



当代浙江学术文库
DANGDAI ZHEJIANG XUESHU WENKU

儿童心理危机干预： 理论、策略和应用

张英萍 著

ERTONG XINLI WEIJI GANYU

这是一本关于儿童心理危机干预的著作，作者整理和探讨了儿童心理危机介入和创伤治疗工作的理论和经验，希望借此给危机干预助人者和学习者以参考。本书从理论、干预策略和应用三个层面探讨儿童心理危机干预。



中国社会科学出版社



当代浙江学术文库
DANGDAI ZHEJIANG XUESHU WENKU

儿童心理危机干预： 理论、策略和应用

张英萍 著



中国社会科学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

儿童心理危机干预：理论、策略和应用 / 张英萍著. —北京：
中国社会科学出版社，2015. 4

ISBN 978 - 7 - 5161 - 5803 - 6

I. ①儿… II. ①张… III. ①儿童—心理干预—研究
IV. ①B844. 1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 059052 号

出版人 赵剑英
责任编辑 田文
特约编辑 金泓
责任校对 董晓月
责任印制 王超

出版 **中国社会科学出版社**
社址 北京鼓楼西大街甲 158 号 (邮编 100720)
网址 <http://www.csspw.cn>
发行部 010 - 84083685
门市部 010 - 84029450
经 销 新华书店及其他书店

印 刷 北京君升印刷有限公司
装 订 廊坊市广阳区广增装订厂
版 次 2015 年 4 月第 1 版
印 次 2015 年 4 月第 1 次印刷

开 本 710 × 1000 1/16
印 张 21.75
插 页 2
字 数 368 千字
定 价 68.00 元

凡购买中国社会科学出版社图书，如有质量问题请与本社联系调换
电话：010 - 84083683
版权所有 侵权必究

《当代浙江学术文库》编委会

主任 郑新浦 蒋承勇
副主任 何一峰 邵清 周鹤鸣
编委 (以姓氏笔画排序)
丁东澜 于世忠 马力宏 毛建波
王祖强 王健敏 王哲平 王渊明
刘翔 何大安 张直心 杜卫
杨树荫 陈寿灿 洪岗 胡剑锋
凌平 徐斌 黄建钢 程惠芳
董根洪 谢利根 赖金良 鲍健强
潘捷军

编委会办公室

主任 何一峰
副主任 俞晓光 黄获
成员 周全

总序

浙江省社会科学界联合会党组书记 郑新浦

源远流长的浙江学术，蕴华含英，是今天浙江经济社会发展的“文化基因”；三十五年的浙江改革发展，鲜活典型，是浙江人民创业创新的生动实践。无论是对优秀传统文化的传承弘扬，还是就波澜壮阔实践的概括提升，都是理论研究和理论创新的“富矿”，我省社科工作者可以而且应该在这里努力开凿挖掘，精心洗矿提炼，创造学术精品。

繁荣发展浙江学术，当代浙江学人使命光荣、责无旁贷。我们既要深入研究、深度开掘浙江学术思想的优良传统，肩负起继承、弘扬、发展的伟大使命；更要面向今天浙江经济社会的发展之要和人文社会科学建设的迫切需要，担当起促进学术繁荣的重大责任，创造具有时代特征和地方特色的当代浙江学术，打造当代浙江学术品牌，全力服务“两富”现代化浙江建设。

繁荣发展浙江学术，良好工作机制更具长远、殊为重要。我们要着力创新机制，树立品牌意识，构建良好载体，鼓励浙江学人，扶持优秀成果。“浙江省社科联省级社会科学学术著作出版资金资助项目”，就是一个坚持多年、富有成效、受学人欢迎的优质品牌和载体。2006年开始，我们对年度全额资助书稿以“当代浙江学术论丛”（《光明文库》）系列丛书资助出版；2011年，我们将当年获得全额重点资助和全额资助的书稿改为《当代浙江学术文库》系列加以出版。多年来，我们已资助出版共553部著作，对于扶持学术精品，推进学术创新，阐释浙江改革开放轨迹，提炼浙江经验，弘扬浙江精神，创新浙江模式，探索浙江发展路径，

产生了良好的社会影响和积极的促进作用。

2013年入选资助出版的27部书稿,内容丰富,选题新颖,学术功底较深,创新视野广阔。有的集中关注现实社会问题,追踪热点,详论对策破解之道;有的深究传统历史文化,精心梳理,力呈推陈出新之意;有的收集整理民俗习尚,寻觅探究,深追民间社会记忆之迹;有的倾注研究人类共同面对的难题,潜心思考,苦求解决和谐发展之法。尤为可喜的是,资助成果的作者大部分是我省的中青年学者,我们的资助扶持,不唯解决了他们优秀成果的出版之困,更具有促进社科新才成长的奖掖之功。

我相信,“浙江省社科联省级社会科学学术著作出版资金资助项目”的继续实施,特别是《当代浙江学术文库》品牌的持续、系列化出版,必将推出更多的优秀浙江学人,涌现更丰富的精品佳作,从而繁荣发展我省哲学社会科学,充分发挥“思想库”和“智囊团”的作用,有效助推物质富裕、精神富有现代化浙江的加快发展。

2013年12月

序

近年来，日益频发的自然灾害事件、社会发展现实以及人类自身成长危机，使得创伤后心理危机干预成为社会学、教育学和心理学共同关注的焦点。根据国外研究，在心理危机高危险群（有家属罹难者、精神病患者、重伤者、无依老人和儿童）中，受影响最大的是儿童。而如今，无论是家庭、学校还是在社会中，儿童的危机尤其是心理危机状况显得十分普遍。如何应对儿童心理危机，是广大心理辅导工作者和一线中小学教师需要学习和准备的。

灾难、意外事故、流行性疾病、校园暴力、家庭危机、媒体暴力、儿童虐待、性侵害、青少年自杀……当代的儿童心理危机事件，令人触目惊心。此外，成人社会的问题不断扩散到儿童生活领域，对儿童的身心造成了许多不可忽视的影响。2010年，多起校外暴力入侵校园的事件让无数人痛心疾首。在中国催生的一个特殊的农村少年儿童群体——“留守儿童”，其人数已达5800多万，其中4000多万年龄在14周岁以下。这一群体中有较高比例存在的学业失教、生活失助、心理失衡、亲情失落、安全失保等问题。这一切都在提醒我们：我们需要直面久遭忽视的领域——儿童心理危机。

然而，目前国内儿童心理危机的研究和干预，尚存在许多不足，主要表现在三个方面：

首先，创伤后儿童心理危机极易被忽略。从2008年汶川地震后，尽管社会各界对灾难和意外事故后的心理危机干预有了更多的接受和了解，但是由于儿童认知发展和语言表达的局限，创伤后儿童心理危机往往不被重视。尤其值得注意的是，儿童的隐性心理危机更容易被忽略。这种隐性的心理危机主要呈现在三个方面：心灵缺乏快乐，对学校生活厌倦麻木，对社会环境恐惧与漠视。在生活中主要有两种力量在左右着我们的心理健康，一种是支持性保护性的积极力量，如关心、爱护、尊重，另外一种是

破坏性的消极力量,如过于激烈的学业竞争压力、不当的惩罚与批评等等。儿童隐性危机的产生,正是因为消极的、破坏性的力量太强了,而积极的、保护性的力量太弱了。在21世纪的今天,儿童心理危机正在因各种消极因素的多重叠加而日益严重。

其次,心理危机干预专业性不强。近二十多年来,中国的心理咨询和辅导工作得到长足的发展,心理咨询的应用领域不断拓展,心理咨询的理论流派越来越多元。然而,心理危机的干预工作,尤其是儿童心理危机干预工作属于专业性较强的工作,不仅需要掌握心理咨询的知识和技能,更需要掌握应激反应和儿童心理发展的特点,同时需要快速的评估、判断、处理和介入干预的能力和临场应变能力。目前我国的儿童心理危机干预大多数采用谈话式和游戏式辅导为主,在干预策略的研究和应用上缺乏新的探索;心理干预的技术大多源于国外,缺乏自主形成的心理危机评估、干预技术和工具等。这些问题成为影响我国儿童心理危机干预专业化和本土化的重要制约因素。

再次,缺乏有效的心理危机干预应激体系和机制。从我国2008年汶川地震后的心理危机干预来看,我国目前的心理危机干预体系尚不完备,这么多的心理援助队伍缺少组织和统一管理,心理援助行动缺乏长期系统的干预规划。此后国内发生的几次灾难事件和与儿童有关的校园危机事件,在报道中都较少提到心理危机干预的介入状况。由此可见,我国目前的危机干预尤其是针对创伤后儿童的心理危机干预救助体系,要建立较为完备的体系化和应激机制,还需要有较长的路要走。

本书作者张英萍系我的学生,从本科到攻读硕士学位,一直表现出了对心理咨询的热情和脚踏实地的研究作风。多年来,她一直勤奋地耕耘在儿童心理咨询领域,边研究边实践,由此积累了较丰富的临床经验,著作《儿童心理危机干预:理论、策略和应用》就是对她儿童心理危机干预理论研究和临床经验的总结和回顾。带着惊喜、兴奋夹杂欣慰的心情,仔细读来,我觉得主要有三个方面的特点:

本书的最大特点在于体系完整。本书涉及儿童心理危机和危机干预的基本理论、心理危机评估、心理危机干预的途径、策略和方法,同时还论述了学校心理危机干预体制的建立,并为儿童常见心理危机干预设计了干预预案。

本书的最大亮点在于注重创新性和本土性。本书不局限于传统的危机

干预理论和策略，而是结合国外的最近研究和作者的心得体验，就儿童心理危机的新类型、儿童心理危机干预的新理念以及学校心理危机干预体系的在地化和联动化等方面进行积极的探索，着眼于国内儿童心理危机干预的本土化工作。

本书最难能可贵之处在于注重实用和可操作性。本书将理论与实务经验结合，将技术演练、案例和危机应对方案结合，运用了很多咨询师和儿童的现场对话来呈现危机干预的技术和临床干预过程，现场感强；此外，本书针对校园暴力、家庭暴力和青少年自杀等儿童典型心理危机事件，提出了可资借鉴的操作性的应对策略，能为心理辅导工作者和广大中小学教师提供启发和技术指导。

总之，这是一本国内不可多得的儿童心理危机干预研究的新作，特此推荐！

刘宣文

2013年10月18日于杭州金地自在城

(教育部“国培计划”心理健康教育学科专家、
浙江省高校心理危机干预研究中心专家委员会委员)

前 言

在危机中带领我们的孩子成长

对于危机与创伤，我们从不陌生。从震惊全球的美国“9·11”事件，到我国2008年汶川地震；从SARS疫情到地铁事故；从校园自杀事件到校园暴力入侵……这些看似遥远又近在眼前的灾难事件带来的心理冲击，曾让许多人心里伤痕累累，一时之间无法抚平。然而，孩子作为其中的易感人群却往往被社会大众和危机工作者忽略。

从遭遇危机到心灵重建是一条既急迫又漫长的道路。对于遭遇心理危机的儿童，我们该做些什么？如何帮助他们走出灰暗，获得情绪的安抚、心灵的安定和心智的成长，这是我们心理助人工作者共同面对的难题和使命。

2008年的汶川地震对于我国而言，可谓是心理危机干预的“元年”。这不仅因为汶川地震造成大范围的死伤，牵动全国的神经，也不仅在于有那么多的心理危机干预团队自发组织前往灾区开展心理援助工作，而在于国人开始正视心理创伤和心理危机干预，心理卫生工作者开始集体维护社会心理健康的努力。就如“9·21”地震之于台湾的意义一样，汶川地震也可以说是开创了国内心理创伤和危机干预的新局面。因为汶川地震，我部分地参与了危机干预的工作。2008年6月，我在刘宣文教授的带领下，与其他许多同事一起，编写和出版了《现在，我该怎么办？——在危机中学会成长》这本儿童心理自助书籍。

自从参与危机干预的工作以来，我常感于我国儿童危机干预的基本内容、操作程序和步骤的不明确。当消防系统、急救系统和医护系统已发展出许多标准的急救程序，心理助人的工作还是太停留于笼统性的“心灵关怀”、“情绪支持”等抽象概念的层次，心理危机干预也太停留于理论的探讨，而对实务与应用的工作欠缺梳理。这也往往使学校、心理辅导人员在面对危机情境时，常陷于茫然而不知所措的境地。

我国当前的儿童心理危机干预的现状，应该说还远不如人意。虽然我

国近年来出版了不少儿童和青少年心理危机干预的书籍，但专门介绍儿童心理危机干预的专业书籍却还比较少见，这与我国当前缺乏对儿童心理危机及其干预的系统研究不无关系。

本书是一本关于儿童心理危机干预的著作，我整理和思考了将近五年来对儿童心理危机介入和创伤治疗的理解和心得，希望借此给一线的危机干预助人者以参考。在这本书里，我尽量以危机现场情境的视角来逐步展现危机干预工作的演进过程：从什么是儿童心理危机到心理危机干预的基本理论和模式；从如何评估儿童心理危机到心理危机干预的介入途径的探讨；从心理危机干预的策略到干预的具体技术和进入现场的干预步骤；从校园危机干预体系的建立到各种典型儿童危机状况的处理策略。本书试图以现在进行时的时态来呈现和示范助人者和心理危机儿童的互动过程，同时配合事例分析和助人者与儿童对话的过程来更生动和更富操作性地呈现儿童心理危机干预的策略和技术。

本书包括九章，第一章主要是了解目前儿童主要面临的心理危机事件、类型以及对儿童心理的影响；第二章是探讨儿童心理危机干预的基本理论和基本模式；第三章、第四章和第五章重在探讨儿童心理危机干预的评估方式、实施途径和干预策略；第六章、第七章重在探讨儿童心理危机干预的具体技术和实施过程；第八章主要是探讨儿童心理危机干预应急机制，建构地方和学校儿童心理危机干预机制；第九章是针对不同类型儿童心理危机事件，设计基本的危机干预预案。在这些章节中，前五章主要是理论研究和探讨；后四章是儿童心理危机干预的实际应用。

就我个人愿望而言，我努力让本书呈现三大特色：第一是系统性。本书从儿童心理危机的认识到危机干预理论和模式的梳理，从心理危机的评估到心理危机干预的途径、策略和技术，从学校心理危机干预机制的建立到儿童各种常见心理危机干预的预案设计，体系上较为完整，涵盖理论研究和实践操作层面，期望借此给有志于从事儿童心理危机干预的学习者以全面的概览。第二是前沿性。本书不仅仅局限于传统的心理危机类型、危机干预的理念和观念，而且与当下社会发展结合，关注儿童网络虚拟危机，并在危机干预中引入国外复原力的概念解读方式，且在儿童心理危机干预策略上注重国内外最新的研究进展，在校园心理危机干预机制中引入“在地化”和“联动性”的概念，不仅与国外的最新研究进展相对接，且对我国的危机干预现状具有一定的指向性。第三是可操作性。本书着重于

实际的应用价值，作者在近几年中积累了一定的从事危机儿童辅导的个案研究和学校指导工作经验，均在书中有所体现。我不希望这本书只是一本理论书籍，更希望能够给一线的儿童心理危机干预者以一定的启发和技术帮助。

本书适合儿童教育工作者、心理研究者和心理辅导教师，也适合一般的学生家长和教师以及社会人士。希望本书的出版能让更多的人共同关注儿童的心理危机，能有更多的研究者和教育工作者参与儿童心理危机的研究与实践，能帮助广大教师、家长、青少年了解、评估和学习应对心理危机的方法，共同促进我国儿童的心理健康和未来成长。由于精力和能力所限，本书定有许多纰漏和不足之处，盼能得到同行指正。

目 录

第一章 儿童心理危机概述	(1)
第一节 儿童心理危机的基本观念	(3)
一 危机四伏的社会现状	(3)
二 什么是心理危机?	(5)
三 儿童心理危机的界定	(7)
第二节 儿童心理危机:现实与虚拟的交互	(8)
一 儿童心理危机的来源	(8)
二 儿童心理危机的分类	(9)
三 虚拟世界的儿童心理危机	(14)
第三节 儿童心理危机的反应	(15)
一 儿童心理危机的一般反应	(16)
二 儿童创伤后应激障碍(PTSD)	(18)
三 儿童心理危机反应的刻板印象与事实	(26)
第四节 儿童心理危机的影响因素	(28)
一 压力和应激	(29)
二 性格特质	(30)
三 认知因素	(32)
四 社会支持系统	(33)
第二章 儿童心理危机干预	(34)
第一节 儿童心理危机干预的界定	(34)
一 儿童心理危机干预的概念	(35)
二 儿童心理危机干预的原则	(39)
第二节 儿童心理危机干预的理论	(41)
一 危机干预理论的演进和发展	(41)

二 折衷的危机干预理论	(46)
三 危机干预理论的新发展:复原力概念的引入	(46)
第三节 儿童心理危机干预的模式	(49)
一 危机干预的三个基本模型	(49)
二 心理危机干预的步骤	(51)
第四节 国内外儿童心理危机干预的事例研究	(54)
一 2004年美国卡特里娜飓风儿童危机干预事例研究	(54)
二 我国台湾“9·21”地震后的儿童心理危机干预研究	(56)
三 我国汶川“5·12”地震后的儿童心理危机干预研究	(58)
第三章 儿童心理危机的评估	(61)
第一节 儿童危机评估的内容	(62)
一 危机情境的评估	(62)
二 危机个体的评估	(66)
三 支持系统评估	(72)
第二节 儿童心理危机评估的方法:临床评定量表	(73)
一 临床评定量表	(73)
二 事件冲击量表修订版(IES-R)	(75)
三 事件冲击量表与儿童创伤评估	(77)
第三节 儿童心理危机评估的方法:治疗类选法评估	(78)
一 什么是治疗类选法评估?	(78)
二 使用治疗类选法评估表格	(79)
三 治疗类选法评估案例	(83)
第四节 儿童心理危机功能评鉴	(85)
一 什么是功能评鉴?	(85)
二 功能评鉴的理论假设	(86)
三 功能评鉴的方法	(87)
第四章 儿童心理危机干预的途径	(93)
第一节 儿童心理危机干预的个别辅导	(96)
一 个别辅导的适用对象和一般要求	(96)
二 个别辅导的原则	(99)

三 个别辅导的会谈技术	(101)
四 个别辅导的过程和策略	(107)
第二节 儿童心理危机干预的团体辅导	(113)
一 团体辅导的适用对象和一般要求	(113)
二 危机干预团体辅导模式	(116)
三 危机干预团体辅导的具体实施	(117)
四 危机干预团体急救的步骤	(119)
五 危机干预团体辅导方案举例	(120)
第三节 儿童心理危机干预的家庭辅导	(125)
一 危机干预家庭辅导的适用对象和一般要求	(125)
二 危机干预家庭辅导模式	(127)
三 危机干预家庭辅导的具体实施	(130)
四 危机干预家庭辅导案例简介	(131)
第四节 其他危机干预途径	(132)
一 心理援助热线	(132)
二 心理自助读物	(134)
第五章 儿童心理危机干预的策略	(135)
第一节 谈话式疗法	(136)
一 创伤后压力反应心理会谈	(136)
二 紧急事件晤谈技术	(137)
三 认知—行为疗法	(140)
第二节 艺术式疗法	(141)
一 故事治疗	(142)
二 绘画治疗	(147)
三 阅读与写作疗法	(152)
四 音乐疗法	(156)
五 心理剧	(158)
第三节 游戏式疗法	(161)
一 游戏治疗	(161)
二 沙盘治疗	(163)

第六章 儿童心理危机干预的方法与技术	(169)
第一节 儿童心理危机干预的一般技术	(169)
一 沟通技术	(169)
二 支持技术	(180)
三 干预技术	(187)
第二节 儿童心理危机干预的特殊技术	(191)
一 情感处置技术	(191)
二 放松技术	(199)
三 倒带技术	(209)
四 心理回诉	(211)
五 眼动身心重建法	(213)
六 心像技术	(221)
七 生命回顾	(223)
第七章 儿童心理危机的临床干预过程	(230)
第一节 儿童心理危机干预的准备工作	(230)
一 儿童心理危机干预的基本观念	(230)
二 儿童心理危机干预的核心原则	(232)
三 危机干预的人员培训	(232)
第二节 儿童心理危机临床干预过程	(234)
一 急性危机反应处理:心理支持和稳定化	(234)
二 儿童心理危机评估	(235)
三 情绪处理及认知改变策略	(236)
四 心理资源的整合与重建	(237)
五 跟踪评估	(238)
第三节 儿童心理危机干预举例	(238)
一 校园心理危机干预举例	(238)
二 台湾“9·21”大地震丧亲儿童治疗举例	(243)
第八章 学校危机预防体系的构建	(252)
第一节 校园危机预防概述	(253)
一 各国公共危机管理事业的发展	(253)

二	校园危机的界定和种类	(257)
三	校园危机预防内容及过程	(260)
第二节	学校危机干预体系的构建：三级干预体系	(262)
一	校园危机干预的目标和内容	(262)
二	学校心理危机干预的内容——三级干预模型的构建	(263)
三	学生心理危机干预的实施方案	(267)
第三节	学校危机干预应急机制的建立	
	——在地化和联动性机制	(274)
一	建立危机事件应急管理队伍和应急预案	(274)
二	校本危机干预机制的建立	(277)
第九章	儿童心理危机干预的应用	(283)
第一节	校园暴力事件的儿童心理危机干预	(283)
一	校园暴力概述	(284)
二	校园暴力的处理程序与原则	(286)
三	校园暴力的干预方案	(289)
第二节	家庭暴力的儿童心理危机干预	(292)
一	家庭暴力的型态	(293)
二	家庭暴力的一般处理原则	(294)
三	家庭暴力事件中的儿童危机干预	(295)
四	家庭暴力干预案例	(296)
第三节	青少年自杀的心理危机干预	(302)
一	青少年自杀的现状	(303)
二	青少年自杀的影响因素	(304)
三	自杀/自伤行为的评估	(308)
四	自杀的干预预案	(310)
结 语	(317)
参考文献	(318)
后 记	(325)