

“三全育人”视域下高校学生心理健康教育工作的路径创新及实践探索

白麒, 陈香宇

广州理工学院, 广东 广州 510540

DOI: 10.61369/VDE.2026070043

摘 要 : 面对大学生心理问题日益隐蔽多元的挑战, 传统的干预模式已显疲态, “三全育人”理念为心理工作转型提供了新坐标。本文以广州理工学院的实践为例, 探讨心理育人的生态重构。通过增设社区辅导员与构建家校医网络打破主体孤岛, 实现全员协同; 将本土文化与红色基因嵌入全周期成长, 实现全程贯通; 借助 AI 智能体与主题讲座拓展干预场域, 实现全方位渗透。这一本土化探索显著增强了心理服务的覆盖面与精准度, 为同类高校提供了实践参考。

关 键 词 : “三全育人”; 心理健康教育; 智慧赋能; 五育融合

Path Innovation and Practice Exploration of College Students' Mental Health Education in the Context of "Three-Comprehensive Education"

Bai Qi, Chen Xiangyu

Guangzhou Institute of Science and Technology, Guangzhou, Guangdong 510540

Abstract : At a time when the psychological problems of university students are becoming increasingly hidden and multifaceted, traditional intervention models have shown evident limitations. The concept of "Three-Wide Education" (education involving all personnel, throughout the entire process, and across all domains) offers a new framework for the transformation of mental health services. Taking the practice at Guangzhou Institute of Science and Technology as an example, this paper explores the ecological reconstruction of psychological education. By incorporating residential college counselors and establishing a school-family-hospital network, the barriers between different support agents are broken down, achieving comprehensive collaboration. By embedding local culture and the "red gene" (revolutionary heritage) into students' developmental trajectory, full-process support is realized. With the assistance of AI agents and thematic lectures, the intervention field is expanded, achieving all-domain penetration. This localized exploration has significantly enhanced the coverage and precision of psychological services, providing a practical reference for similar institutions.

Keywords : "Three-Wide Education"; mental health education; smart empowerment; integration of five domains of education

当前, 大学生受学业、就业及社交多重挤压, 心理困扰呈现出频发、隐蔽与复杂化倾向。以往各自为战的心理干预难以应对全面育人需求, “三全育人”理念的提出, 促使心理工作从被动维稳向主动育人转型。本文结合广州理工学院实际, 梳理“三全育人”视域下高校学生心理健康教育工作的路径创新及实践探索, 并总结经验, 为后续的研究和思政工作的开展提供借鉴。

一、高校学生心理健康教育工作的价值内涵、现实问题与成因

心理健康教育是思政教育体系的核心组成, 关乎学生社会适

应力与价值观塑造, 是促进学生全面发展的关键环节。其价值内涵超越了单纯的心理疾病预防与治疗, 更在于培育学生健全的人格、积极的心理品质和良好的社会适应能力。世界卫生组织提出健康不仅是“没有疾病”, 而是“生理、心理和社会功能的完好状

课题基金:

1. 2024年度广州理工学院校本研究项目, “三全育人”视域下高校学生心理健康教育与咨询工作的路径创新及实践探索, 立项编号: 2024XB006;

2. 广东省教育评估协会 2025 年度课题, 人工智能时代应用型本科高校人力资源专业“智慧课程”建设评价研究, 立项编号: BDPG25104。

作者简介:

白麒 (1998.06-), 女, 民族: 汉族, 籍贯: 山西太原, 学历: 硕士, 职称: 经济师, 单位: 广州理工学院, 研究方向: 人力资源管理、心理健康教育、课程思政。

陈香宇 (1989.08-), 女, 民族: 汉族, 籍贯: 贵州毕节, 学历: 硕士, 职称: 经济师, 单位: 广州理工学院, 研究方向: 人力资源管理、课程思政。

态”。因此，高校心理健康教育的根本目标在于提升学生的心理素质，帮助学生认识自我、悦纳自我、发展自我，从而实现个人潜能的最大化。它不仅关注学生当前的学业表现，更关注其长远的幸福生活与社会适应，是培养担当民族复兴大任时代新人的基础性工程^[1]。

尽管高校心理健康教育取得了一定成效，但在实践中仍面临结构性挑战，主要体现在以下几个方面：

首先是主体孤岛，过度依赖少数专职心理教师或辅导员，其他学科教师、管理服务人员参与度不高，家庭和社会力量缺位。这种单兵作战的模式难以形成育人合力，无法满足学生多层次的心理需求。

其次是过程断层，干预常停留在新生普查等节点，缺乏贯穿大学四年的持续陪伴，各环节之间衔接不畅，缺乏连贯性。一些高校仅在新生入学时进行心理测试或讲座，之后便缺乏持续跟进，忽视了学生在大学期间不同阶段，如学业适应期、情感波动期、就业准备期等的心理变化与需求。

最后是手段单一，多依赖课堂说教与被动咨询，缺乏生动性与互动性。教育活动往往局限于校园内部，未能有效利用网络平台、社会实践等渠道，导致教育的覆盖面和渗透力不足。部分高校虽开设了心理健康课程，但课程内容理论性强、形式枯燥，与学生的实际生活和需求存在脱节。

二、“三全育人”视域下高校学生心理健康教育工作的路径创新

在“三全育人”视域下，心理健康教育的内容体系正朝着系统化、科学化、个性化方向发展。这一理念为破解上述困境提供了科学指引，要求教育主体、教育过程和教育空间实现有机融合，构建动态立体的育人模式。基于此，高校心理健康教育的路径创新主要体现在以下几个方面：

（一）理念创新：从问题导向到发展导向

“三全育人”视域下，心理健康教育应彻底扭转过去以问题学生为中心的思维定势，转而面向全体学生，以促进学生的全面发展为核心目标。这意味着教育理念从消极心理学转向积极心理学，从预防问题转向促进成长。具体而言，教育内容不再局限于焦虑、抑郁、强迫等负面心理问题的识别与矫治，而是更加注重培养学生的积极心理品质，如自信、乐观、坚韧、感恩等。教育目标也从维稳转向育人，致力于将心理健康教育融入学生的人生观、价值观塑造之中，引导学生树立正确的生命观和幸福观，实现心理健康教育与思想政治教育的同向同行。

（二）内容创新：从单一课程到五育融合

“三全育人”驱动心育内容打破单一课程局限，向“德智体美劳”深度融合延展。高校将心育纳入培养方案，开设必修课与选修课相结合的课程体系，确保心理健康教育覆盖全体学生，课程内容也从单一的问题应对转向积极心理品质培养，并紧扣学生各阶段痛点——从新生适应、人际破冰到就业焦虑，实施分层精准供给。

具体融合中，德智同频，将心育嵌入“大思政”格局，以价值引领滋养心智，并按年级梯次设置适应、认知、交往与就业等进阶课程。体美赋能，借运动打卡与定向越野释放压力，依托心理剧及艺术疗愈开辟非言语情绪出口。劳以健心，引入志愿服务、园艺疗法等实践，让学生在躬身行事中磨砺抗挫韧性。五育交织，彻底拓宽了心理育人的场域与纵深^[2]。

（三）方法创新：从传统手段到智慧赋能

方法的创新是提升心理健康教育实效性的关键，近年来，依托新媒体与大数据，高校正将心育阵地向云端拓展，公众号与短视频等渠道不仅打破了咨询的时空壁垒，更让心理知识触手可及。线下则深耕体验式教学，情景剧、沙龙及素质拓展让情绪调适在真实互动中落地。同时，织密“校、院、班、宿”四级预警网，激活朋辈互助作用以前置危机预防。建立“红橙黄”分级预警机制与动态档案，将干预关口前移，落实一人一策的精准帮扶。

契合00后数字原住民特质，心育手段正加速向数智化跃升。引入人工智能搭建智能服务平台，全天候的匿名问答与自助训练极大消解了学生的求助顾虑，提升了服务可及性。更关键的是，跨区域融合学业表现、网络轨迹等多维行为数据，为学生勾勒出动态心理画像，使高危群体的早期识别与干预从经验判断走向精准靶向。

（四）机制创新：从各自为战到协同联动

“三全育人”亟待破除部门孤岛，构筑“大思政、大心理、大学工”一体化矩阵。校内须强化党委统揽，厘清学工、教务与团委权责，借联席会议与数据共享打通纵横脉络，促使专兼职教师与学工队伍拧成合力。同时，将心理健康教育纳入学校教育、管理服务和校园文化建设的整体规划中，实现顶层设计与基层创新的有效衔接。

心理健康教育的主体不应局限于校园内部，高校应主动作为，打破机构壁垒，构建家庭、学校、医院、社会协同育人网络，健全“家校医社”协同育人机制。家庭负责预防监测与日常看护，高校负责教育咨询与筛查转介，医院负责诊断治疗，社区负责康复支持与社会融入，应急系统负责危机事件处置。多主体各司其职、信息共享、功能互补，形成覆盖广泛、响应及时的心理服务网络。

三、“三全育人”视域下高校学生心理健康教育工作的实践探索

前述路径创新为高校心理健康教育提供了新的思路，而将这些理念转化为可操作、可推广的实践模式，则是实现育人目标的关键。广州理工学院作为一所扎根南粤、服务湾区的高校，学生群体具有思维活跃、个性鲜明、实践能力强但同时也面临学业与就业双重压力的特点。基于此，我校以“三全育人”理念为统领，结合民办高校体制机制灵活的优势，进行了一系列本土化、特色化的实践探索，初步构建了全员协同、全程贯通、全方位渗透的心理健康教育工作新生态。

（一）全员协同，打造家校社区联动的育人共同体

针对传统心理健康教育中专任教师单打独斗、家庭参与缺位的困境，高校着力打破主体壁垒，创新岗位设置，推动育人力量下沉社区。为弥补辅导员与专业心理咨询师之间的角色真空，设立了社区辅导员岗位。社区辅导员常驻学生公寓，既承担生活指导职能，又具备基础心理危机识别与初步干预能力。他们24小时与学生同吃同住同生活，能够在第一时间发现学生因宿舍矛盾、作息冲突、情感波动等诱发的心理问题，实现了从学生来咨询到我到你身边的主动服务，使心理关怀真正浸润到学生的生活场域。

民办高校学生家庭背景多元，部分家长对心理健康认识不足。为此，高校建立了三阶沟通家校协同机制：入学前，通过《致新生家长的一封信》与线上家长会，普及心理健康常识，消除病耻感。在校期间，辅导员与社区辅导员每学期与重点关注学生家长进行一对一深度沟通；危机发生时，启动家校医三方会商机制，确保信息对称、决策科学，有效解决了假期心理服务断档、家庭支持缺位等问题。

（二）全程贯通，将心理成长嵌入学生发展全周期

“三全育人”要求教育过程不断线，我校将心理育人从新生入学延伸至毕业离校，并特别强调与价值引领的深度融合，实现心理素养与理想信念的同频共振。课程是育人的主渠道，在讲授《心理学》等课程时，教师并非停留于群体心理、社会认知等知识传授，而是设立文化自信与自我认知专题，引导学生分析中华优秀传统文化中和而不同、天人合一思想对当代人际交往与心理调适的启示，让学生在理解本土文化心理特质中增强民族认同。这种将以德育心与以智强心相结合的课堂实践，使心理成长与理想信念教育如影随形。

针对大学生不同阶段的心理需求，我校设计并实施了一系列贯穿四年的心理赋能主题团体辅导。在大一新生适应期，举办红色足迹寻访活动，组织学生走进广州起义纪念馆、农讲所等本土红色基地，在沉浸式体验中完成环境适应与身份认同；在大二迷茫期，开展理想信念主题团辅，帮助学生澄清人生目标，将个人理想与社会需要相联结，有效缓解目标缺失感。这些活动将心理

学的体验式学习与思想政治教育的内容深度耦合，实现了润物细无声的育人效果。

（三）全方位渗透，构建线上线下一体化的智慧心育生态

我校充分发挥民办高校决策快、创新动力强的优势，积极拥抱新技术、拓展新场域，构建起覆盖线上与线下、虚拟与现实的全方位心育网络。针对00后大学生数字原住民倾向于线上表达、担心咨询隐私的特点，我校心理中心与计算机学院师生团队联合研发了AI心理智能体——“心灵伙伴”。该智能体内嵌于学校课程平台，具备三大核心功能：一是7×24小时即时陪伴，学生可以随时匿名倾诉烦恼，智能体基于认知行为疗法原理进行共情回应与认知重构引导；二是自助心理训练，提供正念冥想、情绪日记等标准化练习模块；三是危机预警与转介，当识别到高危关键词时，自动触发警报并推送人工咨询师联系方式。自“心灵伙伴”上线以来，已累计服务学生超过0.2万人次，其中80%以上的对话发生在晚间或凌晨的非工作时间，有效填补了传统咨询服务的时空盲区。

心理健康不仅在于内在情绪的稳定，也外显于行为举止的得体。作者策划并主讲了礼修于心，仪养于行主题讲座，将中华传统礼仪文化与现代心理学的印象管理、人际吸引理论相结合。讲座通过情景模拟、角色扮演等方式，引导学生从着装礼仪、沟通礼仪等细微处入手，在规范外在行为的过程中，逐步内化自律、尊重、自信等积极心理品质。学生反馈有礼有节地与人交往并获得积极反馈时，社交焦虑明显降低。这一实践，将以美润心与以劳健心具象化，拓展了心理育人的载体与形式^[3]。

四、结语

经过一年的系统推进，我校“三全育人”视域下的心理健康教育工作取得了初步成效。学生在访谈中普遍反映出更强的归属感、意义感与心理韧性。未来，我校将继续深化“三全育人”同心圆模式，强化培训认证，构建动态心理档案，推动智能体向个性化成长伙伴升级。

参考文献

- [1] 殷昊翔.“三全育人”视域下的中西部高校研究生心理健康问题探析[J].西藏大学学报(社会科学版),2021,36(03):223-228.
- [2] 陈樟楠,杨彦川.“三全育人”与课程思政视域下高职院校学生心理素质拓展教育创新思考——以G学校为例[J].时代人物,2021(18):180-182.
- [3] 蔡彦婕.基于“五位一体”的高校心理咨询中心建设研究[J].产业与科技论坛,2022,21(05):277-278.