对高校急性短暂性精神障碍学生心理危机干预工作的思考

管培雯

浙江师范大学行知学院

DOI:10.32629/mef.v3i2.660

[摘要] 文章主要从一起高校大学生短暂性精神障碍心理危机干预的成功案例讲起,介绍了短暂性精神障碍的发病特点、常用治疗方法以及危机干预过程,针对危机事件进行深入思考,对今后在高校开展相关工作提出建议。

[关键词] 短暂性精神障碍;大学生;危机干预

Reflections on the Intervention of Psychological Crisis in College Students with Acute Transient Mental Disorders

Guan Peiwen

Xingzhi College, Zhejiang Normal University

[Abstract] The article mainly starts with a successful case of psychological crisis intervention for college students with transient mental disorders, it introduces the characteristics, common treatment methods and crisis intervention process of transient mental disorders, carry out in-depth thinking about the crisis, and put forward suggestions for future related work in colleges and universities.

[Keywords] transient mental disorder; college students; crisis intervention

大学生心理发展处于迅速走向成熟但未完全成熟的阶段,是心理矛盾和心理冲突相对集中、复杂、突发性。近年来,随着我国高等教育的深化普及,社会的高速发展,人才竞争压力的急剧增大,高校学生出现心理行为异常和常见精神障碍问题的人数也呈逐年增多趋势,成为影响校园安全稳定的重要因素之一。如何对精神障碍和心理行为问题进行全面预防、及时关注、科学评估、得当处理成为各高校共同关注和迫切解决的问题。急性短暂性精神障碍在大学生心理健康工作中时有所见,在《中国精神疾病分类及诊断标准》(CCMD-3)和《国际精神与行为障碍分类》(ICD-10)中均有相关的详细表述,其临床描述和诊断标准也为国内外医学界认可,值得引起大学生心理健康工作者的关注和重视。

1 急性短暂性精神障碍概念

急性短暂性精神障碍又称急性妄想发作或妄想阵发,是一种发作性短暂的精神病性障碍,在临床上时有所见,在大学生群体中因人格因素、应激源、文化环境突然变化及躯体疾病诱发急性应激性精神障碍的情况也比较多见。该病最大的特征是发病突然、病程短暂,以一过性妄想为主要表现,同时也伴有情感和行为方面的异常。治疗主要以抗精神病药治疗为主,辅助进行心理支持、心理疏导和心理治疗等,最终一般能完全恢复到发病前的功能水平。

2 急性短暂性精神障碍危机干预过程

2.1 加强监护,及早确立处理方式

发现学生出现的明显的心理异常情况,及时启动应急预案,安排相关人员进行24小时监护并与学生家长取得联系,同时第一时间联系学院心理中心老师对学生进行心理评

估、干预与疏导,并最终与学生家长达成共识,送往专科医院进行诊治治疗。

2.2 家校配合,形成紧密工作联盟

辅导员与家长取得联系后,向其告知学生情况,家长密切配合学校,全面告知学生的成长背景、性格特点、就医情况及心理健康情况等。后家长及时到达学校,协助安全学生情绪,全面了解学生在校情况,听取心理老师建议,与学校达成统一意见,去专业医院就医。

2.3 掌握信息,确定学生问题性质

通过多种途径以及向学生身边的重要他人(室友、好友、班主任、家长、宿管人员、公寓辅导员等)了解,获取学生在突发事件发生前、发生时以及当下在认知、情绪、意志力、行为等方面的信息,为下步工作开展提供有效信息。

2.4 专业咨询,及时进行评估诊断

心理老师根据辅导员描述,及时给予指导意见,并到现场予以评估、干预、疏导,同时建议家长尽早带学生到专科医院接受进一步的评估和诊断。学生及家长听从建议,将学生带往医院诊治、住院治疗,未造成进一步后果。

2.5 遵从医嘱,积极接受专业治疗

经了解,学生住院3周后症状得到有效控制,病情稳定,值暑假期间回家休养,后学生按期返校继续学业,持续服用抗抑郁类药物,每月定期到医院复诊。

2.6 关系关怀,共筑早日重返校园

学生在家治疗期间,辅导员、班主任以及同班同学、在校好友定期与其电话或微信联系,关心其在家治疗及康复情况,并将学校里相关的信息分享给学生,鼓励积极配合治

疗,争取早日康复回校学习。

2.7持续关注,制定适应帮扶方案

为更好的促进学生回校心理适应、尽快的补齐学业,学院与学生及其家长共同商定帮扶方案。后学生家长进行了一个月的陪读,待学生完全适应以后,留其一人在校学习;同时学生班级组建帮扶小组,给予其心理上的关心和学业上的帮助。

3 急性短暂性精神障碍危机干预工作思路

一是深入研究急性短暂性精神障碍,提高针对性处置能力。目前国内医学界对急性短暂性精神障碍的定义为“一组起病急骤,以精神病性症状为主的短暂精神障碍,多数病人能缓解或基本缓解”的疾病,诊断标准为“片断妄想,或多种妄想;片断幻觉,或多种幻觉;言语紊乱;行为紧张或紧张症(四项至少符合一项),包括分裂样精神病、旅途性精神病、妄想阵发、待分类的急性短暂精神病性障碍四种类型”,该病属于精神分裂症及其他精神病性障碍范畴。由外部刺激导致的急性短暂性精神障碍,最常见于心因性精神因素,即与个体的社会因素、身体因素、心理因素、道德因素密切相关,其中最为重要的社会性因素包括社会竞争激烈、生活压力增大、人际矛盾增多等。该障碍的预防与治疗,主要可以从及时脱离刺激源,通过放松训练调整心理状态,以及少量服用镇静药物舒缓紧张、焦虑、惊恐状态等方面入手。

二是提高辅导员队伍的心理危机事件处理能力。首先是事件发生前的预防能力,要加强心理学相关知识的学习研究,密切关注学生的心理健康状况,及时帮助心理有问题学生,指导其调整负性情绪、释放心理压力、保持乐观心态;其次是事件发生时的应急执行能力,要快速到达现场,掌握一手信息,积极采取有效的措施控制事态发展,同时与上级领导以及相关部门及时沟通,协调各方人员,确保有效顺利地开展工作,弱化危机事件的影响,最大限度减小危机事件的影响范围;最后是事件发生后的恢复能力,对事件学生及其家人亲属等做好情绪安抚和心理疏导工作,同时配合相关部门开展调查取证工作,总结事件发生的原因,反思事件带

来的教训,分析事件暴露的隐患,为类似事件的预防和处理积累经验。

三是积极发挥朋辈心理互助作用。朋辈心理互助工作是指在学院专职心理教师的指导和监督下,受过心理健康专业培训的学生,给予需要帮助的同学以心理安慰、鼓励、劝导和支持等活动,其优点在于能够利用学生之间好沟通、防御低、共性多、好互助等特点,是“学院—二级学院—班级—寝室”四级心理防护网络中的重要一环。要进一步完善“早发现、早报告、早研判、早预防”的预警机制,特别是对开学前后、重大活动前、考试前后、放假前、新生入学后、毕业生离校前等重要时段,以及本人性格内向、言行异常、有精神病史、遭受重大打击、考试成绩急剧下降、失恋、网瘾、家庭经济困难、家庭发生重大变故等重点学生,配合学院和专业心理老师做好在校学生的心理健康相关工作。

【参考文献】

- [1]唐亚敏,张斌.高校辅导员对精神障碍疾病大学生的安全管理模式的探讨[J].西北医学教育,2013(21):930-932.
- [2]郑海燕.论高校心理危机干预难点及对策——一例双向情感障碍个案干预为例[J].学周刊,2014(10):10-11.
- [3]王绍礼.何谓“急性短暂性精神障碍”[J].江苏卫生保健,2015(23):52.
- [4]孙川.急性短暂性精神障碍不是罕见疾病[J].发明与创新(大科技),2015(10):54.
- [5]赵向辉.急性短暂性精神障碍可致人精神衰退[N].健康报,2015-09-23(007)
- [6]刘俊霞.浅析预防大学生急性应激性精神障碍早期心理干预的重要性[J].陕西教育,2018(2):62-63.
- [7]于威,朱彦名,胡泊.对高校重症精神障碍学生干预工作的思考——以一例精神分裂症患者为例[J].当代教育实践与教学研究,2019(16):231-232.

作者简介:

管培雯(1989--),女,汉族,山东青岛人,助教,研究生,研究方向:青少年心理健康教育。