

“四心”干预模式下重点学生筛查与预警体系的构建研究

陈天军

武昌首义学院心理咨询中心

摘要: 随着经济社会飞速发展及成长环境持续变化,学生心理健康问题更加凸显。高校健全“四位一体”的学生心理健康工作体系、完善家校社多部门协同联动的学生心理健康工作格局势在必行。尤其是做好重点学生筛查与预警,是高校心理育人工作的一项职能。以知识慧心、咨询贴心、干预润心、保障护心而组成的“四心”干预模式,加强了心理健康教育工作的科学性与有效性,促进了学生身心健康协调发展。

关键词: 四心干预模式;心理健康素养;及早发现能力;危机处置能力

【DOI】10.12252/j.issn.2096-627X.2023.08.226

随着经济社会飞速发展,学生成长环境持续变化,加上新冠疫情叠加影响,学生心理问题更加凸显。如何坚持健康第一的教育理念,落实立德树人的根本任务,健全心理问题预防和监测机制,遏止心理问题危机事件发生,成为高校心理育人工作的重中之重。在心理健康教育研究和实践过程中,逐渐摸索出知识慧心、咨询贴心、干预润心,保障护心的“四心”干预筛查模式,切实增强了心理健康教育工作科学性与有效性,较好提升了学生的心理品质与意志品质,有效遏止了心理问题危机事件的发生。

一、知识慧心,提升心理健康素养

教育部等十七部门下发的《全面加强和改进新时代学生心理健康工作专项行动计划(2023—2025年)》(教体艺〔2023〕1号)(下称《专项行动计划》)文件中指出,普通高校要开设心理健康必修课,原则上应设置2个学分(32—36学时),有条件的高校课开设更多样、更有针对性的心理健康选修课。学校根据文件要求,将大学生心理健康教育课纳入教学计划和培养方案,实行学分制管理,切实发挥心理健康教育课程教学主渠道作用。为此学校专门成立心理健康教育教研室,全面负责学校心理健康教育教学工作。

1. 加强必修课程建设。以教育部办公厅下发的《普通高等学校学生心理健康教育课程教学基本要求》为指导,在全体教师多轮次的教学实践与精心打磨后,组织精干教师力量编写了《大学生心理健康教育》一书作为心理健康教育课的指定教材发放给学生。其次组织对所有上课教师进行理论学习、集体备课、轮流试讲等系统培训,经考核合格后才能走上讲台担任授课教师;最后根据学生需求,着重讲授包括生命教育、恋爱观教育、

性健康教育、抗挫折教育等基本内容,也涵盖心理问题识别、心理危机处置等基础知识,更要着重培养大学生心理自助和求助的意识与能力,本门课程做到大一学生课堂教学全覆盖。

2. 优化选修课程体系。通过开设内容丰富、形式多样的选修课,能极大满足学生日益增长的多样化心理需求;同时选修课的教学方式更加丰富多彩,可以倡导采取互动式、体验式、分享式教学模式,更能吸引学生的关注与兴趣,开设心理健康教育选修课将成为心理健康教育教学工作的必要补充和重要支撑。根据学生的实际需求与学校教师的个人研究喜好,既开设《大学生职业生涯规划与就业指导》《大学生健康教育》等线下选修课程,同时也采用超星系统开设《大学生恋爱与性健康》《恋爱心理学》等多门线上课程,充分调动了学生的积极性与参与度,满足学生心理需求多样化与针对性,进一步提升了课堂教学效果,较好的丰富了学生的心理健康知识。

3. 创新心理实践活动。通过大数据了解学生们最需和最感兴趣的话题后,中心组织专业教师制作包括“何谓强迫症”、“什么是厌世”、“悦纳自己”、“考试周的压力调适”、“致内向的你”、“不是手机成瘾”、“老好人是一种心里缺陷”、“真正的接纳自己”、“缺乏安全感一是对被伤害的恐惧”、“处理创伤的能力”等十大主题的《心理常识科普手册》免费发放给全体学生阅读;每年还坚持开展丰富多彩、形式灵活多样的主题教育活动,如定期新生团体拓展、心理情景剧汇演、525心理健康教育月、心理知识竞赛、心理主题班会评比等,努力培养大学生乐观开朗、积极阳光的心态,构建热情友善、理解包容的积极人际关

系，引导学生建立起良好的社会支持网络。

通过课堂理论教学，辅导以心理实践活动，丰富了学生心理健康知识，帮助学生掌握心理健康技能，树立学会自助、善于求助、乐于互助的意识，理性面对困难和挫折，增强了心理健康素质，提升了心理健康素养。

二、咨询贴心，提高及早发现能力

《教育部办公厅关于加强学生心理健康管理工作的通知》（教思政厅函〔2021〕10号）（下称《通知》）文件中指出：加强过程管理，提升及早发现能力和日常咨询辅导水平。心理咨询是帮助学生调节心理问题、走出心理困惑的主要手段，更是发现重点学生、识别高危群体的重要窗口，因此做好心理咨询工作也是心理预警与筛查的重要一环。

1. 大力提高心理中心知晓率与学生求助意愿。树立正确的宣传舆论导向，引导学生增强自我求助意识，降低学生病耻感，愿意主动走进心理中心，寻求心理帮助。因此心理中心组织专业力量制作中心宣传册与心理微视频，辅导员在晚点名期间专门介绍引导，并在学校网站、学生食堂、学校官微、学校广播等平台进行循环播放；同时制作印刷含有心理咨询中心地址与预约电话的书签、水笔以及笔记本等纪念品，免费发放给学生，做好宣传普及告知工作。通过各种宣传与引导，使同学们逐步树立了“学会自助、善于求助、乐于互助”的“三助”理念，并能了解心理咨询、走进心理中心，接受心理辅导，增加学生求助意愿。

2. 着力提升心理咨询服务水平。心理咨询服务能力是心理咨询教师的核心能力与重要素质，也是心理健康教育工作中最核心的一项工作，尤其是专业的咨询服务能够发现学生是否有精神疾病史，是否有自杀自伤等问题，这将直接影响重点学生的筛查与预警结果。因此提升心理咨询教师的理论水平，定期为咨询教师提供专业心理督导是保证咨询师专业性与敏感性的重要保证。咨询教师在咨询服务中专业专注，理解尊重，为学生提供帮助与辅导，获取学生的认同与认可，保证个案不随意流失，这样既提高学生咨询“愿意率”，更提高学生咨询“回头率”。通过咨询服务，引导学生科学认识心理行为问题和心理疾病对健康的影响，逐步消除学生对心理疾病的病耻感，引导心理异常学生积极寻求专业心理咨询和治疗，这样也更容易做好重点学生的筛查工作。

3. 努力探索心理咨询多样化方式。受疫情因素居家

学习的影响，学生对远程在线咨询的需求增多；外出实习、社会实践的学生，也会碰到不少问题需要求助；部分敏感多疑、特别在乎个人隐私的学生等，希望能够保密进行线上交流。据此适时开通了QQ文字输入、QQ语音、电话等远程在线咨询咨询服务，通过网络来帮助他们答疑解惑，来及时满足学生的需求，解决心理问题，做好远程心理辅导。

4. 不断提供主题鲜明团体辅导活动。心理团体辅导活动是对个体咨询一种有益的补充，有其独特的优势。通过团体辅导活动，帮助学生通过一系列心理互动活动，来探讨自我、改善人际、解决生活中实际的问题。针对不同群体，先后开展新生班级凝聚力、班团干部管理能力提升、毕业生考研焦虑、求职面试辅导等多种团体辅导活动，在互动中思考，在活动中成长；同时通过学生个体在团体中“不一样”的表现，也能及时发现“不一样”的学生，帮助我们及时发现重点和高危学生群体。

通过适时开展心理咨询、团体辅导等一系列服务活动，有利于重点学生的早发现、早诊断、早应对，增强了心理筛查与预警的针对性与有效性。

三、干预润心，增强危机处置能力

《专项行动计划》中指出：构建完整的学生心理健康状况监测体系，加强数据分析、案例研究，强化风险预判和条件保障。地方教育部门和学校要积极开展学生心理健康监测工作。因此学校要始终坚持预防为主，关口前移，定期开展心理健康测评工作。

1. 定期开展心理健康测评。每年3月、9月，心理中心固定组织新老生心理测评工作。按照教育部相关要求，结合学校实际情况，每年面对全体新生开展心理健康测评，做到新生全覆盖，测试量表为大学生人格问卷（UPI）；针对老生中的不同年级，根据实际情况选用合适量表（症状自评量表、抑郁自评量表等），并适时适度增加测试频次以及测试范围。合理运用测试结果，及时筛查高危学生，这是心理健康测试工作的核心。结合测试结果，主要通过开展分类访谈、重点建档、结对帮扶、危机干预等四项举措做好重点人群的跟踪管理工作。在测试系统筛查筛选重点人群后，中心将再次对数据结果进行核验、复审与筛查，综合考虑测试时间、测试分数、关键因子得分等因素，有的放矢的进一步增减重点人群。确定重点人群后，中心将邀请这批学生进行

心理访谈。访谈是确认测试结果、判断高危人群的重要手段。访谈主要围绕学生的家庭关系、精神病史、自杀风险以及重大挫折等方面与学生进行沟通。根据访谈结果，高危人群、精神疾病类学生专门填表登记，然后由中心审核后及时反馈学院，做到早发现、早预警、早处置。

2. 压实四级预警机制。测试数据是判断心理问题、发现高危人群的一个重要参照，真正及时发现危机线索，及时化解高危风险，还是要发挥着力发挥学校一学院一班级一宿舍四级网络预警能力，调动他们的主动性与能动性，前瞻性与创造性的开展各项工作。尤其重点依托班级心理委员、学生寝室室长、辅导员、学院兼职心理教师等群体，重点关注面临学业困难、就业考研压力、家庭贫困、情感危机、家庭重大变故、校园霸凌等风险因素学生；同时坚持要求辅导员至少每周两次深入学生宿舍，了解学生心理状况，提醒学生按时服药定期复诊，做好人文关怀与心理疏导。

3. 落实与学院联系制度。中心一直坚持专职教师对口学院包干制度。每周至少一次下学院联系反馈，与分管学生工作的党总支书记、副书记、辅导员一起召开联席会议，反馈咨询重点学生情况，协商心理疾病学生跟踪管理，研判危机学生个案，制定帮扶方案，给予专业建议与处理意见。

4. 增强家校医联动合力。及早发现学生严重心理健康问题，网上网下监测预警学生自伤或伤人等危险行为，畅通预防转介干预就医通道，及时转介、诊断、治疗。心理中心根据工作实际协助学院、辅导员定期与心理重点学生家长进行及时沟通反馈，重点做好精神疾病在校服药学生跟踪服务工作，并与家长保持沟通及时反馈学生在校心理状态，争取家长支持，家校共育；畅通学生就医渠道，与心理医院签订就医协议，做好重点学生的转断与治疗，医校协同。

四、保障护心，加大综合支持力度

《通知》文件中明确要求：加强保障管理，加大综合支撑力度。高校一定要配齐建强骨干队伍，同时要落实场地和经费保障，满足学生心理健康工作需要。

1. 加强组织领导。高校要高度重视心理健康教育，将心理工作纳入人才培养体系之中。学校要成立由分管学生工作的党委副书记为组长、多部门共同参与的心理健康危机干预工作领导小组，统筹协调，明确职责；

2. 落实基础投入。学校严格对照省教育厅关于达标中心建设标准的要求，落实人、财、物、地，保障工作经费投入。建有心理咨询室、心理宣泄室、音乐治疗室、沙盘游戏室、身心放松室、心理督导室、团体辅导室等，功能齐全、设施完备，基本能满足学生对咨询场所的需求；按照师生比不低于1:4000的比例配备心理健康教育教师，专人专干；还严格落实每年生均15元的专项经费投入到心理健康教育工作，专款专用。

3. 加强队伍建设。充分保证专职教师的培训与督导经费，提高专职教师理论素养与专业技能；加强对学生骨干、辅导员、宿管保卫人员辅导培训工作，提高各支队伍的危机处置能力。

结束语

高校始终把身心健康作为学生全面发展的前提和基础，统筹教材、课程、咨询、活动、讲座等建设，健全健康教育、监测预警、咨询服务、干预处置“四位一体”的学生心理健康工作体系，完善学校、家庭、医院协同联动的学生心理健康工作格局，切实把学生心理育人工作放在学校工作的重要位置，以情动人、以心促行，有效遏制了学生心理危机恶性事件发生，提高了心理健康教育工作水平，促进了校园安全和谐稳定。

参考文献

[1] 教育部等. 全面加强和改进新时代学生心理健康工作专项行动计划(2023-2025年), 2023年4月20日。

[2] 刘瑾辉. 基于课程与咨询实践的心理健康筛查模式探索, 广东技术师范大学学报, 2020年第四期。

[3] 霍娟娟. 大学生心理问题高危群体筛查及疏导机制研究. 时代教育, 2015年年第2期。

[4] 李焰、杨振斌. 我国高校心理健康教育的特色. 中国高等教育, 2020年第8期。

[5] 江光荣主编. 大学生心理健康素养. 湖南师范大学出版社, 2020年8月第1版。

[6] 韩培主编. 大学生心理健康教育. 世界图书出版公司, 2014年6月第1版。

项目来源: 2022年湖北省教育厅哲学社会科学专项任务项目(高校学生工作品牌)心理健康教育工作精品项目(22Z453)。

作者简介: 陈天军, 男, 1980年5月出生, 汉族, 湖北荆门人, 大学本科毕业, 研究方向为高校心理健康教育。