

一例中学生自杀事件的危机干预 ——“家-校-社区-机构”四位一体应对机制的实践

程钢¹ 李春英²

1. 澳门城市大学心理分析研究院，澳门；
2. 广东省珠海市香洲区岭南社区卫生服务站，珠海

摘要 | 本研究报告了一例中学女生自杀未遂事件的心理危机干预案例。事件发生后，学校、社区、家庭、专业心理服务机构四方联动，及时有效地完成了对当事人及其家长，以及学校相关老师、同学的心理干预工作。同时多措并举，保证了当事人安全顺利返校。本案例凸显了在中学生心理危机干预工作中，“家庭-学校-社区-机构”四位一体应对体系的重要性与有效性，并提示在危机干预过程中，需重视工作对象的全面性和工作范畴的持续性。

关键词 | 中学生；自杀；危机干预；机制构建

Copyright © 2024 by author (s) and SciScan Publishing Limited

This article is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/). <https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>



近年来，青少年学生的自杀自伤问题日益严重，这一现象正引起学校、家庭和全社会的广泛关注^[1-3]。面对这一严峻形势，为确保青少年学生的身心健康发展，尤其是对严重危机事件的妥善处置，需要全社会广泛参与^[4, 5]。学校、家庭、社区和专业心理服务机构四位一体联动，通过构建高效的危机响应和处理机制，兼顾当事人及其家庭与学校层面的全面工作，有助于为青少年学生自杀自伤这一问题带来可行的解决方案。

1 来访者基本资料

小英，女，13岁，初一学生。基本信息如下：

基金项目：本文为珠海市香洲区民生微实事“心手相牵·拥抱阳光”——困境人群心理关爱项目成果。

作者简介：程钢，澳门城市大学心理分析研究院博士在读，主要研究方向为心理咨询、心理分析与中国文化；李春英，副主任医师，广东省珠海市香洲区岭南社区卫生服务站主任。

文章引用：程钢，李春英. 一例中学生自杀事件的危机干预——“家-校-社区-机构”四位一体应对机制的实践[J]. 心理咨询理论与实践, 2024, 6(4): 161-167.

<https://doi.org/10.35534/tppc.0604021>

1.1 家庭情况

小英是亲生父母的长女，父母共有三女。小英7岁时，由于父亲外遇，导致父母离婚，法院判决小英随母亲生活，而二妹、三妹则随父亲生活。父亲再婚，并再育有一女。

父母离异后，小英与母亲共同生活。初期母女关系融洽，小英对母亲也颇为依恋。之后母亲陆续有过几段恋爱关系，小英对母亲的恋爱对象总是意见颇多，因而彼此之间关系紧张，常有争吵冲突。这导致母亲几次恋爱均以失败结束，母女关系也日渐疏远，矛盾日多。母亲离婚之后工作不稳定，目前在一家酒店做管理工作。目前母亲有一交往两年多的男友，但小英与其关系不融洽。因此，小英搬离母亲的家，居住在父亲名下的一处公寓之中，日常在父亲新家吃饭，而后返回公寓过夜。

小英父亲为个体经营者，经济状况良好，重男轻女思想比较严重。父亲对于小英属于比较放养的状态，衣食住行有保障且良好，但在心理和教育层面不甚关注。

小英与父母双亲的关系都比较差。与母亲矛盾较多，交流很少，且基本以吵架结束；与父亲也不甚亲密，她认为父亲根本不理解自己，于是与父亲沟通少之又少，缄默不言。对于两个亲妹妹和同父异母的小妹，小英尽到了长姐的责任，经常帮助父亲和继母照顾。

1.2 学校表现

小英学业表现出色，成绩优异。她具备团队领导能力和责任感，愿意为同学提供帮助。自初中入学以来，一直担任班干部，并在初一第二学期初被任命为班长。但是小英管理班级的工作方式比较简单粗暴，不甚得同学支持，因此在本班之内人际关系不佳，没有非常要好的朋友。作为班干部，小英有机会较多参与学校学生会和社团的多项活动，从而弥补了在本班内缺乏的友谊。

在师生关系方面，小英与班主任及科任老师的关系则比较微妙。对与班级管理，小英固执己见，明辨是非，态度果决，因此对于管理相对温和的班主任老师颇为不满，甚至有轻视态度。同时对部分科任老师，尤其是语文老师的教学方式很不满意，甚至认为自己受到了该老师的针对。

总体来看，小英在学校生活中面临着同伴关系和师生关系方面的问题。

1.3 个人特质

咨询师对小英的第一印象为“假小子”。就其外在形象而观，小英显得十分中性，短发、运动上衣、运动短裤，表情木然，眼神直愣，说话时语速偏快，语调清脆有力，雌音不显。由于家庭离异，身为长姐，小英个性并不软弱，反而具有极强的责任感和争强好胜的特质。其对学业成绩有着极高的高追求。然而，这种好强的性格也带来了一些负面影响，具体表现为其表达方式比较直接，不够缓和，在与同学、老师，乃至父母的交流中常容易引发矛盾和冲突。当处于矛盾和冲突之中时，小英的情绪表现较为激烈，甚至存在极端行为的风险。据其母亲报告，在本次事件发生之前，小英曾在与其男朋友激烈冲突时展现出过情绪激动之下的自杀倾向。因此，整体而言，小英的个性具有典型的青春期两极化与情绪化特征，并因其特殊的家庭背景和成长经历而又有其自身的独特性。

2 事件发生过程

初一下学期某日上午课间，班主任老师在班级组织大家集体做眼保健操。这本是例行的事务，然而这一天小英没有参加，而是坐在位置上不动。这引起了班主任老师的关注，于是班主任在讲台上喊出了小英的名字，提醒她做操，然而无效。班主任后走到小英座位旁，询问她为什么不做，是不是自己“管不了”她了，小英回答说身体不舒服，于是班主任建议她请假回家，小英答应，并在班主任老师离开教室后开始收拾自己的书包。邻桌的同学问她，真的要回家吗，小英说道：“要么回家，要么去死。”在同学稍不注意的间隙，小英翻出班级窗户，踩在窗户外面的空调外机上，并进一步挪动到两台外机之间仅半脚宽的铁质支架上，双手扒着楼层间凸起的短檐。小英的教室位于五楼。

班级内震动，同学马上叫来了班主任以及隔壁班的班主任老师（该老师同时也是小英班级的语文老师）。两位老师迅速接近小英但遭到小英强烈的拒绝，不允许靠近。此时年级主任和校长也赶到班级，在大家的劝说和帮助之下，小英被成功救下。

3 案例分析

小英在课间突然的自杀行为并非简单的一时冲动，其缘由有迹可循。除其家庭原因之外，也与其初中入学以来的经历有关。可以说，小英的自杀行为，是长时间负面情绪累积，加之其个性原因、难以排解的问题以及缺乏外部及时有效干预等因素综合作用的结果。

根据小英自述，其初中入学之初即担任历史课代表和音乐课代表，学习成绩良好，全年级600名同学中排名前200，并且持续进步。初一时由于班级无班长，纪律委员管理班级秩序能力不佳，小英积极主动管理班级，且颇有效果，因此在新学期换班委时候，被指定为班长。然而，由于班主任不积极干预，小英自行管理同学，因而招致同学反感，在本班没有聊得来的好朋友；但在其他班级有关系好的同学，彼此因课外活动（上学期广播站，本学期学生会）而相识并交好。

事情的起因在于语文老师（即隔壁班班主任），其“戴着有色眼镜看学生”“体罚学生”，本应教授初二年级，由于遭到四十多名同学的联名投诉而被调至初一年级，但依旧未改变其行为。语文老师体罚学生行为和把学生分为三六九等的分别对待的行为，令小英十分反感，并曾向班主任老师反映，但班主任答复会向上级反映后未见改变。

事发约二十天之前，班主任以“对其他同学不公正”为由（这一理由在换班长之后变更为“你不能做到以身作则”），要求小英让出班长职位。而后其再次向班主任反应语文老师行状，提到“我要举报他了”，但依旧没有实质性改变。接任的新班长，原为小英的支持者，但其表现出双重态度消极行为。担任班长之后，日常工作不太上心，并且不能坚持之前商定的主张，即“老师不可以体罚学生”。事件的发生即与此主张有关。

事发当日早上的班早会小英没有参与。饭后早读课上，开会回来的同学传达会议内容，说“语文老师的语文课不交作业的话做50个深蹲”，后又有传言说是“200个”。这一消息使小英心中憋闷，烦躁。于是早读课和第二节英语课（班主任的课）小英都沉浸在此情绪中，但没有明显外在表现。最终在课间做眼保健操时情绪爆发，于是有了自杀行为。

至此可知，小英由于近期的事情，心中已然憋闷，想要改善语文老师之做法的尝试没有效果，班主任不作为，同学不理解自己，而老师又针对自己。这些内外因素综合导致其自杀事件的发生。

4 干预过程

小英自杀未遂事件发生之后，学校与街道联防小组第一时间将事件上报所属社区和街道，同时依托学校心理干预力量对事件涉及的学生、老师等进行心理干预。学校层面着重对小英所在班级的学生和目睹小英自杀行为的学生进行集体干预，通过情况通报和心理抚慰，缓解相关同学的应激情绪。

同时社区和街道收到事件汇报后，第一时间联系了与街道有合作关系的专业心理工作团队——心康宁团队。街道领导指示心康宁团队迅速跟进，并重点针对小英及其家长进行心理危机干预。

由于小英的家庭情况比较复杂，心康宁团队的心理咨询师先后通过学校老师、社区领导，终于成功与小英的父亲取得了联系，并约定上门探访时间。而小英的母亲则一直未接听电话，直到当天晚上才取得联系。

4.1 与小英的工作

在约定的时间，咨询师见到了小英。工作初始，小英表现出较强的抗拒，对咨询师的关心与询问以沉默相待。通过咨询师反复申明保密原则及共情之后，小英始放下对抗，打开心扉，向咨询师吐露了自己采取极端行为的前因后果。倾诉完事件发生过程之后，能明显看到小英的情绪有较大的缓和，同时也能够较为理性地看待自己的行为，及行为所带来的影响和后果。同时对于下一步的解决，小英表达了几点诉求：

(1) 希望语文老师受到处分。但“做人留一线，日后好相见”，处分不是目的，只希望语文老师能够改正自己之前不恰当的行为；

(2) 对于此次事件，担心返校后同学会“玩梗”。如果是关心，自己会应付过去，如果是嘲笑，则会与他吵架——因为自己不会打架；之前会告诉老师，但这没有用，只能靠自己了；

(3) 考虑要不要换班：自己的主要任务是学习，现在目标是年级前100名。但如果不换班，希望班主任及语文老师不要在课堂上针对自己，大不了不听他们讲课，自己学习。

分析小英的几条诉求，咨询师意识到，小英的情绪已经得到了较大的缓和，目前其关注的重点在事件后续的处置上，短期内再次发生极端事件的风险较小，但依然需要密切关注。同时需要对其家长和学校开展工作，为小英成功度过此次危机，较顺利地返校营造一个良好的内外部环境。

在工作的尾声，咨询师请小英许诺不再发生类似的极端行为，小英给出了承诺。同时咨询师也承诺小英会去做家长和学校的工作，以帮助其顺利返校。

4.2 与家长的工作

与小英工作结束之后，咨询师随即与小英的父亲进行了谈话。小英的父亲是一位个体商人，生意颇为成功，经济状况较好。但其有一些重男轻女的思想观念和“大男子主义”，认为能够为家人提供物质生活的保障，就已尽到了自己的责任。对于女儿发生的此次事件，是女儿自己的问题，不是什么大事，

只是一时冲动而已。小英的父亲认为，孩子现目前已无大碍，自己也无意去追究学校的责任，只希望孩子以后不要再有这种行为。

咨询师意识到，小英的父亲并未充分意识到此次事件的严重性，而且在对待家人尤其是女儿的态度和教育理念方面，存在一定的偏差。咨询师于是就此话题与小英父亲进行了探讨，并给予了一些亲子关系和家庭教育方面的指导。咨询师强调了小英目前情况的危险性，建议其近期对孩子多加关注，并尽可能多地陪伴孩子，帮助其稳定情绪，给予精神上的支持与关爱。同时咨询师建议其在平时要多站在孩子的角度来思考和看待问题，除了关照生活之外，在精神和心理层面也要多一些关爱和陪伴。咨询师向小英父亲指出了小英身上的诸多优点，引导其欣赏孩子，以帮助促进孩子的健康发展。

当天晚上，咨询师联系到了小英母亲，并与其进行了电话沟通。母亲表示小英有这种极端的行爲已经不是第一次了，之前在发生冲突的时候也有过翻越窗户的情况，当时自己选择了报警处理。上午的事件发生之后，母亲接到了学校的情况通报，由于工作原因不能赶到学校，同时自己也认为情况没有那么严重，认为是孩子又在“闹”。于是母亲给孩子发了一条短信：“你闹够了没”。

针对母亲对于此次事件的看法，咨询师向其指出了其偏颇之处，强调了事件的严重性和危急性，并对那条短信可能引发的严重后果与母亲进行了探讨。小英母亲也意识到了自己举措的不妥之处。同时，咨询师与小英母亲探讨了母女关系的构建和平时对孩子的关爱、教育、引导等问题。小英母亲表示会在之后的相处之中，多关心、理解孩子，并采取一定的措施平衡其个人生活与照顾孩子的关系。

4.3 与老师的工作

事发第二天，咨询师来到小英学校，重点对其年级主任、班主任及语文老师进行了心理干预。

小英的年级主任是事发时的在场者，也是营救小英的主要人员之一。事发之后，其情绪波动很大，一直处于后怕的状态中，出现了呼吸困难、身体发抖和做噩梦的现象。针对这一情况，咨询师通过身体放松技术、认知疗法和梦的工作对年级主任进行了危机干预。干预之后，年级主任的情绪得到了很大缓解，能够较好地开展日常工作。

小英的班主任是去年入职的新老师，工作热情高，但年纪轻，带班经验较为欠缺。事件发生之后，该老师一直处于后怕的情绪中，并产生了能否胜任工作的自我怀疑，同时对于自己过去的工作方式和班级管理也有诸多反思，其焦虑失眠，心理压力很大。针对这一情况，咨询师对其进行了情绪疏导，引导其客观看待自身，同时对此次突发事件进行了探讨，帮助其总结教训，反思并提升工作方式。班主任老师的情绪在干预之后有了较大缓和。

小英的语文老师在此次事件中也扮演了重要角色。事件发生之后，该老师反思了自己的工作方式与和学生相处的点滴，同时也背负了重大的思想包袱和心理压力。咨询师引导其正确看待此次事件，并重点对自己在工作当中的一些不恰当的方式方法进行调整，以免造成学生不必要的误解，甚至恶性事件的发生。

除三位老师之外，咨询师与学校领导也进行了座谈，建议在学校层面针对小英返校做好相应的准备，重点是相关老师的工作和小英班级同学的态度，以为小英的顺利返校营造良好环境。同时，针对小英返校之后，老师应该如何与其相处，应该在哪些方面加以关注的问题，咨询师也给出了建议与指导。

此后的一周之中，咨询师持续与小英及其家长和学校老师保持联系和沟通。先后三次邀请小英及其家长来机构面谈，跟进其心理状况，同时也对学校相关工作的进展进行了解、建议和掌握。一周之后，小英顺利返校，并通过后续了解得知，小英返校之后适应良好，没有再出现大的情绪波动。

5 经验与反思

反思本次危机事件的干预处置，在事发当下的及时响应、对当事人的及时干预、家庭及学校方面的工作，以及后续事宜的处置等方面，都值得总结经验，需要加以重视。危机事件的干预是一项全过程、多面向的工作，工作的重点当然是当事人，但相关机制的完善、涉及面向的全面处置及善后工作的妥善开展等方面，都需要兼顾，以确保面面俱到，妥当无虞^[6]。

5.1 完善心理危机干预的响应及处理机制

本次事件中，社区街道事先所构建的“家庭-学校-社区-机构”这一四位一体的响应与处置机制充分发挥了作用。包括事发时的及时汇报、街道和机构的第一时间介入，以及后续各项善后工作的开展，都充分体现出这一机制“及时发现、迅速反应、专业干预、全面高效”的优势。因此，面对自杀等严重的危机事件，十分有必要在机制上进行先期的构建和完善，这样当事发之时才能够做到有备无患，迅速反应，在最大程度上减轻事件可能导致的严重后果，并有效帮助当事人走出困境。

5.2 注重“个人-家庭-学校”三个面向的工作

危机事件的发生，其首要工作的重点当然是当事人，并且工作开展的中心也应当是当事人本身。但事件的发生往往不是单一的原因所导致，事件所产生的影响更不会仅限于当事人本身。因此需要对相关的各个方面都加以考量，除了对当事人开展心理干预之外，也需要对其家人和学校的相关人员进行干预^[7]。这一全面性的思考路线和工作方向，尤其需要引起从业人员的重视。只有做到面面俱到，才能够使危机事件后续影响得到妥善解决。

5.3 重视事件后当事人的“软着陆”

本次事件中，小英是一位初一的学生，事件的妥善处理应以其安全返校并能够顺利继续学业为目标。因此，在完成初期的心理安抚工作之后，需要随后对其家长和学校进行一定的指导建议，家校合力，为小英的返校构建和谐的氛围和安全的环境。这一点在对学生危机事件的干预之中尤其要加以重视。解决学生危机事件之后的内心担忧，营造安全、和谐的外部环境，是实现其身心内外“软着陆”，避免后续危机事件反复的重要方面。

参考文献

- [1] 傅小兰, 张侃, 陈雪峰, 等. 中国国民心理健康发展报告(2019-2020) [M]. 北京: 社会科学文献出版社, 2021: 94-120.
- [2] 许辰, 彭李, 傅万艳, 等. 知觉压力影响青少年心理健康问题的路径分析 [J]. 重庆医学, 2022, 51

- (15): 2664-2667.
- [3] 马帅帅, 宋杨肖, 孙莹. 以学校为基础的儿童青少年心理健康促进干预研究进展 [J]. 中国学校卫生, 2022, 43 (5): 685-689.
- [4] 郭辉, 刘洋. 新时代青少年心理健康教育途径的探究与策略 [J]. 心理月刊, 2021, 16 (16): 212-213, 222.
- [5] 罗元珊. 例谈中学生突发心理危机干预及校园安全管理 [J]. 中小学心理健康教育, 2021 (1): 67-70.
- [6] 顾蓉. 应对初中生校园心理危机的干预策略 [J]. 新课程 (中学), 2019 (1): 213.
- [7] 梁娟. 例谈对因心理问题就医的中学生的危机干预流程 [J]. 中小学心理健康教育, 2022 (5): 3.

Crisis Intervention in a Case of Middle School Student Suicide —Practical Implementation of the Integrated Response Mechanism of “Family-School-Community-Institution”

Cheng Gang¹ Li Chunying²

1. City University of Macau, Institute of Analytical Psychology, Macau;

2. Lingnan Community Health Service Station, Xiangzhou District, Zhuhai City, Guangdong Province, Zhuhai

Abstract: This study reports a case of psychological crisis intervention in a middle school girl's attempted suicide. After the incident, the school, community, family, and professional psychological service institutions worked together to promptly and effectively complete the psychological intervention work for the party involved and her parents, as well as relevant teachers and classmates in the school. At the same time, various measures were taken to ensure the party's safe and smooth return to school. This case demonstrates the importance and effectiveness of the integrated response system of “family-school-community-institution” in the psychological crisis intervention work of middle school students, and suggests that in the process of crisis intervention, attention should be paid to the comprehensiveness of the work objects and the continuity of the work scope.

Key words: Middle school students; Suicide; Crisis intervention; Mechanism construction