

心理预警划分标准

一级预警

- 1、曾经或现在确诊患有抑郁障碍、焦虑障碍、双向情感障碍、精神分裂症等严重精神（心理）疾病的学生。
- 2、有自杀意念、自杀准备、自杀（自残）行为的学生。
- 3、有明显的攻击性行为或暴力倾向，或其它可能对自身、他人、社会造成危害的学生。
- 4、发生重大生活事件（亲人去世/失恋/患有严重躯体疾病/父母离异/违纪处分/升学、毕业或就业受挫/留级/性侵/怀孕/还贷困难/被骗财务/人际纠纷/荣誉受损等），并伴有强烈的情绪或行为异常的学生。

二级预警

- 1、曾经或现在确诊患有社交恐惧、强迫障碍、躯体症状障碍、认知障碍等精神（心理）疾病的学生。
- 2、没有明显外在应激事件，但长时间失眠、长期出现人际冲突、长时间不上课、长期出现抑郁情绪、饮食异常的学生。
- 3、发生重大生活事件（亲人去世/失恋/患有严重躯体疾病/父母离异/违纪处分/升学、毕业或就业受挫/留级/性侵/怀孕/还贷困难/被骗财务/人际纠纷/荣誉受损等），且无外显的强烈情绪或行为异常的学生。

4、部分三级心理问题因持续时间长、影响程度大也可划分为二级心理问题，具体说明见三级心理问题评估标准。

三级预警

1、人际关系：与家人相处矛盾，亲子关系糟糕；受人歧视，被人误会，与人发生纠纷，敏感多疑等。

2、学习：学习不适应，自律性差，学习动机不强，效率低下；考试失败，没有得到预期奖励，感觉学习很累、很难；人生目标缺失，觉得生活没意思、空闲时间浪费等。

3、恋爱与性：恋爱困惑，如单恋、失恋、多角恋、同性恋、性困惑等。

4、行为不良：喜好酗酒、网络成瘾等。

当学生出现以上人际关系、学习、恋爱与性、重大生活事件、行为不良时，可根据以下 3 个方面标准对心理问题等级进行评估：

1. 社会功能：指学生的此类问题对其生活与学习的影响程度，可分为轻度和重度。轻度社会功能损伤是指学生只有想起或遇到一些事情时，才会对正常生活和学习产生轻度影响（例如：学习效率下降；减少与部分同学的交流等）。重度社会功能损伤是指学生每天用大量的时间陷入自己的困惑中，严重影响正常的生活和学习（例如：1 周有 3 次躺在床上，不去上课；几乎不与周围的同学交流）。

2. 自知力：指当学生出现此类问题时，自己是否感觉到痛苦，可分为是和否。

3. 持续时间：指学生自述出现此类问题到现在的持续时长。

当学生出现表格中的 1 类或多类问题，社会功能轻度受损，学生有自知力，持续时间在 2 周-1 个月时，可归为三级心理问题；如果社会功能重度受损，学生有自知力，持续时间达到 1 个月以上时，可升为二级心理问题。