

基于PDCA理论的高校心理健康教育宣传活动模式*

郭玲静¹ 周宏¹ 岳春²

(1. 成都大学心理健康教育中心 四川成都 610106;

2. 成都大学党委统战部 四川成都 610106)

摘要: 心理健康教育宣传活动是高校心理健康教育“五位一体”格局中的重要部分,对学生积极心理品质的形成和积极发展至关重要。但与教育教学、咨询服务和危机干预等工作相比,各高校虽对心理健康教育宣传活动工作予以重视,却缺少对宣传活动的效果研究。本文尝试引入质量管理体系中的PDCA循环,为高校心理健康教育宣传活动开展的全过程提供有力支撑,探索基于PDCA理论的高校心理健康教育宣传活动模式,为评价心理健康教育宣传活动的效果及改进措施提供依据。

关键词: 心理健康教育 宣传活动 PDCA 高校

中图分类号: G642 **文献标识码:** A

DOI: 10.12218/j.issn.2095-4743.2022.15.065

随着国家对人们心理健康的重视程度不断提高,各高校的心理健康教育工作也不断发展,同时在改革大学生心理健康教育模式上做了大量工作。比如,在理念上引入积极心理学视角,在教学中改革教学手段方法,在宣传活动中活用新媒体等。2018年,教育部出台《高等学校心理健康教育指导纲要》,明确以教育教学、实践活动、咨询服务和预防干预“四位一体”的高校心理健康教育工作格局。在实际工作中,有些学校提出五位一体或六位一体的概念,但实质都包含在教育教学、实践活动、咨询服务和预防干预四位一体之下。无论是教育教学、实践活动、咨询服务还是预防干预,推进高校心理健康教育创新和改革,一方面需要紧跟时代,改革技术,更新理念,另一方面需要总结经验,提高实效。

在教育教学、咨询服务和预防干预工作方面,大多数高校都已建立数字化的效果评价体系,并根据效果改进后续工作进程。比如,部分高校建立教育教学评价体系,了解教师的教学效果,评估心理健康教育教学工作效果;部分高校建立咨询评价体系,要求学生咨询后填写一系列调查问卷,了解咨询师的咨询效果,评估学校心理咨询工作情况;部分高校学校开展新生普测、按季排查、跟踪危机学生恢复情况等方式,了解评估学校危机干预工作情况。

一、高校心理健康教育宣传效果

高校是向大学生普及心理健康教育知识,增强积极心理体验的重要阵地,应立足学校定位,积极开展各类心理健康

教育宣传活动。

现有对高校心理健康教育活动效果的实证研究较少,但仍有一些研究表明,学生参与活动的动机较弱。杨东伟调查了某民族高校的330名同学,结果发现,仅有8.05%的同学经常参加学校或学院组织的心理健康活动,从未参加过的学生有37.77%^[1],对是否愿意参加学校的心理健康教育活动,仅15.67%的同学会主动参加。陈燕妮对872名高职大学生的调查发现,仅有27.61-28.52%的同学参加过学院或学校的心理健康活动^[2]。王丽平指出,高校心理健康宣传教育中存在重形式轻内容,重心理疾病知识传播,轻积极心理品质,使宣传教育活动流于形式,失去实效性^[3]。可见,学校层面虽然用大量精力开展心理健康教育宣传工作,但却存在学生实际参与度不高,宣传不到位,学生体验较差的情况。此外,在开展心理健康教育宣传活动的全过程中,还存在下列问题:①多数高校仅从经验或对学生的小规模调研后便确定活动主题,并开展相应的心理健康教育宣传或实践活动,其本质上忽略了大多数学生的需求,缺乏针对性;②“四位一体”中的实践活动难以像教育教学、咨询服务和预防干预等方面,拥有明确的目标评价体系,缺乏对学生获得的评价。

二、PDCA循环理论

1. PDCA循环理论概念

PDCA循环的含义是将质量管理分为四个阶段,即计划(Plan)、执行(Do)、检查(Check)、处理(Act),要求把

*本文系成都大学2021年度课程思政专项研究课题:《大学生积极心理学》课程思政的路径研究(编号:2021KCSZ05);成都大学2021年度课程思政专项研究课题:“四史”教育融入大学生思想政治教育的基本机制及路径探索(编号:2021KCSZ03);2021年全省大中小学心理健康教育研究课题:高校心理健康教育课程效果评价体系构建(编号:2021SXJP023)研究成果。

各项工作按照制定计划、计划实施、检查实施效果，再将成功之处纳入标准，存在的问题纳入下一循环解决。计划部分（P）要求根据具体（如短期、中期和长期）的目标任务和要求，根据相关调查资料、结合经验，制定科学的计划；执行部分（D）要求按计划实施；检查部分（C）要求在实施过程中或者实施完成之后，检查是否按要求实施以及实施结果是否与目标一致；处理部分（A）要求对检查结果进行处理，将成功经验推广以巩固成绩，尽可能纳入标准化管理，将失败经验教训和未解决的问题放入下一个PDCA循环中^[4]。PDCA循环理论就是在不断地循环中发现并解决问题，发挥成功经验的积极作用，提高工作水平和工作效率。

2. 高校心理健康教育宣传活动中引入PDCA循环理论的意义

PDCA理论在高校心理健康宣传活动中有重要的意义。第一，高校心理健康宣传活动主要包括活动企划、活动宣传、活动实施和活动收尾总结等步骤，其运行实质与PDCA循环相扣。引入PDCA理论有利于心理健康教育宣传活动工作的改进和提升。第二，高校在举办宣传活动时，常常重视在某一时间段内的宣传，而忽视日常宣传工作^[3]，引入PDCA理论有利于日常宣传工作常态化、标准化。第三，高校一般有每年举办的品牌心理宣传活动，如525大学生心理健康节等，但如果不及时了解学生心理方面的需求变化，调整宣传内容和宣传策略，容易使品牌活动成为“过气产品”。引入PDCA理论，有利于保障品牌活动的效果逐步上升，保持“新鲜活力”。

3. PDCA循环在高校心理健康教育宣传活动中的应用特点

PDCA循环理论在企业得到广泛应用，在高校学生考勤、人事管理、继续教育等工作中也得到了一定的发展，虽然高校心理健康教育宣传活动工作与日常行政管理有所不同，但它作为学校教育的一部分，存在可系统化的步骤。其基本实施步骤与PDCA循环理念一致，包括：Plan——制定宣传活动计划（包括量化活动举办效果的指标）、Do——执行宣传活动计划具体要求、Check——监督检查宣传活动效果（以活动开展效果的量化指标为依据）、A——处理、总结宣传活动中的经验，并将其纳入下一个循环中。PDCA循环模式与高校心理健康教育宣传活动有效融合的过程中，体现其动态化、标准化、灵活性。

（1）动态化

PDCA循环模式是一种螺旋式向上发展的动态模式，基

于PDCA循环的高校心理健康教育宣传活动的每一个循环都在为下一个循环的效果和质量提升做准备。此外，基于PDCA循环的高校心理健康教育宣传活动还是一种小循环扣大循环的模式，在每个大循环的具体阶段都可以进行内部的小循环，以保证在宣传活动计划、执行、检查和处理的每个阶段都可进行即时改善。

（2）标准化

基于PDCA循环的高校心理健康教育宣传活动的标准化主要体现在P-D-C-A中的计划和检查阶段。在计划阶段，根据前期数据和人才培养目标形成规范的、一致的、可复制的活动开展策划范例或指南，为规范高校心理健康教育宣传活动开展提供策划标准。在检查阶段，将活动执行中的过程评价结果和检查中的效果评价结果收集整理，总结形成新的循环的标准和要求，并将标准与要求落实到下一个循环中。

（3）灵活性

虽然基于PDCA循环的高校心理健康教育宣传活动具有标准化的特性，也有科学规范的具体步骤，但并不意味它在执行过程中是死板、僵化的。在执行、检查的阶段，随时都可评估当前流程是否合理、有效，并进行即时改进。

三、PDCA理论在高校心理健康教育宣传活动中的应用

基于PDCA理论的高校心理健康教育宣传活动可将各个环节分四阶段进行，具体流程如下。

1. 制定活动计划（Plan）

高校心理健康教育宣传活动的构思与设计是开展该类活动中最重要的一步，也是决定学生参与积极性的重要环节。制定活动计划时，要注意四个全面。

第一，全面了解学生当下心理需求。不搜集信息直接进行计划制定，很可能成为举办者的“一厢情愿”，脱离学生真实的心理需求。第二，全面评估执行计划能力。各高校心理健康教育的基础不同，在人才培养目标上也有不同，心理健康教育工作者应注意在有限的资源条件下，择重、择需地举办心理健康教育宣传活动。第三，全面调用活动渠道。比如，微信、微博、QQ甚至抖音等线上宣传，展板、宣传画、易拉宝以及摆摊设点等线下宣传等。在“互联网+”的时代，高校心理健康教育宣传活动的牵头部门结合各校的具体情况，从学生更易接纳的宣传渠道和宣传方式开展宣传活动，有助于了解学生心理需求，也能直接满足其心理需求。第四，全面考量目标的制定。各高校心理健康教育宣传活动的牵头部门，除了参照往年的经验、各界学生的入学心理普查档案资料、个别咨询以及团辅中出现的具有代表性的问题

外,还要多渠道调研和调查,如定期和不定期走访学院以及其他相关职能部门以便收集相关资料,同时,还需结合当前的社会现象和突发事件等制定和及时调整短期、中期和长期目标以及制定量化效果标准,提升活动设计水平。

按照长、中、短期的目标要求,在具体活动制定时,根据以往经验和年度主题,搜集资料,并对学生的心理需求进行深入调研,渐进地、有针对性地确定活动主题、具体内容和形式、活动时间和人员分配等,针对活动中各个环节可能产生的突发事件制定备用方案,保障活动正常进行。

高校心理健康教育宣传活动中大量工作需要由学生配合才能完成,为确保活动质量,需对学生团队重点培训。培训目标主要包括两点:一是提升学生团队开展活动的基本素养;二是让学生团队掌握开展活动必须具备的相应的心理健康知识。培训是否落实到位是心理健康教育实施成功与否的一个的重要环节。

总体来说,高校心理健康教育宣传活动结合大学生发展需求和心理需要,进行系统化的顶层设计,根据不同专业人才的培养目标,设计活动实施的主题、形式、内容、流程、评价形式和标准等,并形成规范的活动策划书。

2. 执行活动计划(Do)

活动执行阶段是落实标准化活动策划书的具体环节,也是开展心理健康教育宣传活动最重要的实践环节。应落实规范化的活动策划书中的主题、形式、内容和流程等,在活动宣传、活动开展、效果评估、活动总结等阶段均严格按照既定要求执行,使活动达到预期目标。在活动推进过程中,主管教师和学生心理健康工作者各司其职,既对活动执行全程进行监督和管理,又根据考核标准考核活动进展情况,评估是否达标。

3. 检查活动效果(Check)

检查是PDCA理论中的重要环节,也是高校心理健康教育宣传活动中的有效保障环节。为检验活动是否达到预期效果,可结合学校活动评估标准,建立心理健康教育活动的有效评价机制,形成定期检查制度。

高校心理健康教育活动的有效评价机制包括实施效果评估、与标准活动策划案的一致性评估等,主要面向参与活动者和活动实施者。具体来说,对参与活动的师生进行随机调查,从活动满意度、活动质量、活动的趣味性及自己是否会

参加之后的活动等方面评分,并填写意见表,包括对本次活动印象深刻的部分、希望改进的方面、下一次活动的举办形式等。对组织和管理活动的师生进行随机调查,对组织活动的满意度、活动质量等方面评分,从组织者和运行者的角度,从活动企划、活动宣传、活动实施和收尾的各个阶段,提出意见和建议。

定期检查制度从班级、学院和学校出发,构建多层次评价体系,以相关领导、心理教师、辅导员、班主任、心理委员和学生代表等为主体,每月或每学期组织不同层面的总结会,总结活动经验,提高心理宣传活动工作的有效性。

4. 改进活动计划(Act)

根据计划、执行、检查三个环节的完成情况,准确评价活动举办的优缺点,分析原因。对实施效果较好的活动方案,形成常态化活动;对实施效果较差的活动方案,认真讨论,尤其重视检查环节的反馈资料,全面、综合、详细地分析活动的优缺点,改进或寻找替代方案。改进后的方案在下一个循环中继续施行。

ACT阶段将总结出的经验教训提炼为可操作化的标准,并融入标准活动策划书中,进一步帮助教师分析和理解大学生的现实需求和活动效果。

PDCA理论在医学管理、护理、档案管理、高校教学管理中已有运用,并已产生显著、积极的影响。基于PDCA理念的高校心理教育活动工作具有明显的“过程”特点,在不断实践中自我革新,带着未解决的问题和改进方案继续探索,体现了心理健康教育宣传工作的积极性和实效性。

参考文献

- [1]杨东伟,李明哲.民族院校心理健康宣传教育的传播效果分析[J].传播力研究,2018,2(20):191-192.
- [2]陈燕妮.高职大学生参加心理健康教育活动意向调查研究[J].成才之路,2019(36):4-5.
- [3]王丽平.市场营销理念下高校心理健康宣传教育工作的优化[J].人力资源管理,2017(9):227-228.
- [4]徐娜,李忠春,王雷.高校特殊学生群体“过程管理”机制的建构与实践——以PDCA原理为导向[J].学校党建与思想教育,2013(21):56-57+74.