

# “三全育人”体系下重大突发事件中的 高校心理育人路径研究

胡佳<sup>1</sup>, 王平风<sup>1</sup>, 邹小平<sup>1</sup>, 刘惠娟<sup>2</sup>

<sup>1</sup>东华理工大学, 江西 南昌

<sup>2</sup>上海出版印刷高等专科学校, 上海

收稿日期: 2022年8月8日; 录用日期: 2022年9月8日; 发布日期: 2022年9月15日

## 摘要

心理育人是高校重点工作之一, 大学生的心理健康教育工作是学生进行学习和生活的基础。2020年初新冠疫情的爆发, 使得高校心理育人工作带来了巨大挑战。文章结合“三全育人”体系, 探讨重大突发事件下高校如何开展大学生心理健康教育工作。面对心理育人参与人员单薄、受众面不全、师资缺口大、课程体系不完善、教育渠道单一等困境, 提出全员并行式、全过程层级制、全方位多角度的心理育人的路径, 进一步推进新时代高校心理育人工作的发展。

## 关键词

大学生, 心理育人, 三全育人, 重大突发事件

# Research on the Path of College Psychological Education in Major Emergencies under the System of “Three Complete Education”

Jia Hu<sup>1</sup>, Pingfeng Wang<sup>1</sup>, Xiaoping Zou<sup>1</sup>, Huijuan Liu<sup>2</sup>

<sup>1</sup>East China University of Technology, Nanchang Jiangxi

<sup>2</sup>Shanghai Publishing and Printing College, Shanghai

Received: Aug. 8<sup>th</sup>, 2022; accepted: Sep. 8<sup>th</sup>, 2022; published: Sep. 15<sup>th</sup>, 2022

## Abstract

Psychological education is one of the key tasks in colleges and universities. The mental health

文章引用: 胡佳, 王平风, 邹小平, 刘惠娟. “三全育人”体系下重大突发事件中的高校心理育人路径研究[J]. 教育进展, 2022, 12(9): 3323-3328. DOI: 10.12677/ae.2022.129509

education of college students is the basis for study and life. The outbreak of COVID-19 in early 2020 has brought great challenges to psychological education in colleges and universities. The paper discusses how to carry out mental health education for college students under major emergencies in combination with the system of "Three Complete Education". In the face of the difficulties such as the limited number of participants in psychological education, the insufficient audience, the large gap of teachers, the imperfect curriculum system, and the single educational channel, the paper puts forward the way of psychological education of the whole staff in parallel, the whole process hierarchical system, and the all-round and multi-angle, so as to further promote the psychological education of colleges and universities in the new era.

## Keywords

College Students, Psychological Education, Three Complete Education, Major Emergencies

Copyright © 2022 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. 前言

2020年初,新冠肺炎疫情爆发,1月30日,世界卫生组织宣布将新冠肺炎疫情列为国际关注的突发公共卫生事件。面对疫情,各大高校延期开学,大学生宅家线上学习,不能正常返校参加社会实践活动,已经对部分学生的学习与生活造成负面影响。有研究表明,重大突发公共卫生事件给人们心理造成的影响会持续很长时间[1][2]。本文所指的“重大突发事件”是社会危害程度高、影响范围较大的突发事件,存在高度危险性和高度不确定性的特点[3],典型案例比如汶川8.0级大地震(2008年)、南方低温雨雪冰冻灾害(2008年),非典型肺炎疫情(SARS)(2003年),以及当下正在经历的新冠肺炎疫情等。重大突发事件一经爆发,会在短时间内迅速扩展和升温,吸引网络媒体、传统媒体线上线下及时跟进,使得该事件被进一步发酵。突发事件一旦发生无法用常规处理方式方法解决,整个过程都存在不确定性,处理者的经验无法确定事件是否能处置好。而且突发事件具有较大的危机与危害性,无法评估事件带来的伤害,给社会和个体带来不同程度的伤害。对于高校教育来说也产生了重大影响,突发事件易使大学生产生焦虑情绪和心理困扰,有研究表明,大学生在重大突发事件中产生心理危机,不但影响学生的日常学习和生活,而且出现生理、认知、行为和情绪等方面的不良反应,长期的不良应激状态可能会造成心理问题,甚至导致精神疾患[4]。因此,面对重大突发事件,如何加强高校大学生心理育人研究是当前迫切需要解决的问题。

中共中央、国务院《关于加强和改进新形势下高校思想政治工作的意见》提出的坚持全员、全过程、全方位育人,也就是“三全育人”。2017年12月印发的《高校思想政治工作质量提升工程实施纲要》(以下简称《纲要》)提出了构建“全员、全过程、全方位”一体化育人格局的要求,其中包括课程育人、科研育人、实践育人、文化育人、网络育人、心理育人、管理育人、服务育人、资助育人、组织育人“十大育人体系”。心理育人作为“三全”体系中的重要一环,大学生心理健康教育一直都是高校“立德树人”根本任务的落脚点之一,高校育人工作的重要内容和手段,它不仅培养学生自信、乐观、健康的心态,引导学生增强耐挫力,完善正确的人生观、世界观和价值观的教育,而且是高校育人的重要把手。在重大公共卫生事件常态下,高校进行心理育人教育既符合大学生心理成长的规律,又能够帮助大学生尽快解决因重大公共卫生事件造成的心理健康问题,提升心理承受力。

目前来看,面对当代大学生的特点以及大学生面对重大突发事件的情况,大学生心理健康教育工作还存在一些不足的地方,心理健康教育的参与对象、参与过程以及参与的覆盖面都存在一些问题。面对重大突发事件,高校心理育人机制不完善,高校应该以“三全育人”体系为指导,为学生提供更全面的心理健康指导,引导学生更好地适应大学生活。

## 2. 重大突发事件下心理育人所存在的问题

### (一) 心理育人参与人员较单薄

面对疫情等重大突发事件,大学生产生焦虑、紧张等心理问题,不知如何才能应对,处理事情表现出很慌张。其中来自父母的社会支持系统很欠缺,父母没有及时有效地给予学生心理上的帮助,其实家庭对于学生来说是一个重要的社会支持系统,父母的支持与帮助能够让大学生度过心理艰难时期[5]。而且目前高校的家校合作的程度微乎其微,家长隐瞒学生的心理问题,这导致学校并不能快速有效的追踪问题学生,进而延误学生的正常成长,加重学生的问题。其次大部分学生父母并没有把心理问题当成是问题,父母只关心学生的成绩,并不关心学生的所感所想,这将导致加深学生与父母之前的矛盾。据多个咨询案例分析得出结论:大部分出现心理问题的学生源于与父母的关系,父母与学生关系紧张导致学生出现心理问题。疫情期间学生返校后的心理健康教育的老师全是心理相关专业教师、辅导员,其他教师并没有过多的参与到大学生的心理健康教育中,他们认为学生出现了心理问题找心理健康教师即可,自己并不承担这方面的教育。

### (二) 心理育人受众面不全

面对重大突发事件,目前高校对本科生进行当下的心理测评、约谈、团体辅导等活动,研究生的心理健康教育的重视程度不高。研究生也是需要关注的一个群体,虽然他们比本科生年龄大,但是这个群体也有很多心理问题,面对疫情等重大突发事件,不能及时返校会造成科研压力增加,每个人都很容易出现心理问题甚至出现精神障碍。疫情期间每个年级都会有每个年级的特点,需要针对性地对所有在校生进行主题心理教育与辅导。

### (三) 心理育人师资缺口较大

据统计,目前大多数高校的专业心理健康教育的师资力量薄弱,有的普通高校每2~3万大学生只配有1~2名专业心理健康教师,师生配比较低。面对重大突发事件,学生出现不同症状的心理问题,他们向老师求助,但是面对数量众多的问题学生,心理教师也无法能够及时有效的帮助到每一位学生。而且在重大突发事件发生时,学生出现紧张、焦虑等负性情绪的时候,第一时间找辅导员帮助,但是很多辅导员并非心理学专业,甚至有的辅导员根本没接触过心理健康知识,他们无法及时有效帮助学生。

### (四) 心理育人课程体系不全、不系统

对于较稳定的正常社会环境下的大学生心理健康教育,高校具备较健全的心理健康教育公共课,这是一门通识性课程,但是在整个心理教育课程体系中缺乏对重大突发事件下的心理健康教育相关课程内容,比如突发事件的危机干预课程。这次疫情环境下,学生出现大面积的焦虑、紧张等问题,面对这样的环境,高校只是临时做一些相关的课程或辅导,导致处理起来会很生涩以及效果不佳。而且针对学生的心理健康教育相关课程,大部分高校主要是以必修课的形式存在,其实这对于新时代大学生心理健康的塑造远远不够,还需要以其他形式的课程供学生选择,不同形式的课程使得心理健康教育更加充满活力。另外高校的心理健康教育课程缺乏层次感,缺乏对不同类别的“特殊学生”的课程,比如人际关系不良的群体的课程、抑郁自卑的课程。除了要横向研究的课程,还需要纵向研究的课程。

### (五) 心理育人体现方式较单一

面对疫情,针对学生的心理健康教育从线下转移到线上,通过教师的线上授课传播心理健康知识,

这种满堂灌的教学模式，学生在课堂上获得的知识与技能会影响实际效果，线上的心理健康教育活动课如何开展能够让学生积极参与进来是值得去探讨的。现在高校学生基本上是“00”后，他们的性格特征、思想都与以往学生不一样，所以在心理课堂线上教学中，教师根据以往的教材进行讲解，“00”后学生对课程内容不感兴趣，教育形式陈旧，缺乏理论知识的创新，因此大学生的学习进度和接受程度不高，影响大学生学习的效果。所以对于重大突发事件下，结合当下的情况找到适合学生的比较创新的教学方式，让学生在新的教学模式增强心理健康素质。

### 3. 基于“三全育人”体系完善重大突发事件下的心理育人体制

#### (一) 全员并行式心理育人

在重大突发事件下，高校学生的心理健康教育不仅仅是心理健康教师和辅导员的工作，而且是学校所有教书育人教师的工作，需要在整个高校进行全员心理育人。心理健康教育教师与学生数量不匹配，严重缺乏教师，为了做好心理育人，应调动全校教职员重视学生的心理健康。高校应组织好专职和兼职心理健康教育教师，形成专兼结合、专业互补、素质良好的心理育人师资队伍。

辅导员工作的九大职责包括心理健康教育，心理育人工作中辅导员的角色也很重要。学校可调动非心理学专业的辅导员积极参加心理咨询师的培训，使得辅导员能够学习基本的心理健康知识以及心理咨询技巧，扩大大学生心理援助的师资力量。辅导员通过心理咨询的系统培训，在日常工作中时刻关注学生的心理动态。特别是疫情等重大事件中，线上的心理辅导非常重要，辅导员对于学生来说是最熟悉的做信任的，所以在特殊时期辅导员要重点关注学生心理状态，及时发现及时处理。

从社会支持系统的另一个方面——父母的支持来说，心理育人缺乏家校合作的力量，特别是对于特殊学生的心理健康问题，家校合作能够更大程度上帮助学生，可实行“1+2+N”的模式，1个学生，2是指学校和家庭，N是指合作模式的各种具体做法，开展家长“微课堂”课程，让父母参与心理育人的队伍中。搭建特殊学生心理健康教育家校合作平台，可以传承创新现有特殊学生心理健康模式，让学生家庭参与到学校的心理健康教育服务工作中来，真正实现“家校合作”。同时提高工作室成员整体专业素质，逐步形成心理健康教育“三全育人”。以线上、线下双模式，结合家庭教育课程、第二课堂实践活动、个体或团体心理辅导等多措并举，实现学校-家庭-学生良性互动协同运作。建立家长“微课堂”，有利于家长对特殊学生的教育方法的掌握，有利于家长与学生的交流更顺畅，促进家校合作。辅导员定期进行云端家访、云端家长会、云端家庭沙龙等，让家长能够掌握心理健康知识，指导家长更新对学生的理解，更新教育理念，优化家庭教育，这样能够提高特殊学生的心理育人工作的效果。开设家庭教育类公共选修课，如家庭治疗、如何成为专业父母、如何与原生家庭和解等，所有大学生均可自行选修。组织特殊学生参加关于心理的“第二课堂”，学生在活动中增强心理素质。

另外，除了教师、家长、社会参与高校心理健康教育工作，其实朋辈辅导对于学生的心理健康影响也很大[6]。朋辈心理辅导可以显著提高大学生社会适应能力[7]。朋辈能够更加理解问题学生的处境，这样会有利于他们进行交流，达到经验分享，更快有效地解决问题。高校可以组建一支朋辈辅导的学生队伍，对他们进行相关的培训，之后可以开展问题学生的朋辈辅导。这样也会相对缓冲专职教师数量不足导致问题学生得不到及时解决的处境。

#### (二) 全过程层级制心理育人

重大突发事件下，在“三全育人”理念视角下，高校心理育人需要进行层级制的心理健康教育，高度重视每个年级学生的成长过程的特征，根据大学生的心理发展规律，坚持个体差异性的特点，科学制定心理健康教育课程教学目标、教学内容和教学方式，区分不同阶段、不同层次，针对性地开展心理育

人机制。“全程育人”的优势在于预防性和及时性，针对不同的年级制定不同的心理育人方案，对于大一新生及时进行新生心理问卷调查，建立学生的心理健康档案，在进入大学生活伊始及时发现心理问题，能够有效地帮助学生适应大学生生活和学习，减少小问题积累成大问题。在疫情等重大突发事件的背景下，突出这个背景下学生发展的各个阶段心理育人的侧重点，疫情影响个体出行的自由，疫情影响毕业生的就业，高校需要制定危机应急管理策略，有目的地记录分析学生心理问题的因缘起合，有效应对心理突发问题，逐步缩小并消除大学生心理承载的负面影响。

值得一提的是研究生的心理健康教育亟待加强，疫情等重大事件的发生，焦虑和抑郁程度显著提高，负性情绪显著升高[8]，再加上研究生的科研压力越来越大。最近几年研究生因压力大导致自杀的事件也越来越多。研究生科研、人际关系、就业等压力直线上升，较为成熟的心智促使研究生心理活动更加复杂、矛盾，对集体的依赖感、归属感降低，更关注自身的成长，发展性问题其实更容易从自身找原因去解释生活、学习中的问题。因此，高校应制定层级制的心理健康危机干预方案，建立“学生-宿舍-班级-学院-学校”多层级的心理危机预警、干预与转介、监督监控、追踪回访等体系。根据不同年级的心理成长特征，科学有效进行全过程的心理育人工作。

### (三) 全方位多角度心理育人

研究表明面对突发事件，网络思想政治教育具有显著的优势，需要充分利用互联网开展网络思想引领[9]。疫情等重大突发事件下，传统的心理健康教育已经不能满足现在学生对心理健康教育的需求，由于不能返校在需要得到心理援助的时候没有合适的渠道寻求帮助。所以高校需建立疫情等重大突发事件下心理健康教育工作小组，安排专业的心理健康教师心理援助小组，24小时在线咨询。高校需要多角度全方位将心理健康知识渗透给学生，让学生能够做好重大突发事件下的应激反应。在学生未返校期间高校可搭建心理健康教育的“微社区”、“微课堂”、“微学习”，这种微形势下的学习可以让学生找到解决问题的一些新思路。在学生返校之后，开展心理健康“第二课堂”，丰富学生的课余活动，在活动中去增强心理素质。其次高校开设心理相关的选修课，让学生能够补给更多的知识。目前各大高校都在进行课程思政，将心理微课程融入到思政课程里，交叉学科，有利于教育更渗透，为进一步做好全方位育人工作提供有效支持。学校开展心理素质拓展基地活动，主要锻炼学生的抗压能力、情绪调节能力，素质拓展师带领学生参与一些项目，在做项目的过程中培养学生阳光、积极的心态，增强学生的耐挫力。通过全方位渗透心理健康知识，培养大学生拥有正向积极应对心理问题的态度，提高大学生情绪管理及心理调适能力，从而达到大学生心理自助的目的，培育学生理性平和、乐观向上的健康心态。在开展众多的心理育人工作后，还需要建立心理育人的反馈机制。在疫情等重大突发事件下，学生的心理健康水平是否得到有效提高，需要从多方面去考评。重点考察学生的抗压能力、情绪缓解能力、认知水平，建立健全疫情等重大事件下的心理育人工作机制，使得在重大事件发生下的高校心理育人工作规范化、系统化。

## 4. 结语

通过全员、全过程、全方位“三全育人”的心理育人模式，更高效地开展新型冠状病毒肺炎等重大突发事件下高校心理育人工作，提高学生心理素质，牢固高校心理健康教育工作。而且可以更好地挖掘学生潜在优势、培养学生积极心态、激发学生学习动力、倡导学生健康生活，在实践中形成有效的心理健康模式构建。

## 基金项目

江西省高校人文社会科学研究项目“江西省高校大学生心理健康状况调查及对策研究”(XL18115)。

## 参考文献

- [1] Chowell, G., Abdirizak, F., Lee, S., *et al.* (2015) Transmission Characteristics of MERS and SARS in the Healthcare Setting: A Comparative Study. *BMC Medicine*, **13**, 210-222. <https://doi.org/10.1186/s12916-015-0450-0>
- [2] 胡俊峰, 侯培森. 当代健康教育与健康促进[M]. 北京: 人民卫生出版社, 2005: 410.
- [3] 薛澜, 刘冰. 应急管理体系新挑战及其顶层设计[J]. 国家行政学院学报, 2013(1): 10-14+129.
- [4] 韩秋莹. 重大突发事件大学生心理危机干预研究[J]. 中国成人教育, 2010(16): 64-65.
- [5] 郭仰东. 社会心理支持理念下大学生心理健康“助人自助”教育体系的构建——以内蒙古高校大学生心理健康教育为例[J]. 课程教育研究, 2015(35): 1.
- [6] 邹艳荣, 李平, 李玉茵. 大学生心理健康教育中的朋辈心理辅导[J]. 学理论, 2018(3): 215-216.
- [7] 花蕊. 朋辈心理辅导对大学生社会适应能力的干预研究[J]. 中国学校卫生, 2018, 39(5): 677-680.
- [8] 边慧冕, 潘婷, 赵孟, 等. 新型冠状病毒肺炎疫情早期大学生情绪分析[J]. 中国学校卫生, 2020, 41(5): 668-670.
- [9] 沈晓海. 重大突发事件背景下高校思想政治教育创新探究[J]. 高校辅导员, 2021(5): 36-41.