

高校辅导员心理工作案例分析

文 / 阚淑锦

摘要：近年来，高校大学生心理危机事件频发，原生家庭影响、恋爱受挫、学业困惑、人际关系矛盾等是诱发心理危机的主要因素。通过分析自身工作经历的精神分裂症患者真实案例，探讨在危机干预阶段、心理辅导阶段、持续追踪阶段高校辅导员解除危机、减少危机发生的实务操作方法，提出提升应急应变能力，完善危机干预机制，育德与育心相结合、加强人文关怀，将解决心理问题与实际问题相结合多措并举促进学生心理健康等有效策略，以提升高校学生心理危机防控水平，维护校园安全稳定，实现学生健康成长。

关键词：精神分裂症；大学生；案例分析

Case analysis of psychological work of college counselors

ShuJin Kan

Abstract: In recent years, there have been frequent incidents of psychological crises among college students, mainly caused by factors such as family influence, romantic setbacks, academic confusion, and interpersonal conflicts. By analyzing real cases of schizophrenia students with their own work experience, this study explores practical operational methods for university counselors to resolve crises and reduce their occurrence during crisis intervention, psychological counseling, and continuous tracking stages. Effective strategies are proposed to enhance emergency response capabilities, improve crisis intervention mechanisms, combine moral and psychological education, strengthen humanistic care, and promote students' mental health by combining solutions to psychological and practical problems. These strategies aim to improve the level of crisis prevention and control among university students, maintain campus safety and stability, and achieve healthy growth of students.

Keywords: schizophrenia; college student; case analysis

引言

精神分裂症的医学定义是：一种病因未明的精神类疾病，多发于青年群体，具体表现现象为感知、情感、思维、行为、言语等多方面的障碍和精神活动失调。换言之，精神分裂症是一种比较严重的精神障碍，这种精神障碍能分裂一个人的感知、思维、语言和行为等，直至失去正常工作生活和与人交往等各方面的能力。作为一种慢性疾病，会让人精神错乱，思维混沌，无法控制自我。近年来，大学校园精神分裂症患者案例也在逐渐增多，患者常伴有原生家庭关系不和、离异家庭、单亲家庭，恋爱受挫、贫困自卑等背景，是高校辅导员日常心理危机预防中不容忽视的重点关注对象，这类学生也是学校心理咨询工作的重点难点。学生的心理健康是一切学生管理工作的基础和条件，关系着学生的家庭和谐幸福，更对高校培养能适应社会、符合社会需求的人才至关重要。高校辅导员肩负着心理健康教育与咨询的工作职责，是高校思想政治工作中发挥心理育人功能的主要抓手，关注特殊学生群体并正确处理学生心理突发事件，才能保护学生生命安

全、维护校园安全稳定。因此，在面对学生心理危机突发事件时辅导员能否处理得当、化解危机至关重要。笔者以自身工作经历的真实案例为题，提出较为科学的处理方法和经验启示，旨在为辅导员日常心理健康教育工作提供借鉴参考，更好地为促进学生心理健康、成长成才服务。

1. 个案介绍

1.1 案例背景

杨某，女，曾有过因精神分裂症在家休学经历。单亲家庭，跟随母亲生活，母亲从高中时陪读，依靠在学校内外打零工挣钱维持两人的日常生活。父亲对其不管不问。经济困难学生，高二时因家庭变故和失恋等因素患有过精神类疾病史，一直以来，需要母亲监督其每日早中晚按时服药才能控制该生的心理危机发生。学校为其母女二人提供爱心宿舍。杨某性格孤僻，敏感多疑，与班级同学交流较少。但平时对自己要求较高，有主动找老师做实验和参加学科竞赛的经历，但因身体和能力原因，获奖较少。辅导员多次与其谈心谈话，对辅导员信任感增加，大三时曾跟辅导员表示有考研或考公的想法。

1.2 案例概述

杨某在大三下学期开学前一天晚上，突然在班级群多次连续发表毫无逻辑的言论，语言混乱，语气很冲，仿佛突然遭受到强烈的打击。其中内容也涉及要带她的校外男朋友来班上听课，征求班级同学的意见。此前该生并没有透露过自己谈恋爱的任何消息，班委在求证“男友”是否真实存在并善意提醒校外人士未经学校允许不能进班级，劝导其先与辅导员联系时遭到杨某的辱骂，辅导员立即私聊该生询问详细情况，该生不与理会。却在班级群逐个毫无逻辑地辱骂群内劝导她的同学和学校。该生当下正在上海一家企业做兼职，但因疫情原因暂缓返校，兼职期间，其母亲未能陪伴在其左右，通过电话和微信联系督促该生按时吃药，但无法确保该生真正做到按时吃药。所谓男友并不存在，为杨某所幻想。

1.3 案例定性

此案例为患有严重精神分裂症的家庭经济困难学生因突然停药导致的精神分裂症复发问题，属于辅导员思想政治工作中心理危机的处理范畴。

2. 案例分析

杨某作为一名精神分裂症患者，需要长期的治疗过程，特别是听从医嘱、按时服药对维持情绪稳定、防止复发必不可少。对杨某而言，长期的治疗和服药对其本身是对身体和心理的双重枷锁。如果不能正确看待将会造成严重的心理负担。不少精神分裂症患者难以接受自身心理状态与其他人不同，出现逃避心理和强烈的病耻感，在求医时往往处于被动姿态，影响治疗的效果。因此要帮助杨某克服心理障碍，去勇敢的面对同学、面对学校和社会，积极治疗；这次危机状况的发生，主要原因在于杨某短时间状况好转后，家长未能陪伴其身边监督其按时服药，该生缺少自律性中断服药造成病情复发。而规律服药对于精神分裂症的病情控制至关重要。患者一旦中断服药，便会延长二次服药的疗程甚至出现终身服药的严重后果。因此辅导员要向家长强调按时服药等相关问题的重要性。

而对杨某母亲来说，没有稳定的工作和固定的收入来源导致经济困难，独自一人照顾孩子本来就已不易，加上不得不放弃自己在家乡的生活，放弃更好的工作机会进校陪读，进一步加剧了这位单亲母亲的经济负担。值得关注的是，杨某曾有过休学史，还有一年即将毕业，顺利毕业并找到工作是这个家庭也是杨某母亲的唯一希望。因此对于这样的学生和家庭，应注入更多具有人文关怀的心理健康辅导以及职业生涯规划辅导。

3. 问题关键点

第一，立即联系学生家长，告知学生具体情况，家校联合稳定学生情绪，鼓励学生前往医院治疗。第二，提供心理疏导，引导杨某正确看待自身疾病，帮助其消除病耻

感，坚持规律用药，重拾自信。第三，做好人文关怀，提供困难生临时补助，母亲陪读时提供校内工作机会，减轻经济压力。第四，引导其正确认识自身身心素质与职业生涯规划。以身心健康为中心，考虑家庭经济情况，合理树立学业和职业目标，按期完成学业并顺利就业。

4. 个案辅导及危机干预过程

4.1 危机干预阶段

稳定学生情绪，第一时间分管领导汇报。事件发生时，辅导员试图电话联系该生，该生拒接电话。随后便把情况立即上报学院领导，同时联系心理咨询中心老师告知该生情况，寻求多方力量的帮助。告知班委停止在班级群继续回复信息，稳定杨某的情绪，减少对她的刺激，班委尽快到学生宿舍安抚受到惊吓的其他同学，告知同学们不要截图转发向外传播和讨论此事，以免影响杨某的声誉。

及时联系家长，形成家校合力。通过电话联系家长告知该生在班级群的发言和其精神状况，了解其近期的心理和生活状况，明确该生精神分裂症复发的原因。长时间以来，该生母亲都是陪伴在其身边督促其按时吃药，继大一期症状复发后情况一直较为稳定。情绪稳定期间，该生比较上进，曾有过考研或者考公的想法。暑期兼职期间，杨某和亲戚在一起，母亲不在其身边督促吃药加上该生缺少自我控制能力导致中断用药，从而症状复发。该生家长知晓情况后立即与亲戚联系，请亲戚暂且帮助稳定该生情绪，随后前往上海带杨某去医院进一步治疗。

持续关心关注，予以帮助。该生在医院治疗期间，杨某手机暂不能用，作为杨某的辅导员，坚持每天与其母亲电话沟通，询问该生治疗情况，提供力所能及的帮助。及时帮助该生办理请假手续，持续做好任课老师的联系沟通工作，发动班委力量及时汇总该生每门课的课件方便其返校学习。此外，及时前往学生宿舍与班级同学做好解释工作，安抚学生情绪，防止事态扩大。逐个找被杨某辱骂过的学生谈心谈话，排解学生的恐惧情绪，请同学们予以理解。最后，持续性向学院分管领导和学校分管领导汇报该生情况。

4.2 心理辅导阶段

该生在上海接受一个多月的治疗后恢复正常，在母亲的陪同下申请返校，再次回到学校爱心宿舍入住，恢复了正常的学习与生活。作为辅导员，定期创造条件，进教室、进班级、进食堂、进宿舍以偶遇的形式找杨某谈心谈话。重视发挥班长、心理委员及班级信息员的联系纽带作用，时常叮嘱班干部多留心杨某的言谈举止。如遇异常情况第一时间向辅导员汇报。经常性与其母亲见面，充分了解学生的心理状态，掌握学生及家长的生活需求，及时向学院和学校分管领导汇报。考虑到该生家庭经济困难，尽力帮助其申请到了困难生临时补助金。经过学校多部门协

助下，为杨某母亲争取了在校内食堂清洁卫生的工作以减轻经济负担。定期与学校心理咨询中心老师联系，交流学生情况的同时，积极主动学习心理健康理论知识、谈心谈话技巧、实务操作方法等，提供科学指导。引导该生积极与心理老师联系，正确认识药物治疗，逐渐消除对疾病的误解和病耻感，重拾自信，维持正常学习与生活。

4.3 持续追踪阶段

目前该生已经大四，并在上海的一家企业实习。作为辅导员要对特殊学生群体予以持续性地追踪关注。每周坚持与杨某联系，掌握学生思想动态、心理状况，关切学生的实际需求。为了帮助该生顺利就业，主动指导其制作求职简历，并通过国家就业平台、校园招聘、智联招聘等分享招聘信息，帮助其筛选适合岗位并指导其投递简历，分享面试经验和技巧。杨某因身体原因不能参加体测，辅导员亲自帮其与体测老师沟通，提交免测申请材料。指导该生按时修满第二课堂学分和完成专业选修课的学习，与毕业论文指导老师沟通该生情况，形成教育合力，指导她如期完成毕业论文的撰写，确保其能达到毕业条件、顺利毕业。每周定期与杨某母亲电话联系，提醒家长注意督促杨某按时服药。

5. 案例反思与启示

辅导员在高校心理危机事件的处理和维护校园安全工作中发挥着不可替代的作用，因其与学生关系较为紧密，故是发现危机、及时干预和有效化解的重要力量。辅导员面对的学生众多，出现心理危机学生的概率也更多，因此掌握处理危机事件的扎实本领至关重要。在面临学生突发的危机事件时，积极理性地应对，依据处理危机事件的正确步骤和知识，方能快速有效解除危机，确保学生人身安全，维护校园和谐稳定。

5.1 提升应急应变能力，沉着冷静、迅速反应

辅导员在学生管理工作中要注重提升自身应对突发危机事件的能力、提高职业素养。如加强心理危机事件应对培训与模拟实训演练，学习心理学理论知识、心理辅导相关专业知识和心理辅导技巧，提高应急应变知识水平和心理危机初步识别能力。发现学生言语和行为等异常状况，要保持沉着冷静、快速反应、迅速行动。第一时间赶赴现场稳住局面，联系学生家长和身边同学，全面了解和掌握其近期生活、学习等方面表现，运用专业基础性分析，将情况及时上报领导，能有效避免危机事件的进一步恶化。

5.2 完善危机干预机制，构建多方合力的支持系统

学生工作应完善多方合作机制，建立宿舍、班级、院系、家庭、学校、心理咨询中心、医院“七级”危机防控支持系统。辅导员发现学生语言异常、精神状态较差等情

况后，主动寻求家长、校医、心理咨询师和学院领导等多方帮助，多方联动，共同协作。开展“朋辈导师制”，运用朋辈力量便于第一时间发现危机，此外，辅导员要进一步加强班级的心理健康教育和班委建设工作，告知学生发生突发事件后，要及时汇报，对于班级同学要及时关注，危急时刻勇于帮扶同学。对心理危机学生建立“一生一档”，档案的整理和更新要常态化进行，根据不同学生情况，划定危机等级，分类辅导。注重做好特殊时期的心理危机预防与干预工作，定期参加案例研讨，及时总结反思，努力提高预判能力。

5.3 育德与育心并重，解决心理问题与解决实际问题相结合

辅导员是高校思想政治工作的主要力量，要以服务学生成长为出发点，以立德树人的根本任务为目标，在“大思政”教育的维度中看待心理育人工作。因此，要以实现学生心理自助成长为心理育人理念，以提升学生心理健康素养为工作目标，以学生心理需求为工作出发点，做好学生的关怀与指导帮扶，促进学生心理健康。以“以生为本”为原则，学生入院治疗后，辅导员要多次电话联系家长，关心学生治疗情况，安抚学生和家属情绪，并结合学生的家庭情况，必要时给予经济救助等校方支持。关键要坚持科学性与实效性相结合，主导性与主体性相结合，普遍性与特殊性相结合，发展性与预防性相结合，引导学生正确认识成败和得失，正确认识心理疾病，培育学生自尊自信、理性平和、积极向上的健康心态，促进学生心理健康素质、思想道德素质、身体健康素质、科学文化素质协调全面发展。

本文系安徽省教育厅重点项目，地方高校课程思政改革的探索与实践 2021jyxm1501；宿州学院校级重点项目 2023yzd16 的研究成果。

参考文献：

- [1] 赵莉莉. 个案管理模式的引入：一例精神障碍恢复期学生管理的案例分析 [J]. 丽水学院学报, 2020, 42(04): 107-111.
- [2] 白丽灵. 高校辅导员对精神分裂症学生的识别与帮扶 [J]. 淮海工学院学报 (人文社会科学版), 2017, 15(08): 135-137.
- [3] 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.
- [4] 高旭. 大学生心理卫生素养研究 [D]. 华中农业大学, 2017.
- [5] 李鸽. 以人文关怀和心理疏导化解大学生心理危机——高校辅导员工作案例分析 [J]. 山西青年, 2022(11): 184-186.

(作者简介： 阚淑锦，作者单位：宿州学院化学化工学院，硕士，助教，主要研究方向：大学生思想政治教育。)

(责任编辑：姜秀靓)