

医校共筑青少年心理支持体系实践方案

贺艳琴, 曹 华, 魏 晴, 平玛宁, 刘宝庆*

中国人民解放军联勤保障部队第九二〇医院 云南昆明

【摘要】本文通过对青少年心理健康问题普遍性和复杂性的剖析,揭示当前心理支持体系存在的缺陷和面临的挑战,阐明青少年心理支持需求变化趋势。对医校合作模式下心理支持的创新和实践路径进行了深入探讨,主要从机制建设、心理干预的形式和成功案例等方面进行分析。本文通过开展多层次、多种形式的心理干预及辅导,完善医校合作机制以及改进评估及反馈机制,整合资源来提升心理健康服务成效,并根据实际案例说明该模式对增进青少年身心健康之正面成效。目的在于给青少年提供更全面、更系统的心理支撑,为有关教育和医疗政策的制定提供理论依据和实践可行性策略。

【关键词】青少年; 心理支持; 医校合作; 心理干预

【收稿日期】2026 年 5 月 5 日 **【出刊日期】**2026 年 6 月 2 日 **【DOI】**10.12208/j.ijmd.20260051

The practice plan for building a youth psychological support system through medical and educational institutions

Yanqin He, Hua Cao, Qing Wei, Maning Ping, Baoqing Liu*

The 920th Hospital of the Joint Support Force of the People's Liberation Army of China, Kunming, Yunnan

【Abstract】 This paper analyzes the universality and complexity of mental health problems among teenagers, reveals the deficiencies and challenges of the current psychological support system, and clarifies the changing trends of teenagers' psychological support needs. It conducts in-depth discussions on the innovation and practical paths of psychological support under the medical-education cooperation model, mainly analyzing from aspects such as mechanism construction, forms of psychological intervention, and successful cases. Through conducting multi-level and various forms of psychological intervention and counseling, this paper improves the medical-education cooperation mechanism and the assessment and feedback mechanism, integrates resources to enhance the effectiveness of mental health services, and explains the positive effects of this model on improving the physical and mental health of teenagers based on actual cases. The aim is to provide more comprehensive and systematic psychological support for teenagers and offer theoretical basis and practical feasibility strategies for the formulation of relevant educational and medical policies.

【Keywords】 Teenagers; Psychological support; Medical-education cooperation; Psychological intervention

引言

青少年作为社会发展与未来建设中的一个关键群体,身心健康与否直接关系到社会能否持续发展。已有的青少年心理支持体系虽取得了一定程度的发展,但是在资源配置和服务模式上仍有许多缺陷。特别是心理健康教育普及性与实效性方面还需要进一步优化。如何通过医校合作的创新模式来整合教育与医疗资源以对青少年进行更全面、更有效的心

理支持就成了一个亟待研究的重大问题。

1 青少年心理支持体系的现状与需求分析

1.1 青少年心理健康问题的普遍性与复杂性

青少年处在生理与心理迅速发展阶段,承受学业、家庭和同伴关系的多重压力,心理健康问题普遍存在于该人群。研究表明大约 20%的青少年面临各种程度的心理健康问题,这些问题的复杂性不仅体现在症状的多样性上,还表现在成因的多样性上,

*通讯作者: 刘宝庆

包括遗传、环境、文化和社会因素的交织^[1]。伴随着信息化与社交网络盛行, 青少年心理健康问题亦表现得更为隐蔽与多元, 尤其当心理危机先兆不容易被觉察时, 许多问题都无法及时介入与处理。现代社会竞争压力、家庭关系紧张, 再加上学校教育体制等压力, 都加重了青少年心理负担, 使很多青少年长大后产生困惑与无奈。

1.2 当前心理支持体系的不足与挑战

尽管最近几年, 国家和社会对于青少年的心理健康问题的关心逐渐上升, 但目前的心理支持系统仍有很多需要改进的地方。一是心理健康服务普及性差、可获得性差, 特别是偏远地区心理辅导、治疗资源贫乏, 青少年很难及时获得心理支持; 二是已有心理健康服务大多集中于心理问题处理, 但对预防、干预及心理素质培养等方面工作不到位, 没有形成系统长效机制^[2]。学校开展心理健康教育还面临一些困境, 一是教师及学校管理人员心理健康知识缺乏, 不能给学生以有效心理支持; 二是青少年在心理健康认知上还有很大的误区, 很多青少年在诉诸心理辅导时仍然存在偏见, 生怕被认为是“有问题”^[3]。这系列问题致使现有的心理支持体系无法有效地满足青少年越来越高的心理需求, 亟需在政策、资源、认知几个层面上不断创新与优化。

1.3 青少年心理支持需求的变化趋势

在日益变化的社会环境中, 青少年对心理支持需求亦呈现多样化、个性化发展趋势。以往心理支持多关注学业压力、家庭关系等问题, 而网络时代来临, 青少年心理挑战有所改变。网络成瘾, 社交媒体给青少年造成心理压力, 身份认同迷茫等新兴问题, 已逐步成为青少年心理支持中的关键部分^[4]。尤其是和同伴的关系, 社交网络中人际交往等问题已成为青少年心理健康的主要影响因素。青少年在心理支持需求上倾向于个性化, 期望以更加灵活和个性化的形式得到帮助。

2 医校合作模式的创新与实践

2.1 医校合作模式的定义与特点

医校合作模式就是把医疗资源和学校教育资源有机地结合在一起, 目的在于通过多方合作来共同增进学生身心健康发展。该模式通过融合专业心理医生、心理辅导员和学校教育工作者等各方面专业人士对青少年心理健康进行全方面支持。核心特征是通过深度整合校内外资源, 在医护人员和学校教

师间建立密切协作, 突破了传统单一的治疗模式而形成更全面、更系统的支持体系^[5]。医校合作在关注学生学业发展的同时, 也关注其情感需求和心理成长, 有利于身心健康地全面发展。医校合作模式以定期心理健康讲座、个别咨询与团体治疗相结合的方式, 有助于在学生心理危机出现之前对其进行有效干预与疏导, 以减少心理问题。

2.2 医校合作提供心理支持的实践路径

医校合作对青少年心理支持的实践路径关键在于如何有效整合医疗和教育资源以取得较好的心理干预成效。一是学校需建立和完善心理健康教育体系、成立心理健康专门管理部门、配备心理辅导人员; 二是学校可与医院、心理治疗中心及其他医疗机构长期合作, 并定期请专业心理医生来校授课, 提供咨询及心理评估^[6]。这样学校才能及时发现潜在的心理问题并及早介入。医校合作也应重视心理健康教育的推广, 促使学生积极参与到心理健康课程中去, 加强学生自我调节能力与情绪管理能力。

2.3 成功案例和经验总结

医校合作为青少年提供心理支持已有不少成功范例, 最具代表性的有部分重点中小学和地方医院心理科。学校定期配合医院心理医生对学生进行心理健康定期筛查, 发现可能存在的心理问题并进行专业的辅导^[7]。比如在一些地区实验学校, 该校不但开设心理健康常规课程, 而且组织学生参加心理辅导和团体治疗等活动, 以帮助学生有效地减轻心理压力、增强心理抗压能力。医校合作能有效地解决青少年心理健康服务存在的资源不充分、服务不完整等问题, 通过多途径协作, 给学生更个性化、更专业的心理支持。

3 完善青少年心理支持体系的实施策略

3.1 完善医校合作的机制和平台建设

切实增进青少年心理健康需要完善医校合作机制和搭建完善平台。加强医疗机构和学校的长期协作, 可以保证心理健康服务持续、专业^[8]。一是构建常态化合作机制, 搭建定期交流协作平台推动学校、医院信息流通、资源共享。比如某城市中学和当地医院一起, 经常安排心理医生对学生进行一对一的咨询服务, 医院心理专家也会每个月定期到学校进行讲座和训练, 以促进老师对心理健康知识的掌握; 二是构建线上心理支持平台, 特别是信息化时代线上平台已经成为青少年心理支持获得的重要方式。

以“心理云平台”为例,一些学校借助该平台向学生提供可随时使用的线上咨询服务,实现了对心理问题早发现、早介入;三是促进学校、医院和社会心理机构之间的协作,建立多方协同协作网络。以广东省作为研究背景,众多的县市学校与当地的心理咨询机构和社区心理咨询中心合作,齐心协力为青少年提供全方位的心理援助服务。通过构建上述平台与机制,医校合作会给青少年带来更专业、更持久的心理支持。

3.2 进行多层次、多种形式心理干预和咨询

对青少年心理支持体系进行多层次、多形式心理干预和咨询是关键。一是建立个别心理辅导的必要性个别心理辅导是最基本和最有效的方法之一,即针对心理困扰青少年一对一地提供辅导,以缓解其情绪和学业压力^[9]。例如某市一所中学就经常对苦恼学生进行一对一心理咨询,并通过建立专门心理辅导室来帮助他们疏解压力与情绪困惑;二是进行团体心理辅导工作,根据常见心理问题,进行团体辅导课程以加强青少年之间的交流和支持。以上海多所中学为例,通过团体辅导课程可以让学生透过分享经验和相互倾诉等方式来协助其解决常见心理问题并增强集体凝聚力。

3.3 评估和反馈机制

评估与反馈机制在青少年心理支持体系中发挥着重要作用,它有助于及时掌握学生心理状况并在此基础上进行调整与完善。一是借助科学评估工具,定期评估学生心理健康情况,发现可能存在的心理问题。比如有些学校采用标准化心理健康评估量表每学期开展全员心理健康筛查工作,迅速发现可能存在心理困扰学生,跟踪指导;二是家长反馈机制问题,学校要定期搜集家长关于学生心理状况方面的反馈意见,并进一步改进干预措施。比如北京部分学校以家长座谈会、问卷调查的方式来获得家长关于学生心理健康方面的反馈信息,以保证家庭与学校之间的密切配合;三是在学生中建立自我反馈机制以鼓励他们经常对自己的心理状况进行自我评估,同时通过匿名调查或者线上平台对存在的问题进行反馈。例如学校以月度心理健康调查表来激励学生自我报告和了解心理变化。

4 结论

健全青少年心理支持体系需依托医校合作创新

服务模式与机制。通过完善医校合作机制和构建多层次、多种形式的心理干预和辅导体系,可以较好地适应青少年心理健康需要。尤其是将线上线下心理支持平台相结合,加强评价和反馈机制可以有效提升心理干预精准性、针对性。医校合作模式成功的实践既有利于及早发现和干预青少年的心理问题,又给社会各界带来新的合作架构。促进医校合作模式在青少年心理健康中的广泛运用显得尤为重要。

参考文献

- [1] 桂文. 2023 年“医校融合”儿童青少年心理健康促进培训班在南宁开班 [J]. 广西教育, 2024, (01): 129.
- [2] 戴斌荣,付淑英. 新时代普及学校心理健康教育政策文件特点解析与落实建议 [J]. 中国德育, 2025, (09): 24-29.
- [3] 陈雪娇,彭熙麟. 家庭与学校协同对青少年心理健康的积极作用研究 [J]. 新课程导学, 2025, (22): 38-41.
- [4] 邹刚玲. 医校携手共筑心理健康防线,助力青少年阳光成长 [J]. 健康必读, 2025, (31): 62.
- [5] 荣佳慧,翟小宁. 中小学校心理健康教育高质量发展的时代背景、现实困境及改进策略 [J]. 科教文汇, 2026, (05): 34-37.
- [6] 王淑燕,赵晗. 主观社会经济地位与青少年亲社会行为的关系:共情与学校联结的链式中介作用 [J]. 教育测量与评价, 2025, (05): 101-112.
- [7] 张济琛,杜鹏程. 学校体育促进西藏青少年心理健康改善的实证研究 [J]. 西藏民族大学学报(哲学社会科学版), 2025, 46 (01): 145-152.
- [8] 赵松涛,李丽萍,孙振晓,等. 青少年学生心理健康管理模式的构建 [J]. 山东医学高等专科学校学报, 2024, 46 (03): 29-31.
- [9] 张徐军. 洞悉儿童青少年心理健康问题时代特征构建学校心理卫生社会服务体系 [J]. 中国学校卫生, 2023, 44 (12): 1761-1764.

版权声明: ©2026 作者与开放获取期刊研究中心(OAJRC)所有。本文章按照知识共享署名许可条款发表。

<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



OPEN ACCESS