

人工智能驱动的高校心理健康教育模式创新研究

康语涵

南京传媒学院, 江苏 南京 211100

DOI: 10.61369/ETR.2026110010

摘 要 : 随着教育改革的深入实施, 高校心理健康教育应与时俱进, 注重人工智能技术的应用, 并以此为驱动, 不断提高人才培养效果和效率, 使其成长为国家所需的合格的社会主义建设者和接班人。为了推动改革工作的顺利实施, 高校心理健康教育相关工作者应对人工智能技术有一个正确认知, 充分利用其强大的数据处理、模式识别等方面的优势, 解决传统心理健康教育不足的问题。本文对人工智能驱动的高校心理健康教育模式创新意义和路径进行了重点探究, 以期在完善心理育人体系的同时, 推动其向更为高效、精准方向发展, 为学生的全面健康发展提供助力。

关 键 词 : 人工智能; 高校心理健康教育; 模式创新

Research on the Innovation of College Mental Health Education Model Driven by Artificial Intelligence

Kang Yuhan

Communication University of China, Nanjing, Jiangsu 211100

Abstract : With the in-depth implementation of educational reform, college mental health education should keep pace with the times, attach importance to the application of artificial intelligence (AI) technology, and take it as a driving force to continuously improve the effect and efficiency of talent training, enabling students to grow into qualified socialist builders and successors needed by the country. To promote the smooth implementation of the reform, relevant workers in college mental health education should have a correct understanding of AI technology, and fully utilize its powerful advantages in data processing, pattern recognition and other aspects to solve the shortcomings of traditional mental health education. This paper focuses on exploring the significance and paths of the innovation of college mental health education model driven by AI, aiming to improve the psychological education system, promote its development towards a more efficient and precise direction, and provide support for students' all-round and healthy development.

Keywords : artificial intelligence (AI); college mental health education; model innovation

当下, 人类正在进入一个新的时代, 即人工智能时代。在新的时代背景下, 各个行业都在发生翻天覆地的变化, 对于高校心理健康教育来说同样如此。利用人工智能, 赋能高校心理健康教育, 抓住其变革机遇, 更好地迎接挑战^[1]。为此, 高校心理健康教育可借助人工智能这一东风扬帆起航, 在顺利抵达高质量发展这一目的地的同时, 促进学生身心健康发展。在此基础上, 探究其模式创新路径, 让该赋能之路走得更加顺畅、稳健和持久。

一、人工智能驱动的高校心理健康教育模式创新意义

(一) 实现心理健康问题的精准识别与早期预警

高校心理健康教育传统模式一般为学生主动咨询、求助, 此外也会开展周期性普查, 导致早期或处于隐匿状态的心理问题未被及时发现。人工智能技术能够对学生的在校行为相关数据进行持续分析, 如学业成绩变化、社交平台发表的言论所展现的情感倾向等, 以此来为学生构建心理画像, 且该画像始终处于动态状

态。借助该技术的机器学习算法进行分析, 了解其异常模式, 精准识别风险个体^[2]。这种建立在数据之上的行为判断和分析, 有利于突破主观报告制约, 在问题还未显化、学生未感知痛苦时, 便提前预警, 把干预关口前移, 让主动预防不再只停留在口号阶段, 而是成为现实, 有利于弥补人力筛查存在的不足, 消除其盲区^[3]。

(二) 提供个性化与私密化的干预支持服务

以人工智能为驱动的高校心理健康教育模式创新, 为学生提

供了新奇体验,在保障其隐私的同时,还能提供个性化服务。无论是传统的团体辅导还是个体咨询都会受到一些因素的制约,如师资、时间等,无法满足学生需求。人工智能能够对个体的心理特征进行深度分析,在此基础上,精准推荐相关学习资料或者训练课程。智能聊天机器人所提供的不仅是纯聊天服务,还包括对用户的情绪疏导和心理陪伴,且不受时空制约,非评判性、持续可及性有利于降低学生的咨询、求助门槛,特别适用于不想进行面对面咨询的群体。这样的服务让按需供给成为现实,由于其常常在高度私密的数字空间中进行,不仅有利于保护学生的隐私,还减少了其病耻感,有利于推动心理健康支持向更加友好、有效方向发展,大幅提升了求助者的求助意愿^[4]。

(三) 优化教育资源配置与提升管理工作效能

基于教育管理这一视角,以人工智能为驱动,有利于优化资源配置,提升其整体工作效能。即心理教师不再将自己的大量精力投入到重复性、事务性等筛查和监测工作中,而是专注于核心工作方面,如危机干预、深度咨询等。管理者可借助管理平台丰富的功能,通过其全量化数据了解学生心理健康态势、发展趋势和结构特点,助力决策转型,即不再仅仅依靠经验,而是向数据驱动转变。这样的方式有利于高校对心理健康教育工作效果进行科学评估,并对教师培训、活动开展等进行精准规划,在提高资源利用率、管理决策科学性的同时,也能健全服务体系,形成良性运行机制^[5]。

二、人工智能驱动的高校心理健康教育模式创新路径

(一) 构建分层干预的人机协同服务体系

构建人工智能驱动的高校心理健康教育模式,关键在于构建分层干预的人机协同服务体系。在构建时,应抓住其核心,即充分发挥人工智能、心理教师各自优势,并推动其各展所长,在此基础上,促进其深度结合,搭建服务网络^[6]。具体来说,应明确界定他们的角色定位和工作边界:如人工智能主要负责对学生心理状态进行常态化监测、心理健康知识普及等一些基础性或者重复性工作;专业心理教师的主要工作内容为深度评估预警个案、咨询干预复杂心理问题等。二者之间的分工合作,有利于减轻教师负担,让他们不再将主要精力放在初级筛查、常规事务中,而是将宝贵时间、精力聚焦在一些关键环节,通过人工介入,提升服务效能和专业深度^[7]。

此外,还应建立一套建立在风险等级之上的分层干预响应系统,并不断提高其标准化水平,以便促进人机协同的顺畅运行。该系统最显著的特点是利用人工智能进行初步识别:针对具有普遍性心理发展需求的学生群体,系统识别后会自动推送心理科普类文章、自主训练工具等;针对情绪困扰、适应性问题较轻的学生,系统会进行引导或建议,如引导他们使用基于认知行为疗法、正念疗法的交互式自助程序,建议他们以线上形式参与朋辈支持小组;当人工智能借助多维数据分析识别出中度心理风险信号时,系统会自动生成预警报告,并把它推送到负责教师,提示教师行动起来,除主动关怀访谈外,还可安排短期的心理咨询;

当系统判断心理问题已经超过了中度,存在高危危机可能性,则会立即触发红色预警,基于既定预案向危机干预团队发布通知,保障专业人员的及时介入^[8]。这样的分层干预响应系统,从广泛性预防入手,不仅提供针对性支持,还能进行紧急性干预,形成了一条完整链条,构建出一个覆盖全面、重点突破的服务网络,让教育资源得到了优化配置^[9]。

(二) 打造深度融合的多维数据智能分析平台

模式创新离不开智能平台的打造,因为能够进行深度融合和分析多源数据的平台,有利于提高教育决策科学性。为此,高校需要严格遵守数据安全、隐私保护法律法规,对多元化数据教务管理系统、校园一卡通、心理测评档案等进行整合。在此基础上,应打破数据孤岛,为学生构建全景式成长数字画像^[10]。不要小看这一过程,因为它不是将数据简单汇集在一起,而是建立了统一的数据标准、接口规范,让跨部门数据不再各自为战,而是可以语义对齐,并能进行关联融合,有利于后续进行深度分析,让学生学业表现、消费习惯、心理测评结果等都能进行相互验证,让观察视角更全面和立体^[11]。

打造深度融合的多维数据智能分析平台关键之处是应用先进技术开展智能分析^[12]。如平台借助自然语言处理技术对学生在不同场合,如公开论坛、咨询对话中的潜在主题、内在情感进行分析;借助时间序列分析模型对学生行为模式异常波动进行追踪;借助聚类算法判断识别那些相似心理行为特征的学生群体;此外,还通过预测性模型,识别可能导致心理危机的早期风险因子组合。这种分析具有重要价值,即可以从宏观、微观多层次进行洞察:宏观层面,管理者能够精准把握全校学生群体心理健康态势、压力源变化、教育措施实施效果评估,便于其进行资源调配和政策制定;微观层面,系统能为学生提供动态的、个性化的心理健康发展报告、成长建议,改变心理支持方式,使其不再是以往的大水漫灌,而是精准滴灌。这一创新路径,有利于推动高校心理健康工作转型,使其从以往的经验直觉转变为数据证据,告别亡羊补牢,事后补救,转为事前预测,让范式变革真实发生^[13]。

(三) 完善人机协同育人机制

高校心理健康教育模式创新的一大支撑为人工智能,但并不意味着忽视专业心理咨询师、辅导员的核心作用,而是要不断健全人机协同育人机制,让人工智能和专业人力各展所长,优势互补。为此,高校应明确二者的职责分工,其中,人工智能主要负责的是基础性、规模化工作,如智能咨询、资源推送等,将专业人员从繁杂、重复性工作中解放出来;专业心理咨询师、辅导员的主要工作为复杂心理问题干预、人文关怀等,通过充分发挥专业作用,解决人工智能存在的不足,如无法进行情感共鸣、给予人文关怀^[14]。

为此,高校应注重专业师资培训,不断提升教师对于人工智能的应用技术技能,让智能平台和工具进驻教师的日常教学和管理工作中,并以此开展心理健康教育,通过充分发挥人工智能数据支撑、技术方面的优势,不断提升工作效率和效果。同时,建立人工智能和专业人力协同机制,让数据共享和信息互通成为现

实,智能平台把学生的心理异常相关数据、咨询记录等推送给专业教师,由他们基于自身知识,在进行深度干预的同时,给予他们人文关怀,并把干预结果和指导建议反馈到平台,以此优化智能模型。除此之外,应注重对学生的引导,让他们能够正确、客观看待人工智能,了解其作用,将它作为一种辅助工具,鼓励学生在遇到复杂的心理问题的时候,向专业教师寻求帮助,以打造新的育人格局,即人机协同、上下联动^[15]。

三、结语

总之,新时代背景下,高校心理健康教育模式创新应符合教育新形势,适应新技术需求,把人工智能作为驱动力,将人工智能和专业人力进行有效结合,探索新的心理健康教育模式。为此,可采取构建分层干预的人机协同服务体系、打造深度融合的多维数据智能分析平台等多种策略,以助力高校心理健康教育模式创新,促进学生心理健康发展。

参考文献

- [1] 郑志玲, 段立. 数字化趋势下高校心理健康教育发展策略研究 [J]. 湖北开放职业学院学报, 2024 (20): 159.
- [2] 牛洋洋. 网络互联时代高校学生心理健康教育探究 [J]. 数字通信世界, 2024 (8): 247.
- [3] 冯敏燕. "互联网+"时代大学生心理教育创新模式研究 [J]. 山西青年, 2024 (15): 90.
- [4] 吴双双. "互联网+"时代高校心理健康教育模式创新研究 [J]. 品位·经典, 2024 (15): 90.
- [5] 曾文峰, 余鸿璋, 张婷, 等. 互联网背景下高校心理健康教育创新发展研究 [J]. 西部素质教育, 2024 (7): 1.
- [6] 岳姝伶. 互联网背景下高校心理健康教育创新路径探究 [J]. 教育信息化论坛, 2024 (3): 84.
- [7] 孙庆瑶, 刘子玉. 大数据时代高校心理健康服务发展新格局: 评《互联网视域下高校心理健康教育模式发展研究》[J]. 教育发展研究, 2024 (3): 86.
- [8] 吴双双. 互联网时代背景下高校心理健康教育创新研究 [J]. 才智, 2023 (8): 121.
- [9] 刘惠娟, 宋新硕, 邓华. 生态系统理论视角下高职院校心理育人探析 [J]. 教育与职业, 2022(6): 94-99.
- [10] 吴悦, 孟佳, 彭子欣. 人工智能和大模型在认知行为疗法中的应用 [J]. 当代护士 (下旬刊), 2025, 32(6): 10-14.
- [11] 李豪. 基于情感计算理论的老年人可穿戴产品交互方式研究 [D]. 天津: 天津大学, 2019.
- [12] 商雪, 邓欣欣, 杨克虎, 等. 智慧医疗在心理健康服务领域应用现状研究综述 [J]. 医学与社会, 2024, 37(11): 81-87.
- [13] 石林, 徐梓凯. 生成式人工智能在大学生心理健康教育中的应用研究 [J/OL]. 武汉理工大学学报 (社会科学版), 2025, 38(03): 1-7 [2025-08-14]. <https://link.cnki.net/urlid/42.1660.C.20250714.0945.022>.
- [14] 梁朋, 郭玲, 李秋雨. 生成式人工智能视角下大学生心理健康教育研究 [J]. 佛山科学技术学院学报 (社会科学版), 2024, 42(4): 96-100.
- [15] 王丽梅, 李仲, 古天. 人工智能赋能心理健康教育的技术基础与应用图谱 [J]. 中小学信息技术教育, 2025(7): 38-40.