

新时代大学生融入社区心理服务体系路径构建——基于“百千万工程”的县域实践

魏来

广东工业大学，广东揭阳，522000；

摘要：在“百千万工程”推动城乡公共服务均等化的背景下，探索新时代大学生参与社区心理健康服务体系建设的路径与效能，具有重要的理论价值与现实意义。本文以广东省揭阳市惠来县为研究区域，通过政策梳理、问卷调查、深度访谈与实践验证，系统分析了社区心理健康服务的供需现状与大学生参与的制约因素，构建了“高校—政府—社区”三位一体的参与框架，并从短期专项行动、中长期驻点服务、特色创新项目三个层面提出了具体实施路径。研究表明，大学生参与能够有效缓解社区心理服务资源不足的问题，提升服务质量与覆盖面，但也存在专业支撑不足、服务持续性弱等问题。未来应进一步优化机制、强化培训、拓展服务范围，推动大学生成为城乡心理健康服务均衡发展的重要力量。

关键词：百千万工程；大学生；社区心理健康服务；路径构建；效能评估

DOI：10.64216/3080-1486.25.12.037

引言

随着社会转型与生活节奏加快，心理健康问题日益成为影响居民生活质量与社会和谐的重要因素。社区作为基层公共服务的重要载体，其心理健康服务体系的完善程度直接关系到民生福祉。广东省“百千万工程”明确提出推动城乡基本公共服务均等化，为社区心理健康服务体系建设提供了政策契机。大学生作为具备专业知识与社会责任感的重要群体，其参与社区服务不仅有助于缓解基层人力不足的问题，也能在实践中提升综合素质。本文基于惠来县的实践探索，系统研究大学生参与社区心理健康服务的路径构建与实施效能，以期相关政策制定与实践推广提供参考。

1 惠来县社区心理健康服务供需与大学生参与现状深度剖析

1.1 社区心理健康服务供给侧问题具象化

调研数据显示，惠来县社区心理健康服务存在“总量不足、结构失衡”的双重问题：

专业力量严重短缺：2 个试点社区仅配备专职心理社工 2 名、兼职社工 5 名，其中具备心理学专业背景的仅 3 人；社区与医疗机构的协作仅停留在“应急转诊”层面，缺乏常态化的心理医疗资源下沉机制，如揭阳市第三人民医院每月仅安排 1 次专家进社区坐诊，

远无法满足需求。

服务场景与设施不足：仅惠城街道 2 个社区设有简易心理服务驿站，面积均不足 20 平方米，仅配备沙发、茶几等基础家具，缺乏心理测评软件、放松训练设备等专业工具；其余 3 个乡镇社区均无固定服务场地，服务多在社区会议室临时开展，且开放时间不固定（平均每周开放 2-3 次，每次 3 小时），居民难以形成稳定的服务预期。

服务内容与需求错位：通过需求画像分析发现，惠来县社区居民的心理健康需求呈现“三多”特征：青少年情绪管理需求多（占比 38%）、老年人孤独抑郁干预需求多（占比 29%）、困境家庭心理支持需求多（占比 22%）；但现有服务中，基础心理科普（如发放宣传册、播放宣传片）占比达 73%，针对特定群体的精准服务（如青少年团体辅导、老年人心理陪伴）仅占 27%，且服务形式以“单向输出”为主，缺乏互动性与针对性。

1.2 大学生参与现状的特征与制约因素

参与意愿与能力不匹配：问卷数据显示，82% 的大学生表示“愿意参与社区心理服务”，其中 75% 的动机为“提升实践能力”“帮助他人”，但 65% 的大学生担忧“专业能力不足”（如不会开展心理测评、无法应对居民负面情绪），58% 担忧“时间冲突”（课程

学习、社团活动与服务时间重叠);能力测评结果显示,仅 35% 的大学生接受过心理服务相关培训(如心理沟通技巧、危机识别),且培训时长多在 8 小时以内,内容以理论讲解为主,缺乏实操训练;心理相关专业学生仅占参与群体的 18%,非专业学生普遍存在“理论基础薄弱、实操经验缺失”的问题。

参与形式与持续性不足:从参与类型看,短期志愿服务占比 80%(如暑期三下乡、节假日专项活动),这类服务多集中在 1-2 周内,虽能快速形成服务效应,但缺乏后续跟进;中长期驻点服务仅占 12%,且参与学生多为大三、大四学生,受实习、就业等因素影响,服务稳定性较差;从参与机制看,高校与社区的合作多为“项目式对接”,缺乏制度化的合作协议,大学生参与的招募、培训、考核、激励等环节尚未形成标准化流程,导致服务“碎片化”问题突出,如某社区曾因大学生志愿者临时退出,导致已预约的 3 场老年人心理陪伴活动被迫取消。

2 多元参与路径的实践验证与效能优化

2.1 短期专项行动:构建“需求-设计-实施-评估”闭环

以 2024 年 7 月开展的“心理健康青春行”专项行动为例,实践团队通过“四步工作法”提升服务精准性与实效性:

需求调研环节:提前 2 周进驻目标中小学,通过与班主任访谈(12 人次)、发放学生问卷(300 份)、观察课堂表现等方式,明确中小学生的“学业压力大”“情绪调节能力弱”“亲子沟通不畅”三大核心需求,其中 65% 的学生表示“不知道如何缓解考试焦虑”,52% 的学生“与父母发生矛盾后不知如何沟通”。

方案设计环节:针对需求开发“1+3”服务包,“1”份心理科普手册(涵盖情绪识别、压力管理、亲子沟通技巧等内容,采用漫画+案例形式,适配中小学生的认知水平),“3”类互动活动(“情绪魔法盒”团体辅导,帮助学生识别与表达情绪;“压力释放操”趣味运动,通过肢体活动缓解焦虑;“亲子角色互换”模拟游戏,改善亲子沟通模式)。

实施落地环节:在 2 所中小学分年级开展服务,低年级侧重“情绪认知”,通过绘本故事、绘画创作等形式引导学生表达感受;高年级侧重“压力管理”,通过案例分析、技巧训练提升应对能力;同时组织“家

长课堂”4 场,讲解青少年心理发展特点与沟通方法,吸引 180 余名家长参与。

成效评估环节:服务结束后 1 个月进行跟踪评估,采用《青少年情绪调节能力量表》对参与学生进行前后测,结果显示学生情绪调节能力平均得分从服务前的 3.2 分(满分 5 分)提升至 4.1 分,提升幅度达 28%;家长满意度调查显示,92% 的家长认为“活动帮助孩子改善了情绪状态”,85% 的家长“学到了实用的亲子沟通技巧”;此外,在服务社区建立“社会心理服务工作站”,由社区社工承接后续服务,如定期回访参与学生、组织家长互助小组,解决短期项目“服务中断”问题,截至 2024 年 12 月,工作站累计开展后续服务 18 次,覆盖人群 200 余人次。

2.2 中长期驻点服务:搭建“高校-机构-社区”稳定网络

借鉴广东工业大学揭阳校区与惠来县 12355 青少年服务中心的合作经验,构建“驻点服务+专业督导+学分认定”的长效机制:

驻点服务标准化:在 2 个试点社区设立“大学生心理服务站”,制定《驻点服务手册》,明确服务时间(每周二、四、六下午 2:00-5:00)、服务内容(心理测评、情绪疏导、科普宣传)、服务流程(居民预约-初步评估-分类服务-记录归档);高校心理协会负责招募志愿者,通过“简历筛选+面试+实操考核”的方式选拔,确保参与学生具备基础服务能力,首批共选拔 25 名大学生志愿者,分为 5 组轮值驻点。

专业督导常态化:惠来县 12355 中心每周安排 1 名资深社工到服务站开展督导,采用“个案复盘+模拟演练”的方式,帮助大学生解决服务中遇到的问题,如针对“居民不愿主动表达心理困扰”的情况,社工指导志愿者通过“拉家常”“兴趣引导”等方式建立信任;同时,每月组织 1 次线上督导会,邀请揭阳市第三人民医院心理科医生讲解“青少年危机干预”等专业知识,累计开展督导 24 次,解决实际问题 56 个。

学分认定激励化:将驻点服务纳入高校“社会实践学分”考核体系,明确“累计服务满 60 小时、完成 2 份服务报告、通过中期与末期评估”即可获得 2 个实践学分,学分认定通过率达 100%;同时设立“优秀志愿者”评选,对服务表现突出的学生给予荣誉证书

书,有效提升参与持续性,截至 2025 年 3 月,驻点服务累计接待居民 120 余人次,完成心理测评 200 份,开展情绪疏导 68 人次,服务留存率(连续参与 3 个月以上的学生占比)达 65%。

2.3 特色创新项目:“五育融合+心理”模式的实践探索

针对惠来县青少年(尤其是留守儿童)心理需求,开发“育葵计划”系列课程,将“德智体美劳”五育元素与心理健康服务深度融合,形成 4 类特色模块:

艺术疗愈模块:包含绘画疗法、音乐放松训练 2 个子项目。绘画疗法中,志愿者引导留守儿童通过“自画像”“家庭树”等主题创作表达内心感受,再通过作品解读帮助孩子梳理情绪,如一名 12 岁留守儿童通过“灰暗的房子”画作表达对父母的思念,志愿者据此开展针对性陪伴,2 个月后果孩子的画作中出现“彩色的窗户”;音乐放松训练则选取舒缓的古典音乐,结合呼吸调节技巧,帮助孩子缓解焦虑,累计开展 32 场次,参与儿童 280 余人次,90% 的孩子表示“听音乐时感觉很放松”。

运动干预模块:设计“团体瑜伽”“趣味体能游戏”2 类活动。团体瑜伽注重“身心协调”,通过简单的体式训练与冥想引导,帮助青少年改善注意力不集中的问题;趣味体能游戏(如“两人三足”“接力运球”)则侧重“团队协作”,通过分组竞赛培养青少年的沟通能力与合作意识,服务后通过《青少年社交意愿量表》测评发现,学生社交意愿平均得分从 2.8 分提升至 3.8 分,提升幅度达 35%。

德育渗透模块:开展“心理情景剧”创作与表演活动,让青少年通过角色扮演重现“校园矛盾”“家庭冲突”等场景,在过程中学会换位思考,如针对“校园 bullying”问题,学生通过演绎“受害者”“旁观者”“施暴者”的不同视角,深刻理解冲突的危害与解决方法,累计编排心理情景剧 6 个,覆盖人

群 300 余人次。

该模式因创新性与实效性,获 2024 年揭阳市文明实践和志愿服务品牌大赛青年大学生助力“百千万工程”专项组优秀奖。

综上,本研究通过理论梳理、实践验证,明确了新时代大学生参与社区心理健康服务的有效路径,不仅为惠来县社区心理健康服务体系建设提供了实践方案,也为“百千万工程”下校地协同推进民生服务提供了参考样本。未来需持续优化模式、补齐短板,让大学生成为推动城乡心理健康服务均衡发展的重要力量,为建设更高水平的平安广东、幸福广东贡献青春力量。

参考文献

- [1] 俞林,陈静,王静怡.社区心理健康服务体系的构建与思考[J].中国社会工作,2022(15):28-31.
- [2] 张萌,王宇.大学生参与社区服务的动机、障碍与激励策略研究[J].青年探索,2021(04):95-104.
- [3] 黄茜,盛世明.高校-社区协同育人视角下的大学生志愿服务模式探索[J].教育现代化,2019,6(84):59-61.
- [4] 刘正奎,王金丽.我国心理志愿服务体系的现状与发展趋势[J].心理科学进展,2020,28(01):45-54.
- [5] 周永红,徐露.服务学习视角下大学生社会实践效能提升路径研究[J].高教论坛,2023(05):67-71.

作者简介:魏来(1988-)女,汉族,湖北武汉市人,讲师,教育学硕士,单位:广东工业大学,研究方向:心理健康教育。

基金项目:揭阳市 2025 年哲学社会科学(社会工作服务专项)研究课题:百千万工程背景下新时代大学生参与社区心理健康服务体系建设路径研究(课题编号:TY25KLSG01)

暖心大白——大学生心理守护云平台,广东工业大学校级创新训练项目(xj2024118451108)