

Strategies and efficacy evaluation of school-family-community collaborative participation in mental health intervention for adolescents in school

Lan Bai

Chengde Open University, Chengde, Hebei, 067000, China

Abstract

Against the backdrop of rapid societal transformation and escalating educational pressures, adolescent mental health issues have exhibited increasing complexity and diversity. The disconnection between school education, family upbringing, and social support systems has resulted in fragmented mental health interventions lacking systematic continuity. This study adopts a collaborative perspective integrating home-school-community participation to explore multi-stakeholder mechanisms, implementation strategies, and efficacy evaluation for adolescent mental health support. Through theoretical analysis and case studies, the research constructs a comprehensive intervention model based on educational psychology and social support theories, examining the interactive dynamics among familial emotional support, school counseling services, and social resource integration. Findings demonstrate that collaborative interventions effectively alleviate psychological issues such as anxiety, depression, and loneliness in adolescents, while enhancing self-awareness and social adaptability. The paper concludes with recommendations for refining collaborative mechanisms, optimizing mental health education systems, and strengthening social governance coordination, providing actionable pathways for developing school-based mental health service frameworks.

Keywords

Home-school-community collaboration; Adolescent mental health; Intervention strategies; Efficacy evaluation; Social support system

家校社协同参与在校青少年心理健康干预的策略与效能评估

白兰

承德开放大学, 中国·河北承德 067000

摘要

在社会快速变革与教育压力日益增大的背景下, 青少年心理健康问题呈现出复杂化与多样化的趋势。学校教育、家庭教育与社会支持系统的分离, 使得心理健康干预缺乏系统性与持续性。本文以家校社协同参与为研究视角, 探讨在校青少年心理健康干预的多元协作机制、策略路径与效能评估。研究通过理论分析与实践案例相结合的方式, 从教育心理学与社会支持理论出发, 构建家校社协同干预的综合模型, 分析家庭情感支持、学校心理辅导与社会资源整合的互动机制。研究表明, 协同干预能有效缓解青少年焦虑、抑郁、孤独感等心理问题, 增强自我认知与社会适应能力。文章最后提出完善协同机制、优化心理健康教育体系、强化社会联动治理的建议, 为学校心理健康服务体系建设提供可行路径。

关键词

家校社协同; 青少年心理健康; 干预策略; 效能评估; 社会支持系统

1 引言

青少年心理健康是教育体系与社会治理的核心议题之一。随着社会环境的复杂化、学业竞争的激烈化以及家庭结构的多元化, 青少年心理压力显著增加。教育部近年多次发

布心理健康教育文件, 强调要建立家庭、学校、社会“三位一体”的协同育人机制。然而, 在实际执行中, 心理健康干预往往存在学校单向承担、家庭支持不足、社会资源碎片化等问题。家校社协同模式的提出, 旨在整合三方资源, 形成教育共治与支持共建的体系, 实现从单点干预向系统干预的转变。本文聚焦家校社协同参与的路径与策略, 从系统理论与社会生态视角出发, 分析心理健康干预的多层结构与运行机制, 评估其在预防性教育、危机干预及心理复健中的综合效能, 以期为心理健康教育的科学化、体系化提供参考。

【基金项目】2025年承德市科技计划项目第二批“家校社协同视角下在校青少年心理健康问题的预防与干预机制策略研究”(项目编号: 202503A100)。

【作者简介】白兰(1981—), 女, 满族, 中国河北承德人, 硕士, 副教授, 从事教育管理研究。

2 家校社协同参与的理论基础与现实必要性

2.1 家校社协同理念的理论依据

家校社协同干预的理论基础主要源自生态系统理论与社会支持理论。生态系统理论强调,个体的发展处于家庭、学校、社区等多层次环境的交互作用中,心理健康问题的产生与演化并非单一系统能够解决。换言之,青少年心理健康问题的形成不仅是家庭或学校的责任,还涉及社区、社会等多方面的因素。而社会支持理论则进一步指出,外部资源对个体心理状态具有显著的缓冲和调节作用。具体而言,家庭提供情感支持,学校负责认知指导,社会则通过制度保障为个体提供必要的外部帮助。家校社协同模式通过整合这些资源,可以形成一个全方位的心理健康防护网络,拓宽心理干预的广度和深度,从而实现心理教育的全域覆盖。

2.2 青少年心理健康问题的现实挑战

近年来,青少年焦虑、抑郁、自我认知偏差等心理问题呈现高发趋势,尤其在学业焦虑、人际关系冲突以及自我价值感缺失方面表现尤为突出。部分学生由于家庭教育方式不平衡、学校评价体系单一及社会压力过大,常陷入心理困境。调查显示,约三成以上的中学生存在不同程度的心理亚健康。家庭功能的弱化、教师专业能力的不足以及社会服务体系的不健全,使得目前的心理干预呈现碎片化特征,难以实现有效的整合。建立家校社协同机制,从根本上通过教育、关怀与引导的闭环系统,有助于在各个层面及时发现并有效干预,减少心理问题的发生并促进青少年健康成长。

3 家校社协同心理健康干预的结构体系构建

3.1 家庭支持体系的功能重塑

家庭作为青少年心理健康的首要环境,其在青少年心理发展中的作用不可忽视。家长的教育理念、沟通方式与情绪调节能力直接影响子女的心理状态。为了有效构建家庭支持体系,应强化心理健康教育的普及,提高家长在心理识别与应对能力方面的素质。家庭教育指导中心可以定期举办心理健康讲座与家长沙龙,为家长提供学习与交流的机会,提升家长的心理素质与支持能力。同时,家庭作业共育、情感日记和亲子互动活动等方式能增强家庭成员间的心理共情与沟通质量,帮助家长更好地理解子女的情感需求与心理状态,增强家庭的心理防护能力,从根本上提高青少年的心理健康水平。

3.2 学校心理健康教育体系的完善

学校作为心理健康干预的主阵地,在青少年心理健康问题的预防和干预中扮演着至关重要的角色。为了有效预防心理问题,学校应构建以预防为主、干预为辅的多层级心理健康教育体系。在课程设置中,应融入心理素养教育,开设心理健康教育课程、生命教育课程和情绪管理训练等课程,形成系统化的教育路径。辅导员与心理教师应建立学生心理

档案,定期进行心理测评与动态跟踪,及时发现问题并采取相应的干预措施。此外,校园心理辅导中心应与社区心理服务机构联动,确保在危机事件发生时能够实现快速转介与联合干预,形成“预警—干预—评估”的闭环管理模式。

3.3 社会支持系统的协同介入

社会层面的支持对于青少年心理健康的干预至关重要,尤其是在政策保障与专业资源供给方面。政府应完善心理健康服务体系,推动心理咨询行业的标准化与专业化建设,确保心理服务的质量与可达性。社区、社会组织及公益机构可通过心理志愿服务、心理热线、朋辈互助等形式,扩展心理服务的覆盖面,帮助更多的青少年获得及时的心理支持。此外,借助互联网与智能信息技术,可构建青少年心理健康大数据平台,实现个体心理动态监测、问题预测与精准干预。这些社会资源的有序介入,为家校协同提供外部支持与专业力量,从而增强青少年心理健康干预的广度和深度,推动多方协同机制的建设与落实。

4 家校社协同干预的实施策略研究

4.1 协同机制的制度化设计

有效的家校社协同干预机制需要通过制度化保障来实现其长期效力。学校作为实施主体,可以牵头建立心理健康协作委员会,成员包括家长代表、心理教师、社会心理专家和社区工作人员。委员会的职能包括定期讨论学生心理问题的预防与应对策略,确保及时识别并解决学生的心理健康问题。此外,教育行政部门应出台相关指导文件,明确各参与方的职责与分工,确保协同干预工作的规范化和持续性。为实现信息共享与沟通流畅,学校、家庭和社区之间应建立联席会议和联合评估机制,定期反馈协同工作成效。这些制度化措施的实施可以确保家校社之间的协作不流于形式,真正推动每个参与方在学生心理健康管理中的作用发挥,从而有效提升心理健康干预的针对性和实效性。通过制度化设计,可以使各方的协同工作更加有序,有效推动学生心理健康问题的全方位干预。

4.2 多维干预路径的创新实践

家校社协同干预路径的创新需要从不同目标群体的需求出发,提供多维干预方案。对于一般学生,重点应放在心理健康教育和情绪调适课程上,通过系统化的教育帮助学生增强心理韧性和情绪管理能力;对于有心理风险的学生,则应实施个体化干预,与家庭共同努力,实现个体与家庭的共治,确保干预方案的个性化和针对性;对于高危学生,学校应通过校社联动,联合社区及社会心理专家实施危机干预与心理复健等措施,快速应对学生的严重心理问题。此外,干预路径的创新应融合艺术疗愈、运动疗法、团体心理辅导等多元方式,通过体验式学习与社会实践来促进学生的心理成长。线上心理健康平台的建设,能为学生提供更广泛的干预空间和持续支持,使学生在任何时间、任何地点都能得到

及时的心理干预与支持。这种创新路径能够扩大干预的覆盖面，并在一定程度上提升干预措施的可持续性和有效性。

4.3 信息化与数据化支撑体系的构建

信息化手段是家校社协同干预的重要技术支撑，为干预提供了更精准的决策依据。建立统一的心理健康信息管理平台，能够将学校、家庭和社会的数据整合在一起，打破信息孤岛，实现心理档案的共享和动态监测。这一平台不仅能够实现实时数据的采集，还能通过人工智能算法对学生的情绪波动、学习行为与社交表现进行建模分析，提前预测和识别潜在的心理风险。基于数据的干预评估体系能够提供科学、系统的评估与决策支持，将心理健康管理从经验型管理转变为数据驱动型管理，提升干预措施的精准性和科学性。信息化与数据化支撑体系的构建，不仅使干预方案更加个性化、精准化，也有助于增强干预措施的持续性与有效性。通过整合各方资源，建立信息共享机制，可以实现家校社三方的协同合作，提升青少年心理健康干预的整体水平，确保学生在健康成长的过程中获得全方位的支持。

5 家校社协同干预的效能评估与优化路径

5.1 评估指标体系的构建

心理干预评估体系的设计应涵盖多维度指标，包括心理状态改善、行为改变与社会适应性提升等方面，确保评估结果的全面性与科学性。为实现评估的标准化与可比性，建议从主观幸福感、自我效能感、情绪调控能力、人际关系质量和学习动机等角度建立量化的评估指标体系。结合前后测评、行为观察与访谈法，可以形成一个综合的评估模型，不仅能反映短期干预效果，也能提供长期干预成效的科学依据。例如，建立长期跟踪机制，定期跟进学生的心理状态、行为变化及适应能力，进一步评估协同干预机制的稳定性和可持续性。通过这种多维度的评估体系，可以为后续的干预优化与调整提供数据支持，帮助不断完善干预方案，确保其不同群体中的适应性与有效性，为心理健康干预工作的持续改进提供理论依据。

5.2 效能影响因素的综合分析

家校社协同干预的效能受到家庭教育参与度、学校资源配置水平、社会支持强度和个体心理特征等多种因素的影响。研究表明，当家庭与学校之间的互动频繁且沟通顺畅时，干预效果明显提升；反之，若信息沟通不畅或家校联系薄弱，干预效果常会受到削弱。社会支持系统的完善以及政策的有效导向，对干预效果同样具有重要影响。特别是政策的支持和资源配置能够为协同干预机制的高效运作提供保障。因此，提升协同干预效能需要综合考量家庭、学校和社会层面

的多重因素，整合社会资源，形成综合性的提升策略。这不仅优化了现有的干预模式，还能进一步完善协同干预体系，确保学生心理健康得到多层次、多方位的支持。

5.3 持续优化与创新发展的方向

家校社协同干预的持续优化应围绕三个主要方向展开：首先是制度创新。应完善协同管理体系与绩效考核机制，确保各方参与和合作更加规范、高效，以推动协同干预工作的长期稳定。其次，强化专业力量的培养是提升干预质量的关键。建立健全的心理健康教育师资培训体系和社会心理服务人才库，不仅能提升专业人员的干预能力，还能提升其为青少年提供高质量服务的水平。最后，推动社会参与的多元化，扩大社会力量的参与范围。通过引入企事业单位、社会组织与公益基金等多方力量，共同参与青少年的心理关怀与支持，能够提供更广泛的心理健康服务。通过机制创新与资源整合，建立家校社三方共建、共育、共享的心理健康支持生态，进一步推动心理健康干预工作从局部到全方位的覆盖，使其能够可持续地服务青少年的心理健康发展，帮助他们实现心理素质的提升与社会适应能力的增强，最终为青少年心理健康保驾护航。

6 结语

家校社协同参与的心理健康干预模式，是应对当代青少年心理健康问题的重要创新路径。它突破了传统学校心理教育的局限，将家庭情感教育与社会资源整合纳入系统治理范畴，构建出动态、多维、互动的心理支持网络。从宏观层面看，该模式实现了教育治理体系的现代化；从微观层面看，促进了学生心理素质与社会适应能力的全面提升。未来，应在政策保障、资源配置与专业建设上持续深化协同机制的实践，建立跨部门、跨领域的长效联动体系。通过教育理念革新与社会机制协同，推动青少年心理健康教育由被动干预向主动培育转型，为构建健康校园与和谐社会奠定坚实基础。

参考文献

- [1] 安广斌.家校协同视域下青少年心理健康问题的预防与干预机制研究[J].试题与研究,2025,(31):37-39.
- [2] 陈俊茹.家校协同机制下青少年心理健康问题干预策略研究[J].甘肃教育研究,2022,(11):4-7.
- [3] 李桂萍.青少年心理健康问题干预机制研究——基于“测、教、疗”环节的家校协同干预[J].新智慧,2022,(26):1-3.
- [4] 谢宇.家校社协同视域下青少年心理危机干预的“三环”模式研究[J].教育观察,2024,13(23):9-12.
- [5] 谢宇.家校社协同视域下青少年心理危机干预的“三环”模式研究[J].教育观察,2024,13(23):9-12.