

# 民办高校学生心理危机干预工作探析

——以一则抑郁症学生案例分析为例

徐煜忻

广州华商学院 广东广州

**摘要:**大学生心理健康问题是高校学生工作的重要内容之一。近些年,大学生心理问题层出不穷,辅导员如何提升关于心理危机干预的专业能力成为民办高校学生工作管理的重点关注内容。本文通过对一则抑郁症学生案例的分析,探析了民办高校完善心理危机干预工作的方向。同时,学生的家庭背景对学生工作心理危机干预的影响也在本文有所体现。

**关键词:**学生工作;辅导员;心理危机干预;学生案例

## A Probe into the Psychological Crisis Intervention of Private College Students

— Take a case study of a depressed student as an example

Yuxin Xu

Guangzhou Huashang University Guangzhou, Guangdong

**Abstract:** The mental health is one of the essential student works at the university. The private college focuses on improving the psychological ability of teachers. This paper explores how educators can improve the efficiency of psychological crisis intervention through a case study of a depressed student. Also, the family background of students is closely associated with the efficiency of psychological crisis intervention in this case study.

**Keywords:** student affairs; counselor; psychological crisis intervention; case study

### 一、案例简述

王某,男,22岁,自小随家人来广东定居,于2020年就读广州某一民办院校。该生成长环境较为复杂,自幼与爷爷奶奶生活,舅妈是其紧急联系人。该生自入校以来情绪低落,多次出现自杀行为未遂。王某室友曾亲睹一次该生轻生行为并制止,而后陪同其前往广州某医院就诊,医院确诊该生为重度抑郁症。此后,辅导员多次与该生沟通,在征得该生同意后与其家长(舅妈)沟通,达成一致意见,让王某以请长假的方式回家进行封闭式治疗。

2021年春季,因新冠肺炎疫情学生未能返校,继续在家休养。9月返校后,其病情有所改善,基本学习生活正常,却性情大变。

2022年,作为一名毕业生,他(她)已经顺利参加实习工作。

### 二、案例过程

2020年9月入学至学生首次发生轻生事件期间,据王某自述,“自己买过农药,买过绳子,多次尝试自杀都没有成功。”据室友陈某反映,王某以往的学习和工作经历对其产生消极影响,这是他(她)自卑的主要原因之一;王某情绪容易波动,时常喜欢在宿舍阳台看风景,有几次晚上情绪失控大哭。

2020年10月29日,室友陈某突见王某轻生行为,把一只脚伸出阳台欲跳楼,室友立马将其拉回来。第二天,王某表示希望室友陈某帮其预约学校心理健康辅导中心进行心理辅导。王某自述,“我近期情绪低落,之前试过多次自杀都没有成功。我觉得自己各方面都很失败,无力改变,特别是人际关系方面,不擅长与人沟通,三人以上就莫名恐慌。没有什么兴趣爱好,做什么都没意思”。对此,咨询师建议王某告知家人目前的情况,并尽

快去专业医院就诊,该生全程对于心康咨询师的建议和要求都十分配合。令人疑惑的是,学生不愿将此事告知家长。因此,咨询师建议对其进行24小时监护,并尽快联系家长带学生到专业医院就诊。辅导员与王某进行深度沟通后,了解到其家庭情况非常特殊,舅妈一直是他(她)的紧急联系人。为尊重学生意愿,辅导员当下只是要求学生必须就医,查明病因。

2020年10月30日20点,辅导员私下与其舅妈联系,告知王某情况,并着重强调学生不愿告知家长的意愿。为不刺激学生,辅导员与家长达成对其疾病情况保密的共识,并互留联系方式,确保能随时互通信息。

2020年10月31日,医院确诊王某患重度抑郁症,伴有轻度焦虑,需要进行药物与心理辅导结合的治疗,为期一年。

2020年11月3日,辅导员主动约谈王某,了解他(她)吃药的情况,并再次劝他(她)告知家长自身真实心理状况,王某首次答应这一建议。

2020年11月4日,该生主动联系表姐告知了自己的病情。其表姐与王某自小关系比较亲密,因此第一时间将此事告诉了她。

2020年11月9日,凌晨,学生在家期间产生轻生念头,声称“自己在天台,不想活,并留好遗言”。经过表姐两小时劝说后,王某终于打消了自杀的念头。

2020年11月13日,辅导员找王某及其室友谈心,该生说周末回家时会让家长带他(她)到专业的医院治疗。晚上21点左右,王某回到宿舍后坐到楼梯窗户上,室友立刻将其拉下来。但是,王某此次有反抗且激烈。辅导员立即联系王某舅妈,告知此事,并要求其舅妈接王某回家,王某却拒绝回家。

2020年11月15日,为减轻室友陈某的压力,辅导员决定让另外室友加入到监护小组,并叮嘱对该生的情况保密。

2020年11月20日,凌晨,王某偷跑出去,整个宿舍一起找他(她),该生回宿舍后哭泣。辅导员向上级汇报后,要求王某家长到校沟通。舅妈到校后,劝说其回家治疗,提到他(她)担心病情影响学业,不愿休学。经系部研究,批准王某以请长假的方式回家进行为期一个月的治疗,待期末考试再返校考试。

寒假期间,该生在家按时服药,定期到医院复诊,情况稳定,在家会帮助照顾老人。

2021年3月初,因新冠肺炎疫情学生未能返校,该生在家期间一直坚持按时参加线上学习。5-6月,尽管学生一直因疫情未返校,辅导员仍定期与该生及其家人

沟通,适时了解情况。王某按时服药,定期进行心理辅导,锻炼身体,状况稳定。

2021年8月,王某舅妈表明希望该生能返校参与校园生活,有益于病情恢复。虽学生还未痊愈,无法出具康复证明,仍希望能够返校,如学生在校发生安全问题,自行承担后果。

2021年9-10月,王某返校后,大多时间在备考,状态稳定,但学习状态不佳,性格由内向变为外向。11-12月,辅导员前往该生宿舍了解情况,王某此次返校性情大变。

2022年1-3月,王某在异地实习,该生正在某公司实习,情况良好。

### 三、心理问题诊断(基于心理学)

重度抑郁症往往是由先天遗传或后天环境影响所至,会产生一系列抑郁症症状,包括情绪波动大、身体疲惫、精神状态涣散、焦虑、产生自杀行为等。王某在生理方面、情绪方面、认知方面、行为方面都出现过危机的特殊性表现,例如,疲惫、焦虑、缺乏自信、记忆力衰退等。此外,心理学家Caplin认为,每个个体都存在自身现状和生活环境的较为平衡的状态,一旦危机事件发生,平衡就会被打破,从而导致自身现状和生活环境的失衡,个体开始进入危机状态。因此,王某在被确诊为重度抑郁症后多次发生自杀性危机事件的现象,可确认该生进入危机状态。

针对此次王某的紧急危机事件,与学校相关部门商讨后,做出辅导员对其进行紧急危机干预的决定,其目的在于帮助该生分析评估产生焦虑行为的因素。主要因素有两个方面:一是外因,原生家庭情况复杂影响学生心理状况。该生无抑郁症遗传基因,自幼与爷爷奶奶居住。由此可见,王某长期缺乏日常沟通和父母关怀,消极情绪释放途径较少,所至现状。二是内因,该生因自身发展实际情况与个人能力之间的矛盾导致其内心自卑,从而产生焦虑。据了解,该生身边同龄家人(如,表姐)均为硕士毕业生,他(她)一直非常渴望能够像身边人一样优秀。因此,王某非常努力通过了专升本升学考试,进入到本科院校学习提升自己。但是,由于自身学习能力不足导致其产生自卑心理,从而产生焦虑现象。根据以上导致王某心理危机状态的内外两方面因素,我校对该生制定了相关的心理健康维护工作方案。

### 四、心理健康维护工作方案与实施过程

王某案例能够妥善解决,主要是通过成立心理健康五级防护网络进行了干预,大致分为以下三个阶段:

### （一）危机应急处置及安全监护阶段

学生产后轻生行为后，学校立即成立五级防护网络体系对其进行24小时监督。一级防护为学校心理健康教育指导委员会，主要由分管学生工作的校级领导构成。二级防护是由学生处心理健康教育与辅导中心的专职人员组成。此次王某案例主要由李老师建立学生心康档案，并对接系部心康联络员，每月上报的关于王某心康状况的资料。三级防护为二级学院、系心康工作小组。此次案例，该小组由学工负责人、辅导员与系心康联络员组成。辅导员承担日常监管学生的主要工作，包括与王某、其家人、同学们了解状况，定期对其进行心理疏导，且定期更新该生的心康档案资料。四级防护是班级的心理委员。心理委员需要在日常学习生活中观察该生具体情况，加以记录，并向辅导员及时汇报。五级防护，根据学校相关规定原为一名宿舍心理信息员即可。因此次案例较为特殊，王某在校产生自杀倾向，所以决定该生室友均纳入五级防护组成员，更全面的监管王某在校情况。

### （二）危机团体干预阶段

基于危机干预的安全原则、支持原则、保护当事人隐私原则、确定干预目标原则，辅导员采取了团体危机干预技术。该技术是指危机干预人员以团体的形式，适当的对危机当事人进行疏导，通过日常观察、学习和体验让学生重新认识自我与接纳自我，从而减轻焦虑症状，激发个人潜能解决问题的过程。此案例中，辅导员与其室友构成一个团体对王某进行监管。王某室友负责观察该生在宿舍的心理状况，并向辅导员反映。与此同时，室友长期陪伴王某，产生了消极应对状态。辅导员也与其室友们多次谈话以减缓他们的压力。同时，辅导员也需定期向相关部门汇报该生的状况。因此，在该危机干预团体里，辅导员承担了掌握并疏导王某本人及其室友在校期间的心理状况的责任。另外，辅导员也承担了与其家人沟通、与该生室友沟通、与学校相关部门对接的责任。

### （三）后续跟踪阶段

返校之初，王某向辅导员提交了病情诊断书，该生病情有所好转，但未完全康复。因王某非常渴望按时完成学业，家长提出希望学校允以该生复学的请求。辅导员根据学校相关要求，向家长出具了告知书，告知家长学生在未完全康复的状况下复学的潜在危害性。家长仍

坚持希望能够让王某复学，也签署了承诺书，承诺复学后学生的一切安全责任由他们自行承担。

疫情返校后至2022年寒假期间，辅导员仍坚持通过宿舍团体、班干部对王某的情况进行后续跟踪，并定期与该生本人及其舅妈进行沟通，从多方面了解其真实的心理状况。之后，因学生实习需求学生未能返校，辅导员只能通过线上的形式继续跟踪该生近况。

### 五、工作效果评价以及经验反思——民办高校学生心理危机干预工作的启示

通过该案例，作为辅导员对此次工作效果和经验的反思主要有四个方面。一是认识到自己需要提高自身关于心理健康教育的专业能力。近些年，大学生心理问题层出不穷，作为学生一线工作者，应该增加个人心理学方面的专业学习，以便在学生出现心理问题能够作出较为专业的判断，并对这些学生进行更专业的疏导。二是辅导员应积极构建学生团体机制与和谐宿舍氛围。与辅导员相比，室友与患者日常相处时间更长，观察更为具体细致。并且，学生之间能够一起开展一些运动锻炼、上课、自习等一系列校园活动，对患者的病情有积极影响。因此，构建学生团体机制不仅能够有效帮助辅导员进行监管，还有益于改善患者病情。三是应加强辅导员与家校之间的联系，以便更加深入了解学生的过往经历，也让家长能够第一时间掌握学生在校期间的心理状态，共同做好帮扶学生心理问题的的工作。四是针对专升本学生的心理健康教育更加需要具体问题具体分析。部分专升本学生曾有过社会工作经历，这些经历存在给学生带来消极影响的可能性。因此，这些学生进校后，作为辅导员应该充分了解学生入校前的过往经历，提前预防学生可能出现的心理危机事件。此外，辅导员应该在入校后，增加对学生的心理教育工作，引导学生树立健康的、积极向上的生活理念。

#### 参考文献：

- [1]温爱萍，王彩宁，张秀芬，等.抑郁症的诊断和治疗[J].山西医药杂志，2016，45（12）：1419-1421.
- [2]洪伟，傅文青，牛振海，等.心理援助教程[M].北京：人民出版社，2018.
- [3]教育部思想政治工作司.加强和改进大学生思想政治教育重要文献选编（1978-2008）[M].北京：中国人民大学出版社，2010.