上海市曹杨中学学生心理危机干预实施方案

为了更好地帮助有严重心理问题的学生度过心理难关，及早预防、及时疏导、有效干预、快速控制学生中可能出现的心理危机事件，降低学生心理危机事件的发生率，减少学生因心理危机带来的各种伤害，促进学生健康成长，特修订曹杨中学学生心理危机干预实施办法。

**一、学校成立“曹杨中学学生心理危机干预工作领导小组”**

领导小组由学校主管学生工作的校领导任组长，成员由政教处、年级组、团委、总务处，校医等单位负责人担任。学生心理危机干预工作领导小组的职责是：全面规划和领导我校学生心理危机干预工作，督促有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。

成立学生心理危机鉴定与干预评估小组，负责对学生心理危机进行评估，制定危机事件处理方案，实施危机风险化解。学生心理危机鉴定与干预评估小组由3—5人组成。

各年级的学生心理危机干预工作由年级组长负责，全体教职员工均有责任和义务。全体心理健康教育联络员应积极协助学校负责人抓好学生心理危机干预工作。

**二、干预对象**

存在心理危机倾向与处于心理危机状态的学生是我们关注与干预的对象。确定对象存在心理危机一般指对象存在具有重大影响的生活事件，情绪剧烈波动或认知、躯体或行为方面有较大改变，且用平常解决问题的方法暂时不能应对或无法应对眼前的危机。

对存在下列因素之一的学生，应作为心理危机干预的高危个体予以特别关注：

1．情绪低落抑郁者（超过半个月）；

2．过去有过自杀的企图或行为者；

3．存在诸如学业失败、躯体疾病、家庭变故、人际冲突等明显的动机冲突或突遭重挫者；

4．家庭亲友中有自杀史或自杀倾向者；

5．性格有明显缺陷者；

6．长期有睡眠障碍者；

7．有强烈的罪恶感、缺陷感或不安全感者；

8．感到社会支持系统长期缺乏或丧失者；

9．有明显的精神障碍者；

10、存在明显的攻击性行为或暴力倾向，或其它可能对自身、他人、社会造成危害者。

对近期发出下列警示讯号的学生，应作为心理危机的重点干预对象及时进行危机评估与干预：

1．谈论过自杀并考虑过自杀方法，包括在信件、日记、图画或乱涂乱画的只言片语中流露死亡的念头者；

2．不明原因突然给同学、朋友或家人送礼物、请客、赔礼道歉、述说告别的话等行为明显改变者；

3．情绪突然明显异常者，如特别烦躁，高度焦虑、恐惧，易感情冲动，或情绪异常低落，或情绪突然从低落变为平静，或饮食睡眠受到严重影响等。

**三、预防教育**

立足教育，重在预防，结合住宿学生特点，做好学生心理危机干预工作。班主任和辅导员应对学生进行生命教育，引导学生热爱生活，热爱生命，善待人生；应对学生进行自我意识教育，引导学生正确认识自我，愉快接纳自我，积极发展自我，树立自信，消除自卑；应对学生进行危机应对教育，让学生了解什么是危机，人们什么情况下会出现危机，同学们的哪些言行是自杀的前兆，对出现自杀预兆的同学如何进行帮助和干预。

学校在学生中大力普及心理健康知识，引导学生树立现代健康观念，针对学生中广泛存在的环境适应问题、情绪管理问题、人际交往问题、学习方法问题等开展教育；组织形式多样的心理健康教育活动，在学校形成良好的心理健康氛围；通过主办主题鲜明的特色班会，帮助学生优化个性心理品质，增强心理调适能力，提高心理健康水平。

**四、早期预警**

做好学生心理危机早期预警工作，做到对学生的心理状况变化早发现，早通报，早评估，早治疗，信息畅通，快速反应，力争将学生心理危机的发生消除在萌芽状态。

* 建立学生心理健康普查和排查制度。

1．心理健康教育办公室每年对全校学生进行心理健康测评，根据测评结果筛选出心理危机高危个体，与学校心理健康教育联络员一起对这些学生做好危机的预防与转化工作。

2．学校每年对五类重点人群进行有针对性的排查：①对不能正常毕业学生的排查；②对高一年级第一次不及格学生的排查；③对高二、高三年级学生多门不及格学生的排查；④对经济特别困难学生的排查⑤对心理压力太大学生的重点排查。排查结束后学校要把存在心理危机的学生名单交到曹杨中学学生心理危机干预工作领导小组。

建立学生心理健康汇报制度。为掌握全校学生心理健康的动态发展，随时掌握高危个体的心理状况，学校建立学生心理问题报告制度。

1．班主任要随时掌握全班同学的心理状况，对班上学生的心理状况每周向年级组长汇报一次，发现同学有明显的心理异常情况要及时向所在班级心理健康教育联络员汇报，并填写《班级学生心理健康状况表》上交学校。

2．辅导员要深入学生住宿生活之中，及时了解学生的心理健康状况。宿管部负责人每周一次向学生辅导员了解全校学生心理健康变化情况。要每月填写一次《住宿学生心理健康状况表》交曹杨中学学生心理危机干预工作领导小组。

3．学校发现有学生心理问题迅速恶化或新发现有严重心理问题的学生，应将该生的情况迅速以电话的形式上报，并在24小时内以书面形式向曹杨中学学生心理危机干预工作领导小组报告。

4．对学生中存在的严重的心理危机、发生的心理危机事故及其处理情况，应及时向学校学生心理危机干预领导小组汇报。

* 建立医务学生心理危机报告制度。校医务室应将有心理危机前来求医的学生的相关信息记载清楚，并在24小时内以书面形式报告给曹杨中学学生心理危机干预工作领导小组。
* 建立心理咨询老师学生心理危机报告制度。

心理咨询老师在心理咨询室值班期间发现学生存在心理危机，应在24小时内将相关信息以书面的形式报告给曹杨中学学生心理危机干预工作领导小组。

* 建立学生心理危机评估制度。心理危机评估小组对学校、校医务室、心理咨询老师等报告上来的存在心理危机的学生进行及时的心理危机风险评估。不确定或评估困难的，可邀请心理危机专家进行评估。
* 建立《学生心理危机预警对象库》录入制度。曹杨中学学生心理危机干预工作领导小组建立《学生心理危机预警对象库》，将全校有心理危机倾向及需要进行危机干预的学生信息录入其中，实行动态管理。
* 建立学生心理健康信息反馈制度。学生心理危机干预工作领导小组及时将全校学生的心理健康状况、进入《学生心理危机预警对象库》中的学生名单、学生心理健康测评和排查结果、上报的有心理危机倾向的学生的心理评估结果和通过其它途径获取的有心理危机倾向的学生名单及其心理评估结果等相关信息反馈给学校。

**五、危机干预**

对于名单进入《学生心理危机预警对象库》的学生或突发心理危机的学生，学校根据其心理危机程度实施心理危机干预。其危机程度由心理危机评估小组确定。

* 建立支持系统。

学校要通过开展丰富多彩的文体活动丰富学生的课余生活，培养他们积极向上、乐观进取的心态，在学生中形成团结友爱、互帮互助的良好人际氛围。全体教师尤其是辅导员应该经常关心学生的学习生活，帮助学生解决学习生活上的困难，与学生交心谈心，做学生的知心朋友。学生干部对有心理困难的学生应提供及时周到的帮助，真心诚意地帮助他们度过难关。动员有心理困难学生的家长、朋友对学生多一些关爱与支持，必要时要求学生亲人来校陪伴学生。

* 建立治疗系统。

对有心理危机的学生应进行及时的治疗。对症状表现较轻危机程度不高者，以在校接受心理咨询或到上级医院等专业机构接受心理治疗为主，可辅以药物治疗。对症状表现较重者必须在医院等专业机构接受药物治疗的基础上在校或在相应的专业机构接受心理咨询。对症状表现严重、危机程度很高者，必须立即将其送医院等专业精神医院治疗。

* 建立阻控系统。

对于学校可调控的引发学生心理危机的人事或情景等刺激物，协调有关部门及时阻断，消除对危机个体的持续不良刺激。对于危机个体遭遇刺激后引起紧张性反应可能攻击的对象，学校应采取保护或回避措施。心理老师、医务老师在接待有严重心理危机的学生来访时，在其危机尚未解除的情况下，不让学生离开，并立即报告给学生心理危机干预工作领导小组及学生所在年级。

* 建立监护系统。

对有心理危机的学生在校期间要进行监护。

1．对心理危机程度较轻，能在学校正常学习者，学校成立以班主任、学生干部为负责人的不少于三人的学生监护小组，以及时了解该生的心理与行为状况，对该生进行安全监护。监护小组及时向学校汇报该生的情况。

2．对于危机程度较高但能在校坚持学习并接受治疗者，学校将其家长请来学校，向家长说明情况，家长如愿意将其接回家治疗则让学生休学回家治疗，如家长不愿意接其回家则在与家长鉴定书面协议后由家长陪伴监护。

3．经心理危机评估小组或心理健康专家评估与确认有严重心理危机者，学校及时通知学生家长立即来校，并对学生作休学处理，让家长将学生接回家或送医院治疗。在学校与学生家长作安全责任移交之前，学校对该生作24小时特别监护。对心理危机特别严重者，学校派人协助保卫人员进行24小时特别监护，或在有监护的情况下送医院治疗。对于出现危机事故的学生在医院接受救治期间，学校亦指派相关人员根据医院要求在病房进行24小时特别监护。

* 建立救助系统。

曹杨中学学生心理危机干预工作领导小组开通“心灵之声”心理热线电话，派专人值班，便于对发出危机求救的学生进行紧急心理援助。对于突发学生自伤自毁事故的紧急处理，学生所在学校的负责人在闻讯后立即赶赴现场，并立即报告给总务处、校医务室、心理辅导室等部门。上述各部门在接到通知后派人立即赶到现场，进行紧急援救。特殊情况下，学校可先将学生紧急送医院治疗，然后向有关部门汇报。

* 现场紧急救助各部门职责如下：

1．心理危机干预工作领导小组负责现场的指挥协调；

2．总务处负责保护现场，配合学校对当事人实施生命救护，协助有关部门对事故进行调查取证，配合学校及医疗部门对学生进行医疗救护过程中的安全监护；

3．校医务室负责对当事人实施紧急救治，或配合相关人员护送其转至相关医院住院治疗；

4．心理辅导室负责制定心理救助方案，实施心理救助，稳定当事人情绪。

**六、后期跟踪**

因心理危机而休学的学生申请复学时，除按学校学生学籍管理办法办理外，还应向所在学校出具学校认可的心理疾病康复证明。

学生复学后，学校对其学习生活进行妥善安排，帮助该生建立良好的支持系统，引导同学避免与其发生激烈冲突。班主任对其要密切关注，了解其心理变化情况。辅导员、心理辅导员每月与其谈心一次，并通过周围其他同学随时了解其心理状况，在每月填写一次的《学校学生心理健康状况表》里向曹杨中学学生心理危机干预工作领导小组报告该生的心理状况。

曹杨中学学生心理危机干预工作领导小组要根据学校提供的情况，组织心理老师和专家定期以预约咨询或随访咨询的形式，对这些学生的心理健康情况进行鉴定，并将鉴定结果及时反馈给学生所在班级。

对于因有强烈的自杀意念或自杀未遂休学而复学的学生，学校要对他们给予特别的关心，安排班主任、辅导员、学生干部等对其密切监护，制定可能发生危机的防备预案，随时防止该生心理状况的恶化。对他们保持密切的关注，组织心理老师和专家对其进行定期跟踪咨询及风险评估。

**七、工作制度**

做好学生心理危机干预工作是一个系统工程，是一项长期任务，为切实做好这项工作，特建立以下几项制度：

1．培训制度。对心理老师、班主任、辅导员、年级组长等实行定期培训。

2．备案制度。学生自杀事故发生后(含已遂和未遂)，学生所在班级在事故处理后应将该生的详细材料(包括遗书、日记、信件复印件)提供备案，填写《学生危机事故情况表》。学生因心理问题需退学、休学、转学、复学的，学校亦将其详细材料报学生心理危机干预工作领导小组。

3．鉴定制度。学生因心理问题需退学、休学、转学、复学的，其病情应经心理咨询专家组鉴定，或到由学校指定的专业医院进行鉴定。

4．保密制度。参与危机干预工作的人员应对工作中所涉及干预对象的各种信息严格保密。

**八、责任追究**

全校各部门尤其是参与危机干预工作的各部门及其工作人员，严格服从指挥，统一行动，认真履行自己的职责。对因自己的失职造成学生伤害事故的，要对其实行责任追究。具体说来，在下列情况下要追究责任：

1．危机事件处理过程中需要某些负责人协助而相关负责人不服从协调部门指挥的；

2．参与危机干预事故处理的部门，在接到学生心理危机事故报案后，拖延时间不能及时赶到现场，或在现场不配合、不服从统一指挥而延误时机的；

3．校医务室在相关部门出具了证明的情况下因经费问题拒绝对学生实施紧急救治的。

**九、其他**

各年级、班级在开展危机干预与危机事故处理过程中，做好资料的收集与证据保留工作，包括与相关方面打交道的重要的电话录音、谈话录音、记录、书信、照片等。

各年级、班级应针对学生的实际情况，本着教育为主、及时干预、跟踪服务的原则，制定好学生心理危机干预工作的具体措施，畅通学生心理危机的早期预警通道，经常性地对有心理问题的学生进行逐一分析。对学习困难学生、经济困难学生、适应困难学生、突然遭受重大打击等的学生给予特别关注，随时掌握心理危机高危学生的心理变化。

2017年9月

危机干预个案资料

个别心理咨询推荐表

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 姓名 | 小李 | 班级 | 高二（2）班 |
| 家庭住址： |  | | |
| 联系方式： | （手机）（固定电话） | | |
| 推荐理由：  与父亲关系较差。  高一时，班主任约见父亲，在回家的路上乘父亲开车，用手勒父亲的脖子。  高二：心理很消极，第一次月考成绩不理想，情绪波动大。之后，他在晚自习课上拿手机，被老师没收，苦苦哀求班主任还给他。他之前用老年机，缠着爸妈换了现在的手机。  学生性格：性格敏感，怕同学不愿与自己交往，渴望被关注但又害怕被关注。做事喜欢推托，自我否定的状态，想要活在虚拟的世界，长时间沉迷，心理阴暗，报复心理很强，父母犯一点错都要斤斤计较。看很多书，会自我调节。  家庭情况：父亲很强势，很爱他，但喜欢讲大道理，让他发现自身的错误。每天跟他聊天到十一二点，作业未完成。  冲突发生：昨天晚上，父亲跟他聊天，与父亲动手，摔桌子  推荐老师：张燕  推荐日期：2017年12 月1日 | | | |
| 干预措施：  约见家长  对学生进行个别辅导。  心理老师：殷瑛  日期：2017年 12月 1 日 | | | |

上海市曹杨中学心理室

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 心理咨询记录 | | | | | | | | | | | | | |
| 2017年5月9日10时20分—14时00分 | | | | | | | | | | | | | |
| **来访者姓名** | 小李 | **班级** | 高二（2） | | | **性别** | | 男 | | **年龄** | | 17 | |
| **咨询次数** | 第1次 | **住址** |  | | | | | **电话** | |  |  | | |
| **来访者人际资源情况** | **称谓** | **年龄** | **工作单位** | | | | | **职务** | |  | **关系状态** | | |
| 父亲 |  |  | | | | |  | |  |  | | |
| 母亲 |  |  | | | | |  | |  |  | | |
|  |  |  | | | | |  | |  |  | | |
| **咨询缘由** | 与父亲闹矛盾，到校后情绪激动，面目狰狞，被班主任带到心理室 | | | | | | | | | | | | |
| **来访者自述：**  在与父亲的关系中，内心非常矛盾和痛苦，觉得那个人不是自己的父亲，现在只是想利用他，因为没有他自己就没法活下去。有时有杀父亲的冲动，但是现在还打不过他，有时想着等他睡觉时一刀捅死他。有时也想自杀，初中时曾发生类似事情，差点要跳下去了，但是害怕死不了，成了残废，反而更痛苦。  对自己的认识非常消极负面，觉得自己内心很阴暗，情商很低，很懒，不想努力。觉得内心阴暗的部分才是真正的自己。  与人交往时，在同学面前要装作很开心的样子，害怕别人不喜欢自己，但其实自己很傻，高一后来才知道班级同学都不喜欢自己。 | | | | | | | | | | | | | |
|
|
|
| **咨询过程：**  1、对来访者的情绪表示充分的接纳，接纳他对父亲的愤怒，和内心的矛盾痛苦，让他充分宣泄内心的苦闷，帮助他接纳自己，对于他能够理智处理与父亲的矛盾表示欣赏和支持，也对他在感觉到绝望的情况下依然保持活着的勇气表示赞赏，给予充分的心理支持。  2、了解来访者的心理需求，来访者与父亲的矛盾存在于父亲不能理解他的情绪，他希望自己有消极情绪或者表现不好的时候能够获得父亲的理解和支持，但是父亲却对他讲大道理，认为他不应该有负面情绪。另外，他不想父母对自己有太多干预，认为父亲不要管自己，自己也可以学好。  3、危机干预：将李嘉峥的情况上报政教处，并给李嘉峥留下咨询师的手机号码，让他有特殊情况时联系咨询师。  4、在年级组、政教处的协调下，由班主任帮助他们父子制定行为协议，李嘉峥负责管理好自己的生活习惯，父亲则对他不做过多干预。 | | | | | | | | | | | | | |
|
|
|
|
|
|
|
| **咨询效果与建议：**  本次咨询帮助来访者度过一次心理危机，但是家庭矛盾的隐患依然存在，因此，个案还需要跟踪处理。 | | | | | | | | | | | | | |
|
|
|
|  |  |  | |  |  | |  | | 咨询员：殷瑛 | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 心理咨询记录 | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2017年6月1日15时00分—17时20分 | | | | | | | | | | | | | | | |
| **来访者姓名** | | 小李父亲 | | **班级** | | 高二（2） | | | **性别** |  | | **年龄** | |  | |
| **咨询次数** | | 第1次 | | **住址** | |  | | | | **电话** | |  |  | | |
| **来访者人际资源情况** | | **称谓** | | **年龄** | | **工作单位** | | | | **职务** | |  | **关系状态** | | |
| **父亲** | |  | |  | | | |  | |  |  | | |
| **母亲** | |  | |  | | | |  | |  |  | | |
|  | |  | |  | | | |  | |  |  | | |
| **咨询缘由** | | 班主任推荐 | | | | | | | | | | | | | |
| **来访者自述：**  因为自己是老来得子，所以对儿子要求较高。自己年轻时忙着工作，李嘉峥从小是跟着保姆长大，保姆从小对他很溺爱，所以儿子对负面情绪的承受能力偏弱，初中时把全职保姆辞了，夫妻二人带孩子。  夫妻二人在教育方法上存在差异，妻子比较看重孩子的学习和成绩，自己更看重孩子的为人处世，兴趣爱好，偏重于精神世界，希望家人有时间一起出去旅游，在家多沟通，增进相互的感情。  儿子思想很消极，状态不好，喜欢玩手机、上网交友，晚上很晚才睡觉，第二天起不来，妈妈去叫就很烦。脾气不好，与父母发生冲突时喜欢摔东西，曾经把电视机砸了，喜欢在房间敲桌子，发出很大的声音。  自己也不想管，但是对未来感到焦虑。  希望学校不能放弃自己的儿子。 | | | | | | | | | | | | | | | |
|
|
|
| **咨询过程：**   1. 给予来访者充分的倾听和共情，让其充分宣泄烦恼。 2. 澄清来访者的心理需求：在与儿子的关系上，我感到来访者非常的无奈，教育失效，但是迫于对未来的焦虑，来访者依然坚持自己的教育方法。他害怕放松了对儿子的管教，儿子就不能正常上学，变成废人。在他内心，他很渴望与儿子与家庭连接。 3. 建议：与妻子在教育方法上达成一致，否则在儿子内心会产生矛盾冲突。另外，在对儿子的要求上要适当放宽，注意沟通方式，尊重儿子的想法和感受。 | | | | | | | | | | | | | | | |
|
|
|
|
|
|
|
| **咨询效果与建议：**  来访者比较配合咨询，能够真实地表达自己的问题，但是来访者比较坚持自己的想法，不愿意在教育方法上作出让步和改变。 | | | | | | | | | | | | | | | |
|
|
|
|  |  | |  | |  | |  |  | | | 咨询员：殷瑛 | | | |  |