

心理危机应对：破解家长极度不合作之困

◎ 黄珊珊（广东省中山市教育教学研究室，中山 528405）

摘要：家长的积极配合对学生心理危机干预至关重要，但现实中许多家长因各种原因表现出不合作态度，给学校工作带来挑战。学校需采取多种策略：以学生为中心，共情家长担忧，帮助其正视问题；通过多方联合干预，提升沟通层级，促使家长配合；借助同伴案例增强家长信心，引导其接受专业治疗；做好记录与规范跟进，维护学校和教师权益。

关键词：心理危机；家校合作；联合干预

中图分类号：G44 **文献标识码：**B **文章编号：**1671-2684 (2025) 11-0064-03

面对心理危机的学生，学校最担忧的是家长不合作。研究证明，家长的消极态度、紧张的亲子关系及父母冲突对青少年抑郁症状起正向预测作用^[1]。当学生出现高风险信号时，部分家长选择忽视，对学校的转介就医、走读等建议漠不关心，这些应对态度可能成为新的刺激源，加剧危机。若家长持续不配合甚至与学校对立，将给学校工作带来巨大挑战，心理教师更是陷入两难：既要应对危机学生，又要说服家长，同时还要兼顾其他学生的安全，大大增加了工作负担^[2]。因此，心理教师需要明白，心理辅导对象不仅包括学生，还需涉及家长包括整个家庭。基于既往经验，我总结了一些与家长沟通的原则。

一、以生为本，共情家长付出

在教育实践中，我们常常观察到，那些看似不配合的家长实际上内心深处充满了担忧。他们担心孩子可能因为心理问题而无法继续学业，担心心理问题的相关记录会影响孩子的未来，担心孩子在治疗后会受到不公正的对待，甚至担心自己的教育方式和努力会被质疑和批评。这些担忧中，有些可能是多余的，有些可能源自家长自身的病耻感，但更多的是完全可以理解的。设身处地地想，如果我们作为家长，突然被告知自己的孩子可能存在心理问题，需要寻求专业的心理援助，可能需要服药，甚至可能需要暂时休学，我们是否能够轻易接受并

积极与学校合作？家长们需要时间去消化和理解这一切，我们应该接受这一点。

在这个过程中，学校必须与家长保持一致的立场，确保所有建议都基于孩子的安全和健康。我们的目标是帮助孩子更好地学习和成长，因此需要采取更稳妥的措施来处理孩子的情况。同时，学校需要有效地回应家长的担忧^[3]：学生的心理状况不会被记录在人事档案中，心理档案的保存是为了更好地帮助学生，并会在学生毕业后销毁。此外，如果学生需要就医或在家休息，家长可以随时与班主任沟通，了解学科进展和班级活动等信息。

站在家长的立场上，学校在沟通时必须展现出对家长付出的共情，表示理解他们的困境^[4]。即使学生的问题可能源自家庭，家长也不应仅仅被视为被批评的对象。家长表现出的无助，甚至是对抗和忽视，可能已经是他们在当下能够做出的最好反应。在共情的基础上，学校还应根据对家长的了解，帮助他们解开心中的结，消除他们的认知误区。许多家长之所以忽视或轻视孩子的问题，是因为他们仅仅用自己的经历来衡量孩子的问题。有家长曾说：“我自己在初中时也曾因为焦虑而自残，但最终不是挺过来了吗？青春期时也曾想过结束生命，但最终也熬过来了。”他们理所当然地认为自己的孩子也能像他们一样挺过去。然而，这些家长忽视了时代的变化，不同年代的经历无法相提并论。

二、真诚为上，升级应对措施

针对遭遇心理危机的学生，应对措施不应仅限于班主任和心理教师的个别努力，尤其是在面对难以沟通的家长时，更需要多方力量的联合干预。学校应当动员各部门资源，持续向家长传达孩子所面临的风险，强调紧迫性，并敦促家长采取积极行动。在这一过程中，“反复告知”不仅需要耐心，更需讲究沟通的方法和技巧。

在参与联合会谈的人员构成上，除了班主任、心理教师和年级德育主任之外，可以逐步引入更多关键角色，例如负责宿舍管理的学校德育主任、负责学校安全的总务主任、主管德育的副校长，乃至学校校长。在会谈中，学校德育主任可以具体说明孩子是否适宜在校住宿，总务主任阐述非上课时间的安全排查情况，而副校长和校长则强调学校对每个孩子生命安全和健康成长的重视。随着参与联合会谈的学校领导层级的提升，这不仅对家长形成一定的压力，也体现了学校对学生情况的重视，同时向家长展示学校对类似情况有统一的处理流程，并非针对个别学生，从而减少家长的抵触情绪。

此外，学校还应当充分利用校内外的资源，包括专业的心理咨询团队、社会工作者、法律顾问等，来协助家长处理他们的情绪对抗和认知偏差。通过这些资源，学校可以为家长提供更多的支持和指导，帮助他们理解孩子心理问题的重要性和紧迫性，以及学校所采取的干预措施的必要性。

在沟通形式上，除了邀请家长到校面谈，还可以灵活采用家访、电话访谈等多种方式。无论家长的配合程度如何，学校都应全力以赴，履行告知义务。在实际操作中，虽然家长拒绝沟通的情况时有发生，但大多数情况下，学校通过持续的努力和情感投入，能够促使家长的态度有所软化或转变。这时，可以巧妙运用“登门槛效应”，即在提出主要请求前，先提出一个较大的请求，对方一旦拒绝，可能会因为不好意思而同意一个相对较小的请求。如果家长不接受家访，可以转而邀请他们到校沟通；如果他们不愿意到校，再尝试电话沟通。通过这种逐步降低要求的方式，学校能够更有效地与家

长建立沟通，共同为孩子的心理健康和安全护航。

三、分享案例，增强家长信心

在与家长的沟通过程中，往届学生的真实案例是一种宝贵的资源，它们既包括成功的案例，也包括失败的案例。这些案例能够让家长看到希望，同时也能作为前车之鉴，提醒他们避免重蹈覆辙。在分享这些案例时，教师必须严格对个案信息进行模糊化处理，以确保学生的隐私得到保护。

以学生小A的情况为例，他的家长最初非常抵触带孩子去接受专业的心理治疗，尽管孩子的情绪状态极差，甚至有自残行为。家长主要担心的是孩子的学业，尤其是高考临近，他们担心药物治疗的副作用会影响孩子的学习。尽管心理教师多次沟通，家长始终难以接受。转折点出现在心理教师分享了一位学姐的经历——她如何就医、如何克服药物副作用，以及如何逐步恢复学习状态。这个案例让家长看到了希望，学会了具体的应对策略，从而增强了他们对孩子问题的信心。值得一提的是，这位学姐已经进入大学，当心理教师询问她是否愿意匿名分享自己的经历时，她不仅同意了，还愿意亲自与小A交流。

有了这样的同伴案例，学校在与家长沟通转介就医事宜时就有了具体的依托。学校需要引导家长理解，对于心理高危学生而言，药物治疗的副作用与维系当前状态的负面影响相比，是微不足道的。此外，药物的使用可以根据个人情况灵活调整。例如，有些学生为了减少精神类药物带来的困意，选择在晚自习后的夜宵时间服药，这样既满足了饭后半小时服药的要求，又避免了因药物导致晚修时的困倦和夜间失眠。同样，在心理治疗期间，找到适合自己的学习节奏也是至关重要的，而同伴的经历可以提供宝贵的参考。

四、做好记录，规范跟进措施

在处理心理高危学生的个案时，学校必须秉持严谨的态度，确保所有相关的跟进记录得到如实、详细地保存。这不仅包括心理辅导记录、日常沟通记录、联合干预记录和家访记录，还涵盖知情同意书、转介告知书等重要文件。这些记录的详细性和真实性对于规范心理干预过程至关重要。例如，应

如实记录家长对转介就医建议的态度、父母双方的教养方式、家长是否对孩子有极端言语刺激等关键信息。针对重点关注学生，学校应建立“一生一策”档案，妥善保管学生心理档案，确保干预措施和沟通流程有据可查。这些记录不仅有助于追溯干预过程，还能在法律层面上为教师和学校提供必要的保护。

在与家长沟通过程中，若遇到难以疏通的情况，学校必须确保所有沟通“留痕”，即有据可查。例如，若沟通通过电话进行，通话结束后应立即以书面形式记录通话的主要内容和结果，并将记录妥善保存。对于需要家长注意的事项，应以文字形式通过短信或微信留言告知家长。这种做法不仅有助于保持沟通的透明度，还能在未来可能出现争议时提供证据支持。此外，所有需要签名确认的文件，如知情同意书和转介告知书，必须确保当事人手写签名，并要求所有到场的教师和家长共同签名，以确保文件的法律效力和责任明确。通过以上细致入微的记录和跟进措施，学校不仅能为学生提供更加专业和有效的心理支持，还能在复杂的家校沟通中维护自身的合法权益，确保心理干预工作的规范性

和可持续性。

在家长极度不配合的情况下，学校和心理教师需要采取综合措施，以确保学生的心理健康和安全。通过共情、真诚沟通、同伴案例分享及规范的记录和跟进，我们可以逐步打破家长的抵触心理，建立起信任和合作的桥梁。最终，我们的目标是形成一个支持性的教育环境，让每个孩子都能在理解和关爱中健康成长。

参考文献

- [1]范力夫,张燕,田浩.父母冲突对青少年抑郁症状的影响:亲子三角关系及认知重评的作用[J].心理技术与应用,2023,11(12):736-746.
- [2]陈红.学生心理危机的家校沟通策略与思考[J].中小学心理健康教育,2024(23):70-72.
- [3]聂瑞虹.基于非暴力沟通的家校合作在初中生心理危机干预中的应用[J].中小学心理健康教育,2022(8):62-66.
- [4]周佳莹.焦点解决视角下心理危机学生家校沟通困境分析与对策[J].中小学心理健康教育,2024(26):60-63.

编辑/张国宪 终校/黄潇潇

封面人物档案

李芳，湖北省十堰市柳林小学党总支书记。国家二级心理咨询师，家庭教育指导师，萨提亚家庭治疗师，正面管教讲师。湖北省心理健康服务队专家，湖北省“国培”“省培”项目心理健康授课专家，湖北省三八红旗手，多次取得国家、省市级课题研究成果，获得荣誉称号。

李芳书记一直重视和支持心理健康教育工作。2012年开启教师“心育能力”提升培训，2015年建设校心理辅导室并开展学生团体心理辅导，2022年成立“心育中心”。还成立了心理健康名师工作室“李芳名师工作室”。

李芳书记带领团队构建了心理学和家庭教育融合的成长型家长培养课程体系。2016年，创立“柳小芳草地父母学堂”，构建了“线上一文一课一年级+线下课程+好书共读+每日分享”阅读体系，营造了学生成长的良好环境。经过八年多的实践，共开展线上加线下课程406期。2021年以来，带领团队开展工作经验孵化，辐射引领全区中小学教师和家长的“专业化成长”，推进各校“心育”和家庭教育“一校一品”建设。学校先后被授予“茅箭区家庭教育德育研究协作体”牵头学校、“茅箭区学校家庭教育指导中心”、“茅箭区第二心理健康区域指导中心”。学校育人工作得到了社会的认可，在教育部基础教育司、中国教育报刊社主办的“全员育人·校家社协同共育实践与思考”全国研讨会上作经验交流。

李芳书记一直将学校心理健康教育和家庭教育指导工作放在战略首位，并致力于柳林小学“以爱育爱大心理健康教育体系”构建。经过多年探索，提炼出了“看见孩子—成长孩子—成就孩子”的工作思路，三方赋能，将“教师的专业化成长、家长的家庭教育能力提升和学生的积极心理品质形成”三项工作一体化开展。建立健全师资队伍、课程体系和评价体系，从学校、家庭、社会三个培养维度，紧抓课程、文化、活动三条实施路径，全员、全域、全程开展各项活动。不断优化生命成长土壤，营造良好的教育生态环境，助力学生的健康成长和全面发展。