

高校家校协同干预大学生心理危机的问题与对策

林雪

武汉文理学院

DOI:10.32629/mef.v8i18.17004

[摘要] 近年来,大学生心理危机事件的数量呈现逐年上升的态势,大学生心理健康问题也一直受到全社会的广泛关注,家庭和学校作为解决大学生心理问题的两大支撑力量,有效的家校协同合作方式对解决大学生心理困难问题具有重要意义。本研究通过三个在校大学生现实案例,总结出了目前高校在处理心理困难学生的问题时,家校协同过程中存在的不足:对学生异常行为的捕捉和分析缺乏全面性和科学性;家长对心理健康缺乏正确的认知;家校协同存在严重滞后性,缺乏完善的协同干预机制。针对以上不足,建议通过以下三种途径完善家校协同方式:搭建数字化家校信息共享平台,增进家校互动;普及家庭心理健康教育知识,提升应对能力;构建家校协同干预机制,形成教育合力。

[关键词] 家校协同; 大学生心理健康; 心理危机

中图分类号: G455 **文献标识码:** A

Problems and Countermeasures of School-Family Collaborative Intervention in College Students' Psychological Crisis

Xue Lin

Wuhan College of Arts and Sciences

[Abstract] In recent years, the number of psychological crisis events among college students has been increasing annually, and the mental health issues of college students have long attracted widespread attention from the whole society. As the two core supporting forces in addressing college students' psychological problems, families and schools play a crucial role. Effective home-school collaboration approaches are of great significance for resolving college students' psychological difficulties. Based on three real-world cases of college students, this study summarizes the existing deficiencies in home-school collaboration when universities deal with students with psychological difficulties: insufficient comprehensiveness and scientificity in capturing and analyzing students' abnormal behaviors; parents' lack of correct cognition of mental health; severe lag in home-school collaboration, and the absence of a sound collaborative intervention mechanism. To address the above deficiencies, this paper proposes three approaches to improve home-school collaboration: establishing a digital home-school information sharing platform to enhance interaction between families and schools; popularizing family mental health education knowledge to improve coping capabilities; constructing a home-school collaborative intervention mechanism to form a synergy in education.

[Key words] Home-School Collaboration; College Students' Mental Health; Psychological Crisis

1 引言

1.1 研究背景

2021年7月7日,教育部办公厅印发了《关于加强学生心理健康管理工作的通知》(教思政厅函〔2021〕10号),通知中明确要求加强源头管理,增强学校、家庭和社会教育合力,全方位提升学生心理健康素养。通知要求在加强结果管理方面应大力构建家校协同干预机制。对于入学时就确定有抑郁症等心理障碍的学生,学校组织校内相关专业人员进行研判,及时将干预方案

告知家长,与家长共同商定任务分工。学生出现自杀自伤、伤人毁物倾向等严重心理危机时,学校及时协助家长送医诊治。由此可见,学校和家庭在学生的心理健康教育中都有着举足轻重的作用。如何使这两者协调一致,从而发挥最大效用,深入探索家校协同的方式是非常有意义的。

家庭系统理论认为,任何孩子的任何症状,都不仅仅是孩子自己的问题,孩子是家庭的一员,也是整个“系统”的一部分,在一个系统中,孩子的言行不断影响周围人,也会受家庭其他成

员的影响。因此，在面对学生心理困难事件并进行心理治疗时，除了关注症状本身，还需要了解行为或情绪产生的整个背景环境，关注学生的家庭。学校作为思想政治教育与心理健康教育的主阵地，承担着引导学生树立正确世界观、人生观、价值观的重要职责。但在实践中，家庭与学校往往各自为战，缺乏有效的协同联动，导致心理健康教育效果大打折扣。因此，从思想政治教育视角探索家校协同育人路径，破解大学生心理困难问题，具有重要的现实意义与时代价值。

1.2 研究意义

1.2.1 理论意义：本文将家庭系统理论和心理健康教育理论相结合，丰富了大学生心理健康教育的理论体系，为家校协同育人提供了新的理论视角与理论支撑，拓展了心理健康教育的研究领域与实践边界。

1.2.2 实践意义：通过分析典型案例，揭示当前家校协同育人中存在的实际问题，提出具有针对性、可操作性的优化路径，有助于提升高校心理健康教育工作水平，增强家庭心理健康教育能力，促进大学生身心健康发展，为培养担当民族复兴大任的时代新人奠定坚实基础。

1.3 研究现状

近年来，大学生心理健康问题受到了广泛关注，家庭和学校作为大学生重要的两大支持系统，在面对学生心理困难问题时，需要共同发力，因而，国内外对心理健康的家校协同方式进行了一些探索，目前主要的家校协同方式停留在心理危机事件家校信息互通阶段，在大学生心理危机事件发生时，学校往往会通过电话、邮件或书面形式告知家长学生情况，并要求家长配合采取后续干预措施，包括签署知情同意书、参与治疗规划、陪读、休学等。国外方面，美国、英国等发达国家较早建立了家校协同心理健康服务体系，如美国依据《家庭教育权利和隐私法案》（FERPA），在紧急情况下允许高校向家长披露学生心理信息，形成了学校、家庭、医疗机构联动的干预机制；英国通过“家长参与学校心理健康计划”，加强对家长的心理健康知识培训，提升家庭支持能力。国内方面，学者们多从高校视角出发，探讨心理健康教育模式、危机干预机制等，如郝旭东（2023）研究了新时代大学生心理健康教育家校联合的路径，提出构建“学校主导、家庭参与、社会支持”的协同体系；张一（2024）通过实证研究，分析了大学生主观幸福感、情绪调节与心理健康的关系，强调家庭支持的重要作用。但现有研究仍存在不足：一是对家校协同育人的重要性认识不足；二是对案例的分析多停留在现象描述层面，缺乏全面性的分析解读；三是提出的路径多侧重于操作层面，缺乏系统性与长效性。本文旨在弥补这些不足，为完善家校协同育人机制提供新的思路。

2 案例分析

案例一：

2.1 基本情况：

S同学，男，独生子女，专科二年级，高中已确诊双相情感障碍和被迫害妄想症，每日需服药并定期复诊。大一期间曾发病，

睡眠情况较为严重；大二期间发病，出现严重幻觉，有伤人倾向。该生在童年期间父亲管教非常严格，养成了胆小懦弱的性格，在中学期间曾经历校园霸凌，留下了较大的心理阴影，由于学生服药的时间非常长，家长耐心耗尽认为学生没有任何问题，不愿配合积极治疗。学校采取了心理中心介入的方式，辅导员定期进行谈话和帮扶。在学生危机程度较高不太适合独自在校生活的情况下，约谈学生妈妈见面详聊，并建议休学或陪读，建议及时复查，按时服药。

2.2 问题分析

从家庭层面而言，父母文化程度较低以及对心理健康认知的缺失，导致该生在心理康复过程中困难重重。尽管该生就医周期很长并且长期服药复查，但是在与家长见面谈话的过程中，家长对于精神疾病和心理疾病的危害认识不到位，认为只要跟原来一样就能恢复正常，严重忽略了心理疾病的发展和变化问题。同时，该生对自己妄想症发病时大脑产生的想法的描述，让家长觉得很惊讶且难以接受，并告知学生不要向别人说，导致学生错过最佳帮扶期。

从学校层面而言，一是心理健康教育预防机制不完善，对新生入学时的心理健康筛查不够细致，未充分了解学生的过往病史与家庭背景，对学生的异常行为捕捉不及时；二是家校协同干预机制滞后，仅在学生出现严重心理危机时才与家长联系，缺乏日常的沟通与互动，未能及时引导家长正确认识孩子的病情。

案例二：

2.3 基本情况

G同学，女，大三，高中曾因早恋休学，大学期间确诊心境情感障碍，抑郁状态严重休学2年。大学在校期间因为狂躁状态发作攻击同寝室同学而休学就医，该生父母离异，母亲患有轻度抑郁症，该生从小缺乏父亲的陪伴，对于恋爱非常渴望，但是对于自己的外形又十分自卑，疫情期间曾被大龄社会男青年欺骗感情并翻墙离校。学校心理中心老师介入，辅导员在发生攻击举止后进行谈话，建议学生休学，建议学生就医诊断，复学后与家长进行联系跟踪。

2.4 问题分析

从家庭层面而言，该生原生家庭存在缺失，对于父爱的渴望造成了一定程度的心理疾病，同时该生母亲患有轻度抑郁症，对于抑郁症的认识不清晰，认为孩子和自己一样只是一时的情绪低落，未及时就医治疗和服药，错过最佳治疗期。

从学校层面而言，一是心理健康教育针对性不足，对学生的原生家庭背景了解不够深入，未能根据学生的特殊情况制定个性化的心理健康教育方案；二是家校协同沟通机制不健全，与家长的沟通多停留在事务性通知层面，缺乏对家庭心理健康教育的指导，未能形成家校育人合力。

案例三：

2.5 基本情况

J同学，男，大三，大学期间确诊跨性别障碍和抑郁症。该生父母都是外出打工农民，家里还有一个姐姐，是家中唯一的儿子，

但是该生先天跨性别障碍,因此一直存在性别冲突,希望自己能做变性手术改变现状,大学期间因此与家人发生严重争执,一周未出寝室,并购买农药试图自杀,家长在发现问题时第一时间让辅导员到校安抚学生,自己一直未出现,电话联系也仅仅表示自己很忙,仅该生姐姐到校陪了该生一天。校心理健康中心介入进行心理辅导,辅导员定期进行谈话和跟踪,建议该生及时就医,按时服药。

2.6 问题分析

从家庭层面而言,该生家长受传统思想影响和文化程度影响,重男轻女,对该生面临的先天跨性别障碍问题视而不见,导致学生家庭支持系统崩溃,内心的冲突加上来自家庭的压力让其觉得生活无意义,极大阻碍了心理问题的积极解决。

从学校层面而言,一是心理健康教育覆盖面不足,对跨性别等特殊群体学生的心理健康关注不够,缺乏专业的心理咨询与辅导服务;二是家校协同育人机制不完善,未能有效引导家长转变观念,增强对孩子的理解与支持,无法形成家校协同育人的合力。

3 完善家校协同方式的建议

从上述三个典型的案例中,我们可以发现目前大学生心理健康工作中学校和家庭两个主力在共同协同解决学生心理困难的事件中,存在以下三个问题:首先,对于学生家庭背景分析,异常行为的捕捉和分析缺乏全面性和科学性;其次,大部分家长受文化背景影响,对心理健康缺乏正确的认知;最后,家校协同的行为存在严重滞后性,缺乏完善的协同干预机制。针对以上问题,结合理论和实践分析,在完善心理困难大学生家校协同方式方面,提出以下三点建议:

3.1 搭建数字化家校信息共享平台,增进家校互动

大部分学生的心理问题源于过去的成长环境和成长经历,高校在新生入校时除了收集学生源地信息、家长联系方式、家长工作单位等基础信息外,还需通过新生逐一回访了解学生过往家庭经历,如留守经历、重大负性生活事件等等,综合判断学生的潜在心理困难类别,建立“一生一册”制度,对于不同类别的学生给予“寝室长—心理委员—辅导员—学院心理老师—学校心理老师”五个层级的分层关注。高校可以利用数字化信息平台搭建起全面的学生家校协同系统,通过关联和同步学生的家庭信息、在校上课出勤情况、外出活动数据、心理晴雨表、心理咨询反馈等全方位的数据,也作为后期发生危机事件干预的参考数据,利用AI数据分析对异常行为进行学校和家的双向推送,家长亦可以通过信息共享平台和学校进行线上面对面的互动交流。

3.2 普及家庭心理健康教育知识,提升应对能力

相关数据统计表明,67%的家长认为心理健康类教育能提升其对子女心理状态的认知,认可其有效性。在学期伊始,高校可利用学生报到开展校园心理健康知识公益讲座,为新生家长发

放心理健康宣传手册等,帮助家长正确理解心理问题,了解心理问题不及时干预的危害,掌握基本的心理问题的科学干预手段;在学期中,高校可利用线上教学系统针对家长开展线上心理健康教育课程,弥补家长因地区发展和文化水平差异带来对心理疾病的认识偏差;在学期末,高校可利用家访时间深入了解学生家庭系统的支持水平,增加家长的协同合作意识。高校针对高级关注级别的心理困难学生,除了进行学生一对一的帮扶工作外,更需要定期与家长进行电话或面对面回访,共同制定心理困难学生帮扶计划,通过家庭支持和学校支持两个方面共同发力,防患危机事件的发生。

3.3 构建家校协同干预机制,形成教育合力

一方面,针对心理困难学生遇到的困难问题,联合制定有效的家校协同预防方案,如出现焦虑状态、家庭关系紧张、无法适应新环境等等,综合评估学生的家庭环境、心理压力源、有无支持系统等等,制定有效的干预计划,为学生提供个性化心理咨询、家庭治疗、团体辅导、药物治疗等建议。明确学校和家庭在干预过程中的职责,确保方案切实有效。校心理健康中心专业老师定期对干预效果进行评估,根据实际情况及时调整方案。另一方面,构建健全的家校系统危机干预机制,明确家庭、学校和社会需要在危机预警时发挥的各自作用,在学校和家庭建立了长效的信息共享基础上科学评估学生的心理状态,在出现预警信号后,及时启动危机干预预案,家庭主动发挥其支持系统的作用,防止危机事件的发生甚至恶化。

4 结语

大学生心理健康是家校协同育人的重要课题,家庭系统支持与学校专业引导缺一不可。本文通过典型案例揭示的认知偏差、协同滞后等问题,凸显家校协同机制完善的紧迫性。搭建数字共享平台、普及心理健康知识、构建长效干预机制,是破解困境的关键路径。唯有家校摒弃壁垒、精准发力、形成合力,才能为大学生筑牢心理健康防线。这既是落实育人使命的必然要求,更是护航青年成长、培育时代新人的重要保障,对推进心理健康教育高质量发展具有深远意义。

[参考文献]

[1]教育部办公厅关于加强学生心理健康管理工作的通知[J].中华人民共和国教育部公报,2021,(09):25-27.

[2]郝旭东.新时代大学生心理健康教育家校联合研究[D].沈阳航空航天大学,2023.

[3]段海芹.初中学校家庭教育指导的问题及对策研究[D].山东师范大学,2024.

[4]张一.大学生主观幸福感、情绪调节与心理健康的关系及干预研究[D].青海师范大学,2024.

作者简介:

林雪(1988—),女,湖北武汉人,硕士,武汉文理学院辅导员,助教,研究方向:教育学。