

Case Analysis of College Student Psychological Crisis Intervention from the Perspective of Home-school Collaboration

Ka Tang Yitong Qu

Guilin University of Electronic Technology, Guilin, Guangxi, 541000, China

Abstract

General Secretary Xi Jinping pointed out: "We should fully implement the Party's educational policy, carry out the fundamental task of cultivating people by virtue, develop quality-oriented education, promote education fairness, and train socialist builders and successors with all-round development of morality, intelligence, physique and beauty." This paper through the analysis of real cases, from the perspective of home-school collaborative education analysis of the real student psychological crisis events, discuss how counselors to use the bridge of home-school communication to properly deal with students' psychological problems. This paper analyzes the cases from five parts, namely, case introduction, case common point analysis, solution, home-school cooperative education practice and summary and reflection, and expounds the important role and effect of home-school communication in dealing with the psychological problems of college students, the case uses alias, for peer reference criticism.

Keywords

home-school co-education; college students; psychological crisis; case analysis

家校协同视角下大学生心理危机干预案例分析

汤卡 瞿逸彤

桂林电子科技大学, 中国·广西 桂林 541000

摘要

习近平总书记指出：“要全面贯彻党的教育方针，落实立德树人根本任务，发展素质教育，推进教育公平，培养德智体美全面发展的社会主义建设者和接班人。”论文通过分析真实案例，从家校协同育人角度分析真实的学生心理危机事件处理，探讨辅导员如何用好家校沟通的桥梁妥善处理学生心理问题。论文从多起案例简介、案例共同点分析、解决思路、家校协同育人实践及总结反思五个部分来对案例进行剖析并重点阐述抓紧抓好家校沟通在应对大学生心理问题中的重要作用和成效，文内案例采用化名，供同行参考批评。

关键词

家校协同育人；大学生；心理危机；案例分析

1 案例简介

1.1 背景研究

心理危机指个体面临突然或重大生活事件时，不能回避也不能通过常态的途径和方法去解决所导致的心理失衡状态^[1]。在中国科学院发布的《2022年中国国民心理健康报告》中，对近8万名大学生的心理健康状况进行了调查，其中抑郁检出率达24.1%^[2]。从在校大学生心理健康总体水平来看，存在心理健康问题约占大学生总人数的30%~45%，其中中度以上心理问题的学生占16.51%，存在较为严重的则占总人数的8%左右^[3]。通过了解心理问题发生案例学生，可以发现家庭所带来的不良影响是抑郁症发生的主要原因，且抑郁症复发的概率高，需要高度关注^[4]。美

国著名心理医生“家庭治疗大师”萨提亚在《萨提亚家庭治疗模式》中提到，一个人与他的原生家庭存在着极为紧密且错综复杂的关联，并且这种关联或许会对人的一生形成影响^[5]。因此，对心理危机问题学生的干预和长期治疗的角度来说，家庭的密切配合和关注是必不可少的。

1.2 案例基本情况

案例一：C同学，独生女，本科一年级，重度抑郁，高中学习压力大，沉迷二次元文化，沉迷与网友交流，很少与现实同学沟通互动，有一定程度上与人交流障碍。城市人口，家庭经济情况良好，与家人关系较差，家庭关系复杂，成长环境复杂理不清。父亲较为严厉而母亲则溺爱。大一入学后，该生情绪极易不稳定，有过自残行为，发生吞服大量药品行为，被老师发现并及时送医，随后又自行投湖自杀，被及时发现制止。对男性有强烈排斥，不愿意与老师沟通，也不愿进行心理治疗，每次谈话都把马上要死挂在嘴边。

【作者简介】汤卡（1992-），男，中国广西桂林人，硕士，讲师，从事大学生思想政治教育管理研究。

学习成绩一般，学习能力很强。

案例二：L同学，女，有两个哥哥一个姐姐，本科二年级，中度抑郁，成长过程未发生重大的问题，但是该生性格较为执拗，不愿意服从家里对学业生活的安排，屡次发生争吵。农村人口，家庭经济情况较差，与父母关系较差，父亲经常当众责骂，母亲则对她不管不顾。大一入学后表现良好，与人交流顺利也积极担任班干，但情况逐渐恶化，偶尔出现情绪不稳定导致崩溃的情况。老师介入后多次谈话都不愿意进行专业治疗，每到学校放假时想到要回家就容易情绪崩溃。学习态度认真，学习成绩较差，学习能力较差。

案例三：Z同学，独生女，本科一年级，中度抑郁，城市人口。成长过程中中学阶段因为靠家里关系进入学校读书，被同学嘲笑是关系户，对他人看法十分在意。对网络较为沉迷，在网上与人交流，但现实中不常言语。与家庭关系一般，父亲较为严厉，反对她个人兴趣爱好，母亲则较为溺爱。家庭经济情况一般，父母均在外地工作。入学后该生积极参加年级长竞选并得到职务，但心理状况愈下，与室友产生较大矛盾，个人卫生极差，逐渐不与同学交流。学习成绩与日俱下，学习态度较差，学习能力较差。

2 案例分析

2.1 原生家庭在案例中的影响

家庭环境对学生的性格、情绪、行为等具有深远影响，对大学生的心理健康产生重要的影响^[6]。家庭因素是不容小觑，并且家庭所导致的影响早在学生踏入大学之前便已然形成。通过分析案例，可以发现问题主要表现在几个方面：

一是家庭教育在学生成长过程中的缺失。三位案例人在成长的过程中，因家庭经济条件都较为一般，父母需要长期在外地打工以维持家用，孩子可能缺乏正确的价值观引导，没有良好的家庭学习氛围和督促，可能导致学习动力不足、成绩不佳、心思不放在学习上等情况。

二是家庭矛盾亲子关系紧张带来的精神压抑。在论文案例人中，均出现不同程度的亲子关系紧张情况，L同学身为家里最小的妹妹，因出身农村家庭，家庭偏爱在性别上有所体现，比较重视家中两位哥哥的学业和生活，而忽视两个女孩的感受，C和Z同学虽为独生女，但成长过程都与家庭有较大割裂，主要矛盾点基本一致。采取严厉型的教养方式会给孩子造成极大的心理压力，导致孩子欠缺安全感。

三是家庭支持力不足对学生心理健康的影响。支持力是物理学概念，而家庭支持力则表现在家庭是否能够及时给予相应的支持，比如经济、情感等方面。家庭支持力不足的学生可能出现缺乏自信，在面对困难和挑战时容易崩溃，思维和行动容易极端化，导致孩子出现焦虑、抑郁等情绪问题。

四是家庭对学生发生心理问题事实的重视程度不够。传统观念较重的原生家庭中，父母往往对子女监督大过引导、批评大过教育，并不会轻易承认自己的子女存在心理问

题这一事实。这样的情况往往伴随学习成绩下降、人际交往障碍等情况，甚至可能做出极端行为。案例中C、L、Z三位同学家庭均在一开始介入时，表现得较为激动，并表示自己小孩不可能存在心理方面的问题。

综上所述，家庭的亲密度、稳定性、支持力以及参与交流和决策等方面，都会深刻影响到大学生的心理健康状况。

2.2 家校协同育人解决学生心理问题概述

一项大学生心理问题定量研究显示，情感温暖型教养方式与焦虑、抑郁情绪有显著负相关性，拒绝型教养方式与焦虑、抑郁情绪有显著正相关性，反之消极的教养方式会降低学生的心理健康水平^[7]。家校协同育人对于解决学生心理问题十分必要，大学生成长阶段主要接触的环境就是家校两端，二者不可分割。

通过学校定期、长期与家长沟通，反馈学生心理状态，让家长及时了解学生，同时也是倒逼家长关注学生心理动态、成长动态，让家长明白学生到校学习不是“全托式”的，治疗心理问题需要全面协同合作，家校关系也不是负责和托付的关系，而是共同负责。此外，加强与家长的联系，也是心理健康教育基础知识一种普及，提升家长对心理问题的认知和应对能力，有助于家长正确认识和看待心理问题，并积极配合治疗，共同制定个性化的心理支持计划，针对学生的具体问题协同行动。

3 家校协同育人模式实践

3.1 家校协同育人的运行过程

一个良好的、健康的家校协同育人运行机制，离不开科学的指导方法和逻辑，教师和家长应共同了解相应的分析数据，并了解学生的心理情况，转变心理健康教育策略，从而推动家庭和学校的教育能够更好地落到实处^[8]，按照时间顺序进行可大致分为四个阶段：建立沟通渠道、明确问题内容、长期跟踪帮扶、稳定观察。

在建立沟通渠道阶段，主要目的是强调家校合作的重要性，向学生家庭方明确家庭在学生心理健康发展中的作用，在思想上同学校保持一致，可以通过互换联系方式、添加微信、组建家长联络群等方式建立顺畅的沟通渠道。在明确问题内容阶段，要针对心理危机学生学业、成长环境、家庭状况等多方面因素进行沟通，与家庭对该生出现的问题进行研判，从而得出需要从哪些方面为学生提供帮扶，学生是否需要家庭支持力或者情感认同方面的需求，明确共同努力的方向。在长期跟踪帮扶阶段，对危机情况较为严重的要做到每一联系，对学生今日表现、心理状况做到充分的信息互通，对关注度较低的学生，做到每周一总结，针对本周的学习生活和心理情况进行总结式信息互通。最后是稳定观察阶段，心理问题的治疗不可能一蹴而就，需要长期的帮扶和关怀，经过前面的长期跟踪帮扶，心理危机学生会进入一个情

绪相对稳定阶段,在这个阶段中也不能完全放松警惕,需要进行稳定的沟通和评估,持续提供心理指导服务,同时可以鼓励学生参与到各项校园活动中,加强社会锻炼。

3.2 家校协同育人的实践过程

在C、L、Z学生发生心理危机问题,如自杀、自残行为或言语表达上轻生想法后,相关老师在参照心理问题处理流程办法完成紧急处理后,及时与家长取得联系,将家庭成员拉入到后续的跟进帮扶中。

首先,邀请家长到校交流,对于案例中C和Z同学,邀请到校进行座谈交流,对学生成长过程有一个全方位测评,其中包括是否有过既往病史、基础病情况、个性问题、家长对学生心理问题的初步态度。结合学生自述的具体情况,对该生家庭之间是否存在矛盾、矛盾的激烈程度、是否需要专业机构介入有一个初步判断,以供后续跟踪关注帮扶。

其次,应与家长建立良好的沟通环境。做好家校联系关键点在于是否能够与家长在同一个“沟通频道”上开展交流,而确保能在同一频道上进行沟通的关键则在于出发点和目的地是否一致。大学生远离家乡、远离父母到学校读书,习惯在父母面前报喜不报忧,使得父母更不容易了解孩子在心理方面存在的问题。当危机事件发生后,父母往往不知所措。有些教师做家校沟通的主要目的是为了“把话讲清楚”或进行“免责申明”,在这点上家长往往看得明白也记在心里,这是不利于良性互动和建立长期家校协同育人机制的。

最后,发挥好桥梁和沟通纽带作用,通过对问题学生及其家长保持动态关注,对学生动态掌握心理发展动向,把控病情是否加重,是否存在发展性问题。对家长做到每周、每日一问,经常性与家长交流该生状态,特别是近况较差的情况,让家庭每日为学生提供温暖的情绪支持。

3.3 家校协同育人的实践成果

经过一个学年的跟进帮扶,C、L、Z三位心理问题学生均得到了一定程度上的改善。在心理问题实质方面,学校无法标准化量化心理情况指标,从学生日常发表消极言论来看,C、L、Z三人均有较大的改进,C从每日把要走极端挂在嘴边,到现在关注点主要放在学习上;L从一直抗拒进行治疗到主动配合就医服药;Z从不肯直面自己的问题,到现在同意办理休学,回家积极配合心理咨询,改善状态,每周向辅导员汇报近期状况。三人目前状态均得到改善。在家长方面,C从家长拒不到校,不肯接受C心理问题的事情,到每日与老师汇报该生情况,是否按时服药,最近学习生活

情况;L家长从不接受该生存在心理问题的事情,到现在能够积极配合正常家校联系,虽然距离理想的家校协同育人状态还有差距,但是也迈出了关键一步;Z从一直无法与小孩取得有效沟通,到现在能够一起生活,一起参加心理咨询治疗,一起旅游。三人家长均通过协同帮扶心理危机学生这件事,一定程度上改善了亲子关系。

4 结语

家庭作为个体生活和学习中最早进入的场所,对每个人健康心理素质的形成起着不可估量的作用。构建高校家校合作育人模式可以实现学校教育和家庭教育的双赢,不仅可以增加家庭幸福,而且还能提高学校的社会声誉,调整学校结构,改革人才培养模式,优化教育教学资源,提高高校办学质量^[9]。建立在尊重学生个体差异基础上的家校协同育人机制意义重大,可以有效地在心理危机发生前进行预防,在心理危机发生时进行干预,在心理危机发生后进行跟踪。当大学生在校学习期间产生心理健康问题的时候,我们要从学生生活成长的原生家庭环境出发,探究学生心理健康产生问题的根本原因,然后由学校和家庭共同教育,长期跟踪帮扶,帮助学生及时、科学地解决心理问题,引导学生健康成长。

参考文献

- [1] 吴冉,王宇景,陈江媛.高校心理危机干预中家校沟通的困境与应对[J].中国学校卫生,2017,38(1):106-108.
- [2] 张建新,童水胜,钟慧.如何做好中小学生抑郁和心理危机筛查?[J].心理与健康,2022,302(3):14-16.
- [3] 陈迟.当代大学生心理健康的现状与教育对策[J].农家参谋,2017(20):140.
- [4] 周秋莺.大学生心理危机干预个案分析[J].华章,2023(11):120-122.
- [5] 刘静,赵裕香,史素玲.萨提亚模式在心理治疗领域中的研究进展[J].黑龙江医学,2023,47(24):3070-3072.
- [6] 张婕,蒋冰怡,查世梅,等.社会支持在大学生家庭环境与心理健康间的中介作用[J].教育观察,2022(17):43-46.
- [7] 王可心,刘巍.家校共育视域下大学生心理健康影响因素探析[J].白城师范学院学报,2023,37(6):94-100.
- [8] 李一蕾,答春兰,张潇,等.“90后”辅导员与“00后”大学生的博弈——新生班级培养与管理策略[J].福建轻纺,2022(5):3-6+11.
- [8] 彭丹,朱锡斌.构建高校家校合作育人模式的意义及其路径[J].教育现代化,2019,6(45):16-18+21.
- [9] 何帆.浅谈开展家校合作在大学生心理危机干预中的必要性[J].科学大众(科学教育),2020(5):158.