

基于“一站式”学生社区心理危机预警及干预机制研究——以汉中职业技术学院为例

高崇华 王武 程义

(汉中职业技术学院 陕西汉中 723000)

引言

随着我国社会发展,高考人数逐年增加,使得大学生数量也在稳步提升。与此同时,心理健康问题也逐渐呈现出年轻化趋势,因此社会和国家对我国大学生的心理健康状况也愈发重视。2023年4月,教育部等十七部门印发《全面加强和改进新时代学生心理健康工作专项行动计划(2023—2025年)》中明确提出:促进学生身心健康、全面发展,是党中央关心、人民群众关切、社会关注的重大课题。

目前大学生群体产生心理危机的原因多种多样,并且具有一定的隐蔽性,高校普遍使用的心理普查措施仅能够筛选出具有明显心理危机问题的个例,方式较为单一,并不能真正解决心理危机预警问题,对已产生的心理危机事件缺乏有效的干预措施,容易错过最佳的治疗时间^[1]。

随着学生管理服务工作的规范化、精细化、人性化等实际需要,高校“一站式”学生社区应运而生,教育部明确要求各高校将“一站式”学生社区建设成为集思想政治教育、第二课堂学习、心理情感交流、后勤保障服务为一体的综合性教育场所。要求学校领导干部、专业教师、学业导师、辅导员、管理服务人员等育人力量下沉社区服务学生,打通“育人最后一公里”。其中,在心理育人工作方面,通过心理咨询与服务队伍入驻“一站式”学生社区,使高校能够做到零距离为学生提供“一站式”心理健康服务,将学生社区打造成心理育人新阵地^[2]。

一、“一站式”学生社区

1.1 “一站式”学生社区的概念

“一站式”学生社区是指通过整合校园内的各种资源和服务,为学生提供全方位、多样化服务的综合性社区,发挥高校德育功能,兼具思想引领、学习发展、生活指导、文化交流与一体,服务学生在课堂之外的成长成才,以共同体理念为联结的学生教育生活成长共同体。提供便捷、高效的服务来满足学生在学习、生活、娱乐等方面的需求,提高学生的满意度和校园生活质量。

2019年“一站式”学生社区综合管理模式建设试点工作推进会上提出,“一站式”学生社区是高校在推进“三全育人”综合改革中创建的具有高校特色的育人平台,在促进学生成长成才方面发挥着重要作用。

1.2 “一站式”学生社区的现状

2023年,教育部思政司发布《高校“一站式”学生社区综合管理模式建设工作指南(2023年)》,各地高校积极响应,从思政引领、队伍入驻、学生参与、条件保障等方面出发,进行新一轮建设,相比于试点工作,新的工作要求也有新的工作方

向,在“一站式”学生社区建设的基础上,不断融入新时代高校建设需要及学生需求,将心理育人、资助育人、管理育人、服务育人等工作下沉一线、进入学生日常生活,并已经取得良好成效^[3]。

二、高职院校学生心理危机

2.1 高职院校学生心理危机特点

高职学生的心理危机往往是在用自身应对机制不能解决当下问题时产生的冲动行为^[4],高职学生普遍处于身心迅速发展阶段,学生的传统观念、伦理、道德和价值取向均受到社会环境的较大影响,并且很多学生的心理问题大多是在初、高中就已经形成,由于多种原因而被忽略,这些学生进入大学更换学习、生活环境后,仅有少部分心理问题可以得到缓解,仍有部分学生的心理问题依然严重,若不能及时得到专业的心理干预极有可能引发心理危机事件。

2.2 高职院校学生心理危机产生原因

心理素质基础不强。目前,高职院校部分学生中高考成绩不理想,受到其以往学习方式、校园关系、成长环境等因素的影响,易产生失落、迷茫、困惑、矛盾,甚至自卑感,致使这部分学生心理素质抗压能力差,加之理想中的大学环境和现实落差,容易使该类同学表现出心理问题。

环境与人际交往因素。对于新进入学校的新生而言,突然暴露在陌生的环境,开学后,远离父母,需要适应新的学校、新的同学,新的老师,容易引起一定程度的焦虑和不安。同时,由于部分大学生长期以来形成的以自我为中心,不懂得体谅、帮助他人的性格导致其在处理宿舍、同学关系时可能会造成矛盾冲突,从而产生被孤立的想法,不愿意再主动融入集体生活中。

学业就业压力明显。大多数高职生在高中或职高阶段文化基础比较薄弱,没有形成良好的学习习惯和系统的学习方法。进入高职院校学习后仍保持盲目的学习态度,学业方面求助意识薄弱^[5]。容易造成从“不会学”到“学不会”的恶性循环。当学生进入实习及就业阶段,发现自身的能力并未有较强的竞争力,随着就业市场的不断变化,也使得大学生在整个大学期间面临的学业、就业等压力日益增大,部分学生甚至表现出紧张、焦虑、逃学、失眠、思维迟钝等心理问题。

家庭氛围有待改善。家庭是大学生成长的首要环境,家庭教育的缺失是心理问题产生的重要原因,其内部的动态关系对大学生的心理健康有着深远的影响,很多家长只注重孩子文化成绩而忽略健康教育,同时缺乏专业的心理健康知识和沟通技巧,“重物质轻精神”,导致亲子关系紧张,难以为孩子提供有

效帮助和情感支持,亲子之间存在沟通障碍或矛盾冲突^[6],致使部分大学生在遭遇应激事件时更容易感到孤立无援,进而采取自伤等极端行为来应对内心的痛苦和不安,易产生焦虑、抑郁等负面情绪,进而增加心理危机的风险^[7]。

其他突发事件影响。突发自然灾害、亲人突发疾病、亲人突发变故,家人突发疾病或去世等均会对学生心理产生冲击,此刻学生心理较为薄弱,其中不乏有承受能力较弱或变故十分重大者发展成为心理危机事件。

2.3 心理危机预警及干预机制的重要性

高职院校学生心理危机具有隐匿性、突发性与预兆性。在日常生活中学生往往对自身心理状态有一定的自知程度,大部分学生出于畏惧等心理会在老师面前“精心伪装”,使得辅导员及心理健康老师难以辨别;随着学生心理问题逐渐累加超出自身承受阈值,往往已经形成严重心理问题甚至心理危机事件,此时学生的精神状态及心理状态可能促使学生做出自残、轻生等行为;在学生心理问题发展阶段,其内心渴望寻求帮助,会通过行为或言语进行表达,这种表达通常是十分亲密的朋友才能发现。通过构建完善的预警机制,使学生管理人员能够提前把控学生心理问题动态,实现对心理危机的有效防控,尽量避免心理危机事件的发生。

三、基于一站式学生社区心理危机预警及干预体系

3.1、党建引领

建立“学生社区党支部”,各党支部书记由二级学院党总支书记兼任,以构建“三全育人”体系为抓手,按照“1个中心,6大主体,10项功能”的建设思路,在党委领导“一竿子到底”、队伍入驻“一条龙服务”、学生参与“一揽子提效”、保障支持“一盘棋统筹”等关键环节上下功夫,推动党建、领导、思政、管理、服务力量下沉学生工作一线,融入“一站式”学生社区日常管理。

践行“一线规则”进驻学生社区的要求,学校、二级学院与学生社区协同联动;充分发挥学校心理教师、辅导员、学生干部等育人队伍的力量,共同做好学生心理服务,形成相向同行的心理育人合力,做好学生心理健康的“守门人”。

3.2、分级预警机制

建立由寝室长、楼层长、班级心理委员、公寓辅导员、社区心理教师、心理健康教育与咨询中心组成的“一站式”学生社区“六级”心理危机预警体系,进行预警信息采集、预警信息研判、危机预警处理,实现全主体、全过程、全空间的精准预警,做到对学生心理状况的有效监测。依托“师生健康 中国健康”主题教育、“全国大中学生心理健康日”、职业院校“文明风采”活动等重要活动多渠道、多形式开展心理健康教育,提升大学生心理健康知识普及情况,充分发挥“一站式”学生社区各支育人队伍在学生心理健康工作中的重要作用。

3.3 帮扶闭环管理

依托“一站式”学生社区,建立危机干预发现体系——监控体系——干预体系——转介体系——善后处理体系,保证上下信息畅通、逐级反应迅速、内外监护有效,对学生心理状况变化能够做到早发现、及时通报、研判分级、合理预估、干预适当、转介及时;并根据研判及预估结果制定科学化、规范

化、人性化的帮扶措施,不过度干涉轻微心理问题,绝不轻视潜在的心理危机因素,将轻微心理问题维持在可控范围内、将心理危机事件消除在萌芽状态。

四、心理危机预警及干预成效

通过心理危机预警机制,一年来累计发现5起潜在重度、12起中度、33起轻度心理危机事件,通过干预帮扶机制,成功缓解64人次心理问题。

在校学生对心理健康的重视程度显著提高,心理健康知识普及程度显著提高,学生心理负面情绪及心理危机隐患显著减少。

成功建立党建为引领,多方联动的科学化、规范化预警及干预机制,由发现、预警到介入干预、帮扶闭环的周期性显著缩短。对日常重点关注学生进一步加强心理帮扶的基础上,建立完善个人成长档案,优化“一生一档一策”,及时化解学生负面情绪,排除可能存在的心里危机隐患,深入开展“四进两联一交友”活动,不断探索家-校-院-社心理健康教育工作深度合作,不断加强建立交流平台建设,实现资源共享,形成育人合力。

结语

目前,我国高职院校学生的心理健康问题愈发得到重视,各地高校不断推进“一站式”学生社区建设工作,在资助育人、服务育人、心理育人、管理育人等方面均有成效。但由于高职院校学生心理素质不强、心理问题具有隐蔽性、突发性等特点,心理育人工作仍需进一步推进,充分发掘“五育并举”心育内容,探索新路径、新平台,不断拓展社区的“第二课堂”实践活动育人作用,以达到预警——干预——回访的工作闭环,实现预警精确化、干预有效化的心理危机事件应对新局面。

参考文献:

- [1]赵青,2024.“三全育人”视域下高职院校特殊群体大学生心理危机预警及机制研究[J].产业与科技论坛,23(2):273-276.
- [2]胡平.高校“一站式”学生社区教育管理模式创新与探索[J].吉林农业科技学院学报,2024,33(04):24-27.
- [3]殷显伟.“三全育人”体系下加强育人型学生社区建设的重要意义[J].山西青年,2019,(20):292.
- [4]徐楠,白榕.基于大数据的高职学生心理危机筛查机制研究[J].北京财贸职业学院学报,2024,40(04):48-52.
- [5]孙婷,李欠文,齐红煜,等.高职大学生心理危机预警和干预机制研究[J].大学,2024,(13):193-196.
- [6]李慧.大学生心理危机的现状审思、影响因素及预防路径[J].才智,2024,(21):97-100.
- [7]王延双,张朝晖.高职院校辅导员心理危机干预能力提升路径研究[J].陕西青年职业学院学报,2024,(02):44-48.

基金项目:本文系2024年度陕西高校学生工作研究课题“基于‘一站式’学生社区心理危机预警及干预机制研究”成果(项目编号:2024XKT097)。

作者简介:高崇华(1997—),男,吉林延边州人,汉中职业技术学院土木建筑工程学院专职辅导员,主要从事学生心理咨询、学生管理工作。