

# 社会工作介入高校学生心理健康与成长

江鹏

华南理工大学

**摘要：**高校生活对学生的心理健康和个人成长具有重要影响，社会工作者在这个领域扮演着关键的角色。通过分析社会工作者在高校学生工作中扮演的角色，介绍了社会工作如何促进高校学生的心理健康与成长，并强调社会工作在高校学生工作中面临的机遇和挑战。讨论了如何进一步完善高校社会工作体系，以更好地服务学生的心理健康与成长。

**关键词：**社会工作；高校学生；心理健康；成长

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6288.2023.07.151

## 引言

在高等教育的背景下，高校不仅要关注学生的学术成绩，还要关心学生的心理健康和全面发展。然而，随着社会的快速发展和高校环境的日益复杂多样化，越来越多的学生面临着各种心理困境和挑战，如情感问题、学业压力、职业规划困惑等，对高校学生的心理健康和成长构成了严重威胁<sup>[1]</sup>。传统的学生工作方法在一定程度上能够提供支持和帮助，但已经难以满足学生多样化的需求<sup>[2]</sup>。高校需要更加创新和灵活的方法来应对这些挑战，以确保学生在大学期间能够获得全面的支持和指导。社会工作作为一门专业，具有丰富的经验和方法论，可以为高校学生工作带来新的思路和方法<sup>[3]</sup>。在高校学生工作中引入社会工作的理念和方法，可以帮助学校更好地理解学生的需求，并提供更加个性化的支持<sup>[4]</sup>。因此，本文通过分析社会工作者在高校学生工作中扮演的角色，讨论了社会工作在高校学生工作中的传统方法创新，强调了社会工作者在高校学生工作中的职责和面临的挑战。最后，讨论了如何进一步完善高校社会工作体系，以更好地服务学生的心理健康与成长。

## 一、社会工作者在高校学生工作中扮演的角色

高校时期对学生来说确实是一个生活中的关键阶段，充满了挑战和机遇。在这个时期，学生们经历着巨大的转变，不仅在学业上面临着巨大的学习压力，还需要适应新的社交环境，处理复杂的人际关系，解决情感问题，同时还要思考自己的职业规划和未来方向。这一系列的挑战可能对学生的心理健康和整体成长产生深远的影响。社会工作在高校中扮演着关键的角色，旨在为学生提供支持和资源，以帮助他们克服这些困难，改善他们的生活质量。

### （一）心理健康支持

社会工作者在高校中的一个主要角色是提供心理健康支持。高校生常常面临学业压力、考试焦虑和未来不确定性等问题，这些问题可能对他们的心理健康产生负面影响。社会工作者可以提供心理咨询，帮助学生识别

和应对情感问题。他们教导情感管理技能，提供情感支持，以帮助学生建立更强大的心理健康。

### （二）危机干预

社会工作者在高校中也扮演危机干预者的角色。一些学生可能会陷入紧急情况，例如自杀风险、药物滥用或暴力行为。社会工作者需要具备危机干预的技能，能够迅速响应并提供紧急支持，确保学生的生命安全，并协助他们获得专业的帮助和治疗。

### （三）职业发展支持

高校时期是学生们思考职业和生涯规划的关键时期。社会工作者可以提供职业发展支持，包括职业咨询、职业测评和职业规划建议。他们帮助学生了解自己的兴趣、技能和价值观，指导他们制定职业目标，并提供信息和资源，以帮助他们实现这些目标。

### （四）人际关系建设

社会工作者在高校中也促进人际关系建设。他们可以组织社交活动、支持群体和研讨会，为学生提供互动和交流的机会。这有助于学生建立积极的人际关系，减轻孤独感和社交焦虑，促进社交融入。

### （五）资源引导

社会工作者还在高校中担任资源引导者的角色。他们了解学校和社区的各种资源，包括心理健康服务、医疗护理、学术支持等，能够引导学生寻找适合他们需求的资源。这种资源引导对于确保学生获得全面的支持非常重要。

### （六）教育和预防活动

社会工作者组织心理健康教育和预防活动，以提高学生对心理健康问题的认识。这些活动可以包括讲座、研讨会和工作坊，旨在教授情感管理技能、应对压力和解决问题的方法，以减少问题的发生。

社会工作者在高校中发挥着多重重要角色，旨在提供广泛的支持和资源，以帮助学生应对学业和生活中的各种挑战。这些社会工作者不仅关注学生的心理健康，还致力于帮助学生在学术、职业、人际关系等多个领域

取得成功。通过这些角色，社会工作者为高校学生提供了一个支持性和鼓励成长的环境，有助于他们度过这个关键时期，并为未来的成功和发展奠定坚实的基础。社会工作的这一使命也有助于构建一个更加支持和多元的高校社区。

## 二、社会工作在高校学生工作中的传统方法创新

社会工作一直以来都在高校学生工作中发挥着至关重要的作用。然而，随着社会的变化和学生需求的不断演变，传统的社会工作方法也需要不断创新和调整，以更好地满足现代高校学生的需求。社会工作在高校学生工作中的传统方法需要不断创新，以满足学生成才成才的需求。

### （一）虚拟咨询和远程支持

传统上，社会工作者与学生进行面对面的咨询。然而，随着技术的进步，虚拟咨询和远程支持变得越来越普遍。社会工作者可以通过视频会议、电话和在线聊天与学生进行互动。这种创新方法有助于解决地理位置和时间限制，使更多学生能够获得支持，特别是那些无法亲自前往咨询中心的学生。

### （二）智能化心理健康应用程序

移动应用程序和在线平台已经成为许多学生的主要信息和支持来源。社会工作者可以合作开发智能化心理健康应用程序，提供自助工具和资源，帮助学生管理压力、焦虑和情感问题。这些应用程序还可以监测学生的情感状态，并提供个性化建议。

### （三）社交媒体和虚拟社区

社交媒体和在线虚拟社区为学生提供了一个与同龄人分享经验和支持的平台。社会工作者可以利用这些平台建立社交支持群体，组织线上讲座和活动，以及提供情感支持。这种方法通过创造一个在线社交支持网络，帮助学生建立联系和互相支持。

### （四）跨学科合作

传统上，社会工作者主要独立提供支持和服。然而，现代高校环境需要跨学科合作，社会工作者可以与其他专业人员，如心理学家、医疗保健提供者和学业顾问合作，为学生提供全面支持。这种合作可以更好地满足学生多样化的需求，提供更综合的服务。

### （五）提前干预和预防

传统上，社会工作者主要应对学生出现危机时提供支持。然而，创新的方法包括提前干预和预防措施，通过提供心理健康教育、培训和预防活动，帮助学生在问题恶化之前获得支持。这有助于降低心理健康问题的发生率。

社会工作在高校学生工作中的传统方法正在不断创新，以适应现代高校学生的需求。虚拟咨询、智能化应

用程序、社交媒体、跨学科合作和预防措施等新方法为学生提供更灵活、更全面的支持和资源。这些创新不仅可以改善学生的心理健康和福祉，还有助于创建一个更加支持性和适应性强的高校社区。通过不断探索和采纳这些新方法，社会工作者可以更好地满足学生的需求，帮助他们成功度过高校生活中的挑战。

## 三、社会工作者在高校学生工作中的机遇和挑战

社会工作者在高校学生工作中面临着许多机遇和挑战，这些机遇和挑战共同塑造了他们在高校社区中的重要角色。

### （一）社会工作者在高校学生工作中的机遇

1. 多元化的学生群体：高校拥有来自不同文化和背景的学生群体，这为社会工作者提供了机会，能够学习和应对多元化的需求和问题。这有助于提高文化敏感性，并为学生提供更全面的支持。

2. 创新的技术和工具：当前的技术和在线工具提供了更广泛的咨询和支持方式。社会工作者可以利用虚拟咨询、智能应用程序和在线社交平台来接触和支持学生，扩大了他们的服务范围。

3. 跨学科合作：社会工作者与其他专业人员，如心理学家、医疗保健提供者和学业顾问等跨学科合作，有机会提供综合性的支持。这种合作有助于满足学生多样化的需求，提供更全面的服务。

4. 心理健康关注的增加：社会工作者在高校中的角色日益受到重视，心理健康问题的关注也日益增加。高校越来越意识到心理健康对学生的学术成就和整体福祉的重要性，这为社会工作者提供了更多的支持和资源。

### （二）社会工作者在高校学生工作中面临的挑战

1. 资源限制：社会工作者在高校中可能面临有限的资源，包括预算和人力资源。这可能限制了他们提供服务的范围和质量。因此，社会工作者需要寻找创新的方法来充分利用有限的资源。

2. 工作压力：处理学生的心理健康问题和危机情况可能会带来高度的工作压力。社会工作者需要自我管理技巧，以保持自己的心理健康，并应对紧急情况。

3. 学生抵抗接受帮助：一些学生可能抵制接受帮助，担心社会工作者会侵犯他们的隐私或感到尴尬。建立信任关系和鼓励学生主动寻求支持是一项挑战性任务。

4. 复杂的问题：学生的问题可能非常复杂，涉及多个领域，如心理健康、学业、人际关系和家庭问题。社会工作者需要具备多方面的知识和技能，以应对这些复杂的情况，并确保学生获得全面的支持。

社会工作者在高校学生工作中既面临机遇也面临挑战。他们有机会为多元化的学生群体提供支持，并利用

创新的技术和跨学科合作来提供更全面的服务。然而，资源限制、工作压力、学生的抵制和复杂的问题也是他们需要应对的挑战。通过专业知识、创新方法和团队合作，社会工作者可以更好地应对这些挑战，为高校学生的心理健康和整体成长做出积极的贡献，帮助他们克服困难，迈向成功的未来。

#### 四、强化社会工作在高校学生工作中的作用

##### （一）创新学生工作模式

首先，可以通过采用新兴的技术和平台创新学生工作模式，如在线心理健康咨询、虚拟学业辅导等，使学生更容易获得支持。高校工作者可以通过深入了解每位学生的独特需求和目标，为他们提供量身定制的支持和建议。个性化的方法可以更好地帮助学生克服困难，实现自身的学业和职业目标。高校工作者可采取提前介入和预防性支持方式创新学生工作模式。可以通过早期识别潜在问题，采取积极的干预措施，帮助学生在问题加重之前解决困难。有助于减轻学生的压力，促进他们的心理健康和学业成功。另外，创新学生工作模式还着重于建立积极的学习和发展环境。通过组织各种学术和职业发展活动、提供学习资源和支持，高校可以营造出有利于学生成长的氛围。最后，创新学生工作模式也鼓励社会工作者与学生建立更亲近的关系。通过与学生建立信任和友情，社会工作者可以更好地理解他们的需求，提供更有温度和人性化的支持。这种关系的建立有助于学生更愿意寻求帮助，同时也能够提高社会工作的效果。

##### （二）培养更多的社会工作者

高校作为学生的重要教育和生活场所，需要积极投资培养更多的专业社会工作者，以满足不断增加的学生需求。社会工作者将成为学校学生工作中的重要支持力量，他们可以提供多方面的服务，包括心理咨询、心理治疗、心理教育等，以确保学生在面对各种挑战时能够得到全面的支持。在高校中，社会工作者的角色不仅仅是处理学生的心理问题，还包括协助学生应对学业和职业方面的挑战。他们可以成为学生们的导师和支持者，在解决学业问题、制定职业规划等方面提供帮助和建议。因此，高校需要积极招聘和培养更多的社会工作者，以确保学生在校园生活中获得全面的关怀和支持。

##### （三）强化社会工作教育

为了更好地满足高校学生工作中的需求，高校可以加强社会工作教育。高校需培养更多了解学生问题和需求的专业人士，他们具备社会工作的专业知识和技能，并且在学院和社会工作部门工作，为学生提供更好的支持和服务。

社会工作教育可以包括以下方面的内容：

1. 高校可以提供社会工作相关的课程，以培养学生

对学生问题的理解和分析能力。课程可以涵盖心理学、社会学、咨询技巧等方面的知识，帮助学生掌握处理学生问题的基本能力。

2. 高校可以为社会工作教育提供实践机会，让学生在校园中参与学生工作，亲身体验社会工作的实际操作。可以通过实习、志愿者工作等方式实现，帮助学生将理论知识应用到实际工作中。

3. 高校可以鼓励教职员参与社会工作培训和专业发展，以提高他们处理学生问题的能力和水平。有助于学校建立一个更加专业化和高效的学生工作团队。

通过强化社会工作教育，高校可以更好地满足学生的需求，为他们提供更全面的支持和服务。这将有助于学生更好地应对情感问题、学业挑战和职业规划，为他们的未来成功铺平道路。同时，社会工作教育也将为社会工作者的培养提供更多的专业人才，增强学校学生工作的质量和水平。

##### （四）引导师生实现“助人自助”

除了培养专业社会工作者和加强社会工作教育，高校还可以引导师生实现“助人自助”。高校应该鼓励师生主动关心他人，培养同理心和支持他人的能力。通过社区服务、心理健康教育和师生互助团体等活动，师生可以更好地理解他人的需求，提供友情支持，并建立互相帮助的社区。“助人自助”的文化将有助于高校构建更加温暖和包容的学术环境。师生之间的关系将更加紧密，互相扶持，师生不再感到孤独和无助。引导师生实现“助人自助”是高校学生工作的重要一环。通过积极参与社区服务、建立互助团体、提供心理健康教育和促进良好的人际关系，高校可以帮助师生更好地应对心理健康问题，同时也培养了一种关爱和支持的校园文化。这将有助于提高整个学校社区的心理健康水平，为学生的成长与发展创造更有利的条件。

#### 参考文献

- [1] 邹琴. 浅谈民办高校辅导员大学生心理健康教育提升策略[J]. 现代职业教育, 2021(20): 18-19.
- [2] 赵彤, 毕江凡. 学校社会工作介入大学生心理健康问题对策研究[J]. 襄阳职业技术学院学报, 2022, 21(03): 119-123.
- [3] 黄芳芳. 基于社会工作理念和方法下的高校学生工作创新研究[J]. 社会工作与管理, 2017, 17(04): 44-49.
- [4] 饶湖常, 易晓颖, 迟沅帅等. 学校社会工作嵌入高校学生工作的机制探索[J]. 西部素质教育, 2022, 8(03): 159-161.

作者简介：江鹏，1995年8月，男，汉，湖南衡阳，硕士研究生，助教，研究方向为思想政治教育。