世纪80年代^[26]，心理危机干预理论及相关研究推动高校从宏观层面构建心理危机多级干预系统，加强医校结合，构建全新的心理危机干预预警指标体系，明确该体系包括搜集、评估、反馈和危机个体干预四个部分^[27]。在该理论指导下，高校不断完善危机干预的模式、方法、具体实施步骤，工作制度更加注重系统化、科学化、可操作性和实效性^[28]。实现各部门责任细化的“全员”参与，完善“学校—院系—学生”三级“全方位”的干预体系，推进从危机发生、发展、化解的“全过程”干预制度建立。

2.3.3 表达性艺术治疗理论

表达性艺术治疗指心理咨询师采用创造性艺术的模式帮助来访者发现自己的自身的力量，增强心理功能^[7]。目前比较常见的有音乐治疗、舞动治疗、沙盘治疗、心理剧治疗、绘画治疗等方式^[29]。其中绘画治疗、沙盘治疗、心理剧治疗已经成为我国高校心理健康教育工作理论与实践相结合的重要内容。

“校园心理剧”从1999年开展的全国性专题工作坊开始，之后各省、各高校逐渐重视校园心理剧的开展，组织校园心理剧演出、竞赛等相关活动^[30]。表达性艺术治疗拓宽了高校心理健康教育工作的方式、途径，在调节情绪和改善自我的同时也提高个体创造力的表达，因受限于咨询师个人的技能应用并不广泛，使用相对较多的是沙盘治疗，但已有不少高校心理咨询师开始探索表达性艺术治疗技术的使用^[7]。

2.3.4 团体心理辅导理论

团体心理辅导（Group Counseling）由带领者和团体成员组成，在团体情境下进行的一种心理辅导形式^[31]。我国团体心理辅导兴起于20世纪90年代，经历不断的探索发展后日趋成熟^[25]。

团体心理辅导主要分为成长性辅导与治疗性辅导^[31]。在大学新生中有计划、有目的地开展不同主题团体心理辅导性质的心理健康教育课程，有利于大学新生尽快熟悉大学学习生活的节奏，提高适应能力、人际交往能力、团队凝聚力。团体心理咨询，以心理学各流派为不同的理论基础，结合表达性艺术治疗，形成更加实用有效的心理咨询方式。

3 高校心理健康教育理论40年整体发展概况

3.1 高校心理健康教育理论40年整体发展趋势

3.1.1 理论体系逐步完善

高校心理健康教育主要针对大学生开展相关工作，最终目的是促进大学生人格的完善，具有基础性、全员性、互动性、针对性的特征^[19]。

心理学传统三大流派为全面认识个体提供了理论基础。积极心理学的引入改变了以往针对出现的问题展开教育、教学的工作模式，而是以预防为导向，防治结合，提高大学生心理能力，减少问题和危机事件的频繁发生。在心理危机干预理论基础上建立的危机干预制度极大提高了高校危机干预的效率及能力。

总之，改革开放至今40余年，高校心理健康教育理论体系的建立紧跟时代发展，立足大学生特征，

根据心理工作的独特性,在逐步完善的过程中指导心理健康教育的实践工作。

3.1.2 基础理论与本土化工作方法间存在分歧

我国高校心理健康教育工作具有很浓郁的地域特色,迄今为止,并未出现一种能够得到国内学者普遍认可的心理健康教育理论体系,导致理论同工作方法之间存在重大分歧,既无法完全在西方心理健康教育理论体系的指导下开展高校心理健康教育工作,也无法通过本土化的方法来充分体现西方心理健康教育理念。

这种理论和实践之间的分歧主要在于 40 年的发展历程中,在理论层面过分依赖西方理论,忽视了对本国文化、实际相结合,使得心理健康教育很难达到预期的效果,限制了高校心理健康教育工作的发展,这也是未来高校心理教育研究、改进的重要方向之一。

3.2 高校心理健康理论研究的展望

3.2.1 综合化发展

高校心理健康教育是一项有组织、有目的、有计划综合化发展的教育活动,最终目标不止限于心理问题的预防和缓解,更在于实现对大学生心理素质提升、心理潜能开发及促进自我价值的实现^[33,21]。因此,我国心理健康教育的理论体系也会在西方理论的基础上,结合我国本土的实际发展态势,紧随当代大学生心理发展的特点,以文化融合的趋势向着更加现实、有益、可操作性的综合方向发展。

3.2.2 本土化发展

我国高校心理健康教育理论与实践的冲突只有将西方的理论、工作技术与本土文化、实践结合在一起才能得到合理的解决。

中国传统文化深刻影响着当代大学生的思想、行为、心理,高校心理健康教育就不能照搬西方理论,而是要以我国国情和大学生实际心理特点合理借鉴、运用相关理论与方法,在实践过程中探索如何更好的同思想政治教育体系相结合。正如现代著名心理学家科瑞所言“学习所有主要的理论,拒绝只接受一种观点,保持开放的头脑,将各种理论作为基础,建立一个指导自己工作的整合理论”^[34]。

3.2.3 理论学习的多元模式发展

网络的出现突破了时间、空间的限制,使心理健康教育理论学习突破了传统教学方式的局限性,教育者能够开展线上教学。同时,学生可以通过网络获取自身所需的心理健康知识,接受线上心理咨询及辅导,及时获得专业帮助,改善心理状态^[35]。

除此之外,朋辈间教育也成为心理健康教育理论学习的重要方式之一。各高校依托专业师资并根据学生需求,组织学生开展一系列如心理情景剧、素质拓展、心理委员培训、心理主题班会等学生团体活动。朋辈间的交流学习调动了学生的主动性、积极性,为提高心理素质水平夯实基础^[36]。

参考文献

- [1] 王恩界,罗雪.中国大陆高校心理健康教育的发展历程与未来走向[J].大学教育,2017(8):1-6.
- [2] 潘曦,陈少平.近三十年我国大学生心理健康教育工作历史、现状与对策研究综述[J].武夷学院学报,2015,34(10):59-66.

- [3] 唐春红. 我国高校心理健康教育的回顾与展望[J]. 湖北社会科学, 2013(6): 190-193.
- [4] 郭本禹, 陈巍. 中国精神分析理论研究的进展[J]. 社会科学战线, 2012(9): 36-40.
- [5] Mitchell S A, Black M J. 弗洛伊德及其后继者[M]. 陈祉妍, 等译. 北京: 商务印书馆, 2007.
- [6] 麦克威廉姆斯. 精神分析案例解析[M]. 北京: 中国轻工业出版社, 2004.
- [7] 徐妍. 高校心理咨询理论与技术的应用探究[D]. 华东师范大学, 2013.
- [8] 张厚粲. 行为主义心理学[M]. 杭州: 浙江教育出版社, 2003(6): 1-2.
- [9] 杨宏亮, 王美娟, 冯志强, 等. 认知行为疗法结合药物治疗对青少年抑郁症的临床疗效分析[J]. 中国医学创新, 2018, 15(32): 131-135.
- [10] 杨冬林, 申连城, 李遵清, 等. 重度抑郁症药物合并认知行为治疗的疗效及其跟踪随访研究[J]. 中国民康医学, 2014, 26(13): 21-24.
- [11] 徐红. 罗杰斯“以人为中心疗法”与中国文化的精神沟通[J]. 心理科学, 2000(1): 121-122.
- [12] 卡尔·罗杰斯. 80年代学习的自由[M]. 北京: 北京师范大学出版社, 2006: 83.
- [13] 吴雪丽. 马斯洛人本主义思想对健康教育启示的研究[D]. 首都师范大学, 2007.
- [14] 彭聃龄. 普通心理学(修订版)[M]. 北京: 北京师范大学出版社, 2004.
- [15] 史影, 尹爱青. 从马克思到罗杰斯——人本主义教学观探析[J]. 外国问题研究, 2017(2): 110-116.
- [16] 雷菁. 罗杰斯人本主义教育思想及其启示[J]. 前沿, 2017(12): 54-57.
- [17] 曾德琪. 罗杰斯的人本主义教育思想探索[J]. 四川师范大学学报(社会科学版), 2003(1): 43-48.
- [18] 景秀燕. 人力资本视角下的高等教育研究的文献综述[J]. 企业导报, 2013(18): 162-163.
- [19] 熊荣生. 高等教育与人力资本关系的研究[J]. 江西农业大学学报(社会科学版), 2007(1): 145-149.
- [20] 邵献平, 袁岳. 论大学生科学素质教育的问题及其对策[J]. 武汉船舶职业技术学院学报, 2011, 10(2): 1-4+8.
- [21] Gable S L, Haidt J. What (and why) is positive psychology? [J]. Review of general psychology, 2005, 9(2): 103-110.
- [22] 翟贤亮, 葛鲁嘉. 积极心理学的建设性冲突与视域转换[J]. 心理科学进展, 2017, 25(2): 290-297.
- [23] 华美花. 积极心理学视角下大学生心理危机预防策略研究[J]. 海峡科学, 2019(6): 58-60, 74.
- [24] 李荣斌. 基于积极心理学的心理健康教育改进策略[J]. 西部素质教育, 2019, 5(11): 99-100.
- [25] 上海学生心理健康教育发展中心. 上海市高等院校大学生心理危机干预工作指南[Z]. 2013.
- [26] 陈进. 新形势下大学生心理危机干预工作的思考[M]. 上海: 上海交通大学出版社, 2015: 262-267.
- [27] 姚宏伟. 新媒体时代高校心理危机预警干预体系研究[J]. 教育现代, 2017(4): 77-78.
- [28] 季文泽, 汤琳夏. 高校心理危机干预工作的实践与反思[J]. 高等教育研究学报, 2019, 42(3): 53-59.
- [29] Price J S. Creative healing: An expressive art therapy curriculum designed to decrease the symptoms of depression and anxiety [D]. Prescott College, 2009.
- [30] 王瑞雪. 高职学生社会支持、挫折应对方式与心理危机的相关研究[D]. 内蒙古师范大学, 2010.
- [31] 王爱丽, 余桂林, 陈和玉, 等. 团体心理辅导研究综述[J]. 世界最新医学信息文摘, 2019, 19(80): 105-106, 109.
- [32] 唐嵩潇, 郝丽莉. 团体心理辅导在高校心理健康教育工作中的积极意义[J]. 吉林化工学院学报,

- 2019, 36 (2) : 92-94.
- [33] 陈旭, 张大均. 心理健康教育的整合模式探析 [J] . 教育研究, 2002 (1) : 71-75.
- [34] Corey G. 心理咨询与治疗的理论与实践 (第七版) [M] . 石林, 等译. 北京: 中国轻工业出版社, 2004: 317.
- [35] 赵竞. 构建网络环境下大学生心理健康教育新模式 [J] . 理论观察, 2018 (3) : 159-161.
- [36] 陈丽. 高校心理健康教育长效机制的构建——西南交通大学心理研究与咨询中心的报告 [J] . 西南民族大学学报 (人文社会科学版), 2011, 32 (4) : 82-85.

Brief Introduction to the Theoretical Development of Mental Health Education in Colleges During the 40 Years of Reform and Opening Up

Li Lanxi¹ He Xiaoling² Zheng Anyun²

1. Northwest University mental health education center, Xi'an;

2. Northwest University school of public administration, Xi'an

Abstract: Since the reform and opening up 40 years ago, mental health education in Chinese colleges and universities has experienced four stages: recovery and reconstruction, exploration and development, comprehensive popularization and gradual improvement. This paper statistics the practical application of mental health education theory in colleges and universities in different periods; Then, on this basis, the paper analyzes the rise and development of specific theories in different periods, it summarizes the overall development trend of mental health education in colleges and universities in China, and makes a research prospect. The summary, reflection and prospect of the development of mental health education in Chinese colleges and universities can provide scientific basis for the better development of mental health education in the future.

Key words: College mental health education; Mental health education theory; 40 years of reform and opening up