

学校社会工作介入大学生 心理健康教育工作路径探析

严云鹤,郭天梦

(云南大学 民族学与社会学学院,云南 昆明 650091)

摘要:大学生心理健康教育工作一直以来备受瞩目,为了帮助大学生增强社会适应能力、树立健康意识、达到人和环境相互调适,除了开展大学生心理健康教育工作,更需要学校社会工作的参与。针对大学生的心理健康问题,本文从学校社会工作视角出发,探索学校社会工作与大学生心理健康教育工作之间的关联,注重二者点、线、面之间的联结,从课堂教学、心理咨询和课外活动方面开展预防、治疗、发展服务,利用学校社会工作的优势,促进大学生身心健康全面发展。

关键词:学校社会工作;心理健康教育;路径

中图分类号:G916.2;G441 **文献标识码:**A **文章编号:**2095-9303(2022)02-0076-07

引言

心理健康教育是提高大学生心理素质、促进身心健康和谐发展的教育,是高校人才培养体系的重要组成部分,也是高校思想政治工作的重要内容^[1]。近年来,大学生心理健康教育工作一直备受关注。2020年初,新冠肺炎疫情突发,高校暂停一切线下教育活动,纷纷采取线上教学的方式。严峻的疫情防控形势、返校时间的不确定性、升学就业压力,以及学生和教师、同学之间缺少面对面互动交流的机会等问题,会对大学生的心理健康造成严重的影响。相关研究表明,长期的居家隔离生活会使大学生产生焦虑抑郁、心

理压力等负性情绪,严重时还会影响心理健康^[2]。突发的公共卫生事件,为高校开展心理健康教育提出了新要求,做好大学生的心理健康教育显得尤为重要。

国家高度重视大学生心理健康状况与大学生心理健康工作开展情况。2020年9月,国家卫生健康委员会办公厅发布《探索抑郁症防治特色服务工作方案》,对公众心理健康防治工作提出了新要求,要求各个高中及高等院校将抑郁症筛查纳入学生健康体检内容,建立学生心理健康档案,评估学生心理健康状况,对测评结果异常的学生给予重点关注^[3]。2021年7月,教育部办公厅发布《关于加强学生心理健康管理工作的通

收稿日期:2021-12-26

作者简介:严云鹤(1994—),男,北京人,云南大学民族学与社会学学院社会学专业2020级博士研究生,研究方向:精神康复社会工作、临床社会工作、心理咨询与心理治疗。

郭天梦(1997—),女,云南玉溪人,云南大学民族学与社会学学院社会工作专业2021级硕士研究生,研究方向:学校社会工作。

知》,提出要及早分类疏导各种压力,针对学生在学习、生活、人际关系和自我意识等方面可能遇到的心理失衡问题,主动采取措施,避免因压力无法缓解造成心理危机,增强学校、家庭和社会的教育合力,做好心理健康测评工作,加强心理咨询辅导服务^[4]。

一、学校社会工作介入大学生心理健康教育工作的研究概述

学校社会工作是社会工作中的一类,最早可以追溯到1906—1907年间美国推行的“家访教师”项目。学者文军认为,“学校社会工作”是运用社会工作的基本理论、原则和方法,致力于改善学校学习环境和条件,帮助有困难的学生提高适应学习和生活的能力,克服成长中的困难,实现个人社会化和学校教育的目标^[5]。学校社会工作旨在从专业社会工作的价值观与方法论出发,解决当前高校大学生所呈现的一系列新问题,以此弥补高校思想政治教育工作存在的不足之处,并协调好学校、家庭与社会间的关系,为大学生营造良好的教育环境^[6]。综合来看,社会工作的理念、方法等在学校场域中的运用,成为定义学校社会工作的基本要素。本文结合社会工作的一般含义,认为学校社会工作是在教育机构中,运用社会工作的专业知识、方法解决学生遇到的现实问题,发掘学生自身潜能,满足学生健康成长的需要,帮助学生更好地适应学习生活,是促进学生全面发展的社会工作^[7]。

学校社会工作介入大学生心理健康教育工作的离不开对学校社会工作功能的准确把握。高潮、彭丽媛认为,学校社会工作主要有实现学生的人生发展指导、生活辅导、学业帮扶、心理疏导等功能^[8]。根据学校社会工作的含义和特点,本文认为,学校社会工作的功能可以归纳为:满足学生各类需求,解决学生心理问题;整合学校资

源,创建健康的学校环境;改善亲子关系,使家长与子女共同发展;缓解教师压力,保证其身心健康。

整体而言,我国学校社会工作介入大学生心理健康教育方面的研究和探索仍处于起步阶段。笔者利用“中国知网”进行检索,截至2021年11月20日,篇名含有“学校社会工作”与“大学生心理健康教育”的文章共32篇(其中核心期刊2篇)。第一篇相关文献是2006年吴志刚发表的《促进贫困大学生心理健康的学校社会工作研究》^[9]。此后发表数量较为平稳,2013年起,发表数量开始上升;2014年的发表数量最多,共5篇;2014年以后有所下降;2017年后又开始回升。最新的一篇研究学校社会工作介入大学生心理健康教育的文章是张晓琳和马志强于2019年撰写的《社会工作介入大学生心理健康教育的探索》一文^[10]。受相关政策的出台与新冠肺炎疫情影响,预计文献发表数量还将有所上升。

从已有的研究成果来看,研究者主要从理念、目标等视角分析学校社会工作介入大学生心理健康教育工作的优势,并尝试从个案工作、小组工作、社区工作等方面提出学校社会工作介入大学生心理健康教育工作的方法。此外,有学者指出,新形势下大学生的心理健康问题层出不穷,面对多元的心理需求,高校心理健康教育长期以来遵循以往的惯例和模式,逐渐落后于大学生心理发展的新形势^[11],因此更需要学校社会工作的介入,以探索大学生心理健康教育新模式。已有的研究存在一些不足,例如,相关研究更多停留在理论层面,缺少实务支撑;对学校社会工作介入大学生心理健康教育工作中的“心理咨询”部分探讨较多,对“课堂教学”“课外活动”探讨较少。学校社会工作和大学生心理健康教育之间没有形成完整的体系,二者的嵌入性发展仍缺乏实务探索。可见,学校社会工作介入

大学生心理健康教育工作方面的研究,还有待学者进一步关注与探索。

二、学校社会工作介入大学生心理健康教育工作的可行性与必要性

(一)学校社会工作介入大学生心理健康教育工作的可行性

1. 价值理念层面。学校社会工作作为社会工作在教育机构领域的分支,秉持社会工作价值理念,以社会工作理论为指导,尊重服务对象的主体性和多元性,坚持尊重、平等、接纳、个别化、保密、案主自决等原则,关注服务对象与社会环境之间的调适,为服务对象提供专业服务。大学生群体的心理健康问题复杂多样,焦虑、抑郁等心理问题在大学生群体中尤为常见。针对大学生心理健康问题的特殊性,学校社会工作者更需要以尊重、平等、个别化、案主自决等原则处理一系列心理问题,相信每个人都有发展潜能,运用学生内在和外在的资源,达到促进学生心理健康发展的目标。高校心理健康教育是一种帮助大学生完善个性人格,全面提高心理素质的教育。高校心理健康教育的最终目的是人,价值理念也是从人出发,基本的价值理念包括人本性、积极性、发展性和健康性,具体的价值理念包括关爱生命、倡导积极、促进发展、引导适应、主动预防和及时矫正^[12]。可见,学校社会工作和大学生心理健康教育工作在价值理念上不谋而合,都秉承“助人自助”的价值理念,以学生为中心,从优势视角看待学生的心理健康问题,挖掘学生潜能,从而促进学生心理健康全面成长。

2. 工作方法层面。学校社会工作的工作方法主要包括个案工作、小组工作、社区工作等方法,关注学生及其所处环境的状况,通过协调学校、家庭、社区的关系,为学生成长创造良好的环境,挖掘学生所处环境中的资源,协调身心健康

发展和社会环境之间的平衡,激发学生潜能,使学生拥有解决困难的能力。而大学生心理健康教育工作主要是运用专业的心理咨询、心理辅导、心理治疗等方法,关注学生内在的心理活动,通过治疗性的手段,重点解决学生的心理健康问题。可见,学校社会工作和心理健康教育工作在工作方法上都会采用一对一服务的方法,以学生为中心提供不同的服务。但是,学校社会工作侧重于关注导致学生产生各种问题的环境,通过协调学校、家庭、社区等系统,为学生成长创造良好的环境。心理健康教育工作更侧重于学生本身,尤为关注学生心理状况,主张运用各种方法和技巧解决学生的心理问题。有研究者指出,学校社会工作与心理健康教育咨询的问题归因和作用路径不同,但其各自的学科特点决定了二者可相辅相成,合力发挥作用^[13]。

(二)学校社会工作介入大学生心理健康教育工作的必要性

1. 大学生心理问题复杂多样。处在大学阶段的学生,生理趋于成熟,而心理相对不成熟,或者说是由心理素质所决定的“心理年龄”低于体现机体成熟程度的“生物年龄”^[14],因此缺乏处理大学阶段各种心理矛盾和冲突的能力。研究发现,在大学阶段,不同年级的大学生面临的心理问题也是各不相同的。一般而言,大一新生从中学进入大学,心理问题主要为教学方法、生活作息、人际关系变化带来的不适应;大二学生的心理问题主要为人际交往问题、学业压力问题、异性交往问题等;大三学生的心理问题通常集中在情感问题方面;考研究生、选择职业等引发的心理问题是大学四级的主题。在心理健康服务方面,部分高校由分管学生工作的老师和辅导员、考取心理咨询证书的其他老师或校外的兼职老师负责大学生心理健康教育工作。由于心理学知识和技术的缺乏,他们不能准确把握大学生的心理特点,不能采用合适的方法提供心理健

康教育服务。与之相比,社会工作者能够准确把握不同年级大学生的心理问题,为大学生提供有针对性的帮助和指导。

2. 大学生心理健康教育工作存在局限性。目前高校已经初步形成了大学生心理健康教育工作体系,但是大学生心理健康教育工作仍存在着一定的局限,主要体现在课堂教学、心理咨询和课外活动三个方面。

课堂教学方面,从内容上看,目前大学生心理健康教育课程涉及的范围是较为全面的,这些内容基本涵盖了大学发展阶段个体心理健康的方方面面,提供了从预防、指导到矫正、治疗的多方面知识与技能^[15]。但是通过对我国部分高校的调查,笔者认为,由于大学生培养方案的设置和课程安排等原因,心理健康教育课的内容在具体教授中往往只能停留在书面上,很难给学生带来真正的触动;从形式上看,当前大学生心理健康教育课普遍采取大班教学的形式,老师讲授知识为主,师生互动不足,使课堂缺乏活力。

心理咨询方面,当前高校心理咨询中心普遍采取“等待大学生求助”的形式,使部分大学生因环境的陌生性、文化的适应性等原因,在遇到心理健康问题时,更倾向于向同学朋友倾诉,而不会选择到学校心理咨询中心寻求专业人员帮助。部分高校探索线上心理咨询服务形式,然而由于宣传工作不到位等原因,很少有学生了解线上心理咨询服务的渠道。心理问题特别是精神障碍需要长期的陪伴,当前各高校心理咨询中心普遍为短程咨询,且心理咨询人员时间安排经常会和学生的学习时间产生冲突,使心理咨询人员难以以为寻求帮助的大学生提供长期稳定的帮助,从而令大学生心理问题的解决成效大打折扣。

课外活动方面,当前各高校课外活动数量少,且形式单一,往往以“心理讲座”“主题班会”“素质拓展”为主,需要通过加分、奖品等方式来吸引学生参与,许多精彩的课外活动面临“无人

问津”的困境。社会工作者开展大学生心理健康教育工作具有专业优势和操作技巧,能够运用社会工作方法弥补当前大学生心理健康教育工作的不足,更好地开展大学生心理健康教育工作。

三、学校社会工作介入大学生心理健康教育工作的途径

大学生心理健康教育工作需要与学校社会工作共同合作,形成新模式。本文认为,应建立学校社会工作和大学生心理健康教育工作合作机制,提供“预防—治疗—发展”的整合性服务,具体见图1。

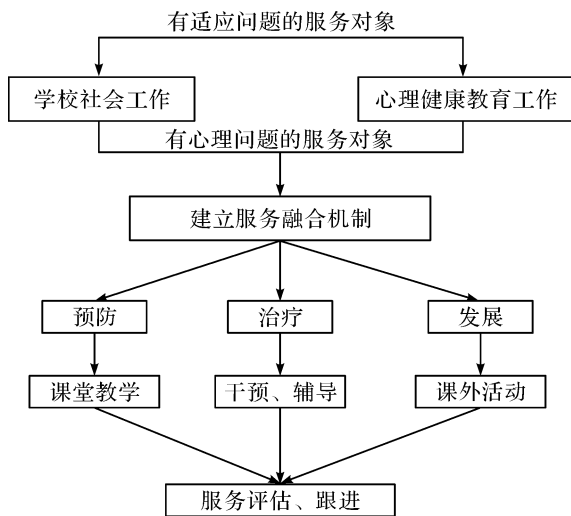


图1 学校社会工作和心理健康教育工作的整合性服务模式

(一) 相互转介服务对象

转介是指服务对象需要服务提供者能力范围以外的资源时,服务提供者可以将服务对象转介到其他有能力的专业人员或者机构之中,以保障服务对象得到所需要的资源。学校社会工作的服务对象包括教育体系中的全体学生以及教职工、学生家长和校园环境,特别是社会适应困难的学生。心理健康教育工作的服务对象主要

是以学生为主体,同时兼顾教育体系中的其他人员。学校社会工作和大学生心理健康教育工作的服务对象都是以学生为主体,前者关注的是学生适应问题,包括生理、心理、社会方面的适应,后者关注的是学生的心理健康问题。在学校社会工作和大学生心理健康教育服务过程中,当服务对象的需求超出专业人员的能力或者服务范围,或是服务对象提出特殊要求时,可以互相转介服务对象。

(二) 建立学校社会工作和大学生心理健康教育服务融合机制

1. 完善大学生心理健康教育课程体系,做好预防工作。课堂教学是大学生了解心理健康知识的主要渠道,也是大学生树立正确自我意识的主要途径。高校要将心理健康知识普及工作落实到教育教学之中,开设心理健康必修课和选修课,或者在社会工作专业课程中融入心理健康元素,进一步探索网络授课、素质拓展等各种心理健康教育课程形式。学校社会工作和大学生心理健康教育要发挥各自优势,通力合作。在心理健康教育课程设置方面,学校社会工作者应与学校及学院领导、心理辅导老师、辅导员、授课老师紧密配合,利用社会工作专业知识和问卷调查法、访谈法等方法,了解和评估高校学生存在的心理健康问题和需求,并将情况进行及时反馈,提出对心理健康教育课程的改进意见或建议。如有必要,高校应邀请学校社会工作者、学校心理咨询老师、校外的精神科医生共同参与到大学生的心理健康教育课程内容的设置以及讲授之中,提高课堂活力,形成有特色、有针对性的心理健康教育课程体系,从而提升心理健康教育课程的效果,帮助大学生更好地学习心理健康知识与技能,预防心理问题的发生。

2. 提升大学生心理健康干预、辅导服务水平。心理健康是指心理各方面处在正常的状态,能够正确认识自己,自我控制力较好,不受外界

环境的影响^[16]。当学生的心理健康处在异常状态时,就需要进行相关诊断和治疗。结合当前学校社会工作与大学生心理健康教育工作开展情况,本文认为,治疗是针对大学生出现生理、心理和社会环境之间不协调时,由学校社会工作和心理健康教育相互合作,采取专业方法而进行的干预和辅导。由于二者优势不同,在治疗服务过程中侧重点也会不同。根据心理健康教育工作的内容及特点,大学生心理健康教育工作一般集中在心理咨询方面,关注学生的心理问题,为有需要的学生提供服务。心理咨询中心可以对“问题学生”进行心理咨询,采取“一对一”个别辅导,注重“诊断”学生心理层面详细情况。学校社会工作关注学生的问题心理和问题行为,可以通过个案工作和小组工作的方式,干预学生的异常心理和行为问题。针对具有个性问题的学生,可以利用个案工作的方法,探究学生异常心理和行为产生的原因,针对具体原因,制订相关服务计划,实施辅导。针对具有共性问题的学生,可以采用小组工作方法,通过心理健康互助成长小组,发挥同辈支持的作用,互相沟通交流,让学生在小组中发泄情绪、建立支持网络,树立正确的自我意识。

值得注意的是,新冠肺炎疫情期间,居家隔离和线上教学使得大学生缺乏与他人进行社会互动的机会,负面情绪无法得到有效缓解,学校社会工作者和心理咨询师可借助互联网平台,通过心理热线、线上视频等方式对学生进行相关线上服务,普及心理健康知识,疏导学生的负面情绪,帮助学生在疫情期间更好地学习生活。

3. 利用丰富多彩的课外活动,推动学生发展。大学生心理健康教育工作以学生为本,注重学生主体性和能动性。为增强学生应对心理危机的能力,学校社会工作参与到大学生的心理健康教育工作的宣传之中,利用课外活动普及心理健康知识,提升学生心理健康水平,促进学生身心

健康全面发展。学校社会工作者和高校心理咨询中心可以借助重大节日或者事件的机会,开展相关的主题活动,例如“国际社会工作日”“5·25 全国大学生心理健康日”等。学校社会工作运用小组工作方法以及社区工作方法,链接家庭、高校以及社区资源,开展相关的大学生心理健康主题活动,激发学生参与活动的热情。笔者曾利用“5·25 大学生心理健康日”的机会,与某高校大学生心理发展指导中心共同策划开展过心理健康宣传月欢乐嘉年华大型心理游园会,其中设置了“心理健康趣味问答”“突破自我”“广场舞动团体体验”“枕头大战”等主题游戏,取得较好的成效。通过该活动,帮助参加活动的大学生释放压力、掌握心理健康知识和技能,树立自助互助求助的意识,拓展社会支持网络。

总的来说,建立学校社会工作和大学生心理健康教育工作的合作机制,通过课堂教学和课外活动,预防大学生心理健康问题,促进学生个体与环境的协调发展;通过线上、线下等途径提升心理健康干预、辅导服务水平,做好学生心理问题的诊断、治疗工作,从内在心理活动的干预促进学生个体良性发展。

(三) 做好服务评估、跟进工作

社会工作评估又被称为社会服务评估,是评估活动的一种,是针对社会工作或服务进行的评估。评估人员通过系统地搜集、整理、分析和比较项目的基本资料,运用科学的研究方法对社会服务项目的方案、过程和效果等方面进行对比、诊断和评价^[17]。学校社会工作介入大学生心理健康教育工作中时,评估是由服务提供方或者第三方评估机构,以科学的、系统的方法为基础,对学生心理健康恢复情况以及生理和社会功能恢复状况进行系统的评估,以此来检验服务成效,提高服务质量。在评估过程中,学校社会工作重点跟进服务对象的外部系统恢复情况,心理

健康教育工作重点跟进学生的心理状况,定期交流,形成综合性的评估报告,最后双方根据对学生身心健康状况的评估结果确定服务的成效,决定是否需要提供进一步的服务。

跟进服务是社会工作者需要在服务结束后的一段时期内定期对服务对象进行回访跟踪,了解他们的情况和服务需要^[18]。学校社会工作和大学生心理健康教育都有着各自的服务体系,在服务结束后,可以共同建立回访机制。学校社会工作根据服务计划跟进学生的外部系统,心理健康教育跟进学生的心理恢复状况。学校社会工作者在服务结束后定期进行回访,根据工作记录,提供追踪服务。通过安排会谈、电话访问或者跟进学生的家庭成员、同学、辅导员、班主任、院系领导等方式,了解学生的心理健康恢复情况、当前需求以及是否遇到新的问题。

家庭、学校、社区是青少年接触最多的环境,对于青少年心理成长有着或大或小的影响^[19]。做好服务跟进和评估工作,离不开家庭、学校、社区的多方支持。学校社会工作者要发挥资源链接作用,主动与学生的家庭、学校、社区联系,从学生的内外系统全面评估其生活环境、行为表现以及心理状况,链接多方资源,搭建“家庭—学校—社区”多元互助平台,做到优势互补,信息共享,以便及时评估跟进学生身心健康恢复情况。

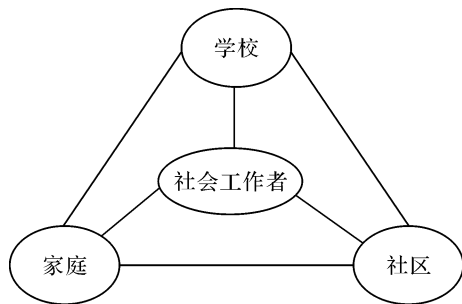


图2 “家庭—学校—社区”支持网络图

四、结 语

心理健康是一项重要的健康指标。2016年10月,中共中央、国务院印发的《“健康中国2030”规划纲要》指出:从健康促进的源头入手,强调个人健康责任,通过加强健康教育,提高全民健康素养,广泛开展全民健身运动,塑造自主自律的健康行为,引导群众形成合理膳食、适量运动、戒烟限酒、心理平衡的健康生活方式^[20]。因此,心理健康教育工作的意义重大。相比于小学生,中学生和大学的社会性更强,他们时常走出校园,融入社会,因此大学生的心理健康状况更需要我们的重视和关注。

学校社会工作介入大学生心理健康教育是一项全新的尝试,它借鉴社会工作的理念与方法,发掘学生潜能,帮助学生克服心理问题,提高学习生活能力,实现个人发展。学校社会工作和大学生心理健康教育工作相互合作,各自发挥优势,通过课堂教学、心理干预和辅导、课外活动三种方式,达到对大学生心理健康问题预防和治疗的效果,这对于大学生身心健康全面发展具有重要意义。

参考文献:

- [1] 中华人民共和国教育部. 中共教育部党组关于印发《高等学校学生心理健康教育指导纲要》的通知[A/OL]. http://www.moe.gov.cn/srcsite/A12/moe_1407/s3020/201807/t20180713_342992.html.
- [2] 林桦,姚玲玉,张睿思,等. 新冠肺炎疫情对大学生心理健康的影响及调适对策研究[J]. 心理月刊, 2020(7):1-2+4.
- [3] 徐朔. 绘画团体辅导对高中学生抑郁情绪的干预研究[D]. 石家庄:河北师范大学,2021.

- [4] 任文岱.《关于加强学生心理健康管理工作的通知》印发[N]. 民主与法制时报,2021-07-27(1).
- [5] 文军. 学校社会工作论略[J]. 社会,2003(1):27-29.
- [6] 张扬. 学校社会工作嵌入我国高校学生工作的体系构建[J]. 西部素质教育,2017(2):19.
- [7] 严云鹤. 社会工作介入大学生学习焦虑情绪的个案研究[D]. 北京:北京工业大学,2019.
- [8] 高潮,彭丽媛. 学校社会工作嵌入高校学生工作治理的可行性与现实路径[J]. 学校党建与思想教育, 2016(18):47-50.
- [9] 吴志刚. 促进贫困大学生心理健康的学校社会工作研究[D]. 长沙:湖南师范大学,2006.
- [10] 张晓琳,马志强. 社会工作介入大学生心理健康教育的探索[J]. 才智,2019(36):160.
- [11] 吴伟伟,许群. 高校心理健康教育的问题及对策研究[J]. 大学,2021(17):141-144.
- [12] 潘柳燕. 心理健康教育中的价值问题研究[D]. 武汉:武汉大学,2012.
- [13] 范琳俐. 心理健康教育咨询与学校社会工作合力作用模式初探——基于我国部分民族高校的分析[J]. 西藏教育,2013(10):41-44.
- [14] 张德玉. 浅谈大学生青春期心理卫生教育[J]. 成都大学学报(社会科学版),1994(3):108-109.
- [15] 袁晓娇. 我国大学生心理健康教育课堂教学的问题与模式[J]. 科教导刊(下旬刊),2015(2):167-168.
- [16] 杜昆昆. 学校社会工作视角下大学生心理健康问题及路径研究[D]. 西安:西北大学,2018.
- [17] 潘玉婷. “西部地区随迁老人社区融入社会工作服务示范项目”的评估研究[D]. 兰州:兰州大学,2017.
- [18] 全国社会工作者职业水平考试教材编写组. 社会工作实务(中级)[M]. 北京:中国社会科学出版社,2015:63.
- [19] 赵萍. “学校—家庭—社区”三位一体的青少年心理健康教育探讨[J]. 国际公关,2020(9):82-83.
- [20] 解读:《“健康中国2030”规划纲要》[J]. 人口与计划生育,2016(12):4-5.

(责任编辑:宋 鑫)