

# 数智赋能高校朋辈心理辅导的创新路径探索

牡丹妮

西安理工大学附属中学，陕西省西安市，710062；

**摘要：**高校朋辈心理辅导是促进大学生身心健康的一种重要方式，在数智化时代下，高校朋辈心理辅导应探索求新，充分发挥高校朋辈心理辅导的积极作用。但当前高校朋辈心理辅导在数智赋能方面仍面临一些困境，如辅导团队的专业能力和数智工具应用水平有待提升、数智赋能缺乏精准度、数智赋能的监管评估体系不完善等。为了解除这些困境，本文基于数智技术对高校朋辈心理辅导的赋能作用，分析高校朋辈心理辅导面临的困境，并从辅导团队建设、精准赋能和智能化监管三个方面提出数智赋能高校朋辈心理辅导的创新路径，以期切实发挥数智技术对高校朋辈心理辅导的赋能作用，促进大学生身心健康发展。

**关键词：**数智赋能；高校；朋辈心理辅导；创新路径

**DOI：**10.64216/3104-9702.25.08.017

现阶段，大学生面临的学业压力、就业压力和人际交往压力比较大，这些压力均已成为大学生心理健康问题的应激源，导致高校人才培养的质量受到严重影响。2019年国家卫生健康委制定的《健康中国行动（2019-2030）》明确提出，要加强心理健康服务体系，加大全民心理健康科普宣传力度，提升心理健康素养。高校朋辈心理辅导的核心即“同龄人帮助同龄人”，通过对学生志愿者进行培训，为身边的同学提供情绪疏导、心理支持和行为引导，并在共同成长的环境下产生情感共鸣，从而弥补专业心理教师或校园心理医生在资源不足的短板。在数智化时代下，数智技术已经渗透到高校心理辅导领域，借助此类技术可以提升心理辅导的效能，可实现心理辅导模式的创新。因此，应分析当前数智赋能高校朋辈心理辅导面临的困境，并提出相应的创新路径，对于充分发挥朋辈心理辅导的作用，促进高校大学生身心健康全面发展，具有重要意义。

## 1 数智技术对高校朋辈心理辅导的赋能作用

### 1.1 拓展服务边界，精准匹配学生心理需求

数智技术应用于高校朋辈心理辅导可以打破时空壁垒，使服务边界得以拓展。例如，朋辈志愿者可以借助微信小程序、APP等数字化载体，向大学生发起匿名咨询，通过咨询了解大学生的情绪倾诉需求，并借助线上渠道及时响应大学生的需求，从而提升朋辈心理辅导服务的可及性<sup>[1]</sup>。朋辈志愿者也可通过大数据技术采集大学生的心理状态数据，并进行数据分析，从而精准捕捉大学生在心理需求方面的痛点。同时整合学生的日常行为数据、社交数据、心理测评数据等多维信息，采用智能算法对学生心理需求画像进行构建，通过对学生心理需求进行预判，进而为学生提供针对性的朋辈心理辅导服务。既能拓展服务边界，又能够使朋辈心理辅导服

务与学生心理需求相匹配。

### 1.2 强化辅导能力，提升心理辅导专业水平

朋辈志愿者是开展朋辈心理辅导服务的关键主体，其专业素养对朋辈心理辅导效果产生直接影响<sup>[2]</sup>。数智技术的投入应用可以为朋辈志愿者建立智能化培训体系，支持朋辈志愿者各项能力全面提升。例如，利用数智技术可搭建线上培训平台，在平台上整合优质的培训资源，为朋辈志愿者提供模块化培训课程，从而有助于朋辈志愿者心理辅导专业水平的提升。同时，志愿者可在平台上结合自身短板，自主选择自身需要学习的课程内容，结合视频学习、情景模拟等多样化自主学习模块，使培训更具针对性和实效性，更加有利于朋辈志愿者心理辅导专业水平的提升。

### 1.3 完善监管体系，保障心理辅导服务质量

数智赋能高校朋辈心理辅导，能够建立全流程的智能监管体系，持续提升朋辈心理辅导服务质量。朋辈志愿者可采用区块链、数据加密等技术，确保朋辈心理辅导全过程的保密性<sup>[3]</sup>。可以对线上咨询记录和学生的个人信息数据进行有效的加密存储，并设置数据访问权限，从而有效避免信息泄露，使求助学生的个人隐私和信息安全得到保障，有助于提升学生参与朋辈心理辅导的积极性。同时，通过搭建智能监管平台，可以对朋辈心理辅导的全过程进行实时跟踪和动态评估。在动态评估环节，通过设置辅导时长、满意度评分等关键评估指标，可以对朋辈志愿者的服务表现开展量化评价，使动态考核体系得以形成，促使朋辈志愿者持续提升心理辅导服务质量。

## 2 数智赋能高校朋辈心理辅导面临的困境

### 2.1 辅导团队的专业能力和数智工具应用水平有待

提升

当前朋辈志愿者对数智工具应用水平有待提升，导致高校朋辈心理辅导开展的效果受到影响。一方面，朋辈志愿者辅导队伍的专业基础较为薄弱。朋辈志愿者个体一般均为普通学生，在心理学专业知识储备方面有所缺乏，虽然辅导团队参与短期培训，但朋辈志愿者在面对学生出现的抑郁情绪、应激障碍等复杂心理时，难以对这些复杂心理形成的机制做出准确判断，也未能采取有效的辅导方法为其提供心理服务，甚至因辅导不当对学生心理负担加重。另一方面，朋辈志愿者的数智工具应用能力存在不足。大部分高校引入数智技术搭建心理辅导平台后，缺乏对朋辈志愿者开展专项的数智技术培训，导致朋辈志愿者仍沿用以往传统心理辅导模式，并且在使用数字化平台时，难以熟练掌握平台核心功能。部分朋辈志愿者对智能算法、大数据分析等技术未能全面了解，无法利用数智工具对心理辅导流程进行优化处理，更加难以提升心理辅导的精准度，难以发挥数智平台的赋能价值<sup>[4]</sup>。

2.2 数智赋能朋辈心理辅导缺乏精准度

当前大学生的心理需求呈现多元化、个性化的特点，传统朋辈心理辅导采取的“一刀切”服务模式已难以满足学生的心理需求，而数智技术赋能不足将会导致供需适配失衡的问题的加剧。具体表现为以下两个方面：一方面，易导致学生心理数据的采集和整合之间出现壁垒。现阶段，高校各部门之间的数据资源存在相互割裂的情况，学生心理测评相关数据一般集中于心理健康中心，而学生的日常行为数据和学业数据一般分散于教务处和学生处等多个部门，这些数据缺乏统一的数据平台整合与管理。且数据孤岛问题容易造成大数据技术难以全

面采集完整的学生心理状态数据，从而造成学生的心理需求画像难以精准构建，进而对数智技术精准赋能的效果产生影响。另一方面，当前大部分高校未能构建完善的智能算法模型。部分高校虽然引进了数智辅导平台，但并未针对性对算法进行优化，平台仅能对信息进行简单的推送和咨询匹配，未能根据学生的心理变化对服务策略做出动态化调整。

2.3 数智赋能的监管评估体系不完善

当前高校朋辈心理辅导在监管评估方面处于薄弱环节。一方面，过程监管缺乏完善的机制。传统朋辈心理辅导模式下，开展线下咨询时往往缺乏过程记录和跟踪手段，开展监管评估通常依赖于朋辈志愿者出具的自我报告，导致监管评估的主观性较强，且缺乏透明度<sup>[5]</sup>。在开展线上辅导时，虽然数智平台可以对咨询内容进行记录，但是在智能监管算法方面配置不足，导致朋辈心理辅导过程的评估缺乏规范性和专业性。另一方面，未能建立完善的质量评估体系。现阶段，高校对朋辈心理辅导评估通常是采取满意度调查和服务数量统计的方式开展，其评估指标过于单一，未能长期跟踪心理辅导效果，评估也未能实现量化，且整体评估过程缺乏对数智技术的应用，导致评估结果存在失真失准的情况。

3 数智赋能高校朋辈心理辅导的创新路径

通过对数智赋能高校朋辈心理辅导的困境分析得知，当前困境集中体现在团队能力、赋能精准度和监管评估三个方面，本文结合数智技术的赋能优势，针对性地从团队建设、精准适配、监管保障三个维度构建数智赋能高校朋辈心理辅导的创新路径，以期破解当前数值赋能高校朋辈心理辅导的困境，具体创新路径图见图1所示。

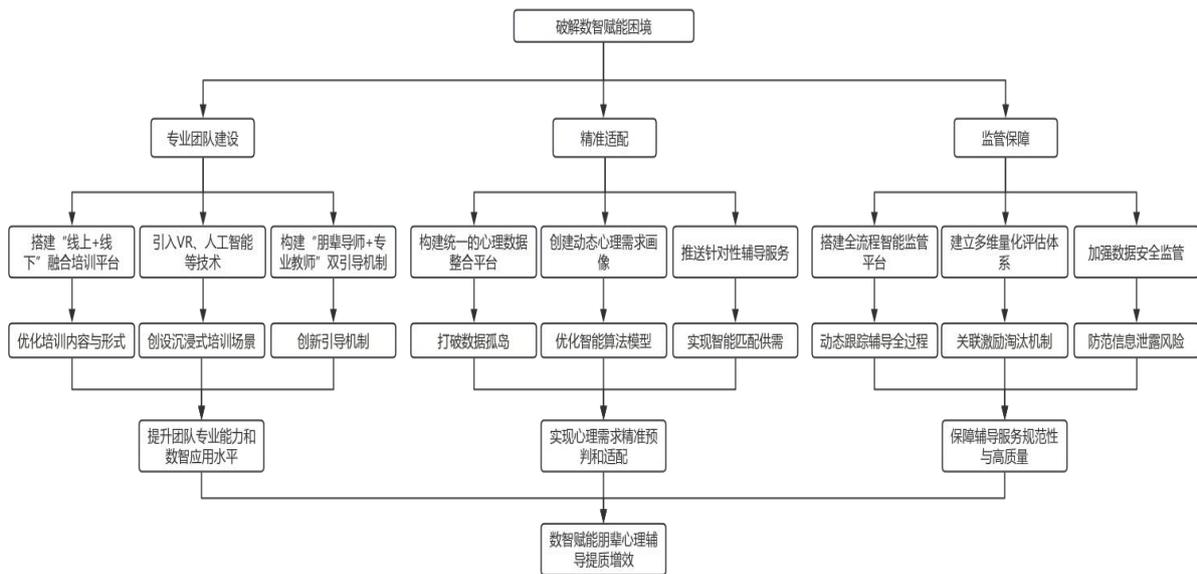


图1 数智赋能高校朋辈心理辅导的创新路径图

### 3.1 加强数智技术培育, 建设专业的朋辈心理辅导团队

首先, 高校应搭建“线上+线下”融合培训平台, 对培训内容和培训形式进行优化。线上平台需要整合心理学专业课程、危机干预流程和辅导技巧视频等重要资源, 使培训课程的设置模块化, 朋辈志愿者可结合自身实际需求在线上平台开展自主学习。线下可设置情景模拟、案例研讨、数智技术实操等多样化培训活动, 邀请专业心理教师、资深朋辈志愿者以及数智技术人员进行培训指导。针对朋辈志愿者数智工具应用能力存在的薄弱问题, 予以针对性地解决, 并开设专项培训课程, 对数字化辅导平台操作、智能算法应用以及心理数据采集分析等内容进行指导, 确保朋辈志愿者能够对数智工具进行熟练应用, 从而支持朋辈心理辅导服务的高质高效开展。其次, 高校可以引入VR、人工智能等前沿技术, 创设沉浸式培训场景, 结合不同场景提升朋辈志愿者的辅导经验。通过模拟各种类型的案例和场景, 使朋辈志愿者在虚拟环境中掌握朋辈心理辅导流程、技巧和干预方法。借助智能反馈系统实时分析演练过程, 并自动生成改进建议, 有助于快速提升朋辈志愿者的实操能力。最后, 高校需构建“朋辈导师+专业教师”双引导机制。根据朋辈志愿者接触的学生心理问题类型, 对朋辈志愿者进行分组, 每组配备资深朋辈导师和专业心理教师, 通过线上、线下展开同步指导, 使志愿者在开展朋辈心理辅导中遇到的各种问题得到及时解决。

### 3.2 创建数智化平台, 精准适配学生心理需求

首先, 高校应打破各部门的数据孤岛, 在全校校域内构建统一的心理数据整合平台。对学校心理健康中心、学生处、教务处等相关部门进行协调, 使学生心理测评数据、学业数据、日常行为数据、社交数据等多维度数据信息得以有效整合和共享。同时采用数据加密技术、区块链技术加强数据安全保护, 确保数据采集和应用合规、安全。其次, 需对智能算法模型进行优化, 创建动态的心理需求画像。结合整合后数据, 采用深度学习、机器学习等算法对大学生心理需求画像模型进行构建, 精准捕捉学生的心理需求变化。最后, 高校还需采取措施使学生的心理需求和朋辈心里辅助服务精准匹配。可按照学生心理需求画像, 采用智能算法将求助学生与可提供帮助的朋辈志愿者进行精准匹配, 保证朋辈心理辅导服务具有针对性。

### 3.3 建立数智赋能监管机制, 提升朋辈心理辅导服务质量

首先, 应搭建与培训平台、数据整合平台相匹配的

全流程智能监管平台, 对朋辈心理辅导的全过程进行动态化跟踪。包括对朋辈志愿者培训、朋辈志愿者开展线上辅导的整个过程进行动态跟踪, 如可以利用语音识别技术和文本分析技术等, 实时监测辅导内容, 智能识别沟通随意、隐私泄露、边界模糊等不规范辅导行为, 并及时警示朋辈志愿者自我纠正。其次, 建立多维质量评估体系。设置服务响应速度、辅导专业性、求助学生满意度等量化评估指标, 同时采用智能算法对朋辈志愿者的服务表现进行自动评估和审核。同时, 还需将评估结果与朋辈志愿者的培训、淘汰和激励机制关联, 促进朋辈志愿者提升自身服务质量。最后, 加强数据安全监管, 定期进行数据安全检测, 并对检测发现的漏洞进行修复, 从而避免数据泄露和滥用等问题发生。

## 4 结束语

综上所述, 数智赋能高校朋辈心理辅导虽然在辅助团队专业与数智技术应用能力、心理辅导精准度和监管评估三个方面存在困境, 但通过制定对应的路径可以将这些困境一一化解, 实现数智赋能高校朋辈心理辅导模式的创新。而数智技术仅为赋能朋辈心理辅导的一项工具, 并非可以完全取代人力完成朋辈心理辅导工作, 高校还需重视朋辈心理辅导人才的培养, 发挥人才作用, 妥善利用好数智技术, 提升为朋辈心理辅导赋能的效果, 促进大学生身心健康全面发展。

## 参考文献

- [1] 于欣弘. 赋能与联结: 数字化时代高校朋辈心理互助体系的构建与实践探析[J]. 数字化用户, 2025(46): 229-231.
- [2] 童仁杰, 汪维富, 钟志贤. 生成式人工智能赋能学生心理健康教育的实践策略探索[J]. 中小学心理健康教育, 2025(2): 4-7.
- [3] 孙裕如, 姚沁. “三全育人”框架下高校朋辈心理互助育人的实践与探索[J]. 中文科技期刊数据库(全文版)教育科学, 2022(6): 1-4.
- [4] 李博, 夏青. 朋辈关爱在高校精准心理健康教育中的运行机制研究[J]. 大学(研究与管理), 2024(2): 193-196.
- [5] 黄思蕙. 技术赋能与朋辈互助: 中职学校心理健康教育的协同创新研究[J]. 文渊(高中版), 2025(7): 436-438.

作者简介: 牡丹妮(1995年10月—), 女, 汉, 陕西省宝鸡市, 硕士研究生, 讲师, 研究方向: 心理学、小学教育方向。