

转介在大学生心理危机干预中的应用

马喜亭

(北京航空航天大学 大学生心理咨询与发展辅导研究中心, 北京 100191)

摘要: 转介是及时化解大学生心理危机的重要举措之一。针对大学生心理危机干预的情况,分析了转介在大学生心理危机干预中的重要意义,提出了转介时应注意的问题,如把握转介时机、确定转介对象、坚持转介原则、熟悉转介程序、运用转介技巧等,然后通过一个案例说明如何有效运用这套转介机制。

关键词: 转介; 大学生; 心理危机; 危机干预

中图分类号: G444 **文献标识码:** B **文章编号:** 1008-2204(2010)02-0109-04

The Application of Referral in the Psychological Crisis Intervention

MA Xi-ting

(Student Counseling and Development Services Beijing University of Aeronautics and Astronautics Beijing 100191, China)

Abstract: Referral is one of the most important measures to timely resolve the psychological crisis of university students. According to the situation of psychological crisis intervention, this thesis analyzes the importance of referral in the intervention, points out the problems which should be paid attention to in referral, such as how to seize the opportunity, how to make sure the object, how to adhere to the principles, how to know the procedures well and how to use skills. And then a case is given to explain how to operate this referral mechanism effectively.

Key words: referral; university students; psychological crisis; intervention

大学生是一个特殊的社会群体,他们既承受着社会发展变化所带来的巨大压力与严峻挑战,又正处于身心发展的剧变时期,容易引发心理问题,个别学生的自杀成为其心理危机表现的极端形式。虽然近年来大学生自杀率没有随着大学生总人数的增长而提高,但自杀事件的绝对数量并没有下降。^[1]因此,大学生心理危机干预问题已成为高校不容忽视并亟待解决的重要课题。

一、转介在大学生心理危机干预中的重要意义

所谓转介,是指在征得学生当事人(简称当事人)同意的情况下,将当事人从当前教育者或心理咨询师这里转给另一个适合其问题处理的心理咨询师或治疗师或精神科医生那里接受进一步的咨询、诊断和治疗,协助当事人赢得最佳咨询和治疗时间的一种有效危机干预的处理办法。转介在大学生心

理危机干预中,具有重要的现实意义。

首先,转介是解决学生心理危机的重要策略。在大学生心理危机干预中,转介可以起到早发现、早干预的作用,将问题转给合适的专业人士,把危机干预工作做细、做实、做深、做透,努力控制和减少危机事件的发生。

其次,转介是教育者或心理咨询师的专业道德要求。林孟平提出,转介是教育者和心理咨询师忠于工作和负责任的表现。^[2]教育者或心理咨询师一旦遇到较为棘手的问题或超出了专业能力时,一定要运用转介的方式将当事人转到适合其问题得到解决或治疗的心理咨询师或心理治疗师、精神科医生那里,这是教育者最起码的职业道德和责任意识。^[3]

再次,转介是充分利用校内外专业资源的最佳手段之一。从校内来讲,工作中一旦遇到较为棘手的学生问题,可以先利用校内相关的资源,充分发挥各单位的社会功能和专业优势,在最短时间内取得

收稿日期: 2008-10-20

基金项目: 北京市教育科学“十一五”规划 2007年度立项课题(AHA07124)

作者简介: 马喜亭(1963-),男,河南邓州人,副教授,硕士,研究方向为大学生心理健康教育与心理危机干预。

(C)1994-2022 China Academic Journal Electronic Publishing House. All rights reserved. <http://www.cnki.net>

最优化的教育、咨询和治疗效果。从专业角度来讲,转介是充分利用校外资源的重要手段,可以充分发挥校外专业机构的优势和力量,及时对当事人的心理问题进行精细化的诊断和治疗。

二、大学生心理危机干预中的转介措施

在大学生心理危机干预工作中,要及时、快捷、有效地对大学生的心理危机进行干预,必须做好有关转介工作。

(一) 把握转介时机

1. 从教育者或心理咨询师的角度看转介时机

当发现原有工作模式难以取得效果或当事人也感觉教育与咨询效果不佳时,或当事人遇到的问题明显超出教师或心理咨询师的专业训练与能力范围时,教育者或心理咨询师应与当事人公开说明并商量转介事宜,本着对当事人负责的态度将其转介给另一位适合的心理师或医师。^[4]

如果咨询者与当事人有双重关系的介入而影响心理咨询师的客观判断时,应予转介。如在咨询者既是当事人的任课教师,又是其咨询师的情况下,就应及时中止原有的咨询关系,转介给其他心理咨询师,以保证咨询的客观和有效。

当心理咨询师将要离职或长期休假时,一定要提前与当事人说明情况,事先做好转介工作。

2. 从学生角度看转介的重要时机

在当事人自动要求结束咨询,而心理咨询师分析其需要继续咨询时,心理咨询师应协调其他辅助资源,予以转介。

当事人主动提出转介要求,教育者或心理咨询师应及时根据当事人的具体情况,办理相关的转介手续。

(二) 确定转介对象

教育者或心理咨询师一旦发现学生有下列情况,应及时将学生转介到相关的专业服务机构。

1. 学习与生活层面

(1)成绩大幅滑落甚至出现多门课程不及格现象,却找不出原因;

(2)经常旷课或常在课堂上睡觉,不愿接受别人协助;

(3)对自己要求甚高,挫折承受力又低,过分看重分数成绩;

(4)沉迷网络难以自控,对其他生活都失去了兴趣;

(5)生活忽然变得散漫、没有规律,说不出理由;

(6)家中最近发生重大变故,精神变得恍惚,不愿与人交谈。

2. 心理与身体层面

(1)心理上无缘无故地感到惊慌、恐惧与焦虑;

(2)对自己失去信心,否定自己,常与别人说到死亡之类的事;

(3)身体上常常感觉不舒服,医学检查却一切正常。

3. 行为与情绪情感层面

(1)行为上明显有坐立不安、注意力不集中、失去安全感,却说不出所以然来;

(2)似有妄想、幻听、自言自语,畏惧与社会接触;

(3)生性孤僻、独来独往,落落寡欢,拒绝辅导员、班主任和同学的关心;

(4)经过多次思想工作,学生口头上同意改进,但行动上没有任何进展;

(5)长期咨询并超过8次以上,但心理咨询师感觉进展不大;

(6)恋爱最近出现重大波折,难以走出失恋的阴影,痛不欲生;

(7)严重抑郁或具有非常明显的自杀倾向。

(三) 坚持转介原则

处理大学生心理危机转介工作时,一定要注意转介的预防性、评估性、及时性、保密性、艺术性原则,保证转介工作的顺利进行。

(四) 熟悉转介程序

教育者或心理咨询师应对转介程序有较为熟悉的了解,通过直接和间接方式完成转介工作。

1. 按照自下而上的方式进行转介

教师或学生发现有问题的学生,及时向院系负责学生工作的领导汇报,然后由院系向学校心理咨询中心上报,最后由校心理咨询中心经过初步评估之后决定是否转给校内心理咨询师或校外专科医生。如果情况特别紧急,需向学校心理危急领导小组和学生工作部及时上报,保证危机干预工作能够科学有序地进行。

2. 按照平行方式进行转介

平行转介分为两种情况:第一种是心理咨询中心专兼职咨询师之间的相互转介。中心的同行之间,可以根据每位心理咨询师的专业特长,接受相应的转介对象,提供必要的心理辅导或心理咨询;第二种是校医院与心理咨询中心之间的相互转介。校医

院在日常门诊中发现有心理问题的学生,可以及时与学校心理咨询中心取得联系,转介到心理咨询中心接受心理咨询。校心理咨询中心对咨询中发现的心理问题较为严重的学生也要转介至校医院,由医生进行生理等相关检查,再由校医院根据实际情况决定是否转介至校外精神专科医院。

3. 做好转介记录

转介前后,教育者或心理咨询师应提供当事人的谈话辅导或咨询记录,以利于转介的后续咨询辅导和治疗工作。

转介记录单一般包括转介单位、转介者的姓名与联系电话,被转介当事人的姓名、性别、院系、年级、学号、家长姓名及其联系方式,当事人的主要问题概述与问题紧急程度、转介原因与希望得到的协助,转介日期等。

(五) 运用转介技巧

1. 建立良好的转介关系

卡普兰指出,咨询者和需求当事人必须维持良好的关系才能使当事人获得利益。^[5]教育者或心理咨询师要做好转介工作,首先要注意与当事人或其家长交流沟通时,一定要认真倾听,积极关注当事人,能感同身受,设身处地,充分理解当事人的情况和家长的担忧。其次应以真诚的、帮助的姿态说明转介的有关情况,避免当事人产生误解,误以为老师或咨询师不喜欢自己而向外推出,也避免当事人产生是自己做错了什么而被咨询师抛弃的错觉。此外,要做好当事人及其家长的工作,使他们明白心理问题或心理障碍具有时代性,是许多人都可能会遇到的,它只是一种心理问题,并不是因为学生个人的品质不好,更不是道德问题,因此需要从专业人士那里获得更有效的帮助。同时,可以适当介绍转介的成功案例和治疗效果,使当事人及其家长同意转介。

2. 接受当事人对转介的感受,鼓励当事人自愿接受转介

转介中,应了解当事人对转介的感受,帮助当事人解决在情绪方面对转介的抗拒。否则,如果仅试图转介当事人,但没有澄清和理解当事人的感受,往往会造成转介失败。在多数情况下,转介必须是基于当事人的自愿,即使当事人只有几分的转介意愿,也应及时鼓励被转介的当事人,肯定他们会善用其他心理咨询专家或精神专业机构提供的帮助。

3. 对当事人是否同意接受转介的处理办法

当事人接受转介,应及时结束先前的咨询关系。当当事人开始转介后的咨询或治疗时,先前的咨询者才能与其结束之前的咨询关系。如果当事人不愿

转介,教育者或心理咨询师要慎重处理转介,应权衡继续咨询可能给当事人、咨询者和心理咨询业带来的危害。为了当事人的利益,可告知心理咨询中心有关当事人的姓名和情况,由心理咨询中心在适当的时机和学生接触。

4. 注意转介成功后的相关事宜

转介成功后,先前的教育者或心理咨询师,要渐渐减少支持辅导,以便推动当事人与新的心理咨询师或治疗师建立新的心理咨询或心理治疗关系。同时,先前的教育者或心理咨询师,一般不要和当事人评论转介后的专家。如果当事人有怨言,可以倾听其诉说并作适当的解释,让当事人有一个接受的过程。

三、大学生心理危机转介实例分析

(一) 危机案例

1. 当事人的基本情况

王某,男,23岁,研二学生。独生子,父为政府官员,母为大学教师。大学本科就读于某省一所“211”学校。生活中,王某性格开朗,兴趣多样,学习成绩非常好,是老师、父母眼中的好学生。由于学习成绩优异,被保送到现在的学校攻读硕士学位。

2. 当事人的危机状况

王某在秋季入校后的两个月内,学习一直不在状态,无法完成导师布置的课题任务,内心非常慌乱和紧张。两个月来,他一直在挣扎,但情况没有按照他期望的方向发展。随着时间的延长,他的压力越来越大,做什么事都没劲儿,对任何事都兴趣索然,情绪非常低落。睡眠也出现了问题,易早醒,白天大脑昏昏沉沉,用他自己的话说类似于行尸走肉,感觉自己快要崩溃了,力不从心,认为自己根本不是学习的料,很难完成研究生的学业。生活非常悲观、绝望,内心有很大的负罪感,感觉愧对导师,也愧对家人,认为自己活着给别人带来了很大的麻烦,产生了轻生的念头。

(二) 转介过程

针对王某的危机状况,相关人员根据学校事先制定的转介程序进行有效干预,及时防止了危机事件的进一步恶化,成功地挽救了该生。

1. 发现问题

与王某同宿舍的同学,发现王某最近总是沉默寡言,神情恍惚,表情痛苦,缺少了研一时的生活情趣和幽默感。他们感觉王某的情况不对劲儿,于是与导师说起了这件事。

2. 及时报告

导师发现该生的情况并与之交谈几次后,发现王某的情况没有好转迹象,甚至越来越严重。于是,导师及时向学院主管学生工作的领导汇报了有关情况。

3. 完成转介

学院研究分析情况后,及时向学校心理咨询中心求助。根据校心理咨询中心的指导,该生导师根据学校制定的转介程序,在征得该生同意的情况下,填写了心理咨询转介单,预约了学生的咨询时间等。

4. 初步评估

根据预约时间,王某在研究生指导主任的陪伴下,拖着沉重的步伐来到了心理咨询中心。经过一个小时的咨询,心理咨询师发现他具有明显的抑郁症状特征,建议王某到校外某精神卫生专业医院做进一步的诊断。

5. 诊断治疗

学校在第二天迅速地为王某办理了转院手续,后经精神卫生专业医院诊断,该生患的是重度抑郁症,需要住院治疗。该生在医院经过三个月的住院治疗,病情得到了明显好转。出院后,遵医嘱继续服药,一边治疗一边学习。

6. 转介效果

学校根据转介机制,在非常短的时间内完成了

王某的转介事宜,为王某的咨询、治疗赢得了时间,减少了王某的痛苦程度,有效地阻止了其病情的恶化,使其抑郁症得到了及时的治疗,为其早日康复做出了应有的努力和贡献。

综上所述,转介工作是新形势下探索化解高校大学生心理危机的有效手段之一,运用得当,可以有效地解决或控制大学生心理危机问题的恶化。如果不了解转介的有关内容和程序,有可能产生非常严重的后果。但是,在实际工作中,如何有效识别危机个案,如何做到科学有效的转介等,还需要不断地研究和探索,力争将大学生的心理危机可能引发的严重后果降到最低限度。

参考文献:

- [1] 李卫红. 在全国大学生心理健康教育工作专题研讨班上的讲话 [R]. 北京:教育部思政司, 2008.
- [2] 林孟平. 辅导与心理治疗 [M]. 香港:商务印书馆(香港)有限公司, 1988: 277.
- [3] 赵瑞君, 马喜亭. 大学生心理辅导理论与实务 [M]. 北京:中国言实出版社, 2007: 273.
- [4] 中国心理学会临床与咨询心理学专业机构与专业人员伦理守则制定组. 中国心理学会临床与咨询心理学工作伦理守则(第一版) [J]. 心理学报, 2007(5): 948.
- [5] 吴武典. 辅导原理 [M]. 台北:心理出版社, 1990: 258.

(上接第 92页)

文史文本的翻译应当尽量减少语际交流障碍的局限性,最大限度化解高文化语境和低文化语境间的矛盾。注解解决文史文本翻译中的可译性“障碍点”,即高语境文化和低语境文化间错层,中国译者和外国读者间的语际交际矛盾行之有效的手段。《茶经》——“四茶之器”内容详细全面,论述严谨透彻,文化博大精深,其译本是探讨文史文本中高低语境文化交流错层注解的良好文本。注解者要在理解源文本和译者的翻译目的的前提下,根据代码的内涵信息,适时采用图解、文字注解(音译代码注解 & 非音译代码注解),根据注解信息的相关度和含量,酌情采用脚注、尾注,化解文史文本翻译中的“障碍点”,对文化错层进行有效搭建,实现语言形式与文化内涵的充分转换。

参考文献:

- [1] Hall E T. Beyond culture [M]. Garden City, New York: Doubleday, 1976.
- [2] Vermeer Hans J, Nord Christiane. Translating as a purposeful activity——functionalist approach explained [M]. Shanghai: Shanghai Foreign Language Education Press, 2001: 10.
- [3] Holz-Manttari Justa, Nord Christiane. Translating as a purposeful activity——functionalist approach explained [M]. Shanghai: Shanghai Foreign Language Education Press, 2001: 12.
- [4] 方梦之. 译学词典 [M]. 上海:上海外语教育出版社, 2004: 96.
- [5] 陆羽. 茶经 [M]. 兰州:兰州大学出版社, 2004.
- [6] 肖鸿, 檀彦坤. 《茶经·四之器》真伪考 [EB/OL]. (2009-12-08) [2009-12-10]. <http://he.xinhuanet.com/2fwq/wenwu/2009-12/08/content-18434928.htm>.