

DOI: 10.3969/j.1001-7232.2024235

高校学生心理危机干预机制的实践探究

——以北京林业大学为例

李正仁¹ 聂宁² 于仕兴¹ 董爽¹

(1. 北京林业大学人文社会科学学院, 北京 100083; 2. 北京林业大学学生心理健康教育中心, 北京 100083)

摘要:近年来,大学生心理问题日益严重,如何有效应对心理危机已成为高校关注的重要课题。高校学生心理危机的成因可以归结为以下方面:冲动情绪与冲动行为是心理危机的重要诱因;重大挫折或压力时间常常发生在学生生活中的关键时刻;高校学生的价值观正处于形成和发展的重要阶段,当个人的内在价值观与学业、生涯规划、家庭或社会的外部期待发生冲突时,往往会引发学生的困扰感、危机感乃至生命无意义感。当前高校学生以“00后”群体为主,他们在经历了长期线上学习和社交受限的环境后,在人际关系的建立和发展方面可能存在不足,且面临网络成瘾、信息过载、虚拟社交依赖等新发心理困扰。基于调研访谈和问卷调查,本研究分析了高校现有心理危机干预的主要困难。目前高校学生心理危机识别评估难度较大,危机干预方式单一,干预机制的时效性有待完善,干预机制的系统化不足。北京林业大学构建了“三线九层”的立体干预机制。“三线”工作脉络包括高校心理中心“评估干预专业线”、学院学生工作队伍“危机处置生命线”与家校社医协同联动“问题解决中继线”;“九层”工作环节包括预警资源层、危机上报层、信息收集层、即时干预层、风险研判层、家校协同层、危机处置层、持续关注层和康复评估层。“三线九层”立体干预机制具有如下成效:构建心理危机干预全员育人新格局,全方位提高心理危机干预的精准性与灵活性,促进心理危机干预机制全过程专业化和标准化。同时,要重视搭建数字化平台为危机干预赋能,如建立数字化心理健康平台,提供线上服务,提高危机干预资源的可及性,并通过大数据分析精确预测潜在危机风险。高校要在资源配置、机制完善、个性化支持、文化引导等方面进一步优化,以更好地应对学生心理危机事件,保障学生身心健康。

关键词:高校学生心理危机;危机干预;家校联盟;心理健康教育

随着社会对心理健康问题关注度的提升,高校学生心理危机事件发现机制逐步完善,各高校学生心理危机事件报告率呈增长趋势。同时,高校学生心理危机干预工作的安全性、规范性、系统性和有效性也有了更高要求。2023年教育部等部门联合印发《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)》,明确指出要完善心理预警干预,强化应急心理援助,做到有效安抚、疏导和干预^[1]。因此,高校需深入思考并不断优化学生心理危机干预机制,切实回应新时代学生心理健康工作的实际需求。现代心理危机干预应遵循“预防为主、干预为辅”的原则,包含危机评估、危机干预和危机后续支持3个阶段^[2]。有学者借用生态系统理论,强调个人与环境之间的相互作用,倡导将干预措施延伸至家庭和社会支持网络,形成多层次的干预体系^[3]。此外,国内研究者积极探索适合我国高校特点的心理危机干预理论,依托高校、家庭和社会的协同作用,引入多方参与者,共同营造支持性环境,以便及时识别学生的心理危机事件^[4]。但少有研究以高校实际工作为视角,对学生心理危

机干预各步骤进行具体阐释,对学生心理危机立体干预机制的建立、组成、完善等系统论述仍处空白。北京林业大学聚焦探究学生心理危机立体干预机制,为学生心理危机事件响应提供有效范式,提升学生心理危机多部门协同处置应对能力,以确保学生生命健康安全与身心健康发展,促进高校心理健康教育工作的有效落地。

一、高校学生心理危机分析

(一)高校学生心理危机事件的成因分析

高校学生心理危机事件发生的原因是多方面的,涵盖了个人心理特质、情绪状态、学业科研压力、人际与家庭关系、生活事件以及社会背景等多个层面。不同层面的因素交织在一起,共同影响着高校学生的心理健康。心理危机事件的发生往往并非单一因素导致,而是在特定情境下多种因素综合作用下发生的。基于既往研究,高校学生心理危机事件的发生可归结为以下主要因素。①冲动情绪与冲动行为是心理危机的重要诱因。例如,一些学生可能会表现出轻生意图、非自杀性自伤行为,

甚至是过量服药等自毁性行为。这些意图与行为的产生,既与个体的生理发展特别是前额叶的成熟程度密切相关^[5],也与个体生活中遭遇的短期或长期消极事件^[6]以及个人的冲动控制能力等心理特质^[7]有着紧密的联系。②重大挫折或压力事件常常发生在学生生活中的关键时刻,如考研失败、就业受挫、亲密关系破裂或家庭突发变故等。这些事件具有突发性、严重性和不可预测性等特点,能够在短时间内对学生的心理造成巨大冲击,可能会让学生感到前途渺茫,甚至产生情绪崩溃的倾向,从而引发心理危机。③高校学生的价值观正处于形成和发展的重要阶段,当个人的内在价值观与学业、生涯规划、家庭或社会的外部期待发生冲突时,往往会引发学生的困扰感、危机感乃至生命无意义感^[8]。当学生无法实现自我价值或感到无法满足自我价值观、成就动机等内部期待及家庭与朋辈压力、社会期望等外部期待时,可能会陷入深深的迷茫与焦虑,进而加重心理压力,导致心理危机的发生。

(二) 高校学生心理危机的特征

近年来,随着社会环境的变化与竞争压力的加大,高校学生的心理危机现象愈加突出。当前的高校学生年龄构成以“00后”群体为主,他们在经历了长期线上学习和社交受限的环境后,在人际关系的建立和发展方面可能存在不足。在面对心理压力时,他们通常缺乏来自同伴和社会的有效支持,容易出现适应困难和社交困难等。此外,“00后”的学生成长于信息化程度高、网络化高度发达的时代,面临着网络成瘾、信息过载、虚拟社交依赖等新发心理困扰。网络成瘾会导致学生长时间沉溺于网络世界,进而忽视学习和生活中的其他事务;信息过载使学生难以筛选和消化大量信息,导致注意力分散、焦虑以及其他心理问题;虚拟社交依赖导致学生在网络世界寻求情感支持,却疏远了现实中的人际关系,导致孤独感加剧。

二、北京林业大学学生心理危机干预工作的问卷调查分析

心理危机干预是当前高校学生管理教育中的一项极为重要且复杂的工作。尽管近年来我国学生心理健康教育日益受到重视,高校学生心理危机干预理论构建方面取得了显著进展,但在实际干预工作中仍然存在诸多难点。特别是在面对校园心理危机事件时,干预处置的及时性、有效性和系统性往往受到多种因素的制约。本研究通过实地调

研的方式收集北京林业大学心理危机干预一线人员与心理危机学生干预反馈等信息,深入探讨并总结当前高校学生心理危机干预的实际现状。

(一) 调查概况

2024年1月,笔者进行了调研访谈和问卷调查。访谈对象包括北京林业大学高校心理中心专职教师3人、专兼职辅导员11人,内容聚焦高校现有心理危机干预的主要困难、机制不足及优化建议。问卷调查对象主要为北京林业大学本、研在校学生,采用匿名在线收集的形式,共发放并回收问卷511份,其中有效问卷470份,有效回收率为91.98%。其中男性98人,女性372人;年龄在17~34岁之间,平均年龄为 20.47 ± 2.33 岁;本科生389人,研究生81人;理工科类专业228人、文科类专业242人;汉族400人,少数民族70人。问卷内容聚焦学生在心理危机发生时的应对方式、求助对象及相关顾虑。

(二) 调查结果分析

1. 心理危机识别评估难度较大

高校学生心理危机的成因复杂多样,诱发心理危机的情境也存在个体差异。有些心理危机可能由抑郁、焦虑等情绪问题引发,也可能演变为自伤、自杀等极端行为。这些危机往往具有高度的隐蔽性,许多事件在发生前没有明显的外在征兆。58.30%的学生面对心理危机时倾向于采取被动、消极的应对方式,而非向外界求助。另外,28.51%的学生担心求助会对他人产生负性影响,例如引发过度担心关注或打扰他人工作生活,因此尽量避免让他人察觉自己的心理压力或情绪波动。这导致预警机制难以发挥应有作用,从而使干预工作处于被动状态。此外,高校心理中心也面临着干预资源与专业力量相对受限等多重挑战,表现为危机干预力量不专业、危机识别评估不及时等问题,为高校学生心理危机处置与学生生命健康安全保障埋下较大隐患。多数受访的心理危机干预一线人员指出,高校专业人员配置不足,许多干预工作由辅导员兼任,但因缺乏系统的心理学培训,难以满足学生多样化的心理支持需求。

2. 心理危机干预方式单一

部分学生由于对心理问题缺乏正确认识,或受到传统文化中对心理疾病的污名化影响,往往对心理问题采取掩饰或回避态度。仅有5.53%的学生愿意在面对心理危机时主动寻求心理咨询、心理热线或就医等专业帮助。30.64%的学生对隐私泄露、不

被理解等对自身的负性影响表示担心,也对危机干预工作规范性、流程性存在不信任等情况。访谈结果也表明,学生的病耻感和求助意愿低是心理危机干预工作的重要障碍。此外,家庭关系不良的学生往往对家长等监护人介入心理危机干预较为抗拒。学生群体的个性化需求与干预方法之间的错配现象严重,单一刻板的干预手段往往无法起到积极作用。现有高校心理危机干预常以危机即时性干预为工作侧重,存在危机处置方案不完备、危机干预机制不健全、危机后续跟踪与支持不充足等劣势。因此在现代心理危机干预机制中要求干预方式具备更强的灵活性和个性化应对能力。

3. 干预机制的时效性有待完善

高校的心理危机干预机制在时效性上主要存在滞后性问题突出与长效性干预不足的问题。一方面,现有高校的心理危机干预机制集中在危机爆发后进行的补救措施,而对危机的预防和早期干预重视不足。心理危机往往是一个长期积累的过程,学生的心理问题从轻度到严重经历了一个发展阶段。但现有干预机制往往未能在问题初期介入,导致许多危机发展到极端阶段才引起重视。干预的难度和代价都大大增加,而早期预警和干预的机会却被错失。另一方面,现有的危机干预机制往往只关注于短期的危机处理,忽视了对学生长期的心理支持和状态追踪。在危机事件发生与干预后,学生往往需要稳定持续的心理支持和关注。而现有机制中针对危机干预后的长期服务稳定性较为薄弱,导致一些学生在危机后没有得到有效的心理康复支持,危机有可能复发。当没有建立起系统支持的长效机制,危机干预的效果将大打折扣,难以实现真正的预防和干预目标。访谈中受访者多次提及心理危机干预工作在早期预警机制的完善和后期长效追踪的落实方面缺乏系统化的保障。

4. 干预机制的系统化不足

高校学生心理危机干预需要包括高校心理中心、辅导员、班主任、学生工作部门、后勤保障部门等多方力量的协同。然而,实际操作中,多部门之间的信息传递和资源共享协作机制往往不够完善,导致干预效果受限。学院作为心理危机干预工作的关键主体,需要保证同其他部门沟通信息及时、完整,以加强应对紧急情况时的快速响应和有效处理。多名受访对象指出,心理危机干预中各部门联动不足、信息共享不畅,限制了干预效能,并建议优化协作机制,保障学院与各部门及时联动。此

外,现有的心理危机干预机制在流程和标准上缺乏统一的规范,特别是在不同的高校之间,干预措施的执行方式存在很大差异。部分高校在心理危机处理过程中缺乏系统化的应对流程,导致干预过程缺乏清晰的干预标准和措施。干预人员对危机的判断和处理往往依赖个人经验,难以保证干预质量与效果。

三、构建高校学生心理危机的立体干预机制

高校学生心理危机干预工作面临多重挑战,亟需构建更加立体化、系统化、规范化的干预机制,以解决当前干预滞后、资源不足、协同不力等共性问题。构建高校学生心理危机立体干预机制应当以问题为导向,坚持系统化思维,注重多部门协同联动与资源整合,提升心理危机的预警与应对能力,拓展危机干预机制持续性和多层次的保障功能^[9]。北京林业大学构建了高校学生心理危机“三线九层”立体干预机制,其中的“三线”工作脉络相互配合,共同作用于心理危机的各个干预阶段,在不同的层面上发挥作用,确保从问题发现到解决的全流程联动,构建起完整的心理危机干预链条(见图1)。

(一)“三线”工作脉络

1. 高校心理中心“评估干预专业线”

心理评估是心理危机干预的首要环节。高校心理中心是学生心理危机干预的核心枢纽,作为“专业支持方”与“资源统筹方”承担着心理健康评估、危机预警、紧急干预和后续支持等多项“专业线”任务,建立校、院两级联动机制,负责对危机事件进行科学评估,并对危机干预全过程进行跟进指导。具体工作内容如下:①使用科学评估工具和方法,深入了解学生的心理危机状态,判断其心理危机的严重程度和可能的发展趋势;②联动学院心理危机干预专班制定相应的干预方案,并根据危机分级情况提供咨询团辅、加强心理咨询频次、转介专科医院等相应干预支持措施;③指导学院建立学生心理健康档案,通过“心理月研判”机制定期与高校心理中心评估学生的心理状态,研讨危机干预重点、难点,以防危机复发。

2. 学院学生工作队伍“危机处置生命线”

学院学生工作队伍由辅导员、班主任、导师、行政管理人员、学生干部等构成,承担着观察预警、前线处置、关怀陪伴、系统支持等多重任务,是心理危机干预工作的重要生命线。学院在高校心理中心与校内外心理学科相关专业的师生支持下,

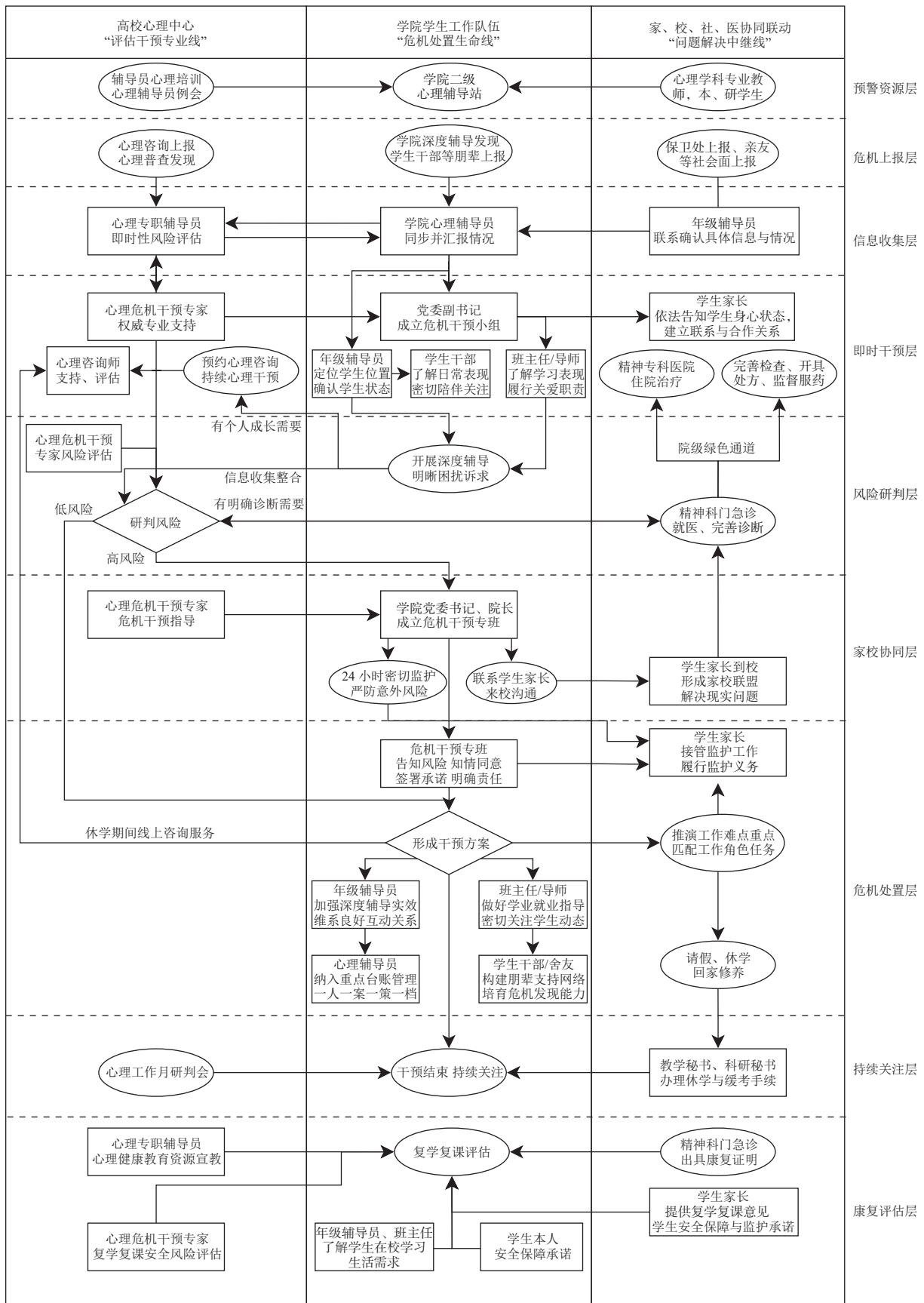


图1 北京林业大学学生心理危机“三线九层”立体干预机制技术路线图

共建二级心理辅导站,组建学生心理骨干队伍,为全院学生提供心理健康教育服务。学生工作队伍全员联动,在心理危机干预中扮演着“发现者”和“协调者”的角色。在学生心理危机事件爆发之前识别出潜在问题,并在危机发生时迅速介入,提供必要的支持与关怀。学生工作队伍通过学生间的互动活动进一步了解学生的社会关系与心理状态,为发现潜在心理危机事件提供更多维度的信息来源。其中,辅导员作为沟通桥梁,负责协调学生与高校心理中心、家庭之间的沟通,确保危机处理过程中信息及时传递。

3. 家、校、社、医协同联动“问题解决中继线”

高校学生心理危机干预需要家庭、学校、社区等社会资源和各级医疗机构的共同参与,实现校内校外联动。家、校、社、医协同联动作为“问题解决中继线”,整合多方资源,形成合力,共同解决学生的现实困难与心理问题。《中华人民共和国精神卫生法》明确规定“学校和教师应当与学生父母或者其他监护人、近亲属沟通学生心理健康情况”。学校应在学生心理危机发生后,第一时间与家长取得联系,告知学生的心理状况,并寻求家长关于学生心理健康既往史、家族史等信息补充支持。家长的积极配合与医疗机构的适时介入对于危机处置至关重要,家校医共同制定学生的心理康复计划,引入社区心理服务、社会公益心理咨询等干预资源,明确各自的责任和支持措施,确保学生能够在多重支持下顺利渡过危机。

(二)“九层”工作环节

北京林业大学通过校内外资源的整合,构建起从预警监测到康复评估的全流程闭环干预体系。高校学生心理危机立体干预机制的“九层”工作环节是一个具有时序性、稳定可拓展的干预框架。9个工作环节相互衔接,共同形成一个多层次结构,确保学生心理危机在发生前、发生时以及后续跟进中都能得到及时、全面的响应。“九层”工作环节主要分以下4个阶段。

1. 预警上报与信息收集阶段

在预警资源层,多方协作和多种手段及时捕捉学生潜在的心理危机信号。高校心理中心在心理咨询、心理热线以及心理科普等日常工作中密切关注学生心理状态的危机升级风险;学院通过深度辅导和朋辈上报等方式持续关注学生心理动态,在入学适应、升学考试等重要事件节点及时识别潜在的心理异常情况;家庭、社区、医院等相关人员则需留意

与学生接触中出现的异常状况,避免学生在遭遇压力或挫折时未能及时得到社会支持或积极的心理干预,陷入消极的思维模式,进而形成心理危机^[10]。

危机上报层是心理危机事件处置的起点,通常由发现危机迹象的教师、学生或其他校内外人员发起。有效的危机上报系统要求多方响应,确保当危机信号显现时能迅速采取行动。危机上报人员在识别危机后应尽量保持与危机学生的联系,采用就近上报的方式立即启动危机干预程序,联动师生心理干预骨干迅速搭建危机学生的人际支撑体系。各部门应在日常工作中不断强化危机上报流程,提升危机识别应对能力,保证危机上报渠道通畅,通过培训和演练确保相关人员掌握基本的心理危机识别技能,能够迅速识别潜在的危机苗头。

信息收集层是进一步确认和了解危机事件的阶段。在接收到危机上报后,高校心理中心、学院学生工作队伍应立即展开多渠道信息收集工作,以判断学生的危机程度。该过程需要对学生的心理状态、行为表现、近期生活动态、既往心理普查数据等信息进行全方位的了解,高校心理中心负责提供普查测评与危机评估等基础服务,同时向辅导员、班主任、学生干部、舍友等收集学生日常表现,确保风险评估的全面性与准确性。

2. 即时性评估与干预阶段

即时干预层是高校心理中心和学院学生工作队伍依照相关预案迅速作出应对决策,对危机进行初步控制的阶段。学院应立即牵头组建危机干预小组,调动相关干预力量,邀请高校心理中心对风险评估、研判及干预方案的制定提供全程指导。同时,应及时与学生家长取得联系,依法告知学生的身心状况,建立紧密的合作关系,共同推进危机干预工作。辅导员等相关人员应在第一时间与学生建立联系,并根据即时性风险评估的结果采取不同的干预方案。对于严重危机情况,应立即送医进行检查和治疗;对于一般危机,应迅速安排紧急心理咨询进行心理疏导和行为干预;对于危机较轻的情况,应动员学生干部、舍友等人际资源通过陪伴和关怀等方式安抚学生情绪。

风险研判层是指在信息收集和初步干预后需要对学生的风险情况进行系统评估,以判断危机的严重性和潜在风险的阶段。此过程重点评估学生是否有自伤、自杀等极端行为的可能性,或是否存在对他人生命健康的威胁。为确保评估的准确性,高校心理中心应研判评估难度后,按需邀请心理危

机干预专家介入,结合学生个体特质、家庭背景、社会支持系统等多维度进行分析,作出科学研判。评估过程中,应检查学生情绪状态与社会功能完整性,并参考精神科门诊诊断结果进行干预决策,同时需明确危机产生的应激事件,具体化危机学生的困扰诉求,进一步完善风险研判信息。

3. 危机处置阶段

家校协同层是心理危机干预机制中不可或缺的一环,因为学生心理危机的发生往往与家庭环境密切相关。因此,在处理学生心理危机时,学校必须与家长保持紧密的沟通和合作,及时通报学生状态,收集各类隐性信息。家校双方共同制定应对方案,帮助学生尽快走出心理困境。在实际操作中,学院应在危机干预小组中纳入家庭力量,家校共同商讨干预对策,并在心理危机干预专家的指导下开展有针对性的家庭干预措施。一方面,家长需要进行24h密切监护,确保风险得到有效管控,保障学生生命安全;另一方面,学院对学生家长进行言语及行为互动指导,避免因指责、批评、说教等造成消极影响,切实解决学生面临的实际问题。

危机处置层是在评估和协同的基础上具体落实危机干预措施的阶段。学生心理危机干预专班会同高校心理中心根据风险评估结果,制定详细的干预方案,并由学生工作队伍、辅导员等负责具体实施干预计划。对于不同程度的心理危机,干预措施的力度和方式会有所不同。年级辅导员通过深度辅导与学生建立并维持良好关系;心理辅导员则将危机学生纳入“一人一案一策一档”的个性化干预体系;班主任或导师则关注学生的学业科研进展,并提供学业就业指导;学生干部、舍友及同学等朋辈力量将为危机学生提供持续的人际支持。

4. 善后处理阶段

持续关注层是心理危机干预机制的拓展环节,通过定期的心理咨询、班主任或辅导员的关怀访谈、关注复查病例确保危机处置的追踪与支持到位。学生心理危机得到初步控制后,学校与家庭仍需对其进行长期关注,防止危机的反复或恶化。可由高校心理中心牵头开展“心理月研判”等定期研判机制,加强持续关注效果,保障危机干预成效。

康复评估层旨在通过全面评估学生的心理恢复情况,确保其能够顺利回归日常学习与生活。评估过程由高校心理中心牵头,由年级辅导员和班主任整理提供关于学生在校学习和生活需求的相关信息,并依据既往危机干预效果及学生情绪、行

为、认知和社会功能的恢复情况进行综合评估。结合心理危机专家根据评估结果制定后续的支持计划,高校心理中心与学院持续提供心理健康教育资源,为学生营造良好校园生活再适应氛围,避免心理危机的复发。重视家长与学校的紧密沟通,共同跟进学生的心理恢复情况。

四、高校学生心理危机“三线九层”立体干预机制的成效

(一)构建心理危机干预全员育人新格局

高校学生心理危机“三线九层”立体干预机制注重资源整合,借助“三线”工作脉络与高校心理中心、学院、家庭、医院等多方力量进行协同联动,凝聚各方力量对危机学生进行多角度评估、多维度干预。引入辅导员、班主任、学生干部、心理咨询师多重角色,汇集多元智慧形成专业化、立体化支持。经实践检验,已成功化解高校在读学生因精神疾病、情绪波动、学业压力、感情受挫等原因造成的多起心理危机事件。

(二)全方位提高心理危机干预的精准性与灵活性

高校学生心理危机“三线九层”立体干预机制将资源共享、信息传递、综合决策纳入系统化框架,全方位提升了干预工作的整体质量和效果。在危机干预中,各方根据学生需求灵活制定心理危机干预方案,提供不同层次、不同类型、不同方式的个性化支持帮助,避免了单一干预方式的僵化。机制中对于高风险学生的重点管理,也为学生量身定制干预方法,减少了学生对干预工作的抵触和排斥情绪,提高了干预的有效性。

(三)促进心理危机干预机制全过程专业化和标准化

明确干预流程和标准化的操作方案,使得危机干预具备统一的标准和明确的责任分工,能做到“各尽其职,各司其职”。一方面,通过增加心理育人队伍专业培训、研判例会,强化学院二级心理辅导站建设,心理中心与危机干预专家全过程参与,充分发挥其在危机识别、干预、方案制定及康复评估各环节中的专业作用,通过队伍能力专业化保障心理危机干预机制的有效可靠。另一方面,从重要事件节点的排查和日常生活行为的观察两方面入手识别危机,增强了危机干预识别的主动性和系统性。此外通过长期的跟踪服务与康复支持,增强了危机干预的长效性,确保学生在危机发生后的康

复过程中能够得到持续的支持。

五、高校学生心理危机干预机制的思考

高校学生心理危机“三线九层”立体干预机制创新性构建了层级化干预模式，既着眼于当前高校学生心理危机干预工作中存在的痛点与难点，也借鉴了国内外的先进经验。立体干预机制通过科学的机制设计和多样化的干预手段，有效提高心理危机干预的灵敏度，扩大覆盖面，提升高校心理危机干预的效能，有效保护学生的心理健康与生命安全。

立体干预机制的构建也要重视搭建数字化平台，为危机干预赋能。可通过建立数字化心理健康平台，提供线上心理评估、咨询预约、危机干预资源推送等服务，既提高危机干预资源的可及性，又可通过大数据分析精确预测潜在危机风险，并及时采取预防性干预措施。此外，需要在资源配置、机制完善、个性化支持、文化引导等方面进行进一步优化，以更好地应对学生心理危机事件，保障学生身心健康。

资助项目：北京林业大学党委研究生工作部2024年度研究生思想政治工作精品项目——“林知心”研究生心理服务一站式社区探索与实践。

参考文献

[1] 教育部，最高人民法院，中央宣传部，等. 教育部等十七部门关于印发《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)》的通知[J]. 中华人民共和国教育部公报, 2023(5): 4-9.

- [2] HODGES E K, KUENTZEL J G. Crisis intervention[M]// KREUTZER J S, DELUCA J, CAPLAN B. Encyclopedia of clinical neuropsychology. New York: Springer, 2011: 745-746.
- [3] RAJKUMAR E, RAJAN A M, DANIEL M, et al. The psychological impact of quarantine due to COVID-19: a systematic review of risk, protective factors and interventions using socio-ecological model framework[J]. *Heliyon*, 2022, 8(6): e09765.
- [4] 王皓, 耿梅芳, 刘俊. 大学生心理危机预防干预体系探究: 以北京交通大学“四前·四力”学生心理危机预防干预体系为例[J]. 北京教育(德育), 2024(7): 84-87.
- [5] KIM S, LEE D. Prefrontal cortex and impulsive decision making [J]. *Biological Psychiatry*, 2011, 69(12): 1140-1146.
- [6] LIU R T, MILLER I. Life events and suicidal ideation and behavior: a systematic review[J]. *Clinical Psychology Review*, 2014, 34(3): 181-192.
- [7] NILSEN F A, BANG H, RØYSAMB E. Personality traits and self-control: the moderating role of neuroticism[J]. *PLoS One*, 2024, 19(8): e0307871.
- [8] MANDEMAKERS J. Life events[M]//MICHALOS A C. Encyclopedia of quality of life and well-being research. Dordrecht: Springer, 2014: 3560-3563.
- [9] KALASHNIKOVA O, LEONTIEV D, RASSKAZOVA E, et al. Meaning of life as a resource for coping with psychological crisis: comparisons of suicidal and non-suicidal patients[J]. *Frontiers in Psychology*, 2022, 13: 957782.
- [10] CARVER C S. You want to measure coping but your protocol' too long: consider the brief cope[J]. *International Journal of Behavioral Medicine*, 1997, 4(1): 92-100.

(责任编辑 孔 艳)