

技工院校心理健康“四联四通 分级归类” 工作模式构建

——鲁北技师学院心理健康工作实践

李文瑄

鲁北技师学院

摘要：当前技工院校学生群体心理健康问题呈现复杂化、多样化的趋势，鲁北技师学院（以下简称“学院”）结合技工院校学生的特点，提出了一种创新的心理健康教育工作模式——“四联四通 分级归类”。该模式通过“四联四通”的工作网络作保障，实现心理健康教育的全方位管理；通过“分级归类”的育人机制，精准识别和干预不同类型的心理问题，显著提高了工作体系的针对性和实效性。

关键词：技工院校；心理健康教育；四联四通；分级归类

【DOI】 10.12252/j.issn.2096-6288.2025.05.224

引言

近年来，随着我国经济社会的发展以及教育事业的深化改革，学生心理健康问题逐渐引起社会、学校及家庭的广泛关注。技工院校作为职业教育中的重要组成部分，其学生由于职业教育的特殊性以及年龄层次的特点，心理健康问题更具有复杂性和重要性。基于此，学院着眼于技工院校心理健康教育工作，基于“幸福心安”的心理健康教育理念，提出“四联四通 分级归类”的心理健康工作模式。

一、技工院校心理健康教育现状分析

党的二十大报告中提出要“重视心理健康和精神卫生”，这为新时代学生心理健康工作指明了前进的方向。近几年国家陆续印发了一系列有关心理健康的相关文件，教育部《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）》中指出，心理健康教育工作目标是建立和完善学生心理健康工作体系，提高心理健康教育质量。此外，该计划还强调了学校、家庭、社会和相关单位的协同育人机制，以及加强心理健康工作科学性、针对性和有效性的重要意义。

技工院校旨在培养技能型人才，这部分学生作为一个特殊的青少年群体，生源主要为中考落榜生、农村留守少年、单亲家庭孩子。因为生活环境、人格特性及生活习惯，技工院校学生表现出了泛化性的心理健康问题，常被误解，缺乏社会认同感，影响自我价值和心理韧性。家庭因素也是关键，许多学生来自经济条件较差家庭，缺乏足够支持，不良家庭氛围增加心理问题风险。根据邓智俊在2024年的探究结果显示，技工院校学生中有超过23.4%的学生不同程度地面临心理适应障碍。因此技

工院校学生的心理健康问题不容忽视。如何有效地开展心理健康教育，帮助学生建立健康的心态，提高他们的心理素质，成了技工院校亟待解决的问题。

二、“四联四通 分级归类”心理健康教育工作体系的探索

近年来，学院基于“幸福心安”理念，着力打造“幸福心安”校园。依据技工院校生源特点、学生心理发展需求、新时代教育发展要求，探寻适合技工院校心理健康工作途径，形成“四联四通”做保障，“分级归类”促实施的心理健康教育工作体系，达到关注全体学生、衔接在校全过程、全方位覆盖心理健康教育内容的目标。

（一）四方联动，形成心理育人合力

“四联”共同形成一个资源共享、信息互通的平台，建立四方联动育人机制，包括校校联动、家校联动、医校联动和校社联动，形成教育合力。

“校校联动”不仅是在资源共享、师资培养，以及心理教育经验交流上的具体实践，更是技工院校心理健康工作模式的一次系统革新。其打破了传统院校局限性，为心理教育工作的可持续发展提供了扎实的基础，同时也通过资源整合、技术提升及数据支撑，为技工院校心理健康工作的规范化、精准化和体系化指明了方向。通过多措并举开展校校之间的学生心理健康教育工作互动交流，进一步研究探讨学生心理健康教育方面的相关问题，共享经验交流，将心理教育与思想教育有机结合。

“家校联动”指导家长科学理性地开展家庭教育和心理疏导，引导家长积极关注自己和心理建设，守护自己孩子的心理健康。

“医校联动”有效开展医校合作、畅通转介渠道，进一步提高处理危机事件能力，维护师生身心健康和校园稳定，聘请当地各大医院心理科主任担任心理危机鉴定与干预小组的专家顾问，针对当下社会大众的心理状况、心理问题的有效诊断和治疗方法、规范咨询服务、加强危机干预、创新心理服务平台等方面分析和研判。

“校社联动”整合辖区各类教育资源，充分挖掘社区教育资源，促进校园教育、社会教育有机结合，形成良好的育人环境。校社联动促进了心理健康服务的社会化普及。社区通过提供更加开放、包容的教育环境，使心理健康教育不仅限于校园内，还能辐射到更广泛的青少年群体。邀请心理健康专家进校开展讲座或工作坊，提供专业的指导和支持；同时，学校也组织师生参与社区内心理健康宣传活动。这种双向互动不仅丰富了学校心理健康教育的内涵，也促进了学生与社会的融合。校社联动通过整合与优化心理健康教育资源，实现了学校与社区在心理健康理念、教育资源、服务技术等方面的深层次合作，对于提升技工院校学生心理健康水平具有重要价值。

（二）四级贯通，织密心理健康工作网络

“四通”构建四级贯通的学生心理健康教育工作网络，“学院心理中心—院系心理辅导站—班级—宿舍”，由心理中心向外辐射、贯通实施，同时也能够由外及内地反馈问题和需求，全方位关注学生的心理健康。

“学院心理中心”在技工院校心理健康教育体系中承担着领导性和整体性的作用，其主要职责包括全校心理健康教育规划的制定与实施、心理普测数据的监测与分析，以及针对性的干预方案的设计与推广，组织开展心理健康教育主题活动，及时向院系反馈重点学生信息，指导院系做好学生心理健康工作，对学院专兼职心理健康教育教师、班主任、心理辅导员、班级心理委员、宿舍心理信息员等进行培训，开展学生心理健康教育科研工作等。

“院系心理辅导站”作为技工院校心理健康教育体系中的重要环节，由院系学生管理副主任对院系学生心理健康工作负领导责任，心理辅导员依据学生的本院系专业特色和心理特点开展有针对性的心理健康活动，能够有效提升心理健康教育的精确性与高效性。

“班级”层面由每班设心理委员1-2人，其主要职责是通过动态观察学生的心理状态，及时发现问题并开展初步的心理干预，确保心理危机的早期识别和报告，同时配合班主任组织开展班级心理健康教育活动等。技工院校学生群体的心理特征表现为情绪波动大、适应性

较差、抗压能力较低等特点，个别学生还存在自我价值感不足和人际关系敏感等问题。因此，通过设置班级心理委员，能够在第一时间获取心理问题线索，提升心理健康管理的精准性和及时性。实现班级心理委员在动态观察与初级干预上的充分发挥，离不开完善的朋辈心理观察员培训体系。学院班级心理委员进行了系统化培训，培训内容包括心理健康基础知识、心理问题识别技巧、同伴沟通与支持技能、报告流程及保密原则等。

“宿舍”层面则每间学生宿舍设心理信息员1人，一般由宿舍长兼任。宣传普及心理健康知识的同时，及时了解宿舍人员心理动态，发现心理异常学生，及时向班级心理委员、班主任、院系心理辅导员报告。宿舍不仅是学生学习和生活的重要场所，也是其心理行为动态观察的关键阵地。学院逐步探索构建“宿舍家文化”，借助文明宿舍评选、劳动教育等活动，提升宿舍心理信息员工作的运行效能。

（三）分级预警，攻克心理育人难点

针对学生不同的心理状况和问题，进行“分级预警，分类干预”达到精准育人的目标。第一步是通过全员心理筛查，了解学生的心理健康状况。这需要静态普查与动态观察相结合，静态普查指的是用科学有效的心理量表来对学生进行心理测试，以评估学生在这一段时间的心理特点和心理状态，对学生心理状况进行定期摸排，获取学生的心理健康状况。动态观察指的是班主任通过班级心理委员、宿舍心理信息员、心理辅导员、教师、家长等各种渠道收集学生的心理健康信息，并及时上报。第二步，心理评估是在心理筛查的基础上，学院采用量表评估、班主任的面对面谈心谈话等方式对学生的心理状态进行危机等级评估，确定危机等级类型。第三步，分级预警干预是通过心理评估，分级预警、分类制定干预方案。对于健康心理的学生开展的是心理普查和心理健康教育知识宣传活动；针对二、三级预警，也就是一般心理危机，学校持续关心，开展针对性团体辅导，班主任持续关注，开展面对面谈心谈话，同学同伴支持帮助；对于一级预警，也就是严重心理危机，学校持续关注，心理中心给予个体咨询和针对性团体辅导，班主任关心关爱，同学同伴支持和帮助；对于异常心理，即重大心理危机，学校紧急跟进，心理中心个体咨询干预，利用绿色就医通道，及时转介医院，班主任和心理中心共同做好后期追踪和返校复学工作。

（四）分阶段归类，达成针对性心理育人

通过建立“三阶六层”技工院校心理健康教育框架体系，对学生入学至毕业时间段进行心理健康教育，有

助于营造幸福、心安的校园氛围,促进学生身心健康发展,助力学生技能成才。“三阶”是技工学校学生心理发展的三个重要阶段,即“转变自我状态-提升自我动力-实现自我价值”,“六层”是基于每个心理发展阶段需要着重解决的两个层次的心理问题。转变自我阶段是重拾自信、获得归属感;提升自我动力阶段是学习动力、情绪调节;实现自我价值阶段是挫折教育、职业规划。同时针对各班级、院系情况提供点单式服务,设定活动主题,解决学生的个性问题。学院心理中心在朋辈心理观察员培训的基础上,还鼓励班级心理委员开展以自我发展与群体互助为核心的小组活动,以增强各类团体内部的心理支持能量。

三、工作成效和改进方向

(一)工作成效

近年来,通过实施技工院校“四联四通 分级归类”的心理健康工作模式,学院在学生心理健康领域取得了显著成效。多项“四联四通”贯通了相互衔接、相互支撑的心理健康教育网络,“分级归类”则对学生进行更为精细化的心理健康教育管理,科学评估学生心理健康状况,将学生心理状态分为不同级别,并制定个性化的教育方案。

心理健康工作的分级归类精准性显著提升。在“四级贯通”网络下,学院心理中心、院系辅导站、班级心理委员和宿舍信息员实现了无缝衔接,逐步形成了上通下达的心理支持服务体系。在2024年度,心理健康预警在库人数占总学生人数的比例明显下降,表明该模式在评估学生心理危机等级和减轻学生心理健康问题负担方面有突出的效果。

心理健康教育的覆盖面显著扩大。通过“四方联动”机制的实施,技工院校各种心理健康资源得以有效整合。家校联动为学生提供更多的心理健康知识分享平台;家校联动则增强了家庭对学生心理成长的支持能力;而医校联动的建立促进了早期危机干预;校社联动则搭建了广泛的宣传和支持网络,同时学校师资也可助力社会公益心理服务,引领带动市心理科普知识宣传活动。“三进义务宣讲”可进企业,促进工人学会乐享生活;进校园,向广大师生及家长广泛传播心理知识;进机关,提升入职人员幸福状态。

学生心理健康素质全面提高。在工作模式的实践过程中,学生在心理适应、抗压力和人际交往能力等方面的整体提升也清晰可见。通过五月份举行的学院心理健康教育月活动,主题围绕“五育润心,向阳成长”的主题,以积极心理学理念为主导,五育并举促进心理健康。

(二)改进方向

一要提升心理健康服务质量。提升心理咨询师和辅导员的专业能力,强化对现有教师队伍的培训力度,从而提升心理健康服务的整体质量和覆盖范围。

二需强化心理健康教育领域的科研投入。鼓励并支持心理健康教育相关的科研活动,积累更丰富的实践经验与理论成果,以提高心理健康教育的科学性和实际效果。

三是深化校企心理合作。创建“技能+心理”双元培养基地。通过与企业合作,将心理健康教育融入到技能培养中,共同培养既具备专业技能又拥有良好心理素质的复合型人才。

四是构建终身服务体系。可开展校友心理健康追踪计划。该计划旨在建立校友心理健康档案,持续跟踪校友的心理健康状况,提供长期的心理支持和帮助。同时,加强与校友的联系,搭建校友心理健康交流平台,促进校友之间的心理健康互助和共享,形成心理健康服务的良性循环。

结语

基于“幸福心安”的心理健康教育理念,形成的“四联四通,分级归类”的心理健康工作模式,有效构建了四级贯通学生心理健康工作网络,从学院心理中心、各院系心理辅导站、班级到宿舍,层层递进,全方位关注学生的心理健康。建立四方联动育人机制,包括家校联动、家校联动、医校联动和校社联动,形成教育合力。通过全员心理普查和宣传,班主任的谈心谈话,针对性个体咨询或团体辅导等方式,针对学生不同的心理状况和问题,进行分级归类和精准育人。该模式通过系统的工作流程和科学的管理方法,润心赋能、精准育人,帮助学生更好的自我成长,打造幸福心安校园,有助于全面提升技工院校学生的心理健康水平。

参考文献

- [1] 邓智俊. 江西技工院校毕业生就业现状及对策探究 [D]. 江西财经大学, 2024.
- [2] 缙晶. “三全育人”视域下大学生心理健康教育模式的创新路径 [J]. 科技风, 2023 (25).
- [3] 徐辉. 思政视域下大学生心理健康教育模式构建 [J]. 中学政治教学参考, 2023 (39).

基金项目: 本文系2024年度山东省技工教育和职业培训科研课题:《技工院校心理健康“四联四通 分级归类”工作模式实践与研究》课题研究成果(项目编号为RSY2024-Z053)。