

文章编号:1674-2869(2009)04-0046-03

# 大学生心理健康教育工作模式分析

但继恩

(武汉工程大学学校办公室,湖北 武汉 430074)

摘要:结合高校教育教学管理实际,从大学生心理健康教育的科层体系、目标圈层和心理危机预警机制三方面建立“454”型工作模式,并基于实践对大学生心理健康教育的制度建设、队伍保障和网络支持进行探析。

关键词:高等学校;心理健康教育;“454”工作模式

中图分类号:G641 文献标识码:A

在社会学中,模式是指研究自然现象或社会现象的理论图式和解释方案,同时也是一种思想体系和思维方式<sup>[1]</sup>。随着素质教育的全面推进,大学生心理健康教育工作已引起教育系统和社会的高度关注,特别是学生的思想观念从被动接受心理健康教育转变为促进个体成长的主动需求。要满足大学生对心理健康教育的需求,必须建立一个科学的心理健康教育工作模式。笔者基于高校现行教育教学管理体制和大学生心理健康教育工作实际,提出构建大学生心理健康教育“454”的工作模式及相应的支撑体系,以期对实践有所指导。

## 一、“454”工作模式解析

“454”工作模式就是在高校构建一个能基本覆盖全校学生,积极对学生进行心理素质教育,及时向学生提供心理咨询服务,有效促进学生心理健康,快速实施心理危机干预的“四级塔形工作体系、五级圈层目标体系和四级预警机制”,实现学校学生心理健康教育工作的科学化、制度化和规范化。

### (一)四级塔形工作体系

学校的心理健康教育必须首先得到上级教育部门和学校领导的全面重视和全力支持,必须要健全心理教育的管理体制,形成层级管理结构,进行分层次管理,使心理健康教育落到实处<sup>[2]</sup>。我国高校学生教育管理普遍采用校—职能部门—学院(系)—班级四级管理体制,大学生心理健康教育在实践过程中已经初步形成四级塔形工作体系。随着高等教育改革持续推进,学生心理健康问题日益突出,对心理健康教育工作的规划和领导逐步纳入学校决策层面,形成学校心理健康教

育工作体系的决策层。针对心理健康教育工作的联动性,高校设立领导小组或委员会的建制,由一名校领导主管,学工、宣传、教务、保卫、团委、医院、后勤等部门组成协调配合、各负其责的领导层,其中心理健康教育中心是不可或缺的机构,主要负责学生心理健康普查与建档、心理健康知识宣传与教育、心理辅导与咨询、班级心理健康委员的基本知识与技能培训等日常工作,并根据普查结果筛选出心理危机高危个体,建立《学生心理危机预警库》,进行心理危机个体评估,提出干预方案,化解危机风险。有的高校还设有大学生心理协会,由学生依据兴趣爱好自愿组成,在心理健康教育中心的指导下,按照章程自主开展辅助性教育活动。执行层是学院(系),负责学生心理健康教育工作的宣传、心理健康委员队伍建设、信息收集和统计等工作。学生班级是实体层,以学生心理健康委员或班干部为骨干,负责收集、报告本班同学的心理健康信息,充分发挥学生自我教育、自我管理、自我服务的作用。

### (二)五级圈层目标体系

需要是个体的一种内部状态,或者说是一种倾向,它表现出个体对一定的生活和发展条件的要求,需要反映了个体内部环境和外部生活条件的要求<sup>[3]</sup>。教育主客体的需要是心理健康教育工作的目标内涵。同时,人的心理发展也是一个由简单到复杂、处于变化的过程,应充分坚持以人为本,结合人的成长需要与动机,遵循教育教学规律,建立在教育主体成长不同阶段或不同的表象上对心理健康教育目标进行预设,大致可以概括为5类目标,形成圈层结构,每一圈层之间相互衔接,形成相对闭合状态的教育目标体系,满足不同

收稿日期:2008-01-05

作者简介:但继恩(1974-),男,湖北汉川人,讲师,硕士。研究方向:思想政治教育。

层次、不同需要个体或群体心理健康教育的需要。如图1所示:

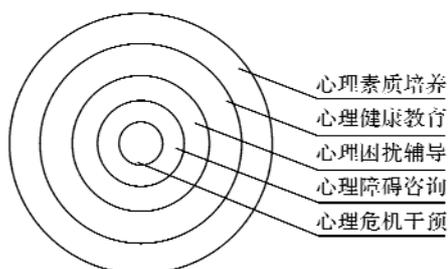


图1 大学生心理健康教育五级圈层图

结合四级塔形工作体系的工作职责,对每级

表1 大学生心理健康教育圈层目标体系工作职责表

圈层	工作体系层级	实施对象	方式方法	工作目标
第一圈层	实体层、执行层	全体学生	素质拓展	提高综合素质
第二圈层	实体层、执行层、领导层	全体学生	普及教育	提高心理健康水平
第三圈层	执行层、领导层	心理困扰学生	心理辅导	解脱困扰
第四圈层	领导层	轻度心理障碍学生	咨询与治疗	及时转化
第五圈层	实体层、执行层、领导层	严重心理疾病学生	危机干预	避免恶性事件

### (三)心理危机干预四级预警机制

从人才学的角度讲,心理健康是学生成才的基础,只有心理健康的学生,才能自强不息地学习,胜不骄,败不馁,勇往直前,锲而不舍,获得真才实学,从而成为社会主义现代化建设的合格人才<sup>[4]</sup>。中国特定的国情,决定当代大学生是一个承载社会、家庭高期望值的特殊群体。为做到对学生的心理状况变化早发现,早通报,早评估,早治疗,信息畅通,快速反应,力争将学生心理危机的发生消灭在萌芽状态,需要建立起“及早预防、及时疏导、有效干预、快速控制”的学生心理危机干预及自杀预防四级(寝室—班级—院(系)—学校)预警系统。每级预警系统都明确界定第一责任人以及工作职责、工作任务和内容,特别要对不同学生心理危机状况制订非常详细的干预措施,有效防范心理危机学生出现恶性事故。

### 二、“451”工作模式支撑体系建设

制度建设是基本保证。心理健康教育工作是一项责任重大的工作,必须按照相关的工作程序来开展,必须遵循相应的职业规范和职业道德。因此,不建立配套的工作制度,心理健康教育将不能沿着正确的健康的轨道发展。一是建立面向执行层、实体层的评估制度,形成相对闭合的组织责任体系。充分发挥院(系)、班级在大学生心理健康教育工作中的主动性、积极性和基础性作用,促使学院(系)加强对心理健康教育工作的重视,加大对基础性工作的投入,严格执行责任追究。二是建立学生心理健康教育知识普及教育和心理健康状况普查制度。根据大学生生活不同阶段以及各

圈层的实施主体、实施对象、方式方法、目标进行系统整合,形成各圈层目标职责表。

表1中所示工作体系层级中前者为主导级,后者居于次导或辅助地位。实践经验证明,五级圈层目标体系对高校大学生心理健康教育工作的基本任务、主要内容进行了逐级分解,各个圈层的工作环环相扣,密切配合,充分体现“以生为本”的教育理念,符合大学生成长成才规律,从目标体系上整体提高了大学生心理健康工作的针对性、主动性和实效性。

层次、各学科门类学生、特殊群体学生的心理特点,采取多种形式、有针对性的心理健康教育知识普及教育。如:定期邀请校内外专家作辅导报告;通过各类宣传阵地进行心理健康教育知识普及;建立个别面询、团体辅导活动、心理行为训练、书信咨询、电话咨询、网络咨询多途径咨询体系,切实帮助学生解决一些学业、就业、情感、人际、生理等方面的困扰。对学生实施新生入学、在校学习期间、毕业离校三阶段心理健康普查制度,建立学生心理健康档案,并根据普查结果科学分析学生所处的心理目标层级,重点筛出危机高危个体,建立预警库,加强跟踪,及时化解或缓解危机。

队伍建设是关键。学校所有教职员工都负有教育引导大学生健康成长的责任,此意义上讲,心理健康教育队伍是比较庞大的。但是,心理健康教育工作是一项专业性很强的工作,从事这项工作的人员必须受过相关专业的系统培养,需要一支专业化的师资队伍。现实中,多数高校将学生辅导员纳入大学生心理健康教育队伍的主体,心理健康教育专兼职教师列入骨干力量,采取统筹使用的方式,基本保证了工作的正常开展。而比照国外心理健康教育队伍建设,我们在队伍建设上还应加强:一是要采取专、兼、聘等多种形式,重点加大专职并具有实际咨询经验的教师或咨询师的引进与聘用力度;二是教育主管部门要加大现有师资队伍整合力度,实现区域间师资资源共享;三是学校内部可对心理咨询师采取专业组织建设机制。根据教师的研究方向,通过对学生心理咨询个案分析和当代大学生心理问题研究,借

鉴医院专家诊室的经验,将专兼职心理咨询师(员)分成学业指导组、就业指导组、人际、情感困扰组、精神生理组等组别,使前来咨询的学生得到专业性的指导,提高心理咨询工作的针对性、实效性。工作中各组之间相互配合,定期召开分析、研究会议,遇到典型案例时进行会诊。四是切实改善队伍工作条件。加大经费投入力度,购置相应的软硬件。将心理健康教育课程列为重点课程建设,根据其教育性质、方式方法进行单列计算教师工作量,保证心理健康教育专职教师收入与其它专任教师待遇相当。

网络平台建设是新需要。思想政治教育要紧跟时代步伐,准确把握网络虚拟社区的本质和规律,建立起适应网络时代要求的思想政治体系<sup>[5]</sup>。网络是高科技的传播媒介,为思想政治教育提供了新渠道、新平台。网络虚拟空间的问题也是现实生活的反映,网络形成的虚拟社会也造成了许多大学生逃避现实、沉浸在网络社会虚拟世界之中而不能自拔,甚至可能扭曲大学生的人格,导致个人中心主义的倾向,并出现一系列的心理疾病和心理障碍<sup>[6]</sup>。大学生中的发展性心理障碍给思想政治教育工作者提出了更为复杂、更具社会性的课题。

学生心理健康教育进网络有着巨大的学生心理需求市场。据调查,69.10%的学生认为思想政治教育网站应该涵盖心理健康教育内容(其中文科生50%,理科生85.42%)。因此,实现心理健康教育与网络结合,拓展学校心理健康教育工作平台的思路成为高校加强和改进心理健康教育工作新的着力点。应充分利用互联网可以跨越时空的特点,使大学生的心理健康教育不再限于局限范围而拓展到全域范围,依托主题网站开展心理健康知识普及,培养学生健康人格;开展寓教于乐

的心理放松活动,缓释学生因学业、经济、情感、就业造成的心理压力;开展舆情调查,掌握学生心理动态;开展在线心理辅导与咨询,解决受教育者和咨询对象的戒备心理问题。开通学生喜闻乐见的“QQ交流群”栏目,学生专职政工干部定期开辟专题,与学生网上“聊天”,成为“学生心灵之窗”。

网络平台既是学生心理健康教育的知识库,也是学生信息交流的新渠道,通过在线学习心理健康教育知识和网上咨询,克服戒备和羞涩心理,学生对心理教育的认同感也会有所增强,可以提高心理咨询预约面询的质量。

加强大学生心理健康教育是全面推进素质教育的需要,是时代发展的需要,是学生健康成长的需要,是社会对培养高素质创新人才的必然要求。新形势下,“454”工作模式及其支撑体系建设是对推进大学生心理健康教育工作体系规范化、教育体系科学化、目标体系网络化、队伍建设专业化、专家化的目标的有益探索,需要得到广泛的关注与支持,在实践中不断加以完善。

#### 参考文献:

- [1] 辞海编辑委员会.辞海[M].上海:上海辞书出版社,1999:3748.
- [2] 阙墨春.心理健康教育模式之思考[J].徐州师范大学学报,2003(10):145-147.
- [3] 李忠芹.遵循大学生心理发展规律提高思想政治教育实效[J].思想教育研究,2007(3):52-54.
- [4] 盛湘鄂.构建高校心理健康教育体系的思考[J].武汉理工大学学报,2005(10):49-51.
- [5] 吴勇,陈林.网络虚拟社区背景下的大学生思想政治教育探讨[J].学校党建与思想教育,2008(6):69-70.
- [6] 殷士勇.校园网络文化下的大学生人文素质教育[J].武汉工程大学学报,2009(2):56-58.

## On the method of the university students' mental health education

DAN Ji-en

(The WIT Administrative Office, Wuhan Institute of Technology, Wuhan 430074, China)

**Abstract:** Combination of higher education teaching management practice, the essay has discussed and illustrated the establishment and application of “454” method concerning the three aspects of department layers, target layers and the alarm mechanism of psycho crisis. Based on the practice, the essay has thereupon done a preliminary study of the construction of university students' mental health education system, education faculty and internet support system.

**Key words:** university; mental health; “454” method

本文编辑:吴晏佩