

班级自残行为传染的危机干预个案

◎ 吴素娥 (广东省深圳市龙华中学, 深圳 518000)

摘要: 两位关系要好的女生先后出现割腕的自残行为, 班主任发现后第一时间联系心理教师, 上报德育处, 学校启动校园心理危机干预方案, 分别约谈两位学生及其家长。在咨询过程中发现, 两人的行为存在模仿及传染现象, 因此, 展开危机干预及处理。经过和学生、家长的四次咨询, 以及与班主任、德育主任的多方沟通, 有效解除危机状态, 帮助学生平稳渡过危机。

关键词: 自残行为; 行为模仿; 危机干预

中图分类号: G44 **文献标识码:** B **文章编号:** 1671-2684 (2022) 01-0067-04

一、危机事件情况

(一) 事件起源

2020年12月11日, 某学生很着急地跑进办公室, 和班主任说微微(化名)拿小刀威胁班长, 班长要是再管她, 她就割手腕。班主任第一时间赶到教室, 把微微叫到办公室了解情况, 发现她手上有三条伤痕。班主任随后发现, 在当天, 笑笑(化名)也割了手腕。

(二) 事态发展

笑笑刚开学没多久就“早恋”, 10月份失恋后, 情绪十分低落, 郁郁寡欢, 被同学

发现有用剪刀割脉的行为。班主任得知时笑笑手上已经有七条伤痕, 沟通后发现她情绪不好已经一年多, 有自杀的想法, 同时尝试过自杀。

班主任意识到事态严重, 第一时间联系心理教师, 对笑笑做心理辅导。心理教师在咨询中发现失恋是导火索, 问题主要来源于家庭矛盾。心理教师通过笑笑的表现, 结合专业测验, 综合评估后认为笑笑的问题需要更专业的干预。

于是, 学校第一时间联系笑笑妈妈, 建议去医院进行诊断与治疗。10月31日,

人钦佩。由于家庭功能结构的改变, 父母在家庭中发挥其应有的积极作用, 以此改善了亲子关系, 良性的亲子沟通也促进了小北情绪和行为的转化, 这样的改变是令人欣喜和感动的。

参考文献

[1]刘志红, 阮曾媛琪.系统家庭治疗在中国的适应性分析[J].甘肃社会科学, 2008(5): 29-31.

[2]简·尼尔森.正面管教[M].玉冰, 译.北京: 北京联合出版公司, 2016.

[3]Achenbach, T M. Manual for the Child Behaviour Checklist/4-18 and 1991 profile[M]. Burlington, VT: Department of Psychiatry, University of Vermont, 1991.

[4]王争艳, 刘红云, 雷雳, 等.家庭亲子沟通与儿童发展关系[J].心理科学进展, 2002, 10(2): 192-198.

编辑/卫虹 终校/刘芳

笑笑在医院心理门诊被诊断为抑郁焦虑障碍，医生建议服药治疗，定期复诊。笑笑妈妈却表示希望学校正常对待孩子，有任何后果，家长自己承担。

微微和笑笑在刚开学的时候并不熟悉，后来因为微微原来的好朋友换班了，笑笑经常主动找她玩，给她带好吃的，于是两人便熟络了起来。笑笑经常在课间找微微到楼梯间倾诉自己家庭不愉快的事情，放学后等微微一起回家，两个人虽然不同桌，上课的时候经常会相互传纸条。

微微性格外向、开朗，喜欢舞蹈，近期也被发现有谈“恋爱”的现象，后经了解得知，是笑笑介绍认识的。微微曾要求父母带她去笑笑配眼镜和补习的地方，和父母说笑笑给她的零食很好吃。笑笑主动告诉微微自己自残，并给她看自己手上的伤疤。一开始，微微劝她不要割，会疼。但不知怎么，12月11日这一天，当班长管班级纪律让她不要随意说话的时候，她拿起小刀威胁班长，在上课的时候和笑笑一起割了手腕。

班主任发现笑笑的自残行为似乎“传染”给微微了，于是再一次联系心理教师对微微进行干预。心理教师发现，微微曾经因为学校心理评估预警，在11月19日前来咨询，当时并没有自杀自残的现象，但有过“世界上没有我就好了”等想法。心理教师对她进行综合评估，结合危机干预的安全计划法对其进行引导，指导班主任定期关注，及时反馈学生情况。12月11日当天，心理教师通过班主任了解了事态发展，决定分别约谈微微和笑笑的家长。考虑到微微的问题情节比较轻，更容易改变，因此，先约谈微微父母。

微微父母反馈，在前天晚上，微微因为被爸爸骂，用小刀割自己手腕。在这之前她没有过这种行为。微微从小外向、活泼，和父母的关系比较好，还因为担心家庭经济状况，和父母说不要补课。微微小学三年级前成绩很好，后来因为妈妈生病全家搬离深圳，回老家读书后成绩就一落千丈。微微六年级时，考虑到孩子户口在深圳，于是搬回深圳读初一，但是成绩跟不上了。

上了初一后，因为微微的学习态度不好，爸爸打过她几次，也骂过她，小学时基本没怎么打骂。

微微自己也很苦恼，经常说以前自己的成绩很好，觉得自己不应该是这样的水平，为什么会这样。

这一段时间微微回家每天都会和妈妈说说笑笑的事情，包括笑笑父母争吵、失恋、自残，觉得笑笑很可怜。父母一开始并没有阻止她和笑笑玩，后来发现孩子受到笑笑负面情绪的影响，也会模仿笑笑的行为，就要求微微不要继续和她玩。

笑笑的家族是重组家庭，父母岁数相差比较大，经常会争吵，妈妈会各种嫌弃爸爸。爸爸和前妻因为房子的原因闹矛盾很多年，前妻经常会到笑笑家敲门，笑笑和妈妈会躲着不敢回应。笑笑小时候有几次听到爸爸的前妻辱骂她和妈妈，妈妈也曾经和自己哭诉，这些事情笑笑印象深刻。

爸爸特别宠爱笑笑，对孩子特别细心，会帮她做很多事情，给她买喜欢的东西。笑笑从六年级开始迷上玩游戏，妈妈收掉她的手机，还被她咬了。当时处于疫情期间，笑笑经常和妈妈发生冲突，被骂完回房间会撞墙发泄。有一次，笑笑对妈妈说，我恨你，因为你看不起爸爸。

笑笑第一次割腕是在10月16日和男友分手后，当时觉得心情很糟糕，割完舒服了些，不觉得痛，后来心情烦躁时就会割。去医院看完医生后心情不好的时候会吃药，平时不吃；没什么喜欢做的事情，也没什么爱好，在班上也没什么朋友。笑笑妈妈表示，笑笑这几次被叫家长后情绪很差，上次回家被爸爸骂完还割腕了，希望老师不要再打扰自己的孩子，像对待普通学生一样对待她就可以。

二、心理分析与评估

笑笑的家族关系复杂，父母长时间争吵，导致孩子自卑，对家里的事情难以启齿，用情感隔离和压抑的防御机制来保护自己。疫情期间长时间在家，因学习不努力和玩手机经常和妈妈产生冲突。由于从小父母十分宠爱，包办过度，笑笑缺乏应挫能力，再加上个性强势，缺乏缓解压力的方式方法和兴趣爱好，导致产生冲突后刚开始撞墙，后来模仿亲戚割腕的方式来宣泄情绪。

笑笑在个性上认同了妈妈，理智，强势，自尊心强，但内心脆弱。笑笑对爸妈的爱恨是复杂的。妈妈对爸爸的嫌弃，让笑笑产生了同情爸爸、恨妈

妈的想法。爸爸前妻长时间的谩骂和骚扰、家庭情况的特殊，让笑笑产生对妈妈的同情和对爸爸的恨。这种爱恨交织让处于青春期的笑笑时刻惦记着父母，有着说不出的担心，情绪烦躁，遇到困难和问题就用极端的方式缓解情绪。

微微家庭关系融洽，她和父母关系亲密，经常会和妈妈倾诉。性格外向、活泼、有责任心，喜欢画画跳舞，个性单纯。小学三年级前成绩很好，因多次转学不适应，当下成绩不如从前，因无法接受现状，又不知道怎么调整，导致学习拖拉，学习时态度差，因此与父母产生冲突。上初中后，因学习态度多次被父亲打骂。

在与笑笑的互动关系中，一开始，微微因笑笑的家庭情况对她产生同情，希望陪伴和支持她。久而久之，因为笑笑的性格主动、强势，在互动关系中微微更多是跟从和模仿，如谈恋爱认识的男朋友是看在笑笑介绍的份上答应的，要求去笑笑配眼镜和补习的地方。在看到笑笑割腕时，也从一开始的劝说她，发展到发现这种行为可以获得关注和获益，便进行模仿。特别是在笑笑割腕的当天，当班长管自己纪律时以此作为要挟，随后和笑笑一起割腕。

三、干预过程和方法

心理危机是指人的一种心理状态，即当突然遇到意外或重大的生活挫折时，运用常规的处理方式无法解决而导致的心理失衡状态。心理危机干预是助人者给予当事人关怀和支持，缓解危机，避免当事人自伤或伤人的极端行为，使其恢复心理平衡。

笑笑和微微均为高危学生，在事件发生后，为避免她们的危机升级，危害自身生命，对其他学生产生不良影响，学校紧急启动校园心理危机干预方案。由心理教师协助德育处、班主任共同指导家长学生寻找解决问题的方式，对两个家庭分开指导。

由于笑笑和微微的自残行为均有来自家庭的原因，因此在和学生沟通后第一时间联系双方家长，由班主任反馈学生在校情况，心理教师反馈心理评估结果及建议，并结合家长反馈孩子在家的信息，共同商讨危机干预的方法。

（一）对笑笑的干预

学校心理教师先约谈笑笑，评估其心理状态，了解其危机来源，并使用安全计划技术对笑笑进行危机干预。在发现笑笑的问题需要更专业的帮助时，第一时间联系班主任，反馈给家长并让其带笑笑到医院诊断，期间建议家长、班主任关注孩子安全。诊断结果出来后，老师邀请父母前往学校共同商讨帮助笑笑的方法。

第一，向父母阐述家庭关系不良、父母长期争吵对孩子造成的不良影响，通过与父母沟通，帮助他们缓解夫妻矛盾，换位思考，用积极的角度重新看待对方，认识到彼此可以做出的改变。

第二，提醒父母重视孩子的心理问题，特别是笑笑已经在医院被诊断为抑郁焦虑障碍，有过自杀行为和想法，父母需要24小时关注孩子的安全，叮嘱孩子吃药，并陪伴孩子定期复查，避免打骂与刺激。

第三，由于笑笑在过去的生活中缺乏缓解情绪的方式方法，建议父母多带笑笑外出散心，帮助笑笑找到自己的兴趣爱好，通过日常生活的点滴培养正向的情绪。

第四，建议母亲关注孩子的积极改变，即便内心十分担心，表面上也要忽略孩子的自残现象，避免将自残和奖励与关注联系在一起，不要让孩子在自残行为上获得继发利益。

第五，主动联系班主任、科任老师帮助孩子，多给予鼓励和认可，将注意力转移到学习和其他活动上。

第六，在日常生活中减少包办现象，增强孩子



的抗挫力。

在与父母沟通后,心理教师进一步向班主任反馈、给予建议并得到相应支持。建议班主任持续关注、跟踪笑笑的情况,保证在校安全,有突发事件第一时间联系心理教师并反馈给家长。

另外,帮助笑笑建立新的人际关系,让班上几位积极活泼的学生多陪伴笑笑。联系科任老师,平时多给予笑笑支持和鼓励,强化学习上的正向表现。召开班级学生的小会议,淡化对自残行为的关注,采取“通风报信”的方式告知班主任。

(二)对微微的干预

事件发生后,心理教师先调档查询微微的心理档案和咨询记录,了解基本情况后,第一时间邀请微微父母到校反馈孩子情况,并共同商讨应对方法。

首先,微微父母打骂孩子更多是因为孩子学习态度差,心理教师帮助父母理解孩子学习拖拉、态度差的原因,让他们避免用打骂的方式激发孩子的极端情绪和行为,以支持和鼓励为主。

其次,建议微微父母在经济条件允许的前提下提供资源给孩子补课,同时帮助孩子理清并接受现实,重新出发,与自己比较,从现在开始慢慢进步。

再次,保持与孩子的亲密关系,淡化对孩子自残现象的关注,避免让孩子在此行为中获益,用积极的事物(香水)和关注与孩子的正向行为建立联系。

最后,鼓励孩子在学校艺术节表演,建立自信,与别的同学建立友好的关系,从而淡化和笑笑的关系,减少自残行为模仿的可能。

学校方面,联系班主任召集小集体会议,让周围的孩子不再对微微自残的行为有过分的关注和反应,可以私下反馈。鼓励微微参加艺术节舞蹈表演,建立自信和新的人际关系,转移注意力。召集科任老师帮助微微重新建立对学习和成绩的信心,多给予帮助与鼓励。

四、效果与反思

(一)效果

经过对当事学生、父母的多次咨询,以及和班主任、德育主任的多方沟通,在较短时间内有效解除了危机。

笑笑妈妈反馈,笑笑近期更专注于学习,特别

是语文老师鼓励她后,还积极去拿卷子问问题,在家里也让父母不要担心,说不会再自残。自己和丈夫的关系也有所缓和,这一个月都没有吵架,周末也经常带笑笑出去体验生活。

班主任反馈,微微最近和班上其他的同学一起跳舞,积极准备艺术节的节目,班主任也陪着练习,微微课间和放学很少和笑笑待在一起。微微妈妈也反馈,孩子答应自己不和笑笑玩,自己也帮孩子找了课外补习班,希望心理教师进一步帮助孩子分析学习成绩,制定目标。

班主任反映两位学生近期在班上表现都比较稳定,没有再出现极端的情绪和行为。

(二)反思

由于事件涉及两个高危学生,因此在处理过程中需要十分谨慎。

首先是处理的先后顺序。微微的家庭状况良好,个性开朗,自残的动机弱,更多是模仿,因此从她入手。笑笑妈妈比较强势,不希望学校干预过多,因此,在与笑笑妈妈沟通过程中,对孩子问题的表达和处理方法需要避免激发敌对情绪,尽可能了解笑笑妈妈的期待和需求,赢得配合,共同帮助笑笑。

其次,在处理过程中要注意两位学生和家庭的相互影响,特别是在微微建立新的人际关系时,需关注笑笑的感受和表现,同时帮助其建立新的人际关系,用学习转移注意。在这一过程中,班主任的工作同样很重要,如联系科任老师给予学生鼓励和支持,在学习上给予帮助,给班级其他学生召开集体会议,弱化对自残行为的关注等。

最后,在整个危机干预过程中,心理教师、班主任、德育主任和家长要保持高度、紧密的联系和沟通,彼此开放坦诚,相互协助,直到危机解除。需要注意的是,由于两个学生共同的问题是应挫能力差,缺乏解决问题和缓解不良情绪的能力,因此,在日常学习和生活中,只有逐步帮助她们提高这部分能力,才能从根源上避免再次出现此类行为。另外,即便危机正初步解除,笑笑的问题也并未完全解决,还需要继续跟进。学校应根据后续笑笑的变化,及时给予帮助、建议和指导。

编辑/卫虹 终校/刘芳