

## 家校合作在大学生心理健康中的合作干预模式研究

姚婉星 林刚 徐靖

珠海科技学院，珠海

**摘要** | 本研究旨在分析家校合作在大学生心理健康教育中的作用、困境及改进路径，为提升教育实效提供支撑。研究发现，当前家校合作存在三大核心问题：一是理念偏差，高校多聚焦已有心理问题的学生，忽视全员教育需求，家长则侧重孩子学业成绩，轻视心理健康，对学校反馈的心理问题常存疑；二是合作体系不健全，缺乏家长委员会等稳定组织架构，家校双方权责界定模糊，教师相关培训与考核机制缺位；三是合作渠道不足，多为学校单向传递信息，无常态化互动平台，影响心理危机应对效率。研究结论指出，需通过更新家校合作观念、优化合作机制、搭建互动平台，完善家校协同模式，切实提升大学生心理健康教育质量，助力学生平稳适应成长与发展需求。

**关键词** | 大学生心理健康教育；家校合作；合作干预模式；家校协同机制

Copyright © 2025 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/>



心理健康是指个体在面对生活中的挑战和逆境时，能够保持内心稳定，以积极的心态和行为应对各种问题，它是大学生健康成长和实现潜能的基石。随着社会环境的快速变化，大学生接触到的信息越来越多样化，各种思想潮流在校园中涌动，这不仅影响着学生的思想发展，也可能带来一些负面的心理影响。因此，为了帮助学生在学习过程中形成良好的学习习惯和行为模式，他们需要拥有健康的心理素质来抵御各种不利的外部影响。对于即将步入社会的大学生来说，心理健康是他们从学生身份顺利转变为职场人士的关键因素，有助于他们平稳过渡到新的生活环境。基于此，本文将探讨家校合作在大学生心理健康教育中的重要性，

并分析当前心理健康教育面临的挑战以及可能的改进措施。

在当今社会，大学生面临着激烈的竞争和多元化的社会压力，这使得他们容易产生各种心理问题。因此，强化大学生的心理健康教育不仅符合社会发展的趋势，也是推动素质教育全面发展的关键一环。大学生心理健康教育是一项复杂的系统工程，它不仅需要专业的师资队伍和完善的工作体系，还需要整合包括家庭和社区在内的多方资源。家庭作为大学生心理健康教育的重要一环，其教育资源对于高校学生的心理发展具有不可忽视的作用。中共教育部党组在《高等学校学生心理健康教育指导纲要》中强调了家校合作的重要

基金项目：广东省本科高校教学质量与教学改革工程项目“计算机类‘课程设计’类课程的过程化考核研究与实践”（项目编号：2024008）；珠海科技学院产教融合型课程培育建设项目“计算机系统综合课程设计”（项目编号：CJRH2023009）；珠海科技学院高等教育教学改革项目“课程设计过程化考核研究与实践”（项目编号：ZLGC20230706）。

通讯作者：姚婉星，珠海科技学院助教，研究方向：思想政治教育。

文章引用：姚婉星, 林刚, 徐靖. (2025). 家校合作在大学生心理健康中的合作干预模式研究. *中国心理学前沿*, 7(11), 1375-1379.

<https://doi.org/10.35534/pc.0711224>

性,鼓励家长建立正确的教育观念,通过营造一个健康和諧的家庭环境来积极影响学生,从而提高心理健康教育的实际效果。家庭教育是高校教育体系中不可或缺的一部分,它对于三育人目标至关重要,同时也是大学生心理健康教育和心理危机预防及干预工作的重要支持。

## 1 家校合作在大学生心理健康教育中的关键作用

### 1.1 家校合作对于提升大学生心理健康的重要作用

作为高校教育体系的重要组成部分,家庭教育在大学生的心理健康教育和心理危机预防中发挥着不可替代的作用。苏联著名教育家苏霍姆林斯基强调学校教育和家庭教育需要有机结合,学校和家庭不仅要行动一致,还要志同道合。“单独依靠学校教育而忽视家庭教育,或者仅依赖家庭教育而缺乏学校教育,都无法对人的全面而精细的培养,最理想的教育应当是学校教育与家庭教育的有机融合。”美国霍普金斯大学教授提出了家校合作的“交叠影响域”理论,该理论突出了学校、家庭和社区在儿童教育和成长过程中所共同肩负的责任,倡导家庭、学校和社区应设定统一的目标并共同承担责任,它们对孩子的成长和发展将产生协同和累积的效应。因此,这也说明了高校在大学生心理健康教育中建立家校合作的必要性和有效性。

家庭环境的多个方面,如家庭结构、家庭功能、父母的教养方法,以及父母对心理健康的认识等,对大学生的心理健康具有深远的影响,并可能是诱发心理危机的主要因素。现有研究已经发现,家庭冲突和控制感与抑郁症状之间存在正相关关系,而家庭凝聚力与抑郁症状之间则是负相关。与儿童时期相比,青少年虽然与父母的接触频率和交流模式发生了变化,减少了与父母的互动时间,但父母对他们的个性塑造和社会适应依然具有决定性的影响,并且是青少年不可或缺的社会支持系统。鉴于此,学校需要努力建立与大学生家庭的有效沟通渠道,家长同样需要增强与学校的互动和协作,共同强化家校合作,以提升心理健康教育的效果和质量。

### 1.2 家校合作的政策支持及对大学生心理健康教育体系的促进

中国的大学生心理健康教育虽然起步较晚,但发展势头迅猛,党和国家以及高等教育机构对此高度关注并给出明确指示。2002年,教育部办公厅发布了《普通高等学校大学生心理健康教育工作实施纲要(试行)》,该纲要指出了大学生心理健康教育的重要性和迫切性,并从家校合作的必要性、建立“学校—家庭—社会”协同育人机制以及如何实施家校合作等方面提供了具体指导。学校应致力于构建与大学生家庭的沟

通联系机制,同时,家长也应增强与学校的沟通与合作,提高心理健康教育的效果。2018年,教育部发布了《高等学校学生心理健康教育指导纲要》,该文件标志着新时代下高校学生心理健康教育的系统化和规范化发展。

历经四十多年的发展,我国高校在心理健康教育领域已逐步形成了一个涵盖教学、实践、咨询和预防的“四位一体”工作模式。尽管这一模式展现出了积极的发展趋势,但在发展过程中也显现出了一些不足之处,包括发展的不均衡性和一些环节的薄弱性。显然,单凭高校自身的资源和能力难以构建完善的大学生心理健康教育体系。因此,高校必须借助外部资源,联合家庭和社会的力量,共同打造家校合作的教育联盟。《高等学校学生心理健康教育指导纲要》中强调,需要增强家校合作的协同作用,鼓励家长培养科学的教育意识,并通过创造一个积极健康的家庭氛围来正面影响学生,以此提高心理健康教育的实际效果。

## 2 家校合作背景下大学生心理健康教育的实施状况与挑战

随着大学生心理健康问题越来越受到关注,实施心理健康教育已成为高校与家庭共同的责任,而非高校一方的单打独斗。尽管如此,高校和家庭在合作中仍需克服一些难题,包括合作理念上的差异、合作体系的不健全以及合作渠道的不足,这些因素均使得家校合作在实际执行时遭遇了挑战。

### 2.1 家校合作中的理念差异

现阶段,随着大学生心理健康问题的日益增多,高校普遍开始重视心理健康教育,并在新生入学后进行心理普查,旨在早期发现并干预学生的潜在心理问题,如抑郁、焦虑等。

高校通过举办家长学堂等活动,协助家长深入了解大学生的心理特征,推广心理健康的相关知识,培养家长形成科学的教育意识,并利用积极健康的家庭氛围对学生产生正面影响。此外,学校与家庭应加强在预防和应对心理危机方面的协作,通过深入辅导等手段及时掌握学生的心理状态,并积极争取家庭成员的支持与配合。对于已经诊断出心理障碍的学生,学校和家庭应当共同建立一个长期的合作机制,以共同监测学生的心理变化,预防心理危机的发生。在学生出现严重心理危机时,学校应及时协助家长将学生送往专业医疗机构进行诊治。然而,高校在推动心理健康教育的家校合作方面仍存在理念偏差,未能充分意识到家校合作对于提升大学生心理健康水平和完善心理健康教育体系的重要性。一些高校仅关注那些已经表现出心理障碍的学生,而忽视了心理健康教育的普遍需求和所有家庭参与的必要性,导致家庭的参与度不高、覆盖面不广。同样地,家

庭在大学生心理健康教育中扮演着不可或缺的角色，但也存在一些观念上的误区。部分家长主要关注的是孩子的学业成绩，只要孩子没有遭遇留级、延毕或退学等严重情况，家长们通常就会认为孩子在校表现正常。然而，当校方通知家长孩子可能存在心理健康问题时，家长们的第一反应往往是怀疑和否认，他们坚信自己对孩子的了解，认为孩子并无问题，并对学校的判断表示质疑。一些家长将大学生心理健康教育视为高校的职责，从而忽略了对孩子心理健康的关注和指导。他们往往未能及时发现孩子的心理问题，或者即使注意到了也没有予以充分的关注。由于缺乏心理学相关知识，家长们在面对孩子的心理问题时，往往不知道如何采取有效的措施来进行引导和解决。

## 2.2 家校合作体系不健全

大学生心理健康教育是一个复杂的系统工程，它不仅旨在达成教育目标，也致力于提升大学生的心理健康水平，因此，高校需要构建起家校合作体系。但在心理健康教育的实际推进中，部分高校在家校合作体系的建立上显现出了一些不足，主要体现在以下两个方面。

首先，缺乏稳固的组织架构。许多高校尚未形成有效的家校合作组织，如家长委员会、或家长学校等，这使得家校合作难以长期深入地进行。家校之间的联系和沟通往往仅在班委和家长个体之间进行，这种联系和沟通往往具有临时性和阶段性。例如，高校通常仅在学生出现心理问题或紧急状况时才与家庭进行沟通，且在特殊时期，如新生入学或考试期间，家校联系才会有所增加。

其次，现有的制度框架尚未充分发展，特别是在界定家校双方在心理健康教育中的权利、义务以及角色和责任方面存在显著的不足。与此同时，高校在教育管理者的家校合作培训、考核和评价体系方面也存在缺陷，这降低了教师在家校合作中的活跃度，进而影响了合作的整体成效。因此，高等学校必须强化制度建设，清晰界定参与家校合作的各方职责与角色，并构建起一套培训与评价机制来提升家校合作的效率和效果。

## 2.3 家校合作渠道不足

家校合作主要通过新生家长会、家长心理讲座等方式进行，这些活动通常是学校单方面向家长介绍教育工作，家长多处于接受信息的被动角色，缺少互动交流。同时，家校之间的沟通常常是等到学生出现心理问题时才进行，由于缺乏之前建立的信任和合作基础，使得家校合作的成效不佳，常常付出很多努力却收获甚微。在当前的家校合作渠道中，高校扮演着主导角色，而家庭则作为辅助参与方。尽管高校开展的心理健康教育多样且丰富，但家长的参与度普遍不高，这在很大程度上是因为许多高校尚未建立起有效的家校互动交流的合作平台。学生面临心理危机时，互动交流合作平台的渠

道不足常常使得高校与家庭之间的沟通变得紧张，不利于危机的妥善解决。这种状况限制了家庭参与学校心理健康教育活动的可能性，进而影响了家庭在学生心理健康教育中应发挥的关键作用。

## 3 家校合作背景下的高校心理健康教育新模式

家校合作对于提升心理教育成效和促进大学生的全面成长至关重要，能够显著提升大学生心理健康教育的组织规划效果，增强教育活动对大学生群体的影响力，并形成积极的心理健康教育导向。家校作为教育双主体，其有效合作必须更新教育理念，创新高校心理健康教育新模式。

### 3.1 更新家校合作主体观念，提升高校心理健康教育认知水平

学校需要将心理健康教育课程与第二课堂活动相结合，实现心理健康教育在教学中的深度结合。通过新教师入职岗前培训和教师在职进修等多元化途径，加强家校合作的理念，提升教师在心理健康教育领域的专业能力。以珠海科技学院为例，学校在心理健康教育与人才培养融合方面已取得了显著成效，为应用型人才的全面发展奠定了坚实基础。学校通过优化心理健康教育课程，将理论知识与实践案例紧密结合，例如针对计算机科学与技术专业的学生，通过开展职业性格测评、职业规划心理指导等课程，并邀请行业内的资深人士分享在项目开发过程中如何应对高强度工作压力、如何保持积极的工作心态等经验，帮助学生了解自己的职业兴趣和能力倾向，使之能够更好地理解和应用心理健康知识，为未来的职业发展做好心理准备。学校还积极开展丰富多样的第二课堂活动，让学生通过参与心理健康主题户外拓展活动和心理剧表演，将课堂上学到的知识运用到实际情境中，从而学会了如何在团队合作中更好地沟通和协作，如何应对活动中遇到的挫折和压力，有效提升了学生的心理素质和综合能力。

此外，高校还可以通过创建微信公众号、建立专题网站和构建在线教育平台等方式，设立家长意见反馈机制，综合分析家长的意见和建议，以创新规划家校教育活动。而在线教育平台中的相应模块能够展现学生在校的日常生活和思想动态，增强家长的参与感，让家长认识到心理健康教育的重要作用，更深入地了解学生在校状态，以便加强家校间的沟通与反馈机制的推进，从而提高大学生心理健康教育的针对性和有效性，提升在校大学生心理健康问题的解决成效以及家长对于心理健康教育的总体认知。

### 3.2 持续优化家校合作机制，保驾护航心理健康教育

高校应致力于构建和完善制度框架，并积极引导

家校合作。通过构建家校合作的联动干预机制,将家校合作从零散的、自主的实践转变为有序的发展模式,以此来保障家校合作的长期性和连贯性。加强沟通是实现家校合作机制中的核心环节,明确的家校合作工作机制,包括家访、家长会等活动,能够有效促进家长与教师之间的深入交流,使双方能够全面了解学生的情况,分享成功的家庭心理健康教育案例和沟通技巧,让家长掌握有效的沟通方法,及时洞察学生的思想和心理变化。高等学校需建立专门的家校合作机构,制定相应的组织规则,并定期举行研讨活动,以高效地推进心理健康教育的组织实施。同时,还应激励家长积极参与校园内的心理健康教育项目,持续提高家校合作在心理健康教育领域的成效。这些做法有助于汇聚家庭和学校的资源,协力推动学生心理健康的积极成长。

#### 4 结语

家校合作作为大学生心理健康教育过程中的重要途径,面临着认知偏差、机制不完善和平台缺乏等挑战。为了克服这些困境,我们必须采取积极措施,实现家校心理育人中合作干预模式的改进,共同为培养心理健康、全面发展的新一代大学生而努力。

#### 参考文献

- [1] 中共教育部党组. (2018). 中共教育部党组关于印发《高等学校学生心理健康教育指导纲要》的通知. *中华人民共和国教育部公报*, (6), 12-15.
- [2] Сухомлинский В. А. (1981). 给教师的建议(下). 教育科学出版社.
- [3] Zhang Z X & Zhang J B. (2021). 美国家校社合作的交叠影响域理论及启示. *常州工学院学报(社会科学版)*, 39(2), 130-134.
- [4] Zhou S J, Chang K & Zhou X. (2024). 积极心理学视域下高校心理健康教育的范式革新及体系建构. *黑龙江高教研究*, 42(11), 120-128.
- [5] Zhang L G, Tu C P & Du Y C. (2021). 心理育人视角下危机干预中家校合作的困境与对策. *北京教育(德育)*, (Z1), 123-128.
- [6] Yu Y, Yang X, Yang Y, Chen L, Qiu X, Qiao Z, Zhou J... Bai B. (2015). The role of family environment in depressive symptoms among university students: A large sample survey in China. *PLOS ONE*, 10(12), e0143612.
- [7] Huang W Q. (2021). 家校协同模式的大学生心理健康教育方式研究. *创新创业理论研究与实践*, 4(12), 154-157.
- [8] Zhang Y. (2020). 基于家校协同的大学生心理健康教育方式研究. *大学*, (17), 25-26.
- [9] Gu G M & Zhang L L. (2023). 基于家校合作的大学生心理健康教育困境及路径研究. *长春师范大学学报*, 42(1), 148-151.
- [10] Zhang L G, Tu C P & Du Y C. (2021). 心理育人视角下危机干预中家校合作的困境与对策. *北京教育(德育)*, (Z1), 123-128.

## Research on Cooperative Intervention Models of Home-school Cooperation in College Students' Mental Health

Yao Wanxing Lin Gang Xu Jing

*Zhuhai College of Science and Technology, Zhuhai*

**Abstract:** This study aims to analyze the role, dilemmas, and improvement paths of home-school cooperation in college students' mental health education, so as to provide support for enhancing educational effectiveness. It is found that the current home-school cooperation faces three core problems: first, conceptual deviations—colleges and universities mostly focus on students with existing mental health issues, ignoring the needs of comprehensive education for all students; parents, however, prioritize their children's academic performance, underestimate mental health, and often question the psychological problems reported by schools. Second, an imperfect cooperation system—there is a lack of stable organizational structures such as parent committees, the definition of rights and responsibilities between families and schools is ambiguous, and there is a shortage of relevant training and assessment mechanisms for teachers. Third, insufficient cooperation channels—information transmission is mostly one-way from schools to families, and there is no regular interactive platform, which affects the efficiency of psychological crisis response. The research conclusions point out that it is necessary to update the concept of home-school cooperation, optimize the cooperation mechanism, and build interactive platforms to improve the home-school collaborative model, effectively enhance the quality of college students' mental health education, and help students smoothly adapt to the needs of growth and development.

**Key words:** College students' mental health education; Home-school cooperation; Cooperative intervention model; Home-school collaborative mechanism