

儿童青少年心理危机 与干预

主讲：任杰

- 心理危机概述
- 儿童青少年心理危机的表现
- 儿童青少年心理危机的干预

什么是心理危机

- **Caplan:** 当一个人面对困难情境，他先前处理问题的方式及其惯常的支持系统不足以应对眼前的处境，**即他必须面对的困难情境超过了他的应对能力时**，这个人就会产生暂时的心理困扰，这种暂时性的心理失调状态就是心理危机。
- **Glass:** 问题的困难性、重要性和立即进行处理所能利用资源的不均衡性。
- **Chaplin:** 存在具有重大心理影响的**事件和决定**。

什么是心理危机

- **Mitchell & Resmik** : 危机是一种情感紊乱状态，也可以认为是情感上的重大事件，该事件可作为人生变好或变坏的转折点。
- **Gililand** : 心理危机是一种认识，当事人认为某一事件或境遇是个人的资源和应付机制所无法解决的困难。

心理危机的基本特征

- 有某一促发的事件（诱因）
- 症状复杂
- 危机的时限不一
- 缺乏自我限制
- 具有时代特征



危机干预

- 对于面临着危机的人采取迅速而有效的对应措施，使其能够在避开危机的同时，达到进一步适应那种危机所运用的辅导与治疗方法。
- **危机干预**是一种短期的帮助过程，目的是随时对那些经历个人危机、处于困境或遭受挫折和将要发生危机的人提供支持 and 帮助，使之恢复心理平衡。

儿童青少年心理危机的表现与原因

- 根据危机的性质：
 - 发展性危机
 - 境遇性危机

- 根据危机的内容：
 - 1. 自我意识危机
 - 2. 社会适应危机
 - 3. 情绪发展的危机
 - 4. 个性发展的危机
 - 5. 人生抉择的危机

中小學生身心發展的特點

1、傳統上對中小學生認識的角度

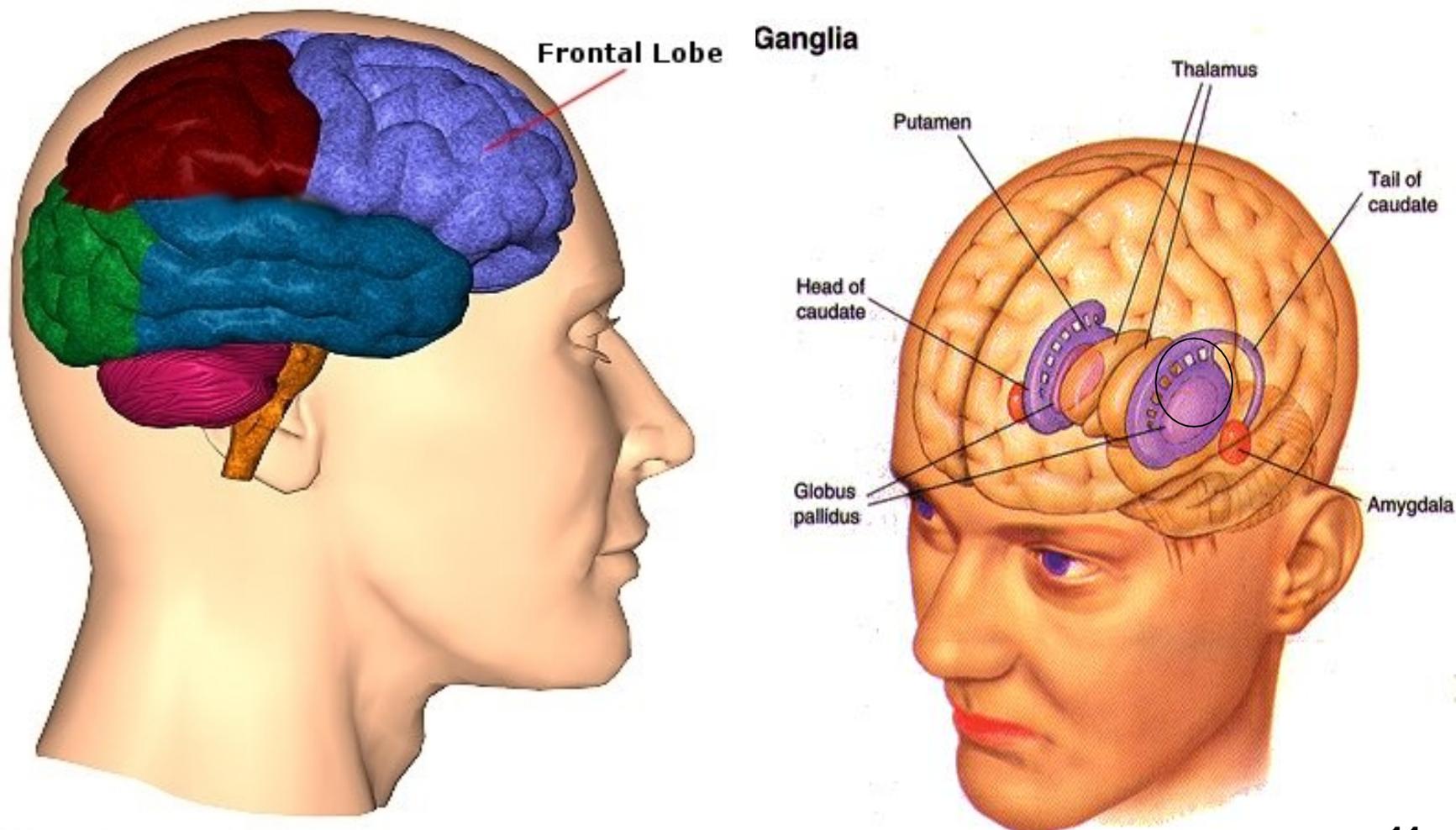
- 生理發育
- 行為表現
- 心理特點

2、從腦科學的角度更深入地理解中小學生

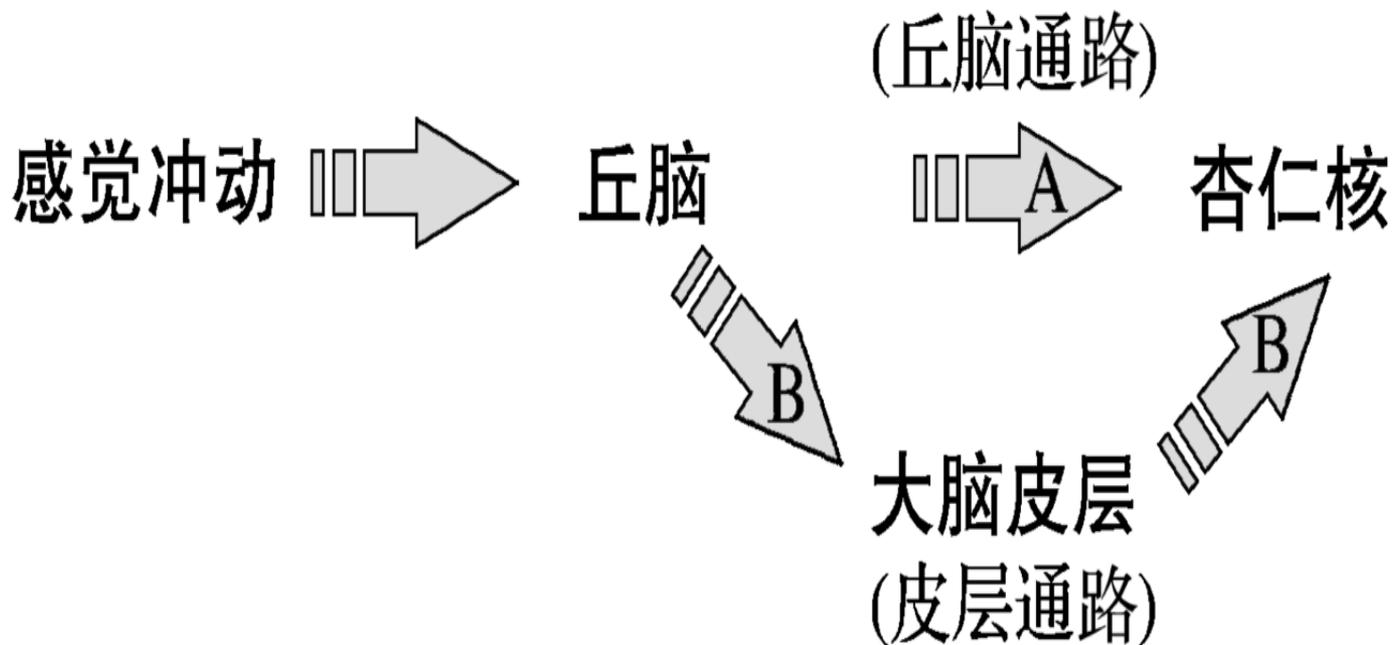
中小學生大腦結構和功能的发展

- 額葉、顳葉、頂葉、枕葉等腦區发展的不同步性；
- 額葉是与执行控制功能关系密切的腦區，但是額葉的发育相对滞后；
- 額葉发展的滞后导致了包括杏仁核等在内的情绪控制环路尚不成熟

额叶和杏仁核的位置与结构



儿童青少年情绪加工的通路



儿童青少年心理行为活动的特点

- 儿童青少年的脑容易受到新异刺激的影响，具有极强的可塑性；
- 儿童青少年更容易受到自身情绪、而非逻辑本身的支配；
- 儿童青少年容易被新异刺激吸引，同伴群体对其行为有重要的影响；
- 儿童青少年对多巴胺引起的冲动非常敏感，容易发生冒险行为；
- 儿童青少年更多地依靠杏仁核所控制的情绪作用，而非额叶的理性控制。

- 儿童青少年大脑具有极强的可塑性，这为教育和干预提供了可能性，但是儿童青少年大脑的可塑性也是一面双刃剑，处于这一年龄阶段的中小學生也极易发生问题行为；
- 当前中小學生面临的一些问题与其自身身心发展的特点有关，同时也受其他诸多因素的影响。

中小學生面臨的問題

- 包括升學在內的學業問題；
- 健全人格的培養問題；
- 個性、社會性的和諧發展問題；
- 心理健康問題；
- 逃學、離家出走、早戀、吸煙、沉迷網絡等問題行為





- 在我国17岁以下的儿童青少年中，至少有3000万人受到各种情绪障碍和行为问题的困扰（2010）。
- 留守儿童、单亲儿童、独生子女的心理行为问题尤为突显，青少年网络成瘾、吸毒、违法犯罪，这一令人关注的世界性问题，在我国也明显存在。
- 北京市：1984年北京地区儿童行为问题检出率为8.3%，1993年为12.9%，2002年北京中关村部分重点小学儿童行为问题检出率为18.2%。
- 近5年的资料显示，我国儿童行为问题的检出率在13.97%至19.57%之间。（2010）

- 当前我国儿童青少年精神问题的患病率已经超过了国际**15%—20%**的平均水平。我国中小學生精神障碍患病率为**21.6%-32%**，突出表现为**人际关系、情绪稳定性和学习适应**方面的问题。
- 以注意力分散、多动冲动为特征的儿童注意缺陷多动障碍(俗称多动症)的患病率即为**5.07%**左右，据估计**其中有30%会发展为成人注意缺陷多动障碍**，成年早期的犯罪、酒癮、吸毒、反社会性人格障碍率是普通人群的**5-10**倍。
- 以不服从指挥、向规则挑战和对他人抱有敌意为特征的**对立违抗性障碍**的患病率为**8%**。

■ 某市调查结果

- 学习方面——14%的小学生、29%的初中生、26%的高中生有**厌学心理**，高中生愿意上大学者100%，但愿意学习者不到10%；
- 考试方面——普遍存在考试焦虑、考场恐惧和认知变态现象；
- 情绪意志方面——33%的小学生、41%的初中生、68%的高中生**情绪波动性大**，42%的小学生、51%的中学生心理脆弱，**抗挫折能力差**；
- 生活适应性方面——相当一部分因娇生惯养致使其依赖性强、不会劳动、不会自理，**缺乏自立意识和生存能力**；
- 人际关系方面——10%的小学生、28%的初中生、55%的高中生存在着交往上的障碍，**缺乏责任意识与合作精神**。

- 山东师范大学心理学教授权朝鲁，《中小学生的心理健康问题与家庭系统心理咨询》：中小学生的**10大心理问题与行为**。
 - **小学生**——任性、以自我为中心、注意力不集中、侵犯行为、说脏话、逃学、偷窃、说谎、自杀、精神分裂
 - **中学生**——厌学、敏感多疑、依赖、报复、享受、性心理异常、自卑、自杀、强迫神经症、精神分裂

- 有各种各样心理问题是普遍的现象，但如果得不到及时的解决和排解，不良情绪和心理困惑积聚多了，慢慢就会变成精神病。
- 学生心理疾病重在预防，以预防为主。

心理危机的表现

- 失败无望感
- 厌恶不满感
- 恐慌无助感
- 躯体性障碍
- 自杀意向

心理危机的诱因（类型）

- 人际关系
- 意外事故
- 学习压力
- 暴力伤害
- 情感挫折

- 网络成瘾
- 性侵犯
- 家庭纠纷
- 亲友丧失
- 财物失窃

儿童青少年危机的干预

- 我国进行校园心理危机干预的措施
 - 事后干预
 - 早期干预
 - 预警系统的建立

干预的对象

高危个体

- 1、性格过于内向、孤僻、缺乏社会支持；
- 2、有既往自杀未遂史或家族自杀史；
- 3、已经出现心理与行为异常；
- 4、遭遇情感挫折；
- 5、不良的人际关系；
- 6、生活上的巨大变动

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/917135055014006102>