AI 辅助教学赋能高校心理健康课程育人路径研究

夏涛涛
陕西理工大学，陕西 汉中 723000

DOI: 10.61369/TACS.2026080031

摘　　要： 数字时代背景下，高校心理健康教育应积极转变教学理念，主动拥抱 AI 技术，重构课程教学范式。当前，AI 技术从技术驱动、需求响应、教育逻辑等方面赋能高校心理健康课程育人，但在教学实践过程中也面临人机交互的情感断裂、技术伦理的潜在风险、角色定位的认知模糊等问题。为此，本文聚焦于 AI 辅助教学，从搭建智能平台、打造个性化辅导、创新教学模式和完善保障机制等方面着手，通过技术与心理健康教育的深度融合，促进高校心理健康课程从“后置危机应对”向“潜能培育”转型。

关 键 词： AI 辅助教学；高校；心理健康课程；心理育人

Research on the Educational Path of College Mental Health Courses Empowered by AI-assisted Teaching

Xia Taotao
Shaanxi University of Technology, Hanzhong, Shaanxi 723000

Abstract: In the digital era, college mental health education should actively change teaching concepts, embrace AI technology and reconstruct the curriculum teaching paradigm. Currently, AI empowers the education of college mental health courses from the perspectives of technological driving force, demand response and educational logic. However, teaching practices are confronted with multiple challenges, such as emotional disconnection in human-computer interaction, potential ethical risks of technology, and ambiguous cognition of role positioning. Focusing on AI-assisted teaching, this paper proposes optimization measures including constructing intelligent teaching platforms, providing personalized psychological counseling, innovating teaching modes and improving supporting mechanisms. Through the in-depth integration of technology and mental health education, this study promotes the transformation of college mental health courses from post-event crisis intervention to positive potential cultivation.

Keywords: AI-assisted teaching; colleges and universities; mental health courses; psychological education

一、AI 辅助教学赋能高校心理健康课程育人的底层逻辑

（一）技术驱动：从数据智能到教育升级的范式转换

人工智能大数据、算法推演、多模态感知技术，重构高校心理健康课程传统育人范式。高校可以依托 AI 数据采集能力，整合课堂作答、线上测评、校园行为、情绪反馈多维数据，打破以往心理健康教学碎片化、经验化的授课模式 [1]。教师可以借助 AI 算法拆解海量心理数据，量化学生情绪波动、认知偏差、社交状态，替代以往主观化、模糊化的学情判断方式。AI 技术可以推动心理育人从人工经验驱动，转向数据智能驱动，倒逼心理健康课程更新授课内容、重构授课流程。技术迭代可以降低心理学情研判门槛，弥补普通心理教师数据分析能力不足的短板，推动高校心理健康教育完成粗放式育人向精细化育人的范式转型 [2]。

（二）需求响应：破解教育资源供需失衡的现实措施

高校可以借助 AI 辅助教学工具，补齐专职心理教师人员缺口，缓解师生配比失衡问题。偏远地区、理工类院校可以依托 AI 共享优质心理课件、公开课、测评题库，抹平区域、学科间心理健康教育资源差距。学生可以利用全天候在线 AI 心理助手，规避线下咨询羞怯、病耻感问题，随时开展情绪疏导、心理自测。传统心理健康课程多采用大班授课模式，教师无法兼顾数百名学生差异化心理诉求。AI 辅助系统可以同步承接海量学生咨询需求，分流基础性心理答疑工作，让线下教师聚焦重度心理危机干预、深度心理疏导工作，精准化解心理健康教育资源供需错位、供需紧缺的现实矛盾 [3]。

（三）教育逻辑：从被动干预到主动发展的理念进阶

传统高校心理健康课程秉持问题导向育人思维，教师大多在学生出现抑郁、焦虑、人际冲突问题后开展补救干预，育人存在滞后性 [4]。AI 辅助教学可以重塑心理育人核心逻辑，推动育人重心向后置干预、前置预防、正向培育迁移。高校可以利用 AI 常态化摸排学生心理状态，提前识别情绪低落、作息紊乱、社交退缩等隐性风险信号，落实前置预防工作。教师可以依托 AI 育人数据，聚焦积极人格、抗压能力、情绪管理素养培育，弱化疾病化、问题化授课导向。学生可以借助 AI 心理训练模块，主动开展

 Copyright © This Work is Licensed under A Commons Attribution-Non Commercial 4.0 International License.

情绪调节、正念训练、社交模拟练习，完成被动接受疏导向主动调适心理状态转变。

二、AI 辅助教学赋能高校心理健康课程育人的现存困境

（一）人机交互的情感断裂问题

AI 算法依托逻辑运算进行对话，本身缺乏共情功能，容易造成心理健康课堂上的人机情感隔阂。AI 心理答疑工具能够准确提供心理理论语言表达，但 AI 不能体会学生的委屈、无助、迷茫等感受，也不能给予人情味的关怀 [5]。一些学生习惯了通过 AI 来倾诉自己的心事，这会让其疏远真人交流，产生人际疏离感以及情感钝化现象。而教师过多地使用 AI 制作 PPT 或总结学情，会导致师生之间缺少目光接触及共情交流，降低心理健康课程温度。此外，标准化 AI 应答话术雷同，AI 不能根据学生的成长经历、性格特点进行有针对性地共情，容易给一些脆弱的学生增加孤独感，背离了心理健康教育润物无声的核心目标。

（二）技术伦理的潜在风险问题

心理数据高度私密，AI 教学的应用也带来许多道德问题。比如，一些智能心理平台的数据安全性不高，在管理中工作人员疏忽导致学生的评估结果、心情日记、咨询内容被泄露，侵犯学生的心理健康隐私权。其次，AI 算法本身具有局限性，由于其训练的数据集中主要以正常人群为主，算法容易误判农村生源、学困生、残疾学生心理状态，造成错误干预、标签化评判。一些商业化的 AI 心理产品收集学生的个人信息以盈利为目的，在平台上引导学生付费咨询、付费测试等，给学生带来经济压力。此外，AI 不能对心理危机承担责任，在 AI 误判极端风险而延迟介入时，高校、技术公司、授课老师的责任模糊不清，容易造成学校安全事故 [6]。

（三）角色定位的认知模糊问题

师生之间存在较大 AI 育人角色认知偏差，一些学校领导过分高估技术作用，大量购买各种智能化心理软件，削弱心理教师育人主体性，把课程授课、危机排查全部交由 AI 完成。与此同时，一些老师过于信任 AI 备课，导致自主开展教学研究、理解学生的能力不断下降，变成 AI 的操作者 [7]。而且，很多学生也对 AI 心理功能过分崇拜，一味相信 AI 的心理测评结论，忽视了线下专业老师的意见，导致认识更加偏颇。此外，还有少量师生抵触智能工具，师生认为 AI 冷冰冰、没有教育意义，拒绝使用 AI 进行教学，失去了技术助力教育机会，影响了心理健康课程的数字化发展进程。

三、AI 辅助教学赋能高校心理健康课程育人的实践路径

（一）搭建智能平台，实现动态监测

建立校内统一的一体化心理健康的智能化系统，打通教务处、学生处、宿舍管理科、心理咨询室的数据接口，破除校内数据壁垒 [8]。

首先，高校应使用联邦学习加密方式建立数据中台，做到数据不出校、隐私不上网，防止原始心理数据泄露问题发生，在此之上设立基本测评、每日签到、危机预警、档案管理等部分，根据高校工作实际需求进行完善。

其次，教师可以在平台上进行课前心理普查、每月情绪打卡、学期末学情总结，自动生成班级、个人的心理状况，减少教师的手工记录工作量，节省学情分析的时间。教师需要设置不同级别的告警等级，对于出现睡眠问题加重、旷课次数增加、有消极言论的学生进行告警，由人工智能自动发出告警信息给心理老师，心理老师接到告警之后及时找到该学生进行谈话核实情况，避免了人工智能误判的问题。

此外，学校还要定期检查平台算法，纠正群体识别错误，减少对某些类型学生的误解概率。学生可以自愿选择是否填写心理情况，自愿拒绝不必要的个人信息收集，掌握自己心理数据的主动权，消除信息填报顾虑。

（二）融合 AI 技术，打造个性化辅导

高校应推广 AI 预处理、教师为主导的分层辅导，兼顾技术高效性和人情味。基础层面的心理安抚工作由 AI 承担，AI 进行情绪普及、压力释放的方法指导以及一般性心理困惑解答等，随时满足学生的零散求助。深层次的情绪安抚、创伤治愈、危机干预等工作都由线下专职老师完成，坚守教育者的身份定位 [9]。

第一，通过 AI 拆解学生的咨询文字，提取焦虑的原因、人与人之间的冲突、学习的压力等主要问题点，节省分析的时间，留出更多的时间进行共情交流。第二，用 AI 制作身临其境的心理情景剧或情绪模拟，把宿舍矛盾、学习成绩下降、求职焦虑等问题一一再现，让学生代入其中发泄情绪，增加课堂共情的效果。第三，规定好 AI 的回答的语言，去掉那些死板的话，加入温馨、自然的话语，减少机器感。学生可以根据自己的需要选择不同的方式来缓解自己的情绪，在轻微的情绪困扰的时候可以让它自己解决，而在严重的情绪困扰的情况下就联系老师，不能一味地依赖这个东西。第四，有针对性地联系学校的心理老师，核对 AI 辅导记录表，关注存在风险的学生心理情况，预防因感情疏远造成的心理危机。

（三）运用智能工具，创新教学模式

一方面，教师可以使用生成式 AI 进行课前准备，教师提供教学内容以及育人目标，AI 迅速整理相关素材、题目以及延伸资料等，精选贴近学生日常生活、学习及未来求职等问题的心理案例，解决陈旧案例脱离实际的问题。另一方面，教师可以利用 AI 可视化工具，制作脑科学、情绪机制、人格心理学动态课件，简化晦涩专业理论，降低课堂理解门槛。

课堂授课环节，教师利用 AI 随堂学情采集，在课堂上获取学生的弹幕、随堂问卷等信息，根据实际情况改变教学进度，在学生缺乏兴趣的情况下增加一些小游戏或者心理咨询活动。课后环节，老师用 AI 布置不同层次的家庭作业，为内向敏感学生推送情绪随笔任务，为外向冲动学生推送人际实践任务，做到因材施教。同时，学校也可以开设有关人工智能的心理素养选修课，

Copyright © This Work is Licensed under A Commons Attribution-Non Commercial 4.0 International License.

让学生们了解人工智能的心理测试存在的问题，避免被算法所蒙蔽，学会正确的述说方式，提高他们的数字心理素养[10]。

（四）完善保障机制，强化伦理管理

第一，高校应制定校内《AI心理健康教学伦理管理细则》，划出数据收集、算法应用、学情公开三道防线。比如，高校需明确禁止收集学生的面部个人表情、家庭极端隐私等信息，禁止向外界提供学校内部的心理健康相关数据集。所有进入校园的AI心理工具须经过伦理审查，剔除算法歧视严重以及带有商业化倾向的产品。

第二，高校要建立专门培训制度，定期进行AI心理工具使用、伦理风控以及危机预警等培训工作。培训对象包括授课教师、辅导员、管理员等人员，提高相关人员技术水平以及防范风险意识，防止因误操作导致学生受到伤害事件发生。

第三，学校要划分三方面责任范围，技术公司负责算法优化、系统维护、数据安全等；老师负责教学判断、心理辅导、突发事件处理等；运维人员负责一般风险防控以及日志保存等工作，明确问责制度，预防矛盾升级。

第四，高校要建立有效的学生反馈机制。当学生遇到AI误诊、隐私泄露、机械应答等问题时，可以借助网络一键投诉。此外，学校也要加强与当地教育局的合作，引入行业内的相关规范，及时更新学校的规章制度以适应AI的发展趋势，为学校培养人才提供坚实的基础。

四、结束语

人工智能为高校心理健康课程提质增效注入全新动能，技术赋能既顺应数字化教育改革大势，也贴合当代大学生多元化心理育人诉求。当下AI赋能心理健康教育依旧面临情感割裂、伦理失范、角色错位多重阻碍，高校需夯实平台建设、制度保障基础，教师要平衡技术工具与人文育人关系，学生要理性使用智能心理资源。各方协同扬长避短，规避技术弊端、活用技术优势，共同推动高校心理健康课程提质升级，培育心态阳光、人格健全、抗压坚韧的新时代大学生，落实立德树人根本育人任务。

参考文献

[1] 吴双磊，刘可欣 . 人工智能技术在高校心理健康工作中的应用探析 [J]. 高校学生工作研究 ,2025,(2):109-119.

[2] 钟娅洁 . 生成式人工智能背景下大学生积极心理品质培养研究 [J]. 教育信息化论坛 ,2025,(11):118-120.

[3] 高惠 . 智能赋能，育见未来——人工智能驱动的高校辅导员工作创新与实践 [C]// 北京大学出版社，云南省辅导员发展研究中心 .2025年法治思想引领高校辅导员队伍专业化建设创新论坛论文集 .[出版者不详],2025:68-71.

[4] 王宇 . 人工智能赋能高校辅导员心理健康教育课备课的路径研究 [C]// 北京大学出版社，云南省辅导员发展研究中心 .2025年法治思想引领高校辅导员队伍专业化建设创新论坛论文集 .[出版者不详],2025:295-298.

[5] 张策 .AI赋能高校心理健康服务的实践研究——以"AI心护航"辅导站为例 [J]. 时代青年 ,2025,(46):123-125.

[6] 龚曦，余洁 . 构建数智驱动"专精特新"四位一体高校心理育人模式 [N]. 江淮时报 ,2025-12-12(006).

[7] 夏师澄 . 人工智能时代高校辅导员思政教育工作的现实挑战与优化路径 [J]. 松辽学术论丛 ,2025,():36-43.

[8] 杨转转，李静 . 赋能—进阶—协同：高校辅导员心理健康教育工作的优化路径 [J]. 吕梁学院学报 ,2025,15(6):86-91.

[9] 黄金丽 . 人工智能赋能高校辅导员心理育人工作质量提升研究 [N]. 科学导报 ,2025-12-25(B02).

[10] 黄萌，何龙辉，王炳人 . 人工智能赋能高校心理健康教育的应用模式、现实挑战与行动路径 [J]. 世纪桥 ,2025,(24):76-78.

 Copyright © This Work is Licensed under A Commons Attribution-Non Commercial 4.0 International License.