

心灵伙伴大学

常见心理障碍早发现与早识别的 多工具组合操作实例

目录

一、学生ADHD的早期识别与评估

二、学生ASD的早期识别与评估

三、学生PTSD的早期识别与评估

四、学生NSSI的早期识别与评估

五、学生GAD的早期识别与评估

六、学生EOS的早期识别与评估

七、学生BD的早期识别与评估

心灵伙伴大学

学生非自杀性自伤（NSSI）的 早期识别与评估

刘欣 哈尔滨师范大学应用心理学硕士研究生，
心理测量与咨询方向；国家三级心理咨询师

目录

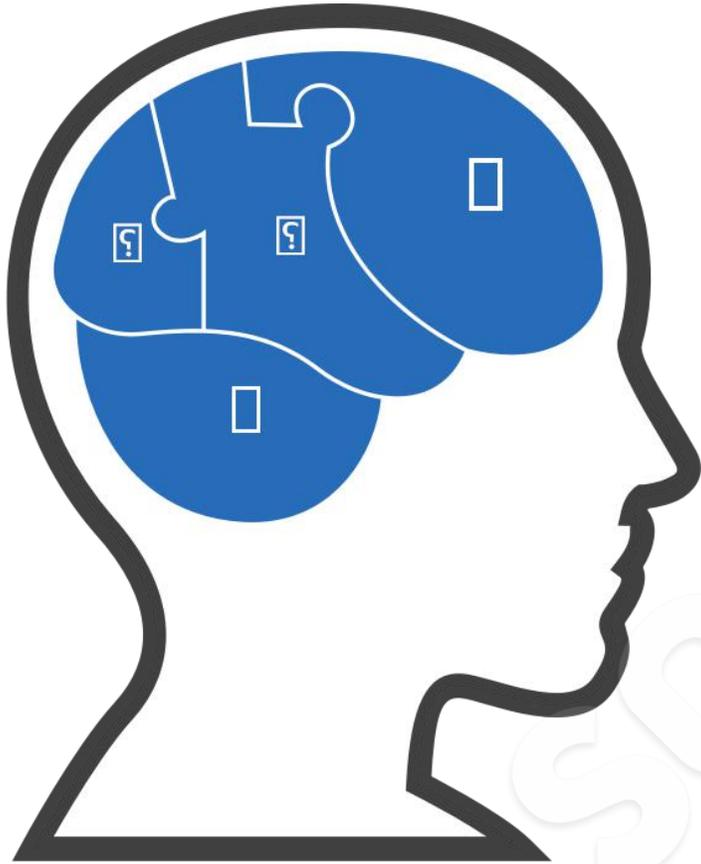
- 一、NSSI的概念及症状
- 二、NSSI的产生原因
- 三、认识NSSI于学校心理卫生的重要性
- 四、NSSI的心理教育评估
- 五、NSSI的风险因素、预警信号与筛查
- 六、NSSI的学校预防

参考书目



● 一、NSSI 的概念及症状

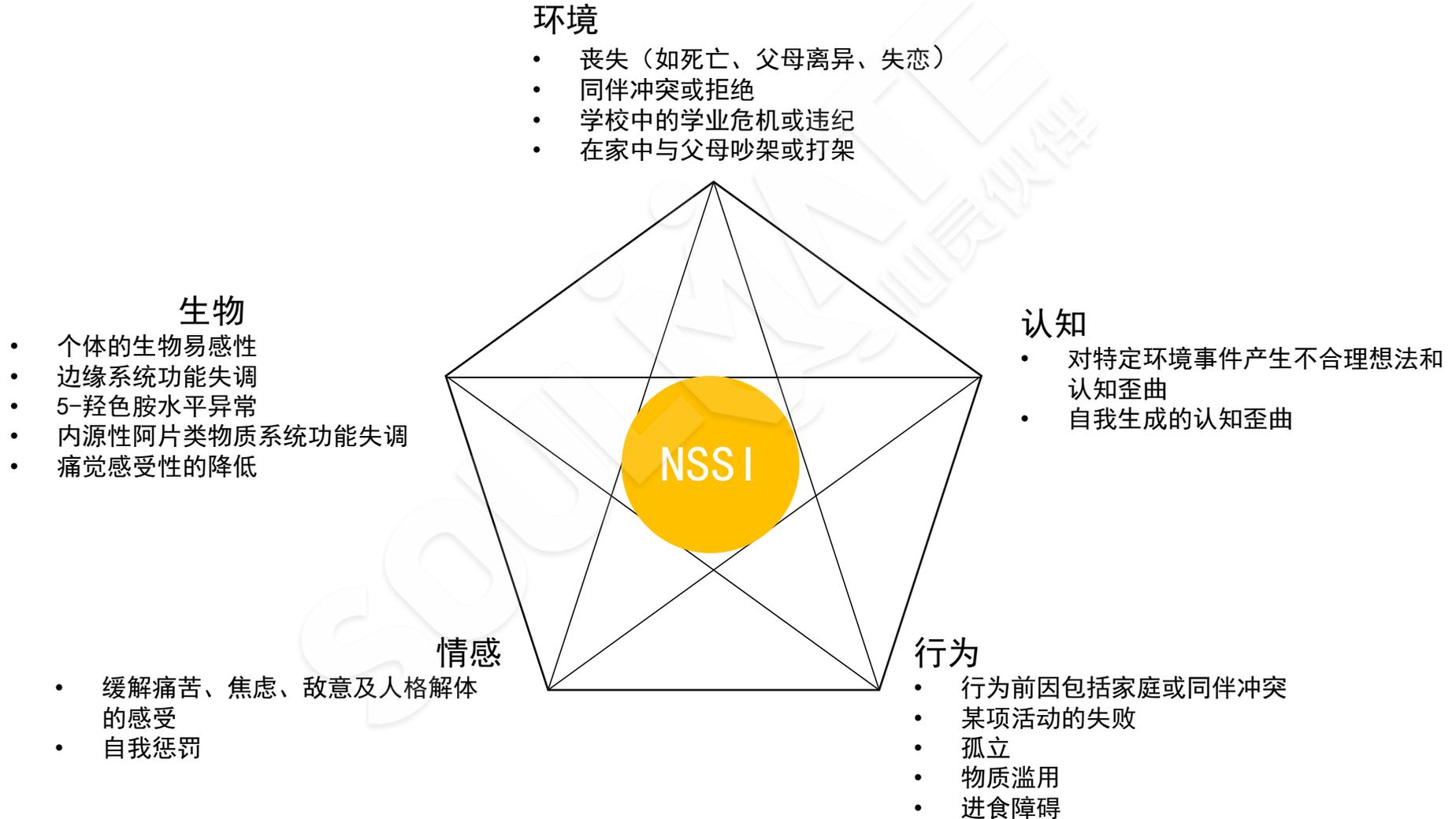
什么是NSSI？



- ◆ **非自杀性自伤**（Non-suicidal self-injury, NSSI）
高发于青少年人群中，是指为**减少心理痛苦**而进行的、**有意的**、**影响自身的**、低致命性的身体伤害，该行为是不被社会所接纳的，也是**边缘性人格障碍**（BDP）的核心症状。
- ◆ 按其致命性和行为发作的次数，NSSI可分为：
 1. 直接自我伤害；
 2. 间接自我伤害

● 二、NSSI的产生原因

NSSI 的生物-心理-社会模型



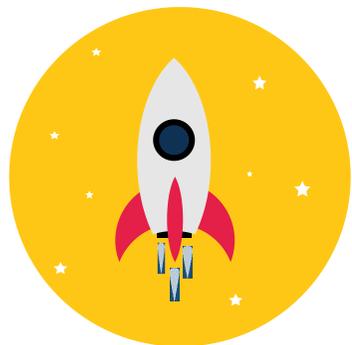
● 三、认识NSSI于学校心理卫生的重要性

为什么学校心理卫生人员要了解NSSI?



● 四、NSSI的心理教育评估

NSSI 的心理教育评估



解决问题方法的评估



功能性行为评估



认知行为评估

➤ 解决问题方法的评估



解决问题方法的评估

- 解决问题方法的评估更多强调以解决问题和基于数据的决策。问题首先应被定义，找出问题发生的可能原因，针对问题设计出一个基于实证的干预方案，最后评估方案是否成功解决了问题。

➤ 功能性行为评估

- 功能性行为评估（functional behavioral assessment, 简称FBA）是收集与挑战性行为（如自伤）有关的一系列前奏事件、行为、行为结果方面的资料，并在此基础上确定挑战性行为（如自伤）产生的原因，制定干预措施以及指导个体适当的积极行为。
- 功能性行为评估是将评估和干预联系起来的评估方式。



功能性行为评估

➤ 认知行为评估



认知行为评估

- 认知行为评估是基于生物-心理-社会模型5个维度（环境、生物、认知、情感和行为）的评估，评估由行为维度开始，收集可测量数据和描述性信息。
- 步骤包括：(1)自伤的前因；(2)行为本身；(3)NSSI的即时后果。

● 五、NSSI 的风险因素、预警信号与筛查

NSSI 的风险因素



NSSI 的早期预警信号

行为预警信号

- 自我破坏行为，如物质滥用
- 冒险行为，如从高处跳下
- 人际关系改变，如从同伴团体中退出
- 自我隔离的次数增多
- 低自尊，消极、抑郁情绪
- 进食障碍

身体预警信号

- 非意外造成的割伤、抓伤或烧伤
- 经常报告“意外”造成的身体伤害
- 经常用绷带缠着手腕或手臂
- 不愿意参加需要换衣服的活动（如体育活动）
- 即使在炎热的天气仍然穿着长裤或长袖上衣
- 能直接观察到的自我损伤行为，如用拳头打伤自己或抓伤自己、针刺、撞头、按压眼睛、咬手指或手臂、拉扯头发或抠抓皮肤

NSSI 的筛查



➤ 自杀风险评估及评估工具

自杀风险评估

Soulmate Cloud

首页 / 心理测评 New / 测评量表

全部分类 自杀 小学 初中 高中 大学 成人

| 量表类型 | 量表名称 | 适用区间 | |
|--------|-----------|--------|----------|
| | | 适用年级 | 适用年龄 |
| 心理卫生和健 | 自杀态度问卷 | [7,20] | [10,101] |
| 心理卫生和健 | 青少年自杀意念量表 | [7,12] | [10,21] |

共 2 条 << 1 >> 前往 1 页

《青少年自杀意念量表》和《自杀态度问卷》来源于心灵伙伴《心理测评预警系统及评价系统》

身体伤害评估及评估工具

Soulmate Cloud

首页 / 心理测评 New / 测评量表

全部分类 小学 初中 高中 大学 成人

| 量表类型 | 量表名称 | 适用区间 | |
|--------|------------|---------|----------|
| | | 适用年级 | 适用年龄 |
| 心理卫生和健 | 心理压力水平测量问卷 | [10,20] | [16,101] |

共 1 条 < 1 > 前往 1 页

身体伤害
评估

《心理压力水平测试问卷》来源于心灵伙伴《心理测评预警系统及评价系统》

心理健康评估及评估工具

心理健康 评估

Soulmate Cloud

首页 / 心理测评 New / 测评量表

全部分类 | 症状自评量表 (SCL-90) (中学生版) | 小学 初中 高中 大学 成人

| 量表类型 | 量表名称 | 适用区间 | |
|--------|-------------------------|--------|---------|
| | | 适用年级 | 适用年龄 |
| 心理卫生和健 | 症状自评量表 (SCL-90) (中学生... | [7,12] | [10,21] |

共 1 条 < 1 > 前往 1 页

《症状自评量表 (SCL-90) (中学生版)》来源于心灵伙伴《心理测评预警系统及评价系统》

➤ 辅助筛查工具：心理危机敏感因子跟踪预警系统

➤ 行为记录—异常生活事件→风险因素

🏠 首页

🔔 预警管理

📁 行为记录

📊 心理测评 New

📊 心理测评

👤 房树人

📖 成长课堂

🗣️ 咨询管理

👥 团体辅导

🧠 认知训练

🎮 3D沙盘

💬 倾诉系统

首页 / 行为记录 / 添加记录

用户: 平泉10

异常表现

备注

生活事件

备注

选择 ✕

学业方面

躯体方面

人际方面

家庭方面

其他方面

我的标签

学业起伏 已选

大考受挫

不交作业

厌学休学

沉迷手游

成绩垫底

长期缺课

➤ 辅助筛查工具：行为记录—异常生活事件→风险因素

| 心理危机预警33个敏感因子（异常生活事件）排查表 | | | | | | | |
|--------------------------|-------|-------|-------|-------|--------|-------|-------|
| 学业方面 | £学业起伏 | £大考受挫 | £不交作业 | £厌学休学 | £沉迷手游 | £成绩垫底 | £长期缺课 |
| 躯体方面 | £体重下降 | £近期重伤 | £饮食障碍 | £睡眠障碍 | £身患重病 | £身体缺陷 | |
| 人际方面 | £遭受排挤 | £同性恋爱 | £同伴欺凌 | £交友复杂 | £恋爱不顺 | £孤僻自闭 | |
| 家庭方面 | £经济困难 | £隔代养育 | £父母离异 | £专制家庭 | £家人病/故 | £亲属养育 | £家庭暴力 |
| 其他方面 | £外地搬入 | £升学转学 | £自然灾害 | £公共危机 | £全家蜗居 | £好友离世 | £封建迷信 |

《心理危机预警33个敏感因子》来源于心灵伙伴《心理危机敏感因子跟踪预警系统》

➤ 辅助筛查工具：行为记录—异常行为表现→预警信号

贵阳市中小学心理教育云平台

选择 ⊗

首页 / 行为记录 / 添加记录

用户：平泉10

异常表现

备注 10000字以

生活事件

备注 10000字以

躯体表现

头部疼痛 [详情](#) 已选

躯体疼痛 [详情](#)

疲乏无力 [详情](#)

头晕目眩 [详情](#)

消化不良 [详情](#)

呼吸困难 [详情](#)

昏厥晕倒 [详情](#)

情绪表现

行为表现

精神状态

我的标签

➤ 辅助筛查工具：行为记录—异常行为表现→预警信号

| 心理危机预警32个异常表现排查表 | |
|------------------|---|
| 躯体表现 | £头部疼痛 £躯体疼痛 £疲乏无力 £头晕目眩 £消化不良 £呼吸困难 £昏厥晕倒 |
| 行为表现 | £强迫行为 £敌意暴力 £成瘾行为 £装扮怪异 £惊慌失措 £离家出走 £自伤自残 £自杀意念 £自杀行为 |
| 情绪表现 | £心情抑郁 £焦虑紧张 £亢奋暴躁 £情绪多变 £情绪崩溃 £过度担心 £经常哭泣 £悲观绝望 |
| 精神状态 | £极度恐惧 £过度偏执 £被害妄想 £关系妄想 £幻视幻听 £精神恍惚 £思维失控 £胡言乱语 |

《心理危机预警32个异常表现》来源于心灵伙伴 [《心理危机敏感因子跟踪预警系统》](#)



六、NSSI 的学校预防

NSSI 的学校预防

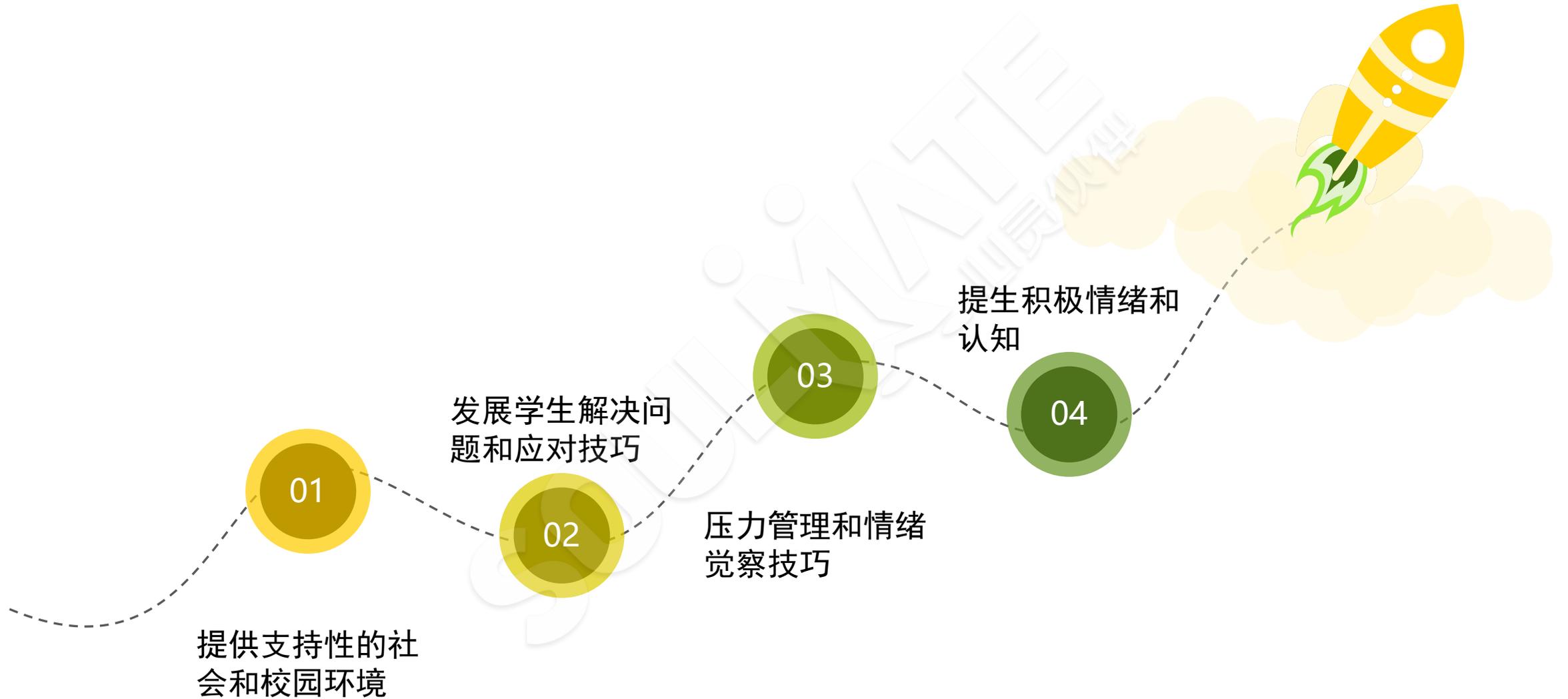
NSSI 的学校预防工作应该既包括对NSSI行为的关注预防，又包括提升学生的长处、能力及教授一些适应性的情绪应对策略。



➤ 纠正有关NSSI的误解

- 并非所有NSSI学生都是自杀性的；
- 自我修饰（如纹身）不是自伤；
- 并非所有NSSI学生都曾经历身体或性虐待；
- 并非所有NSSI学生都有边缘性人格障碍；
- 并非所有NSSI学生都需要住院治疗；
- NSSI学生并非只想用这种行为来操控别人或只是想获得关注。
- 并非所有自伤的人都是危险的，除了伤害自己还可能伤害别人。

➤ 强调学生的长处和提高心理复原力



➤ 蔓延问题的预防

1

减少同伴团体中关于NSSI的交流。

2

减少在学校中公开展示疤痕或伤口。

3

要提供个别的而不是群体的心理社会治疗（如咨询和心理治疗）。

谢谢观看！

上海心灵伙伴云计算科技有限公司



心灵伙伴大学

学生非自杀性自伤（NSSI）的 早期识别与评估

刘欣 哈尔滨师范大学应用心理学硕士研究生，
心理测量与咨询方向；国家三级心理咨询师