

山东轻工职业学院文件

鲁轻院学字〔2021〕35号

山东轻工职业学院 关于印发《学生心理危机干预办法》的通知

各系（院）：

《学生心理危机干预办法》学校已经审定通过，现印发给你们，请遵照执行。



山东轻工职业学院学生心理危机干预办法

第一章 总 则

第一条 为深入贯彻落实《中共教育部党组关于印发〈高等学校学生心理健康教育指导纲要〉的通知》（教党〔2018〕41号）等文件精神，进一步加强和改进我校学生心理健康教育工作，更好地帮助处于心理危机状态的学生渡过难关，做到心理问题提前预防、及早发现、及时疏导、有效干预，减少学生因心理危机带来的各种损失，促进学生健康成长，特制定本办法。

第二条 心理危机干预是指对处于心理危机状态的个人及时给予适当的心理援助，使其症状得到缓解甚至消失，心理功能恢复到危机前的水平，并获得新的应对技能，以预防将来心理危机的发生。

第二章 组织机构

第三条 学校成立学生心理危机干预工作领导小组。领导小组由分管学生工作的校领导任组长，成员由学生工作处、团委、宣传部、教务处、保卫处、后勤处和各系（院）负责人组成，领导小组下设办公室，办公室设在工作处心理健康教育中心，由心理健康教育中心负责人任主任，成员由各系（院）分管学生工作的副主任组成。

领导小组负责全面规划和领导学校学生心理危机干预工作，指导相关系（院）、部门认真履行危机干预工作，为重大学生心理危机事件的处理做出决策。办公室具体负责学生心理危机干预

工作。

第四条 心理健康教育中心牵头成立由各系（院）心理辅导员和校外心理专家组成的学生心理危机鉴定与干预小组，负责对学生心理危机进行评估，制定危机事件处理方案，实施危机风险化解。

第五条 各系（院）的学生心理危机干预工作由各系（院）党总支书记负责，全体教职员工均有责任和义务，各系（院）学生管理队伍尤其是心理辅导站应积极协助本系（院）领导抓好学生心理危机干预工作。

第六条 各系（院）应积极组建学生心理健康社团，充分发挥学生心理健康社团骨干、班级心理委员、宿舍心理观察员等在学生心理危机干预中自我教育、自我管理、自我服务的作用。

第三章 预防教育

第七条 做好学生心理危机干预工作要立足教育、重在预防。心理健康教育中心要对学生进行生命教育，引导学生热爱生活、珍爱生命、善待人生；要对学生进行自我意识教育，引导学生正确认识自我，悦纳自我，发展自我，树立自信、消除自卑；要对学生进行危机应对教育，让学生了解什么是危机，在什么情况下会出现危机，哪些言行是极端倾向的预兆，对出现极端倾向的人如何进行帮助和干预。

第八条 各系（院）要在学生中大力普及心理健康知识，引导学生树立现代健康观念，要针对学生中广泛存在的环境适应问

题、情绪管理问题、人际交往问题、恋爱与性的问题、学习方法问题等展开教育；要通过特色鲜明的主题班会、形式多样的心理健康教育活 动，帮助学生优化个性心理品质，增强心理调适能力，提高心理健康水平。

第四章 干预对象

第九条 存在心理危机倾向与处于心理危机状态的学生是关注与干预的对象。对存在下列因素之一的学生，应作为心理危机干预的特别关注对象：

（一）在新生心理普查中筛查出来的可能存在严重心理问题的学生。

（二）在学习方面遭遇重大挫折后出现心理或行为异常的学生，如第一次出现不及格科目的优秀学生、需要重修多门功课的学生等。

（三）生活中遭遇突然打击后出现心理或行为异常的学生，如家庭发生重大变故（亲人死亡、父母离异、父母下岗、家庭暴力等）、遭遇性危机（性侵犯、意外怀孕等）、受到意外刺激（自然灾害、车祸等）的学生等。

（四）感情受挫后出现心理或行为异常的学生。

（五）在人际关系方面失调后出现心理或行为异常的学生，如当众受辱、与老师或同学发生严重人际冲突的学生。

（六）患有严重心理疾病，并已经专家确诊的学生，如患有抑郁症、恐怖症、强迫症、癔症、焦虑症、精神分裂症等疾病的

学生。

(七)由于身边的同学出现危机状况而心理受到严重影响的学生，如自杀或他杀者同宿舍、同班级的学生等。

(八)因严重网络成瘾行为而影响其学习及社会功能的学生。

(九)由于其他原因导致出现心理或行为异常的学生，如经济特别贫困、身体患有严重疾病等。

第十条 对近期发出下列警示讯号的学生，应作为心理危机的重点干预对象及时进行危机评估与干预：

(一)谈论过自杀并考虑过自杀方法，包括在信件、日记或乱涂乱画中流露出死亡念头的。

(二)不明原因突然给同学、朋友或家人送礼物、请客、赔礼道歉、述说告别的话等行为明显改变的。

(三)情绪突然明显异常的，如特别烦躁或情绪异常低落，或情绪突然从低落变为平静，或饮食、睡眠发生严重改变等。

第五章 早期预警

第十一条 建立学校、院系、班级、宿舍“四级”预警防控体系：

(一) 宿舍预警

设立宿舍心理观察员，及时了解和掌握本宿舍同学的心理健康状况，在遇到紧急情况时主动关心同学，并及时向上级监控汇报。

（二）班级预警

设立班级心理委员，学生会心理部等，充分发挥骨干学生的作用，关心同学，并加强思想和感情上的联系和沟通，一旦有异常情况发生，能够做到及时发现、及时向辅导员报告。

（三）院系预警

各系（院）专兼职教师和学生管理人员要关爱学生，密切关注学生的异常心理、行为。各系（院）辅导员尤其是心理辅导员应深入到学生中去，有针对性地与学生谈话，帮助学生解决心理困惑，如发现重要情况，要立即向学校相关领导、相关部门报告，并在专业人员指导下及时对学生干预。

（四）学校预警

1. 建立学生心理健康普查制度。每年新生入学后，心理健康教育中心对全校新生进行心理健康普查，建立学生心理健康档案，并将普查中筛选出的可能存在严重心理问题的学生信息反馈给各系（院），与各系（院）一起对这些学生做好心理危机的预防与辅导工作。

2. 学校心理咨询人员要有心理危机干预及自杀预防意识，在心理辅导或咨询过程中，如发现处于危机状态需要立即干预的学生，要及时采取相应的干预措施，确保学生人身安全。

第六章 危机干预

第十二条 对有严重心理障碍学生的干预措施

（一）对有严重心理障碍的学生，心理健康教育中心应转介

到精神卫生专科医院对其进行评估或会诊，由医生提供诊断结果和治疗意见。

1. 如评估其可在校边学习边治疗，建议家长陪读，所在系（院）要密切关注学生情况，及时提供心理辅导，必要时建议家长送医进行专家会诊、复诊。

2. 如评估需回家休养并配合药物治疗的，通知学生家长将学生带回家休养治疗，在家长未到校前学校应安排专人监护、注意安全。

3. 如评估需住院治疗的，学校应告知家长将学生送至专业精神卫生机构治疗。

（二）心理健康教育中心负责把医生诊断结果和治疗意见反馈给各系（院）和学生家长，并对有关心理专业方面的疑问进行解释。

第十三条 对有自杀意念学生的干预措施

发现或知晓某学生有自杀意念，即该生近期有实施自杀的想法和念头，要密切关注，视其严重程度采取以下措施：

（一）系（院）立即将该生转移到安全环境，并成立监护小组对该生实行 24 小时全程监护，确保该生人身安全，同时通知该生家长到校。

（二）心理健康教育中心组织专业人员对该生的心理状况进行评估，并提供干预意见。

1. 如评估该生住院有利于其心理康复，心理健康教育中心应

告知家长将其送至专业精神卫生机构治疗。

2. 如评估该生回家休养治疗有利于其心理康复，心理健康教育中心应通知家长将该生带回家休养治疗。

第十四条 对实施自杀行为学生的干预措施

（一）对实施自杀行为的学生，应按照学校《突发事件总体应急预案》要求，由最先发现或接到发生突发事件的部门和个人第一时间向学校应急领导小组办公室报告，并采取有效措施，进行先期处置。

（二）按照要求及时保护、勘察、处理现场，防止事态扩散和对其他学生的不良刺激，并配合、协调有关部门对事件调查取证。

（三）对自杀未遂的学生，由心理健康教育中心进行评估，确定相应的干预措施，如住院治疗有利于心理康复，通知家长送至专业精神卫生机构治疗，如回家休养治疗有利于其心理康复，在其病情稳定后由家长将其带回家休养治疗。

（四）正确应对新闻媒体，防止不恰当报道引发负面影响。

第十五条 对有攻击他人意念或行为学生的干预措施

（一）对有攻击他人意念或行为的学生，由相关部门立即采取相应措施，保护双方当事人安全。

（二）由心理健康教育中心对该生的心理状态进行评估并提供干预意见，学校根据评估意见进行后续处理。

第十六条 对危机知情人员的干预措施

危机过后，需要对知情人员进行干预。可以利用支持性干预或团体辅导策略，协助经历危机的学生及相关人员，正确处理危机遗留的心理问题，尽快恢复心理平衡，减少由于危机造成的负面影响。

第七章 后期跟踪

第十七条 因心理危机而休学的学生申请复学时，应首先向学校出具县级以上精神卫生专科医院提供的心理疾病康复证明，并由学校心理健康教育中心进行鉴定后，按学校学生管理规定办理复学手续。

第十八条 学生复学后，各系（院）应对其学习生活进行妥善安排，帮助该生建立良好的支持系统，引导同学避免与其发生激烈冲突。同时安排班级心理委员、宿舍心理观察员等对其密切关注，了解其心理变化情况。辅导员每月至少与其谈心一次，并通过其他同学随时了解其心理状况。

第八章 工作保障

第十九条 做好学生心理危机干预工作是一个系统工程，是一项长期任务，为切实保障开展，应做好以下工作：

（一）培训工作。心理健康教育中心对辅导员、班级心理委员、宿舍心理观察员等实行定期培训。

（二）上报工作。建立校园心理危机事件及时上报机制，学校在7日内把本校危机事件及处理办法上报至山东省高校工委和山东省教育厅。

(三) 排查工作。各系(院)心理辅导站,每月排查本系(院)全体学生中存在心理问题的学生情况,填写《山东轻工职业学院学生心理危机排查汇总表》并报送心理健康教育中心。心理健康教育中心将根据报送的材料,评估学生心理问题的严重程度,及时与相关学生的辅导员进行沟通,并对其中需要心理干预的学生采取相应的心理辅导与干预。

(四) 备案工作。学生自杀事故发生后(含已遂和未遂),学生所在系(院)在事故处理后应将该生的详细材料(包括遗书、日记、信件复印件等)提供给心理健康教育中心备案,填写《山东轻工职业学院学生心理危机事件情况表》。

(五) 鉴定工作。学生因心理问题需退学、休学、转学、复学的,其病情应经心理健康教育中心鉴定,或到精神卫生专科医院进行鉴定。

(六) 保密工作。参与危机干预工作的人员应对工作中所涉及干预对象的各种信息严格保密,不得随意透露学生的相关信息。

第九章 责任追究

第二十条 全校各部门尤其是参与危机干预工作的各部门及其工作人员应认真履行职责,对失职造成重大事故的,对部门或个人实行责任追究。

第十章 附 则

第二十一条 各系(院)应针对本系(院)学生的实际情况,

本着教育为主、及时干预、跟踪服务的原则，制定好各系（院）学生心理危机干预工作的具体措施，畅通学生心理危机的早期预警通道，经常性地对本系（院）有心理问题的学生进行逐一分析。

第二十二条 各系（院）在开展危机干预与危机事故处理过程中，应做好资料的收集与证据保留工作。

第二十三条 本办法由学生工作处负责解释，自发布之日起实施。

- 附件：1. 山东轻工职业学院学生心理危机处理工作指引
2. 山东轻工职业学院学生心理危机排查汇总表
3. 山东轻工职业学院学生心理危机事件情况表

附件 1

山东轻工职业学院 学生心理危机处理工作指引

一、如何识别和帮助心理危机人员

（一）如何识别

以下情况是心理压力超过应对能力的征兆，存在得越多且持续的时间越长的人就越需要帮助。

1. 直接表露出痛苦、抑郁、无望或无价值感。
2. 易激惹，过分依赖，持续不断地悲伤或焦虑，常常流泪。
3. 注意力不集中、成绩下降、经常缺勤。
4. 孤僻、人际交往明显减少。
5. 无缘无故地生气或与人敌对。

6. 行为紊乱或古怪。

7. 酒精依赖，睡眠、饮食或体重明显增减，过度疲劳，体质或个人卫生状况下降。

8. 任何书面或口头表达出的内容像是在临终告别或透露出自杀的倾向，如“我会离开很长一段时间……”。

9. 出现自伤或自杀行为。

10. 遭遇突然打击或受到意外刺激后出现心理或行为异常。

（二）如何帮助

1. 不要告诉他们“不要太担心”之类的话。切记他们有他们自己的感受，而不应去评判他们感受的对与错。

2. 避免说些空洞的话语。如“很多人的情况比你更惨”，“一切都会好的”，这些话通常是起不了丝毫作用的。

3. 让他们讲述其经历给他们带来的感觉。

4. 帮助他们思考处理问题的方法。询问他们在如何关注自己的情况？为了减轻自己的压力他们能做些什么？

5. 要认真倾听他们解决问题的方法。告诉他可以采取什么行为？这些解决问题的方法优点是什么？不足和危险是什么？没有考虑到的有哪些？

6. 帮助他们找到可以为其提供帮助的支持系统或者咨询服务机构。

7. 帮助他们寻找、建立危机调控信息卡片，上面列有他本人认为可以信任的人的电话及地址，以便在他们想倾诉或寻求帮助时可以及时找到这些人。

8. 不要以为当他们不再谈及他们的问题时就没事了。要问他们事情现在怎么样了？有什么变化？并指出他们在解决其问题时做出的努力。

二、危机干预主要流程及其所遇阻抗和应对策略

（一）主要流程

发现-报告-处理-追踪归档

1. 针对正处在紧急危机中的案例：

如学生准备或正在实施自杀行为的情况，一经发现，发现者需要报告学生工作处、保卫处以便现场采取适当保护措施；同时报告心理健康教育中心，以便心理危机干预人员马上赶赴现场协同处理。

2. 针对自杀已经发生的案例：

发现者应当迅速报告学生工作处、保卫处，同时报告 110、

120，并尽快确认当事人身份。对于刚刚发生的事情，首先考虑将当事人尽快送医院抢救，同时采取措施保护现场；对于已经确定亡故的，注意采取措施保护现场，防止事情进一步扩散造成不良影响。

（二）发现环节

早发现是危机干预工作的关键环节。辅导员、班级心理委员、宿舍心理观察员是与同学接触较多的人员，也比较容易了解情况、发现情况，因此他们是预防心理危机事件的重要力量。

影响早发现问题的原因，主要是由于人们缺乏识别心理问题的相关知识。应进行心理健康知识、危机干预知识的培训，让更多人了解：哪些大学生是自杀的高危人群；有自杀倾向者的思维、情绪和行为表现；抑郁症、精神分裂症的症状与表现。提高应对心理危机对象的敏感性与觉察力，加强心理危机事件的防控能力。

各系（院）应针对本系（院）学生的实际情况，本着教育为主、及时预防、跟踪服务的原则，制定好本系（院）学生心理危机干预工作的具体措施，畅通学生心理危机的早期预警通道，经常性地对本系（院）有心理问题的学生进行逐一分析。对心理危机高危群体给予特别关注，随时掌握心理高危学生的心理变化。

（三）报告环节

发现者可以同时向各系（院）和学生工作处心理健康教育中心报告。报告内容需要包括：当事人基本信息，例如当事人姓名、所在院系、学号；报告人及当事人的联络方式；当事人异常表现、近期生活事件、支持系统、情绪状态以及自我评价、自知力（即

自我意识状态); 报告者的处理(报告者做了什么); 当事人情况的知情者等(谁知道当事人的危急情况, 家长是否知道)。

妨碍发现者报告危急情况的主要阻力与应对策略:

1. 危机状况认识不明确

发现者感觉当事人的情况异常, 但是不能确定是否已是需要报告的危机、不了解危机的报告流程、不清楚危急情况上报的重要性与相关后果, 造成危机状况不能及时上报。

需要明确为什么报告? 将当事人心理危机的情况上报是对他人的关爱与保护, 有助于其及时获得辅导与治疗。需要明确向谁报告? 可以告知辅导员或心理健康教育中心, 可以电话报告也可以陪当事人直接来心理健康教育中心做评估。

2. 对精神疾病的歧视

认为患有精神疾病是当事人的耻辱, 报告可能使当事人受伤; 认为上报后当事人会送往医院受到不人道的待遇; 认为住过精神病院的当事人今后可能会被同学排挤、特别对待等。这就需要普及精神疾病以及心理健康知识, 改变对于精神疾病的不良态度。

3. 当事人要求保密

发现者担心报告就是泄密, 不够朋友。这就需要确立面对自杀危机时, 生命安全第一的观念; 需要了解当事人可能处于自制力不完全的状态, 当事人并不能清楚的意识到自己的言行后果, 更无法为自己的言行负责。此时可以向心理健康教育中心人员请教。

4. 当事人的利益会受到影响

发现者担心当事人会被送往医院、要求休学甚至退学。所以需要了解当事人的危急情况上报会使当事人立即得到治疗，会得到老师、父母及同学的帮助与关心；而如果不及时上报，会延迟治疗时机，耽误治疗关键期。

（四）处理环节

1. 各系（院）直接向学校心理健康教育中心报告。

2. 心理健康教育中心老师需要耐心倾听，了解并澄清关键信息，慎重、及时评估。

3. 心理健康教育中心老师根据当事人的实际情况提出处理建议。例如是否需要送往医院确诊、是否需要联系家长、要求各系（院）以及同学帮助等。凡是评估有精神分裂、重度抑郁、暴力倾向、自杀等危险者，建议给予 24 小时监护，及时联系家长，帮助转介到精神卫生专科医院等。

4. 处理因应激事件引发的危机个案，应当注意与相关人员或单位的沟通，以修复或建立支持系统，或获得解决问题的必要资源，如亲子冲突事件与父母的沟通、恋爱冲突事件与恋人的沟通，学习问题与教师和教务部门的沟通等。

（五）追踪归档环节

学校心理健康教育中心的老师需要积极与各系（院）取得联系，对当事人进行心理追踪，了解当事人最新情况以及处理建议的落实情况。辅导员动员班级心理委员、宿舍心理观察员等对当事人进行长期关注，培养支持力量。并将处理建议、处理情况、所做工作记录归档。

附件 2

山东轻工职业学院学生心理危机排查汇总表

系（院）（盖章）:

心理辅导站站长（签字）:

填表时间： 年 月 日

系（院）学生总数:					“已关注对象”人数:		“本月新增预警对象”人数:		
一、已关注对象									
序号	姓名	学号	性别	班级	关注起止时间	心理行为表现	干预措施及效果	辅导员 (专/兼职)	
1									
2									
3									
二、本月新增预警对象									
1									
2									
3									

说明：1. 心理行为表现，包括情绪状况、精神状态、行为表现、人际关系等方面；2. 干预措施，包括辅导员约谈、心理咨询、团体辅导，或转介至精神卫生专科医院等。3. “已关注对象”原则上应包括最近一次心理排查工作中所上报的对象，若学生出现休学、退学、参军、解除关注等情况可在表中说明。4. “本月新增预警对象”为通过本次心理危机排查所排查到的预警对象。

附件 3

山东轻工职业学院学生心理危机事件情况表

基本信息	姓名		籍贯		性别、年龄	
	系(院)、 班级		联系方式		处理时间	
事件简述						
处理方案						
处理结果						
备注						

说明：此表由心理健康教育中心填写。

山东轻工职业学院党政办公室

2021年3月29日印发