

直面危机

——大学生群体突发性危机的
干预和心理调适

宋守信 主编



北方交通大学出版社
[Http://press.njtu.edu.cn](http://press.njtu.edu.cn)

且面危机——大学生群体突发性危机的

干预和心理调适

宋守信 编

北方交通大学出版社

· 北京 ·

内 容 简 介

本书以 SARS 危机为例,对高密度大数量特点的大学生群体在遭遇突发性危机时的心理和行为规律、应对方式、所寻求的社会支持网络、心理控制源与行为的选择等作了实证分析,同时对危机损害和波及人群的心理发展规律、心理干预和教育策略作了初步探索,并从管理者、心理干预工作者及学生的自我心理成长等角度挖掘在突发性的危机事件中如何对群体进行有效的心理干预和教育的模式和经验。

本书调查客观翔实,分析透彻,配以图表,对不同群体在遭遇突发性危机时的心理发展规律一目了然,所提出的心理干预和教育措施具有较强的可操作性,可供高等院校、政府管理部门、危机预防和干预部门、疾病防治与控制部门等在制订突发性危机事件的制度、政策、心理干预措施时提供参考和借鉴,同时也可供研究者和一般读者参考和使用。

图书在版编目(CIP)数据

直面危机:大学生群体突发性危机的干预和心理调适 / 宋守信主编. -北京:北方交通大学出版社,2003. 12

ISBN 7-81082-272-1

I. 直… II. 宋… III. ①高等学校-紧急事件-处理-对策 ②高等学校-灾害防治-安全教育 ③大学生-灾害防治-心理卫生 IV. ①G641 ②X4

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 110041 号

责任编辑:谭文芳

印刷者:北京鑫海金澳胶印有限公司

出版发行:北方交通大学出版社 邮编:100044

电 话:010-51686045, 62237564

经 销:各地新华书店

开 本:850×1168 1/32 印张:10.125 字数:270 千字

版 本:2003 年 12 月第 1 版 2003 年 12 月第 1 次印刷

印 数:3000 册 定价:19.00 元

编委会

主任：宋守信

副主任：李士群 颜吾侔 吴强 马继业

委员：（按姓氏笔画排序）

于亚光	王莉	田宝伟	刘彦青	孙长索
何玉芳	李芳	李海红	杨琴	岳兆宏
欧阳明	姚念龙	赵岚	赵志飞	秦思阳
常玲	蓝晓霞	谭洁		

主编：宋守信

副主编：田宝伟 王莉

撰稿人：（按姓氏笔画排序）

于海	王丹	王莉	王莹	王敬贤
王想平	田永静	田宝伟	白迪升	刘燕
刘彦青	孙慧环	朱清源	宋守信	张婕
张建国	李海红	杨华	杨琴	杨振宇
杭爱兰	赵岚	姬永红	郭冬冬	常玲
黄业姣	韩继华	窦艳华	潘金	颜吾侔

“关于高校学生群体突发性危机心理干预系统的研究”课题组

课题组负责人：宋守信教授

课题组成员名单

姓 名	职 称	承 担 任 务
宋守信	教 授	课题的总体设计
吴 强	高 工	“群体突发性危机前的策略研究”子课题负责人
马继业	讲 师	“群体突发性危机中心理和行为研究”子课题负责人
田宝伟	讲 师	“群体突发性危机后的心理调适”子课题负责人,该科研项目的中后期项目管理
王 莉	讲 师	“群体突发性危机心理及其干预的比较分析”子课题负责人
岳兆宏	研究员	该科研项目的前期项目管理,资料收集
孙长索	工程师	问卷的调查、收集

序

——在战胜危机中学会成长

奉献在读者面前的是一本理论与实践相结合、特色非常鲜明的书。这本书以北京交通大学(原北方交通大学,下同)遭遇 SARS 这场突发性危机为背景,深入探讨大学生在遭遇群体突发性危机中的心理冲突、行为表现及其心理干预与调适的方法。书中鲜活的案例及丰富的第一手调研数据,既体现了编著者严谨求实的治学精神,也为我们今后在相关领域深入研究留下了宝贵的资料。

2003 年春天突袭而来的 SARS 疫情,对于每一个置身其中的人,都是一场严峻的危机考验。在这种突发性、危害性十分巨大的灾难面前,大学生们的心理状况如何?作为教育者应该如何进行有效的外部干预和引导?这些都是教育者在群体突发性危机中能否赢得主动的关键的紧要课题。如果疏导有力、干预有方,我们就能把大学生从失控的状态引导到正确的轨道上,就能变危机为砥砺大学生人生品格的财富。北京交通大学抗击 SARS 赢得最后胜利的实践证明,在这场应对危机的战役中,交大的师生经受住了这种考验,战斗在学生思想政治工作第一线的干部、教师、辅导员用他们的学识、智慧和心血筑牢了大学生抗击 SARS 的心理防线,交大学生在灾难中表现出的沉着、勇敢、坚强和友爱,也充分展现了当代大学生的良好精神风貌,为交大赢得了崇高的社会声誉,这无疑是我们每一个交大人的骄傲。

现在在校的大学生一般都出生于 20 世纪 80 年代,应该说,这个时期,国家实行改革开放,不断走向繁荣昌盛,为当代年轻大学

生的成长、成才创造了良好的条件。这对当代大学生的生活来讲，是一种幸福，但也容易在人格形成过程中出现一些不足，比如脆弱、应变能力差、挫折耐受力弱、集体观念和团队精神不足，等等。这些因素的存在对年轻学生全面健康的成长是不利的。在大学生们以往的人生阅历中都没有遭遇过像 SARS 这样的突发性危机，而当危机真正来临时，对他们品质、意志、毅力的历练，都会成为增强他们展翅飞翔的力量。这一点，从本书记录的大学生的所思、所想和所为中能够得到清晰的感受。在战胜危机中学会成长，这正是我们努力把灾难转化为前进动力的最根本的着力点。写此书，意义也正在于此。

大学生群体危机的心理干预和调适，作为大学生素质教育中的重要内容，对于大学生健康成长有着十分重要的意义，而这方面的教育，以往多停留于书本知识的传授，这次 SARS 危机，为教育者和受教育者都提供了一次教育实践的课堂。北京交通大学工作在学生思想教育第一线的教育工作者以高度的责任感及时对相关问题进行调查，其中的问卷调查、数据分析、案例分析对于今后进一步加强这方面的工作是十分珍贵的。应该说，北京交通大学的教育工作者在这方面作出了有益的探索，取得了可喜的成果，得到了学生的信任。衷心希望交大的同仁们今后能百尺竿头，更进一步，在相关领域的研究和教育实践上做出更大的贡献，在教育系统乃至全国做出表率，始终走在前列。

李士群

2003 年 11 月

目 录

上篇 遭遇危机:心态、行为与危机干预

第一章 大学生遭遇突发性危机时的心理和行为调查

.....	(3)
第一部分 调查目的、对象与方法	(4)
调查目的.....	(4)
调查对象及步骤.....	(4)
调查方法.....	(5)
数据录入和分析.....	(6)
第二部分 主要调查结果与建议.....	(7)
信息感知和获取.....	(7)
关注内容与关注程度	(10)
心理和行为	(23)
压力评价与归因	(43)
社会支持	(44)
对外界态度的变化	(45)
附件:SARS(非典)态度调查问卷	(48)

第二章 突发性危机事件中群体的应对方式研究

第一部分 研究目的、对象与方法.....	(60)
研究目的	(60)
研究对象	(60)

研究方法	(61)
数据录入和分析	(61)
第二部分 研究结果	(62)
压力应对方式	(62)
控制源与压力应对方式	(67)
第三部分 讨论与建议	(68)
附件:压力应对方式与压力控制源调查问卷.....	(70)

第三章 对突发性危机事件中罹害人群心理发展规律的探究

.....	(78)
第一部分 问题提出及研究步骤	(79)
问题提出	(79)
研究对象	(79)
研究步骤	(80)
第二部分 SARS 确诊学生在危机中的心理发展历程	
和成长	(81)
学校疫情爆发前:轻视淡漠,应对简单	(81)
遭遇 SARS:从无知无畏到紧张恐惧再到适应应对	
.....	(83)
被隔离:心里压力特别大,喜忧参半	(84)
确诊后:在焦虑和压抑中学会慢慢调整自己.....	(87)
病情得到控制并好转时:表现各异.....	(91)
个人心理感受:长大了,变得更加坚强	(92)
附件:个案访谈提纲及心理干预方案.....	(97)

第四章 对突发性危机事件波及人群的心理干预和教育策略

.....	(102)
-------	-------

第一部分 危机后期对在校生的心理干预和教育策略·····	(103)
针对在校学生的心理干预和教育策略·····	(103)
针对返校学生的心理干预和教育策略·····	(112)
第二部分 针对 SARS 期间学生的心理症状进行心理干预的策略和措施·····	(117)
SARS 冲击下大学生的应激和失序症状·····	(117)
主要的心理干预策略和措施·····	(121)

下篇 直面危机 心灵成长

第五章 SARS 危机引发的对危机教育和危机干预的思考·····	(127)
第一部分 SARS 危机引发的对大学生社会责任意识 和危机教育的思考·····	(128)
从“群体动力学”的视角辩证分析 SARS 初期大学生 的心理和行为·····	(129)
从抗击 SARS 过程中的典型行为看当代大学生 的社会责任意识·····	(134)
危机教育的必要性及其内容研究·····	(142)
SARS 事件对大学生心理素质教育提出的新要求 ·····	(149)
从 SARS 事件看挫折的积极作用·····	(154)
从 SARS 事件看大学生抗挫折能力的培养与提高 ·····	(160)
SARS 事件对医生职业道德的考验·····	(166)
第二部分 建立系统、长效的危机应急干预与管理 机制·····	(170)

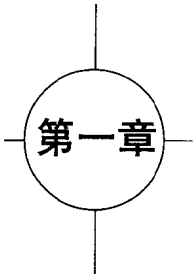
非常时期隔离区大学生的思想特点与教育对策·····	(171)
从 SARS 流行看突发性传染病的应急干预和长效 管理机制·····	(177)
SARS 事件给大学生心理危机干预带来的启示·····	(183)
在突发公共事件中对 BBS 舆论进行主动引导的探索 ·····	(188)
从抗击 SARS 看学校管理与决策对学生心理的影响 及对今后工作的启示·····	(196)
第六章 在与危机的搏斗中探索、学习、调适和成长·····	(205)
第一部分 师生同心,在与危机的搏斗中共同成长 ·····	(206)
艰难锻骨 茹苦炼心·····	(207)
爱不息,生命之火常在·····	(212)
今天,他们是无私奉献的战士·····	(220)
非常时期,非常考验·····	(227)
青春无悔·····	(234)
她和她的孩子们·····	(238)
第二部分 大学生的心理适应、自我调适与心灵提升 ·····	(248)
忆峥嵘岁月,铸交大精神·····	(249)
与 SARS 擦肩而过·····	(254)
我的心路历程·····	(262)
SARS,给我带来了什么·····	(274)
SARS 日记·····	(280)
不经历风雨,怎么见彩虹·····	(289)
SARS 让 80 年代人成长·····	(294)

危机面前我们用理性与恐惧斗争.....	(297)
直面“SARS”	(300)
附件: BBS 上鼓励祝福 S 的帖子	(305)
参考文献.....	(307)
后记.....	(310)

上篇

遭遇危机：
心态、行为与危机干预

原书空白



第一章

大学生遭遇突发性危机时的心理和行为调查

2003年4月,一场突如其来的危机降临北京交通大学。短短几天时间,几十名学生出现发烧等症状,恐慌惊惧一时笼罩校园,交大成为政府和各种媒体关注的中心。紧接着,在北京市有关部门的统一安排部署下,学校的三座学生公寓(交大嘉园A、B、C座)共368人被隔离,114名与SARS确诊及疑似患者有密切接触者被送往北京市大兴学生军训基地进行隔离。在SARS肆虐期间,全校65人先后住院,16人被确诊,12000余名学生离校回家。面对着这场群体突发性危机,交大学生的心态如何?他们在危机发生前、危机中和危机后期,身体、心理和行为上都发生了什么变化?在这次突发性危机事件中,他们在心理上有哪些成长?心理学工作者和广大学生管理工作者的应该如何根据学生的心态发展变化,有的放矢地进行心理干预、帮助和教育?

探索学生在遭遇突发性危机时的心理和行为规律,是建立突发性危机的应急干预体系、实施积极有效的外部干预和心理调适的基础。

第一部分 调查目的、对象与方法

调查目的

了解大学生在遭遇群体突发性危机的不同时期(危机前、危机中和危机后期)身体和心理上所发生的变化及不同时期的心态和行为,为实施积极有效的心理干预措施提供依据。

调查对象及步骤

本次调查共分三个阶段进行。

第一阶段的调查针对留校学生,于2003年5月25日在全体留校学生中随机发放问卷661份,回收625份,其中有效问卷616份,无效问卷9份,问卷的有效回收率为93.2%。被调查学生分布于电气、电信、机电、计算机、交运、经管、理学、人文和土建9个学院。

第二阶段的调查针对最先返回学校的大四学生,抽样主要采取判断抽样的方式,按两条原则进行:一是非典疫情发生的严重程度,二是学科性质。分别选取计算机、经管和土建3个学院作为抽样的对象,确定每个学院四年级第一个自然班为调查的对象。于2003年6月15日在返校的大四学生中共发放问卷105份,回收101份,其中有效问卷101份,无效问卷0份,问卷的有效回收率为96.2%。

第三阶段的调查针对返校的一、二、三年级学生,主要采取分层抽样和判断抽样相结合的抽样方式。按学号顺序抽取每个学院一、二、三年级第一个自然班(如通信02级01班、01级01班、00级01班)前15名回家返校的同学,共405人。于2003年7月20日发放问卷405份,回收401份,其中有效问卷397份,无效问卷

4份,问卷的有效回收率为99.0%。被调查学生分布于电气、电信、机电、经管、计算机、人文、理学和土建等9个学院。

本调查报告中凡涉及各阶段“调查时”字样的文字,均指各阶段的调查时间,“不同时期”指不同调查阶段所代表的时期,不再特别说明。

三个阶段被调查的学生的详细分布情况参见表1.1。

表 1.1 被调查学生的基本情况(%)

一般资料		留校学生	返校大四学生	返校低年级学生
在校隔离情况	未被隔离过	43.7	100.0	100.0
	被隔离过	56.3	0	0
性别	男生	92.2	85.1	66.9
	女生	7.8	14.9	33.1
城乡	城镇	51.6	67.3	66.9
	农村	48.4	32.7	33.1
年级	一年级	32.8	0	32.6
	二年级	34.1	0	37.3
	三年级	20.4	0	30.1
	四年级	12.7	100.0	0

调查方法

调查采用由北京交通大学“关于高校学生群体突发性危机心理干预系统的研究”课题组自行编制的“SARS(非典)态度调查问卷”(见本章后附件)进行。该问卷在编制过程中在参考大量相关文献的基础上,先采用头脑风暴法产生半开放式问卷,然后广泛征求学生管理工作者的意见,并参考北京大学心理学系临床心理