

学院书院双院协同推进高校心理健康教育工作的策略研究

江正世

潍坊理工学院 山东 潍坊 261100

摘要：高校心理健康教育在提升学生心理素质、预防心理问题方面具有重要作用。然而，传统模式存在覆盖面有限、系统性不足等问题。学院书院双院协同模式结合学院的学业支持与书院的生活关怀，能够构建更全面的心理健康支持体系。本文分析了高校心理健康教育的现状，探讨了双院协同模式的理论基础，并结合实践案例提出优化策略，包括建立多层次支持体系、推动心理健康教育与学科教学融合、利用信息化提升精准度以及增强学生主动参与。研究表明，该模式有助于提高心理健康教育的实效性，实现心理问题的早发现、早干预。未来，高校应持续优化协同机制，提升心理健康教育质量，促进学生心理健康发展，构建和谐校园环境。

关键词：高校心理健康教育；学院书院双院协同；学业支持；生活关怀；心理健康体系

引言

高校心理健康教育在当代大学生群体中的重要性日益凸显。随着社会竞争的加剧和学习压力的增加，大学生心理问题的发生率逐年上升。然而，传统心理健康教育模式在实施过程中存在覆盖面有限、系统性不足以及学生主动参与度较低等问题。学院与书院作为高校学生培养体系中的两个重要部分，分别侧重于学业指导和生活支持，若能有效协同，可形成更加完整的心理健康教育体系。当前，国内外部分高校已尝试通过双院协同模式，结合学术指导、生活关怀和心理辅导，以提升心理健康教育的针对性和实效性。本文将分析学院书院双院协同模式在心理健康教育中的可行性，探讨其核心构建要素，并结合高校实践案例，提出优化策略，以期为高校心理健康教育的改革提供参考。

一、学院书院双院协同的理论基础与实践背景

（一）高校心理健康教育的现状与挑战

近年来，大学生心理健康问题日益受到社会和高校的关注。高校心理健康教育虽已形成较为成熟的体系，如心理课程、心理咨询中心、心理社团等，但在实际实施过程中仍面临诸多挑战。首先，心理健康教育的覆盖率有限，许多学生由于课程安排、个人观念或资源获取途径的限制，未能充分参与心理教育活动。其次，当前的心理健康教育模式较为分散，学院与书院在心理健康工作中各自为政，缺乏系统性的协作机制，导致教育效果不够连贯。此外，部分学生对心理健康问题的认知不足，存在心理问题却未能及时求助，

甚至因社会认知影响而对心理咨询持排斥态度。

在这样的背景下，单靠心理咨询中心的被动干预已难以满足大学生心理健康发展的需求。因此，需要探索更为全面、深入的心理健康教育模式，使心理健康教育从事后干预向预防和支持前移，融入学生的日常学习和生活之中。学院书院双院协同模式正是基于这一需求提出的一种新思路，旨在通过学术支持与生活关怀的结合，打造更加立体化、全方位的心理健

（二）学院书院双院协同模式的理论支撑

学院书院双院协同模式主要受到生态系统理论和积极心理学的指导。生态系统理论认为，个体的发展受到不同层次环境因素的影响，包括微观系统（家庭、学校）、中观系统（社会群体）和宏观系统（社会文化）。在高校心理健康教育中，学院承担学术指导的角色，而书院则提供生活支持，这二者构成了大学生成长的两个重要生态系统。通过双院协同，能够增强心理健康教育的整体性，确保心理问题的早发现、早干预。

积极心理学强调通过培养个体的心理韧性和正向情绪来促进心理健康，而不是仅关注问题的修复。这一理论为双院协同提供了重要支撑，学院可以在学术学习中融入心理建设内容，如压力管理、时间规划等，而书院则可以通过朋辈互助、团体活动、心理辅导等方式，营造积极的心理环境。学院与书院的紧密合作，有助于构建一个长期、稳定、可持续的心理健康教育体系。

（三）国内外高校双院协同心理健康教育的实践经验

在国际上，许多高校已建立学院与书院并行的学

生支持体系,并逐步将心理健康教育纳入其中。例如,美国哈佛大学、耶鲁大学等高校采用住宿学院模式,宿舍导师不仅负责日常管理,还承担学生心理关怀的任务。同时,专业学院的导师和心理咨询师也定期与住宿学院对接,确保学生的心理需求得到及时关注和解决。这种模式在一定程度上缓解了心理咨询中心压力过大的问题,并通过师生互动提升了心理健康教育的实效性。

国内部分高校近年来也在尝试整合学院与书院的资源,以提升心理健康教育的效果。例如,清华大学的“辅导员+班主任+住宿导师”模式,强调学业指导与生活支持的协同作用,在学术压力疏导、情绪管理等方面发挥了积极作用。此外,复旦大学、上海交通大学等高校也在推进书院制改革,并逐步将心理健康教育纳入书院管理体系之中,以提供更具针对性的心理健康支持服务。

结合国内外的实践经验,学院书院双院协同模式的优势在于:第一,它能够结合学术支持和生活关怀,构建更加完整的心理健康支持体系;第二,它能打破传统心理健康教育的被动干预模式,使心理健康教育成为日常教育的一部分;第三,它能够充分利用学院与书院的资源,实现心理健康教育的多层次覆盖。这些实践经验为高校心理健康教育改革提供了有益的参考,也为进一步完善双院协同模式奠定了基础。

二、学院书院双院协同的心理健康教育体系构建

(一) 双院协同的组织架构设计

要实现学院书院双院协同的心理健康教育,高校需建立一个清晰的组织架构,以确保资源的有效整合和工作机制的顺畅运作。首先,应设立心理健康工作协调中心,由学校心理咨询中心牵头,统筹学院和书院的心理健康工作,制定统一的心理健康教育计划,并提供专业指导。其次,在学院层面,应设置心理辅导员或学业导师,关注学生的学业压力和专业发展,提供心理支持,并及时识别学业压力带来的心理问题。在书院层面,应设立生活导师和朋辈心理互助小组,关注学生的日常心理状态,通过宿舍文化、心理活动等方式加强心理支持。此外,心理咨询中心作为专业支持部门,需要定期培训学院和书院的相关人员,提高其心理健康教育的能力,确保心理健康工作专业化、高效化。

通过这种组织架构,学院和书院可以在各自的工作范畴内,共同推进心理健康教育。例如,学院可以定期开展心理测评,书院则利用住宿环境建立朋辈支持网络。当学生出现心理问题时,学院和书院能够形

成联动机制,实现早发现、早干预,避免问题的进一步恶化。

(二) 学院书院双院协同心理健康教育的核心内容

为了充分发挥双院协同模式的优势,高校需要在心理健康教育的内容方面进行系统性设计,确保学院和书院的工作各有所长、相互补充,形成完整的心理健康教育体系。具体而言,心理健康教育可分为以下几个核心方面:

1. 心理课程体系建设

学院在课程体系中嵌入心理健康教育,如压力管理、情绪调节、人际沟通、学业规划等课程,帮助学生掌握应对心理压力的基本技能。同时,书院通过心理沙龙、心理剧、团体辅导等方式,增强学生的心理健康实践体验,使学生在生活场景中学会应用心理健康知识。

2. 心理支持网络构建

心理健康教育不仅依赖专业人员的指导,还需要建立一个多层次的支持网络。学院侧重于学业支持与心理辅导结合,如定期进行学业压力测评,针对高风险学生提供个性化辅导;书院则注重生活支持与心理关怀结合,通过宿舍导师、心理委员等形式,建立“身边的心理支持体系”,让心理健康教育深入日常生活。

3. 心理危机预警与干预

高校应建立心理健康档案,定期开展心理测评,针对学业压力大、人际关系紧张或存在心理困扰的学生,建立个性化心理辅导计划。同时,学院和书院可以通过定期沟通,形成心理健康信息共享机制,实现心理危机的早发现、早干预。例如,学院可以关注因学业压力过大而出现情绪问题的学生,书院则可以发现因社交困扰或宿舍矛盾而导致心理问题的学生,二者共同配合,提供针对性的支持。

(三) 双院协同模式下的资源配置与协作机制

学院与书院的协同不仅需要清晰的组织架构和内容设计,还需要有效的资源配置和协作机制,以确保心理健康教育的可持续发展。首先,高校应建立心理健康教育资源共享机制,包括心理测评数据、心理课程资源、心理咨询案例库等,以确保学院和书院能够协同开展工作,避免信息壁垒。例如,学院可以提供学业相关的心理辅导数据,而书院则可以反馈学生在日常生活中的心理变化,共同制定心理干预方案。其次,学院和书院需要建立定期沟通机制,如每月召开心理健康工作联席会议,确保信息的畅通,并及时调整心理健康教育的策略。此外,高校可借助信息化技术,建立心理健康管理系统,整合学院与书院的数据资源,

实现心理问题的实时监测与精准干预。

三、双院协同心理健康教育的实践路径与策略优化

(一) 双院协同心理健康教育的实践案例分析

以某高校为例,该校在学院书院双院协同模式下,构建了学业支持、生活关怀和心理辅导三位一体的心理健康教育体系。

首先,在学业支持方面,学院设立心理辅导员,定期评估学业压力,为学生提供学业规划与心理辅导。例如,期中考试前后,学院会对成绩波动较大的学生进行心理测评,并提供个性化的学业支持,缓解考试焦虑。其次,在生活关怀方面,书院设有生活导师,负责日常心理关怀,并通过心理委员、朋辈互助小组等形式,为学生提供日常心理支持。例如,书院会安排高年级心理委员在新生适应期提供心理辅导,帮助其尽快融入校园生活。最后,在心理危机干预方面,该校建立了心理健康档案,整合学院和书院的数据,形成心理预警系统。当学生表现出高压或情绪异常时,书院导师会进行初步干预,学院则通过学业支持减轻压力,同时心理咨询中心提供专业辅导。该实践表明,双院协同模式能够有效提高心理健康教育的覆盖面和精准度,减少因心理问题导致的学业失败和退学现象。

(二) 双院协同心理健康教育的优化策略

尽管双院协同模式在心理健康教育中取得了成效,但仍存在协作机制不完善、资源整合度不足、学生参与度较低等问题。优化策略如下:

首先,构建多层次心理支持体系,学院提供心理课程与学业支持,书院组织心理活动,心理咨询中心负责专业干预,实现分层管理。其次,推动心理健康教育融入学科教学与学生管理,如在工程课程中增加团队心理建设内容,或在经济学课程中探讨财务压力对心理的影响,使心理健康教育更加贴近学生需求。此外,利用信息化手段提升心理健康教育的精准度,如开发心理健康管理平台,整合学院与书院的数据,实现心理问题的实时监测和干预。例如,考试期间系统可识别高压学生,并提醒学院和书院及时提供支持。最后,增强学生的主动参与意识,学院可采用互动式心理课程,如案例讨论、情景模拟等,书院则举办心理成长训练营,提高学生的兴趣和参与度,使心

理健康教育更具实效性。

四、结语

学院书院双院协同模式为高校心理健康教育提供了新思路。学院侧重学业支持,书院注重生活关怀,二者协同能构建更全面的心理健康支持体系,提高教育的覆盖面和实效性。实践表明,该模式有助于心理问题的早发现、早干预,提高心理健康教育的针对性。然而,仍存在协作机制不完善、资源共享不足、学生主动参与度低等问题。未来,高校应完善多层次心理支持体系,推动心理健康教育与学科教学、学生管理融合,并利用信息化手段提升精准度。同时,通过创新教育形式,提高学生参与度,使心理健康教育更加系统化、个性化,为构建健康、和谐的校园环境提供有力支持。

参考文献:

- [1] 许圣道,刘东伟,白萌,等.书院制下学院与书院“双院”协同育人的困境及破解路径——以郑州西亚斯学院书院制改革为例[J].河南牧业经济学院学报,2023,36(3):79-82.
- [2] 任凯利,敖婷婷,张先凌.新时代高校书院制沉浸式心理育人的价值意蕴与实践进路[J].新生代,2024(5):67-73.
- [3] 培育学校“心育树”,完善育人环境——贵州省兴义市笔山书院心理健康教育掠影[J].中小学心理健康教育,2024(30):81-82.
- [4] 暴睿.书院制背景下大学生心理教育工作探究[J].华章,2024(7):60-62.
- [5] 孙祥鹏,胡娇妍.“双院育人”模式下课外体育活动对大学生心理健康的影响:随机对照试验[C]//中国体育科学学会.第十三届全国体育科学大会论文摘要集——专题报告(运动心理分会).洛阳科技职业学院,2023:3.
- [6] 喻丽.书院制模式下阅读疗法对大学生心理干预的探讨[J].文献与数据学报,2021,3(4):73-83.
- [7] 阿依早然木·托和尼牙孜.高校书院制下少数民族学生心理健康教育体制研究——以西安电子科技大学为例[J].产业与科技论坛,2023,22(9):92-93.
- [8] 周云,宋娇,段佳.需求视域下地方高校心理育人现状及对策研究——以遵义师范学院为例[J].遵义师范学院学报,2024,26(5):153-157.