

数智时代高职院校学生心理健康教育存在的问题及策略

胡中秀¹ 董姝婷²

1. 辽源职业技术学院; 2. 四平开放大学

摘要: 随着计算机应用领域不断创新发展, AIGC (生成式人工智能) 逐渐成为全领域融合发展的新趋势, 在 DeePSeeK 助力下, 数智商业技术应用逐渐进入 2.0 时代。高职院校心理健康教育在智慧赋能背景下, 呈现出互动化、场景化、个性化、渗透化发展特征。本文从数智时代高职院校学生心理健康教育特点入手, 分析高职院校学生心理健康教育存在的突出问题, 结合实践研究制定相应的策略, 力求为推动领域发展进行有益的尝试及探索。

关键词: 数智时代; 高职院校; 学生; 心理健康教育

【DOI】 10.12252/j.issn.2096-6288.2025.04.048

引言

习近平总书记于 2015 年第二届世界互联网大会开幕式上首次提出“数字中国”概念, 标志着中国数字化发展进入“快车道”。此后, 我国针对数字化发展出台一系列政策规划, 如《“十四五”国家信息化规划》《“十四五”数字经济发展规划》《关于加强数字政府建设的指导意见》《中共中央、国务院关于构建数据基础制度更好地发挥数据要素作用的意见》等, 在《2023 数字中国年度报告》开篇提出“智能时代元年到来”。数智时代为高职院校发展提供了重要的支撑载体, 有效提升教学效率, 增强学习乐趣; 同时, 数智时代也为高职院校学生就业带来一定的心理压力, 为此高职院校开始重视心理健康教育, 希望培养出人格健全、心理健康、积极向上的创新型人才。目前, 国家对高职院校学生心理健康高度重视, 先后出台《高等学校学生心理健康教育指导纲要》《健康中国行动(2019-2030 年)》等, 为高职院校心理健康教育提供政策支撑。国家心理咨询网数据显示, 高职院校 30% 左右的学生不同程度存在心理问题, 如自卑、焦虑、抑郁、恐惧等等。黑龙江省职业学院 2024 年 12 月调查报告显示, 35% 的学生容易产生失落感、孤独感, 人际关系存在困扰; 40% 的学生存在焦虑感, 担心自己的学业和就业问题。基于此, 选择高职院校心理健康教育为研究对象, 对于全面提升教育效果有着极为重要的作用。

一、数智时代高职院校学生心理健康教育特点

(一) 智慧赋能: 教育方式变革

智能 AI 技术为高中院校心理健康教育的革命性变革提供技术支撑, 在 AIGC 快速发展融合的进程中, 让高职院校心理健康教育具备极强的智慧特征。如, 智能分析

学生心理健康数据, 结合心理评测模型对学生生活和学习中的行为表现进行量化, 结合模型内嵌的算法逻辑, 能够及时发现高职院校学生存在的心理问题。在高职院校校内网络植入监测软件, 通过对用户网络使用时间、频次、浏览内容的分析, 了解学生的焦虑状态和压力情况。同时, 心理健康教育中引入 AR、VR、MR 技术, 能够为教育提供更好的沉浸式体验。

(二) 数据挖掘: 提供精准个性化服务

大数据挖掘技术在高职业院校心理健康教育中有着极为重要的作用, 通过对获取的多维数据进行深入分析, 能够为学生提供精准匹配的心理健康教育。首先, 动态监测心理环境。学校通过对学习成绩、社交关系、考勤记录、网络言论等方面技术分析, 结合规律性的波动分析学生心理波动倾向, 进而掌握心理环境建设情况。其次, 个性化服务。高职院校心理健康教育依据大数据挖掘技术, 能够做到差异化、个性化支持, 针对每名学生的行为数据提供“一对一”辅导。

(三) 资源集成: 保证心理健康教育资源的丰富性

随着国内 DeePSeeK 生成式人工智能大模型的开源, 网络 AI 工作能够帮助使用者获取大量的关联性教育资源, 从实践视角分析, 数智时代不仅仅为教师提供丰富的教育资源, 也为学生提供更多可交流、可识别、可分享的心理支持。首先, 线上服务平台。高职院校教师会将心理健康教育课例上传到局域网, 打破时间空间限制, 学生可以自主学习, 了解掌握更多的心理调适技能, 学到更多的专业知识。如心理咨询服务技巧、心理危机干预技巧、心理治疗方法等。其次, 提供案例支持。高职院校心理健康教育素材库存储国内外大量的心理咨询服

务案例，不仅有案例本身的介绍，也对解决问题的技能方法进行说明。

（四）数字场景：沉浸式学习体验

数字技术与高职院校心理健康教育融合能够为学生提供更加丰富的数字应用场景和更加真实的沉浸式体验，在教学过程中，依托增强现实（AR）和虚拟现实（VR）技术打造不同的应用场景。首先，VR心理情境。数字化应用技术能够为高职院校心理健康教育提供更多的场景，如考试焦虑场景、社交恐惧场景、职场压力场景等，通过真实的体验和感受帮助学生找到正确的应对策略。如某高校组织开发的VR心理实训系统，学生借助VR工具进入一个虚拟的社交场景，通过不断地交流、尝试和探索，帮助学生消除社交恐惧。其次，AR互动。在心理健康教育课堂上，教师可以选择AR技术进行案例分析、心理模型展示，将抽象的心理学概念或体验转化为真实可见的参与感，让学生能够有更多的参与时间。

二、数智时代高职院校学生心理健康教育存在的问题

（一）教育数字化融合深度不足

分析高职院校心理健康教育情况，发现数字载体得到较好地应用，但在融合深度、广度、精度等方面仍然存在差异，需要在实践过程有意识地提升。首先，教育方法陈旧。部分高职院校教师习惯于传统的心理健康教育方式，将课堂教学作为主阵地，采取口头讲解和板书结合的方式开展教学，严重影响学生参与学习的兴趣。其次，效果评测数字化不足。高职院校在组织实施心理健康教育前，应当组织学生进行心理评测，部分学校选择纸质的印测量表进行评价，既无法规避统计过程中存在的失误，也会影响数据统计的整体效率，无法为高职院校心理健康教育提供足够的支撑。最后，教育资源匮乏。部分院校的心理健康教育数据库、素材库、案例库建设失衡，存在资源整合不好、重复建设和资源分散等问题，导致教育资源无法被有效利用。

（二）心理健康定向分析能力缺失

每个学生都是独一无二的个体，因其经历、性格、习惯和心理等方面的差异，导致其心理变化特征也存在差异性。从实践视角分析，高职院校的心理健康教育前期准备工作存在定向分析能力不足问题。首先，动态数据归集不足。学校内部网络收集学生大量固化数据，

社交、生活、消费、学习等动态数据的搜集存在滞后性，无法及时发现学生心理潜在的问题。同时，依赖固定数据进行分析无法掌握学生的心理变化情况，影响心理问题分析难度。其次，分析深度不足。部分高职院校心理健康数据分析浮于表象，只能针对数据进行简单的统计和描述性分析，很难从数据河流中找到价值更加集中的信息，影响分析问题的精准和准确度。最后，定向分析无效。高职院校学生心理问题往往都是无序且多元化，需要对其心理健康问题进行定向分析，但显然高职院校的心理健康指数分析存在固化现象，无法为心理健康教育提供足够支持。

（三）数字教育载体选择失当

数智时代让智能产品快速膨胀，学生群体拥有的智能终端相对较多，但学校围绕数字载体的教育存在失当现象。首先，调查论证不深入。部分高职院校跟风建设各种心理教育相关的APP平台，没有考虑到教育综合教育效益的问题，导致学生自我教育效果差，使用频次低。其次，宣传推广滞后。学校针对学生心理健康教育的宣传引导不足，导致部分学生对学校的智慧载体应用情况不掌握；同时，部分学校对教师专业培训不足，导致心理健康教师的素质能力与实践存在差距。最后，存在信息安全隐患。目前，高职院校的局域网服务平台上存在大量的学生心理健康数据，由于保护措施和手段不够完善，数据存在一定的泄漏风险。同时，由于运维中心维护不到位，导致部分设备存在功能性故障，影响数字载体的具体应用效果。

（四）心理健康教育AI化不足

目前，人工智能与心理健康教育领域融合存在一定的差距，在具体实践中存在不可忽视的问题。首先，存在数据局限性。虽然高职院校引入人工智能的分析预测功能，但从实践视角分析，由于系统存储的信息真实性不可考，可能会影响数据的精准度，无法发现学生潜在的心理问题。其次，心理辅导创新不足。目前，基于AIGC的心理辅导服务已经成形，但人工智能处于持续训练和发展阶段，尚无法提供全方位的服务。最后，预警效果不显著。高职院校针对学生心理健康情况设置相应的预警红线，当监测模型认为学生群体中已经出现倾向性心理问题，根据预测逻辑应当立即报警，但由于算力算法、数据质量和规模限制，无法为心理健康教育提供足够的干预，影响AI教育效果。

三、数智时代高职院校学生心理健康教育实施策略

(一) 加大心理健康教育数字化建设力度

首先,加大资金投入力度。高职院校需要持续完善校园网络基础设施建设,保证网络传输的高速性、稳定性和覆盖率;购置虚拟现实设备、智能教学一体机等,丰富心理健康教育手段。其次,注重软件优化。加大心理健康教育资源搜集力度,打造心理健康教育课程库、案例库、素材库,定期搜集国内外经典心理学教育和实践案例,以纪录片、短视频、图片、文字或者以不同集合形式进行展示。最后,加强教师数字素养培训。高职院校应定期组织教师进行定向培训,邀请领域内的专家学者进行授课,全面提升教师的数字素养,使教师能够借助数字化载体开展心理健康教育工作。

(二) 提升心理问题定向分析能力

首先,打造全要素行为数据库。学校应定向搜集学生的社交、生活、学习等方面的行为数据,对学生的言行、成绩、考勤、社交等方面的数据进行记录,应用大数据挖掘技术进行深度解析,使用内嵌算法逻辑设计心理倾向预测模型,以便于提前预警。其次,加强实践探索。学校心理健康教研组应定期组织数据分析培训课,提高教师分析和使用数据的能力;鼓励学校建立专门的数据管理中心,全面提升数据专业化进程。最后,制定个性化教育方案。学校应针对不同的学生建立差异化个性化心理干预方案,确保做到“一人一策”,重点围绕就业、学业、职业三方面设计。

(三) 科学选择数字辅助载体

首先,组织学情分析。教师应定期组织学情分析,根据学生心理健康教育需求选择安全、易用的多功能教育载体;建设符合学生自主学习的平台或APP,在保护学生隐私的情况下完成基本的心理健康教育;教授学生基本的心理调适方法,让他们能够积极的进行自我识别和教育。其次,注重数字载体推广。学校应当建设或选择心理教育健康的载体,依托主题班会、宣传栏、校园广播进行宣传,确保学生会使用心理健康咨询载体;组织专门的培训活动,帮助学生熟悉各类数字载体的操作流程;学校应当设置心理教育载体专业维护队伍,负责软硬件的日常升级,为心理健康教育提供支持。

(四) 促进 AIGC 深度融合

首先,加强智能融合。目前我国已经进入全面数智2.0时代,生成式人工智能大模型已经逐渐进入高职院

校心理健康教育领域,学校应当利用情感计算、语言处理技术开发更具逻辑性、智能化、人性化的心理辅导机器人,能够为学生提供24小时心理服务;建立全属性的心理辅导系统和协作机制,教师做好教育支持工作。其次,加强心理危机预警。高职院校应当针对学生心理变化设计算法模型,当出现倾向性或安全性问题时能够准确预警,为教师提供足够的“窗口期”。最后,加强智能融合探索。高职院校应当借助网络力量,定期更新或融合心理学领域的AIGC训练成果,缩短自身心理健康教育AI进程,持续提升心理健康教育的质量。

结语

综上所述,本文从数智时代高职院校学生心理健康教育特点入手,分别从智慧赋能、数据挖掘、资源集成、数字场景四方面分析,认为数字化发展能够促进高职学习心理健康教育方式变革,提供精准个性化服务,保证心理健康教育资源的丰富性和沉浸式学习体验,但在具体实践中也存在教育数字化融合深度不足,心理健康定向分析能力缺失,数字教育载体选择失当,心理健康教育AI化不足等问题,结合教育需求与实践加大心理健康教育数字化建设力度,提升心理问题定向分析能力,科学选择数字辅助载体,促进AIGC深度融合,力求为全面提升高职院校心理健康教育针对性、实效性、创新性提供支持。

参考文献

- [1] 吴迪. 新时代高职院校学生心理健康教育难点与对策研究[J]. 辽宁师专学报(社会科学版), 2024, (02): 92-94.
- [2] 肖志华, 许小廷, 曹兴华, 刘玉蓉. 新时代公安院校学生心理健康教育理念与模式构建[J]. 四川警察学院学报, 2024, 36(02): 122-130.
- [3] 赵良权. “互联网+”时代高职院校学生心理健康教育研究[J]. 互联网周刊, 2023, (23): 81-83.
- [4] 蔡伟. 新时代背景下高职院校学生心理健康问题及健康教育模式分析[J]. 青春期健康, 2023, 21(08): 69-71.
- [5] 娄安琪, 张静媛, 王茜茜. 新时代高职院校学生心理健康教育工作面临的突出问题及其对策研究[J]. 心理月刊, 2021, 16(18): 213-214.

作者简介: 胡中秀(1996年5月—)女,辽宁省铁岭市,汉族,硕士研究生,助教,研究方向:大学生心理健康教育。董姝婷(1991年1月—),女,吉林省辽源市,汉族,硕士研究生,三级艺术创意设计师,研究方向:艺术设计。