ISSN：3080-2660
EISSN：3080-2679

心理情景剧数字化赋能大学生心理育人模式创新研究

庞海燕 李曦冉 钟志秀

西京学院医学院，陕西 西安 710123

摘 要：心理情景剧是实现心理育人与艺术疗愈有机融合的重要载体。当前高校心理情景剧实践存在群体适配度不足、数字化建设水平不高、实证研究支撑薄弱等现实短板，难以适配心理育人数字化、精准化、规模化发展的现实需求。本文以戏剧治疗、积极心理学、数字化传播等理论作为研究基础，剖析心理情景剧数字化赋能心理育人的内在逻辑，构建“需求调研—作品创作—线上传播—互动干预—反馈优化”全流程数字化闭环育人模式，从数字化内容制作、媒介传播、线上干预、效果评估四个维度阐释实践实施路径，配套设计实证研究方案，梳理落地实施的重难点，提出相应保障策略。研究表明，心理情景剧数字化赋能不等同于数字技术的简单叠加，而是教育理念、艺术表达形式与数字技术之间的深度融合。数字化闭环体系推动心理情景剧从传统线下汇演转向常态化精准心理育人，可为高校“三全育人”视域下心理健康教育工作提供可复制的实践范式。

关键词：心理情景剧；心理育人；艺术疗愈；数字化赋能；大学生心理健康教育；模式创新
DOI：10.64649/yh.jydk.issn3080-2660.202611002

0 引言

大学生心理健康教育是高校落实人才培养目标、开展思想政治工作的重要组成部分。国家相关政策文件明确提出，坚持育心与育德协同推进，持续完善高校心理健康教育工作体系。当代大学生承受学业发展、就业竞争、人际交往等多重现实压力，心理情绪困扰的隐蔽化特征逐步凸显。传统心理健康课堂教学、个体心理咨询服务存在覆盖范围有限的局限，而心理情景剧借助戏剧角色扮演的形式，能够引导学生在沉浸式体验中疏导负面情绪、重构认知观念，是面向全体学生开展普惠式心理育人的有效载体。

现阶段国内高校心理情景剧大多局限于线下专场汇演，存在传播周期短暂、受众覆盖面狭窄、育人效果持续性较弱等问题。短视频媒介、虚拟数字技术的快速迭代，为情景剧内容创作与传播模式革新带来全新机遇。本文梳理现有相关研究成果，解析数字化赋能背后的理论逻辑，搭建数字化闭环育人模式并配套实证实施方案，为高校心理育人数字化转型提供实践参考。

1 研究现状述评

1.1“心理育人 + 艺术疗愈”的实践探索

艺术疗愈依托各类艺术表达形式降低个体心理防御水平，实现情绪宣泄与认知整合，契合高校心理健康教育“预防优先、面向全体学生”的工作定位。心理情景剧属于表达性艺术治疗方式，契合大学生自我表达的心理诉求，现已广泛应用于高校团体心理辅导活动中。

1.2 心理情景剧在高校场景的相关研究

心理情景剧脱胎于心理剧技术，通过角色扮演搭建具备冲突矛盾的安全情境，促使参与者反观自身内心冲突。现有研究已经证实心理情景剧具备良好育人价值，但依然存在明显不足：多数研究对象面向普通大学生，缺少医学院校等特色专业群体的针对性研究；调研样本大多来源于单一院校，研究结论普适性有待进一步验证。

1.3 教育数字化背景下心理育人相关研究

教育数字化浪潮推动心理育人模式持续创新，数字技术已经广泛应用于心理测评、个性化资源推送、心理危机预警等工作环节。但心理情景剧领域数字化建设依旧滞后，多数实践依旧停留在线下舞台展演阶段，尚未搭建完整数字化工作闭环；现有研究多以定性描述分析为主，缺少量化实证数据作为支撑。

1.4 综合述评

已有研究充分验证心理情景剧结合艺术疗愈的育人价值，指明心理育人数字化的发展方向，但在数字化闭环体系搭建、不同学生群体差异化适配、实证效果检验等方面仍存在研究缺口。本研究针对上述研究不足，开展育人模式构建与实证方案设计。

2 理论基础与内在作用机理

2.1 核心理论基础

戏剧治疗理论：个体置身戏剧场景中可以放下心理防御，在安全的审美距离之下处理内心冲突。数字技术拓展戏剧呈现的场景边界，突破线下演出的人数约束，扩大心理健康教育辐射范围。

ISSN：3080-2660
EISSN：3080-2679

积极心理学与团体动力理论：积极心理学核心目标在于培育学生心理韧性。数字化平台能够把线下团体互动迁移至线上空间，借助评论、留言反馈功能构建长期线上互助团体，放大朋辈心理支持的实际效果。

认知建构理论：情景化剧情能够带动学生主动识别自身非理性认知，线上话题讨论、即时反馈机制进一步助推学生完成认知重构。

数字化传播与沉浸体验理论：短视频、VR 等媒介手段强化剧情代入感，契合大学生碎片化网络阅读习惯，提升内容共情传播的实际成效。

2.2 数字化赋能的内在机理

数字化赋能主要完成四层转化：第一，将个体零散的心理困扰凝练为具备群体共性的叙事内容，降低剧本创作门槛；第二，打破时间与空间约束，实现作品长期留存，持续发挥心理健康教育价值；第三，把单向观看展演转变为双向互动参与，调动观众主动反思；第四，依托平台行为数据与标准化心理量表，实现育人效果的数据化评价，改善过往单纯依靠主观评价的弊端。

3 心理情景剧数字化赋能心理育人模式构建

3.1 模式整体框架

搭建“需求调研—作品创作—线上传播—互动干预—反馈优化”数字化闭环，包含需求识别、数字化创作、传播干预、评估优化四大子系统。全流程以数据流作为串联纽带，学生需求指引内容创作，传播过程生成用户反馈，评估结果反向迭代内容产出，实现模式动态持续优化。

3.2 数字化需求识别系统

面向不同年级、不同专业学生开展问卷调查，采集学生主要压力来源、心理诉求以及媒介使用偏好，绘制学生心理需求画像，以此实现剧本主题精准定向设计。针对医学生群体，重点围绕实习适应、职业压力、生命教育等议题，开发差异化心理教育内容。

3.3 数字化创作系统

打造多形态心理情景剧产品：1–3 分钟微短剧适配短视频平台传播；3–5 分钟完整剧情作品用于线上课堂教学；同步产出心理科普解读衍生素材。可开发虚拟沉浸式短剧，还原现实生活场景，帮助学生练习情绪调节技巧。创作过程坚持学生主体地位，由学生完成剧本撰写，心理学专业教师负责内容审核，规避剧本产生心理误导。

3.4 数字化传播与干预系统

构建“校内平台为主、新媒体平台为辅”多元传播矩阵。校内依托心理中心、学院官方公众号、线上课程完成定向推送；借助视频号等新媒体渠道投放短剧片段，扩大跨校传播影响力。建立三级干预工作体系：普适性心理知识普及、线上互动反思引导、危机线索识别与线下转介，打通线上内容输出和线下心理咨询服务之间的衔接通道。

3.5 数字化评估与优化系统

本研究主要结合三类不同的数据来判断整体干预效果；其中包含标准化心理测评量表的前后对比数据、学生在网络平台观看和转发作品产生的行为数据，还有通过问卷调查、线下访谈收集到的各类文字资料。本次研究的评价标准，主要围绕学生心理健康状态、心理抗压能力等方面展开；所有通过评估得到的数据，都会重新应用到后续的内容创作工作中，用来不断调整和优化心理情景剧的内容与呈现形式。

4 研究设计与实施路径

4.1 研究目标

本研究先梳理和归纳当代大学生普遍存在的各类心理困扰与心理问题，结合不同学生群体的实际情况，搭建出适配性更强、区分度更高的数字化心理干预整体框架；研究过程中会自主制作一系列专属的数字化心理情景剧作品；逐步完善线上传播和心理干预相结合的整体运行模式；依靠真实的实践实验开展相关研究，检验这套育人方式在实际应用中的作用，同时整理出一套能够适用于多所高校、可以对外推广的实践方法与实施模式。

4.2 研究方法

采用文献研究法，梳理艺术疗愈、心理育人领域相关文献与政策文件；运用问卷调查法，完成问卷编制与信效度检验，抽样调研获取学生真实心理需求；借助数字化创作法，通过剪辑加工、虚拟技术完成情景剧制作；实施准实验研究，划分实验组、对照组对比干预成效；利用统计软件开展量化统计分析。

4.3 效果评估方案

本次整体评估工作一共分为四个阶段，分别是前期基础数据收集、全程干预情况记录、数据整理分析以及教育模式的调整优化。研究前期会统一收集基础数据，确保参与实验的两组学生，在初始心理状态与整体情况上没有明显差异；在整个干预开展的阶段，会持续记录学生在网络平台上的各项行为数据；干预工作全部结束后，还会在一个月和三个月之后分别开展回访调查，搭配面对面访谈的方式，全方

ISSN：3080-2660
EISSN：3080-2679

位判断本次教育干预的实际成效；最后结合所有评估得出的结果，不断调整、优化和完善现有的育人模式。

4.4 实施步骤

本研究整体按照四个阶段依次开展、稳步推进；在前期准备工作阶段，项目会整合多个不同专业的研究人员，组建完整的研究小组，同时制作研究需要的调查问卷和相关测评工具。在需求调研与内容创作阶段，主要完成问卷信息的收集整理、心理情景剧剧本的编写工作，以及相关视频作品的拍摄制作任务。在实验干预与数据收集阶段，工作人员对已获取的调研数据进行整理分析，并根据分析结果修改、调整相关作品内容。到最后的成果汇总阶段，研究人员统一整理全过程的资料文件，总结整套数字化心理教育的实践方式，方便后续在校园中推广应用。

5 实施重点、难点与保障举措

5.1 实施重点

研究可以对不同类型学生的心理情况和实际需求进行细致区分，根据学生的不同特点提供对应的教育内容，让输出的教育内容和学生真实需求相互贴合；打通各个环节的数据信息，让数据可以连贯流通，从而搭建起完整的数字化运行体系；通过开展对应的实践研究，明确该教育模式适合应用的场景，制定出适配不同情况的具体执行方案。

5.2 实施难点

本研究综合协调视频艺术呈现效果、心理学科专业规范以及短视频平台的传播特点，尽量避免出现内容过于浅显、生硬说教的各类问题；在研究开展的全过程中，妥善保管学生的各类隐私心理数据，搭建统一规范的工作流程，完成信息匿名收集、特殊心理案例上报处理等相关工作；同时，在准实验研究的开展过程中，尽量排除各类干扰因素的影响，最大程度保证本次实验研究所得数据和最终结果的真实性与有效性。

5.3 保障条件

本次课题的研究人员，有一定的心理情景剧编排创作经验，也参与过高校思政相关课题的研究工作；项目的实际落地与实践开展，主要依托学校医学院的二级心理辅导站完成。研究团队的成员分别来自心理学、高校学生管理、信息技术等不同专业领域，同时项目可以正常使用对应的活动场地、实验设备以及各类参考文献资料，具备基础的研究条件；学校为该研究项目划拨了专门的经费，用于保障项目推进，省内的心理健康教育交流平台，也能够为本项目研究成果的分享和推广提供相应支持。

6 结论与展望

本次研究搭建了适用于心理情景剧教学的数字化育人完整流程，同时设计了一套可以落地使用的实践验证办法；相关研究结果表明，数字化赋能的核心，就是将教育培养理念、情景剧艺术形式以及数字化工具相互结合；数字化完整流程能够把传统单次线下表演活动，转化为可以长期利用的教育资源，针对不同人群调整对应内容，是提升心理教育实际效果的重要方式，而对应的实践评价工作，也能够让心理教育工作摆脱以往依靠经验开展的模式，逐步走向科学化、规范化的发展道路。

在后续研究过程中，将结合实验收集到的数据持续调整和完善现有育人模式，整理编写可供日常使用的操作指导资料；在未来的研究工作中，还可以尝试探索智能化内容推送的相关技术，进一步增加调研对象的数量，拉长后续跟踪观察的时间，以此一步步完善基于数字化心理情景剧的整体育人体系。

参考文献：

[1] 王华 . 心理情景剧对改善民族地区高职院校学生族际关系的干预研究 [J]. 社会与公益 ,2026,(17):243-246.

[2] 陈广勇 . 心理情景剧在心理健康科普中的应用路径 [J]. 百科知识 ,2026,(24):48-49.

[3] 鲁薇 . 校园心理情景剧在大学生心理健康教育中的应用研究 [J]. 公关世界 ,2026,(16):70-72. DOI:10.27036/j.cnki.1005-3239.000767.

[4] 申杰 , 郭家钰 . 心理情景剧对大学生积极心理品质提升的影响研究 [J]. 才智 ,2026,(22):129-132.

作者简介：庞海燕（1977.02—），女，汉族，陕西西安人，本科，助教，研究方向：大学生心理健康教育。

项目信息：2026 年陕西省高校 " 健康学校 + 心理育人 " 数字研创项目（上半年）：心理情景剧数字化赋能大学生心理育人模式创新研究（编号： PsyC-A002 ）。