

防微杜渐早干预，三全育人治未病

——一则大学生心理问题的案例分析

苏李倩

上海财经大学浙江学院 浙江 金华 321015

[摘要]当前，高校大学生心理危机事件明显增多，重视大学生心理健康教育，构建学生心理危机早期干预帮扶体系显得愈发重要。本文通过对一名躁狂症学生案例进行分析，总结经验方法和启示，落实“三全育人”要求，探析如何进一步发展和完善高校学生心理危机早期干预工作，以期为进一步健全大学生心理健康教育体系。

[关键词]大学生；心理健康；三全育人

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6288.2021.11.285

党的十九大报告提出“加强社会心理服务体系建设，培育自尊自信、理性平和、积极向上的社会心态”，这体现了党和国家对心理健康的高度重视。随着我国高等教育大众化的发展，大学生面临着各种“史上最难就业季”的激烈竞争，在大学四年的学习生活中，各方面的压力也明显增大，由此产生的心理问题日益突出。高校作为人才培养的重要环节，在立德树人的过程中，除了专业知识外，培养心理健康的学生显得尤为重要。

一、案例背景与概述

小浪是大三学生，性格外向，自我评价极高，人际关系一般，与母亲关系差。

2021年9月3号，小浪向辅导员请假，申请外出去酒吧喝酒，辅导员不予批假，于是小浪在办公室大吵大闹。系部学工办老师及学院心理健康中心老师彻夜陪同做思想工作，终于让小浪缓和情绪。但是期间小浪仍然出现言语过多、情绪激动、行为暴躁的情况，并表明自己现在是精神病患者。次日，小浪母亲及舅舅到达学校，将其带至医院治疗。经医生诊断，小浪为躁狂症患者，医生建议小浪住院治疗一个月。然而小浪否认自己有躁狂症，极力说服母亲带其出院。小浪母亲被说服，于9月6号为小浪办理出院手续。小浪拒绝住院并坚持要求返校，辅导员再次为其家长讲解了大学生常见的心理障碍及其临床表现以及早发现、早诊断、早治疗的原则，并建议小浪家人再次带其前往医院住院治疗，最终成功说服家长。鉴于小浪同学诊断状况，考虑学生的身体健康及情绪激动时可能引起的伤人、自伤等情况，学校认为该生无法适应疫情防控常态化下学生的日常管理和正常学习生活，应遵从医嘱在家休养进行系统治疗，等康复后再行返校。建议该生家长在家期间要多关心小浪，定期带小浪复诊，监护小浪遵医嘱按时服药。

二、案例分析与应对

在这个案例中，有以下三个关键问题需要解决：（1）帮助小浪认识躁狂症并接受治疗，使其正常生活，顺利完成学业。小浪自2021年9月3日在市心理医院诊断为躁狂症后，否认自己有躁狂症，拒绝医生提出的需要住院治疗的建议，

执意出院。在学校明确小浪回校前需要出示专业医院给出的适合回校学习的鉴定报告后，小浪多次到校门口大声辱骂老师和市心理医院。小浪一直否认自己有精神方面的障碍，前期拒绝医生的建议，不住院不吃药，导致精神状态不稳定，严重影响小浪正常的学习与生活，因此在这个案例中，引导小浪正确认识到自己的躁狂症并接受治疗，是关键一步。

（2）引导小浪重新正视原生家庭，处理好与家人的关系。小浪被诊断为躁狂症并拒绝接受治疗后，校方积极联系家长，与家长沟通做好思想工作，然而小浪的母亲完全听从小浪，拒绝和校方沟通。小浪的父亲一直未出面。最后学校派老师到小浪的家进行家访。经过走访，校方了解到小浪的父亲与姐姐均是精神病患者，目前在家休养无法工作，家中经济收入来自小浪母亲一人。由此考虑小浪的躁狂症可能有部分遗传因素。据了解，小浪的父亲和姐姐一开始也是正常状态，均是到二十几岁时突然患病。小浪在与我们的沟通过程中，非常明显地表达出对自己原生家庭的不满，认为自己的父亲与姐姐都是精神病患者，自己的母亲没有文化，是原生家庭让她蒙羞。小浪极度抗拒原生家庭，不愿意正视和接受原生家庭，如果小浪要恢复正常状态，必然要重新正视自己的原生家庭，处理好与家人的关系。（3）帮助小浪重建自信心，回归正常的生活轨道，加快毕业进度，找到合适的工作。小浪个性极度张扬，每天发十几条朋友圈，营造自己洒脱、有个性的人设，在生活中喜欢攻击别人，通过诋毁别人寻求关注，其实这都是她极度不自信的表现。小浪在班级里没有朋友，跟舍友有矛盾，2020年9月竞选班长时，只有一票。小浪妈妈当时认为是班级同学排挤她女儿，特地打电话给辅导员询问过此事。原生家庭和自己的外在条件，使得小浪内心极度自卑，从而通过这种贬低他人的方式来填补自己内心的自卑和空虚，殊不知这样只会让周围的同学更反感她。要让小浪融入正常的学生生活，首先要帮助她调整心态，正视自己，树立自信，并正确的与他人交往，回归正常的生活轨道。

三、案例反思与启示

（一）普及专业知识，发挥心理健康教育的同辈影响

普及心理健康教育专业知识,增强突发事件的处置能力,预防各种极端情况出现。首先一定要加强学生心理健康教育,强化心理安全责任,例如可定期开展心理健康教育讲座,加大心理疏导课程开设幅度和深度。其次,进一步强化身心健康和安全教育效果,利用新媒体平台,打造积极健康向上的网络舆论平台,帮助学生正确运用网络,进行资源整合,构建心理健康教育新格局。例如可围绕易班官微等平台,充分利用其形式的多样性和兼容性,努力将校内现有的各类服务学生成长的网络平台与其进行互融互通,充分整合资源,从而实现资源的共享共用;充分利用心理咨询中心、校园媒体、网络平台、主题活动等方式持续性的开展心理健康知识宣传,开展有益于学生身心健康的文体活动,加强校园文化第二课堂的建设,发挥好心理健康教育主阵地作用。对于大学生群体,心理波动在特定阶段会有很多共性,可以进行集体引导,同时加强特殊时间点对学生心理方面的关注。最后,重视学生干部培养,发挥学生干部在各类活动的同辈影响和自我教育功能。通过学生会成员培训、讲座和主要学生干部例会等,加强学生干部个人理想信念教育,培养一支高素质的学生骨干队伍。

(二) 多方联动,构建学生心理危机早期干预帮扶体系

案例中,学生产生心理问题的根源来自家庭,学生出现心理问题后,家长不配合,给工作的开展带来了很大困难。尤其是家长和学生对发生的心理问题突发事件的重视不够,认识不到位,缺乏及时准确的专业介入干预。面对此类案例,首先,抓住关键时间节点,提高家长的危机意识,很多家长在得知自己孩子可能存在心理疾病时都会第一时间否认或者不重视,导致学生不能及时就医。高校可以利用各个重要时间节点,例如在迎新系列活动中专门介绍高校心理健康教育工作,使家长能够重视学生的心理问题。其次,多方联动,构建全员育人心理健康教育工作体系。重点特殊人群做到一人一档,预警防控,除心理月研判、月帮扶等信息报送外,应动态追踪学生,完整保存病历药单复印件、家校沟通记录、协议书等资料,逐步完善重点人群预警防控机制。建立副书记、辅导员、班主任、班级同学四级关注网络,跟踪特殊学生的心理动态,做好定期危机干预情况报告机制,在心理中心指导下开展应急工作,确保学生安全。此外,要加强家校联系,家校互联互通、共促共育,关注学生成长,及时把学生的学习、生活等各方面的情况反馈给家长,一方面让家长充分认识到学生在校的心理状况,另一方面提高家长对学生心理健康的重视。

(三) 三全育人治未病,加强人文关怀和心理疏导

高校要实现立德树人的根本任务,辅导员和心理健康中心老师要抓住心理健康教育与其他育人工作的联系,把握育人规律,实现全员育人、全过程育人、全方位育人。于日

常的育人工作中,引导学生正确认识世界和自己,促其形成理性平和、阳光向上的心态,引导学生成长成才。在与小浪的多次面谈中,辅导员有意识引导小浪认识到,可能由于原生家庭的影响让她变得自卑,但是我们在成长的过程中,应该理性地面对这些,要学会去理解父母,去接纳他们不足的地方,我们要积极练就治愈创伤的能力,使自己变得更加强大。

通过小浪这个案例分析,给我们的经验和启示是坚持全员、全过程、全方位育人机制,以立德树人为根本,建立全方位的帮扶机制。

1. 全员育人。人才先行,搭建全员育人队伍。高校需要搭建以心理健康中心为领导,以辅导员和专业心理教师为主导,以学生党员、学生干部为主体的全员育人队伍。学生心理委员、寝室长全员参加心理健康辅助人员培训,普及心理健康知识,进一步提升队伍心理育人能力。此外,要组建形成由专业医生、心理咨询师、学院老师和同学组成的系统帮扶团队,由医生负责治疗疾病,心理咨询师负责解决心理困惑,学院老师和同伴共同帮助解决具体困难,全方位构筑社会支持系统。

2. 全过程育人,高校要将心理健康教育贯穿于学生整个大学阶段。在心理健康教育工作中,应注重全过程的心理育人。心理问题的产生并非一时,其改善也并非通过几次谈心谈话就可以完成。作为心理健康教育工作者,应科学认识学生心理缓慢改善的原则,接受可能存在的反复,通过全过程帮扶机制帮助学生做持续有效的改善,助力学生健康成长成才。

3. 全方位育人,将心理健康教育覆盖到课上课下、校内校外、线下线上。应通过讲座、主题班会、团体辅导等形式提高学生对自身的认识,通过各类实践活动,帮助学生提高自身综合素质和各方面的能力。高校应该注重利用现在自媒体时代各种平台的实时互动、样式丰富等功能,有针对性的开展相关活动,从而润物细无声地将思想政治和心理健康教育融合。科学的心理健康教育不仅体现在心理健康教育知识的教育和灌输上,也体现在各类实践活动中,要充分发挥实践活动第二课堂育人的功能。

参考文献

- [1] 中华人民共和国精神卫生法[M]. 中国法制出版社. 2018.
- [2] 中共教育部党组[S]. 高等学校学生心理健康教育指导纲要. 2018.
- [3] 陈亚男. 浅析大学生心理健康教育的新方向[J]. 科学咨询(教育科研), 2020(12): 48.
- [4] 赵芸, 姚鲲鹏. 媒体时代下大学生心理健康教育体系优化研究[J]. 教育现代化, 2019(49): 219-221.