

# 优等生的“堕落”

## ——对一例双向情感障碍女生的干预

唐碧璠 周宇\*

湖南中医药大学 中医学院 湖南长沙 410208

### 【案例】心理危机干预类

**【摘要】**双向情感障碍是一种抑郁和躁狂交替发作的情感疾病。多数病人刚开始发病时表现为抑郁状态，常容易被误诊为“抑郁症”。一位大一新生因自我要求过高，在经历一学期“打鸡血”般的学习生活后，逐渐身体心里都无法承受压力，出现消极抑郁的情况。辅导员得知后及时跟进，通过危机干预、心理咨询、家校互助等方法，帮助该生积极配合治疗，回归正常学习生活。

**【关键词】**双向情感障碍；危机干预；家校互助

### 一、案例简介

李同学，女，重庆人。大学第一学期，该生学习成绩优秀，且参加多项课内外活动，做事积极有干劲；第二学期刚开学时，因上学期备考期末考试而放弃了社团等其他活动觉得很内疚，对不起信任她的老师和同学，并认为自己道德有问题，遂电话求助学校心理服务中心。经心理中心老师反馈，李同学自觉精神崩溃，且交谈过程中语言逻辑很混乱，建议该生尽快去医院就诊。

在接到心理中心老师反馈后，辅导员翻阅该生家庭情况调查表，并通过班长、寝室长了解该生日常学习状况和生活状态，查阅新生心理普查结果无异常。次日，约谈该生。该生自述家庭情况一般，母亲无工作，家里主要经济来源靠父亲外出打工。入学后积极参与各类活动且能得到老师和同学的肯定，但现阶段因个人原因放弃社团等活动给老师和同学造成麻烦而内疚不已。情绪持续低落，出现食欲大增的情况，自觉注意力不集中，厌学、易哭泣、睡眠差。经交谈，李同学同意由辅导员陪同去医院进行系统检查。

2月23日上午，辅导员陪李同学前往湖南省第二人民医院（脑科医院），经医生诊断该生为“双向情感障碍”，当下处于轻度抑郁阶段。随后辅导员将该情况上报学院及校心理发展服务中心，并联系家长将该生情况告知，要求家长来校共同商讨解决方案。家长于25日抵校，因家长强烈要求该生继续在校完成学业，经过综合评估，签订《家长告知书》后，同意该生在校治疗并由家长陪读。

### 二、案例分析解决

#### （一）心理危机发生过程

大一第二学期开学以来，李同学对所有的事都表现得不积极，但对自己要求很高，所以导致一系列的心理矛盾。李同学有求助意愿，但不想通过药物进行治疗，只是想通过找各种各样的人聊天从而找到与她“志同道合”的人，通过相互倾诉帮助走出来。在与辅导员交谈过程中其本人透露，高中时也有过抑郁情况，后通过和好友“相互帮助”走出来了；该生大一上学期积极参加各种活动，即使每天忙到凌晨一两点还是坚持早上六点半起床，期末成绩也很优秀。大一下学期开始，对所有事丧失积极性和自信心，几乎退掉所有社团活动，同时伴有睡眠障碍；一心想要好好好学习，但常常容易走神，莫名的烦躁导致无法正常的学习；同时李同学还表现出对生活无助，意志力减退等症状。

1. 消极避世心理。2月28日上午，心委和寝室长同时向辅导员报告，称李同学在与她们聊天时表露出消极情绪并伴有自杀意念。李同学称“自己在闹事”，“自己要么被人暗杀，要么被救，要么自己恍然大悟”，“每天吃很多东西，不想跟别人交流，一直想邪恶的东西”。知道该情况后辅

导员立即与家长联系，并赶到她们所在的招待所与李同学及其母亲进行沟通，平复李同学的心情，并询问家长该生是否有按医嘱服药，建议再次前往心理中心进行咨询。

2. 暴饮暴食。3月9日，李同学在学校做了心理咨询，咨询结束后心理中心老师反馈李同学个人思想比较固执，咨询过程也不愿意配合，虽无自杀行为但自杀意念很强，需按时服药并密切关注其人身安全。随后辅导员将心理中心的意见反馈给了李同学母亲，并一再叮嘱其母陪读期间要关注李同学行为动态，保证其人身安全。

3月14日晚，团支书向辅导员反映李同学在与其交谈的过程中透露自己想跳河的想法，并暴饮暴食虐待自己，团支书感到事情严重并立即向辅导员汇报，当即辅导员便安排团支书及同寝室同学去寻找李同学并稳定她的情绪，与此同时通知了李同学母亲希望她能陪伴李同学，但其母并未引起注意，并表示李同学只是想发泄情绪，不要管她，让她发泄出来就好了。

3. 翻越六楼栏杆取物。3月15日上午，心委反映李同学在寝室走廊崩溃大哭，时哭时笑，当时便安排心委赶回寝室安慰李同学，谨防意外情况发生。后经了解，李同学近几天都未与母亲同住，而在寝室住宿，并据寝室长反映，李同学疑似翻越六楼尽头的栏杆取物，行为非常危险。鉴于该情况，15日上午十点辅导员与李同学母亲进行了第四次紧急约谈，李母言语中透露出对李同学现状的厌烦情绪，认为她并没有什么大问题，只是需要发泄；并称咨询了学校太极课老师，说李同学只是肾虚，建议李母不进行西医治疗，仅通过中医去调理，也不要李同学当病人对待。再次约谈无果后，辅导员再三强调希望李母务必要跟李同学住在一起且确保她按时吃药，并于近两天带李同学去医院复诊，同时交代心委、团支书和寝室长轮流照看李同学，密切关注其动态和行为。而后李母则认为李同学只是正常的情绪波动，迟迟未带李同学去医院复诊。

#### （二）心理危机干预措施

1. 上报情况，确定干预方案。根据心理中心老师的评估及反馈结果，及时将情况上报给学院领导成立危机干预小组，并确立了初步干预方案：①安排心委和寝室长陪同监督，做好安全防护工作；②转介医院进行确诊；③联系家长，要求其来校进行协商解决，建议家长带学生去医院再次确诊并配合医院治疗。

2. 形成家、校、医育人合力，及时干预。学院根据医院诊断结合心理中心的意见，建议该生休息一到两周便于身心调理。在与李同学母亲反复的商谈后，其母表现出情绪激动甚至愤怒，认为老师和学校不但不解决问题还推卸责任，小题大做想让女儿退学。辅导员反复阐明立场，目前李同学的状态并不适合学习及适应学校的氛围，只是建议暂时休养，

并非让李同学退学，而其母态度坚决，认为孩子问题不大，强调自己过几天就返回老家，并拒签安全协议。

在将该情况上报部门领导以后，学院领导引起高度重视。学院副书记、学生科科长与辅导员一同和其母进行了第三次约谈，在反复耐心的沟通下，李母同意在校外居住，暂时进行陪读并监督李同学按时服药，同时签署了家长告知书和安全协议，明确了家校双方的责任。

3. 多方配合，协助治疗。3月14日晚，团支书向辅导员报告说，李同学在跟她聊天的过程中表示自己想跳河，并暴饮暴食，可以一口气吃掉7个面包。当即辅导员便安排团支找到李同学，陪着她并稳定她的情绪，同一时间联系其母进行陪护监督。15日上午，心委反映李同学在寝室走廊崩溃大哭，还一会儿哭一会儿笑。本应与其母住在校外休息的她已经在母亲的默许下，私自回宿舍好几天了，并且不知何时，将室友扔在六楼走廊阳台外的娃娃捡回来了。

鉴于情况严重，学院副书记再次约谈李母，在主管领导和辅导员再三劝说下，最终李母同意近两天带李同学去医院复诊。21日从医院回来后，李同学自述想听从医生的建议休学治疗。22日李同学与其母来学生科办理了休学手续，辅导员反复叮嘱，希望李同学休学期间能遵医嘱积极配合治疗，争取早日重返校园。

### 三、思考与建议

#### (一) 触发联动机制，形成“1+N”育人模式。

随着时代的发展和社会的进步，学校教育也在不断改进和提高。传统的教育模式中，班主任和辅导员扮演着至关重要的角色，他们为学生提供学业指导、心理支持和生活帮助等方面的服务。然而，在现今复杂多变的校园环境下，只有班主任和辅导员的支持已经无法满足学生的需求，这时“1+N”育人模式的出现可以很好地解决这个问题。

“1+N”育人模式强调协同合作，充分发挥各个专业团队的作用，从而形成联动机制，更好地促进学生的全面发展。在这种模式中，班主任和辅导员仍然扮演着重要的角色，但他们的工作得到了更广泛的支持和帮助。此外，该育人模式还强调班级团结和室友之间的联系。班级和室友关系稳定，能够让学生在学校中更好地融入环境中。班委和室友不仅可以为学生提供思想上的支持，还可以发挥协助班主任和辅导员工作的作用。相互之间的关爱和帮助，能够让学生在成长过程中得到更全面和多元化的支持。

在实际的工作中，“1+N”育人模式已经得到了广泛的应用，并且在提高校园安全、心理健康等方面起到了积极的作用。在处理校园安全事件时，联动机制可以更好地把握事件信息，及时进行干预，保障学生的安全。在心理健康方面，各个专业团队的协同合作可以为学生提供多层次的心理支持，更好地满足学生的需求。

#### (二) 普及心理健康知识，建立朋辈互助机制。

心理健康在现代社会中越来越重要，尤其是对学生而言，心理健康问题极易影响他们的学习效果和人生发展。为了更好地普及心理健康知识，学校可以采取多种方式，比如在公共场合张贴心理健康宣传海报、组织心理健康知识竞赛和演讲比赛等活动。

在开展心理咨询服务之余，也要注意引导学生正确对待心理疾病和心理健康问题，避免过度自我诊断或误解。心理咨询师可以采用情景模拟的方式，让学生在安全的环境下体验各种情绪状态，了解不同情绪状态对身心健康的影响，提高他们的情绪调节能力。

另外，建立朋辈互助机制是非常必要的。学生们之间可以通过班级或寝室活动来促进交流和情感沟通，增强彼此的信任感和依赖感。本案例中，团支、心委和寝室长对李同学的情绪稳定和人身安全起到很大的作用。在面对一些不适或困惑时，同学们也应鼓励彼此勇于表达和倾听，互相支持和帮助，提高群体凝聚力和自我调节能力。

除了班级和宿舍，家长和老师也应参与到学生的心理健康教育中来，尤其是家庭教育和学校教育的有机结合。家长和老师可以定期关注学生们的心理变化，了解他们的家庭环境以及日常生活，及时发现问题并给予必要的帮助和支持。同时，学校也可以通过家访、家长会等方式，加强与家长之间的沟通与合作。

为了更好地应对突发事件，学校要做好相关的预案和应急措施。教职员需要接受相应的培训和心理援助知识，以便在危急时刻能够迅速做出反应，保障学生的人身安全和心理健康。同时，学校还应加强与公安部门和医疗机构的协调合作，形成有效的联动机制。

#### (三) 加强与家长的沟通，助力学生成长。

一般学生出现心理问题之后，都不愿意告诉家长，但是让家长得知学生情况并积极配合治疗又是必要的。在对学生进行心理危机干预的同时，首先我们要加强与家长之间的沟通，如何让家长理解心理疾病发生的原因、心理疾病区别于“心情不好”需要系统的治疗以及如何让家长接受孩子生病的事实都是值得我们深思的。

在加强与家长沟通的同时，我们还需要关注学生个体的心理需求和特点，因为每位学生的成长背景、性格特点、家庭环境等都不同，对他们的心理干预也要因人而异。对于那些不愿意告诉家长的学生，我们可以逐渐引导他们逐渐了解心理健康问题、接受心理疾病的存在，并鼓励他们向心理咨询师、辅导员等专业人士寻求帮助，以便更好地解决自己的问题。

此外，我们也可以通过开设心理健康公益讲座、组织心理疏导小组等活动，提高学生们的心理素质和心理健康水平，让他们自觉保护自己的心理健康。在学生出现心理问题时，学校和家长之间应该形成合力，共同关注孩子的心理健康。家长应该积极参与心理危机干预过程，了解孩子的心理状态，与学校教职员密切配合，共同制定治疗计划，确保孩子得到全面的治疗和关爱。

我们也要注意心理健康教育的长效性和系统性，不能仅在学生出现问题时才进行干预，而是要将心理健康教育贯穿于学生的整个学习过程中，使他们具有良好的心理素质和自我调节能力，能够更好地应对生活中的各种挑战和压力。

本案例中，李同学母亲一直认为李同学就是心情不好，需要理解她的人开导他，不需要吃药治疗，并且认为李同学的过激行为都是她发泄的表现，不需要别人过多的注意她。但是李同学当时处于抑郁发作阶段并有自杀意念，是需要进行一段时期的药物治疗，并随时陪伴保障其人身安全。

鉴于这种情况，学院各级领导和辅导员三番五次坚持不懈的与李同学母亲进行沟通与协商，尽力争取家长的配合和理解，并明确学生在校期间的治疗方案以及安全责任问题。让家长明白并正视和重视孩子的病情，积极配合，最终让孩子获得正规的系统的治疗才是最重要的。

#### 参考文献：

- [1]余彦.关爱学生内心 助力学生成长——高校双向情感障碍学生心理危机案例处理分析[J].决策探索(下),2018(09):54-55.
- [2]郑海燕.论高校心理危机干预难点及对策——以一例双向情感障碍个案干预为例[J].学周刊,2014(28):10-11.
- [3]袁平平.高校学生心理健康教育案例分析[J].科教文汇(上旬刊),2021(04):165-166.
- [4]朱震荣.躁郁双相障碍高中生的心理辅导案例[J].中小学心理健康教育,2023,No.534(07):48-50+54.
- [5]李爽.1例大学生自我探索成长的心理咨询案例报告[J].心理月刊,2023,18(04):193-195.