

“五位一体·四维联动·五育协同”新时代心理育人工作模式的探索与实践

赵静, 刘歆语, 王亚凤

陕西财经职业技术学院, 陕西 咸阳 712000

DOI:10.61369/EIR.2026060024

摘 要 : 在“三全育人”视域下,新时代心理育人已从单一的心理健康服务转向“价值引领、主体赋能、载体支撑、服务闭环、五育融合”的系统化实践。本文聚焦“五位一体·四维联动·五育协同”的心理育人工作模式,通过剖析其价值内核与实践路径,阐释该模式如何以立德树人为核心,以专业与朋辈为双驱,以课程、实践、咨询为载体,以全周期服务为闭环,以五育融合为延伸,构建起浸润式心理育人新生态,为新时代人才培养的心理品质涵养提供可以借鉴的实践框架。

关 键 词 : 新时代; 心理育人; 工作模式

"Exploration and Practice of the New Era Psychological Education Work Model of 'Five-in-One, Four-Dimensional Linkage, and Five-Sector Synergy'"

Zhao Jing, Liu Xinyu, Wang Yafeng

Shaanxi Technical College of Finance and Economics, Xianyang, Shaanxi 712000

Abstract : In the context of "three-all education", psychological education in the new era has shifted from a single focus on mental health services to a systematic practice of "value guidance, subject empowerment, carrier support, service loop, and integration of all-round education". This article focuses on the psychological education work model of "five-in-one, four-dimensional linkage, and five-round coordination", by analyzing its core values and practical paths, it explains how this model, with the core of fostering virtue and cultivating talents, is driven by professionalism and peers, supported by courses, practice, and counseling, forms a service loop for the entire cycle, extends to the integration of all-round education, and builds an immersive psychological education ecosystem, providing a practical framework that can be referred to for cultivating the psychological qualities of talents in the new era.

Keywords : new era; psychological education; work mode

前言

当“00后”成为校园育人的核心群体,其成长环境的数字化、个体化特征,让心理需求从“单一的情绪疏导”转向“人格健全、价值清晰、能力适配”的综合诉求,传统“点对点”的心理干预,已难以匹配新时代人才培养的“全人发展”目标。在此背景下,“三全育人”理念为心理育人提供了新的坐标系:心理育人不再是德育或学生工作的“附属模块”,而应成为贯穿育人全过程、联动多方主体、融合各类资源的“基础支撑系统”。正是基于这一认知,本文提出的“五位一体·四维联动·五育协同”心理育人工作模式旨在突破心理育人的“孤岛效应”:用“五位一体”确立生态系统,用“四维联动”驱动生态过程,用“五育协同”丰富生态资源,进而将心理育人由“补救式”变为“渗透式”,由“点状式”变为“立体式”。把心理健康教育贯穿人才培养全过程。

项目信息: 该文系2025年度陕西高校学生工作精品项目成果,2025XXM33 陕西财经职业技术学院“一核两翼三维四阶五融”浸润式心理育人体系构建与实践。

作者简介:

赵静(1984.09-),女,陕西咸阳人,硕士,副教授,研究方向:计算机、心理健康教育、学生思想政治教育;

刘歆语(1988.06),女,内蒙古呼和浩特人,硕士,讲师,研究方向:人力资源管理、心理健康教育、就业创业指导;

王亚凤(1986.08-),女,陕西宝鸡人,硕士,讲师,主要研究方向:职业技术教育、心理健康教育、大学生思想政治教育。

一、新时代心理育人工作模式的探索与实践价值

（一）回应“全人发展”需求：填补传统育人的心理维度空白

“五位一体·四维联动·五育协同”模式的价值，正在于将心理育人从“辅助性工作”升级为“全人发展的基础维度”：它以“立德树人”为核心，将心理品质作为价值塑造的“内在载体”；以“专业+朋辈”为双驱，让心理支持覆盖“师生互动”与“同伴联结”两个场域；以课程、实践、咨询为载体，让心理培育贯穿认知、体验、调适三个环节；以“全周期服务”为闭环，让心理干预覆盖预防、识别、干预、发展四个阶段；以“五育融合”为延伸，让心理涵养融入“德、智、体、美、劳”五个育人领域，进而让人才培养的生理、心理、社会三维健康标准落地。

（二）破解“孤岛化困境”：构建多方协同的育人共同体

“五位一体·四维联动·五育协同”模式，本质是“共同体思维”的实践：它以“四维联动”为机制，以“五育协同”为纽带，将心理育人嵌入德育的主题班会、智育的学科探究、体育的竞技比赛、美育的艺术创作、劳育的志愿服务中，让每一个育人场域都成为心理涵养的“微空间”。通过多方参与、资源互通、场域融合的模式，打破心理育人的“孤岛化”，构建起全员、全过程、全方位的育人共同体。

（三）锚定“长效赋能”目标：实现心理育人的可持续发展

“五位一体·四维联动·五育协同”体系的“持续性”在于一方面形成“一生一策”的“全链条式服务体系”，即覆盖新生的心理健康教育普及工作，常态化开展的精准筛查及动态管理机制建设，以及问题发生后及时有效的分层分类应对处置，直至毕业阶段的积极心理品质培养，将心理育人工作融入学生成长的各个环节，一是达到“防患未然、早发现、促发展”的长效覆盖；二是“五育融合”的浸润式培育、德育润心、智育启心、体育健心、美育养心、劳育塑心，把心理品质的涵养变成日常的学习生活“自然行为”，即学生在思政课堂上获得价值认同而增强心理韧性，在学科竞赛中增强抗挫力，在运动场上调控情绪，在美术课上宣泄不良情绪，在劳动过程中建立自信……将心理健康教育融入生活点滴，并坚持长期为学生服务的心理健康工作模式，才能将心理健康教育由“临时救火”变为“一生受益”。

二、新时代心理育人工作模式的探索与实践路径

（一）“五位一体”：锚定心理育人的价值坐标与生态框架

“五位一体”作为新时代心理育人的生态底座，“以价值引领、主体赋能、载体支撑、服务闭环、五育融合”为五大支点，形成“从价值到实践，从主体到场域”的育人链条。

其核心是“以立德树人为价值引领”，把心理育人的内核与“培养什么人、怎样培养人、为谁培养人”这个根本问题绑定、心理育人不再是单纯的情绪疏导，而是以价值引领、心理赋能、行为塑造、持续发展为逻辑，将家国情怀、责任意识、健全人格等核心素养，转化为学生心理品质的内在支撑。

“以专业与朋辈为双主体赋能”：首先，开展“专业督导”，通过心理教师的专业培训、资格认证、案例研讨，筑牢心理育人的专业底座、专业教师不仅要懂心理咨询，更要懂“心理育人融入学科教学”“心理信号识别与转介”。其次，建立“朋辈帮扶”体系，挑选心理健康水平较高的学生组成“朋辈心理委员”，对他们进行专门的心理健康知识辅导，使其具备倾听、疏导、转介等基本技能，在“同辈中”的情感联结，让心理支持覆盖宿舍、班级、社团等“微观场域”。专业与朋辈的双驱，让心理育人既有专业深度，又有情感温度。

载体依托围绕“课程+活动+辅导三位一体”构建，“学—做—悟”育人模式：在课堂教学方面，设置“大学生心理健康教育”公共选修课，并注重各门类专业课程中渗透心理学知识，如工科类课程渗透“面对科研失败的心理调适”等内容，文科类课程渗透“文学经典中的心理理解”等内容；在课外活动中，设计举办“心理情景剧大赛”、“压力应对工作坊”、“户外素质拓展”等活动，引导学生在活动中强化心理认知、提高自我调适技能；在咨询服务上，打造“现场咨询”和“网络咨询”服务模式，在现场开展一对一咨询、团体辅导等形式，利用新媒体技术开辟“心理树洞”、“24小时求助通道”等线上咨询服务，给学生提供方便的心理咨询和服务。三者的协同，让心理育人从“知识传递”走向“身心浸润”。

而服务闭环则是按照“全周期”思路，“防—识—干—育”形成闭环链路：在预防上，开展入学心理测试、大学适应专题培训等通识化教育，打牢思想根基；在识别方面，构建“辅导员—专任教师—同学之间”三个层次的排查机制，从平时表现、集中检测、预警信息等方面，在预防环节，准确识别学生可能存在的心理危机；处理环节，采取“分层分流”的原则、一般性心理困扰交予班级朋辈或者辅导员予以辅导，较为严重的交予专职心理老师予以心理咨询，严重的交予家校联合予以治疗；在培养环节，根据学生心理现状，开展“心理夏令营”、“领袖成长营”，帮助学生由“心理健康”迈向“心理优秀”。这一闭环，让心理服务实现“精准覆盖、动态跟踪、长效提升”。

最后，以“五育融合”为延伸，开发“五育+心理”特色项目，即把心理育人融入德育“红色主题实践”、智育“学科创新竞赛”、体育“阳光体育节”、美育“艺术展演”、劳育“志愿服务”之中，使每项育人活动都发挥着心理涵养作用。如在红色主题实践活动中，让学生从感受革命情怀中提升心理韧劲；在学科竞赛中有“挫折应对分享会”，让学生学会调节竞赛的压力，在志愿服务活动中，“助人自助”的体会提高学生自我认同与共情的能力……五育与心理的融合，让心理育人真正融入人才培养的“毛细血管”。

（二）四维联动：激活心理育人的协同机制与动态效能

“四维联动”是心理育人的“运行引擎”，它以“一核引领、两翼驱动、三维支撑、四阶闭环”的嵌套联动，让各育人要素从“分散独立”走向“有机协同”。

首先是“一核引领下的方向联动”：将“立德树人”作为所有心理育人工作的“价值锚点”，让“两翼、三维、四阶”的所

有实践都指向“培养健全人格、厚植家国情怀”的目标。这种“方向联动”，避免了心理育人陷入“技术化”“工具化”的误区，确保其始终与人才培养的根本目标同频。

其次是“两翼驱动下的主体联动”：构建“专业教师、朋辈群体、辅导员、专业教师”的双向互动机制、专业教师为朋辈辅导员与辅导员提供心理知识与技能培训，朋辈辅导员与辅导员则向专业教师反馈学生的心理动态；同时，专业教师与专业教师之间形成“跨学科联动”，主体间的联动，让心理育人的“专业力量”与“群众力量”形成合力，实现“全员参与”的育人格局。

三维支撑下的载体联动，则打破课程、实践、咨询的边界：课程教学中产生的心理困惑，可通过实践活动进行体验式疏导，也可通过咨询服务获得专业解答；实践活动中发现的共性心理问题，可反哺课程内容的优化；咨询服务中总结的典型案列，可转化为课程的教学素材或实践活动的主题。

最后是“四阶闭环下的流程联动”：预防、识别、干预、发展四个阶段并非线性割裂，而是相互渗透、动态调整。这种“流程联动”，让心理育人从“阶段性工作”走向“动态迭代的系统工程”，确保其始终贴合学生的成长需求。

（三）五育协同：拓展心理育人的实践场域与价值纵深

“五育协同”是心理育人的“实践延伸”，它以德育、智育、体育、美育、劳育的独特功能为载体，将心理品质的涵养转化为日常育人的“自然行为”，实现“以育养心、以心促育”的双向赋能。

德育润心，是将心理育人与理想信念教育、道德品质培育深度绑定。在课程中，通过“中国共产党人的精神谱系”等内容，分析“坚韧、奉献、担当”等品质的心理内核，引导学生在价值认同中建立心理韧性；在主题班会中，开展“我的成长故事”分享会，让学生在自我表达中梳理心理历程，在倾听他人中增强共情能力；在志愿服务中，通过“助老扶弱”的实践，让学生在“助人”中获得自我价值感，在“与他人联结”中缓解孤独感。德育的“善”，成为心理育人的“精神滋养”。

智育启心，是将心理教育渗透到知识讲授和思维训练过程中。在课堂教学中设置“问题探讨中的心理调适”环节，如理工类课业中，让学生在试验受挫后进行“挫折情绪产生的原因及调适策略”的探讨；在文史类课业中，从文学作品人物心理剖析出发，加深学生对自我的认识。在学科竞赛上设置“竞赛心理指

南”，让学生学会面对赛前焦虑、赛中压力、赛后得失，让智育的“真”，变成心理育人的“能力训练场”。

体育健心，是以身体体验来实现心理调适。在体能训练上，以“长跑中的坚持”“力量训练中的突破”，锻炼学生意志力；在团体竞技中，“篮球比赛中的协作”“拔河比赛中的凝聚力”，培养学生人际协调力；在运动后的交流中，引导学生感受“运动对情绪的宣泄效果”。以体育之“健”，为心理育人之“天然调节器”。

美育养心，是指借助审美体验来培养心灵。在艺术课上开展“音乐治疗”“绘画心理学分析”等活动，在艺术创造过程中抒发自己的情绪；在学校文化生活中开展“诗文朗诵”“校园画廊”活动，在美的感受中获得心理上的满足；在大自然的美育中开展“野外写生活动”“校园植物观赏”活动，引导学生从自然中获得心灵的释放，以美育之“美”，充当心理育人之“情感舒缓剂”。

劳育塑心，是在劳动实践中培育健全人格。在日常劳动中，通过“宿舍整理”“教室清扫”，让学生在“动手实践”中建立秩序感与责任感；在专业劳动中，通过“实验室操作”“田野调查”，让学生在“解决实际问题”中提升自信心；在公益劳动中，通过“社区服务”“乡村支教”，让学生在“服务他人”中获得自我认同，让劳育的“实”，成为心理育人的“实践锻造台”。

三、结语

“五位一体·四维联动·五育协同”的心理育人工作模式，是“三全育人”理念在新时代的具体实践、它以“立德树人”为核心，以“协同联动”为机制，以“五育融合”为延伸，构建起全员参与、全过程覆盖、全方位渗透的浸润式心理育人新生态。“五位一体·四维联动·五育协同”的心理育人工作模式的价值不仅在于解决当前学生的心理问题，更在于为新时代人才培养提供“心理品质涵养”的系统方案：它让心理育人从“被动干预”转向“主动赋能”，从“单一服务”转向“全人培育”，从“短期效果”转向“长效发展”。在未来的实践中，还需不断贴合学生的成长新需求，融入数字化、个性化的育人手段，让心理育人真正成为人才成长的“基础支撑”，为培养“有理想、有本领、有担当”的时代新人筑牢心理根基。

参考文献

- [1] 肖丹. 新时代中职学校心理育人工作路径探究 [J]. 新智慧, 2024, (18): 55-57.
- [2] 徐华. 新时代高校心理育人机制优化研究 [D]. 西安理工大学, 2024.
- [3] 邓丽华. 新时代高校心理育人研究 [D]. 湘潭大学, 2024.
- [4] 陈南菲. 新时代高校心理育人工作高质量发展面临的现实挑战与应对策略探究 [J]. 思想教育研究, 2023, (06): 134-137.
- [5] 宋洁宇. “大思政”视域下高校心理育人质量提升路径研究 [D]. 大连海洋大学, 2023.