

# “家校社”协同视域下大学生心理危机 预防工作体系研究

杜富裕<sup>1</sup> 李迎春<sup>2</sup> 周辉艳<sup>3</sup>

1. 3. 江西新余新余学院; 2. 新余高新三小

**摘要:** 高校需要培养品德高尚、积极向上、人格健全、身心健康的青年人才,但在大学校园中,心理危机事件的时有发生,给当事人家庭造成不可挽救的损失,引起大众广泛关注,给社会带来很大的负面影响。心理危机预防是当前高校心理健康工作的重点与难点,直接影响到大学生的成长成才。研究根据高校心理危机防护工作存在的主要问题,从协同家庭、学校和社会心理组织多方资源的角度,构建心理教育、咨询服务、监测预警一体化的大学生心理危机预防工作体系,为学生心理健康构筑起更全面、更牢固的防护网,来减少学校心理危机事件的发生。

**关键词:** 家校社; 大学生; 心理危机; 预防

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6288.2023.11.167

由于大学生面临日益加重的学习、就业、经济等压力,心理健康受到巨大冲击,心理危机问题也日益凸显。近年来,大学生自杀、伤人事件等心理危机事件时有发生,给家庭、社会和学校都带来了重大损失。大学生心理危机事件有着突发性、危险性和传染性的特点,一旦有心理危机事件发生,往往会造成连锁反应,造成不可估量的后果。高校目前普遍面临服务对象数量庞大、学生心理问题增多、专业队伍人员不够,专职教师水平不足的情况。面临日益严峻的心理健康形势,高校需要统合家庭、学校、社会心理组织的力量,建构大学生心理危机“健康教育、咨询服务、监测预警”一体化的工作体系,共同做好大学生心理危机预防工作,为大学生提供相对安全和谐的学习和成长环境。

## 一、高校心理危机预防工作存在的主要问题

1. 教育教学效果不够理想。心理危机重在预防,每个人在生活、学习、工作中都有可能遇到各种各样危机事件,开展普及性的心理健康教育工作,让学生掌握心理健康常识、了解常见心理问题、增强心理调适的能力,可以防止或减少重大心理危机事件的发生。但许多高校开展心理健康教育往往停留在开展课堂教学层面,教学内容针对性不够,教学效果不够理想;专题讲座数量少,讲授教师基本来自本校,缺乏新鲜血液。

2. 咨询指导服务跟不上需求。

现今有较多高校心理咨询工作按照传统模式开展,在部门网站或中心办公室外面的橱窗公布几位心理咨询老师的信息和办公电话,等候学生来预约咨询。这种工作模式让很多学生不熟悉学校咨询服务信息,也使很多心理有困惑的学生不敢前来心理咨询中心寻求帮助,毕竟站在学生的角度,要走进心理咨询室还是需要勇气的。同时,由于学校咨询老师的人员和能力限制,要为不同生活经历和家庭背景的学生提供有效咨询是较困难的,需要有更多的咨询师和不同咨询专长的老师来咨询

服务。

3. 监测预警不够扎实。预警工作仅停留在学校层面,预警手段单一落后,没有发挥家庭的作用和社会资源来及时识别学生的心理问题,发现心理危机预警对象。高校仅有的几个心理老师要服务上万或几万的学生,力量远远不够的,要避免发生校园严重心理危机事件,需要增强危机防御的预警能力。但有很多学校没有构建完善的心理危机防护网,如学生家长不具备识别心理危机的基本常识;学校没有建立起学生心理档案,对学生心理的动态变化缺乏监控措施,未能形成学生心理状况的定期报告方式,没有建立合理的预警对象库及时为相关对象提供帮助。

## 二、家校社协同参与学校心理危机防护的意义。

针对高校专业人员不足,专职教师水平受限、心理危机预防深入开展不够的情况,非常有必要发挥家庭、社会的力量,与学校一起共同做好学生心理危机预防工作,开展大学生心理危机“家校社”协同防护有着重要的意义。

1. “有助于拓宽三全育人”格局。教育部出台的关于《高校思想政治工作质量提升工程实施纲要》要求“高校在思想政治教育的工作过程中应当推陈出新,推进构建“三全育人”格局体系,提升思政育人的实际效果。所谓“三全育人”格局体系,即实行全员育人、全过程育人、全方位育人。学校心理健康教育是一项全员育人的专业活动,学生心理危机的防护工作,需要学校多部门协同、学校心理教师,院系学生管理干部、辅导员、班主任、科任老师共同参与,并得到家长和社会专业人士的支持,这些人员都是学生心理健康的积极促进者,大家合力守护学生心理健康。

2. 有利于家校共同呵护学生心灵。2018年教育部要求“强化家校育人合力,引导家长树立正确教育观念,以健康和谐的家庭环境影响学生,有效提升心理健康教

育实效。”家庭教育是高校育人资源的一个重要组成部分，高校家校合作模式探究是完善大学生心理健康教育的一种有效方法。“家校协同”模式强调的是协同效应，通过家校信息共享，互动补充，双向沟通，争取塑造一个全方位无死角的关怀模式，以期实现教育成果最优化。这是对于学校心理教育工作的内在补充，也是对于家庭教育的外在发散，来增强心理健康教育的针对性、有效性，以减少心理问题的发生。

3. 有利于学生得到更多的专业心理服务。2018年，国务院10部委联合印发了《关于印发全国社会心理服务体系试点工作方案的通知》，在此政策的支持下，各级行政部门非常重视，支持地方行业协会先后成立了社会心理服务中心，组建了专业队伍，配备工作场所和设备，开展了多样化的心理服务活动。在这样的形势下，高校积极引进社会心理服务资源，发挥校外专业人员的力量，让更多的学生获得心理咨询服务，得到专业的心理辅导。

### 三、心理危机预防体系构建

#### （一）抓好前期心理普及教育

学生心理危机防护不是在危机出现之后开展工作，应该通过平时的扎实工作来减少或防止心理危机的发生，前期开展心理健康教育是预防心理危机的有效措施，因此需要开展好课程教学、心理讲座、主题活动等来不断完善心理健康教育体系，以加强学生对心理危机的防御能力。

##### 1. 提升课堂教学效果

《大学生心理健康教育》作为必修课，一般在大一开设，为提高课程教学效果，应加大智慧课堂建设，开展线上线下教学，采取线下必修线上选修主题方式，进行集中学习和自主学习相结合，来普及心理健康知识，帮助学生树立正确的心理健康观，提升自我心理素质、增强心理调适能力，塑造大学生健全的人格。借助教学主渠道，让大部分学生在遇到一般问题时，能够合理应对，顺利走出困境。

##### 2. 适时组织心理讲座

学生心理健康教育应贯穿大学全程，大一进行了课程教学，其他年级可以围绕学生感兴趣的、息息相关的内容，在不同阶段开展各种主题讲座，以增强学生心理免疫力，提升学生心理素质。为了增强讲座的吸引力和有效性，可以建立社会心理组织专家库，收集专家擅长的讲座主题，根据学生的需求，在不同的年级组织相关主题的讲座，社会心理组织专家一般在某个领域有很深的积累，讲座内容针对性强，深受师生欢迎。

#### （二）开展专业心理辅导服务

通过课程教学普及心理健康常识，能让多数学生合理一般性心理问题，增强心理危机应对能力。但学生遇到严重心理问题、或受某种心理疾病的困扰走不出来

时，这时就需要开展咨询辅导服务，为学生提供一对一、一对多的咨询辅导，有助于针对性的解决学生心理问题，促进个人成长。

1. 加强团体辅导。一定数量的学生遇到共性心理问题，如自卑情结、社交焦虑、情绪低落等，并且影响到生活或学习，则可以针对同类问题的学生开展团体辅导。如今信息化时代，学生不仅可以参加学校的团体辅导活动，也可以参加社会心理组织开展的线下团体活动，有目的获得新的态度与行为方式，并激发自己潜能，增强适应能力。

2. 提供多元心理咨询。当学生遇到较严重心理问题或长期存在心理困扰时，需要开展个体心理咨询工作，把学生心理危机解决于萌芽状态，避免学生因一般性心理问题恶化为心理危机。为了让心理咨询工作取得实效，不局限传统的咨询室辅导，可以灵活开展个体辅导，如对患者进行线上线下的个体咨询、辅导员主动进行谈心指导、心理委员日常陪同渗透辅导。尤其是向学生提供社会上的心理咨询资源，有些社会心理人才通过参加各类心理学培训、长期的咨询实践，在某个领域有一定造诣。引进专业的心理咨询资源进校园，供学生选择，可以有效解决学校咨询老师数量不足和专业能力有限的问题。

#### （三）启动全方位预警工作

为减少心理危机事件的发生，做好预警工作是重要的一环，研究从家庭、学校、社会层面分别采取措施，发挥多方合力，共同做好预警工作。

##### 1. 提高家长心理健康识别能力

工欲善其事，必先利其器。家校协同预防学生心理危机，需要家庭懂一些心理学知识，及时发现学生存在的心理问题，具备心理健康教育的能力。只有当家长提高了教育水平与能力，提升家庭教育的质量，才能对一些浅层的心理问题能进行疏导，对严重的心理疾病协助开展治疗，做好监护工作等。因此，为了让家庭有心理健康教育能力，建议从三个层面开展：向家庭发送心理健康基本知识电子手册，向家庭宣传心理健康常识，了解基本的心理问题和心理疾病；网络心理培训进家庭，选取学生容易出现的心理问题，来加强家长这方面的处置能力；为家长推介相关心理公众号，让家长随时有机会阅读相关心理文章，涉猎自己感兴趣的专题。设置网络互动平台，家长发现孩子有心理行为异常时，可以在线与相关老师进行交流。

##### 2. 学校组织多层次排查监测工作

###### （1）开展心理健康普查筛查

心理健康普查工作是大学生心理健康教育的常规工作，借助心理测试能科学、有效、及时地发现可能有心理问题的学生。通过《中国大学生心理健康量表》

（CCSMHS）、症状自评量表（SCL-90）等工具对

新生进行心理健康普查，对筛查出超过特定分数的阳性症状学生进行约谈，根据测试结果、约谈情况和学生临床表现进行评估，筛选出心理危机预警或干预对象，并建立学生个人心理健康档案。

(2) 构建智慧心理健康管理系统

传统的学生心理健康管理采用纸质建档，存在工作量大、信息不通、查阅不便、更新滞后等不足，在互联网迅猛发展的条件下，充分利用好信息技术力量，搭建智慧心理管理系统，并统合好家庭、学校、和社会力量，共同做好大学生心理危机预防与干预工作。心理健康管理系统设计登录模块、学生模块、管理员模块，导入导出模块、统计模块，不同身份登陆具有不同的权限，即心理咨询中心教师、院系管理员、学生登录后，进入自己的界面，实现注册和登录、建立学生个人心理健康档案、搜集学生个人信息、适时为学生提供心理指导、提高管理员工作效率等相关管理功能。

(3) 实施学生心理健康日常报告制度

学校学生实一个大的群体，要知道学生的心理表现，仅靠老师去发现是非常有限的，因此需要依靠学生的力量，铺开一张观察网，主要由寝室长、班级心理委员、班长、学生心理健康社团成员组成。学生比较了解班上同学的心理健康状况，当他们发现同学有明显的心理异常，及时向班主任、辅导员报告，并填写《心理危机预警登记表》提交学校心理健康教育机构，心理健康教育机构的老师结合学生临床表现，与二级学院一起确定危机等级。

(4) 建立三级心理危机预警对象库

根据学生心理问题的严重程度干预工作的需要，把大学生心理危机分为心理危机高危对象、重点干预对象、日常关注对象三类（见表1）。学校心理咨询中心根据心理普查结果、师生反映的心理问题和临床表现，建立《三级心理危机预警对象库》，对有心理危机倾向及进行分类管理、动态跟踪。

3. 发动社会专业力量扩大预警能力

表1 三级心理危机预警对象设置表

预警类别	症状表现	管理目标
一级：日常关注对象	1、在心理普查或心理辅导中发现的有一般心理问题的学生； 2、因情感受挫、人际关系失调、学习困难、适应困难等出现轻微心理或行为异常的学生；	通过早期干预和心理支持，预防心理危机的进一步发展。
二级：重点干预对象	1、在心理普查或心理辅导中发现有严重心理问题并出现明显心理或行为异常的学生； 2、学习或生活中遭遇突然打击而出现明显的情绪行为异常的学生。如近期家庭生活中出现重大变故、遭遇突发性创伤或刺激、重大考试或事件出现严重失败；与同学、教师、父母等发生严重人际冲突等，导致明显的情绪行为异常的学生。	通过专业的心理干预和治疗，帮助个体恢复心理健康，避免心理危机的严重后果。
三级：高危对象	指患有严重心理障碍如抑郁症或精神分裂症并已确诊的学生，自杀未遂或有自杀倾向的学生	通过紧急干预，挽救个体的生命，防止危机事件发生。

在网络信息化技术发展背景下，网络科技改变了人们的生活方式和交流方式，为社会资源参与学校心理危机防护工作提供了可能性，可在家庭-学校-社会之间搭建了若干高效、便捷、无空间限制的交流平台，开展家校、校舍、家社之间的信息沟通，促进学校与家庭、社会三方的联系，拉近彼此距离，精准掌握信息，及时采取行动，增强预防能力。比如，在学校的心理网站开通互动窗口，社会心理人员在与学生交流中，一旦发现了学生的心理行为异常，立即向学校心理教育中心老师反馈，协同开展应对工作。

结语

为做好大学生心理危机的防控工作，研究从学校、家庭、社会心理组织协同角度出发，构建学生心理危机“健康教育、咨询服务、监测预警”一体化工作体系，以进一步做好大学生心理危机预防与干预工作。其中预防教育包括常规课程教学、专题心理讲座；心理辅导服务有校园团体辅导、个性化咨询、社会咨询服务；为增强心理危机预警能力，分别从家庭、学校和社会角度列出了详细的措施，如家庭重视提高家长判断心理健康能力，学校方面开展心理健康普查筛查工作、构建智慧心理健康管理系统、实施学生心理健康日常报告制度、建

立三级心理危机预警对象库，并发动社会专业力量扩大预警能力。

参考文献

[1] 赵晨熙. 家校社会共织学生心理健康防护网[N]. 法治日报, 2023-5-23(7).

[2] 杨洋. 高职学生心理危机干预及家校社联动机制的建构[N]. 才智, 2023(1). 141-144

[3] 董铃, 肖巧云. 家校社网一体化心理健康教育模式的实践与探索[N]. 中小学心理健康教育, 2022(34) 74-77

[4] 周国莉. 构建全员参与的大学生心理危机预防体系[N]. 教育观察, 2021(7) 79-81

[5] 戴吉. 基于协同学理论的大学生心理危机预防模式构建[N]. 专家论坛, 2019(4) 1-4

[6] 廖深基. “四维度”心理危机干预体系的研究[N]. 高校辅导员学刊, 2009(1) 21-24

作者简介: 杜富裕, 男, 1972.10, 心理学副教授  
研究方向: 心理健康。

基金项目: 2022年度江西省教育科学规划项目“智慧赋能, 多方联动: 大学生心理危机预防与干预的家校社协同机制研究”, 编号: 22YB279。