

# Research on the Construction of Mental Health Prevention and Intervention Mechanism for School Youth from the Perspective of Family-School-Community Collaboration

Lan Bai

Chengde Open University, Chengde, Hebei, 067000, China

## Abstract

With evolving social environments and mounting educational pressures, adolescent mental health issues have become increasingly prominent. Traditional mental health education models struggle to meet the growing needs of young people. The home-school-community collaborative model, as an intervention mechanism integrating family, school, and social resources, offers a new approach to adolescent mental health education. This paper explores the construction of mental health prevention and intervention mechanisms for adolescents in schools from a home-school-community collaborative perspective, analyzing their roles and effects in mental health education. Research indicates that the home-school-community collaborative mechanism, through tripartite resource integration, can effectively alleviate adolescent psychological issues and enhance self-awareness and social adaptation abilities. Finally, the article proposes recommendations for further improving the collaborative mechanism and optimizing intervention strategies, providing theoretical support for the development of adolescent mental health intervention systems.

## Keywords

home-school-community collaboration; adolescent mental health; prevention and intervention; education system; resource integration

## 家校社协同视角下在校青少年心理健康预防与干预机制构建研究

白兰

承德开放大学, 中国·河北承德 067000

## 摘要

随着社会环境变化和教育压力增加, 青少年心理健康问题日益突出, 传统的心理健康教育模式难以满足青少年日益增长的需求。家校社协同模式作为整合家庭、学校和社会资源的干预机制, 为青少年心理健康教育提供了新路径。本文探讨了家校社协同视角下在校青少年心理健康预防与干预机制的构建, 分析其在心理健康教育中的作用与效果。研究表明, 家校社协同机制通过三方资源整合, 能有效缓解青少年心理问题, 提升自我认知与社会适应能力。最后, 文章提出了进一步完善协同机制、优化干预策略的建议, 为青少年心理健康干预体系建设提供理论支持。

## 关键词

家校社协同; 青少年心理健康; 预防与干预; 教育体系; 资源整合

## 1 引言

青少年时期是个体身心发展的关键阶段, 心理健康问题可能对其一生的成长产生深远影响。随着社会竞争加剧、家庭结构变化和学业负担增加, 青少年心理健康问题逐渐呈

现多样化和复杂化趋势。传统的心理健康教育通常由学校单独承担, 然而由于教育体系局限、家庭教育缺位和社会资源不足, 现有干预往往缺乏系统性和持续性。家校社协同干预机制通过整合家庭、学校和社会三方资源, 形成合力, 有效促进心理健康问题的预防和干预。本文基于家校社协同模式, 探讨其在青少年心理健康教育中的实践路径和效果, 旨在为构建更加完善的青少年心理健康干预机制提供理论支持。

## 2 家校社协同机制的理论基础与实践意义

### 2.1 家校社协同模式的理论依据

家校社协同模式基于生态系统理论与社会支持理论,

【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。

认为个体的心理健康发展受到家庭、学校、社区及社会等多个环境因素的影响。生态系统理论指出,个体的成长与发展是多层次、多维度互动的结果,而社会支持理论强调外部环境对个体心理状态的调节作用。具体来说,家庭作为青少年生活的第一环境,对其心理健康有着不可替代的影响;学校通过课程设置与心理辅导提供专业支持,帮助学生增强心理韧性;社区与社会则通过制度保障与社会支持提供外部资源和帮助。家校社协同模式通过整合这三方面的资源,能够为青少年提供全方位的心理健康支持,避免传统单一干预模式的局限性。

## 2.2 家校社协同的现实必要性

青少年心理健康问题的日益严重,尤其是焦虑、抑郁和自我认知偏差等问题,反映出目前干预体系存在的诸多不足。家庭教育功能的弱化、学校心理辅导资源的不足以及社会支持体系的不完善,使得青少年的心理问题难以得到及时有效的解决。研究表明,约三成的中学生存在不同程度的心理健康问题,而这一比例在城乡、区域和家庭结构等方面有所差异。家校社协同干预模式应运而生,旨在通过整合家庭、学校和社会三方资源,建立一个多层次、全方位的心理健康支持体系,帮助青少年缓解学业压力、情感困惑和社会适应问题。此模式不仅能提高干预的针对性和有效性,还能够促进青少年全面发展,增强其心理素质和社会适应能力。

## 2.3 家校社协同模式的教育意义

家校社协同模式不仅是一种资源整合方式,更是一种创新的教育理念。该模式强调教育的多方参与与协同合作,主张将青少年的全面发展作为核心目标,通过家庭、学校与社会三者的互动与联动,推动青少年心理健康教育的全方位覆盖。在这一模式下,家庭负责情感支持与行为引导,学校提供专业的心理辅导与教育,社会则通过政策保障、心理服务及志愿活动等方式,为青少年提供必要的外部支持。这一教育理念的创新,有助于从多个角度解决青少年心理健康问题,推动心理健康教育的现代化与系统化,进而促进学生的身心健康和社会适应能力。

# 3 家校社协同心理健康干预的结构体系

## 3.1 家庭支持体系的构建与优化

家庭作为青少年心理健康干预的起点,其在青少年心理发展中的作用至关重要。家长的教育方式、沟通技巧与情感支持水平直接影响青少年的心理状态。为构建有效的家庭支持体系,应加强家长的心理健康教育,提高家长在心理识别与干预中的能力。

学校在青少年心理健康干预中的角色至关重要,其应承担起预防与干预的双重责任。为了优化学校心理健康教育体系,学校应将心理素养教育融入课程设置,开设心理健康教育课程、情绪管理与压力调节课程等,帮助学生形成正确的心理认知与情绪调节能力。同时,学校应建立完善的心理

健康档案系统,定期开展心理测评与动态监测,及时发现学生的心理问题。学校心理辅导中心应与社会心理服务机构建立联系,在危机干预时能够实现及时转介,形成协同合作的紧密网络。

## 3.2 社会支持系统的协同介入

社会层面的支持对青少年心理健康干预至关重要,特别是在政策保障与专业资源供给方面。政府应加强对心理健康服务体系的建设,推动心理咨询行业的标准化与专业化发展,确保心理服务的质量与覆盖面。社区与社会组织可以通过志愿者服务、朋辈互助、心理热线等形式,为青少年提供多样化的心理支持。此外,借助现代信息技术,如心理健康大数据平台与人工智能分析系统,可以实现学生心理状态的实时监测与精准干预,从而提高干预措施的效果与可持续性。

# 4 家校社协同干预的实施策略

## 4.1 协同机制的制度化设计

为了确保家校社协同干预机制的长效性与可持续性,必须通过制度化设计加以保障。首先,学校应建立一个由家长代表、心理教师、社会心理专家等组成的心理健康协作委员会,负责定期开展干预策略讨论、案例分析和资源配置的协调,确保家校社三方的协同干预工作得到有效实施和持续发展。该委员会的职能包括:定期分析学生心理健康状况、制定干预方案、组织家长与教师的沟通和培训、评估干预效果等,确保协同干预工作的规范性与连续性。其次,教育行政部门应出台相关政策文件,明确家校社三方的职责与分工,推动家校社协同干预的制度化运行。政策文件不仅应涵盖干预目标、策略与实施路径,还应明确各方的具体任务与考核标准,为家校社的有效协作提供制度保障。通过定期评估、反馈与改进机制,确保各方协作的高效性与实效性。这一制度化设计能够为心理健康干预的长期开展提供稳定的框架,推动协同干预的有序运行与持续优化。

## 4.2 多维干预路径的创新实践

家校社协同干预应根据不同群体的需求提供多维干预路径,以确保干预方案的个性化和精准性。对于普通学生,干预应侧重于普及心理健康教育和情绪调适训练,帮助学生提升心理韧性和情绪管理能力。通过开展心理健康教育课程,增强学生自我认知与情感表达能力,促进他们在面对压力时能够更好地调节情绪与应对挑战。对于有心理风险的学生,应实施个性化干预,根据学生的心理特点和家庭情况制定个性化的干预方案,并与家庭密切配合,确保干预措施的针对性和实效性。对于高危学生,学校应通过与社区和社会心理专家的联动,实施危机干预与心理复健等措施,帮助学生有效应对突发的心理危机。此外,艺术疗法、运动疗法等多元化干预方式应作为常规手段融入干预体系。通过丰富的体验式学习与社会实践,促进学生的心理健康发展。通过多

维干预路径的创新实践,可以更全面地满足不同学生的心理健康需求,提高干预效果和可持续性。

### 4.3 信息化与数据化支撑体系的建设

信息化手段为家校社协同干预提供了精准的数据支持,是提升干预精准性和科学性的关键。建立统一的心理健康信息管理平台,能够将学校、家庭与社会的相关数据整合,形成动态监测系统,实现学生心理健康档案的共享。这一平台不仅能够实时收集学生的心理健康数据,还能分析学生的情绪变化、学习行为与社交状态,为干预决策提供科学依据。通过人工智能技术,系统能够基于学生的历史数据与行为模式预测潜在的心理问题,提前识别可能的心理健康风险。这种数据化的干预评估体系能够提升干预措施的精准性,使家校社各方能够更有效地协同工作。数据化管理还能够为干预效果的评估提供量化的标准,通过数据反馈不断优化干预方案,确保协同干预工作的协调性与有效性。信息化支撑体系不仅能够加强各方资源的整合与共享,还能够为青少年心理健康干预提供更加科学、系统的决策支持,推动家校社协同干预机制的高效运作。

## 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

为了确保家校社协同干预效果的科学性与标准化,必须构建多维度的评估指标体系。该体系应涵盖心理状态的改善、行为变化、社会适应能力等多个方面,能够全面反映干预措施的效果与学生的心理健康状况。具体而言,心理状态改善可通过量表测评(如焦虑、抑郁量表)、自我报告与心理测试等手段进行评估;行为变化可以通过观察学生的行为习惯、情绪波动以及与同伴的互动质量来衡量;社会适应能力则涉及学生在家庭、学校和社会环境中的适应情况,包括学业表现、人际交往、情感表达等方面。通过前后测评、行为观察与访谈法的结合,干预效果能够得到全面的量化与质化分析。这一综合评估体系不仅为后续干预方案的调整与优化提供数据支持,还能够帮助评估干预措施在不同群体中的适用性,确保干预的精准性与有效性。

### 5.2 效能影响因素的分析

家校社协同干预的效能受到多重因素的影响,主要包括家庭教育、学校资源配置与社会支持力度等方面。家庭教育的参与程度、家长的教育理念与情感支持等因素直接影响青少年心理健康的干预效果。如果家庭功能缺失或家长对心理健康教育缺乏关注,干预效果将大打折扣。学校资源配置,如心理辅导师资力量、心理课程的开设与校园支持服务的完善程度,也是影响干预效果的重要因素。学校不仅要提供心理辅导,还需通过全校师生的共同努力,创建支持性的校园文化。社会支持力度则包括政策保障、社区心理服务的可及性以及社会组织的参与等。社会资源的充分利用能够为家校

协同干预提供必要的外部支持。综合分析这些影响因素,为协同干预提供更加全面的优化策略,确保各方资源的有效整合,从而提高干预效能。

### 5.3 持续优化与创新发展的方向

为了确保家校社协同干预的持续有效性,必须在制度创新、专业力量的培养与社会参与的多元化等方面进行不断优化。首先,制度创新是推动协同干预机制可持续发展的基础。需要完善协同管理体系,建立长效的绩效考核与反馈机制,以确保家校社之间的协调与信息共享更加高效。同时,教育行政部门应出台相关政策文件,明确各方的职责与合作方式,保障干预措施的执行力度。其次,专业力量的培养至关重要。学校应加强心理健康教育师资的培训,提升教师的专业素养与干预能力,确保心理辅导服务的质量。同时,社会心理服务人才的培养和社会心理咨询行业的发展,也需得到更多重视。最后,社会参与的多元化将进一步增强干预机制的效果。可以通过引入企业、社会组织、公益机构等多方力量,共同参与青少年的心理关怀与支持。通过社会各界的共同努力,可以提供更加广泛的心理健康服务,推动家校社三方共建、共育、共享的心理健康支持生态,确保青少年心理健康问题得到全面关注与有效干预。

## 6 结语

家校社协同参与的心理健康干预模式通过整合家庭、学校和社会三方资源,构建了一个系统化、立体化的心理健康支持体系。家庭在情感支持和行为引导中起基础作用,学校提供专业心理辅导,社会则通过政策和资源支持帮助青少年。这种协同机制能够有效提升青少年的心理素质,帮助他们应对学业压力、情感困惑和社会适应问题,促进身心健康发展。然而,现有模式面临资源整合不足和信息共享不畅等问题。未来,应进一步完善协同机制,优化干预策略,增强各方协作与沟通,提高干预的精准性与持续性。同时,推动社会资源广泛参与,提升社区和社会组织在心理健康干预中的作用,扩大服务覆盖面。通过这些措施,家校社协同模式将在青少年心理健康的预防、干预与恢复中发挥更大作用,提供坚实的心理健康保障。

### 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] 陈思文.家校协同视域下青少年心理健康问题的预防措施[J].当代家庭教育,2024,(07):38-40.
- [3] 王若伟.家校社协同预防中学生自杀的策略探究——基于动机-意志整合模型[J].中小学心理健康教育,2025,(11):8-12.
- [4] 李媛兰.聚焦心理健康,“成人”比“成才”更重要[J].教育家,2024,(38):24.
- [5] 申宏浩.家校协同视域下青少年学生心理健康现状及提升对策研究[D].青海师范大学,2023.