

# 心理健康教育大中小横向一体化的 创新性实践探索

郭 雯, 杨惠琴

西南科技大学心理教育与辅导中心, 四川 绵阳

收稿日期: 2023年6月26日; 录用日期: 2023年8月4日; 发布日期: 2023年8月16日

## 摘 要

本文对心理健康教育大中小横向一体化的理论基础和实践路径进行了总结与概述, 并对“横向一体化”做出了创新性的解读, 提出打破大中小学段壁垒, 以大学优势, 引领促进中小学心理健康教育, 并制定了具体的实操方案。该方案的提出既是对生态系统理论作为指导横向一体化的理论基础的验证, 同时也推进了横向一体化的实践。

## 关键词

心理健康教育, 大中小, 横向一体化

# The Innovative and Practical Exploration of the Horizontal Integration of Mental Health Education in Elementary and Secondary Schools, Colleges and Universities

Wen Guo, Huiqin Yang

Psychological Education and Counseling Center, Southwest University of Science and Technology, Mianyang  
Sichuan

Received: Jun. 26<sup>th</sup>, 2023; accepted: Aug. 4<sup>th</sup>, 2023; published: Aug. 16<sup>th</sup>, 2023

## Abstract

First of all, the author summarizes and outlines the theoretical basis and realization path of the

horizontal integration of mental health education in elementary and secondary schools, colleges, and universities. Secondly, an innovative interpretation of horizontal integration has been proposed, that is, the barriers between elementary and secondary schools, colleges, and universities should be broken down, so as to, the mental health in elementary and secondary schools is supposed to be promoted, benefited from the superior resources of universities. Thirdly, an example of practical scheme is proposed, which is not only confirming the ecological system theory as an effective theoretical framework for the exploration of the horizontal integration, but also a progress of practice in horizontal integration.

## Keywords

Mental Health Education, Elementary and Secondary Schools, Colleges and Universities, Horizontal Integration

Copyright © 2023 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

## 1. 引言

心理健康教育大中小一体化包含“纵向”和“横向”两个方面。纵向一体化主要聚焦大中小学心理健康教育工作一体化纵向衔接的问题,突出心理健康教育小学、中学、大学3个阶段的差异性与递进性(徐伟,王云峰,丁晓茜,2021)。横向一体化主要指学校、家庭、社会横向协同育人问题,强调充分整合家校社等各方资源,构建全员全方位的一体化心理育人格局(阴国恩,曹瑞,徐丽,2014;徐伟,王云峰,丁晓茜,2021)。本研究对心理健康教育一体化的横向一体化内涵,提出了创新性的理解并制定实操方案,将“纵横”分离、各自为战的“纵横”关系进行了整合与补充,同时将横向一体化从理论探讨向微观实践迈进。

## 2. 心理健康教育大中小横向一体化的理论基础:生态系统理论

横向一体化强调整合影响学生心理健康水平的各个因素,促进各因素之间的良性互动,其理论基础是布朗芬布伦纳提出的生态系统理论(俞国良,王浩,2019)。该理论认为,社会影响可以归纳为以个体为圆心扩展开来的嵌套式系统。这一系统的核心是个体,包括个体的生理、心理特征。直接作用于个体的微系统包含家庭、朋友、学校等社会因素,这些因素可能通过亲子关系质量、同伴关系(同伴支持或同伴拒绝)、学校环境(支持性或非支持性)等中介变量影响青少年的个性心理特征。微系统中各因素的交互作用即为中系统,如家校互动等。中系统之外,是那些直接影响微系统中重要他人的因素,例如父母的工作状况等,构成外系统。外系统的外层是宏系统,包括特定文化中的价值观、态度、习俗以及法律等。模型的最外围,是时间系统(俞国良,李建良,王勃,2018)。

该理论能够整合地解释社会环境是如何影响个体心理发展的,因此可以作为分析心理健康教育大中小横向一体化建设的主要框架。

## 3. 心理健康教育大中小横向一体化建设的基本路径:以学校教育为纲,家校社协作共育

教育是家庭、学校、政府、社会共同的责任。青少年心理、个性发展的过程,因其受到家庭、学校

和社会的重要影响, 决定了心理教育必然需要全社会的合力才能体现成效。

首先, 学校是青少年心理健康系统教育的主要阵地。教育部颁发的心理健康教育的纲领性文件《高等学校心理健康教育指导纲要》指出, 高校应“根据学生身心发展规律和心理健康教育规律, 科学开展心理健康教育工作”; 同时, 《中小学心理健康教育指导纲要》(2012 修订)强调“根据中小学生的生理、心理发展特点和规律, 把握不同年龄阶段学生的心理发展任务, 运用心理健康教育的知识理论和方法技能, 培养中小学生良好的心理素质, 促进其身心全面和谐发展”(刘春雷, 2022)。根据上述工作要求, 大中小学已基本实现根据学生身心发展阶段性与连续性的规律和特点, 构建有效的心理育人体系的目标。这也是心理健康教育大中小纵向一体化的主要内容(俞国良, 2020)。

此外, 《中小学心理健康教育指导纲要》(2012 修订)还指出, 学校应“密切联系家长共同实施心理健康教育、充分利用校外教育资源开展心理健康教育”。因此, 学校要承担起心理健康教育大中小横向一体化建设的主导责任。一方面, 学校要纵横联合, 构建家校社合作的平台, 确保与促进家校社良性互动; 另一方面, 学校要整合社会资源——深入挖掘并运用资源, 提升心理教育成效; 最终构建起以学校教育为纲, 家校社协作共育的心理健康教育大中小横向一体化体系。

### (一) 建立家校联合共育

学校心理教育虽然能够覆盖大多数学生和普遍性问题, 但仍存在着很大的缺漏。青少年的心理问题虽然常常爆发在学龄期间, 但其成因更多地并非源于学校。个体心理发展开始于婴幼儿时期的父母养育, 发展于成长过程的家庭教育、亲子关系、成长经历中的重要事件等。因而家庭是影响青少年个性发展与心理健康的重要因素。学校由于心理师资力量不足等原因, 在工作开展中, 很难做到掌握每个学生的成长史, 跟踪每个人的心理个性成长; 在专业性上, 也不足以对越来越高发的心理问题开展个性化的咨询和干预工作。因此, 在构建心理教育大中小一体化格局的过程中, 要充分重视家庭的作用, 深入开展家校联合(俞国良, 王浩, 2019)。

#### 1) 建立家校联合共育机制

在家校协同育人中, 学校作为主导地位, 应做到“整体规划、搭建平台, 落实务实”。学校要将家校联合纳入学校心理健康教育的整体规划中, 在日常教育、特色活动、学生心理档案建立、心理危机干预等环节中, 都要发挥家校联合育人过程的重要作用。成立家校共育工作委员会, 由热衷于心理健康教育事业的教师、家长及学生任委员, 开展教育活动。提供经费支持, 建立线上线下工作平台, 确保将家校共育工作落到实处。

#### 2) 建设家长心理养育课程

中国家庭对心理学知识的了解、对心理教育的认识和重视普遍不足。比如, 仍有许多家长认为孩子看起来好好的, 不可能得抑郁症, 期待孩子放松一下就能好起来, 耽误了孩子的治疗; 或者觉得孩子出现心理问题是一件很丢脸的事情, 抵触承认和就医, 导致孩子也对心理问题产生污名感, 延误了干预的时机; 有的家长不知道如何与青春期的孩子沟通, 于是给孩子扣上叛逆的帽子, 导致亲子关系恶劣。此外, 家长对心理教育的重视也不够, 中国家长关心孩子的吃穿和学业, 却很难“谈心”, 我们很少问孩子“今天开不开心”, “有没有什么心事”。家庭由于自己的认知不足、没有时间、没有资源和平台等原因, 不能得到科学的关于心理教育的知识和指导。

因此, 学校或教育部门应做好家长心理养育课程的建设, 点面结合, 既要包含针对全体青少年心理发展特点、心理教育的基本知识等, 又要抓住关键点, 针对各学段、各年龄段青少年的身心特点, 或者以典型的情绪、行为问题、普遍存在的教育需求与困惑等为导向, 开发针对性的课程, 让家长能够有效应对孩子成长过程中出现的各种问题。

## (二) 善用系统内外专业资源

学校要善用一切资源,提升心理教育教师的心理素养与教育能力。

首先,应增强与区域内大中小学的联系,整合资源,相互促进。比如,可通过开展区域内教学比赛等形式,促进心理教师教学技能的相互学习与提升,强化心理课程建设。其次,善用区域心理健康教育中心,如未成年心理辅导中心、家庭教育指导中心等机构的专业力量。通过开展课题研究、学术会议、专业培训、经验交流等活动,提升区域内大中小学校专兼职心理教师的专业技能与从业能力。再者,与社区心理咨询点、心理咨询机构,心理帮助热线等保持交流,通过建立学习小组、个案督导小组等方式,共同学习进步,更好地服务区域内的大中小學生。最后,大中小学校心理教育工作都应谋求与精神卫生中心的常态化合作——开展专业指导、资源共享、队伍建设等方面的合作。提升心理教师对精神疾病的认识,建立学生精神心理疾病就医绿色通道,在精神科医生的指导下开展服药学生的心理咨询工作,是学校心理工作得以安全展开的保障,也是符合精神卫生法要求,保障学生最大福祉的基石。

## (三) 统筹整合,联合社会各界力量

社会因素在青少年心理教育中存在着至关重要的作用。由于网络社会的发展,消息传播越来越扁平化,社会风气、社会重大事件等都会直接影响到青少年。青少年对社会信息的接受常常越过了家长、学校这道防火墙,他们了解的讯息比家长、老师还快、还多,因此也可能受到一些不良观点的误导。例如,“躺平”的论调,对于我们希望青少年是激情的、奋斗的教育目标是极大的冲击。再如,网络传播让许多负能量的事件集中呈现在青少年面前,影响他们对社会的认知和信任感。为此,学校应该利用好社会各界的资源来开展心理教育。网络上有“躺平”的论调就有奋斗的故事,有“负能量”也有很多正能量,我们要利用好网络阵地,引导青少年理性评估他人言论,用积极取向的观点理解社会事件。

心理健康教育大中小横向一体化建设,还要求学校要整合社会各界力量,做好学生心理危机干预工作。心理危机的发现,常常是“心理”之外的工作,多数情况下是在非专业活动、非专业人士中发现的,只有少数心理危机和风险是在心理教育和咨询活动中被发现的,这就要求我们,首先,利用一切可以利用的手段,包括电视网络等媒介上的公益讲座等,宣传心理健康和识别心理危机的知识,让每一个人都有识别危机的意识和能力,并且有求助专业人士的通道。其次,要了解学生心理动态,就要善用网络,了解学生的网络动态,我们在很多案例中都发现,高风险的青少年,都可在其网络行为中发现端倪。第三,学校要与社区派出所、社区医院、消防救援局、社会上的志愿救援组织等保持联系,确保能够及时高效地掌握青少年心理危机动态,在危机发生时能够响应迅速,整合各方救助力量实施救援和干预。

## 4. 对心理健康教育大中小横向一体化的创新性解读:打破壁垒,整合大中小各学段优势教育资源

大中小一体化建设中,前人对于各学段之间关系的探讨,只出现在纵向衔接之中,强调小学、中学、大学三个学段课程设置上的差异性和递进性(徐伟,王云峰,丁晓茜,2021)。各学段在横向一体化建设中应如何“横向”联合尚未被充分讨论。本文认为,大中小学段在建设自己的课程体系、打造适合本学段的品牌活动之外,还应该横向联合,打破学段之间的壁垒,互通有无,互相启发,合作互补,碰撞出新的火花。这其中,大学作为高等教育学府,应肩负起独特的使命(杨志成,2022)。

首先,要充分发挥大学的理论研究优势,引领大中小心理教育课题研究,为大中小心理健康教育提供智力和理论支撑。大学作为学校育人体系的末端,对于如何培养心理功能合格的成年人和社会人,应有充分而深入的认识;高校的心理工作者也都有这样的共识,在一个人成年后爆发的心理问题,常常具有始于童年早期并不断发展的脉络。大学拥有的优秀的心理专业资源,应该运用到青少年心理问题发生发展的更早期和更关键的时期。大学的专业资源和科研资源,应致力于理解学生心理成长的关键期、影



响因素、教育与干预的方法等议题,用于指导心理教育实践。

其次,要充分发挥大学的社会服务职能。大学要主动建立心理教育大中小一体化的交流反馈机制(杨志成, 2022),尤其是结合大学生出现的一些心理问题,带领中小学一同研究,共同分析问题原因。大学前沿的理论研究成果要及时向中小学段传达,大学丰富的心理教育资源要与中小学分享。可以通过学术会议、培训课程等,促进各学段教师的相互启发提升,同时也促进各学段心理教育的理念、目标、方法在这种碰撞中得以统一和完善。

第三,充分发挥大学生这一人力资源。精心培训后的大学生,是一支充满能量的生力军,可以作为师资力量薄弱的中小学心理教育的辅助力量,协助开展心理团辅、心理特色校园活动等,丰富中小学心理教育内容,提升心理教育成效。同时也可邀请中小学段学生参加大学丰富多彩的心理教育活动,如525大学生心理健康节等。不同学段学生的交流互动,可能给彼此带来新的人生体验与心理感悟,让每个人都从中受益。

## 5. 心理健康教育大中小横向一体化创新性实践探索

绵阳市某学校(中学部和小学部)基于提升学校心理教育成效的目标,邀请区域内大中小学心理教育专家及一线教师(包含5名大学心理教育专家与10名中小学心理教师),组成课题小组,制定一揽子方案。方案制定流程:1)首先查阅文献,充分了解整合大中小心理教育资源实现教育一体化的理论基础与实践路径;2)采用交锋式会议法,要求与会专家和教师以生态系统理论为框架,各抒己见,充分讨论,初步确定各个层级的实践活动;3)整理会议内容,完善和细化实践活动方案(见表1)。

**Table 1.** Horizontal integration practice plan for mental health education in elementary and secondary schools, colleges and universities

**表 1.** 心理健康教育大中小横向一体化实操方案

生态系统理论	中介变量	实践活动
微系统	亲子关系质量	1) 邀请高校心理专家对家长开展亲子教育与沟通相关主题的讲座; 2) 培训大学生做团体辅导带领人,开展邀请家长与学生共同参与的,以亲子沟通、爱与感恩等为主题的亲子活动。
	同伴关系	1) 大学生作为团体带领人,开展提升同伴支持的团辅活动; 2) 开展大学生-中小学生对子活动,大学生以亦师亦友的身份,给中小學生带来同伴相处的榜样作用和替代同伴的支持作用。
	学校环境	1) 大学生团队协助心理教师,指导各校级、班级心理文化建设,开展丰富而独特的心理健康活动,打造支持性的校园环境。
中系统	家校互动	1) 成立家校共育工作委员会,由热衷于心理健康教育事业的教师、家长及学生任委员;建立线上线下家校共育工作平台,确保将家校共育工作落到实处; 2) 定期开展家长心理养育课程培训。
外系统	社区环境	1) 邀请消防局、社区医院进校园,展开系列生命教育活动; 2) 联合社区各部分,展开社区心理环境清查,排除发生在校园内外的暴力行为等不利于学生身心健康的因素;开展提升社区居民素质等教育活动。
	学校的课程设置与教师培训	1) 利用校外专家资源,开展教师心理技能培训; 2) 组建专家团队,提升中小学心理课程质量; 3) 开展课程比赛,促进校际心理课程交流。
宏系统	文化中的价值观、态度、习俗等	1) 开展跨群体,如大中小學生之间、城乡青少年之间、各民族青少年之间、异国青少年之间等的心理交流活动。

绵阳市某学校在中学部和小学部实践该方案一学年之后, 心理教育成效取得较大进展, 94%的学生和 97%的家长表示愿意参与学校开展的系列心理教育活动; 89%的学生表示对自己心理健康的关注度有提升; 57%的学生认为学校心理教育活动对自己“帮助很大”。

## 6. 结语

本文对心理健康教育大中小横向一体化的理论基础和实践路径进行了总结与概述, 并对“横向一体化”做出了创新性的解读, 提出了打破大中小学段壁垒, 以大学优势, 引领促进中小学心理健康教育, 并制定了行之有效的实操方案。这一创新性的理解有效地将过去相互分离的“纵横”一体化进行了整合与补充。同时, 本研究也验证了生态系统理论可以作为对横向一体化建设的指导性框架。最后, 实操方案的提出与践行, 将横向一体化从理论探讨向实践推进了一大步。

## 基金项目

本成果系“四川省教育厅 四川高校心理健康教育培训基地研究课题《大中小横向一体化心理健康教育的理论与实践研究》(2021SXJP028)研究成果”。

## 参考文献

- 刘春雷(2022). 大中小幼心理健康教育一体化建设的困境与实现路径. *吉林师范大学学报(人文社会科学版)*, 50(3), 48-54.
- 徐伟, 王云峰, 丁晓茜(2021). 大中小学心理健康教育一体化: 进程、学理与架构. *石家庄学院学报*, 23(3), 132-137+151.
- 杨志成(2022). 论大中小幼一体化德育体系建设的大学担当. *中国高等教育*, (1), 7-8+32.
- 阴国恩, 曹瑞, 徐丽(2014). 构建学校-家庭-社会一体化心理健康教育模式. *心理与行为研究*, 12(6), 819-823.
- 俞国良(2020). 大中小幼心理健康教育一体化: 实践的视角. *山西师大学报(社会科学版)*, 47(2), 73-80.
- 俞国良, 李建良, 王勃(2018). 生态系统理论与青少年心理健康教育. *教育研究*, 39(3), 110-117.
- 俞国良, 王浩(2019). 大中小学心理健康教育一体化: 理论的视角. *教育研究*, 40(8), 108-114.