

模块化视域下高校心理育人体系的构建与实践

卢 阳, 聂西文, 阎祥东
(山东科技大学, 山东青岛 266590)

[摘 要]针对当前高校心理育人存在的模式固化、需求匹配度低等问题,本文引入模块化理论,探索构建系统化心理育人新模式。基于积极心理学与群体动力学视角,研究梳理了模块化理论与心理育人的内在逻辑,并结合高校实践,构建了以“两支队伍、两个载体、一个融合、一项机制”为核心的“2211”模块化心理育人体系。该体系通过建强朋辈支持与榜样引领队伍,做实精准帮扶与文化浸润载体,将心理育人融入多元育人模块,并实施“一对一”帮扶机制,实现从“问题应对”向“积极发展”的转变。实践表明,该模式有效提升了学生心理韧性 with 群体共进效能,为高校心理育人工作提供了新的理论视角与实践路径。

[关键词]心理育人;模块化理论;朋辈引领;积极发展

[中图分类号] G448; G642.0

[文献标识码] A

doi:10.3969/j.issn.2096-711X.2026.18.017

[文章编号] 2096-711X(2026)18-0050-03

[本刊网址] <http://www.hbxb.net>

引言

新时代高校思想政治教育承担着立德树人的根本任务,心理育人是其中不可或缺的关键环节。它不仅是促进学生身心健康、涵养健全人格的基础工程,更是提升学生心理资本、激发学习效能、培养堪当民族复兴重任的时代新人的内在要求。从个体发展维度看,心理育人通过引导学生建立正确的自我认知,增强社会适应能力,为其终身发展奠定坚实的心理基础。从教育效能维度看,良好的心理状态是学生主动学习、积极探究的内驱力,能够有效激发学习兴趣与创新思维,是提升教育教学质量的重要保障。从社会适应维度看,心理育人帮助学生掌握情绪调节策略,增强心理韧性,建立健康的人际关系,为其顺利融入社会、实现人生价值提供重要支撑。

随着社会转型加速、竞争压力增大、网络环境复杂化,当代大学生的心理发展需求呈现出新的特征与变化。如何适应时代发展要求,回应学生成长需求,构建更加科学、精准、高效的心理育人体系,成为当前高校思想政治工作亟待破解的重要课题。

一、高校心理育人的现实困境

当前高校心理育人实践已形成较为完整的工作体系,但面对学生日益复杂化的心理发展需求,仍存在诸多亟待突破的现实困境。

(一)教育供给的广度与深度有待提升

从供给广度来看,心理健康教育内容与学生实际生活情境的融入度不高。当前的心理健康教育多以课程讲授、专题讲座、宣传展板等形式开展,内容偏重于心理学知识的普及,与学生日常面临的学业困惑、人际冲突、职业迷茫等现实问题衔接不够紧密。学生虽然能够获取一定的心理健康知识,但难以将知识转化为解决实际问题的能力。从供给深度来看,部分学生对心理健康知识的理解停留于表层,缺乏深度的自我洞察与有效的心理调适技能。知识普及的“最后一公里”尚未完全打通,导致心理育人工作的内化效果不佳。同

时,心理育人实践活动形式较为单一,同质化现象突出,难以有效激发学生的参与热情,部分学生甚至对心理健康教育活动存在抵触或回避心理。

(二)育人模式与学生需求的匹配度有待加强

当前高校心理育人模式相对固定,多以问题为导向,侧重于心理危机的识别与干预,而对学生发展性需求的关注不足。随着学生群体的日益多元化,其心理发展需求呈现出个性化、差异化的特征。然而,现有的教育模式难以精准覆盖并满足这些差异化的需求。此外,心理育人工作往往独立于专业教育、科创活动、社会实践之外,未能形成有效的育人合力。学生在不同场域中获得的教育体验不统一,心理育人难以真正融入学生的日常学习生活,导致育人效果难以持续深化。

(三)技术手段与资源整合的效能有待释放

在大数据、人工智能等现代信息技术快速发展的背景下,心理育人工作尚未充分借力技术手段提升效能。一方面,信息资源的整合与利用效率不高。学生心理状态的动态监测、预警机制的精准构建、个性化帮扶方案的智能匹配等,均有待技术手段的深度介入。另一方面,互联网渠道的育人效果不够明显。虽然积极利用微信公众号、短视频平台等开展心理知识普及,但内容同质化、互动性不足等问题较为突出,难以真正走进学生内心。线上心理育人资源与线下实践活动未能形成有效联动,线上线下协同育人的整体效能尚未充分释放。

面对上述困境,探索一种更具系统性、适应性和创新性的心理育人模式,成为提升高校心理育人质量的现实需要。本文基于模块化理论,尝试构建并实践一套以“两支队伍、两个载体、一个融合、一项机制”为核心的模块化心理育人体系,以期破解当前育人困境,提升育人实效提供新的思路与路径。

二、模块化育人的学理依据与心理育人实践的耦合

(一)模块化理论的溯源与应用

模块化概念最初源于工业设计领域,其核心思想是在系

收稿日期:2026-4-24

基金项目:本文系2025年中国高等教育学会课题“地方高校‘一核双融四链三维’集成电路人才培养体系构建研究”(项目编号:25DF0301);2024年中国高等教育学会重点课题“新时代高校劳动教育高质量发展评价体系构建与实现路径研究”(项目编号:24LD0210);2024年黄炎培职业教育思想研究规划课题“数字时代的劳动教育:基于黄炎培劳动教育思想的创新途径探索”(项目编号:ZJS2024YB058);山东科技大学心理健康教育研究课题(项目编号:22XLJK13,22XLJK05)。

作者简介:卢阳(1989—),女,内蒙古赤峰人,山东科技大学讲师,硕士,主要从事党建与思想政治教育研究。

统规则保持相对稳定的前提下,将一个复杂的系统或过程分解为若干具有特定功能、独立且可组合的子系统(即模块),以实现对复杂系统的有效管理和创新。模块化具有三个核心特征:独立性,即各模块内部要素高度关联,但模块之间耦合度低,可以独立设计、生产和优化;可组合性,即遵循统一的设计规则,不同模块可以灵活组合,形成多样化的产品或系统;标准化,即模块之间的接口标准统一,确保互换性与兼容性。这一理念因其在应对复杂性和促进创新方面的显著优势,已从工程技术领域迅速渗透到管理学、组织设计、教育学等多个社会科学领域。

(二)心理学视角下模块化育人的理论契合与实践逻辑

将模块化理论引入高校育人体系,特别是心理育人领域,具有深刻的理论契合点与实践逻辑。

一是符合大学生心理发展的复杂性。大学生心理发展是一个涉及认知、情感、意志、个性等多维度要素相互交织的复杂过程,呈现出高度的异质性和动态性。传统的线性、单一模式难以有效应对这种复杂性。模块化育人通过对育人目标、内容和路径的“分解”与“重构”,能够将复杂的心理育人任务分解为若干相对独立、目标清晰的模块(如学业支持、情感疏导、生涯规划、危机干预等),实现对不同学生群体、不同发展阶段、不同心理需求的精准回应。

二是契合积极心理学的核心理念。积极心理学倡导关注人的积极品质和潜能开发,而非仅仅聚焦于问题的矫治。本研究的实践发现,学生在解决应激性心理问题后,更需要一个“突破口”来建立自信心与成就感。这正是模块化育人的切入点——通过深入挖掘学生在科技创新、文体活动、社会实践等不同模块中的兴趣与特长,激发其内在的向上动力,将心理育人的重心从“被动解决问题”转向“主动建构优势”,从而培养学生积极的心态、稳定的心理素质和强大的抗挫折能力。这实质上是一种以优势为基础的发展性心理育人模式。

三是回应了群体动力学的内在要求。群体动力学理论认为,个体的行为是个体与其所处环境相互作用的结果,群体氛围和成员互动对个体心理发展具有重要影响。模块化育人通过构建多样化的模块(如班级建设、社团活动、科创团队等),将具有共同兴趣或目标的学生凝聚在一起,形成一个积极向上的“共同体”。这有助于打破学生自我封闭的“小圈子”,引导其在群体互动中实现“抱团成长”,在同伴支持和榜样引领下,从个体的无序、散漫走向群体的同向同行,最终实现有特色发展和全面发展的统一。

综上所述,模块化育人在心理育人体系中的实践逻辑在于:以学生内在的积极潜能(兴趣、特长)为“切入口”,以多样化的功能模块为“载体”,以朋辈引航和群体动力为“催化剂”,引导学生走出自我封闭,融入集体共进,最终实现心理成长与全面发展的双重目标。

三、模块化心理育人体系的设计与构建

基于上述理论基础与实践观察,笔者及所在团队针对当代大学生存在的自我封闭、代际沟通加深、个性发展需求强烈等特点,开始系统探索并构建了一套以“两支队伍、两个载体、一个融合、一项机制”为核心的“2211”模块化心理育人体系。该体系旨在通过精准挖掘学生内在潜能,整合多元育人要素,实现心理育人由“碎片化应对”向“系统化构建”、由“问题导向”向“发展导向”的转型。

(一)建强朋辈支持与榜样引领两支骨干队伍

一是专业化朋辈支持队伍,即学生心理健康骨干团队。朋辈支持在大学生心理健康教育中具有独特的优势。通过

规范选拔与系统培训,打造一支由学生会心理健康部、班级心理委员、宿舍心理健康观察员组成的骨干队伍。工作机制上,实行周例会制,搭建经验交流与案例研讨平台;能力培养上,开展涵盖心理咨询基础、团体辅导技能、危机识别与干预的专项培训;作用发挥上,鼓励其在“自助—助人—互助”的循环模式中,通过定期组织心理班会、团体辅导等活动,将心理健康服务渗透到学生日常生活的毛细血管,形成广泛而有效的心理支持网络。

二是示范性榜样引领队伍,即暖色引航员团队。为将心理育人融入学生成长的多元场景,我们在思想政治、学业发展、科技创新、社会实践、文体活动等特色模块中,选拔综合素质高、群众基础好、具有榜样效应的优秀学生,组建“暖色引航员”队伍。核心职能其一为示范引领,在各模块活动中以身作则,展现积极向上的精神风貌;其二为活动渗透,将心理健康元素有机融入其所负责的科创竞赛、文体展演、社会实践等活动设计之中,使学生在参与中潜移默化地缓解压力、提升心理品质;其三为潜能激发,通过榜样力量,激发同辈群体在特定模块领域的探索热情与成长动力。

(二)做实精准帮扶与文化浸润两个关键载体

一是精准帮扶载体,即“阳光雨露”行动计划。以“扶智、强心、帮困”为目标,精准面向心理状态不佳、学业困难、家庭经济困难、遭遇重大突发事件等特殊群体学生。实施策略上,摒弃单一的资助或咨询方式,转而提供“个性化成长支持方案”。一方面,通过“漂流笔记本”“排忧解难铺”等特色活动,营造安全、信任的氛围,引导学生倾诉烦恼、寻求帮助;另一方面,整合学业辅导、心理咨询等资源,为学生提供精准、持续的支持,帮助其正视困境、修炼内心,实现从“被动受助”到“主动成长”的转变。

二是文化浸润载体,即“信心”系列心理微视频。顺应互联网时代信息传播规律,团队创建了网络育人形象“信心”,打造线上心理育人阵地。“信心”微视频每月定期推送,内容取材于学生真实的校园生活,采用心理剧、采访、Vlog、歌舞等多种学生喜闻乐见的形式,如《破茧》、《一——》等作品,以细腻的情感和幽默的表达,探讨自我成长、人际交往、情绪管理等主题。其育人逻辑在于,通过高质量的内容输出引发情感共鸣与价值认同,再通过线上话题讨论、心理小测试等互动环节,引导学生从“观看”走向“参与”,从“关注他人故事”走向“倾听内心声音”,最终实现自我接纳与自我关爱。

(三)挖掘融合特色活动的心理育人元素

将心理育人从单一的心理健康教育活动中解放出来,使其与科研育人、文化育人、实践育人等多元育人模块深度融合,是该体系的重要着力点。各类实践活动天然蕴含着丰富的心理育人资源,户外拓展与体育运动能锤炼意志、增强抗压能力;科技创新竞赛中的团队攻关、反复试错,能培养创新思维与抗挫折能力;社会实践活动则能拓宽视野、增强社会责任感与人际交往能力。我们在实践中,引导“暖色引航员”及活动组织者,有意识地设计互动环节,引导学生在实践体验中反思、感悟,使心理健康的元素“抓住点、连成线、铺成面”,最终形成一个首尾相接、环环相扣、全方位渗透的育人闭环。

(四)深化一对一精准帮扶长效机制

该机制以“暖色引航员”为主体,面向学业困难、人际困扰、发展迷茫等需要关注的学生群体,构建“陪伴式”成长支持体系。体系遵循“自愿、相近、互补”原则,根据学生性格特点与兴趣特长匹配适宜引航员,征得双方同意后正式结对,引航员以朋辈身份通过日常交流、共同参与模块化活动等方

式自然建立联结,定期关注帮扶对象的学业进展与情绪状态,以倾听和陪伴为主,同时,基于对帮扶对象兴趣点的观察,主动邀请其加入科技创新、社会实践、文体活动等模块化团队,使其在集体互动中拓展社交圈、增强归属感。该机制通过将朋辈陪伴与发展引导相结合,在充分尊重学生自主性的前提下,帮助其在积极向上的集体氛围中逐步建立自信、缓解压力,实现从“被动关注”到“主动成长”的转变,成为模块化心理育人体系中连接个体关怀与群体共进的重要纽带。

四、模块化心理育人体系的育人效应

“2211”模块化心理育人体系的核心价值,在于将心理育人从传统的单向输出转变为多维互动的育人生态。经过数年的实践探索,该体系在以下三个层面呈现出积极的育人效应。

从“被动应对”到“主动建构”。传统心理育人方式往往聚焦于问题的发现与干预,学生处于被动接受状态。模块化育人体系通过挖掘学生在科技创新、文体活动、社会实践等领域的兴趣特长,将心理育人的切入点从“问题”转向“优势”。当学生在自己热爱的模块中获得成就感、建立自信心时,其心理韧性在潜移默化中得到提升。这种以优势为基础的发展性育人理念,使心理育人从“治病”走向“强身”,从“解决问题”走向“激发潜能”,实现了育人重心的前移。

从“个体成长”到“群体共进”。模块化育人体系打破了学生自我封闭的成长状态。通过两支队伍的朋辈引领、两个载体的氛围营造、多元模块的活动渗透以及“一对一”帮扶的精准陪伴,学生在共同兴趣的驱动下自然融入集体。科技创新团队中的协作攻关、文体活动中的相互鼓励、社会实践中的携手同行,使个体成长不再孤立,而是在群体互动中获得支持与滋养。这种“抱团成长”的育人方式,既拓展了学生的社交圈层,也形成了积极向上的群体心理氛围。

从“单一渠道”到“多元渗透”。将心理育人元素融入科研、文化、实践等多元育人模块,是该体系的重要创新。户外

运动中的意志锤炼、科创竞赛中的抗压历练、社会实践中的沟通锻炼,使心理健康教育不再局限于课堂和咨询室,而是渗透到学生日常生活的方方面面。这种全方位渗透的育人格局,既缓解了心理健康教育资源的紧张,也使学生在真实情境中获得心理成长,育人实效得到显著提升。

五、结语

本研究立足高校心理育人的现实困境,将模块化理论引入实践创新,构建并阐述了“2211”模块化心理育人体系。该体系以两支队伍为保障,以两大载体为支撑,以多元素融合为路径,以精准帮扶为机制,旨在通过系统化的模块设计和精准化的育人实践,将心理育人从问题应对转向积极发展,从单一渠道转向多元渗透。数年的实践探索初步证明了该模式在激发学生内生动力、提升心理韧性、促进全面发展方面的有效性。未来研究将进一步聚焦于模块间协同效应的量化评估、不同模块对不同群体学生的差异化影响等方向,以期为新时代高校心理育人工作的科学化、精准化发展提供更具普适性的理论借鉴与实践参考。

参考文献:

- [1]周静逸.涉农高校“五育并举”心理育人体系的创新与实践[J].中国农业大学学报(社会科学版),2024,41(6):190-202.
- [2]聂西文,卢阳.基于大学生多元化发展的第二课堂模块化育人体系构建[J].中国冶金教育,2017(5):93-96.
- [3]周肃军,常扩,周详.积极心理学视域下高校心理健康教育的范式革新及体系建构[J].黑龙江高教研究,2024,42(11):120-128.
- [4]于超美,叶威惠.群体动力学视角下新生适应性集体活动的组织与实施[J].高校辅导员学刊,2014,6(2):21-24.
- [5]缪鲁加,戎幸,谭娟晖.心理育人视域下朋辈心理互助员培养研究[J].教育评论,2021(4):101-105.

Construction and Practice of the College Psychological Education System from the Perspective of Modularization

LU Yang, NIE Xi-wen, YAN Xiang-dong

(Shandong University of Science and Technology, Qingdao Shandong 266590, China)

Abstract: In response to the issues of rigid models and low demand matching in current university psychological education, this paper introduces modularity theory to explore the construction of a systematic and innovative education model. Based on the perspectives of positive psychology and group dynamics, the study examines the intrinsic logic between modularity theory and psychological education. Integrating university practices, it constructs a “2211” modular psychological education system centered on “two teams, two carriers, one integration, and one mechanism”. This system strengthens peer support and role model teams, implements precise assistance and cultural immersion carriers, integrates psychological education into diverse education modules, and applies a “one-on-one” assistance mechanism, thereby achieving a shift from “problem coping” to “positive development”. Practice has shown that this model effectively enhances students’ psychological resilience and group collaborative efficacy, offering new theoretical perspectives and practical pathways for university psychological education.

Key words: psychological education; modularity theory; peer guidance; positive development (责任编辑:陈思婷)