

## 大学生心理障碍的案例报告（通用 6 篇）

大学生心理健康教育是高校思想政治工作的重要内容。我校按照教育部党组印发的《高等学校心理健康教育指导纲要》要求，坚持育心与育德相统一，加强大学生人文关怀和心理疏导，规范发展心理健康教育与咨询服务，更好地适应和满足学生心理健康教育服务需求，扎实推动心理育人工作落到实处。

### 一、来访者情况

某某同学，女，20岁，连续两年担任学生干部，深受老师喜爱，同学尊重。在同学们眼中是阳光开朗、热心助人的班干部，在老师心中是有想法、有个性的好帮手，在父母眼中是乖巧的女儿。但这位如此阳光的女孩有长达15年的抑郁，因为过早被家长要求独立，导致缺乏安全感，小学时开始出现幻听，初中抑郁难熬时主动向家长求助，家长不以为然，并予以斥责，后来某某同学开始伪装，成了我们心中的阳光女孩。大学期间，某某同学担任学校某中心主任时，因与某些学生干部不合，进而人际关系紧张，加之本学期11门课程的学习压力，导致某某同学病情越发严重，从而出现在上课期间上网搜索自杀方式的行为，后被网络引导前往就医。

### 二、案例定性分析

此案例反映的是在人际关系紧张和学习压力大的双重影响下，因家庭教育方式不当而长期存在抑郁倾向的学生产生自杀想法的心理问题事件。

### 三、问题关键点

- 1、如何尽快找到该生，确保该生的人身安全，防止意外事故发生。
- 2、如何帮助该生解决当前人际关系紧张和学习所带来的压力，帮助该生营造较为舒适的环境。
- 3、如何协助医生、学校心理咨询中心开展心理治疗，促进该生的健康成长。

### 四、解决思路

首先，立即采取保护措施，确保该生的人身安全；其次，跟领导和家长汇报情况，妥善安排；再次，帮其规避压力源，缓解焦虑情绪；最后转介到学校心理咨询中心和医院进行系统治疗。

### 五、实施办法

- 1、找到学生，确保安全

考虑到该生病情严重，且拒绝住院治疗，当前安全无法得到有力保障，因此我以关心身体为由电话联系该生前往学院谈心，要求其亲戚护送到校。该生到校后，立即启动“学校心理咨询中心—学院党委副书记—辅导员—朋辈心理辅导员”四级心理危机干预机制，采取保护措施，确保该生人身安全。

## 2、汇报情况，寻求配合

在确保该生当前安全后，立即将初步情况汇报领导，请求指示；向校心理咨询中心寻求帮助，请求专业指导；联系家长，告知学生当前情况，要求家长当天赶往学校配合工作；立即联系该生所在班级的心理委员、所在寝室的朋辈心理辅导员赶往学院听候安排。

## 3、用爱关心，用情沟通

该生到校后，以关心学生为前提，了解和掌握该生抑郁症的形成过程。一是关心身体，询问病情。在得到该生的同意后，查看该生病历本以及各项检查报告，熟悉病情，做好分析。二是探究原因，分析提炼。与该生的深入谈话，让我了解到该生之所以产生自杀想法，主要有以下几方面原因：第一，家庭教育方式不当导致长期存在抑郁倾向，并日积月累无法排泄，病情越发严重；第二，担任学生干部后工作不愉快，人际关系紧张；第三，当前的学习课程过多，学习压力大。三是提出解决方案，努力帮扶。我引导该生正确看待病情，对自己要有信心，引导该生住院治疗，按时服药，接受学校心理咨询中心的心理辅导，多向他人倾诉，学会排泄。四是安排心理委员和朋辈心理辅导员陪其聊天，直到其家长赶来学校。

## 4、暖心陪伴，全员帮扶

考虑到该生强烈拒绝住院治疗，家长请求学校允许孩子一边学习一边治疗的情况下，制定以医院医生治疗为主、学校心理咨询中心心理辅导为辅的治疗方案，做好以家长为首、辅导员和同学为辅的暖心陪伴，建立领导—辅导员—系主任、专业老师—同学的全员帮扶机制，全员、全方位对该生进行帮扶。一是家长的暖心陪伴，安排家长在校陪读，照顾孩子的饮食起居，为孩子提供良好家居环境；做到每天接送孩子上下课，保证孩子校外安全；带孩子定期就医，督促孩子按时服药，保证有效治疗。通过家长贴心、暖心地陪伴，让孩子感受父母的爱意，家庭的温暖。二是学校心理咨询中心的辅导，采用定期和不定期相结合的方式，做好该生及时有效地心理辅导。

## 六、经验与启示

### 1、深入学生群体，掌握学生状态

只有切实地深入到学生之中，持续地关注学生，才能洞察学生每个时期的状态，也才能发现问题，及时做到心理危机预警和干预。辅导员通过线上线下相结合的方式，掌握学生方方面面的信息，做到心中有数。线下辅导员可通过下寝卧谈、下课堂听课、下场地参加活动等掌握学生状况；线上辅导员可通过QQ动态，微信朋友圈、微博等方式关注学生网上动态，全方位关注学生、关心学生。

## 2、加强专业素养，提高鉴别能力

学生心理问题往往具有隐蔽性，而辅导员、朋辈心理辅导员、心理委员对学生的心理健康鉴别能力，是进行心理危机预警与干预的重要前提，因此，加强辅导员、心理委员、朋辈心理辅导员的心理专业素养必不可少。一方面辅导员需自我提升，经常去参加各类心理专业相关培训讲座，加强心理学相关知识的学习，掌握一些大学生常见的心理健康问题鉴别能力和处理方法，提升业务水平。另一方面，对心理委员、朋辈心理辅导员等的专业信息队伍进行专业培训。首先进行岗前培训，帮助心理委员、朋辈心理委员明确工作职责和工作内容；其次进行理论培训，将开展心理咨询方面理论知识培训，从心理委员、朋辈心理委员的沟通和陪伴技巧、危机预防和转介以及班级心理活动辅导等方面展开。最后为实践培训，注重心理委员、朋辈心理辅导员的倾听、共情等专业知识的实际操作，帮助心理委员、朋辈心理辅导员更好的将理论和实践相结合。

## 3、加强家校联系，齐心协同解决

大量高校心理健康教育工作实践表明，大学生心理健康问题往往来源于家庭，过往的生活经历，特别是一些特殊经历会直接导致心理问题的产生。家庭力量在高校心理危机干预工作中具有不可替代的重要作用，家长的积极配合能够有效改善孩子心理健康状况。学生在校出现任何异常行为和心理健康问题需及时和家长沟通，争取家长配合，必要时联系家长到校，与他们进行深入细致沟通交流，做好思想工作，合力解决问题，形成以学校为主、家庭为辅，以学生为主体的心理危机干预机制。

### 一、案例背景

张某，女，广西人，家庭成员结构相对复杂，系离异再重组家庭。在张某很小的时候，母亲便带着她改嫁到了另一个离异家庭。该生体型瘦小，性格非常的内向，在同学中朋友较少，是一个专业成绩不错，但不爱说话的同学。

## 二、案例简介

在大学入学后，同宿舍的同学反映，张某在宿舍生活中，总是不敢一个人走出宿舍阳台的现象。刚开始同学们并没有特别在意，认为张某只是不适应大学的生活。但在接下来的两个月里，张某身边的同学渐渐发现，张某不仅是不敢走出阳台，就是进入食堂或与同学共同参加在室内举行的众人活动这些人多的场合，她也会表现出不适应的状态。渐渐的，同学们都觉得奇怪，也就和她越走越远。但在班上，还有班长和小菊两位热心的同学，还总能出现在她身边，和她在一起。

有一天，张某终于和小菊说出了自己在生活上，有这些不适的原因：因为她总是感到有人在说自己的坏话，特别在男生多的场合，总会感到有男生在议论她，说她笑起来很傻；自己在阳台洗漱的时候，会感觉到有人在偷看她，并安装摄像头拍摄她，上传至网上，让她出丑。

辅导员通过同学了解到这一情况后，立即与其进行了谈话，在谈话中，辅导员并没有感觉到该生的任何异常。相反的是，感觉到张某特别的有礼貌。与此同时，张某在生活上，朋友却越来越少，小菊成了那极少中的一个。“小菊，我又听到那种声音了”，张某对小菊说。张某说的那种声音，指的就是感觉到有人在骂她了。

又有一次，张某坐班车回家，在张某的后排，坐着一位与张某并不认识的先生，张某感觉到这位先生也在骂自己，并且从上车骂到了下车。回到学校，她把这件事情告诉了小菊。小菊也感到很不理解，却没有办法与她沟通。

## 三、解决方案

### （一）案例分析

案例中张某的心理症状属于偏执性精神病症状。偏执状态以突出偏执妄想而无幻觉为特点。它既无偏执狂那样的系统性妄想，又与偏执型精神分裂症的妄想分散和荒诞离奇、伴有幻觉，且发生人格衰退等不同。有学者认为偏执状态似乎是介于偏执狂和偏执型精神分裂症之间的一种状态。

偏执状态的患病率比偏执型精神分裂症少，而比偏执狂多，目前尚没有该病的确切发病率。该病病人可照常工作，甚至可圆满完成任务，往往不去求医。

偏执状态的病因,是在一定个性缺陷的基础上由长期持久的精神紧张所引起。急性精神创伤可作为诱发因素。偏执状态的诊断和鉴别诊断与偏执狂类似,本病的妄想虽多呈持续慢性形式,但也有短期内消失的。

案例中的张某之所以出现偏执性精神病症状,是由多种原因导致的。就辅导员所了解到的,主要由以下几个方面的原因:

第一,该生家庭系离异再重组家庭,成员构成较为复杂,其继父子女较多,据其继父称,儿女中既有副厅、正处级的干部,也有某高校的副教授。其母亲早年做生意,人生经历较为丰富,有重大交通事故史。复杂的家庭组成情况,在生活中,就难免有相对一般家庭更加容易产生口角等家庭矛盾,极易在该生成长的过程中形成一些影响,这时小孩一旦出现情绪管理方面的问题,就极易形成一些不利于成长的复合情绪。

第二,张某在高三的时候,曾经因为有男生向其示爱,由于示爱的方式比较猛烈,因而受到了一些惊吓。因此在男生多的环境下,容易产生对示爱场景的回想和幻想。

第三,个性自卑,遇事较为敏感。研究表明,心理敏感的人往往害怕与别人交往,害怕暴露自己真实的想法而受到别人的嘲笑,此例中,张某甚至不敢在别人面前笑,害怕别人看到自己笑的样子很傻,害怕被别人拍成视频放到网上去。

## (二) 解决方法

结合该生日常生活表现及辅导员所了解的情况,辅导员主要开展了以下几项工作:

第一,把握事件发展态势,理清事件发展脉络,有条理的将事件上报学校相关职能部门及分管领导,同时安排与其关系较好的同学细心的观察她的日常行为,并做好记录,为日后辨别其心理健康状态作依据。

第二,积极联系其家长,将该生的情况与其家长作通报,了解其以往的心理情况并告知其在校表现的具体情况,争取家长对处理此事的配合。此案中,辅导员虽然积极联系了其家长,但其家长开始矢口否认一切不利于小孩的事实,并隐瞒该生过往的一些经历,这为事情的解决增加了很大的难度。经过一段时间的沟通与交谈,告知了学校对该生的关心,其家长才放下包袱,来到了学校,试探性的配合了学校的工作。

第三，在符合相关法律法规有关条款的前提下，寻求正规医疗机构的帮助与诊断。心理疾病的诊断往往需要患者敞开心怀的配合治疗，才能得出较为准确的诊断。在此案中，张某在心理出现异常初期（寒假前）及寒假结束后在家人和老师的陪同下，在专业的脑科医院分别做了两次针对偏执型精神病的治疗。然而，初次治疗和第二次治疗的结果却相差甚远。初次治疗，张某就医生的提问，都能够认真的回答，从整个心理咨询过程及各项数据的综合反映来看，医生给出了疑似偏执性精神病的诊断，希望张某能去其它三甲医院的专科门诊进行复查。第二次治疗是该生希望能回到学校学习时，再次做的诊断治疗，但第二次的各项数据，却均显示一切正常，整个心理咨询过程，她也回避了（下转第 151 页）医生的大部分提问。究其原因，是因为第二次的治疗，张某开始有意识的封闭了自己，所有的选项都选择了否定的答案，在答题时间上，也比第一次减少了很多。

#### 四、处理结果

经过一段时间细致而有节奏的工作，最终该生家长同意了学校的休学建议，并在一年的休学调整后，和学校协商，让该生采用在家自主学习，相关指导老师视频指导的方式，完成了余下的学业。

在此案例的处理中，虽然因辅导员心理健康知识欠缺，在处理中略显力不从心；学生家长对事情的处理也未能充分理解和配合，但在学校相关部门、心理健康教育中心及系部的合理分工，通力合作，密切配合下，还是取得了双方较为满意的工作效果。

#### 五、思考

大多数的辅导员毕竟不是专业学习心理学的，在学生的心理健康教育及学生心理问题处理上，只能做到发现与关注，更深层次的心理问题的判断及处理，还有待专业的心理临床咨询师或心理医生指导、执行。因此，大力发展校内的心理健康教育机构，形成一定的层级机构，明确每个层级的责权及所扮演的角色，通力协作，才是处理好学生的心理问题，促进学生心理健康的正确渠道。但是辅导员作为学生工作的一线队伍，对学生有着深入的了解，在学生心理健康出现偏差初期，还是大有可为的：

第一，加强宿舍长、班级心理委员、辅导员的三级防控机制建设，制定适合自己所带班级的信息反馈机制，并通过学校心理健康教育部门，对心理方面的学

生干部进行系统的培训，使学生骨干真正起到辅导员眼线的作用。

第二，对出现异常行为的同学，要加强对其日常的言行的记录，找专人对其进行跟踪与反馈，了解其心理变化规律，更好的为其总结出行为规律，为日后的工作作依据。这对后期争取学生家长的配合，也是颇有裨益。

第三，一旦启动事件的处理程序，辅导员一定要有耐心，因为此类疑似病例的确认和处理，注定是漫长而又充满挑战的，保持良好的心态，是解决此类事件的关键。

第四，辅导员应加强心理健康相关知识的学习，学习常见心理疾病、大学生常见心理问题基本特征，能心理病症能作出初步的诊断，从而对其日常行为作初步的判断和诊断，能更及时的使疑似病例能更好的接受相应的治疗。

第五，加强心理特殊群体的排查工作。在入学之初，利用专业心理测试软件为每一位新生做心理普查，对有心理问题趋势的同学要做深入的了解，掌握学生的全面信息。全面信息包括：

(1) 学生家庭及各家庭成员的信息。

(2) 学生本人过往的生活经历，特别是一些特殊的经历。

(3) 除家人外，第三方对其的综合评价等。只有了解了全面的信息，我们在后期的事件处理决策中，才能尽可能做到胸有成竹，心中有数。

迈入大学的那一刻，每一位学子都是满怀憧憬，满怀期待，想像着大学生生活得自由快乐、无拘无束，并认为自己肯定能在这片天空下有一番作为。但现实并不总是尽如人意，一些大学生就会遇到各种困扰的事情，譬如：想家想亲人，不能适应大学的生活；身处高手如云的环境，思想压力大；太过于羞涩，不敢表现自己，与许多机会失之交臂；不能正确的处理恋爱问题。面对这些问题，学会自我调节并能乐于帮助他人是一件积极而有意义的事。

## 一、案例情况

### 1、生活适应问题

这一问题在大一新生中存在的尤为普遍。新生们从五湖四海来到这个陌生的城市，陌生的校园，与自己尚不熟悉的同学生活在同一个屋檐下，在生活习性、学习方式等方面存在着较大的差异，还没能完全从高中的生活中走出来，转换到大学生的角色。因此在各个方面都觉得不习惯，由此而产生心理偏差，并可能因此一蹶不振，对大学生生活感到厌倦。

## 案例一

小郭上大学以后非常郁闷，他在开学时积极参加社团面试，一心想着大展拳脚，然而心仪社团的面试没有一个能顺利通过，最终去了一个不怎么喜欢的社团，而且一直都是做跑腿打杂的事情，与自己开始的设想相差甚远。大学的学习方式和高中的存在很大的区别，小郭一时难以适应，再加上大学里藏龙卧虎，自己一直引以为傲的学习尖子优势也难以继续保持。最近和室友也常因为一些小事情发生摩擦，越吵越凶。似乎各种事情都不顺利，小郭对现状越来越不满，一直心情低落，做任何事情都提不起兴趣，更别说专心学习了。

案例分析：

小郭这是典型的对大学生活不适应，而且因为社团的不顺心，还引发了对自己的认知失调，人际关系的不融洽。大学中难免遇到不顺心的事情，因为他的消极对待，让他不仅对社团厌倦，还让他失去了自信，在学习上感到技不如人。大学本是一个收获友谊的地方，但他却因为消极的心理，和室友产生摩擦，心情也因此低落。面对这些问题，小郭应首先反思自己，人生不可能一帆风顺，不能因为这一点小风浪而倒下，他应该积极地去面对，机会失去了可以再争取。在学业上，只要自己努力了，付出了，便问心无愧，而且付出就有回报，将来成绩肯定会上去的。与自己的室友应该坦诚相待，可以将心事向他们倾诉，从他们那里得到安慰。另外，小郭也可以去寻求心理老师、辅导员以及同学的帮助。

## 2、人际交往问题

大学生生活在一个有着上万人的校园里，人际交往是生活中一个很重要的方面。而且，良好的人际关系有利于大学生的信息交流，有助于大学生提高学习效率，是大学生全面发展和完善的重要条件，有利于促进大学生的心理健康。但是有一些大学生因为性格腼腆，或者不懂与人交往的方式，只能独自一人，没有可以谈心的朋友，久而久之，造成性格孤僻，关上了心灵的窗口，每天生活在一个没有关爱的世界里。

案例二

小斌，知名大学一年级新生，他是某理科奥赛的金牌得主，在普通学生眼里看起来十分晦涩难懂的专业课对于小斌而言易如反掌。开学第一个月，和小斌同一个宿舍的三位室友有着近水楼台先得月的机会，时常会就专业课上的问题来请教小斌，而小斌也乐此不疲地充当起了课外辅导老师的角色。但是小斌这位老师义务有个不大不小的缺点，那就是喜欢在给别人讲题时加上一句口头禅“哈，这道题目简单！”对室友所犯错误的评价也是“一针见血”：“你这个地方犯的错误太低级了。”这样过了没几周，小斌发现，三位室友渐渐地不再向他请教问题了，对他的态度也变得有点冷冰冰的。复习期中考试的那段日子，小斌主动问室友有什么可以帮忙，结果接连碰了三个软钉子。更糟糕的是，小斌还听到关于自己的传闻，说自己“眼高于顶，好为人师”。沮丧的小斌在电话里向父母抱怨自己好人没好报，父母则告诉小斌要当心“树大招风”，平时做人要懂得低调一点。这一席话让苦恼的小斌更为摸不着头脑，自己怎么就“树大招风”了呢？不愿在宿舍受冷遇的小斌只好选择把图书馆和自习教室当作自己的“避难所”。

#### 案例分析：

小斌这是典型的因交往方式不当而引起的人际关系问题。他不懂得交往的艺术性，没有意识到自己的言行或许会打击到别人的自尊心，而造成友谊的破裂。他首先应学会的是理解别人内心的情感，换位思考，将自己放到对方的位置上，考虑自己的言行是否合理。然后，他应该学会正确表达自己的情感，同一种意思，以不同的语言表达出来，便会起到不一样的效果，应该将自己的心意以一种关心的口吻传达出来，而不是去中伤别人。再者，他应该学会以一种诚恳的态度待人在人际交往中讲究端庄而不过于矜持，谦逊而不矫揉造作，在待人接物中，充分显示出自己的诚挚之心。而且，当与室友有矛盾时，应主动去找他们沟通解决，而不是避而远之，将关系弄得越来越僵。

#### 3、情感问题

大学不再像高中，以往还需遮遮掩掩、欲说还羞的爱情已然大大方方的走进了同学们的生活中。但毕竟还是稚嫩，有些大学生根本不懂得恋爱的意义，不懂得照顾对方的感受，原本美好的情感却变成了对双方的折磨，因为分手而带来痛苦，并影响学业和以后的人生。由此，树立正确的爱情观也是十分重要的。

#### 案例三

张某和李某是同班同学，也是同乡。班开第一次班会，他们分在一组，从此就熟悉起来。因为都来自山西，感觉上比别的同学更亲近一些，女孩有事就喜欢找男孩帮忙。后来，两个人就开始像男女朋友一样交往了。但在交往了两个月之后，两个人开始闹别扭，争吵不断，男孩提出和女孩分手。女孩因此深受打击，再也不想和异性交往，而且心里对异性总是充斥着敌意。

#### 案例分析：

案例中的女孩是典型的由失恋引起的恐惧心理，女孩应正确的看待失恋。在遇到这种事的时候，首先要学会自我调适，正确了解爱情的本质，尊重对方的选择，并祝愿对方从此幸福快乐。如果自我调适没有效果，不要将委屈闷在心里，而是寻求他人的帮助。可以去找自己最要好的朋友，向他们倾诉内心的苦闷，寻求心理安慰和寄托；可以转移自己的注意力，像投身到自然，感受新鲜的空气来释放内心的苦闷；还要学会自我反省，总结失恋的原因，让自我得到更新和升华。

#### 二、拨开心灵的阴霾，迎接美好的未来

大学是一个发展自我、提升自我的舞台，在这个过程中，健康的心理也是必不可少的一部分，因此学会自己解决遇到的一些压力挫折，保持身心的健康是重要的，而且，还要学会寻求别人的帮助，因为个人的力量毕竟是有限的。我们在拥有一颗自信坚强的内心之后，在有了朋友的帮助之后，更要有自己对于学业、未来的规划，有自己明确的目标，并且要为之坚持下去，实现它。如此之后，我们的大学生活才是精彩充实的，才不会荒废我们的年华和青春。

##### 1、学会自助，完善自身

(1) 以积极的心态去面对世界。心境对人的生活、学习和工作有很大的影响，而且会直接影响人的心理健康。若是有一颗积极的心态，不管你面对怎样的逆境，都能随遇而安，积极寻找事业的乐趣，发觉生活的光明面。

(2) 正视现实，适应环境。马克思曾说：“在框架的限制中寻求自由。”人不能改变自己所处的社会现实，所以应该正视现实，勇敢的去接受挑战，不断完善自我，是自己更加适应社会这个大环境。环境是我们无法改变的，如果对现实愤懑不平，更是无益的，我们要学会换位思考，要转变思路，要从实际的问题出发去寻求解决的途径，而不是以一心之所想去看待现实。

(3) 自尊自爱。一个人只有自己尊重自己，才会受到别人的尊重。要清楚

地认识自己身上的优势和不足，这样才会更好的发展自我，才不会被自卑的心理掌控。

(4) 建立和谐的人际关系。我们所处的社会是一个大家庭，处处有合作，而良好的人际关系是合作的基础。人际交往的一个重要原则就是“我心换你心”

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。

如要下载或阅读全文，请访问：

<https://d.book118.com/478073050134006113>