

# “一站式”学生社区心理育人体系的构建策略

王姗姗

新疆交通职业技术大学，新疆乌鲁木齐，831401；

**摘要：**随着高校教育的不断深入，“一站式”学生社区成为育人工作的重要阵地。心理育人是学生全面发展的重要环节，构建“一站式”学生社区心理育人体系具有重要的现实意义。本文分析了“一站式”学生社区心理育人体系构建的必要性，探讨了当前存在的问题，并提出了相应的构建策略，旨在为提高高校学生心理育人质量提供参考。

**关键词：**“一站式”学生社区；心理育人体系；构建策略

**DOI：**10.69979/3029-2735.25.11.081

## 引言

“一站式”学生社区是高校为适应新时代育人需求，整合各类资源，为学生提供便捷、高效服务的新型社区管理模式。心理育人作为高校育人工作的重要组成部分，关乎学生的身心健康和全面发展。在“一站式”学生社区中构建心理育人体系，能够更好地贴近学生生活，及时发现和解决学生的心理问题，促进学生健康成长。然而，目前“一站式”学生社区心理育人体系的构建尚处于探索阶段，存在一些亟待解决的问题。

## 1 “一站式”学生社区心理育人体系构建的必要性

### 1.1 适应学生心理发展需求

当代大学生身处复杂多变的社会环境中，承受着来自多个维度的巨大压力。学业上，课程难度增加、竞争激烈，奖学金与保研的压力如影随形；人际关系方面，要在陌生的校园里建立和谐的同学、室友关系并非易事，冲突与矛盾时有发生；职业规划上，面对严峻的就业形势，未来方向的不确定性让他们焦虑不安。这些因素致使大学生心理问题愈发突出。

“一站式”学生社区作为学生日常起居与学习交流的核心区域，有着得天独厚的优势。在这里构建心理育人体系，能借助社区工作人员、宿管老师等力量，第一时间察觉学生的异常情绪与行为变化，深入了解其心理动态。进而依据不同学生的具体情况，精准地提供个性化的心理支持与专业辅导，真正满足学生在成长过程中的心理发展需求，助力他们在大学阶段保持健康积极的心态。

### 1.2 提升育人工作实效

在传统的心理育人工作模式下，部门之间缺乏有效

的沟通与协作，各自为政现象严重。例如，学工部侧重于学生日常管理，心理咨询中心专注于个体心理辅导，教学部门则聚焦学术教学，各方资源分散，难以形成强大的育人合力，最终导致育人效果大打折扣。

“一站式”学生社区心理育人体系打破了这种壁垒森严的局面。它将学校各部门、各学院的心理育人资源进行有机整合，把分散的力量汇聚起来。学工部、心理咨询中心、教学单位以及后勤保障部门等共同参与其中，发挥各自优势。学工部提供学生基本信息与行为动态，心理咨询中心输出专业知识与技能，教学单位融入心理健康教育到课程体系，后勤保障部门营造温馨舒适的社区环境。通过这种协同合作，实现信息共享、优势互补，极大地提高了心理育人工作的效率和质量，为学生心理健康保驾护航。

### 1.3 促进学生全面发展

健康的心理如同大厦之基石，对于学生的全面发展起着至关重要的支撑作用。在当今多元化的社会背景下，学生不仅需要扎实的专业知识，更要有良好的心理素质来应对各种挑战。

“一站式”学生社区心理育人体系致力于全方位培养学生的心理素质。通过开展丰富多彩的心理健康教育，如心理健康讲座、团体心理辅导、心理主题班会等，引导学生正确认识自我，增强自我认知能力。同时，设置心理咨询热线、个体咨询室等，为学生提供倾诉与疏导的渠道，帮助他们提高心理调适能力，学会应对挫折与压力。此外，社区还注重营造积极向上的文化氛围，鼓励学生参与社会实践与志愿服务，锻炼他们的社会适应能力。通过这一系列举措，使学生在心理、认知、社交等多方面得到全面提升，为其在学业、事业以及未来人生道路上的顺利发展奠定坚实基础，真正实现全面发

展的目标。

## 2 当前“一站式”学生社区心理育人体系存在的问题

### 2.1 心理育人资源整合不足

虽然“一站式”学生社区整合了部分资源,但在心理育人方面,仍存在各部门之间沟通不畅、资源共享困难等问题。例如,心理咨询中心、辅导员、班主任等心理育人主体之间缺乏有效的协作机制,导致心理育人工作难以形成合力。

### 2.2 专业队伍匮乏

心理育人工作需要专业的心理咨询师和心理健康教育教师。然而,目前高校心理育人专业人才数量不足,且部分人员的专业素质有待提高。在“一站式”学生社区中,缺乏专业的心理育人工作人员,难以满足学生的心理需求。

## 3 “一站式”学生社区心理育人体系的构建策略

### 3.1 整合心理育人资源

#### 3.1.1 建立协同育人机制

加强心理咨询中心、学工部门、各学院等心理育人主体之间的沟通与协作至关重要。当前,各主体虽都致力于学生心理健康工作,但由于缺乏有效沟通,常出现工作重复或衔接不畅的问题。因此,建立定期的工作会议制度迫在眉睫。每月至少举行一次工作会议,让各方汇聚一堂,分享近期工作进展、遇到的问题及解决方案。在共同制定心理育人工作计划和方案时,要充分考虑各方优势。心理咨询中心凭借专业知识和技能,提供科学的心理测评与咨询建议;学工部门熟悉学生日常行为表现,能从生活层面挖掘潜在心理问题;各学院则因了解本院学生专业特点和群体特性,可制定更具针对性的计划。明确各主体职责,心理咨询中心负责专业心理指导与干预,学工部门负责组织协调和日常管理,各学院负责具体落实和跟踪反馈,形成紧密协作、高效运转的协同育人合力。

#### 3.1.2 搭建资源共享平台

利用现代信息技术搭建心理育人资源共享平台,是提升心理育人效果的关键举措。如今,心理健康教育课程分散在不同教师手中,心理咨询案例缺乏系统整理,心理测评工具也存在使用不规范的情况。通过该平台,可将优质心理健康教育课程进行分类整合,涵盖基础理论、常见心理问题应对等多个模块,方便教师备课和学

生自主学习。心理咨询案例经过脱敏处理后上传,为新咨询师提供参考,促进经验交流。同时,规范心理测评工具的使用,提供标准化测评流程和结果解读。鼓励教师和学生上传优质资源,设立奖励机制,如对贡献突出者给予表彰和一定物质奖励。教师可分享教学心得、研究成果,学生可分享自身心理调适经验。随着平台内容不断丰富,将形成一个全面、多元、动态更新的心理育人资源库,满足不同群体的需求。

### 3.2 加强专业队伍建设

#### 3.2.1 引进专业人才

高校应充分认识到心理育人专业人才的重要性,加大引进力度。在招聘过程中,严格把关,优先招聘具有丰富经验和专业资质的心理咨询师和心理健康教育教师。不仅要求具备心理学相关专业背景,还需有一定年限的实际工作经验,能够熟练应对各种学生心理问题。提高专业人才的待遇和职业发展空间是吸引和留住优秀人才的关键。在待遇方面,给予具有竞争力的薪资水平,提供完善的福利待遇,包括住房补贴、医疗保障等。设立专门的人才奖励基金,对在心理育人工作中表现突出的人员给予奖励。在职业发展上,为其提供广阔的晋升渠道,如设立不同层级的岗位,根据工作业绩和专业能力进行晋升。鼓励他们参与学校管理决策,发挥专业优势,为学校心理育人工作出谋划策。

#### 3.2.2 加强培训与交流

定期组织心理育人工作人员参加专业培训和学术交流活动,是提升其专业素质的必要途径。培训内容应紧跟心理学前沿理论和实践成果,涵盖最新的心理咨询技术、心理问题诊断方法等。邀请国内外知名专家学者授课,通过线上线下相结合的方式,确保工作人员能够及时获取新知识。鼓励工作人员开展心理育人科研工作,设立专项科研基金,支持他们申报相关课题。引导他们结合“一站式”学生社区的特点,探索适合的心理育人模式和方法。例如,研究如何利用社区环境开展团体心理辅导,如何通过大数据分析学生心理变化趋势等。通过学术交流活动,让工作人员与同行分享经验,拓宽视野,不断改进工作方法,提高心理育人工作的科学性和有效性。

### 3.3 创新心理育人活动形式

#### 3.3.1 开展多样化的心理健康教育活动

除传统的心理健康讲座和心理咨询外,开展多样化活动能更好地满足学生需求。心理健康主题班会可围绕特定主题展开讨论,如“应对学业压力”“建立良好人际关系”等,让学生在互动交流中分享感受,获得启发。

心理拓展训练通过精心设计的户外或室内项目,如信任背摔、盲人方阵等,培养学生团队合作精神和沟通能力和心理素质。心理剧表演则给予学生展示内心世界的舞台,他们通过角色扮演,将生活中的困惑和情感以戏剧形式呈现出来,在创作和表演过程中实现自我探索和心理成长。在设计活动时,充分调研学生兴趣和需求,结合不同年级、专业特点。对于大一新生,侧重于适应大学生活的活动;对于毕业生,开展应对就业压力的活动。通过这些多样化活动,提高学生参与度和积极性,让心理健康教育更加生动有趣、深入人心。

### 3.3.2 利用新媒体开展心理育人工作

充分利用微信公众号、微博、抖音等新媒体平台,能突破时间和空间限制,扩大心理育人覆盖面。在微信公众号上,定期推送心理健康知识文章,以通俗易懂的语言讲解专业知识,如焦虑情绪的产生与应对、睡眠障碍的改善方法等。设置互动环节,如在线答疑、话题讨论,增强与学生的互动。微博则可用于发布简短、即时的心理健康资讯,配以生动图片或短视频,吸引学生关注。利用抖音平台制作有趣的心理健康科普短视频,以情景短剧、动画演示等形式传播知识,符合学生碎片化阅读习惯。同时,通过新媒体平台提供心理咨询预约服务、开展线上心理危机干预。当学生遇到紧急心理问题时,能及时获得专业支持,为学生打造一个随时随地可获取心理支持的便捷平台。

## 3.4 完善心理危机干预机制

### 3.4.1 建立心理危机预警体系

制定科学合理的心理危机预警指标和评估标准是早期发现学生心理危机隐患的基础。综合考虑学生的学习成绩波动、人际关系变化、情绪状态异常等多方面因素,构建全面的预警指标体系。例如,连续出现成绩大幅下滑、频繁与同学发生冲突、情绪长时间低落或不稳定等情况,都可能是心理危机的信号。通过心理测评、日常观察、学生反馈等多种方式收集信息。心理测评采用专业量表,定期对学生进行心理健康普查。日常观察依靠教师、辅导员和宿管人员,留意学生日常行为表现。鼓励学生相互关心,及时反馈身边同学的异常情况。建立心理危机预警档案,对重点关注学生详细记录其心理状况、家庭背景、过往经历等信息,以便进行精准跟踪和个性化辅导。

### 3.4.2 明确心理危机干预流程

制定详细的心理危机干预流程,确保在危机发生时各部门和人员能各司其职、协同作战。一旦发现学生存在心理危机,首先由发现人及时报告给学院辅导员,辅

导员初步评估后联系心理咨询中心专业人员。心理咨询中心迅速组织专业团队对学生进行深入评估,确定危机等级。根据危机等级启动相应干预措施,对于轻度危机学生,安排一对一心理咨询和定期谈话;对于中度危机学生,协调家长介入,制定个性化辅导方案;对于重度危机学生,立即启动应急小组,安排专人陪护,必要时送往专业医疗机构治疗。明确各环节时间节点,确保干预及时有效。同时,定期对应急小组进行培训和演练,提高应对突发事件的能力。

### 3.4.3 加强心理危机干预后的跟踪与反馈

对经历心理危机的学生进行跟踪和回访是巩固干预效果、防止复发的重要环节。在干预后的一个月内,每周至少进行一次电话或面谈回访,了解他们的心理恢复情况、生活状态和学习进展。之后根据学生实际情况,调整回访频率。针对回访中发现的问题,及时提供必要的支持和帮助。如学生因心理危机导致学业困难,协调教师进行学业辅导;若存在社交障碍,组织团体辅导活动帮助其恢复社交功能。同时,总结心理危机干预工作的经验和教训,分析干预过程中存在的问题,如沟通是否顺畅、措施是否得当等。根据总结结果,不断完善心理危机干预机制,提高未来应对同类问题的能力。

## 4 结语

构建“一站式”学生社区心理育人体系是高校育人工作的重要任务,对于促进学生的身心健康和全面发展具有重要意义。针对当前存在的问题,高校应整合心理育人资源、加强专业人才培养、创新心理育人活动形式、完善心理危机干预机制,不断提高“一站式”学生社区心理育人工作的质量和水平。通过构建科学、有效的心理育人体系,为学生提供更加优质、全面的心理支持和服务,培养具有良好心理素质和社会适应能力的高素质人才。未来,随着高校教育的不断深入和“一站式”学生社区建设的不断完善,“一站式”学生社区心理育人体系将不断发展和创新。高校应积极探索适合自身特点的心理育人模式和方法,为学生的健康成长和全面发展创造更加良好的条件。

## 参考文献

- [1]“心理情境”在高校思政课教学中的价值意蕴[J].董焕敏;李智军.甘肃教育研究,2024(02)
- [2]“一站式”学生社区综合管理模式育人研究[J].林冬冬;徐硕.学校党建与思想教育,2023(01)
- [3]高校“一站式”学生社区建设的育人功能及实现路径[J].李伟.南华大学学报(社会科学版),2022(05)