

# 大学生心理健康教育五级网络建设的实践与思考

丁闽江

(福建中医药大学, 福建 福州 350102)

**[摘要]**大学生心理健康教育是高等教育中不可或缺的重要环节。加强大学生心理健康教育工作,适应新时代、新形势、新特点积极探索新的教育模式是新形势下加强和改进大学生思想政治教育工作的重要有益尝试和重要方法。推动大学生心理健康教育五级网络建设,建立运行机制、发现问题,寻找应对策略,对于规范和促进大学生心理健康教育工作,维护大学生的身心健康发展,构建和谐校园具有重要意义。

**[关键词]**大学生; 心理健康教育; 五级网络; 实践与思考。

doi: 10.3969/j.issn.1673-9477.2018.03.038

**[中图分类号]** G64

**[文献标识码]** A

**[文章编号]** 1673-9477(2018)03-108-03

当前,我国进入新的历史时期,经济社会的快速转型,人们生活节奏的加快,社会竞争压力越来越强,心理健康问题和由心理健康引发的社会问题得到前所未有的关注。大学生的身心发展迅速,生理、心理的发展都不成熟,情绪不稳定,健康人格正在逐渐形成。面对社会转型带来的压力,他们面临来自学习、人际交往、恋爱关系、家庭和谐、职业就业、社会适应及自我成长等多方面的心理困扰,因心理问题导致的学生自残、自杀等极端行为也时有发生。

在现实背景下,高校陆续建立起了学校层面的心理中心、学院层面的心理辅导站、班级心理委员的三级心理健康教育网络机制。经过探索,有些发展较好、有条件的学校将此网络延伸到宿舍,增加了宿舍心理信息员网络,构建成四级心理健康教育网络机制。在实践中,基于学校心理咨询队伍资源的缺乏和学生对心理咨询的接纳度,我们挖掘了本校朋辈心理咨询员的资源并起到了很好地效果,形成了学校——学院——朋辈——班级——宿舍五级网络工作机制。

## 一、心理健康教育五级网络主要内容和工作职责

### (一) 一级网络——校级心理健康教育指导中心

校级心理健康教育指导中心全面负责全校心理健康教育工作,是学校心理健康教育的顶层设计者,也是全校各级心理健康教育网络的业务指导者。

其主要工作职责是:为全体学生提供专业的心理健康教育和心理咨询服务工作,发挥专业优势,指导各学院心理辅导站开展心理健康教育各项工作。

### (二) 二级网络——学院心理辅导站

各学院设立学院心理辅导站,在学校心理中心的指导下具体落实本学院学生心理健康教育与心理咨询服务工作。由各学院的心理健康辅导员负责,针对学生工作的特点,面向学院全体学生开展心理健康教育工作。

其主要工作职责是:在学院党委和学校心理中心的指导下,根据学院的具体情况制定心理健康教育工作计划,策划、组织和实施本学院学生心理健康教育活动,做好学生心理健康教育工作。

### (三) 三级网络——朋辈心理辅导员

学校心理健康教育指导中心在校级和院级层面成立朋辈心理辅导员队伍,负责心理健康教育指导中心的日常管理和一般心理问题的咨询接待工作,并积极深入班级、宿舍了解情况,发现心理问题学生并引导心理问题学生接受心理咨询服务。

其主要工作职责是:在学校心理健康教育指导中心的指导下开展心理相关活动。

### (四) 四级网络——班级心理委员

各学院应在各个班级中设立班级心理委员,在学院心理辅导站的指导下,负责做好班级学生的心理健康知识宣传工作。每个班级设1-2名班级心理委员。

其主要工作职责是:在班级宣传和普及心理健康知识,开展心理健康教育相关活动。

### (五) 五级网络——宿舍心理信息员

各学院应在每个学生宿舍中选拔具有亲和力和一定工作能力的学生担任宿舍心理信息员。

其主要工作职责是:发挥掌握的心理健康知识优势,主动营造良好的宿舍氛围;协助做好宿舍有心理问题学生的陪伴和跟踪工作。

## 二、大学生心理健康教育五级网络建设实践的初步成效

### (一) 清晰保障机制, 职责明确

大学生心理健康教育五级网络建设是学校思想政治工作的一种顶层设计,该网络的层级结构清晰,职责分工明确,在校级心理健康教育机构的统一指导下,各层级网络之间紧密联系、密切配合,同时

**[投稿日期]** 2018-05-08

**[基金项目]** 福建省教育厅 2017 年度中青年教育科研项目 (编号: jas170198)

**[作者简介]** 丁闽江 (1983-), 男, 福建龙岩人, 讲师, 硕士在读, 研究方向: 心理健康教育与咨询服务。

各层级又可以独立开展工作。五级网络的建设使学校心理健康教育工作更加系统和科学,做到全覆盖,为学校开展心理健康教育提供了机制保障,提高了心理健康教育工作者的责任意识 and 角色定位。

### (二) 统合学校资源, 全面覆盖

大学生心理健康教育五级网络建设统合了学校资源, 落实载体上到学校, 下到宿舍, 全面覆盖, 对全面普及大学生心理健康知识, 落实全员育人理念具有重要意义; 全面覆盖的心理健康教育五级网络使各层级能够积极联动及时了解学生的心理动态, 对预防心理危机事件的发生和危机事件的快速处理提供了保障。

### (三) 发挥朋辈优势, 助人自助

大学生心理健康教育五级网络建设实践中, 充分发挥了朋辈心理辅导员、班级心理委员、宿舍心理信息员的作用。他们在心理健康知识普及、心理活动开展、心理问题学生的早期发现朋辈之间的心理互助、危机事件的报告等方面发挥了不可替代的作用, 为学校心理健康教育工作做出了重要贡献。这也是学生自我教育、自我管理、自我成长、朋辈互助的一个重要体现, 具有较强的现实意义, 符合中国国情和学生的心理需要, 也实现了助人自助的理念。

## 三、大学生心理健康教育五级网络建设实践存在的问题

### (一) 学校重视不足, 理念存在偏差

学校支持建立大学生心理健康教育五级网络, 但在具体工作的落实上, 存在打折扣的现象。另一方面, 大部分高校建立心理健康教育五级网络的目的和对象还停留在发现问题学生, 解决问题学生心理问题的状态, 没有把普及心理健康知识, 提升学生的心理素质, 塑造健康人格作为建立心理健康教育五级网络机制的初衷。

### (二) 运行机制不畅, 具体工作难以落实

大学生心理健康教育五级网络建立后, 缺乏有效的运行机制, 各网络的具体工作职责难以落实到位, 心理健康教育课程教学和心理咨询服务工作仍然是学校开展心理健康教育工作的主要途径, 实施方法单一, 效果难以显现; 五级网络中学院心理辅导站的工作薄弱, 由于缺乏专业人员的指导, 朋辈心理辅导员、班级心理委员、宿舍心理信息员的培训和考核缺乏专业性, 他们的职责难以落实, 甚至会导致不良后果; 朋辈心理辅导员、班级心理委员、宿舍心理信息员缺乏可操作性的工作指南, 在具体工作中存在执行不到位的问题。

### (三) 涉及伦理问题, 尺度难以把握

大学生心理健康教育五级网络中, 宿舍心理信息

员、班级心理委员、朋辈心理辅导员在危机干预中发挥了不可替代的作用, 他们的保密原则是否真正落实, 是否按照规范报告, 都有可能触及同学的隐私, 有可能会引起更严重的后果。辅导员知晓心理测试结果, 有可能把测试结果告知班级心理委员、宿舍心理信息员或者朋辈心理辅导员, 希望他们加关注, 这又涉及到伦理问题, 这些伦理问题的尺度难以把握。

## 四、对大学生心理健康教育五级网络建设实践的几点建议

### (一) 形成共识, 齐抓共管, 形成体制机制

学校各级领导, 相关部门对大学生心理健康教育五级网络建设的重要性要形成共识, 把大学生心理健康教育五级网络建设制度化, 创新运行机制, 明确五级网络体系中各级网络的工作职责和工作任务, 做到职衔接有序、积极有效运行; 给予五级网络建设基本的人员、场地和资金的保障, 尤其要推进和完善学院心理辅导站的建设, 建立考核和奖惩机制; 形成朋辈心理辅导员、班级心理委员、宿舍心理信息员的选拔、培训、考核、奖励机制, 制作朋辈心理辅导员、班级心理委员、宿舍心理信息员工作手册, 规范五级网络的运行。

### (二) 确实加强朋辈心理辅导员、班级心理委员、宿舍心理信息员的培养

朋辈心理辅导员、班级心理委员、宿舍心理信息员处在学生群体之中, 他们最了解身边同学的情况, 最容易发现心理问题学生, 开展心理活动最有成效。他们的特殊性要求他们必须具备一定的心理学知识和一定的心理咨询基本技能, 以及开展心理健康教育工作和开展相关活动的独特方法, 因此, 要建立完善的朋辈心理辅导员、班级心理委员、宿舍心理信息员分类选拔、培训、考核及奖励机制, 尤其要精心安排培训内容, 精心编制培训教材、精选自学读本, 指导他们开展心理健康教育活动; 对朋辈心理辅导员、班级心理委员、宿舍心理信息员的工作进行考核, 评优评选, 开展技能竞赛, 落实他们的综合考评加分政策, 促进朋辈心理辅导员、班级心理委员、宿舍心理信息员的工作积极性。

### (三) 制定大学生心理危机干预预案

大学生心理健康教育五级网络建设有效实施, 需要学校制定大学生心理危机干预详细预案, 预案要详细的说明什么是危机干预、如何识别危机事件、如何处理危机事件。明确五级网络各级在心理危机干预中的职责, 工作程序和工作规范, 形成工作手册, 保障心理危机干预科学、规范、合理的运行。

(下转第 115 页)

让具有为班级奉献精神的同学都可以充分展现自己的热情和才华, 为学生建立丰富的展示平台。同时要注意吸收那些落选的同学, 不能因为他们没有选上班干部就忽视了他们的工作热情, 多多听取其想法和建议, 保持他们关心班级的兴趣和动力。其次是民主管理的工作机制。日常工作中, 要注意听取辅导员和班级同学的意见, 避免因为考虑不周而影响班级的管理效果。最后建立民主管理的激励机制。在学期结束或者特定工作结束后, 可以根据同学的表现, 设置一些奖项、或者礼品作为奖励发给那些为班级管理工作作出突出贡献的同学, 特别是那些非班干部的普通同学。通过激励机制更好地维持学生的工作热情, 更好地实现工作目标。

根据联合国教科文组织提出的 21 世纪教育的四大目标: 让学生学会做人、学会生存、学会学习、

学会合作<sup>[3]</sup>, 可见新时期对于高校人才的培养也提出了更多更高的要求, 高校管理的模式也需要根据社会实际情况作出改变和创新。高校班级民主管理机制的建立可以弥补学生自主参与意识和能力的不足, 对于学生综合素质的培养和提升都具有重要的作用和价值。

#### 参考文献:

- [1]徐首庄, 王玉莲, 王世群, 王春刚. 加强大学班级民主管理, 培养学生创新素质[J]. 山东省青年管理干部学院学报, 2001, (2)
- [2]朱其志. 心理契约视角下大学班级管理新探[J]. 管理学报, 2011, (1).
- [3]刘勇. 高校班级管理策略探析[J]. 当代教育理论与实践, 2010, (6).

[责任编辑 王云江]

## An inquiry into perfecting the democratic management of university classes

ZHAO Yan

(Hefei Normal College, Hefei 230601, China)

**Abstract:** class management is the basis and premise of school construction. At present, there are still some problems, such as lack of democratic management atmosphere, counselors' lack of understanding, and lack of consciousness and ability of students' democratic management. And the democratic management of university class can improve the quality of student management, and plays an important role in guaranteeing counselors' sensible fulfillment of duty and setting up a good class atmosphere. So at present we can cultivate and promote the students' consciousness of democratic management, set up democratic management platform which can be perfected by establishing rules and systems to perfect the democratic management in universities. It can promote the quality and level of university class democratic management, increasing students' practice opportunities, and hence promoting the students' comprehensive quality.

**Key words:** university class; democratic management; existing problems; perfecting methods

(上接第 109 页)

#### 参考文献:

- [1]余双好. 中国高校心理健康教育模式的生成与发展. 学校党建与思想教育[J]. 总第 526 期.
- [2]潘曦. 高校心理健康教育四级网络的构建与实施效果评

估. 创新与创业教育[J]. 第 7 卷, 第 5 期, 2016 年 10 月.

- [3]郭宏升. 大学生心理健康教育五级网络建设探析. 赤峰学院学报(自然科学版)[J], 第 28 卷 第 9 期(下), 2012 年 9 月.

[责任编辑 王云江]

## Practice and thinking on the construction of the five-level network of college students' mental health education

DING Min-jiang

(Fujian University of Chinese Medicine, Fuzhou 350102, China)

**Abstract:** Mental health education of college students is an indispensable and important part of higher education. Strengthening the education of college students' mental health, adapting to a new era, new situations, and new characteristics and actively exploring new educational modes are important beneficial attempts and important methods for strengthening and improving college students' ideological and political education in the new situation. It is of great significance to promote the construction of a five-level network of mental health education for college students, to establish operational mechanisms, to identify problems, and to find coping strategies for standardizing and promoting mental health education for college students, and maintaining the physical and mental health of college students, and building a harmonious campus.

**Key words:** college students; mental health education; five-level network; practice and thinking.