

全域育人视角下高职心理健康教育长效机制构建

宁静

广西电力职业技术学院, 广西 南宁 530299

DOI: 10.61369/RTED.2026070042

摘 要 : 研究从全域育人视角出发, 指出当前高职心理健康教育面临队伍协同困境、环节衔接断裂、环境渗透不足等问题。在此基础上, 构建了以“主体全员化、过程全程化、场域全域化”为核心的长效机制, 并提出制度供给、平台搭建、评价改革三项实施方法。该机制强调心理育人是多数教育者的共同行动, 目的是将心理支持从固定的咨询室延伸到课堂、宿舍等日常场所。

关 键 词 : 全域育人; 高职院校; 心理健康教育; 长效机制

Building a Long-Term Mechanism for Mental Health Education in Higher Vocational Colleges from a Holistic Education Perspective

Ning Jing

Guangxi Electrical Polytechnic Institute, Nanning, Guangxi 530299

Abstract : From the perspective of holistic education, this study points out that current mental health education in higher vocational colleges faces challenges such as team collaboration difficulties, disconnected links, and insufficient environmental penetration. Based on this, a long-term mechanism centered on "full participation of all stakeholders, whole-process approach, and comprehensive field coverage" is constructed, and three implementation methods are proposed: institutional supply, platform building, and evaluation reform. This mechanism proposes that psychological education is a joint action of most educators, with the aim of extending psychological support from fixed counseling rooms to daily settings such as classrooms and dormitories.

Keywords : holistic education; vocational colleges; mental health education; long-term mechanism

在当前高等职业教育快速发展的背景下, 学生心理健康教育的重要性日益凸显。高职学生的心理健康状况直接关系到其个人成长、学业发展以及未来职业适应。由于社会环境、家庭背景、学业压力、就业竞争等多方面因素的影响, 高职学生的心理健康面临诸多挑战。探究有效的心理健康教育模式, 对于促进高职学生的全面发展具有重要意义。全域育人要求打破“心理问题归心理老师管”的思维, 让课堂、宿舍、社团、实训室都成为心理支持的触点, 让每一位教职工都具备识别和回应的基本能力。这不是理论上的美好设想, 而是对现实困境的直接回应。

一、高职心理健康教育的现状分析

要理解为什么需要“全域”视角, 首先需要看清现有的“局部”困境。高职院校在心理健康教育方面投入了大量资源, 建立了心理咨询中心, 配备了专职教师, 开设了必修课程, 但实际效果与预期之间落差较大, 这种落差来自系统本身的结构性缺陷。

(一) 队伍协同困境

大多数高职院校的心理健康教育工作实际上由心理教师独自承担。辅导员虽被要求关注学生心理状态, 但日常工作已十分繁杂, 心理育人平时只能沦为附加项。相比之下, 专业课教师往往优先关注学生是否掌握了操作技能、是否通过了考证, 而将学生的情绪状态视为辅导员和心理老师的职责范畴。

这种职责分工的刚性边界导致心理教师认识所有“有问题”

的学生, 却不了解他们在真实课堂和宿舍中的日常表现; 辅导员天天和学生打交道, 却缺乏识别心理异常的专业训练; 专业课教师在实训课与学生相处时间最长, 却从没有被纳入心理育人的责任体系, 三方信息互不流通, 心理支持变成了一场接力赛。

(二) 环节衔接断裂

高职院校一般都建立了心理危机干预制度, 从筛查预警到应急处理再到转介治疗, 流程看似完整。但制度文本与实际运行制度存在较大差距, 筛查环节主要依赖入校时的心理测评, 而测评结果往往是一次性的, 无法反映学生在不同阶段、不同情境下的动态变化。

在预警环节, 当一名学生出现异常行为时, 谁来发现、谁来报告、向谁报告、报告之后怎么办, 这些关键问题缺乏可操作的具体指引。大多数教师和学生的反应通常是“感觉不太对, 但难

以准确描述”，最终无果而终。同时，由于校内的心理咨询师数量有限，校外的精神卫生机构资源紧张，转介过程漫长而低效。那些还没有达到干预标准但明显需要关注的同学往往被制度遗漏，直至问题严重化后才被纳入干预范围，而此时已经错过了最佳介入时机。

（三）环境渗透不足

课堂、宿舍、社团、实训室等日常场域本应是心理育人的主要地方，但往往课堂教学过分强调知识传授，“情绪接纳”和“关系建立”从未进入教师的教学目标体系；宿舍管理侧重于安全和纪律，室友之间的人际支持系统缺乏培育引导；社团活动追求热闹和规模，心理成长的价值被忽视；实训教学强调技能达标，学生在反复操作失败后的挫败感、与同伴协作中的人际摩擦，这些绝佳的心理教育机会被轻易放过。

二、全域育人视角下长效机制的核心要素

全域育人是提供一种系统性的思考方式：心理健康的维护必须靠系统支撑。这一视角下的长效机制，需要回答三个基本问题：谁来做、什么时候做、在哪里做。

（一）主体全员化：从“专业归口”到“共同责任”

传统的专业归口模式将心理健康教育划归学生处或心理健康中心，其他部门和人员的角色被定义为“配合”甚至“旁观”。全员化意味着要重新定义每一个主体的职责边界：心理教师主要负责专业评估、个案督导、队伍培训；辅导员变成主动的观察者和初步回应者，需要具备基本的识别能力和沟通技巧；专业课教师需要在课堂教学和实训指导中嵌入心理支持意识；而后勤管理人员、宿管员甚至食堂工作人员的角色被重新发现，他们与学生日常接触频率最高，最有可能捕捉到异常的信号。这种责任划分就是让专业的人做专业的事，但让每个人做力所能及的事。

（二）过程全程化：从“事后干预”到“全周期嵌入”

现行的心理健康教育模式呈现出明显的“两头重、中间轻”特征：新生入学时的测评和老生毕业前的辅导相对重视，但在校期间的两三年时间里，心理支持呈现出碎片化和随机性。全程化要求建立覆盖入学前适应期、在校学习期、毕业前过渡期、毕业后跟踪期的全链条支持体系。入学前适应期的重点是通过前置的信息传递和关系建立，降低学生的入学焦虑；在校学习期需要区分不同阶段的心理发展任务——大一的人际适应与自我认知、大二的学业挫折与职业探索、大三的就业压力与角色转换，不同阶段需要匹配不同的支持策略；毕业前过渡期则要关注从“学生”到“职业人”的身份转换焦虑；毕业后跟踪期对于曾经有过心理危机的学生尤为重要，离校后的支持真空往往是复发的高风险时段。全周期育人模式下，心理健康教育嵌入学生高职求学全过程，覆盖各重要成长节点。

（三）场域全域化：从“咨询室孤岛”到“生活场浸润”

咨询室的重要地位无需否认，但如果只有在那个特定的房间、面对特定的人，谈论情绪才是被允许的，这种暗示强化了心理求助的“特殊性”和“羞耻感”。场域全域化要做的是打破这堵

无形的墙。教室可以成为心理支持的场所——教师的一句“这个任务确实有难度，感到挫败是正常的”，就是一种情绪正常化的示范。

宿舍也可以成为心理支持的场所，室友之间建立“今天谁看起来不太对劲，我们问问ta”的小型互助契约。实训室可以成为心理支持的场所，可将“怎么应对操作失败”作为实训反思的一部分来讨论。这种浸润式的设计要求每个场域都具备基本的心理友好属性：接纳、不评判、允许表达、提供初始回应。

三、以学生日常经验为起点的系统设计

机制的合理性在于是否从学生的日常经验出发，是否能够融入现有的教育流程而不造成额外负担。以下从发现机制、响应机制、支持机制三个层面展开论述。

（一）三级预警与同伴发现相结合的动态监测机制

测评工具本身存在文化适应性和时效性问题，更关键的是，很多学生在填写问卷时会下意识地“表现正常”。因此，需要建立以同伴发现为基础的日常监测系统。当同伴发现室友或同学出现持续的情绪低落、行为退缩、言语异常时，知道怎么表达关心、如何初步回应、在什么情况下需要向谁报告。

具体可在宿舍设立“心理联络员”岗位，由接受过基础培训的学生担任，负责观察和初步沟通；建立班级心理委员与辅导员的每日简短通报机制，通报内容不是“谁有问题”，而是“今天整体氛围如何”“有没有需要留意的情況”；利用学生日常使用的社交平台设置匿名反馈渠道，降低报告的心理门槛。

（二）分层分类与无痕介入相结合的分级响应机制

根据困扰的严重程度和性质差异，需要建立差异化的响应方式：

1. 轻度困扰的响应原则是尽可能在日常互动中完成支持。比如教师在课堂上发现某名学生状态不佳，可以在课间说一句“你最近好像不太在状态，有什么需要帮忙的吗”，这种自然化的关心往往比正式约谈更有效。

2. 中度困扰的响应方式是“低门槛支持”，由辅导员或心理教师进行初步访谈，评估后续需求，但不要求学生进入正式的咨询流程。这一层级的核心是降低求助的心理成本，让学生感觉到“这只是一次普通的聊天”。

3. 重度困扰的响应必须有明确的流程和应急预案：谁来评估、谁来联络家长、谁来对接医疗机构、校内怎么监控、返校复学的条件是什么，每一步都需要明确的负责人和时间节点。

（三）专业咨询与日常支持相衔接的持续支持机制

很多学生接受了几次咨询后状况有所改善，但回到日常环境中缺少持续的支持力量，不久后问题复发。对此，需建立“咨询室—班级—宿舍”的信息联动机制。咨询师在征得学生同意后，可以向辅导员提供非具体化的支持建议，例如“该学生目前需要的是一个稳定的日常节奏，请在宿舍作息方面给予适度的关注”。辅导员可以将这些建议转化为具体行动，比如与宿管协调、与室友沟通。

当辅导员在日常观察中发现的新情况，也可以在保护隐私的前提下反馈给咨询师，作为咨询调整的参考，但需注意哪些信息可以流动、流动给谁、以什么方式流动、记录如何保存，都需要制度化的约定。

四、实践路径：从制度供给到文化重塑

前文构建的机制落地的过程必然会遇到现实阻力，如教师觉得增加了负担、学生不配合、制度之间相互冲突。这些阻力是必须正面处理的问题。

（一）制度供给：将责任模糊地带转化为清晰的行动指引

大多数教师在面对学生心理问题时的犹豫和退缩，主要是因为不知道“怎么做是对的”。制度供给的核心任务就是消除这种不确定性。这需要制定以下几类操作性文件：

一是《教职工心理育人职责指引》，明确不同岗位在心理健康教育中的具体任务、工作时长和考核标准。例如，专业课教师每学期需要参加一次心理育人专题培训，在课程教案中至少包含一次情绪关怀的设计环节；辅导员每周需要与班级心理委员进行10分钟的定向沟通；宿管员需要掌握五条异常行为识别口诀和三个紧急联络电话。

二是《心理危机干预标准化操作手册》，将原则转化为具体的行动步骤。手册应当回答这样的问题：当你怀疑某名学生可能有自伤风险时，第一步做什么、第二步做什么、什么情况下可以自己处理、什么情况下必须上报、上报给谁、等待期间做什么。手册的篇幅最好是A4纸两面就能印完的“傻瓜版”，确保每位教职工都能随身查阅。

三是《家校沟通工作指引》，明确在什么情况下需要联系家长、联系时说什么怎么说、家长不配合怎么办。这类文件的作用不是限制教职工的行动，而是为他们提供“安全操作”的依据。

（二）平台搭建：打通信息孤岛与资源壁垒

搭建一个轻量级的信息管理平台是必要的，但平台的设计必须遵循“最小负担原则”，主要功能只有三个：异常行为记录、

支持过程留痕、跨角色信息互通。异常行为记录不是给学生“记黑账”，而是记录客观可观察的行为变化，例如“连续三天上课迟到”“本周内第二次表示‘活着没意思’”“实训中突然情绪失控”。这些记录不带有诊断性质，只是为后续判断提供线索。

支持过程留痕是为了避免重复劳动，当一名学生已经被辅导员约谈过，心理教师接档时就不需要让学生重新讲一遍自己的故事。跨角色信息互通则需要设置分级权限，心理教师可以看到完整的支持记录，辅导员可以看到本班学生的相关记录，专业课教师只能看到与该课程相关的匿名提醒。

（三）评价改革：让隐性的育人成效被看见

教师的职称评审看的是论文和课题，辅导员的绩效考核看的是就业率和违纪率，学生评优看的是成绩和竞赛获奖，这种评价导向传递了一个清晰的信号：心理育人不是“正事”。要改变这一局面，需要将心理育人效果纳入相关主体的考核体系，但考核方式必须谨慎设计。

具体可采用“过程性指标+结果性指标”的组合。过程性指标关注“是否做了”，教师是否完成了心理育人培训、辅导员是否按时提交了班级心理状态简报、宿舍是否建立了心理联络员制度。结果性指标关注“做得好不好”，重点看学生的求助态度是否改善、心理危机的复发率是否下降、教职工的自我效能感是否提升。这些结果性指标的采集应采用匿名问卷和第三方评估的方式，减少自评带来的水分。

五、结语

真正有效的心理支持往往不是发生在正式的咨询室里，而是发生在日常对话的间隙中、发生在那些不经意的回应里。将这些零散的、偶发的、需要有人良心的支持行为，转化为有意识的、系统的、可预期的制度安排，这就是长效机制建设的核心任务。这项工作没有终点，因为每一个新的学期都会有新的学生带着各自的故事走进校门，而教育者能做的，是确保当他们需要帮助时，身边始终有准备好了的人。

参考文献

- [1] 罗晓. 高职学生心理健康教育长效机制构建的研究[J]. 智库时代, 2019(26):2.DOI:CNKI:SUN:ZKSD.0.2019-26-062.
- [2] 石明月. 高职心理健康教育高质量发展的实践理路与优化策略——基于 NVivo 的48所高职院校心理健康教育案例综合分析[J]. 中国成人教育, 2025, (18): 19-26.
- [3] 张玉琼, 赵争东, 闫瑶瑶. 探索“九维育人”模式下大学生心理育人圈层效应的实现路径[J]. 才智, 2023, (8): 125-128.
- [4] 刘忠岳, 郭琪. 高职院校“一心六化”全域式心理育人模式探索与实践——以济南工程职业技术学院为例[J]. 就业与保障, 2021, (21): 170-172.
- [5] 李俊瑶, 曾晨. 高职院校心理健康教育协同育人机制研究[J]. 科教导刊, 2025(22): 125-127.