

# 生态系统理论视角下高校心理危机干预探析

## ——以一则躁狂发作学生的危机干预工作案例分析为例

朱小红<sup>1</sup> 张天舒<sup>1</sup> 朱春维<sup>2</sup>

1. 深圳职业技术大学, 深圳;

2. 深圳大学, 深圳

**摘要** | 后疫情时代, 青少年精神障碍发生率逐渐上升, 大学生心理危机事件频发, 已成为影响校园和谐稳定的一个突出因素。探究心理危机预防干预的联动机制, 加强高校心理危机预防的早期识别和干预, 建立完善的危机防御体系, 是当前亟待攻克的重要议题。本文基于生态系统理论视角, 通过对一例双相情感障碍躁狂发作学生的危机干预工作案例分析, 从微系统、中系统、外系统和宏系统四个系统回顾对该名躁狂发作学生的处理经过与相应处理方法, 探索构建一种可行性好, 操作性强的心理危机干预模式与机制, 为高校心理危机干预工作提供具体可行的路径, 维护校园和谐稳定<sup>[1]</sup>。

**关键词** | 大学生心理; 生态系统理论; 危机干预策略

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/>



## 1 引言

后疫情时代, 大学生心理危机事件日趋严重, 受到了社会各界的广泛关注。各高校在教育部门的指导下, 配备了专门的工作场所与设备, 建立了专兼职队伍, 也逐渐形成了较为全面的“教育教学、实践活动、咨询服务、预防干预”的“四位一体”心理育人机制<sup>[2]</sup>。但在实际工作开展过程中, 仍存在机制不健全、家长心理健康意识薄弱、辅导员心理工作技能不足、各部门配合度较弱等困境。由于个体心理发展是由家庭、学校、社会等多因素影响而形成的, 要从源头上预防危机事件发生, 就要多维度改善学生的心理成长环境, 多部门加大协同力度, 构建科学系统的心理工作机制, 从根本上促进心理危机事件健康化。

生态系统理论奠基人尤·布朗芬布伦纳 (Bron Fenbrenner) 强调个体发展的主要影响来源于自然环

通讯作者: 朱春维, 深圳大学, 研究方向: 心理健康教育。

文章引用: 朱小红, 张天舒, 朱春维. 生态系统理论视角下高校心理危机干预探析——以一则躁狂发作学生的危机干预工作案例分析为例 [J]. 中国心理学前沿, 2024, 6 (6): 921-926.

<https://doi.org/10.35534/pc.0606105>

境的交互。生态系统由内到外分别为微系统、中系统、外系统和宏系统<sup>[3]</sup>。微系统是个体直接接触的内容与环境，如父母教养方式、学校老师的教导，朋辈间的相互帮助等；中观系统是指微系统中各因素的相互协同，包括家校合作、医校协同等；外系统是指所在学校或其他相关环境、医疗机构等对个体产生间接影响的因素；宏系统更强调时间维度与环境的相互作用，包括文化、制度等。大学生的成长，不仅受个人成长经历影响，还受家庭、学校、社会等多因素、多方面的影响。因此，在高校心理危机干预中建立良好的教育生态圈意义重大。本文从生态理论角度出发，结合双相情感障碍躁狂发作心理危机个案，聚焦学生个人成长的工作目标，探究将微观、中观、外部、宏观四个系统因素融入心理危机干预工作，各因素细深入、相交互、勤补充、长维护，在工作过程中要传递积极正向信念，转变合作工作观念，从不同维度稳定学生心理状态，培养学生积极的心态，努力构建一种可行性好，操作性强的心理危机干预模式与机制，以促进大学生个体身心的健康成长，维护校园环境的稳定与安全。

## 2 案例信息及事件干预过程

### 2.1 学生基本情况

D同学为某高校大二在读女生，家中长女，有一个小四岁的弟弟，家庭经济情况良好。D同学自小与父母共同生活，高一时父母回家乡创业，独自留在城市读高中，寄宿在小姨家。高二因躁狂发作被家人强制送医，治疗恢复出院后未再服药复诊。大学在校期间表现良好，加入院篮球队，室友、班委、队友均反馈D同学有上进心、性格温和，会主动带动室友学习，科任老师、篮球队教练反馈D同学文静、有礼貌、做事认真。入学心理测试结果无异常。

### 2.2 生态系统理论介入危机干预策略

心理危机预防与干预是一项长期而又系统的工作，仅仅依靠学生自身调整或学校教育是远远不够的，更需要从微观系统（家人、同伴、学校、人际）、中观系统（四要素的协同）与外系统（社区、学校职能部门、网络、医院），以及宏观系统（外系统的四要素协同）来协同工作，形成良好的教育生态圈，帮助该生走出心理困境，恢复健康心态。

#### 2.2.1 微系统细深入

微观系统主要包括该生本人、家长、同学与老师等<sup>[4]</sup>。通过微观系统的介入，能够真实了解该生平时的生活与学习状态，探究该生真实的内心世界与内心冲突。

某日，辅导员发现D同学频繁发布朋友圈且内容多为自问自答。辅导员发现该生发朋友圈行为异常后，第一时间找到学生，与学生在谈话室谈心谈话。谈话期间，学生精神亢奋，思维奔逸，滔滔不绝，话语夸大且主题极易随境转移。为全面了解D同学在校情况，与其室友、篮球队队友和体育老师沟通，了解D同学因受伤不能上场参加比赛，在场下指挥队员参赛时引发人际冲突，在球场和朋友圈均表达出和人单挑球技的话语。同时，旷课在网吧通宵，睡眠减少，但精神爽快。了解该生基本情况后，辅导员立即联系家长，告知家长该生在校情况，家长反馈学生在高中曾有类似情况，曾被家人强制送医住院治疗。

微观系统层面的工作，是心理危机干预工作最为重要的基石。辅导员通过与老师、室友、家人的深入沟通，可以更加细致地搜集学生的相关信息，包括生活节律、家庭结构、人际关系、学业情况、社会事件、应激事件源、可利用资源等。在此基础上，共情与接纳学生的身心状况，真诚地与学生建立情感连接，疏导与稳定学生的不良情绪，预防学生极端行为的发生。

### 2.2.2 中系统相交互，外系统相补充

中观系统主要是指家庭、同伴、网络、学院这四个因素的协调互动。通过这四个要素的协调互动、密切配合，帮助学生渡过心理危机。外系统主要是指学校心理咨询师、学校其他管理部门，医院、警察、学生的重要他人等社会支持系统，是学生面临困境时可利用的资源。微系统与中系统偏向与自我反思、自我调适，而外系统则是重要社会关系的支持与帮扶，共同协助，从外层面帮助学生。

微系统细深入了解D同学情况后，辅导员立刻汇报学院领导，成立危机干预小组，启动心理危机干预程序，由领导启动学工处、保卫处、校医、心理中心等多部门协同工作，学工处主要由心理中心老师前往启动心理疏导工作，保卫处统筹安排相关球场、楼栋等公共场所的安全，校医院做好发生紧急意外伤害时能第一时间救治的准备，并告知作为学生第一监护人的家长第一时间到校陪同就诊，承担监护人的责任与义务。在等待家长到校的过程中，D同学强行要到球场和球友切磋。辅导员无法强制阻拦，便跟随到球场在场陪同进行单线干预，学院领导、体育部老师（教练）、保卫处保卫人员、增派的辅导员均在校篮球场协助现场安全维护，轮流看护，密切关注一举一动。在此期间学生情绪亢奋、语词冲动、拒绝沟通，拒绝辅导员的陪同，并表示“再跟着就要跳下来，不要跟家人回家或就医”。

危机干预小组商讨后决定，先拨打120和110电话，待家长来校后与学生尝试沟通，如果沟通无效，获得家长授权即刻采取强制措施，由120送往医院就诊或报警由公安强制送医。学生母亲、小姨、舅舅和小姨夫到校后，由D同学关系较好的舅舅和队友分别沟通，D同学仍反应激烈，强烈拒绝回家与就诊。后经劝说家长同意110前来协助，D同学在队友、家属、医生、警察陪伴下前往精神专科医院就诊，并办理住院手续。医生打了镇定针后，D同学状态逐渐平稳。D同学确诊为双相情感障碍躁狂发作，表示想要回校参加考试。经辅导员核实该考试为校外篮球赛活动及大学英语四级考试。因学生状态不宜参加考试，医生建议住院规范治疗一个月。同时，辅导员协助处理请假事宜，为学生提供临时困难补助申请渠道，但家长表示能承担医疗费用，暂时未申请学校困难补助。因确诊为双相情感障碍，社康、派出所等均联系到学校获取D同学的动向信息，给予关心与问候。由于发现该生情况较为及时，并迅速启动危机干预方案，及时送医就诊治疗，使学生病情得到及时有效的治疗，规避之后出现的危机和不确定风险。

### 2.2.3 宏系统长维护

宏系统是指外系统多要素的协调联动，宏系统更强调时间维度上对该生进行帮扶。双相情感障碍作为一种慢性疾病，它的严重性和发病的频率会随着时间的增加而增加<sup>[3]</sup>。对于D同学而言，最大的挑战就是学习如何分辨他们的情绪在正常水平，还是指示性的躁狂心境波动或抑郁的心境低落。因此需要引导该生积极配合药物治疗，保持服药依从性，并定期预约心理咨询学习识别情绪技巧。此外，D同学很难仅靠自己来识别自身心境的变化，但是亲朋好友可以觉察到该生的精神状态的异常，及时发现她情

绪的波动和变化。因此,需要微观系统、中观系统和外观系统的协调联动,对该生的心理健康状况进行关注、跟踪、疏导,动态了解与帮扶,有助于从本质上帮助该生觉察自我,建立稳定情绪。同时,家校还需从积极心理学的角度,培育其积极乐观、百折不挠的良好心理品质。

D同学在住院、出院、假期居家休息期间,辅导员和院领导均与同学保持定期关爱与支持,协助配合处理学校事务、期末考试、请假事宜等,提供学校资助信息和渠道。在共同帮扶下,D同学经历3个月的治疗,按时服药复诊,定期预约校心理咨询,情绪状态趋于平稳。经医院精神科医生诊断和学校心理中心复学评估后,D同学重新回到球队参加比赛,和班级寝室同学相处适应良好,恢复日常的生活,学业也逐渐回归正常状态。

### 3 经验启示

#### 3.1 完善心理危机筛查与评估,建立重点关注学生心理档案

案例中D同学在入学心理筛查中未见异常,且在初步访谈时未透露有确诊史,而双相情感障碍的复发率较高,在同学复发后家长才透露告知有确诊史,信息的闭塞给辅导员工作增加难度。因此应结合测评数据、谈话、观察和学生干部反馈等多方位筛查评估,在家校日常沟通时也询问家长学生过往的生理及心理就诊情况,把有心理确诊史的学生也纳入重点关注名单,在重点预警时期(如开学季、考试周、毕业季及重大生活变故等)与学生谈心谈话,实时关注学生现实表现与思想动态,并把家校、师生通话记录、聊天记录、学生的新生成长报告、心理量表评估报告、在校心理咨询预约记录、过往就诊病例等材料建档立卡,按照一类危机名单、二类危机名单、三类危机名单分类更新预警名单,整理危机档案,制定高危学生干预方案,定期与心理中心专职咨询师开展心理研判,做到心中有“数”,手中有“术”。

#### 3.2 完善生态教育系统,建立良好的教育生态圈

危机干预是一项应急性事件,责任大、强度大、时间紧。最大化挖掘微观系统(家人、老师、朋辈)、中观系统(家校、医校)与外系统(社区、校保卫处和心理中心等其他管理部门、网络、医院、警察),以及宏观系统(外系统的四要素协同)来协同工作,形成良好的教育生态圈<sup>[4]</sup>。在本次干预过程中,警方、医疗的帮助对学生的救助意义重大。在获得监护人授权后,警方对未造成“社会危害”的行为不主动干预,“未造成伤亡”时医院又需要警方的授权才能实施救助干预,因此要提前做好干预系统搭建,畅通多方联动通道,可大幅提升心理危机干预效率,争分夺秒科学保护学生生命安全。

#### 3.3 加强辅导员心理危机识别与干预能力

目前各高校心理学专业辅导员比例低,单列招聘心理专业的辅导员的高校屈指可数,而谈心谈话、心理筛查与危机识别是辅导员重要工作内容,因此学校要重视辅导员学工队伍心理专业技能的培训,加强心理健康专业知识储备,针对性培训抑郁焦虑症状、双相情感障碍、精神分裂等心理或精神疾病的专业知识,提升危机识别和干预能力,做到早发现,早干预,早治疗<sup>[6]</sup>。

### 3.4 注意药物治疗与情绪疏导相结合

对于患有双相情感障碍的同学来说,药物治疗和情绪疏导是相辅相成的,药物治疗是必须的,必要的情绪疏导也不可忽视<sup>[3]</sup>。情绪疏导能让学生更好地应对日常生活中出现的抑郁情绪,让“大事化小”“化危机为转机”,也能提升学生的自我认同感、提振自信心。

### 3.5 积极开展心理健康教育、生命教育

学校应重视心理健康教育的创新性开展,利用《大学生心理健康教育》课讲授自我意识与人格完善、人际关系与社会支持、精神障碍与心理危机预防等专题,丰富大学生的心理健康知识;同时开设心理选修课,通过心理知识宣讲、情景模拟、团体辅导、角色扮演等学生喜闻乐见的形式普及心理健康知识,帮助学生在认识自我、情绪调适、人际交往、升学择业、学会学习和社会适应六大方面获得发展,培养良好的心理韧性,提升人际交往技能和挫折应对能力。同时,将生命教育纳入学校课程体系,让生命教育与思想政治教育、道德教育、心理健康教育等内容共同融入思想政治教育课程大体系中去<sup>[5]</sup>;积极开展生命教育主题班会,有目的、有计划地开展生命教育,引导大学生敬畏生命、热爱生命,减少大学校园悲剧的发生。

## 参考文献

- [1] 郝冰清. 大学生心理危机重点个案跟踪反馈机制探究——以一则躁狂发作学生的危机干预工作案例分析为例[J]. 教育现代化, 2020, 7(33): 156-159.
- [2] 陈建俏, 鲁萍. 生态系统理论视角下高校心理危机干预探析——构建“四纵五横”心理危机联动网[J]. 北京教育(德育), 2023(11): 72-75.
- [3] 刘惠娟, 宋新硕, 邓华. 生态系统理论视角下高职院校心理育人探析[J]. 教育与职业, 2022(6): 94-99.
- [4] 乔海霞, 董志文. 生态系统理论介入大学生心理危机干预1例[J]. 校园心理, 2023, 21(4): 298-301.
- [5] 贺永泉, 王艳红. 强化生命意识教育培塑健康向上的生命价值观——对乐山市中学生生命意识状态的调查与思考[J]. 中共乐山市委党校学报, 2018, 20(6): 99-103.
- [6] 杜召辉. 辅导员在大学生心理危机干预中的角色定位及工作策略[J]. 教育教学论坛, 2020(13): 124-125.

## Case Study of Crisis Intervention in Bipolar Disorder-based on Ecosystem Theory

Zhu Xiaohong<sup>1</sup> Zhang Tianshu<sup>1</sup> Zhu Chunwei<sup>2</sup>

1. Shenzhen Polytechnic University, Shenzhen;

2. Shenzhen University, Shenzhen

**Abstract:** In the post-epidemic era, the incidence of adolescent mental disorders is gradually increasing, and the psychological crisis of college students is frequent, which has become a prominent factor affecting the harmony and stability of campus. To explore the linkage mechanism of psychological crisis prevention and intervention, strengthen the early identification and intervention of psychological crisis prevention in colleges and universities, and establish a perfect crisis defense system are the important issues to be solved at present. Based on the perspective of ecosystem theory, through the case of bipolar disorder manic students crisis intervention case analysis, from micro system, system, external system and macro system of the manic students and corresponding methods, explore to build a good feasibility, operational psychological crisis intervention mode and mechanism, for college psychological crisis intervention to provide concrete and feasible path, maintain the campus harmony and stability.

**Key words:** College students psychology; Ecosystem theory; Crisis intervention strategy