

大学生心理危机干预体系研究

——基于智慧校园体系的路径探索

周俊豪

(浙江万里学院, 浙江 宁波 315100)

摘要:近年来,大学生的心理健康问题日益突出,成为影响学生个人发展和社会稳定的重要因素。随着大数据和人工智能技术的普及,构建智慧校园与智慧思政平台成为一种趋势,为心理健康教育提供数字化支持。全面加强和改进学生心理健康工作是一个关乎学生身心健康和全面发展的大课题。本研究旨在深入探讨智慧校园与网络信息化平台中的心理健康支持体系,包括功能模块、应用范围、数据资源整合、学生使用情况等方面。通过实地考察与网络调查,获取现有体系的全貌,并借助平台中的学生信息与行为数据进行收集与分析,以评估当前信息化管理平台的实际效果,揭示大学生心理危机的特性与主要影响因素。同时,探索多元化的干预策略,为高校心理健康教育提供理论支持与实践指导。

关键词:大学生;心理危机;智慧校园

一、心理危机概述及其影响

(一) 高校学生心理危机概述

大学生正处于人生发展的关键期,他们不仅面临着学业、就业、家庭等多方面的压力和挑战,而且缺乏足够的社会经验和心理素质。因此,当遇到重大事件或困境时,在遭遇重大困难或突发事件时,无法用常规的方式或资源来解决问题,从而导致心理平衡被打破,情绪、认知、行为等方面出现严重的失调或障碍,即心理危机。心理危机具有突发性、紧急性、痛苦性、无助性和危险性等特征,可能对个人的生活和发展造成不良的影响。三年的新冠肺炎疫情给大学生的心理健康带来了巨大的冲击和影响,导致他们普遍出现焦虑、抑郁、恐慌、孤独、无助等负性情绪,以及学习动力下降、自我价值感降低、人际关系紧张、未来规划困惑等心理障碍。这些心理状况不只对大学生的身心健康构成了威胁,同时也对他们的学业成绩和未来的职业道路产生了不利影响。面对后疫情时期更为复杂且不断变化的社会环境,采取措施预防和干预大学生的心理危机显得尤为重要和紧迫。

(二) 心理危机的预防与干预的必要性

根据相关统计数据显示,在近年来发生在高校中的暴力极端事件中,大部分都与当事人存在着较为严重的心理危机有关。心理危机事件往往会造成严重的后果,不仅会给当事人及其家庭带来巨大的创伤,而且可能引发群体性事件,影响高校的正常秩序和社会稳定。因此,加强心理危机预防与干预工作,可以有效减少和避免心理危机事件的发生,维护高校安全稳定。

在此背景下,智慧校园与信息化平台的构建,为高校心理健康教育提供了数字化支持。平台通过数据分析、智能化评估等手段,能够全面了解学生的心理状况,并提供个性化的指导与服务。通过心理档案、心理评估、线上咨询等模块,可以及时掌握学生的心理状态,建立起预警机制,并提供针对性的心理援助。智慧校园平台作为一种整合多方面资源的支持系统,为学生的心理健康提供全方位的支持。

二、智慧校园发展现状

(一) 智慧校园的概念与发展

自2010年起,我国的“十二五”信息化规划便首次正式提出了智慧校园的构想。此后,2012年发布的《教育信息化十年发展规划(2011-2020年)》进一步强调了各学校需加速推进教育信息化的步伐,积极促进智慧校园的建设。众多高校积极响应2012年要求的精神,加速了智慧型校园建设,其中包括了心理健康管

理系统的构建和完善。随着技术的发展,高校心理健康管理系统不再仅限于传统的心理咨询预约功能。现代系统整合了大数据分析、人工智能、移动应用等技术,能够实现更为全面和动态的学生心理状况监测与分析。同时,现代信息化管理系统也强调资源的整合和跨部门合作。例如,心理健康管理平台可能与学校医院、学生事务部门及外部心理咨询资源进行联动,形成一个多层次、全方位的支持网络。这种整合不仅提高了干预的及时性和有效性,也为学生提供了更加全面的心理健康服务。

(二) 当前心理健康支持系统的评估

为了全面评估智慧校园和网络信息化平台中的心理健康支持体系的有效性,本研究采用了包括实地考察、网络调查及数据分析在内的多种研究方法。具体而言,研究团队对浙江万里学院所引入“智慧思政系统”进行了实地调研,主要目的是了解高校心理健康服务的配置、功能模块的运行情况以及校方和学生对这些服务的反馈。此外,通过设计问卷,研究团队收集了关于学生使用智慧校园心理健康平台的频率、满意度和功能需求的数据,问卷还涵盖了学生对平台操作便利性和功能实用性的评价。

数据收集环节中,问卷围绕以下核心问题设计:学生使用智慧校园心理健康平台的频率情况,学生对平台心理健康功能的满意度,哪些功能被视为最有帮助,学生对个人数据被收集的信任度以及学生在使用过程中遇到的问题等。通过在线调查工具,问卷分发给250名学生,最终收回有效问卷225份。

初步数据分析结果显示,约70%的学生每周至少使用一次该平台,而有30%的学生表示很少使用。在满意度方面,62%的学生表示对心理健康支持功能感到满意或非常满意。超过半数的学生认为心理自测和即时咨询是最有用的功能。然而,虽然大多数学生对心理健康支持功能表示满意,但对于数据隐私的担忧可能会影响他们对平台的总体接受度和使用频率,目前学生对个人数据被收集的信任度在59.1%的水平。如果学生感觉他们的个人信息没有得到妥善保护,他们可能会犹豫不决,不愿意充分利用这些资源。

表1 对个人数据被收集的信任度

群体	非常信任	信任	不确定	不太信任
学生人数	84	49	54	38
学生比例	37.3%	21.8%	24%	16.9%

(三) 不足与发展潜力同在

国内智慧校园在心理健康管理方面虽取得了显著进展,但同

时也存在一些不足之处,并蕴含巨大的发展潜力。在现有的实践中,一些问题仍然显著。首先是数据隐私与安全问题,尽管采取了多种安全措施,但学生对于个人数据隐私的担忧仍未完全消除。心理健康数据的高度敏感性要求系统必须达到更高的数据保护标准。此外,隐私保护法规的更新可能对系统的运作带来额外挑战。其次,资源分配不均和服务可及性问题也较为突出,尤其是在一些中小型或偏远地区的高校,由于资金和技术限制,心理健康服务的可达性和质量亟需提升。此外,专业人员短缺问题限制了服务的有效性和及时性,很多学校缺乏足够的心理咨询师和相关支持人员。最后,对学生需求的理解不足也是一个关键问题,系统设计有时未能充分考虑学生的具体需求和文化背景,导致服务与学生期望存在偏差。

尽管存在挑战,智慧校园心理健康管理系统的发展潜力依然巨大。技术创新,如人工智能、大数据和物联网的应用,为实现更精准的需求分析和干预提供了可能。同时,跨部门合作与资源共享也将是提高服务覆盖面和多元化的关键,通过与政府、医疗机构和社会组织的合作,可以构建更广泛的支持网络。最后,普及教育和加强文化适应性的重视也是提高系统接受度和使用频率的重要策略,确保服务内容更符合学生的文化背景和价值观。

三、智慧校园心理健康管理体系优化路径探究

(一) 数据驱动的决策支持系统

通过深入构建以数据为核心的决策支持体系,智慧校园可以充分利用大数据分析技术,对学生的表现、行为模式和社交活动等多维度信息进行全面深入的分析。这种系统化的数据分析和智能化的分析能力,使高校能够有效预测和识别学生潜在的心理健康风险。具体而言,通过对学生在线学习行为和社交网络互动的实时监测,系统可以精准识别出孤独、抑郁等心理问题的早期信号,为及时干预提供科学依据和数据支撑。这不仅优化了心理健康管理流程,更提升了干预措施的时效性和精确性,有效构筑了预防为主、干预为辅的心理健康风险防控体系。

以浙江理工大学的“学生思政大数据研判与决策”平台为例,该平台集成了人工智能和大数据技术,通过分析学生的网络行为和自测数据,实时监测学生的心理健康状况。并且结合网络育人与心理育人的方法,运用大数据与数字画像技术,不仅增强了心理健康教育的精确度和效率,还优化了问题的早期识别、精确预测、迅速转介以及有效处理的完整工作流程。

(二) 个性化干预措施

在心理健康管理体系中,个性化干预措施是至关重要的一环。传统的“一刀切”式干预方式往往效果有限,而个性化干预则能够针对每个学生的心理状况和特点,制定有针对性的干预方案,从而实现更有效的干预效果。

为了有效地实施个性化干预,首先需要建立一个全面的学生心理健康信息数据库。这个数据库应收录包括基本个人信息、学业表现、以往的心理评估结果及其他相关数据,为每位学生设计具体干预方案提供依据。此外,通过利用大数据分析技术,可以对学生的行为模式、社交互动和学习习惯等进行分析,从而识别出可能影响心理健康的因素,为干预措施的设计和提供数据支持。进一步地,开发智能化的干预工具,如基于人工智能的聊天机器人,能够为学生提供全天候的心理支持服务,使干预更加及时有效。同时,学校应提供多种形式的心理健康资源,包括但不限于个别咨询、团体辅导、心理健康教育课程等,以满足不同学生的需求和偏好。

(三) 跨部门合作与普及文化适性

跨部门合作与资源共享在提升智慧校园心理健康管理体系的服务覆盖面和多样化中扮演着至关重要的角色。通过与政府、医疗机构和社会组织的紧密合作,高校能够构建一个更广泛的支持网络,这不仅增加了资源的丰富性和可访问性,也使心理健康服务更加全面和连贯。例如,政府可以提供政策和财政支持,医疗机构能够提供专业的心理健康服务和培训,而社会组织则能够带来创新的干预方法和社区层面的支持。这种多方合作有助于形成一个闭环的支持系统,确保学生在遇到心理困扰时能够从多个渠道获得帮助。

此外,普及心理健康教育和强化文化适应性也是提升智慧校园心理健康管理系统接受度和使用频率的关键。教育活动可以增强学生对心理健康重要性的认识,帮助他们了解如何有效利用校园提供的资源。同时,考虑到学生背景的多样性,系统设计和提供服务必须尊重和适应不同的文化特性和价值观。这不仅有助于降低文化障碍,提升学生的舒适度和满意度,也能够确保提供的服务更加人性化和贴合实际需要。

(四) 隐私保护与伦理考量

智慧校园的普及为学生心理健康监测和干预工作提供了强有力的技术支持,但也带来了一系列值得关注的隐私和伦理问题。敏感的心理数据如果处理不当,可能导致个人信息泄露或被滥用,从而侵犯学生的隐私权。为此,信息化管理平台必须建立严格的数据保护政策和技术措施来确保所有收集的心理健康数据都得到妥善管理和保护。这包括但不限于使用加密技术保护数据传输过程中的安全,实施匿名化处理减少个人信息的直接关联性,以及建立强有力的访问控制机制确保只有授权人员才能访问相关数据。

此外,还需要考虑到心理健康干预活动本身的伦理性。例如,在设计和实施个性化干预方案时,学校需要确保干预措施尊重学生的自愿原则,并提供适当的知情同意流程,使学生能够清楚地理解干预的具体内容、目标以及可能带来的结果,并基于这些信息做出知情的决定。同时,学校应建立伦理审查机制,定期评估和审议心理健康管理和干预措施的伦理合规性,确保教育实践不仅科学有效,也符合道德和法律标准。

四、结语

心理健康管理体系的优化建设是一项复杂而长期的系统工程,需要高校、科研机构、政府部门和社会组织的共同努力。此类系统的成功实施不仅能够为学生提供及时有效的心理支持,还能够促进学生的整体发展与福祉,同时增强教育体系的稳定性与响应能力。未来,随着技术的不断进步和合作模式的日益成熟,智慧校园心理健康管理体系将更加精细化、智能化,为高校创造一个更为健康、包容和支持的学习环境。通过这些努力,不仅能够应对当前的挑战,还能预见并准备未来可能出现的需求和问题,从而在全面提升教育质量和学生生活质量的同时,为社会的稳定做出积极的贡献。

参考文献:

[1] 于浩,张文兰,杨雪琼.生成式人工智能在教育领域的应用、问题与展望[J].中国成人教育,2023,41(3):12-18.

[2] 徐英,田萌,龙学磊,王虹等.智慧校园系统数据架构设计与研究[J].网络安全技术与应用,2022(09):87-88.

作者简介:周俊豪(1992,11),男,汉族,浙江省宁波市人,浙江万里学院中德学院,硕士研究生,助教,研究方向为思想政治、心理学。