

论民办高校心理健康教育工作体系建设与完善

——以广西大学行健文理学院为例

刁莉

(广西大学行健文理学院 广西 南宁 530005)

[摘要]近年来,学习、生活、情感、人际关系和就业压力等带来的大学生心理健康问题已经渐渐成为社会关注的焦点。加强大学生心理健康教育是新时期培养高素质人才的重要内容,这关系到高校能否培养社会主义合格建设者和接班人。本文以广西大学行健文理学院为例,研究大学生心理健康教育体系建设与完善,旨在为民办高校提升大学生心理健康教育水平和学校德育工作质量提供思路。

[关键词]心理健康;教育体系

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6261.2021.03.1473

近年来,学习、生活、情感、人际关系和就业压力等带来的大学生心理健康问题已经渐渐成为社会关注的焦点。加强大学生心理健康教育是新时期培养高素质人才的重要内容,这关系到高校能否培养社会主义合格建设者和接班人。高校心理健康教育工作是为了向学生普及心理健康知识,化解危机事件,对个体或群体心理困扰做积极疏导,开发个体潜能,该工作直接关系到高校能否和谐发展。因此,高校心理健康教育工作体系建设与完善是十分必要的。

广西大学行健文理学院为民办高校,设有商学部、人文学部、理工学部三个专业教学部和马克思主义学院、公共基础学部两个公共教学单位。学校从健全学校大学生心理健康教育工作机构、加强心理健康教育体系建设、加强心理健康教育活动体系建设、完善心理咨询服务体系、完善心理危机预防与干预体系、加强心理健康教师队伍建设和六个方面去建设与完善心理健康教育工作体系。

1. 健全大学生心理健康教育工作机构

学校党政领导班子高度重视心理健康教育工作,切实加强组织领导,落实牵头单位,确保责任到人。学校成立大学生心理健康教育与咨询工作领导小组,分管学生工作的校党委副书记担任组长,相关校属单位负责人担任副组长,具有相关资质的老师担任组员。分管校领导每学期在学生工作例会和年末的总结会上听取心理健康教育工作汇报3次以上。三大学部各设立分支机构负责人,全面负责本学部的心理健康教育工作。同时,在各班级设置心理委员,及时了解和把握各个班级学生的心理状况,以及对心理知识的需求,随时向班主任、辅导员或学部、学校汇报。

其次,发展和完善四级心理健康教育工作网络,为学生心理健康成长提供有力保障。一级是大学生心理健康教育与咨询中心(包括个体接待室、心理测评室、音乐放松室、心理沙盘室、情绪宣泄室、团体活动辅导室等),由具备心理学专业知识的专、兼职心理咨询师和教师组成;二级是学部心理咨询室(商学部“解忧小站”、人文学部“心灵驿站”、理工学部“暖心小屋”),由三大学部分管学生工作的党委副书记(副部长)、分团委书记(副书记)、辅导员组成;三级为班级,由班主任、心理委员组成;四级是宿舍,宿舍长负责。每一级教育网络机构各就其位、各司其职、各尽其责、有序协同,促进学校心理健康教育工作的顺利开展。

2. 加强心理健康教育教学体系建设

2008年,学校把心理健康教育课程纳入学校整体教学计划和培养方案,开设通识必修课,设置2个学分,保证学生在校期间100%接受心理健康课程教育。为进一步提升课堂的教学效果,自2017年起不断对课程进行改革创新,采用慕课与线下教学相结合的方式,分别为27学时和21学时。为了保障课程的有效开展,中心定期组织教师集体备课和研讨交流,并积极申报教育教学改革课题。近三年,成功立项2项区级教改课题和1项校级教改课题。经过多年的努力,学校逐渐建立一整套完善的教学管理制度,探索总结出一套深受大学生喜爱的体验式教育模式,培养学生良好的心理素质,提高学生心理健康水平,达到促进学生人格健全发展的教学目的。

3. 加强心理健康教育活动体系建设

3.1 加强心理健康教育宣传

学校通过网站、微信公众号、手机客户端、海报、广播、橱窗、横幅、宣传手册等方式,线上线下结合,广泛广泛宣传和普及心理健康知识,培养学生乐观、阳光的心理品质,促进学生健康成长。同时,充分发动大学生心理协会、朋辈成长团、班级心理委员等学生群体,在学生中传达心理健康相关知识,促进学生的参与度,增强学生的自我心理保健意识,共同营造大学生健康成长的良好氛围。

3.2 心理健康教育活动丰富多彩

3.2.1 举办“525心理健康教育活动月”系列活动

2021年“525”心理健康教育活动月“以百年党史育新人,奋发图强赋‘心’篇”为主题,活动创意新颖,内容丰富多彩,有“你的心事,我来安放”成长困惑征集、“探寻大学记忆,青春不说再见”“行健记忆征集”“心中有世界”系列讲座、“我们的生命充满阳光”主题班会、“心理知多少”知识竞赛等活动,旨在教育引导树立学生树立高远志向,历练敢于担当、不懈奋斗的精神,培育勇于奋斗的精神状态、乐观向上的人生态度,做到刚健有为、自强不息。

3.2.2 定期开展班级心理委员培训

为了提高心理委员的工作能力,心理健康教育与咨询中心每年定期举办心理委员培训,内容涉及大学生心理问题和心理健康的各个方面。培训班开展6次集中培训,培训教育的时间不少于14学时,对考核合格的学员颁发结业证书。培训班教学形式多样,内容丰富,有工作交流、有经验分享、有专业培训,有助于心理委员提高工作站位、明晰工作职责、增强工作责任感,提高心理委员对常见心理问题的了解、识别与应对能力,对充分发挥心理委员的朋辈辅导和基础预警功能、服务学生健康发展有重要作用。在后续的工作中,教师会及时给心理委员提供专业指导,更好地为学生提供心理服务。

3.2.3 朋辈心理互助活动的效果明显

学校心理协会、朋辈心理骨干队伍协助心理健康教育与咨询中心定期开展富有特色的朋辈互助教育活动,以专业学习为支撑、宣传教育为先导,心理援助为保障、拓展活动为平台,全面助力大学生发展。开展心理微视、心理咨询技术体验、团体训练、心理运动会、沙龙等朋辈互助教育活动,不仅有助于发挥优秀学生的榜样引领作用,互相取长补短,提升同学们的综合素质,更有利于激发学生的目标意识,深入践行“厚德载物”的校训,更好地助力学生成长成才。

4. 完善心理咨询服务体系

4.1 规范开展学校咨询服务

学校心理健康教育与咨询中心面向全校学生开通咨询服务,坚持解决心理问题与解决实际问题相结合的原则,采取切实措施,及时帮助大学生缓解来自学习、生活、恋爱和就业等方面的压力,解除心理困惑和负面心理影响。建立完善的咨询服务相关制度并严格执行,建立咨询值班制度和接待登记制度,规范接待来访学生,将相关工作人员的工作时间、地点、预约电话等信息告知每一位学生;建立并执行咨询档案管理制,加强咨询个案记录与档案管理;坚持保密原则,由专人按规定严格管理咨询记录和有关档案资料;严格执行咨询预警和转介制度,如遇到严重心理问题的来访者或超出咨询师能

力所及，按转介制度及时转介。对于需要转介的学生，通过学校的家校联动，由家长陪同或家长授权老师陪同前往三甲以上医院进行就诊。

4.2 团体辅导活动覆盖面广

团体心理辅导是促进人际互动、形成团队归属感和凝聚力的有效工具，学校心理健康教育与咨询中心从新生入学开始，分阶段、分主题开展各类团体心理辅导活动。为了更广泛、有效地开展工作，2012年学校心理健康教育与咨询中心成立团体辅导小组，2016年更名为朋辈成长团，吸收应用心理学专业学生担任团体教练，协助各学部、各班级开展团体辅导和训练。2020年，学校心理健康教育与咨询中心在10-11月集中开展全体新生班级团体心理辅导活动，活动取得了良好的效果，帮助新生更快地适应学校生活。

5. 完善心理危机预防与干预体系

5.1 定期多途径开展心理危机的排查

开展心理危机的排查，全面收集学生心理疾病与危机信息，建立台账，做到心理问题及早发现、及时预防、重点关注、有效干预。特别是开学季、春秋之初、节假日、考试前后、毕业前后等易发心理危机时段，采取前置措施，及时掌握学生情况，有针对性地开展干预，并及时做好工作情况记录。开展入学新生心理普测工作，对普测中筛查出的重点学生进行后续的追踪和初步干预。

5.2 实施学生安全信息员工作制度和辅导员学生宿舍24小时值班制，惟实惟效做好长效工作

通过设立班级信息员、实施辅导员学生宿舍24小时值班制等有效抓手，全方位、多途径掌握学生思想动态和心理状态，并建立定期汇报制度，《学生宿舍辅导员24小时值班汇报》每天一次，《学生宿舍辅导员24小时值班信息月报》每月一次，《心理工作汇报》和《安全信息员工作汇报》每周一次，《学生安全稳定工作简报》每月一次。通过以上措施，全面掌握学生情况，及时发现心理问题隐患，有效干预，从而达到较好的预防和化解危机事件的效果。

5.3 危机中干预措施及时，善后工作到位

学校心理健康教育与咨询中心通过四级工作网络、“重点关注特殊学生群体”等工作等进行危机干预，在处理心理危机时坚持“及时发现、及时干预、及时处理”原则，第一时间召开危机应对会议，采取行之有效的办法和举措，以最快的速度解除学生心理危机，并做好学生心理危机过后的心理护理和增强心理调适能力的工作。具体干预工作流程如下图所示。

6. 加强心理健康教师队伍建设

一是配齐师资队伍。目前学校心理健康教育与咨询中心有17名专兼职教师，其中除1名（只任心理健康教育课程，未兼职心理咨询）外均已取得国家心理咨询师资格，国家二级心理

咨询师12名，三级咨询师4名。大部分教师是心理学或相关专业的硕士研究生，从事过学生管理工作或教学工作，学生管理工作经验丰富，且多为年轻教师，对工作热情较高，善于与学生交流，能较好理解和掌握学生心理状态，深受学生的爱戴和好评。

二是加强教师培训。学校采取“走出去”“请进来”和“自我培养”的方式，加强心理健康教师培训。每年选派专兼职教师参加学术交流活动 and 系列培训；邀请专家来校讲学；举行案例研讨会等。案例研讨会是学校为促进心理咨询师专业化发展而开展的学术交流活动，是学校校咨询师培育主要方式。每周进行一次案例研讨，让老师们在专业交流中释放压力，解决咨询中面临的实际问题，提升职业价值感，促进学校心理咨询水平的提升。

三是鼓励科研课题申报。学校支持、鼓励心理健康教师结合实际工作开展科学研究，大力提倡：“以科研促进教学，以教学带动科研”的创新意识和科研态度。学校心理健康教育与咨询中心心理健康教育教师主持在研课题6项，其中教改课题3项，教师们则在科研中提升自身素质，并将科研成果应用到心理健康教育实践工作中，切实提高心理健康教育的针对性和实效性。

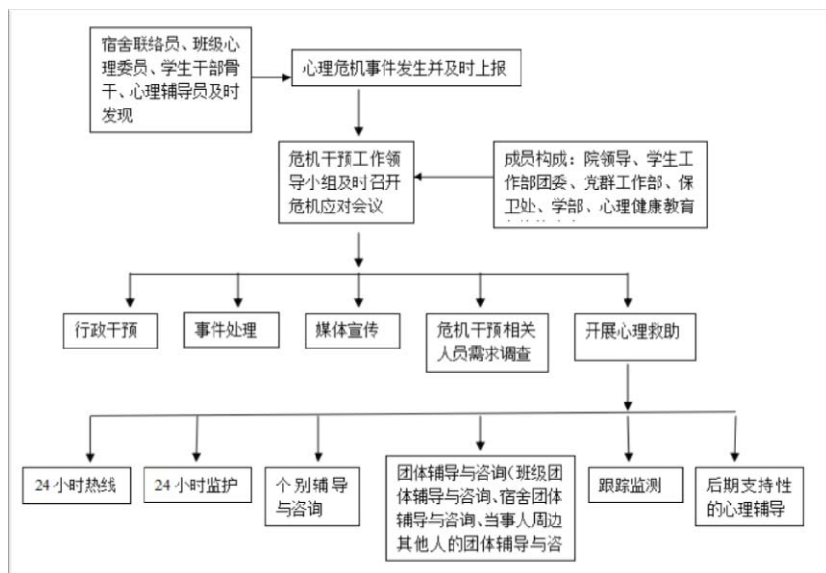
结束语

习近平总书记在党的十九大报告明确提出：“加强社会心理服务体系的建设，培育自尊自信、理性平和、积极向上的社会心态。”广西大学行健文理学院深入学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想和总书记关于心理健康教育重要论述，将心理健康教育作为学校德育工作的一个重要组成部分，统筹谋划，多管齐下，扎实推进心理健康教育工作，有效提升心理健康服务功效，引导学生健康成长。

近年来，广西大学行健文理学院通过构建心理健康教育体系，工作覆盖面进一步扩大；通过构建活动体系，工作途径进一步提升；通过构建咨询服务体系，工作针对性进一步增强；通过构建预防干预体系，工作实效性进一步提高。多年来，学校坚持立德树人、育人为本，注重学生心理和谐健康，加强人文关怀和心理疏导，心理健康教育氛围浓厚，师生心理品质显著提升，推进学校心理健康教育工作再上一个新台阶。

参考文献

[1] 教育部办公厅关于成立普通高等学校学生心理健康教育专家指导委员会的通知[J]. 中华人民共和国教育部公报, 2005(10): 27-29.
 [2] 刘刚领. 论高校心理健康教育工作体系构建及实践途径. 黑龙江教育学院学报. 2019, 38(09), 105-107
 [3] 裴一、陈丹妮、徐清华. 高校心理健康教育体系综述. 教育现代化. 2018, 5(09), 196-197



大学生心理危机干预工作流程图