

教育研讨

2024年6月第6卷第3期

“五心护航强心理 立德树人育匠心” 心理育人体系的构建与实践

——广西电力职业技术学院心理健康育人工作特色做法

阳秀英 陈丽华 倪冰 逯旭伟 甘标 李佳茜

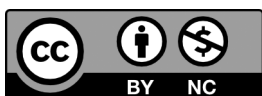
广西电力职业技术学院大学生心理健康教育与咨询中心，南宁

摘要 | 本文对我校学生心理健康工作的具体做法及所取得的成效进行了总结归纳，构建了“五心护航强心理 立德树人育匠心”心理育人体系，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，形成了我校全员、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。

关键词 | 五心护航；心理健康教育；心理育人体系

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关于《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决策部署，将

基金项目：2021年广西高校中青年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，陈丽华，倪冰，等. “五心护航强心理 立德树人育匠心”心理育人体系的构建与实践——广西电力职业技术学院心理健康育人工作特色做法[J]. 教育研讨, 2024, 6(3): 555-560.

<https://doi.org/10.35534/es.0603074>

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”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“五心护航强心理 立德树人育匠心”的心理育人工作体系（如图1所示），开创了我校学生心理健康教育工作的新格局。



图1 “五心”护航强心理育人体系

Figure 1 The mental health education system of Five-heart Escort to Enhance Mental Health

1 队伍建设有力度，制度健全育“匠心”

1.1 制度建立健全

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，建设以心理专家引领、多方协同、资源整合的心理健康教育师资队伍，全员融入、全方位为学生心理健康保驾护航。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》《学生心理健康档案管理规定》《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》《广西电力职业技术学院加强和改进新时代学生心理健康工作实施办法》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，有效保障了我校心理健康教育工作的有序开展。

1.2 工作队伍有保障

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共8人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，师生比达到1:3390；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，职业指导师11人，拓展培训师14人；学校辅导员中持有心理辅导专项职业能力培训证书者20人。构建了一支专业、多元且具备“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与辅导师资队伍；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 “育心”与“育德”相结合

通过素质拓展训练、“育德”心理主题班会和“电院大讲堂”，实现“育心”与“育德”的深度融合，培养学生“匠心”。我校新生素质拓展项目已连续开展11年多，每年新生入校后开展，全体新生参与，惠及学生4万多人，编写出版《大学生素质拓展训练》教材1本，并向区外各类学校进行探讨交流及推广，如福建电力职业技术学院、广东省湛江市第五中学等十多个省内外单位到我校考察交流。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。通过每月一期的“育德”心理主题班会和“电院大讲堂”，介绍楷模人物、先进事迹，挖掘先进人物身上的积极心理品质，讲好电力人的故事，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]。

2 教育教学有深度，线上线下载育“强心”

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，实现对学生进行100%的全覆盖课程教学。同时注重课程建设，通过泛雅超星和优慕课两大平台构建了我校《大学生心理健康教育》网络课程体系，该课程被列入学校的网络精品课程建设项目。采用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11大主题，即心理健康知识概述及心理适应、心理健康维护与促进、健康自我构建、情绪管理、压力应对、人际交往、恋爱与性心理、生命教育、健康人格、挫折心理与危机应对和大学生心理资本，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，培养学生的自学能力以及勇于探索、不断创新的精神。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]。学生对心理健康课程的满意度高，近3年全校学生对心理健康教育教师团队的评教均在93分以上。

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副书记、辅导员和班主任构成，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了统一的课程标准和教学大纲，并建立了集体备课制度、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与我区职业院校教师教学技能大赛和广西高校心理健康教育技能竞赛。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5项、三等奖6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》和《大学生素质拓展训练》两部教材；获得广西高校思想政治教育精品

项目2项, 区级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18篇。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 实践活动有广度, 助人自助温润“暖心”

“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。我校充分发挥心育和劳育、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”心理健康教育月活动季, 开展“电亮匠心”系列心理实践特色活动。具体包括: (1) “暖心关爱”心理健康状况排查与干预, 分别于开学初、学期末和毕业季进行心理健康状况排查, 全面掌握学生心理动态, 并针对各类心理问题学生及时开展心理疏导; (2) “润心成长”心理健康教育主题学习, 邀请校外专家进校, 面向教师开展心理健康教育教学和学生心理危机干预专题讲座, 面向学生心理健康协会和班级心理委员、宿舍长开展朋辈心理辅导系列主题讲座, 指导朋辈辅导员开展朋辈辅导实践; (3) “筑心逐梦”心理健康教育活动, 通过开展读书会、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; (4) “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; (5) “知行健心”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。

通过广泛开展实践活动, 培养学生积极向上、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作用, 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, 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 咨询服务有温度, 专业有效蕴涵“知心”

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“专业而有温度”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, 选送优秀辅导员参加“心理辅导专项职业能力考证与培训”, 切实提升咨询师的专业胜任力。另一方面, 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560余名同学组成的朋辈心理辅导工作队伍; 在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。

5 预防干预有精度, 快速联动协作“同心”

5.1 医校合作协同机制

我校与广西医科大学第二附属医院心理卫生科签订了医校合作协议, 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。

5.2 心理健康监测常态化机制

一是建立了心理健康筛查常态化机制，每年开展新生心理健康普查，此外每学期开学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1万多次，其中2022年排查学生人数累计达3万多次，筛查出156人存在心理危机风险并对其进行了心理咨询和危机干预。

5.3 预防干预精准化机制

第一，学校心理中心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的学生、抑郁服药的学生和遭遇重大负性生活事件的学生等十大类不同学生群体，定期进行心理健康状况的测查和评估及持续跟踪。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，联合心理教师、辅导员、班干部、宿舍长等，制定“一人一策一团队”帮扶方案，实行定期跟踪、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，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。

6 资源平台有效度，心理防线保“安心”

我校构建了“数字赋能”的心理育人新生态，充分利用校园网超星网络平台、学校“心理咨询”专题网站、“宜拉趣客心理”微信公众号三个平台，开展网络课程教学、网上心理测试、在线心理咨询、心理知识普及等，构建了自由、便捷的心理服务形式，为学生自助解决心理困扰提供了路径和渠道。仅2023年，学校利用专题网站、微信公众号等媒体资源，动态更新心理服务信息67篇，累计阅读量达6万多次。同时，学校心理实训室配置有虚拟仿真系统和认知训练系统，可针对学生群体中的焦虑心理、恐高心理、创伤后应激障碍及人际关系等问题进行训练。户外建有1000平方米的素质拓展基地，能充分满足学生的活动需求；对接职业岗位心理素养，如针对电力类专业学生，定期开展高空项目等素质拓展培训，帮助学生进行恐高训练，培养学生基于专业特点的职业心理素质。

7 结语及展望

我校秉承“立德树人”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”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] 唐芋尔. 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 Construction and Practice of the Mental Health Education System of “Five-heart Escort to Enhance Mental Health Moral Education and Create People Quality to Cultivate the Spirit and Ingenuity”

—The Characteristic Practice of Mental Health Education in Guangxi Electric Polytechnic Institute

Yang Xiuying Chen Lihua Ni Bing Lu Xuwei Gan Biao 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 system of “Five-heart Escort 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 patten was formed. These works improved students’ personality and the integration.

Key words: Five-heart escort; Mental health education; Mental health education system