

# 基于扎根理论的大学生心理干预效果影响因素研究

丁可琦<sup>1</sup>, 杨中华<sup>1,2,3\*</sup>, 何荧楹<sup>1</sup>, 庄芳丽<sup>4</sup>

<sup>1</sup>武汉科技大学管理学院, 湖北 武汉

<sup>2</sup>湖北省产业政策与管理研究中心, 湖北 武汉

<sup>3</sup>武汉科技大学服务科学与工程研究中心, 湖北 武汉

<sup>4</sup>武汉城市学院马克思主义学院, 湖北 武汉

收稿日期: 2024年2月10日; 录用日期: 2024年4月1日; 发布日期: 2024年4月9日

## 摘要

探究大学生心理干预效果的影响因素对于推动大学生心理健康发展具有重要的理论和社会价值。本研究基于收集的30个大学生心理干预案例, 采用扎根理论方法识别并提炼影响大学生心理干预效果的因素, 构建大学生心理干预效果影响因素模型。研究表明: 原因识别、情感支持、工具性支持、信息支持、归属感支持、个体态度与意愿是大学生心理干预效果的影响因素, 都直接影响大学生心理干预的效果; 其中, 原因识别是对大学生实施心理干预的重要前提; 个体态度与意愿是大学生心理干预效果的内在影响因素; 外界的各类社会支持(情感支持、工具性支持、信息支持、归属感支持)是促进大学生心理干预效果的关键力量。另外, 社会支持在原因识别对大学生心理干预效果的影响中和个体态度与意愿对大学生心理干预效果的影响中都起到了调节作用。

## 关键词

大学生, 心理干预, 扎根理论

## Research on the Factors Influencing the Effects of Psychological Intervention for College Students Based on Grounded Theory

Keqi Ding<sup>1</sup>, Zhonghua Yang<sup>1,2,3\*</sup>, Yingying He<sup>1</sup>, Fangli Zhuang<sup>4</sup>

\*通讯作者。

文章引用: 丁可琦, 杨中华, 何荧楹, 庄芳丽(2024). 基于扎根理论的大学生心理干预效果影响因素研究. *心理学进展*, 14(4), 101-115. DOI: 10.12677/ap.2024.144199

<sup>1</sup>School of Management, Wuhan University of Science & Technology, Wuhan Hubei

<sup>2</sup>Hubei Province Center for Industrial Policy and Management Research, Wuhan Hubei

<sup>3</sup>Center for Service Science & Engineering, Wuhan University of Science & Technology, Wuhan Hubei

<sup>4</sup>College of Marxism, Wuhan City College, Wuhan Hubei

Received: Feb. 10<sup>th</sup>, 2024; accepted: Apr. 1<sup>st</sup>, 2024; published: Apr. 9<sup>th</sup>, 2024

## Abstract

Exploring the factors influencing the effects of psychological intervention for college students is of great theoretical and social value in promoting the development of college students' psychological health. Based on the 30 college students' psychological intervention cases, the grounded theory is adopted to identify and refine the factors affecting the effects of college students' psychological intervention, and construct a model of the factors influencing the effects of college students' psychological intervention. The results of the study show that cause identification, emotional support, tangible support, information support, appraisal support, and individual attitude and willingness are the key factors influencing the effects of psychological intervention for college students, and all have a direct impact on the effectiveness of psychological interventions for college students; Among them, cause identification is an important prerequisite for the implementation of psychological intervention for college students; individual attitude and willingness are the intrinsic influencing factors of the effectiveness of psychological intervention for college students; and external social support (emotional support, tangible support, information support, appraisal support) is a key force to promote the effectiveness of psychological intervention for college students. In addition, social support plays a moderating role in both the influence of cause identification on the effects of psychological interventions on college students and the influence of individual attitude and willingness on the effects of psychological interventions on college students.

## Keywords

College Students, Psychological Intervention, Grounded Theory

Copyright © 2024 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

## 1. 引言

在当今快节奏、高压力、强竞争的社会环境中，大学生的心理健康问题频发。2023年2月，中国科学院心理研究所、社会科学文献出版社联合发布了我国第三本心理健康蓝皮书，书中报告了《2022年大学生心理健康状况调查报告》，指出大约21.48%的大学生可能存在抑郁风险，45.28%的大学生可能存在焦虑风险。针对学生心理健康问题日益凸显的情况，教育部等十七部门在2023年4月印发了《全面加强和改进新时代学生心理健康工作专项行动计划(2023~2025年)》，强调应当全面加强和改进新时代学生心理健康工作，提升学生心理健康素养。该计划指导学校加强心理健康教育、完善心理预警干预，及早发现学生心理健康问题，畅通预防转介干预就医通道，及时转介、诊断、治疗。可见，高校心理咨询和心理干预工作已引起社会广泛关注。

心理干预是指在心理学理论指导下有计划、按步骤地对一定对象的心理活动、个性特征或行为问题施加影响,使之发生朝向预期目标变化的过程(谢莹, 2020),其手段包括心理治疗、心理咨询、心理康复和心理危机干预等。从现有文献来看,目前关于心理干预效果影响因素的研究主要基于两种思路:一种是综合研究多方面的影响因素。例如刘爱楼等研究了创伤类型、干预内容、干预特征(时间、频率和周期)等对心理干预效果的影响(刘爱楼, 荆玉梅, 2021);付梅等研究了行为主体、刺激客体、环境支持等因素对大学生心理干预的影响(付梅, 马利暖, 2016)。另一种是侧重研究某一类影响因素,例如研究人格、抗压能力、不同干预方式、大学生的内在心理力量、朋辈心理互助等对心理干预效果的影响(表 1)。

**Table 1.** Information on literature focusing on a particular type of influencing factor

**表 1.** 侧重研究某一类影响因素的文献信息

| 文献                    | 研究的某一类影响因素           |
|-----------------------|----------------------|
| (刘欣彤, 周颖清, 谢莉玲, 2011) | 人格                   |
| (顾源等, 2019)           | 抗压能力                 |
| (张晓瑜, 2021)           | 干预方式(心理干预、运动干预、综合干预) |
| (谢青, 2023)            | 大学生的内在心理力量           |
| (安宏玉, 2021)           | 朋辈心理互助               |
| (何浩宇, 崔寒尽, 唐海波, 2012) | 干预方式(团体心理咨询干预、综合干预)  |

可以发现关于心理干预效果影响因素的研究已取得一定成果,但是对于大学生心理干预效果影响因素的研究相对较少,已有的研究更多集中在理论研究和定量研究,而深入分析影响大学生心理干预效果影响因素的质性研究较少。大学生心理干预是一个多维度、动态且复杂的过程,受到诸多因素的影响,这些因素之间的关系错综复杂,传统的量化研究方法往往依据现有理论模型去发现影响因素及其之间的关系,难以捕捉影响因素之间错综复杂的关系。而扎根理论能够从原始数据中提炼出关键概念和范畴,进而构建出理论框架,而非事先设定假设进行验证,适合于探索这种未知且复杂的现象。因此,本研究尝试利用扎根理论分析大学生心理干预效果的影响因素,丰富大学生心理干预理论研究,为促进大学生心理健康的实践工作提供理论支持。

## 2. 研究设计

### 2.1. 案例选择

本研究以接受过心理干预的大学生为研究对象。考虑案例数据的可获得性、真实性与全面性,本研究主要采用三种案例获取方法。① 文献检索。通过中国知网、维普等学术数据库进行文献检索,寻找与大学生心理干预相关的论文。这些论文涵盖了不同类型的心理干预案例,提供了丰富的背景信息和实证数据。② 网站搜索。利用中国大学生在线(<https://dxs.moe.gov.cn/zx/>)、高校辅导员网络学院(<http://www.ausc.edu.cn/>)等网站进行搜索,寻找与大学生心理干预相关的实际案例。提取案例中关于心理干预措施、干预效果以及影响因素等方面的关键信息。③ 深度访谈。对高校辅导员进行半结构式访谈,收集他们在实际工作中所遇到的大学生心理干预案例。

通过对访谈记录和二手资料的整理,确定了 30 个大学生心理干预案例,形成大学生心理干预案例数据库,案例具体信息如表 2 所示。

Table 2. Case information

表 2. 案例信息

| 案例编号   | 获取方法   | 案例干预效果 |
|--|--------|--------|
| Case 3、Case 5、Case 8、Case 9、Case 10  | ① 文献检索 | 干预成功   |
| Case 1、Case 2、Case 4、Case 6、Case 7、Case 11、Case 12、Case 13、Case 14、Case 15、Case 16、Case 17、Case 18、Case 19、Case 20、Case 21、Case 22、Case 23、Case 24、Case 25 | ② 网站搜索 | 干预成功   |
| Case 26  | ③ 深度访谈 | 干预成功   |
| Case 27、Case 28、Case 29、Case 30  | ③ 深度访谈 | 干预失败   |

## 2.2. 研究方法与工具

### 2.2.1. 扎根理论

扎根理论是一种常用的质性研究方法，目前在国内外被应用于护理学、心理学、教育学、社会学、管理学、图书情报学等众多研究领域。这种方法强调系统地搜集和分析资料，从资料中发现、发展和检验理论，并最终完成对现实的理论呈现(陈向明, 1999)，适用于分析定性数据，能够从复杂的样本数据中构建有价值的理论模型(邓文, 杨莹, 2023)。扎根理论源于社会学，最早在 1967 年由格拉斯与施特劳斯(Glaser & Strauss)共同提出，之后发展为以格拉斯(Glaser)为代表的经典扎根理论、施特劳斯与科宾(Strauss & Corbin)的程序化扎根理论以及卡曼兹(Charmaz)的建构型扎根理论三大主流范式(贾旭东, 衡量, 2020)。

本研究选择经典扎根理论进行编码分析，大致过程为明确研究问题、研究设计、样本选择、数据收集整理，通过对资料的开放性编码、主轴编码、选择性编码和饱和度检验形成初步的理论模型(邓文, 杨莹, 2023)。因此，研究基于收集的 30 个大学生心理干预案例，采用扎根理论方法，通过对资料的开放性编码、主轴编码和选择性编码，提炼大学生心理干预效果影响因素，构建大学生心理干预效果影响因素的理论模型。

### 2.2.2. NVivo

本研究运用 NVivo14 软件，对大学生心理干预案例资料进行编码。NVivo 软件是质性分析软件，可以对非数据资料进行处理(杨宁欣, 柴红玲, 吴铭, 2023)，主要功能是通过研究内容编码来发现事物之间的内在联系和规律(孙方烁, 2024)。本研究将案例文本保存于 Word 文档，导入 NVivo14 软件，反复进行深度文本分析，提取关于大学生心理干预的信息点，根据信息点进行自由节点编码，逐级归纳分类。

## 3. 研究过程

本研究严格依据扎根理论的研究范式和编码规则进行。具体的编码过程如下：首先，对所收集的资料进行开放性编码并逐层概括和提炼，形成大学生心理干预效果的初始范畴；然后，通过主轴编码梳理初始范畴间的关系，并概括形成主范畴；最后，结合案例内容，通过选择性编码进一步梳理初始范畴、主范畴以及各范畴间的关系，得到核心范畴并构建出理论框架。3 名研究人员组成编码小组，小组成员首先同时进行独立编码，为了保证编码分析结果的一致性和可靠性，每完成三分之一的编码任务，小组成员会对各成员的编码结果进行对比，遇见分歧或逻辑不清晰的编码，3 位成员共同将资料揉碎、重组、探讨，达成共识后可确定编码。当编码结果相似程度达到 90%以上，编码分析才算完成，否则将重复上述编码步骤，以确保编码的严谨性和科学性。

### 3.1. 开放性编码

开放性编码(open coding)又被称为一级编码,是对初始资料进行概念化,并对相同或相似事件进行归类形成初始范畴的过程(陈向明, 2015)。本研究选择了 26 个案例文本进行开放性编码,随机选择了 4 个案例(Case 5, Case 13, Case 18 和 Case 28)以备后续理论饱和度检验的需要。借鉴先前学者的研究经验,通过对原始资料的比较和归纳,从若干语句中提炼出了“家长带学生及时就医”等初始概念,进一步精炼为“医院机构诊断治疗”等 23 个初始范畴(表 3),完整数据见附录。

**Table 3.** Open coding of factors influencing the effects of psychological intervention for college students (partial)  
**表 3.** 大学生心理干预效果影响因素开放性编码(部分)

| 编号      | 案例摘录   | 初始概念   | 初始范畴   |
|---------|--|--|--|
| Case 1  | <p>原因分析: 导致 A 心理偏常的原因有以下几点……</p> <p>耐心倾听, 产生共情, 取得 A 信任。</p> <p>引导她尝试宣泄情绪的各种方法……</p> <p>父母平时关心、关注、关爱 A。</p> <p>朋辈在学习、生活等方面关爱 A。</p> <p>通过药物和心理辅导进行正规、系统的治疗。</p> <p>用爱陪伴, 以真心换真情, 保持良好的信任关系……</p> <p>帮助她申请学生科的勤工助学岗位, 及各类奖助学金。</p> <p>参加学校里各类体育活动、学科竞赛、实践活动, 不断充实自己……</p> <p>鼓励 A 担任队长参加学校大学生辩论赛。</p> | <p>老师了解情况分析原因</p> <p>辅导员倾听获得信任</p> <p>老师引导学生释放情绪</p> <p>父母关爱</p> <p>朋辈关爱</p> <p>医院治疗</p> <p>辅导员陪伴</p> <p>申请奖助学金和助学岗位</p> <p>参加比赛、活动</p> <p>老师指导学生参加比赛、活动</p> | <p>分析心理问题产生原因</p> <p>老师的关心陪伴</p> <p>老师指导</p> <p>家庭的关心陪伴</p> <p>朋辈的关心陪伴</p> <p>医院机构诊断治疗</p> <p>经济支持</p> <p>融入集体建立自信</p> |
| Case 2  | <p>分析该生心理偏差行为主客观原因。</p> <p>辅导员对该生的情绪进行安抚, 在沟通中得到该生信任。</p> <p>辅导员引导该生向学校心理咨询中心寻求心理援助。</p> <p>该生成功进行了心理咨询, 得到了专业的辅导。</p> <p>该生就近到本地专业心理门诊咨询。</p> <p>家长平时务工回家多与该生接触聊天, 给予该生安全感和家庭温暖。</p> <p>辅导员定期与该生进行谈心谈话。</p> <p>该生打开心扉, 与辅导员畅谈专业学习中的困惑和返校后的学习设想。</p>   | <p>老师了解情况分析原因</p> <p>辅导员倾听获得信任</p> <p>老师引导学生寻求心理援助</p> <p>在学校心理咨询室进行心理咨询</p> <p>心理门诊咨询</p> <p>父母陪伴</p> <p>老师与学生谈心谈话</p> <p>打开心扉表达想法</p>                      | <p>分析心理问题产生原因</p> <p>老师的关心陪伴</p> <p>老师指导</p> <p>心理咨询师治疗</p> <p>医院机构诊断治疗</p> <p>家庭的关心陪伴</p> <p>主动配合心理干预</p>             |
| Case 30 | <p>……</p> <p>分析危机原因: 痛苦的成长经历; 认知偏差; 人际交往能力缺陷。</p> <p>采用认知治疗法, 帮助小 A 重新建立新理性观念……</p> <p>转变教育观念, 要多关心关注并积极鼓励小 A; 营造温馨的家庭氛围, 努力营造宽松亲和的家庭氛围; 带孩子去医疗机构的心理科进行全面检查</p> <p>参加同学们的集体活动。</p>   | <p>分析危机原因</p> <p>采用认知治疗法建立观念</p> <p>关心鼓励孩子</p> <p>营造温馨家庭氛围</p> <p>带孩子及时就医</p> <p>参加集体活动</p>  | <p>分析心理问题产生原因</p> <p>学校的心理辅导与治疗</p> <p>家庭的关心陪伴</p> <p>医院机构诊断治疗</p> <p>收获社会归属感</p>                                      |

### 3.2. 主轴编码

主轴编码(axial coding)又被称为二级编码,其主要任务是发现和建立概念类属之间的各种联系,以表现资料中各个部分之间的有机关联(陈向明,1999)。在开放性编码的基础上,对23个初始范畴反复比较和归纳,根据不同初始范畴的逻辑关系得到了6个主范畴:原因识别、情感支持、工具性支持、信息支持、归属感支持、个体态度与意愿,详见表4。

Table 4. Axial coding results

表 4. 主轴编码结果

| 主范畴     | 初始范畴                                     |
|---------|--|
| 原因识别    | 分析心理问题产生原因;了解产生心理问题原因;找到心理问题的多重因素        |
| 情感支持    | 老师的关心陪伴;朋辈的关心陪伴;老师肯定鼓励;心理咨询师关心陪伴;家庭的关心陪伴 |
| 工具性支持   | 医院机构诊断治疗;学校的心理辅导与治疗;经济支持;心理咨询师治疗         |
| 信息支持    | 老师建议;老师指导;老师的教育引导;朋辈、老师的学业帮助;心理咨询师指导     |
| 归属感支持   | 收获自信;收获社会归属感;融入集体建立自信                    |
| 个体态度与意愿 | 主动配合心理干预;主动寻求老师帮助;积极配合老师的帮助              |

### 3.3. 选择性编码

选择性编码(selective coding)是在更高的抽象层次上进行编码,其目的是对主范畴之间的关系进行分析,在所有范畴中找出核心范畴。通过核心范畴对其他范畴的融合和统领,形成“故事线”,将各理论要素整合起来(陈向明,2015)。再次结合案例内容,通过进一步梳理初始范畴、主范畴以及各范畴间的关系,研究发现将大学生心理干预效果的影响因素作为核心范畴能够统领其他范畴并解释研究问题。

根据扎根理论的分析结果,研究形成以下故事线:在对大学生实施心理干预的过程中,原因识别是重要前提,个体态度与意愿是大学生心理干预效果的内在影响因素,外界的情感支持、工具性支持、信息支持、归属感支持是促进大学生心理干预效果的关键力量。原因识别、情感支持、工具性支持、信息支持、归属感支持、个体态度与意愿共同影响大学生心理干预效果。

### 3.4. 理论饱和度检验

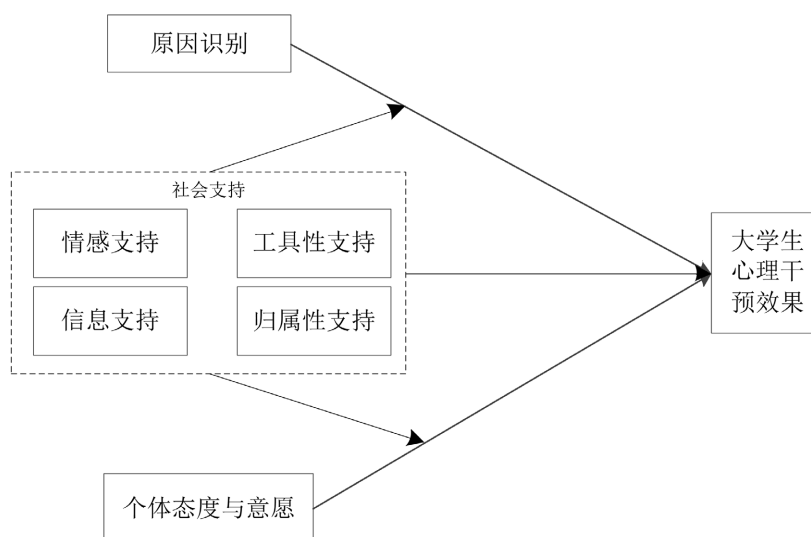
同样地,对其余的4个案例(Case 5, Case 13, Case 18 和 Case 28)依次进行开放性编码、主轴编码和选择性编码,编码结果如表5所示。通过分析可知,编码结果仍可反映大学生心理干预效果影响因素核心范畴,并且尚未发现新的主范畴。因此,可认为对大学生心理干预效果影响因素的筛选已达到理论饱和和状态,由此构建大学生心理干预效果影响因素的理论模型见图1。

## 4. 模型阐释

通过以上三个阶段的编码分析,本研究构建了大学生心理干预效果影响因素的模型,详见图1。以下结合原始案例资料和相关研究对模型主要概念的含义、概念之间的关系以及各因素对大学生心理干预效果的作用进行阐释。

**Table 5.** Theoretical saturation test coding results  
**表 5.** 理论饱和度检验编码结果

| 主范畴     | 初始范畴                    |
|---------|-------------------------|
| 原因识别    | 分析心理问题产生原因              |
| 情感支持    | 老师的关心陪伴；家庭的关心陪伴；朋辈的关心陪伴 |
| 工具性支持   | 医院机构诊断治疗；心理咨询师治疗        |
| 信息支持    | 老师指导                    |
| 归属感支持   | 融入集体建立自信                |
| 个体态度与意愿 | 积极配合老师的帮助；主动寻求心理咨询      |



**Figure 1.** A theoretical model of factors influencing the effects of psychological intervention for college students  
**图 1.** 大学生心理干预效果影响因素理论模型

(1) 原因识别是对大学生实施心理干预的重要前提。

原因识别是心理干预的起始点，是在为后续选择干预措施、制定干预方案奠定基础，为整个干预过程提供明确的指导方向。准确地识别出个体出现心理问题的原因，一方面有利于干预者制定出针对性的干预方案，一方面有助于个体认知和理解自身心理问题。一旦识别的原因有误，即使采取相应的干预措施，也可能无法有效解决问题，甚至可能产生反效果。这可能浪费宝贵的资源和时间，给个体带来额外的负担和伤害。在现实生活中，大学生的心理问题可能源自学业压力、人际关系、家庭问题或自我认知等多个方面，通常干预者需要对个体的心理需求、生活环境、人格特质、人际关系等进行深入的了解和分析，才能准确识别出原因。

因此，原因识别是对大学生实施心理干预的重要前提，直接影响大学生心理干预效果。

(2) 个体态度与意愿是大学生心理干预效果的内在影响因素。

大学生的个人态度、价值观和改变的意愿对心理干预的效果至关重要，影响着大学生接受干预的程度和行动的积极性，是心理干预效果的个人内在影响因素。主动配合心理干预、积极的态度和强烈的改变意愿可以促进个体与干预者的互动和合作，提高大学生心理干预效果。而消极的态度和意愿可能会导

致个体排斥和拒绝干预措施，削弱干预的效果，即使在准确地识别原因并提供充足社会支持的情况下，干预效果也可能不尽如人意。

因此，个体态度与意愿是大学生心理干预效果的内在影响因素，直接影响大学生心理干预效果。

(3) 外界的各类社会支持是促进大学生心理干预效果的关键力量。

情感支持、工具性支持、信息支持、归属感支持等社会支持是促进大学生心理干预效果的关键力量。情感支持是指给予个体关心、理解、鼓励和慰藉等，使其感到温暖与信任。情感支持可以帮助大学生减轻焦虑和压力，增强个体的心理韧性。案例中大学生所受到的情感支持主要来自老师、家庭、朋辈、心理咨询师等方面，涉及的有给予个体的关心陪伴、肯定鼓励等。工具性支持指个体在心理干预过程中受到的有形的实际帮助，包括物质上的直接援助。比如医院或机构的诊断治疗、学校或社会给予的奖助学金、心理咨询师实施的治疗等。工具性支持能够帮助个体更好地应对心理问题，提升其应对能力。信息支持指个体在心理干预过程中获得的信息、知识、建议或指导，如关于心理健康的知识、职业生涯规划的知识、老师指导参加比赛活动的信息等。信息支持能够增强个体的认知能力和解决问题的能力，有助于提高心理干预的效果。归属感支持指个体在心理干预过程中感受到的归属感和认同感，即感觉自己被接纳、被理解。例如积极参加班级、学校活动，融入集体建立自信等。归属感支持能够增强个体的心理安全感和稳定性，帮助个体正确理解和评估自身问题，有助于促进其心理健康。当大学生面临心理困境时，来自朋辈、老师、家庭和社会的多方面支持可以给予他们巨大的力量，增强个体的信任感、安全感、认同感、归属感，从而提升个体的心理干预效果。多种支持不仅可以在短期内缓解大学生的心理压力，还有助于他们在长期内更好地应对生活中的挑战。

因此，社会支持(包括情感支持、工具性支持、信息支持、归属感支持)是促进大学生心理干预效果的关键力量，直接影响大学生心理干预效果。

此外，情感支持、工具性支持、信息支持、归属感支持等社会支持在原因识别对大学生心理干预效果的影响中起到了调节作用。一方面社会支持使得个体更加深入探索和理解自己心理问题的根源，另一方面使得原因识别更加准确有效，进而提高了心理干预的整体效果。

情感支持、工具性支持、信息支持、归属感支持等社会支持在个体态度与意愿对大学生心理干预效果的影响中同样起到了调节作用。有效的社会支持给予大学生更多的安全感和自信心，增强了他们对心理干预的信任感和接受度，从而形成更加积极的心态和行为，进而促进心理干预效果的提升。

## 5. 结论与建议

### 5.1. 研究结论

探究大学生心理干预效果的影响因素对于丰富心理干预的研究、推动大学生心理健康发展具有重要的理论和社会价值。本文以接受过心理干预的大学生为研究对象，使用扎根理论方法分析探索了大学生心理干预效果的影响因素，经由三级编码发现：

(1) 大学生心理干预的影响因素可以归为原因识别、情感支持、工具性支持、信息支持、归属感支持、个体态度与意愿。

(2) 以上因素都直接影响大学生心理干预的效果。原因识别是对大学生实施心理干预的重要前提。个体态度与意愿是大学生心理干预效果的内在影响因素。外界的各类社会支持(情感支持、工具性支持、信息支持、归属感支持)是促进大学生心理干预效果的关键力量。另外，社会支持在原因识别对大学生心理干预效果的影响和个体态度与意愿对大学生心理干预效果的影响中都起到了调节作用。

在实际干预过程中，应当根据每位大学生的具体情况综合考虑这些因素，以实现最佳的干预效果。



## 5.2. 管理建议

基于以上研究结论, 提出以下实施大学生心理干预措施的建议:

(1) 原因识别精准化。在心理干预的初期, 干预者应与个体进行深入交流, 了解其心理需求、生活经历、家庭背景、人际关系等, 准确地分析其心理问题的成因, 这是确定后续心理干预方向和措施的关键, 同时, 这有利于干预者对个体提供针对性的社会支持。

(2) 社会支持多元化。在心理干预过程中应提供多种形式的社会支持, 如情感支持、信息支持、工具性支持和归属感支持等, 以满足个体不同的心理需求。辅导员、班主任定期走访学生宿舍, 家长多关注学生的心理状态, 多陪伴多交流, 为大学生提供情感支持; 学校积极开展讲座、心理健康课程等, 提供关于心理健康、压力管理等方面的信息支持; 强化学校心理咨询服务平台建设, 完善学校奖助学金评选发放机制, 提供有效的工具性支持; 学校多开展集体活动, 促进同学、室友之间的交流与支持, 增强归属感支持。

(3) 多方主体协同化。促进干预者、辅导员、家长、学校、心理咨询师、医院等多方主体的合作, 整合各方面的有效干预力量, 共同为大学生提供全方位的支持。这些主体之间并不是独立地或以简单相加的方式产生影响, 而是交互作用于大学生心理干预效果。因此, 大学生的心理干预需要多个主体共同协作。在干预过程中, 学校主导, 家庭配合, 社会支持。

## 基金项目

湖北省教育厅哲学社会科学基金项目: 大学生心理救助效果的影响因素组态研究——基于访谈资料的 QCA 分析(22G159); 武汉科技大学大学生创新创业训练计划项目: 大学生心理干预效果的影响机制研究——基于扎根理论与 QCA 的组态分析。

## 参考文献

- 安宏玉(2021). 朋辈心理互助对大学生心理危机的干预研究. *山西卫生健康职业学院学报*, 31(6), 129-131.
- 陈向明(1999). 扎根理论的思路和方法. *教育研究与实验*, (4), 58-63,73.
- 陈向明(2015). 扎根理论在中国教育研究中的运用探索. *北京大学教育评论*, 13(1), 2-15, 188.
- 邓文, 杨莹(2023). 复合治理视域下地方公务员能力提升趋向与路径探析——基于扎根理论的研究. *中国人事科学*, (12), 20-28.
- 付梅, 马利暖(2016). 基于归因理论的大学生心理危机干预模式探究. *安徽工业大学学报(社会科学版)*, 33(1), 109-110.
- 顾源, 陈坚, 张筌钧, 等(2019). 抗压能力对心理危机干预的影响: 心理弹性的中介作用. *中国健康心理学杂志*, 27(11), 1621-1627.
- 何浩宇, 崔寒尽, 唐海波(2012). 团体心理咨询干预我国大学生心理健康效果的 Meta 分析. *中国健康心理学杂志*, 20(7), 1036-1039.
- 贾旭东, 衡量(2020). 扎根理论的“丛林”、过往与进路. *科研管理*, 41(5), 151-163.
- 刘爱楼, 荆玉梅(2021). 创伤后成长的心理干预效果及影响因素: 元分析与 Cochrane 证据质量. *湖北师范大学学报(哲学社会科学版)*, 41(4), 116-124.
- 刘欣彤, 周颖清, 谢莉玲(2011). 人格对卵巢癌患者心理干预效果的影响研究. *激光杂志*, 32(2), 94-95.
- 孙方烁(2024). 陶行知职业教育思想与中职学生培育融合路径探析——基于 Nvivo 的质性研究. *西部学刊*, (2), 133-138.
- 谢青(2023). 论大学生的内在心理力量在危机干预中的作用. *中国科技经济新闻数据库教育*, (2), 94-95.
- 谢莹(2020). *网络时代大学生心理健康理论与方法*. 南京大学出版社.
- 杨宁欣, 柴红玲, 吴铭(2023). 政策工具视角下的科研经费“包干制”——基于国内 40 所高校的 Nvivo 分析. *教育财会研究*, 34(6), 45-52.
- 张晓瑜(2021). 不同干预方式对大学生心理应激水平影响研究. *山西大同大学学报(社会科学版)*, 35(6), 124-127.

## 附录

| 编号     | 案例摘录   | 初始概念  | 初始范畴  |
|--------|--|---|---|
| Case 1 | <p>原因分析: 导致心理偏常的原因有以下几点……<br/>耐心倾听, 产生共情, 取得 A 信任。<br/>引导她尝试宣泄情绪的各种方法……<br/>父母平时关心、关注、关爱 A。<br/>朋辈在学习、生活等方面关爱 A。<br/>通过药物和心理辅导进行正规、系统的治疗。<br/>用爱陪伴, 以真心换真情, 保持良好的信任关系……<br/>帮助她申请学生科的勤工助学岗位, 及各类奖助学金。<br/>参加学校里各类体育活动、学科竞赛、实践活动, 不断充实自己……<br/>鼓励 A 担任队长参加学校大学生辩论赛。</p> | <p>老师了解情况分析原因<br/>辅导员倾听获得信任<br/>老师引导学生释放情绪<br/>父母关爱<br/>朋辈关爱<br/>医院治疗<br/>辅导员陪伴<br/>申请奖助学金和助学岗位<br/>参加比赛、活动<br/>老师指导学生参加比赛、活动</p> | <p>分析心理问题产生原因<br/>老师的关心陪伴<br/>老师指导<br/>家庭的关心陪伴<br/>朋辈的关心陪伴<br/>医院机构诊断治疗<br/>经济支持<br/>融入集体建立自信</p> |
| Case 2 | <p>分析该生心理偏差行为主客观原因。<br/>辅导员对该生的情绪进行安抚, 在沟通中得到该生信任。<br/>辅导员引导该生向学校心理咨询中心寻求心理援助。<br/>该生成功进行了心理咨询, 得到了专业的辅导。<br/>该生就近到本地专业心理门诊咨询。<br/>家长平时务工回家多与该生接触聊天, 给予该生安全感和家庭温暖。<br/>辅导员定期与该生进行谈心谈话。<br/>该生打开心扉, 与辅导员畅谈专业学习中的困惑和返校后的学习设想。</p>  | <p>老师了解情况分析原因<br/>辅导员倾听获得信任<br/>老师引导学生寻求心理援助<br/>在学校心理咨询室进行心理咨询<br/>心理门诊咨询<br/>父母陪伴<br/>老师与学生谈心谈话<br/>打开心扉表达想法</p>                | <p>分析心理问题产生原因<br/>老师的关心陪伴<br/>老师指导<br/>心理咨询师治疗<br/>医院机构诊断治疗<br/>家庭的关心陪伴<br/>主动配合心理干预</p>          |
| Case 3 | <p>初步判断其心理问题是重大的负性生活事件创伤所引发的心理应激反应……<br/>学院心理辅导员了解相关情况, 关切问及感受。<br/>在父母和室友的关爱下, A 已正常饮食。<br/>校专职心理咨询师保持无条件倾听、理解、应答……<br/>校专职心理咨询师利用 ABC 理性情绪疗法, 使用了一些心理干预方法……<br/>校专职心理咨询师引导 A 进行焦虑降级管理……<br/>校专职心理咨询师给出减轻应激和自我识别症状的策略。<br/>学生朋辈辅导员与同宿舍同学持续对 A 进行积极关注。</p>             | <p>老师了解情况分析原因<br/>辅导员关心了解情况<br/>父母关爱<br/>学校心理咨询师倾听理解<br/>学校心理咨询师采用心理疗法<br/>心理咨询师引导学生焦虑降级<br/>心理咨询师提供治疗策略<br/>朋辈关爱</p>             | <p>分析心理问题产生原因<br/>老师的关心陪伴<br/>家庭的关心陪伴<br/>心理咨询师关心陪伴<br/>心理咨询师治疗<br/>心理咨询师指导<br/>朋辈的关心陪伴</p>       |
| Case 4 | <p>心理咨询中心及时与该生约谈。<br/>得出小赵同学存在以下问题: 一是个人内源性焦虑……<br/>引导学生做好短期目标和长远目标。<br/>学生定期运动, 并通过运动结交志同道合的伙伴, 更好地与同学们融入一体。</p>  | <p>在学校心理咨询室进行心理咨询<br/>老师了解情况分析原因<br/>老师引导学生制定规划<br/>积极运动融入集体</p>  | <p>心理咨询师治疗<br/>分析心理问题产生原因<br/>老师指导<br/>融入集体建立自信</p>   |

续表

|        |   |   |   |
|--------|---|---|---|
| Case 6 | <p>初步判断导致该生心理偏常的主要原因是原生家庭带来的影响。<br/>辅导员与该生谈话开导……<br/>辅导员当即转账该生 2000 元,告知该生先按医生的要求检查。<br/>室友迅速赶往医院,全程陪同,并关心帮助其生活、学习中的点点滴滴。<br/>母亲在校陪伴一周后,心结彻底打开。<br/>该生按医生要求服药,情况明显好转。<br/>将该生纳入家庭经济困难认定库。<br/>辅导员推荐该生在校内商业街蛋糕店兼职。</p>   | <p>老师了解情况分析原因<br/>老师与学生谈心谈话<br/>给予检查治疗费<br/>同学陪伴<br/>父母陪伴<br/>医院治疗<br/>申请奖助学金<br/>老师提供兼职岗位信息</p>  | <p>分析心理问题产生原因<br/>老师的关心陪伴<br/>经济支持<br/>朋辈的关心陪伴<br/>家庭的关心陪伴<br/>医院机构诊断治疗<br/>老师指导</p>                |
| Case 7 | <p>母亲来校陪读。<br/>倾听并帮助学生分析问题……<br/>家长积极联系相关机构,带学生进行心理咨询和治疗。<br/>定期谈心谈话,了解近期有关情况,帮助学生解决实际问题,疏导心理困惑。</p>  | <p>父母陪伴<br/>老师了解情况分析原因<br/>专业机构治疗<br/>老师与学生谈心谈话</p>   | <p>家庭的关心陪伴<br/>分析心理问题产生原因<br/>医院机构诊断治疗<br/>老师的关心陪伴</p>  |
| Case 8 | <p>初步了解其产生心理问题的原因和目前的精神状况。<br/>笔者认真倾听,并对其表示同情和理解。<br/>从专业角度对其提出了建议。<br/>王某反应良好,积极发表自己的见解,表示会尝试做出改变。<br/>意识到自己此前在思维方式上的缺陷,表示将继续努力调整自己。<br/>学生与其一起自习,如有学习方面的困难及时进行指导和帮扶。<br/>班干部和宿舍成员主动关心其生活,有困难积极帮助。</p>   | <p>老师了解情况分析原因<br/>辅导员倾听获得信任<br/>老师给学生建议<br/>打开心扉表达想法<br/>意识到自身问题做出改变<br/>同学帮扶学习<br/>朋辈关爱</p>  | <p>分析心理问题产生原因<br/>老师的关心陪伴<br/>老师指导<br/>主动配合心理干预<br/>朋辈、老师的学业帮助<br/>朋辈的关心陪伴</p>                      |
| Case 9 | <p>心理疾病学生休学复学后对新的环境和身份不适应导致情绪紧张、自我怀疑……<br/>辅导员认真倾听,积极关注,小敏渐渐打开心扉……<br/>辅导员细心发掘,对其优点进行了肯定和赞美。<br/>在同学的帮助下,小敏开始尝试与同寝室以及班上同学交往。<br/>鼓励她多参加学院和学校组织的各项活动。<br/>在班主任和辅导员的指导下,小敏先后在学校的主题教育演讲比赛中获得二等奖……<br/>通过比赛,小敏认识了很多有共同兴趣爱好的同学,人际关系越来越好。<br/>辅导员对小敏进行规划教育。<br/>前往 XX 医院就诊,医生诊断为典型的狂躁症……<br/>母亲在校外租房陪读,督促其按时服药。</p> | <p>老师了解情况分析原因<br/>辅导员倾听获得信任<br/>辅导员肯定赞美学生优点<br/>同学陪伴<br/>辅导员鼓励学生参加活动<br/>老师指导学生参加比赛、活动<br/>参加比赛、活动<br/>老师引导学生制定规划<br/>医院治疗<br/>父母陪伴</p> | <p>分析心理问题产生原因<br/>老师的关心陪伴<br/>老师肯定鼓励<br/>朋辈的关心陪伴<br/>老师指导<br/>融入集体建立自信<br/>医院机构诊断治疗<br/>家庭的关心陪伴</p> |

续表

|         |   |  |   |
|---------|---|--|---|
| Case 10 | <p>辅导员立刻到宿舍与孙同学谈心,了解他的相关情况。<br/>认真倾听,建立信任关系。<br/>辅导员全面了解了孙同学的在校情况,分析了其产生沉迷网络游戏、意图退学等问题的原因。<br/>辅导员鼓励其主动敞开心扉,融入集体,尽快适应大学生生活。<br/>同学组建帮扶小组,在生活、学习、校园活动等方面帮扶孙同学。<br/>辅导员引导其进行自我评估,合理规划大学生生活,树立新的奋斗目标。<br/>家长给予了孙同学全方位的关爱和帮扶。<br/>孙同学逐渐融入班集体,并在大二担任班级委员。</p>                          | <p>辅导员关心了解情况<br/>辅导员倾听获得信任<br/>老师了解情况分析原因<br/>辅导员鼓励学生参加活动<br/>同学陪伴<br/>同学帮扶学习<br/>老师引导学生制定规划<br/>父母关爱<br/>感受集体温暖</p> | <p>老师的关心陪伴<br/>分析心理问题产生原因<br/>老师肯定鼓励<br/>朋辈、老师的学业帮助<br/>朋辈的关心陪伴<br/>老师指导<br/>家庭的关心陪伴<br/>融入集体建立自信</p> |
| Case 11 | <p>整合信息总结小 A 的性格形成原因,首先是来自于原生家庭生长环境对她的影响。<br/>引导小 A 要养成以感恩的心去思考问题的好习。<br/>家长每周和孩子联系几次,问问学习和生活,多给予情感上的补偿。<br/>姐姐也参与进来多多开导和帮助小 A,一起共建温馨的家庭氛围等。<br/>我经常去教室,每一次都会有意表扬小 A 一下。<br/>宿舍同学关注小 A 的情绪状态,关心她,和她说话聊天、分享食物。<br/>她主动参与宿舍的集体活动,她和同学们的交流也多了起来。<br/>我继续坚持和小 A 经常性的谈话聊天,聊人生,聊家庭。</p> | <p>老师了解情况分析原因<br/>老师给学生建议<br/>父母关爱<br/>兄弟姐妹帮助<br/>老师表扬学生<br/>同学陪伴<br/>参加比赛、活动<br/>老师与学生谈心谈话</p>                      | <p>分析心理问题产生原因<br/>老师指导<br/>家庭的关心陪伴<br/>老师肯定鼓励<br/>朋辈的关心陪伴<br/>融入集体建立自信<br/>老师的关心陪伴</p>                |
| Case 12 | <p>耐心地与xxx进行谈心与交流,使她平稳情绪。<br/>我了解xxx情绪激动的原因,并为其讲解……<br/>我肯定了她在近期的表现,学习努力,成绩优异,我对她表达了认可。<br/>参评国家助学金,帮助家里减轻经济负担。<br/>我经常和xxx谈心、交流,了解她的思想动态和心理变化。<br/>引导她如何处理学习与工作的关系。</p>  | <p>老师与学生谈心谈话<br/>老师了解情况分析原因<br/>辅导员肯定赞美学生优点<br/>申请助学金<br/>辅导员关心了解情况<br/>老师给学生建议</p>                                  | <p>老师的关心陪伴<br/>分析心理问题产生原因<br/>老师肯定鼓励<br/>经济支持<br/>老师指导</p>  |
| Case 14 | <p>小 A 的困难,不是单纯的经济困难,是因家庭贫困和身体“贫困”导致了心理“贫困”……<br/>在家长的关心帮助下,小 A 也逐渐打开心扉,直面问题。<br/>第一时间提供心理支持,疏导学生负面情绪,做好她的倾听者、引导者和支持者。<br/>联系学校心理咨询室专业的老师介入,使得心理干预专业化。<br/>及时给予她职业规划和学业指导。<br/>帮助她申请学校“困难学生补贴”、争取“困难学生慰问”。<br/>鼓励她参加勤工助学的岗位、企业兼职实习实践、校内励志奖学项目。</p>                                | <p>老师了解情况分析原因<br/>父母关爱<br/>辅导员陪伴<br/>学校心理咨询师进行心理援助<br/>老师指导学生制定规划<br/>申请助学金<br/>老师指导学生参加比赛、活动</p>                    | <p>分析心理问题产生原因<br/>家庭的关心陪伴<br/>老师的关心陪伴<br/>心理咨询师治疗<br/>老师指导<br/>经济支持</p>                               |

续表

|         |  |  |   |
|---------|--|--|---|
| Case 15 | <p>案例分析: 家庭亲子关系失和……不恰当的家庭教育方式。<br/>         辅导员对 G 同学进行主动的关心与帮助……<br/>         一天之后 G 同学的家长赶到学校, 并向辅导员请假带 G 同学去某公立医院的精神心理科为其就医。<br/>         辅导员和心理健康指导中心的老师分别对其进行了谈心谈话。<br/>         心理健康指导中心的老师推荐其参加朋辈团体心理小组……<br/>         G 同学写作的多篇心理文章被推送到学校学生处心理健康专栏的公众号上, 受到同学们的点赞与认可……<br/>         该生表示愿意继续去找到心理健康指导中心的老师进行定期的个体咨询。</p> | <p>分析心理问题出现原因<br/>         辅导员关注学生在校情况<br/>         家长带学生及时就医<br/>         老师的心理关怀<br/>         老师建议参加朋辈团体组织<br/>         受到称赞<br/>         学生愿意配合心理咨询</p> | <p>分析心理问题产生原因<br/>         老师的关心陪伴<br/>         医院机构诊断治疗<br/>         家庭的关心陪伴<br/>         老师建议<br/>         收获自信<br/>         主动配合心理干预</p> |
| Case 16 | <p>找原因。家长对孩子期望较高, 孩子的抗挫折能力较差……<br/>         我采用了寝室走访的形式, 以日常查寝的方式进行了深入的谈话……<br/>         我通过分析高中学习方式与大学教育方式的相同点和不同点……<br/>         让寝室每个同学匿名写下其他室友的优点, 小周的优点有文笔很好、字写得好看、热心善良……等, 使小周重拾自信。<br/>         室友多关注小周的生活和心理状态, 多陪陪小周。</p>   | <p>通过家长寻找原因<br/>         老师谈话关心学生<br/>         提供大学学习的建议<br/>         受到称赞<br/>         朋辈关心生活和心理状态</p>  | <p>分析心理问题产生原因<br/>         老师的关心陪伴<br/>         老师指导<br/>         收获自信<br/>         朋辈的关心陪伴</p>   |
| Case 17 | <p>背景分析: 离异带来的怯懦自卑; 离异带来的内疚自责……<br/>         帮助他们正确认识父母的离异是大人之间出现了问题, 并不是他们的原因造成的……<br/>         她参与到集体活动中, 使他赢得同伴的接纳, 改善人际关系。<br/>         针对其存在的主要问题, 制订了为期 12 周的辅导计划, 每周 1 次。</p>   | <p>了解学生心理问题原因<br/>         帮助学生正确认识父母<br/>         离异<br/>         参加集体活动<br/>         开展心理辅导计划</p>  | <p>分析心理问题产生原因<br/>         老师指导<br/>         收获社会归属感<br/>         学校的心理辅导与治疗</p>  |
| Case 19 | <p>心理症状分析: 该生长期处在一个“父母代替孩子接受惩罚”和“溺爱教育”的家庭环境下……<br/>         H 老师首先对学生的每日情况进行长时间跟踪并深度关怀关爱其学习、生活近况。<br/>         H 老师发现该生提到自己因阅读心理相关书籍结识虚无主义后, 主动地和该生对这类价值观进行了探讨。</p>  | <p>分析学生心理症状<br/>         老师关心学生日常生活<br/>         师生探讨价值观</p>   | <p>分析心理问题产生原因<br/>         老师的关心陪伴<br/>         老师指导</p>  |

续表

|         |   |   |   |
|---------|---|---|---|
| Case 20 | <p>没能进入心仪的公司实习是导致小 A 出现当前心理问题的直接诱因。</p> <p>辅导员通过积极倾听……鼓励她充分表达自己的思想和情感。</p> <p>辅导员向她解释合理情绪疗法中的 ABC 情绪理论, 然后深入挖掘其不合理信念并加以引导修正。</p> <p>小 A 不怕困难, 积极主动完成工作, 待人诚恳大方, 善解人意, 有较强的团队合作精神……</p>  | <p>找到心理问题原因</p> <p>老师认真倾听并鼓励</p> <p>辅导员使用合理情绪疗法</p> <p>总结优势激发自我效能</p>                                 | <p>分析心理问题产生原因</p> <p>老师肯定鼓励</p> <p>学校的心理辅导与治疗</p> <p>收获自信</p>               |
| Case 21 | <p>原来学生父母年轻时在广东打工认识, 由于意外怀孕仓促结婚。她父母性格差异大, 感情基础不牢固, 婚后一直在吵闹……</p> <p>告诉她一定要学会感恩, 感恩父母、老师和同学, 理解父母一些不得已的苦衷……</p> <p>一家人周末出游、捕鱼、玩耍等其乐融融的微信, 看来父母确实做出了积极的努力, 家庭关系有明显的改观。</p>  | <p>了解产生心理问题的背景</p> <p>引导学生懂感恩</p> <p>改善家庭关系</p>   | <p>了解产生心理问题原因</p> <p>老师的教育引导</p> <p>家庭的关心陪伴</p>                             |
| Case 22 | <p>原因分析: 首先, 家庭因素是造成该生心理问题的基础……</p> <p>首先给学生打电话, 间接询问最近没上课的原因……</p> <p>家长在外上班期间也能多方面关心孩子, 通过电话等方式和孩子聊天、谈心……</p> <p>告诉学生 A, 疫情防控期间, 待在家里我们也可以做很多平时没时间做的事情, 比如看几本书、学做几道菜等等……</p> <p>正确意义上的追星是理智的分析偶像哪些行为是值得我们学习的……</p> <p>充分发挥室友、好友等朋辈作用, 关怀学生 A 生活中的点点滴滴……</p> | <p>多重因素导致心理问题</p> <p>老师主动关怀学生</p> <p>家长与孩子聊天谈心</p> <p>老师建议充实生活</p> <p>教导学生树立正确追星观</p> <p>朋辈关怀学生生活</p> | <p>找到心理问题的多重因素</p> <p>老师的关心陪伴</p> <p>家庭的关心陪伴</p> <p>老师指导</p> <p>朋辈的关心陪伴</p> |
| Case 23 | <p>休学期间一直跟他保持联系……</p> <p>老师建议学生做兼职, 多与人打交道, 多接触社会……</p> <p>他的父母很理解他, 愿意支持他去做他决定的事情……</p>  | <p>老师始终保持联系</p> <p>建议多积累社会经验</p> <p>理解并支持孩子</p>   | <p>老师的关心陪伴</p> <p>老师指导</p> <p>家庭的关心陪伴</p>                                   |
| Case 24 | <p>我去他们宿舍里看了一下他的情况。</p> <p>家长带着学生去心理医院去检查……</p> <p>家长陪同他参加考试……</p>  | <p>老师了解学生情况</p> <p>家长带孩子去医院检查</p> <p>父母陪伴</p>   | <p>老师的关心陪伴</p> <p>医院机构诊断治疗</p> <p>家庭的关心陪伴</p>                               |
| Case 25 | <p>跟学校的相关心理咨询室的老师沟通……</p> <p>他家里人一直带他去治病……</p>  | <p>在学校心理咨询室进行</p> <p>心理咨询</p> <p>父母陪伴</p> <p>医院治疗</p>   | <p>心理咨询师治疗</p> <p>家庭的关心陪伴</p> <p>医院机构诊断治疗</p>                               |

续表

|         |   |  |   |
|---------|---|--|---|
| Case 26 | <p>童年时期的阴影一直影响着小 A, 朋友少, 内心比较孤僻, 性格敏感、谨慎和多疑……</p> <p>辅导员便单独约见了小 A……随后鼓励小 A 讲出自己经历的故事。</p> <p>辅导员建议他去参加各种科创比赛……; 教导小 A 要学会知恩图报……</p> <p>在辅导员的建议下, 小 A 积极参加各类志愿服务活动, 坚持义务献血……</p>   | <p>童年阴影导致心理问题</p> <p>老师鼓励学生敞开心扉</p> <p>建议大学学习方式</p> <p>引导学生懂感恩</p> <p>积极参加老师建议的活动</p>                | <p>分析心理问题产生原因</p> <p>老师肯定鼓励</p> <p>老师建议</p> <p>积极配合老师帮助</p>                                     |
| Case 27 | <p>分析原因: 第一点, 该生情绪不稳定, 心理冲突较多, 缺少对自己情绪的调节能力……</p> <p>我们聊了很多, 我了解了她的压力原因, 还聊了一些小时候的学校的事情……</p> <p>帮助她合理的时间安排, 制定作息计划……</p> <p>时隔一天后, 她主动来我办公室跟我聊天, 说最近状态不好。</p> <p>父母决定坐飞机飞过来, 周末带她去复检。父母到学校以后, 孩子症状比之前好很多……</p>   | <p>分析问题产生原因</p> <p>老师与学生聊天</p> <p>帮助学生合理安排时间</p> <p>主动与老师沟通心理问题</p> <p>父母陪伴孩子</p>                    | <p>分析心理问题产生原因</p> <p>老师的关心陪伴</p> <p>老师的指导</p> <p>主动寻求老师帮助</p> <p>家庭的关心陪伴</p>                    |
| Case 29 | <p>案例分析: 小 A 同学对大学生生活存在着严重不适应的问题。</p> <p>通过教育引导, 让她认识到大学生生活和高中生活存在着巨大的变化, 大学的学习要靠自觉学习……</p> <p>安排了她同班的两名同学帮助她, 从课堂笔记到课后作业对其全面的指导……并且请相关的任课教师对其给予帮助……</p> <p>在生活上关心她, 定期到她的班级、寝室了解她学习、生活情况。</p> <p>宿舍同学多包容她, 帮助她改变懒散、高傲的缺点, 引导她学会人际交往。</p> <p>和她的父母取得联系, 及时交流她的近况, 让她感觉到温暖和关爱。</p> | <p>找到学生问题症结</p> <p>提供大学生生活建议</p> <p>同学老师指导学习方面知识</p> <p>老师关心日常生活</p> <p>朋辈关心日常生活</p> <p>父母关心关注孩子</p> | <p>分析心理问题产生原因</p> <p>老师的教育引导</p> <p>朋辈、老师的学业帮助</p> <p>老师的关心陪伴</p> <p>朋辈的关心陪伴</p> <p>家庭的关心陪伴</p> |
| Case 30 | <p>分析危机原因: 痛苦的成长经历; 认知偏差; 人际交往能力缺陷。</p> <p>采用认知治疗法, 帮助小 A 重新建立新理性观念……</p> <p>转变教育观念, 要多关心关注并积极鼓励小 A; 营造温馨的家庭氛围, 努力营造宽松亲和的家庭氛围; 带孩子去医疗机构的心理科进行全面检查参加同学们的集体活动。</p>  | <p>分析危机原因</p> <p>采用认知治疗法建立观念</p> <p>关心鼓励孩子</p> <p>营造温馨家庭氛围</p> <p>带孩子及时就医</p> <p>参加集体活动</p>          | <p>分析心理问题产生原因</p> <p>学校的心理辅导与治疗</p> <p>家庭的关心陪伴</p> <p>医院机构诊断治疗</p> <p>收获社会归属感</p>               |