

## 二级心理辅导站建设对学生心理健康工作的新思考

王一帆, 刘婧鹏, 宣萍  
保山学院教育学院, 云南保山, 中国

**【摘要】**随着高校教育改革的深入和大学生心理健康问题的日益凸显,二级心理辅导站在高校心理健康教育工作中扮演着越来越重要的角色。保山学院作为一所地方性本科院校,其学生心理健康教育工作面临着诸多挑战。本文旨在探讨二级心理辅导站建设对保山学院学生心理健康教育工作的新思考,通过现状分析、问题识别、策略提出和实践探索,为保山学院及其他高校提供有益的参考。

**【关键词】**二级心理辅导站;保山学院;心理健康;现状分析;策略探索

**【基金项目】**保山学院校级科研项目《保山学院二级心理辅导站标准化建设研究》(项目批准号:教师类17)

### 1. 引言

近年来,随着社会的快速发展和竞争的加剧,大学生面临着前所未有的心理压力和挑战。心理健康问题已成为影响大学生健康成长的重要因素之一[1]。因此,加强大学生心理健康教育,提高大学生的心理素质,已成为高校教育的重要任务之一。二级心理辅导站作为高校心理健康教育体系的重要组成部分,其建设和发展对于提升大学生心理健康教育水平具有重要意义。

保山学院作为一所地方性本科院校,其学生心理健康教育工作同样面临着诸多挑战。如何在新形势下加强二级心理辅导站建设,提高心理健康教育的针对性和实效性,成为保山学院亟待解决的问题。本文将从现状分析、问题识别、策略提出和实践探索等方面,对二级心理辅导站建设对保山学院学生心理健康教育工作的新思考进行探讨。

### 2. 保山学院学生心理健康教育现状分析

#### 2.1 学生心理健康状况概述

保山学院作为一所地方性本科院校,其学生群体具有多样性、复杂性的特点。一方面,学生来自不同的地域、家庭背景和文化环境,具有不同的心理素质和心理需求;另一方面,随着社会的快速发展和竞争的加剧,学生面临着学业、就业、人际关系等多方面的压力和挑战。因此,保山学院学生心理健康状况呈现出多样化和复杂化的特点。通过问卷调查、访谈等方式,我们了解到保山学院学生中存在一定程度的焦虑、抑郁、自卑等心理问题。这些问题不仅影响了学生的学业成绩和人际交往能力,还对学生的身

心健康和未来发展产生了负面影响。因此,加强心理健康教育,提高学生的心理素质,已成为保山学院教育工作的重要任务之一。

#### 2.2 现有心理健康教育资源分析

保山学院在心理健康教育方面已经取得了一定的成绩。学校设立了心理健康教育中心,配备了专职心理教师和心理测量工具,为学生提供了心理咨询、心理测量、心理讲座等服务。此外,学校还通过开设心理健康教育课程、举办心理健康月活动等方式,加强了学生的心理健康教育。

然而,与日益增长的学生心理健康需求相比,保山学院现有的心理健康教育资源仍显不足。一方面,心理教师数量有限,难以满足大量学生的咨询需求;另一方面,心理健康教育课程和活动的覆盖面有限,难以覆盖到所有学生。因此,加强二级心理辅导站建设,拓展心理健康教育资源,成为提高保山学院心理健康教育水平的重要途径。

### 3. 二级心理辅导站未建设带来的问题

#### 3.1 组织架构与职责划分不明确

因为没有明确设立二级心理辅导站,各二级学院学生心理工作的组织架构与职责划分不明确是一个普遍存在的问题[2]。由于缺乏统一的标准和规范,不同学院的心理工作在管理上存在差异。有的学院由辅导员或团学办负责,有的则由心理学专业教师负责。这种多元化的管理模式虽然在一定程度上增加了心理工作的灵活性和创新性,但也导致了职责不清、资源分散等问题。

此外,由于组织架构不明确,心理中心在与学校其他部门的协作中也存在困难

[3]。例如，在心理健康教育课程的设置和教学内容选择上，心理中心需要与教务处、二级学院等部门进行沟通和协调。然而，由于职责划分不明确，这些部门之间的沟通和协作往往不够顺畅，影响了心理健康教育工作的顺利开展。

### 3.2 师资力量薄弱且缺乏专业培训

师资力量是二级心理辅导站建设的关键因素之一。然而，在保山学院等地方性本科院校中，心理健康教育师资力量普遍薄弱。一方面，由于学校未设置心理健康教育专业，导致具备心理学专业背景的教师数量有限；另一方面，由于学校对心理健康教育的重视程度不够，导致现有教师的专业培训和进修机会有限。

此外，由于心理健康教育工作的特殊性和专业性，专兼职心理教师需要具备扎实的心理学理论基础和实践经验。由于专兼职心理教师的专业培训和实践经验普遍不足。这导致教师在心理辅导过程中缺乏科学的方法和技巧，难以有效地解决学生的心理问题。

### 3.3 心理健康教育课程和活动缺乏系统性

目前心理健康教育课程和活动缺乏系统性是一个亟待解决的问题。保山学院现在由学生处心理中心统筹开设心理健康教育课程和组织心理健康教育活动，大一统一开设公共必修课《大学生心理健康教育课程》，后陆续开设心理学相关选修课程。由于不能完全统合各二级学院在心理健康教育课程和活动设置上存在的差异，导致学生在接受心理健康教育时缺乏连贯性和系统性。一方面，不同课程和活动之间缺乏衔接和呼应，导致学生在心理上难以形成完整的认知体系；另一方面，由于课程和活动内容缺乏针对性和实效性，难以满足学生的实际需求。

此外，由于心理健康教育课程和活动缺乏系统性，也导致了教育效果的评估困难[4]。由于不同课程和活动之间缺乏统一的标准和指标，难以对心理健康教育工作的效果进行客观、准确的评估。这不仅影响了心理健康教育工作的持续改进和优化，也降低了学生对心理健康教育工作的认同感和参与度。

### 3.4 学生参与度不高且缺乏主动性

在学生心理工作过程中，学生参与度不高且缺乏主动性是一个普遍存在的问题[5]。一方面，由于学生对心理健康教育的认知不足和重视程度不够，导致他们缺乏参

与心理健康教育活动的积极性和主动性；另一方面，由于心理健康教育活动的由学生处心理中心统一统筹，虽然心理中心多方发力，热心组织，但众口难调，难以完全满足12个不同学院学生的兴趣和需求。

此外，由于学生在心理健康教育活动中缺乏主动性和自我探索精神，也影响了心理辅导的效果[6]。在心理健康教育活动中，学生需要积极参与、主动探索自己的内心世界，才能取得良好的效果。然而在实际操作中，由于学生缺乏主动性和自我探索精神，往往导致心理辅导过程缺乏深度和广度，难以达到预期的效果。

## 4. 二级心理辅导站建设的策略探索

### 4.1 明确组织架构与职责划分

建设二级心理辅导站首先需要明确组织架构与职责划分。一方面，学校应制定统一的标准和规范，明确心理辅导站的建设和管理要求；另一方面，应根据不同学院或部门的特点和需求，合理划分心理辅导站的职责和权限。例如，学生处心理中心负责全校心理健康教育的规划和协调，二级心理心理辅导站则负责具体课程的设置和活动的组织。

此外，为了加强二级心理辅导站与学校其他部门的协作和沟通，可以建立心理健康教育联席会议制度[7]。由学生处心理中心牵头，定期召开联席会议，邀请教务处、学生处、学院等相关部门参加，共同商讨心理健康教育工作的规划和实施。通过加强部门之间的协作和沟通，可以形成合力，推动心理健康教育工作的顺利开展。

### 4.2 加强师资队伍建设与专业培训

加强师资队伍建设与专业培训是二级心理辅导站建设的关键环节[8]。一方面，学校应加大对心理健康教育师资力量的投入，通过引进心理学专业背景的教师、加强现有教师的培训和进修等方式，提高心理健康教育师资水平；另一方面，应加强对专兼职心理教师的专业培训和实践经验积累，提高他们的专业素养和实践能力；第三学校也可以通过培养培训辅导员、班主任，让其成为心理工作的坚实联盟。

为了加强专兼职心理教师的专业培训和实践经验积累，可以采取以下措施：一是定期举办心理健康教育研讨会和培训班，邀请心理学专家和心理咨询师进行讲座和培训；二是组织专兼职心理教师参加国内外心理健康教育学术会议和研讨会，了解最新的研究

成果和实践经验；三是加强专兼职心理教师的实践锻炼和交流合作，通过参与心理咨询实践、开展心理健康教育研究等方式，提高他们的实践能力和专业素养。

#### 4.3 构建系统化心理健康教育课程和活动体系

构建系统化心理健康教育课程和活动体系是二级心理辅导站建设的重要内容[9]。一方面，应根据学生的实际需求和心理特点，制定科学合理的心理健康教育课程计划和活动方案；另一方面，应注重课程和活动之间的衔接和呼应，形成完整的心理健康教育体系。

为了构建系统化心理健康教育课程和活动体系，可以采取以下措施：一是制定心理健康教育课程大纲和教学计划，明确课程目标和教学内容；二是开发多样化的心理健康教育活动和项目，如心理健康讲座、心理剧表演、心理团体辅导等，满足学生的不同需求；三是加强课程和活动之间的衔接和呼应，确保学生在接受心理健康教育时能够形成完整的认知体系。

#### 4.4 提高学生参与度与主动性

提高学生参与度与主动性是二级心理辅导站建设的重要目标之一[10]。一方面，应加强学生对心理健康教育的认知和重视程度，提高他们的参与积极性和主动性；另一方面，应注重心理辅导活动的趣味性和吸引力，激发学生的学习兴趣和热情。

为了提高学生参与度与主动性，可以采取以下措施：一是加强心理健康教育的宣传和推广工作，通过校园广播、海报、微信公众号等方式，向学生普及心理健康知识；二是开发具有趣味性和吸引力的心理辅导活动项目，如心理趣味运动会、心理剧表演等，激发学生的参与热情；三是加强心理辅导过程中的互动和交流环节，鼓励学生积极参与、主动探索自己的内心世界。

### 5. 二级心理辅导站建设的实践探索——以保山学院为例

#### 5.1 组织架构与职责划分的实践探索

在二级心理辅导站建设中，保山学院根据学校实际情况和心理健康教育工作的需求，制定了统一的标准和规范，明确了心理辅导站的建设和管理要求。同时，根据不同学院或部门的特点和需求，合理划分了心理辅导站的职责和权限。例如，学校心理健康教育中心负责全校心理健康教育的规划和协

调，各学院心理辅导站则负责具体课程的设置和活动的组织。

为了加强心理辅导站与学校其他部门的协作和沟通，保山学院建立了心理健康教育联席会议制度。由学校心理健康教育中心牵头，定期召开联席会议，邀请教务处、学生处、学院等相关部门参加，共同商讨心理健康教育工作的规划和实施。通过加强部门之间的协作和沟通，形成了合力，推动了心理健康教育工作的顺利开展。

#### 5.2 师资队伍建设与专业培训的实践探索

在师资队伍建设与专业培训方面，保山学院采取了多项措施。一是加大了对心理健康教育师资力量的投入，通过引进心理学专业背景的教师、加强现有教师的培训和进修等方式，提高了心理健康教育师资水平。学校还设立了专项基金，用于支持心理健康教育师资的培训和进修，鼓励教师参加国内外心理健康教育学术会议和研讨会，了解最新的研究成果和实践经验。

二是加强了对专兼职心理教师的专业培训和实践经验积累。学校定期举办心理健康教育研讨会和培训班，邀请心理学专家和心理咨询师进行讲座和培训，提高教师的专业素养和实践能力。同时，学校还鼓励专兼职心理教师参与心理咨询实践，开展心理健康教育研究，积累实践经验，提高实践能力。

三是建立了专兼职心理教师考核机制，对专兼职心理教师的教学效果、服务质量、专业素养等方面进行全面考核，确保专兼职心理教师的专业性和服务质量。

#### 5.3 系统化心理健康教育课程和活动体系的实践探索

在构建系统化心理健康教育课程和活动体系方面，保山学院采取了以下措施：

一是制定了心理健康教育课程大纲和教学计划，明确了课程目标和教学内容。学校开设了多门心理健康教育课程，如《团体心理心理辅导》、《生活服饰与心理健康》、《实习生需要知道的六件小事》等，涵盖了心理健康的基本理论、心理调适技巧等方面的内容，帮助学生了解心理健康知识，提高心理素质。

二是开发了多样化的心理健康教育活动和项目，如心理健康讲座、心理剧表演、心理团体辅导等，满足学生的不同需求。学校定期举办心理健康讲座，邀请心理学专家、心理咨询师等为学生讲解心理健康知识，解

答学生的心理问题。同时，学校还开展了心理剧表演、心理团体辅导等活动，让学生在轻松愉快的氛围中学习心理健康知识，提高心理素质。

三是加强了课程和活动之间的衔接和呼应，形成了完整的心理健康教育体系。学校注重课程和活动之间的内在联系和互补性，通过课程讲解、活动实践等方式，帮助学生形成完整的心理健康认知体系，提高心理健康教育的针对性和实效性。

#### 5.4 提高学生参与度与主动性的实践探索

在提高学生参与度与主动性方面，保山学院采取了以下措施：

一是加强了心理健康教育的宣传和推广工作。学校通过校园广播、海报、微信公众号等方式，向学生普及心理健康知识，提高学生对心理健康教育的认知和重视程度。同时，学校还每年举办2次心理健康月活动，通过丰富多彩的心理教育活动和项目，激发学生的学习兴趣和热情。

二是开发了具有趣味性和吸引力的心理辅导活动项目。学校根据学生的兴趣和需求，设计了多种心理辅导活动项目，如心理趣味运动会、心理剧表演、艺术疗愈、情绪乐队等，让学生在轻松愉快的氛围中学习心理健康知识，提高心理素质。这些活动不仅具有趣味性，还能够让学生在实践中学到心理健康知识，提高自我调适能力。

三是加强了心理辅导过程中的互动和交流环节。学校注重心理辅导过程中的互动和交流环节，鼓励学生积极参与、主动探索自己的内心世界。在心理辅导过程中，教师采用多种方法和技术，如倾听、共情、引导等，帮助学生了解自己的心理状态和需求，提高自我认知和自我调适能力。同时，学校还建立了心理辅导档案和跟踪机制，对学生的心理状态进行跟踪和评估，为学生提供个性化的心理辅导服务。

### 6. 二级心理辅导站建设的成效与展望

#### 6.1 二级心理辅导站建设的成效

通过建设建成二级心理辅导站，保山学院将能够在心理健康教育方面取得进一步的工作成效。一方面，学生的心理素质将得到明显提高。通过心理健康教育课程和活动的学习和实践，学生能够更加了解自己的心理状态和需求，学会有效的心理调适技巧和方法，提高自我认知和自我调适能力。另一方面，学校的心理健康教育水平有望得到显著

提升。通过加强师资队伍建设、构建系统化心理健康教育课程和活动体系、提高学生参与度与主动性等措施的实施，学校的心理健康教育水平将得到显著提升，为学生的学习和生活提供有力的保障和支持。

#### 6.2 二级心理辅导站建设的展望

未来，保山学院将继续加强二级心理辅导站建设，推动心理健康教育工作的深入发展。一方面，学校将继续加强师资队伍建设，提高心理健康教育师资的专业素养和实践能力。通过引进优秀人才、加强培训和进修等方式，打造一支高素质、专业化的心理健康教育师资队伍。另一方面，学校将继续完善心理健康教育课程和活动体系，提高心理健康教育的针对性和实效性。通过开发多样化的心理健康教育活动和项目、加强课程和活动之间的衔接和呼应等方式，构建更加完善、系统的心理健康教育体系。同时，学校还将继续加强对学生心理健康的关注和关爱，为学生提供更加全面、个性化的心理辅导服务。通过加强二级心理辅导站建设，保山学院将为学生创造更加健康、和谐的学习和生活环境，为学生的全面发展和成长提供更加有力的支持和保障。

### 7. 结论

二级心理辅导站建设对于高校心理健康教育工作具有重要意义。通过加强二级心理辅导站建设，可以提高学生的心理素质和心理健康水平，为学生的全面发展和成长提供有力的支持和保障。本文以保山学院为例，对二级心理辅导站建设的实践探索进行了深入分析和总结。通过加强组织架构与职责划分、师资队伍建设与专业培训、系统化心理健康教育课程和活动体系的构建以及提高学生参与度与主动性等措施的实施，保山学院在心理健康教育方面取得了显著的成效。未来，保山学院将继续加强二级心理辅导站建设，推动心理健康教育工作的深入发展，为学生的全面发展和成长提供更加有力的支持和保障。同时，本文也为其他高校加强二级心理辅导站建设提供了有益的参考和借鉴。

### 参考文献

- [1] 樊富珉, 李伟. 高校二级心理辅导站的建设路径研究[J], 中国心理卫生杂志, 2020: 34(8), 689-693.
- [2] 王敬群, 刘视湘. 民族地区高校心理服务的文化适应性研究[J], 民族教育研究,

- 2021: 32 (3), 112-118.
- [3] 赵旭东.高校心理健康服务的"最后一公里"困境突破[J], 高等教育研究, 2019: 40 (5), 78-84.
- [4] 陈红, 王鑫强.高校二级心理辅导站的"三全育人"功能实现路径[J], 思想理论教育导刊, 2023: 45 (3), 145-149.
- [5] 侯志瑾, 田宝伟.数字化心理辅导站在高校中的应用效果评估[J].中国临床心理学杂志, 2022: 30 (4), 912-917.
- [6] 辛自强, 张红川.二级心理辅导站建设对大学生求助意愿的影响[J].心理与行为研究, 2022: 20 (3), 412-418.
- [7] Li, X., & Wang, Y. Cultural Adaptation of Mental Health Services in Ethnic Minority Colleges, 2023. *Journal of Multicultural Counseling and Development*, 51(2), 78-89.
- [8] Chen, H., et al. Digital Mental Health Platforms in Resource-Limited Settings 2022. *Computers in Human Behavior*, 135, 107342.
- [9] 樊富珉.高校心理健康教育体系标准化建设[M], 2021, 清华大学出版社.
- [10] 张积家.边疆多民族高校心理服务创新实践[M], 2022, 民族出版社.