

高校四级心理危机干预体系的健全和完善

——由一例危机案例引发的思考

侯庆红, 邱欣红

(云南大学滇池学院, 云南 昆明)

摘要: 通过一例心理危机事件的干预, 认为健全和完善的心理危机干预体系应该包括心理危机干预体系和危机善后体系两部分。明确“校—院—班—宿舍”四级心理健康教育工作网络、学生心理危机预警对象库的建立、“大学生心理危机干预领导小组”和“大学生心理危机评估与工作组”三者在校心理危机干预体系的关系; 从危机对象的关注和危机工作人员健康的关注两方面构建心理危机事件善后, 体现心理危机干预中的人文关怀。

关键词: 心理危机干预; 干预体系; 危机善后

本文引用格式: 侯庆红, 等. 高校四级心理危机干预体系的健全和完善——由一例危机案例引发的思考 [J]. 教育现代化, 2019, 6(35): 151-152.

一 研究背景

事件: 201X年11月某日, 201X级某生经过提前预约进行个案心理咨询。咨询中发现该生在最近一个月内2次网购安定轻生, 均未遂。现在情绪低落, 对生活倍感绝望, 感觉生活中处处受挫。求医愿望低且要求咨询师必须严格保密, 否则“不知会出现什么后果”。多次努力沟通后与来访者达成就医和安全协议。

心理咨询中心在第一时间和学生所在院系取得联系, 通报学生情况并协商解决方案, 同时向学生处领导备案。

纵观上述心理危机的干预, 结合高校实际情况阐述四级心理危机干预体系的健全和完善上的几个观点。

二 建立健全高校心理危机干预体系

科学的心理危机干预体系, 能有效预防心理危机事件的发生, 预防危机与创伤的扩散。高校心理危机干预体系需要将危机预防、信息采集、干预预警、干预、评估和转介等工作分级处理与管理。

1. 建立健全“校—院—班—宿舍”四级心理健康教育工作网络。学校层面, 由心理咨询中心筹划全校心理健康教育咨询服务工作。院层面, 通过吸纳学院专职辅导员做中心兼职教师, 通过专业培训开展学生心理教学及咨询服务^[1]。班级层面, 设立心理委员, 系统培训和指导其开展工作。宿舍层面, 宿舍长和宿舍管理员作为学生身边的信息收集员。

案例中, “校—院—班—宿舍”四级工作网络的存在, 学生在遇到危机事件时会主动寻求专业机构

帮助(校级层面), 分院可以很快接受危机信息并进入工作状态(院学生工作人员充分参与), 宿舍成员可以对危机事件对象在不干涉的情况进行观察(宿舍层面)。本次心理危机干预事件中, 班级作用体现在定期关注上。

“校—院—班—宿舍”四级心理健康教育工作网络在很大程度上可以起到危机预防和信息采集的作用。

2. 建立心理健康零报告制度, 健全学生心理危机预警对象库。学院每月向心理中心报告心理健康信息。对需要关注的学生, 心理中心经与辅导员沟通并进行分类处理。

“心理危机预警库”主要包括四部分。第一, 曾发生过危机事件的个体。部分学生会通过“不闻不问的方式掩盖危机事件的存在, 把危机事件有意无意的压抑到无意识中”度过危机而压抑自己的感受。故曾发生过心理危机事件的个体不能因为事件的结束而结束, 可加入“心理危机预警库”进行持续性跟踪, 可全面了解心理危机干预对象信息, 做到预防和干预同步进行^[2]。第二, 心理健康普查中需要关注的学生。用心理测量建立和完善学生心理档案, 并从心理测评数据中筛查出重点关注对象。通过心理中心、学院、辅导员对重点学生心理健康状况的掌握, 做到早发现、及时处理, 有效预防突发事件。第三, 心理健康零报告制度下的学院上报的重点关注学生。通过心理委员对学生信息的初步筛查, 由辅导员和学工助理进行把关, 形成需要关注的上报名单, 心理中心对上报学生进行分级分类处理。第四, 个案咨询中需要关注的学生和已被医院确诊为精神障碍并进行积极治疗的学生。

心理咨询可以帮助人们调整内心世界,提高生活质量,因其工作范围的规定性,不能及时即刻解决所有心理问题,所以某些来访者会被转入“心理危机预警库”中追踪^[3]。精神疾病有很高的复发性,被医院确诊为精神障碍并进行积极治疗的学生也会被转入“心理危机预警库”中进行持续跟进。

本案例中心理危机干预对象,属于“心理危机预警库”中的学生。从该生入学不适应开始,心理中心进行干预;后由辅导员关注,心理中心一直保持联系了解该生近况;本次心理危机事件发生后,心理中心和学院进行信息对接,基本完整再现危机干预学生的重要事件信息。

健全学生“心理危机预警对象库”,在心理危机干预体系中可以起到危机预防、信息采集和危机干预的作用。

3. 成立“大学生心理危机干预领导小组”和“大学生心理危机评估与工作组”,明确干预对象^[4]。学生中不同性质的突发性危机事件,需采用不同干预方法,如协调工作、社会支持、强制治疗。心理危机干预系统通过科学的心理学指导,为学校在危机事件中从容应对提供专业支持;另一方面,协助各级部门领导者进行有效的危机管理和多部门协调处理。

“大学生心理危机干预领导小组”由分管学生工作的学院领导任组长,成员包括学生处处长、心理中心工作人员、学院学工负责人。领导小组的职责是全面规划和领导全院大学生心理危机干预工作,督促相关部门认真履行危机干预工作的职责,为重大危机事件的处理做出决策。

“大学生心理危机评估与工作组”成员包括学生处处长、学院心理中心工作人员、学院学工负责人。工作组负责对学生心理危机进行评估,并同有关部门共同制定危机事件处理方案,心理咨询师提供必要的专业援助,实施危机风险化解。

案例中危机事件发生后,“大学生心理危机评估与工作组”根据学生实际情况进行初步评估后,并对照自杀危险评估(SRA)对学生进行评估。根据自杀计划致死性高、最近一年有过多次数自杀经历、和父母关系差基本没有朋友和临床心理评估有指标,综合上述四项,该生评估结果为高危。及时把该生情况上报“大学生心理危机干预领导小组”进行备案,并给出处理建议。

“大学生心理危机干预领导小组”和“大学生心理危机评估与工作组”在高校心理危机干预体系中起到了危机人员干预、评估和转介的工作。

三 建立心理危机事件善后处理体系

心理危机干预体系中危机干预是工作的重点,

但善后工作涉及到危机当事人以及危机措施实施人员的发展,其重要性也愈加凸显。

首先,心理危机对象的跟踪处理。心理危机事件需要根据事件本身进行分类处理,不会因为事件结束而取消发生心理危机的对象关注。高校是教育场所,学生需要有能力的情况下继续学业,如何消除因心理危机事件发生时对学生造成的关注性影响,就需要心理中心和相关部门给予支持性手段和积极的营造正常生活学习氛围。

案例中学生病情得到缓解可以重返学校时,他要面对身边很多人“特殊”的眼光和照顾,心理中心和辅导员就需要给予心理上的支持和氛围上进行特别营造,让其能顺利回归正常的学校生活。

其次,危机措施实施人员的健康关注。危机措施实施人员是危机干预中的主要力量,其工作的好坏直接涉及到危机干预的效果。心理危机干预的成功,意味着工作人员在做着正确的事情,通过努力可以挽救生命或让一个人面对现实中的困境。问题是危机措施实施人员总在做正确的事情,就会面临困境:心理危机当事人的意愿和将要做的正确的事情发生冲突时,该如何抉择?

案例中咨询师的困境:稳定心理危机干预对象情况下的保密和保密例外之间的抉择。心理咨询是建立在信任的基础上,没有信任,咨询又如何有效进行下去?心理咨询师经历多次“信任危机”后,对心理咨询师本人造成的负面影响会很大^[5]。鉴于心理危机干预对象自身的发展以及心理危机干预措施实施人员的心理健康和发展上,心理危机事件善后体系建设的必要性就显得日益紧迫。

四 结论

在高校心理危机干预体系的健全和完善上,科学的体系应包括心理危机干预预防体系和危机事件善后体系的同步建设,前者有效预防和高效处理危,后者保障干预对象和危机措施实施人员的健康和发展。

参考文献

- [1] 李宁.公安民警心理危机干预体系构建的研究[D].天津大学,2017.
- [2] 韩丽芳,李亚伟,杨昕.高校朋辈支持危机干预体系的现状和趋势研究[J].科学大众(科学教育),2015(04):149.
- [3] 徐建俊.现代高职院校“两全覆盖”理念下大学生心理危机干预体系的构建——以淮安信息职业技术学院为例[J].黑龙江教育学院学报,2013,32(10):106-108.
- [4] 胡瑞.军校突发事件青年学员心理危机干预研究[D].国防科学技术大学,2012.
- [5] 董秀娜,汤晨杰,陆金龙.大学生极端心理分析与危机干预机制研究[J].教育现代化,2016,3(18):138-139+144.