

# 校家社协同视域下青少年心理韧性培育的社区教育实践研究——基于常州市武进区“吾有优学”项目的探索

王益群<sup>1,2</sup>, 何俐<sup>3</sup>

1 常州市高级职业技术学校, 江苏 常州 213164

2 武进开放大学, 江苏 常州 213161

3 常州市武进区坂上小学, 江苏 常州 213165

DOI: 10.61369/SDME.2026040036

**摘 要 :** 面对社会转型期青少年心理健康问题的复杂性, 传统补救式干预模式面临挑战。本研究以常州市武进区“吾有优学”校家社协同育人项目为案例, 探讨如何以社区教育为驱动核心, 系统构建发展性心理韧性培育体系。项目创新性地构建了“点、线、面”三维赋能模型: “点”上精准培育家长、学生、教师三大主体, 夯实微观系统基础; “线”上依托六大专业指导站, 构建积极发展、关系修复与表达疗愈三条专业化支持链条; “面”上通过资源整合、机制创新与数字化平台, 营造韧性友好型社区生态。本研究认为, “武进模式”的关键在于激活了开放大学的“跨界枢纽”功能, 为在县域层面构建普惠性、发展性青少年心理健康服务体系提供了可行路径, 对深化“五育并举”、落实“健康中国”行动具有重要的实践参考价值。

**关 键 词 :** 青少年心理韧性; 校家社协同; 社区教育; 发展性预防; 生态系统理论

## Research on Community Education Practices for Cultivating Adolescent Psychological Resilience from the Perspective of School-Family-Community Collaboration—An Exploration Based on the “Wu You You Xue” Project in Wujin District, Changzhou City

Wang Yiqun<sup>1,2</sup>, He Li<sup>3</sup>

1 Changzhou Advanced Vocational Technical School, Changzhou, Jiangsu 213164

2. Wujin Open University, Changzhou, Jiangsu 213161

3. Banshang Primary School, Wujin District, Changzhou, Jiangsu 213165

**Abstract :** In the face of the complexity and challenges of adolescent mental health issues during a period of social transition, traditional remedial intervention models have shown their limitations. This study focuses on the “Wuyou Youxue” home-school-community collaborative education project in Wujin District, Changzhou City, exploring effective pathways to systematically construct a developmental adolescent psychological resilience cultivation system with community education as the core driver. The project innovatively establishes a “point, line, and plane” three-dimensional empowerment model: at the “point” level, targeted cultivation of three key groups—parents, students, and teachers—solidifies the foundational support of individual, family, and school microsystems; at the “line” level, relying on six professional growth guidance stations, specialized support chains are built across three main lines: positive development, relationship restoration, and expressive healing; at the “plane” level, through the integration of regional resources, innovation in collaborative mechanisms, and the creation of a digital platform, a supportive community ecosystem conducive to psychological resilience development is fostered. This study argues that the key to the success of the “Wujin Model” lies in activating and leveraging the unique role of open universities as “cross-boundary hubs,” effectively integrating administrative, professional, and social forces. As a result, it explores a viable path at the county level to build a universal, developmental adolescent mental health service system, offering a practical paradigm with significant reference value for deepening the “Five-Sphere Integrated Education” policy in the new era and implementing the “Healthy China” strategy.

**Keywords :** adolescent psychological resilience; home-school-community collaboration; community education; developmental prevention; ecosystem theory

# 引言

青少年时期是心理发展的关键阶段，在学业竞争、数字化生存与社会快速变迁的多重压力下，其心理健康面临严峻挑战<sup>[1]</sup>。我国青少年抑郁、焦虑检出率居高不下，凸显了传统以学校为中心、侧重事后危机干预模式的局限。心理韧性研究为此提供了范式转向，它强调个体在逆境中通过内在特质与外部支持实现良好适应甚至成长的能力，且这种能力可通过系统干预得以培育<sup>[2]</sup>。布朗芬布伦纳的生态系统理论进一步指出，青少年的发展嵌套于家庭、学校、社区等相互关联的系统之中，心理韧性的培育需在这些系统层面协同构建保护性因素<sup>[3]</sup>。因此，构建家校社协同育人生态系统，已成为我国新时代教育改革的重要方向。

基于此，常州市高级职业技术学校（武进开放大学）在区教育局统筹下，联合区青少年活动中心及基层社区，于2023年发起“吾有优学”校家社协同育人项目。该项目将社区教育重新定义为驱动家校社联动的“枢纽”，旨在破解家庭教育支持不足的痛点，通过系统性环境干预，全域化培育青少年心理韧性。本研究旨在剖析该项目的实践逻辑、运行机制与初步成效，核心探讨：在县域层面，如何通过组织设计将协同育人理念转化为可操作的韧性培育实践？这种“社区驱动型”模式的内在机理与关键启示为何？

## 一、理论融合与模型构建：“点、线、面”三维赋能体系

项目基于韧性发展与生态系统理论，构建了“点、线、面”三层递进、系统联动的实践模型。

### （一）“点”上深耕：激活三大主体，夯实微观基础

微观系统是韧性发展的“第一现场”。项目对家长、学生、教师进行差异化赋能。

1. 育家长：重构情感支持系统。通过“家长夜校”等课程，引导家长从“问题关注”转向“优势关注”，从“权威控制”转向“情感连接”，从“消除情绪”转向“教练情绪”。核心是培育“教练型父母”，为孩子提供安全型依恋关系，奠定“面对现实”的情感基础<sup>[4]</sup>。累计超百万人次的参与，实质是一场大规模家庭心理资本普及。

2. 育孩子：在体验中锻造“心理肌肉”。设计“四点半课堂”、“暑期科技营”、“防灾演练”、“周末志愿行动”等社区活动，作为“韧性发展实验室”。重点培养团队合作、问题解决、社会贡献的能力，在真实情境中习得乐观、自我效能感与意义感，直接培育内在保护性因素。

3. 育教师：织密学校支持网络。提升教师心理素养，使其能早期识别学生压力、融入成长型思维教学、掌握与家庭有效沟通的技巧，成为学生支持网络中敏感而专业的“节点”。

### （二）“线”上贯通：六大指导站构建专业化支持链条

当通用支持不足时，项目通过六大专业成长指导站提供纵深支持。

1. 积极发展与意义建构线：“何俐幸福力提升指导站”（基于PERMA模型）与“积极心理辅导技术指导站”，致力于挖掘品格优势、培养乐观心态、建立人生目标，服务于“寻找生活意义”这一韧性核心。

2. 关系修复与情感支持线：“共情合伙人家庭教育指导站”（运用萨提亚模式）和“丹心蒙正”二孩家庭指导站，专门解决家庭关系梗阻，修复情感连接，巩固青少年“安全基地”。

3. 表达性艺术与创伤整合线：“艺术疗愈指导站”与“创

艺疗心”指导站，为经历创伤或压抑的青少年提供非语言表达通道，促进情绪宣泄与认知重构，助力“创伤后成长”。

六大指导站由120余名专业人员支撑，构成区域韧性培育的“专业智库”与“支持急救站”。

### （三）“面”上融合：资源整合与生态营造，拓展外层支持

项目着力在社区层面塑造支持性“气候”。

1. 创新资源流通机制：实行“资源－需求”清单制与“流动导师团”制度，构建区域性教育资源“流通市场”，促进优质心理服务公平可及。这体现了社区教育作为社会支持系统的重要作用，能够有效整合与分配发展性资源<sup>[5]</sup>。

2. 共创物理与制度空间：与社区共建“心理茶馆”、“科普中心”，将专业支持融入日常生活，降低寻求帮助的门槛与污名感<sup>[6]</sup>。定期召开“校家社三方联席会议”，形成制度化对话与行动机制，培育责任共担的共同体文化。

3. 构建数字支持生态：打造“吾有优学·心家园”线上平台，通过“吾老师来信”专栏进行认知引导，提供随时可及的资源 and 早期干预的信息共享功能，形成永续的虚拟支持社区<sup>[7]</sup>。

## 二、成效、逻辑与挑战：对“武进模式”的实证审视

### （一）多维成效初步显现

1. 规模与满意度：累计服务家长超100万人次，家长对社区教育与家校合作的满意度从72%升至92%以上，课程好评率达97%，表明支持系统获得高度认可。

2. 行为与个案改善：参与活动青少年在团队合作、问题解决等方面表现积极变化；完成的320例深度个案咨询，问题解决率超80%，部分青少年情绪与社会功能显著改善。

3. 社区生态优化：项目所在社区获多项国家级、省级荣誉，显示实践提升了社区凝聚力与文明水平，反哺了青少年成长的外环境<sup>[8]</sup>。

### （二）核心运行逻辑

1. 行政“赋能”与“护航”：区教育局提供顶层设计、动力与跨部门协调，同时将专业运作权下放，实现“行政推力”与

“专业活力”结合。

2. “枢纽”角色的再发现：常高职（武进开放大学）凭借其终身教育职能、社区纽带及灵活机制，成功转型为链接正规与非正规教育、专业与民间资源的“跨界集成平台”，这是模式成功的关键制度创新<sup>[9]</sup>。

3. 体系化构建：项目构建了从需求发现到评估维系的完整运作体系，超越了短期项目化活动，确保了可持续性可复制性<sup>[10]</sup>。

（三）面临的深层挑战

1. 专业深度与普及广度的平衡：普惠课程如何保持科学性？深度服务如何精准触达隐蔽需求？需更精细的分层干预策略。

2. 青少年主体性激发不足：当前青少年多处于“被参与”状态。未来需设计更多由青少年发起、主导的项目，使其从“对象”转为“共建者”。

3. 成效评估科学化困境：当前评估偏重过程与满意度，缺乏对心理韧性核心指标的标准化纵向追踪。建立长期样本库、开展准实验研究是提升说服力的关键。

4. 可持续造血机制待探索：对行政与志愿资源的依赖存在不确定性。需探索“公益+低偿”混合模式，通过政府购买、社会基金及低偿服务反哺核心公益。

三、结论与展望：迈向韧性友好型社会的县域创新

“吾有优学”项目是一次扎根县域的教育社会治理创新。它

通过激活开放大学的枢纽功能，在县域层面初步构建了一个普惠、精准、发展性的青少年心理韧性培育公共服务体系，形成了具有借鉴意义的“武进模式”。

该模式的深远意义在于实现了三重转向：将心理健康教育重点从“疾病治疗”转向“健康促进”与“优势培育”；将校家社协同从“活动联谊”升华为“制度性共生”；将社区教育从“文化娱乐”推进到“人的全面发展”与“社区治理创新”。它证明，培育青少年心理韧性是家庭、学校、社区与政府的共同责任，是教育现代化与健康中国战略在基层融合落地的生动体现。

展望未来，项目可在以下方向深化：一是向数据智能深化，构建需求动态图谱，实现预警与智能匹配；二是向参与式治理深化，建立赋权于青少年的协同育人委员会；三是向政策制度化深化，将有效机制固化为地方教育督导内容；四是向生涯韧性贯通，结合职教资源开展职业体验，培养面向未来的社会适应性。

“武进模式”仍在演进，但它无疑指明了一条可行路径：通过精密的系统设计、持续的专业赋能和广泛的社区动员，我们能够共同为青少年编织一张温暖而坚韧的“社会安全网”，让他们在面对挑战时，不仅能有效应对，更能从中获得成长的力量。这正是“校家社协同育人”与“服务全民终身学习”理念在促进青少年心理健康领域的深刻实践与价值归宿。

参考文献

[1] 傅小兰, 张侃. 中国国民心理健康发展报告. 2019-2020[M]. 社会科学文献出版社·群学出版社, 2021.

[2] 朱月华, 周倩. 校家社协同育人的关系辨析与机制建构[J]. 中国教育科学(中英文), 2025, 8(03): 136-145.

[3] 陈一丰. 生态系统理论下社会工作介入孤独症青少年教育支持研究[J]. 社会与公益, 2025, (19): 152-154.

[4] 厉以贤. 社区教育原理[M]. 成都: 四川教育出版社, 2003: 1-3

[5] 刘宣文. 家庭教育: 心理资本建设的重要场域[J]. 教育研究, 2014, (8): 62-68.

[6] 高玉洁. 小学中高年级学生学校联结与心理健康的关系: 心理韧性的中介作用[J]. 心理月刊, 2025, 20(13): 116-118+146.

[7] 肖依晨. 社会服务视角下社区教育课程生态化模型构建及策略研究——以江苏省常州市为例[J]. 成才与就业, 2025, (24): 58-66.

[8] 俞晶奎, 邹松明, 侯艳. 提升开放大学社区教育服务供给力的策略研究[J]. 现代职业教育, 2025, (36): 29-32.

[9] 席居哲, 叶杨, 左志宏, 等. 积极心理学在我国学校教育中的实践[J]. 华东师范大学学报(教育科学版), 2019, 37(06): 149-159.

[10] 俞国良. 创造力培养是中小学心理健康教育的重要目标[J]. 人民教育, 2025, (11): 39-42.