# 2025年小学心理危机干预预警工作方案

来源：网络 作者：烟雨蒙蒙 更新时间：2025-06-16

*2024年小学心理危机干预预警工作方案为落实教育部办公厅发布的《关于做好2024年春季学期中小学教育教学工作的通知》要求，有针对性地做好教育引导和心理疏导工作，及早预防、及时疏导、有效干预、快速控制学生中可能出现的心理危机事件，降低学生心理...*

2025年小学心理危机干预预警工作方案

为落实教育部办公厅发布的《关于做好2025年春季学期中小学教育教学工作的通知》要求，有针对性地做好教育引导和心理疏导工作，及早预防、及时疏导、有效干预、快速控制学生中可能出现的心理危机事件，降低学生心理危机事件的发生率，减少学生因心理危机带来的各种伤害，促进学生健康成长，根据市教育局德育科工作部署，特制订本实施方案。

一、指导思想

坚持以人为本的科学发展观，贯彻落实《中华人民共和国未成年人保护法》、《中共中央国务院关于加强和改进未成年人思想道德建设的若干意见》，以及教育部和省市关于加强中小学生心理素质与心理健康教育工作的有关文件精神；按照“加强教育引导，强化过程管理，完善预防机制，注重工作实效”的原则，制订小学心理危机预警干预方案，有效解决影响青少年健康成长过程中的突出问题；引导青少年学生珍惜生命、热爱生活、发展自我、远离侵害，预防和减少学生不良心理行为的发生，切实保障学生的健康成长，维护学校、家庭和社会的和谐稳定。

二、工作目标

1．建立一个以学校为主体，学校、家庭、社会共同参与，乡镇（街道）密切配合，分工明确，权责统一，快速、互联、高效的心理预警网络机制，定期发布预警通告。

2．通过心理健康教育及心理危机干预知识宣传，加强中小学生对心理危机的了解和认知，提高学生承受挫折的能力和情绪调控能力，以使学生在面对危机时能有效应对。

3．通过心理咨询等适时的介入和援助，协助处于危机中的学生把握当下，认识危机事件，尽快恢复心理平衡，顺利度过危机，并学会正确的应付危机的策略与方法，避免或减少学生中出现自伤或伤及他人事件的发生。

4．通过积极创设良好的校园环境，为学生成长营造健康氛围，努力提高学生的心理健康水平，优化学生的心理品质，促进每一位学生的健康成长。

三、组织机构

1.心理危机干预预警领导小组

组  长：\*\*

副组长：\*\*\*、\*\*\*、\*\*、\*\*

组  员：全体行政

2.心理危机干预预警工作小组

组  长：\*\*

副组长：\*\*、\*\*、\*\*、\*\*、\*\*、\*\*

组  员：心理咨询老师、各班班主任、各班心育委员

四、具体实施

（一）确定预警干预对象

存在心理危机倾向与处于心理危机状态的学生是我们关注与干预的对象。学生心理危机的发生必须满足下列三个条件：

第一，生活中出现了导致心理压力的重大或意外的事件；

第二，躯体和意识出现不适感受，又未引起周围人的重视而不能得到及时疏解；

第三，遭遇到依靠自身能力无法应付的困境。

上述三种情况同时出现就意味着个体出现了心理危机。心理压力超过个体应对能力、情绪障碍严重或行为失衡的个体，都极易出现有潜在伤害性的危机状态。不同的学生因其个性特点、成长经历和生活状况不同，在面临心理困惑和危机时的表现也各不相同，有明显的个性差异。

1．一般预警类

（1）心理因素方面

第一，个性较为内向、沉默、喜怒不形于色，心事较重，遇到一些问题不愿或无处向人诉说；或个性过于暴躁，易怒者。

第二，个人感情受挫后出现心理或行为异常的学生，如因各种原因导致情绪失控者。

第三，人际冲突后出现心理或行为异常的学生，如当众受辱、受惊吓、与同学发生严重人际冲突而被排斥、受歧视的学生，或与老师发生严重人际冲突的学生。

第四，在学校和医院门诊心理测试中抑郁倾向较高者、有狂躁倾向及反社会型边缘人格特点者。

第五，有心理障碍且出现心理或行为异常的学生，如患有抑郁症、恐怖症、强迫症、癔症、焦虑症等心理障碍的学生。

（2）学习压力方面

第一，由于学习基础和能力差，或者父母期望过高导致学习压力过大而出现心理行为异常的学生，如学习努力但仍然考试不理想的学生。

第二，因外地（校）新转学、因病住院或休学后复学、各学期开学或结束等阶段出现心理问题的学生。

第三，严重厌学、逃学，或有考试综合征及学校恐惧症的学生。

第四，因严重网络成瘾行为而影响其学习及社会功能的学生。

（3）家庭生活方面

第一，近期家庭及学校生活中遇到重大生活事件：如疫情期间造成的天灾人祸、家庭中有迁居、父母及亲属出现变故、家庭经济状况改变；因犯规而受批评、人际冲突、遭受失败等。

第二，成长经历中有过自虐自伤记录，最近生活中又遇到了一些新的矛盾者。

第三，生活、学习中遭遇突然打击而出现心理或行为异常的学生，如家庭发生重大变故(亲人死亡、父母离异、父母下岗、家庭暴力等)、遭遇性危机(性伤害、意外怀孕等)、受到意外刺激(自然灾害、校园暴力、车祸等其他突发事件)的学生等。

第四，因经济严重贫困出现心理或行为异常的学生，如性格内向、不善交往且交不起学费的学生、需要经常向亲友借贷且缺乏社会支持系统的学生等。

2．重点预警类

对近期发出下列警示讯号的学生，应作为心理危机干预的重点对象及时进行危机评估与干预。

第一，在心理健康普查测评中筛查出来的有心理障碍、心理疾病或自杀倾向的学生。

第二，由于身边的同学出现个体危机状况而受到影响，产生恐慌、担心、焦虑、困扰的学生，如自杀或他杀者的同宿舍、同班学生等。

第三，近期在学校言行和情绪表现有些异常，比如内向的突然变得外向起来，或更加封闭、沉静、沉默；作文或作业中、与他人交谈中常谈到与死相关的话题或表达生活无意义感；外向的突然变得内向，不与人交流，有暗自流泪或与其它人留恋告别的言行等。

第四，谈论过自杀并考虑过自杀方法，包括在信件、日记、图画或乱涂乱画的只言片语中流露死亡的念头者。

第五，不明原因突然给同学、朋友或家人送礼物、请客、赔礼道歉、述说告别的话等行为明显改变者。

第六，情绪突然明显异常者，如特别烦躁，高度焦虑、恐惧，易感情冲动，或情绪异常低落，或情绪突然从低落变为平静，或饮食睡眠受到严重影响等。

（二）预警干预具体实施

1．学校心理预警干预机构的层次组成学校心理危机预警干预包括三级系统。

一级预警机制：以班级为单位，由班主任和班级心育委员、学生家长组成小组进行监护。他们距离学生最近，最了解学生情况（其中心育委员本身就是学生），对班内有严重心理问题学生作重点预警，进行力所能及的保护和干预，并及时上报年级组。

二级预警机制：以年级为单位，各年级组、学校德育处领导组成小组进行监护。对所管理范围内学生的整体状况进行把握，调动各种力量给学生以及时的预警干预。把各班级患有抑郁等倾向的学生和有心理障碍的学生及时上报到学校学生心理危机预警干预工作小组。

三级预警机制：由心理教师组成的学校学生心理危机预警干预工作小组，给予心理障碍的学生以科学专业的心理干预，将情况及时上报学校心理健康教育领导小组，并适时向有关医疗机构转介。

2．学校心理预警干预机构的职责

（1）各级心理监护的职责是：三个“及时”。即及时发现和掌握学生面临的变化和危机、及时给予力所能及的保护和干预、及时向有关人员汇报情况等。

“及时”的涵义是：发现学生情绪波动或心理异常情况后，要在1小时内，向各班主任汇报，即刻采取必要的保护性（初级）干预措施；当天初级干预无效，速上报学校学生心理危机预警干预工作小组，并制定相关措施实施心理干预；在48小时内校内干预无效的，学生心理危机预警干预工作小组要向学校学生心理危机预警干预领导小组及时汇报，与家长联系。校学生心理危机预警干预领导小组及时上报\*\*市教育局中小学心理健康教育指导中心，联合协商，共同进行心理干预。

（2）各任课教师和班主任要加强对学生自我心理保健和自觉求助的教育，班级心育委员发现处于心理危机状态的同学问题后，应及时报告班主任老师。

（3）学校要加强对家长的心理健康教育宣传，与家长建立联系经常沟通，畅通家校联系渠道。

（4）构成三级体系的学校学生心理危机预警干预系统，并与家庭、学生共同形成对学生在校内的心理保护网络。

3．学校心理预警干预的运行

心理危机预警机制的运行分为三个部分，即预防、预警和应急。

（1）预防：强化德育与心理健康教育

第一，进一步加强学校德育和心理健康教育队伍建设。德育处、心理咨询（辅导）室要明确岗位专人负责，强化以班主任为主体，以德育处以及学科教师为骨干的兼职心理健康教育队伍，高度关注留守学生和单亲家庭子女或其他特殊学生的心理健康教育问题。

第二，学校建立心育委员制。各班设心育委员一名，负责收集本班同学的心理健康信息，对本班同学的心理健康状况定期向班主任做汇报。努力学习有关心理知识，积极参加心理委员培训，用相关知识帮助同学，用乐观心态引导同学。当个别同学有严重心理问题时，要及时报告班主任和心理咨询（辅导）室，并劝说其尽快到心理咨询（辅导）室寻求帮助。工作遵循保密原则，维护同学的权益，不得随意泄露同学的隐私。

第三，加强心理健康教育。进一步完善心理健康教育网络，双周上一节心理健康教育课，同时充实学校心理咨询室组成人员，积极开展针对不同群体学生的团体心理辅导、个别心理咨询及朋辈互助活动，在开学、考试等重要阶段更要加强针对性的指导。

第四，努力营造良好的育人环境。进一步加强校园文化建设，营造健康向上的校园文化氛围，提高学生人文素养。学校开展对家庭教育的指导，要通过家长委员会、家长学校、家长接待日、家访等形式，促进学生健康成长。

（2）预警：建好预警监测中心，开展学生心理普测

预警系统是整个心理危机预警干预机制的核心环节和关键所在，要着重做好以下几个方面工作。

第一，学校在心理咨询（辅导）室设立“心理预警监测中心”，各年级组、门卫室为校内信息监测点，校外的信息监测点主要有家委会、当地派出所、学校周边的网吧、商店等；校内监测员队伍以班主任、心理辅导教师、门卫保卫人员、值班教师等为主。学校应在各班级设置“心理监测点”，以班主任、班干部和班级心育委员等最有可能获取第一信息的人员为主体，其他教职员工全员参与。其职责是发现监测对象和其他人员有异常情况，及时向心理预警信息监测中心报告。

第二，学校定期定时组织学生进行心理测评，结合\*\*市心理云平台，建立心理健康档案。这是开展心理健康教育的一项重要措施，也是更好地开展心理危机预警的必要保证。它可以帮助学生了解自己的身心健康状况，筛选出部分问题较严重学生，在保密的基础上与其班主任联系，作为长期关注和引导对象，并进行心理咨询等干预，防患于未然。

第三，监测信息及学生心理测评由学校心理预警监测中心负责收集并进行评估。学校监测中心要设立并公布预警电话，建立重点监测对象数据库，实行重要信息登记、通报制度。班级心理监测处理点要做好预警信息登录，对重点预警对象、重大信息获取及处理结果都要有文字记载，不得漏报、瞒报、误报。

第四，预警信息的发布。在提前获取准确的可能发生不良事件的信息时，学校“心理预警监测中心”应做好评估工作并上报学校领导，根据事件的不良程度与紧急程度下达指令，实施相应级别的预警应急援助方案。预警的级别分三个级别：

三级“蓝色”预警，主要针对那些需要特别关注的心理问题，其危机程度为“一般”，校心理（咨询）辅导室可以自行处理。

二级“黄色”预警，主要针对那些有可能演变成危机的心理行为，其危机程度为“较紧急”，学校心理咨询（辅导）室要在第一时间向学校学生心理健康教育领导小组和校长室报告。

一级“红色”预警，主要针对短期剧烈的心理冲突和失控行为，其危机程度为“紧急”，学校要在第一时间上报\*\*市教育局相关部门和教育局中小学生心理危机预警干预领导小组，并请求协同应急。

（3）应急：掌握心理危机干预四步法

心理危机事件的应急处理是有效保护学生的重要环节。处于心理危机情况的学生最需要的是周围人的支持与理解，一般处理危机情况需要的是：

首先，危机评估。危机评估是进行整个心理危机干预的前提。干预者必须在短时间内通过评估迅速、准确地了解个体的危机情境及其反应。危机评估的内容包括突发事件、个体的生理及心理状态、社会状态和个体采取的应对方式等。另外，评估需要贯穿于心理危机干预的始终。干预者必须通过评估确定心理危机的严重程度和个体的状态，了解个体支持系统的有效性，从而确定有效的应对策略。

其次，制订心理危机干预方案。在评估的基础上制订符合个体生理、心理状况的干预方案。设计干预的技术，以解决目前的危机或防止危机进一步恶化，确定应提供的支持。

再次，实施干预。与处于心理危机状态的个体(简称危机个体)保持密切的接触，建立良好的咨访关系。鼓励危机个体用语言表达内心的感受，指导其进行适当的情绪宣泄，以减轻焦虑可以采用认知干预或者采用系统脱敏等行为主义取向的干预技术，向危机个体提供应对技巧；向其解释其情感反应是对灾难的正常反应，强化焦虑、恐惧等情绪的合理性；不对危机个体做不切实际的保证；强调危机个体自身对其行为和决定所负有的责任，提高其应对效能，帮助其建立积极的应对策略，如PBR技术，即暂停、呼吸和放松的方法等；帮助危机个体调动其社会支持资源，如家庭、朋友、同事、社会组织等。

最后，确定心理危机干预的结果，不断对干预的有效性进行评估。干预者通过观察、交谈以及使用量表等方法对危机个体进行心理及危机评估，以了解干预效果，并及时调整干预方案。

心理危机干预强调：首先，对危机的评估应该在建立咨访关系之前进行；其次，要保证危机个体的安全，这个是与突发事件的发生背景相适应的，也是心理危机干预与普通心理咨询不同的地方；再次，更好地体现了人本主义的咨询理念，强调积极、无条件地接纳危机个体，并且要以危机个体为中心，充分考虑到危机个体的自主性。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！