

中小学心理高危学生筛查的实践研究

赵晶晶

玉环市实验学校

[摘要]大量事实与科研结果证明,正在成长发育中的中小學生由于身心发展或成长环境的特殊性,是心理危机的高发人群,对于学校教育来说,如何关注这部分学生的心理健康状况,有效减少心理危机发生率,是体现新时期学校心理健康工作实效性和针对性的重要指标。建立完备的心理高危人群筛查和管理体制已是各校必须建立的教育管理制度。而心理高危学生的筛查工作是高危学生管理工作的前奏曲,如何科学有效地筛查心理高危学生需要我们悉心深入地探索。

[关键词]心理高危; 筛查; 实践

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6261.2021.11.1127

近年来,我省在校学生自杀事件屡屡发生,而且呈现出以下特征与趋势:一是每年都有发生并逐年增多;二是范围广,几乎每地皆有;三是向低段学生蔓延,原来大学生和高中学生居多,现在初中生则最为严重,小学生也时有发生;四是类型多,危机事件不仅是自杀,还有自残、神经症、抑郁等各级各类心理问题和疾病等。

虽然中小學生心理危机事件不断发生,现状令人担忧,但各中小學校普遍缺乏有针对性的心理危机预警机制与心理高危学生的筛查措施。自2015年起,省教育厅办公室连续印发了关于全面建立中小學生心理危机识别与干预制度等多个文件,各中小學校开始了心理高危学生的筛查工作,并要求每年在规定时间内将心理高危学生名单及干预方案上报省市县心理健康指导中心办公室进行备案。

一、心理高危学生

美国心理学家卡普兰提出,心理危机是“当个体面临突然或重大生活逆境时出现的心理失衡状态。”而学生心理危机是指学生在遇到某一事情或境遇后,无法用自己的资源和能力去应付和解决,而出现情绪情感、认知和行为方面的功能失调,比较极端的表现是自杀、轻生、他伤等,给学生的成长及家庭、学校社会带来较大的损失和影响。

心理危机按照严重程度的不同可分为三类:一般、严重和重大心理危机,严重心理危机和重大心理危机的学生则列为心理高危学生。

二、中小学心理高危学生筛查的组织架构

学校心理高危学生的筛查工作需要建立一个组织体系来保证其有序运行,组织架构包括校长室、政教处、教务处、心理辅导站以及班主任,组织内各成员各司其职:

1. 校长室:重视和落实心理高危学生的筛查工作,统一

学校老师思想,提高心理健康全员意识,推进行政支持。

2. 政教处:分配筛查工作任务,明确各部门在筛查工作中所要承担的责任。

3. 教务处:统筹安排利用信息课统一施测,做好与信息课老师的协助沟通工作。

4. 心理辅导站:做好筛查工作的前期准备,统一对学生上进行上机心理测评,做好筛查结果的信息整理和约谈工作,评估心理危机程度,确定心理问题性质,制定干预方案,上报心理高危学生名单至市心理健康指导中心办公室。

5. 班主任:做好配合工作,教育学生认真对待心理测评。及时提供给心理辅导站相关心理高危学生的信息以便更加全面地收集信息作出评估和诊断。

三、中小学心理高危学生筛查的途径

心理高危学生筛查的途径可以多样化,一般可包括心理普查、班主任和心理委员观察反馈、心理咨询中发现、父母咨询反馈等。

(一) 心理普查

心理高危学生筛查最主要的途径是依托心理普查来进行。心理普查涉及到量表选用,根据实践经验,小学三年级至初中学生建议可使用MHT量表进行测验;高中生建议使用《症状自评量表(SCL-90)》,通过心理普查来识别学生的心理危机,筛选出有心理异常的学生,作为关注的对象纳入心理危机预警库。

(二) 观察反馈

班主任老师和心理委员作为学校中与学生群体接触最频繁的群体,在班级里便于观察和关注学生的心理状况,及时发现学生的异常心理,纳入学生的心理危机预警库。

(三) 咨询发现

类别	时间	筛查途径	对象	实施程序	第一筛查者	筛查依据
常态筛查	每年3月和9月份	量表测评、约谈、班主任上报、心理委员上报等	全体	自上而下	心理老师	提供量表数据化信息
动态筛查	全程	班主任上报、咨询发现、心理委员上报等	特殊个体(特定群体)	自下而上	预警机制中最基层人员	行为观察的描述(表现症状)
应急筛查	不确定	家长、班主任、心理教师	应急事件当事人	自下而上	家长、班主任	事件与行为观察

表1

心理老师通过学校常规的个别心理辅导工作中可以有效地识别心理异常的学生,如有严重心理问题或心理障碍的学生。

(四) 父母反馈

父母在平时与孩子接触和沟通中发现学生有异常行为的及时与学校取得联系,提供学生的基本信息及表现症状,共同商定干预的措施和方案。

此外,筛查的途径可以更加广泛,如还可通过任课老师、学友、家长、亲戚等来了解;班级学生心理晴雨表的上报、寝室生活老师的反馈等。

四、中小学心理高危学生筛查的形式

心理高危学生的筛查,按照筛查的时段、对象的数量、实施的程序等不同将心理筛查分为“常态筛查”“动态筛查”和“应急筛查”三种形式,如表1所示:

常态筛查和动态筛查这两种方式都是主动筛查心理高危学生的过程。两种筛查方式的结合,达到互补的作用,掌握心理高危学生的筛查对象更加全面。而应急筛查是一种特殊的筛查,针对性更明显,是对前两种筛查的有效补充。

五、中小学心理高危学生筛查的基本操作流程

学校心理高危学生筛查的基本操作流程包括以下几个环节:

(一) 统筹安排

校长室召开专题会议布置筛查任务,政教处、教务处、心理辅导站等部门各司其职配合完成工作。

(二) 上机测试

心理老师做好学生信息录入测评系统的前期工作,组织学生统一上机测试,为确保学生以认真积极的态度对待测评以及所获数据的真实性和有效性,心理老师做好监督和提醒,统一施测前心理老师说明测试的规则和注意点。

(三) 初步筛选

使用问卷筛查心理高危学生需要借助测试的结果来初步了解学生的心理状况,判定测试结果的分值意义才能更加准确地利用测试的结果信息。目前筛查使用的量表主要为MHT和SCL-90,对这两个量表各分值所代表的意义做以下判定:

1. MHT: 该量表有8个内容量表,包括学习焦虑、对人焦虑、孤独倾向、自责倾向、过敏倾向、身体症状、恐怖倾向和冲动倾向。总分65分及以上表明该生情绪状况总体上不良,焦虑情绪较严重,有适应障碍。各因子分8分及以上表示在该因子上有困扰或障碍。效度分7分及以上表示测验结果不可信,必要时重新进行测验。

2. SCL-90: 该量表包括10个因子,分别是躯体化、强迫症状、人际关系敏感、抑郁、焦虑、敌对、恐怖、偏执、精神病性和其他。总分超过160分或阳性项目数超过43项或任一因子分超过2分,可考虑筛选阳性。

(四) 心理约谈

心理约谈是心理老师主动邀约通过初步量表筛查后疑似心理异常的学生。通过观察约谈学生的言行、询问适应状况、了解成长史等评估学生的心理健康状况,判定关注的等级。心理约谈采用一对一访谈的形式,从学生的语速、语调、表情、动作等多方面来观察,约谈内容可围绕学生适应状况、心理测量的高分选项,其中要特别关注有自杀意念的学生。约谈后形成约谈报告,及时向上级领导汇报,并做好保密和相关资料存档工作。

(五) 综合评估

对进入预警库的学生进行约谈后,心理老师需要对每位学生的心理危机程度做出评估,确定属于哪一类危机类型。通常从情绪、认知和行为三方面来进行评估。

1. 情感严重度评估: (1) 情绪表现与事件匹配与否: 日常生活情境与情绪体验是否匹配? (2) 情绪表现稳定程度: 消极负面的情绪维持的时间是短暂的还是长期的? (3) 情绪是否仍可以被自己控制?

2. 认知严重度评估: (1) 注意力: 注意力是集中的,还是一直沉湎于危机事件中难以自拔等。 (2) 执行功能: 有没有因为危机事件而使解决问题和决策的能力受到影响? (3) 对危机事件的认识偏离事实程度: 对危机事件的认识和感知与实际情况是相符的还是存在偏差?

3. 行为严重度评估: (1) 对事件的应对行为是否恰当: 对危机事件出现恰当还是不恰当的应对反应。 (2) 能否保持生活功能的完整: 是否能保持正常的生活功能,还是受损了? (3) 需要多大努力才能保持生活正常功能: 日常生活功能是正常的,还是减退了,还是明显受损了?

通过心理老师约谈后,对于已经判定为心理高危的学生还需做进一步诊断和鉴别。心理高危学生的约谈情况要及时与班主任和父母进行沟通,核实约谈中的信息是否属实,了解该生在学校、家里的表现。对学生进行重测确定危机症状的存在,对于难以确定危机程度的疑难特殊个案可由校长、班主任、心理老师、校外专家等成员组成评估小组,对学生情况进行研讨,并最终形成共识确定心理危机的程度。

(六) 撰写报告

约谈工作结束后撰写心理普查报告,呈现主要的的数据,如各年级的总人数、普查有效人数、进入预警人数、约谈人数、一般、严重以及重大心理问题的人数。同时对普查结果进行分析,与上个学期的数据进行对比,包括预警人数的比例、高危个体的比例、重大、严重以及一般心理问题的比例。最后部分撰写普查工作的反思,如测评及约谈中遇到的问题、经验方法的总结和反思。

(七) 上报结果

各校完成心理高危学生的筛查后上报一般、严重和重大心理危机的人数,严重和重大心理高危学生还需制定相应的干预方案一同上报至市心理健康指导中心办公室存档。

总之,中小学心理高危学生的筛查工作复杂而有难度,需要各级领导的重视和相关部门的密切配合,不仅需要专业的心理团队,更需要学生认真的态度和家长的配合,只有这样才能一起努力做好学生心理危机事件的预防工作,维护好安全的心理防护网,保障学生的健康发展和学校教学秩序的正常进行。

参考文献:

- [1] 陈志霞, 杨静. 大学生心理危机的问卷筛查与个案分析[J]. 中国青年研究, 2006(02).
- [2] 戴梅竟, 刘新军, 周曼云, 邓旭阳. 大学生心理障碍高危人群筛查方法的探讨[J]. 中国学校卫生杂志, 1997(8), 第18卷第4期.
- [3] 林建萍. 对大学生心理问题高危人群的分析 and 引导[J]. 思想理论教育导刊, 2004年第5期(总第65期).
- [4] 顾炎, 胡洁. 中学生心理障碍高危人群筛查状况的分析[J]. 中国校医, 2003(2), 第17卷第1期.