

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PTSD的早期识别与评估

陈婷玮

心灵伙伴大学讲师

华东师范大学应用心理硕士

国家三级心理咨询师



目录

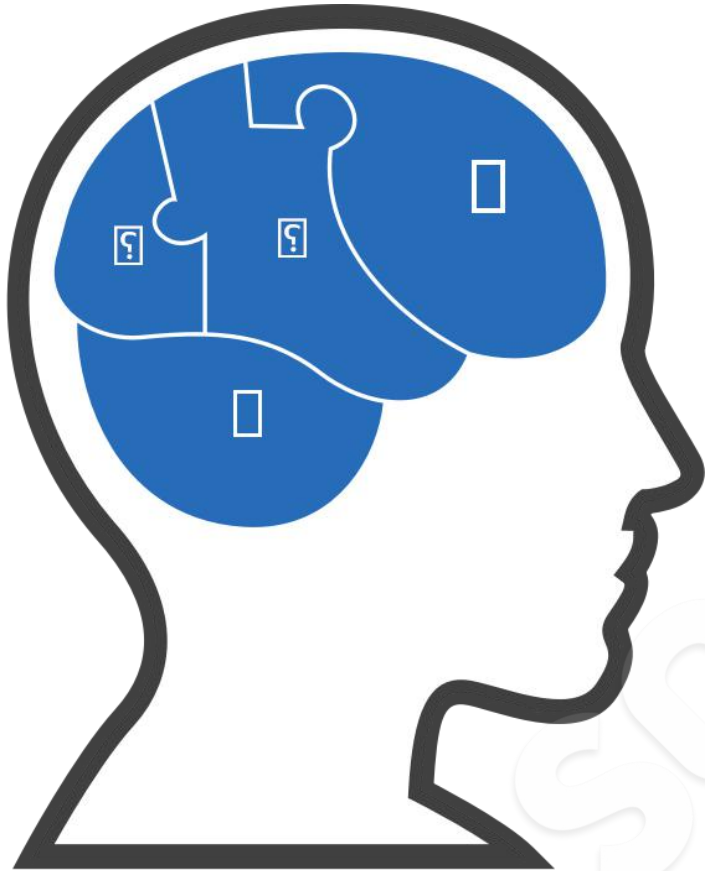
- 一、创伤性事件的泛化趋势与现代特征
- 二、PTSD的病因
- 三、PTSD风险因素的评估（危险因子）
- 四、PTSD的早期预警信号与筛查
- 五、鉴别技巧

参考书目



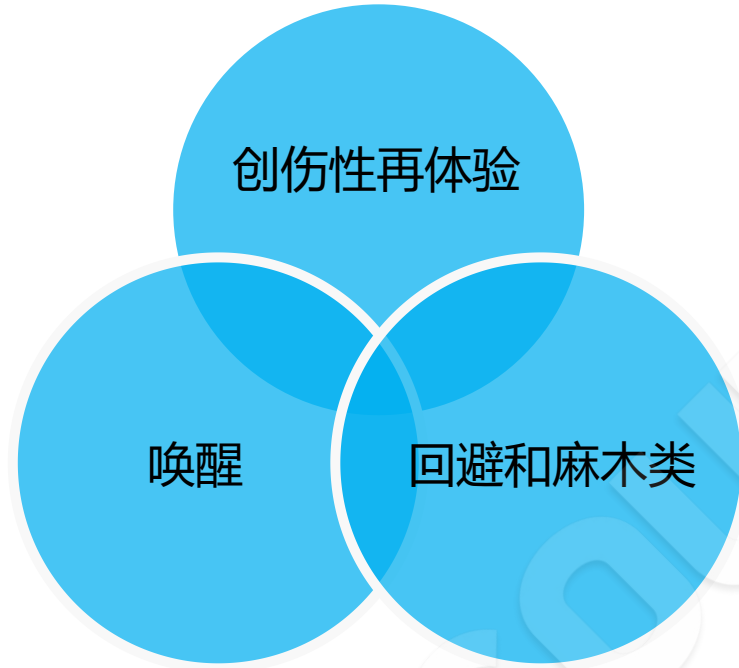
● 一、创伤性事件的泛化趋势与现代特征

什么是PTSD?



- ◆ 创伤后应激障碍（PTSD, Posttraumatic Stress Disorder）是指个体经历、目睹或遭遇到一个或多个涉及自身或他人的实际死亡，或受到死亡的威胁，或严重的受伤，或躯体完整性受到威胁后，所导致的个体延迟出现和持续存在的精神障碍。
- ◆ 在DSM-5中，PTSD是创伤及应激相关障碍的一种。

PTSD的核心症状



- 对创伤性事件的再度体验，如闪回或噩梦；
- 回避行为（如回避与创伤有关的低点）和情感麻木（对他人的疏离）；
- 生理唤醒，如失眠、易激惹或注意力不集中。

创伤性事件的泛化趋势与现代特征

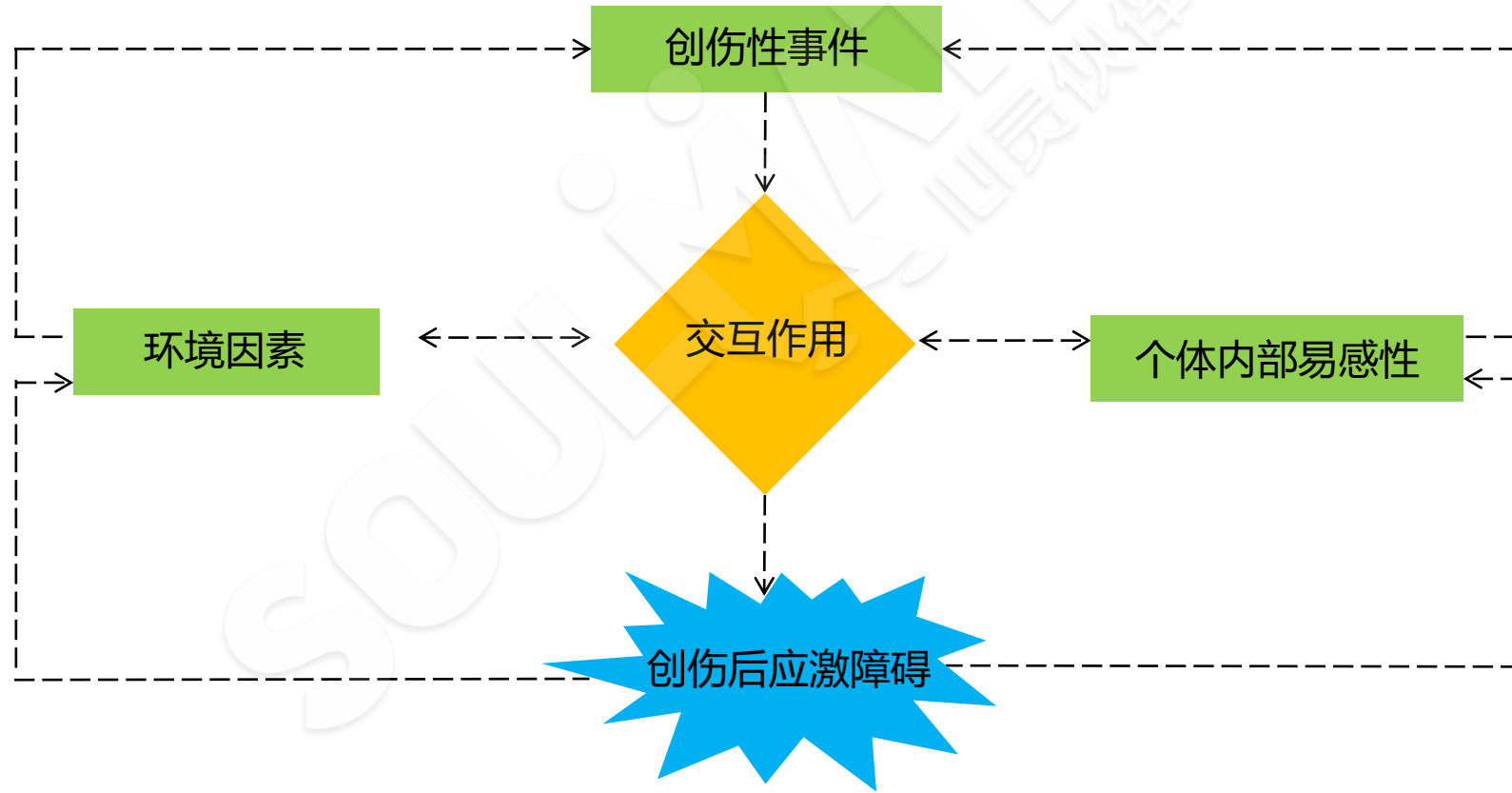
除传统定义外，在中小学生的学校环境中，创伤性事件有泛化的趋势，其中包含一大部分低强度的创伤性事件、丧失事件、负性事件。另外，以下情况也会增大PTSD的发生率：



● 二、PTSD的病因

PTSD的病因

- ◆ PTSD是由于 (1) 创伤性事件、 (2) 个体所处环境的外部因素和 (3) 个体内部易感性三者交互作用的结果。



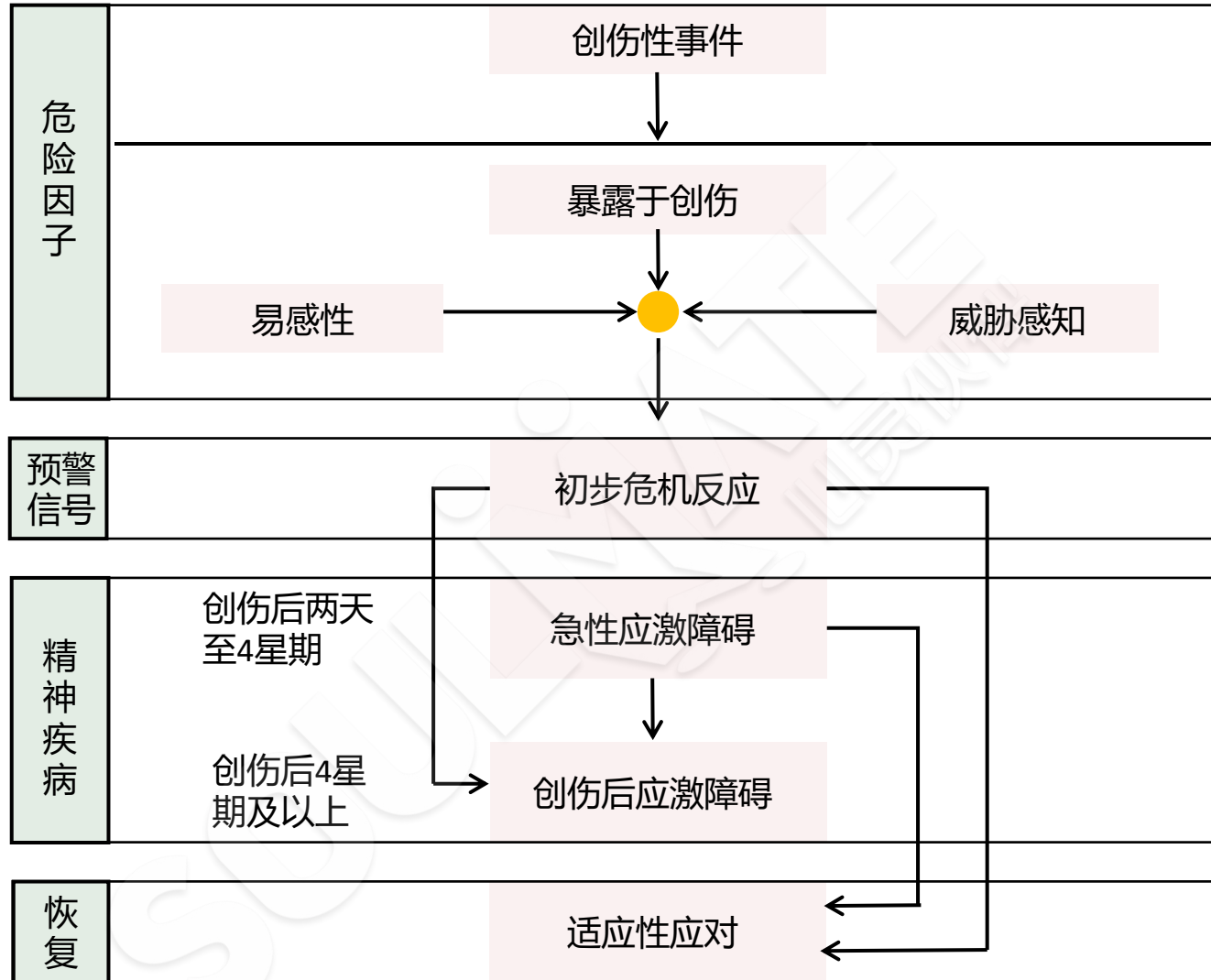
这些变量之间的交互作用导致了PTSD的发展，反过来其发展也作用于环境并且增强了个体的内部易感性。

● 三、PTSD风险因素的评估（危险因子）

危险因子

- ◆ 危险因子是增加学生发展为PTSD概率的变量，危险因子的出现可以将我们的注意力转向预警信号。





PTSD危险因子和预警信号、急性应激障碍、创伤后应激障碍的发展以及暴露于创伤性事件中恢复之间的关系

创伤性应激源的识别

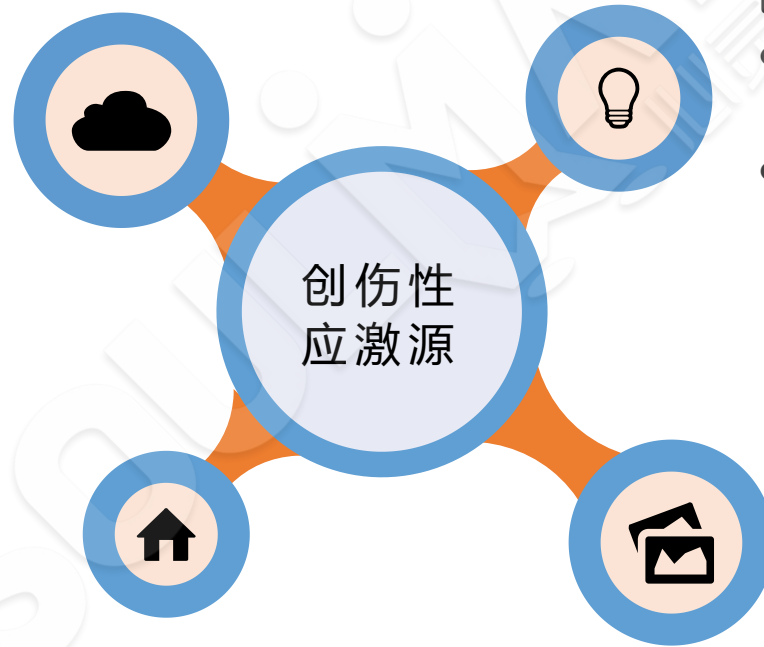
◆ 应激源（创伤性事件）和创伤经历要比其他因素更加具有创伤性，更可能会导致PTSD。

可预测性

不可预测的创伤性应激源（如突然的意外死亡）比相对可预测的创伤性应激源（如长期绝症导致的死亡）更有可能导致PTSD。

创伤来源

由意外或疾病引起的事件通常比蓄意的或由攻击性暴力引起的事件威胁性低。



创伤类型

- 自然发生的事件或“天灾”（如地震）比人为事件的创伤性低。
- 持续时间较长的危机事件更容易导致PTSD。

创伤后果

与死亡有关的创伤性事件与那些导致非致命性伤害的事件相比，会引起发展为PTSD更大的风险。

PTSD应激源的识别工具

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

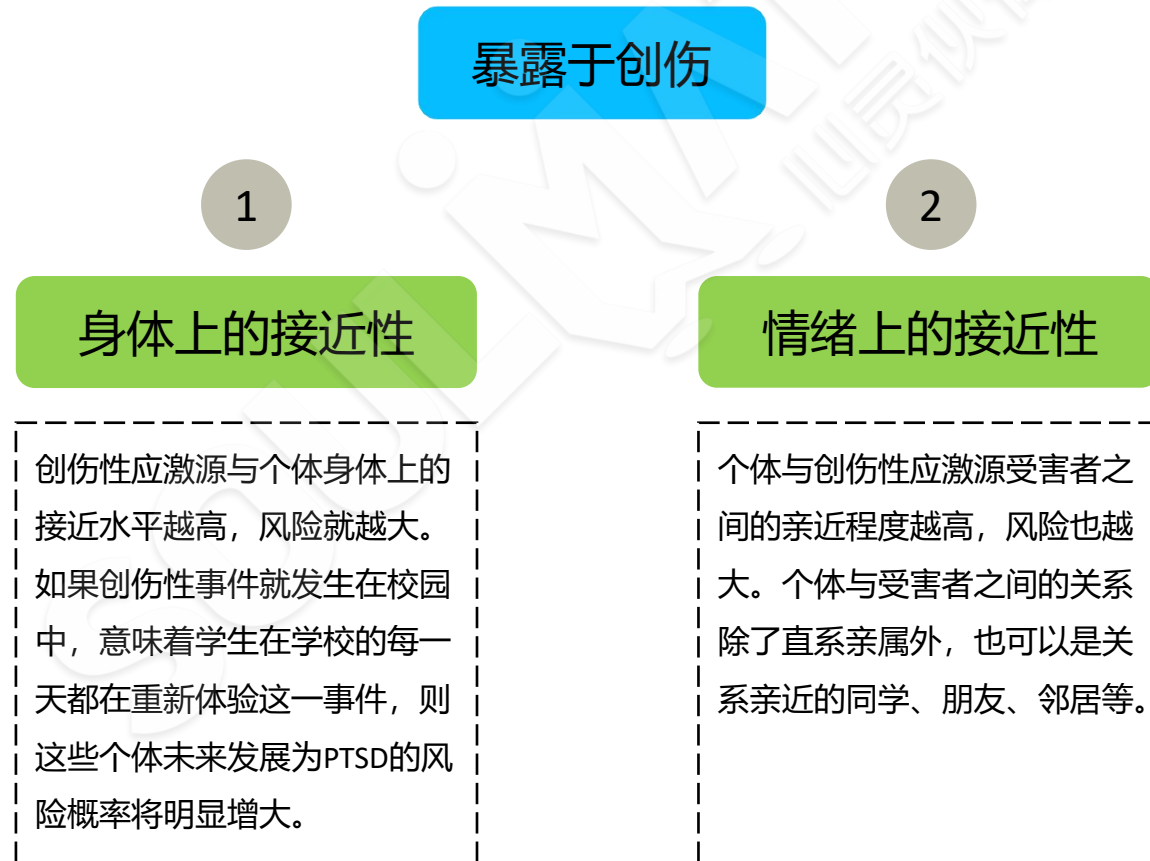
《心理危机预警33个敏感因子》来源于心灵伙伴《心理危机敏感因子跟踪预警系统》

对个案PTSD的风险评估（危险因子）

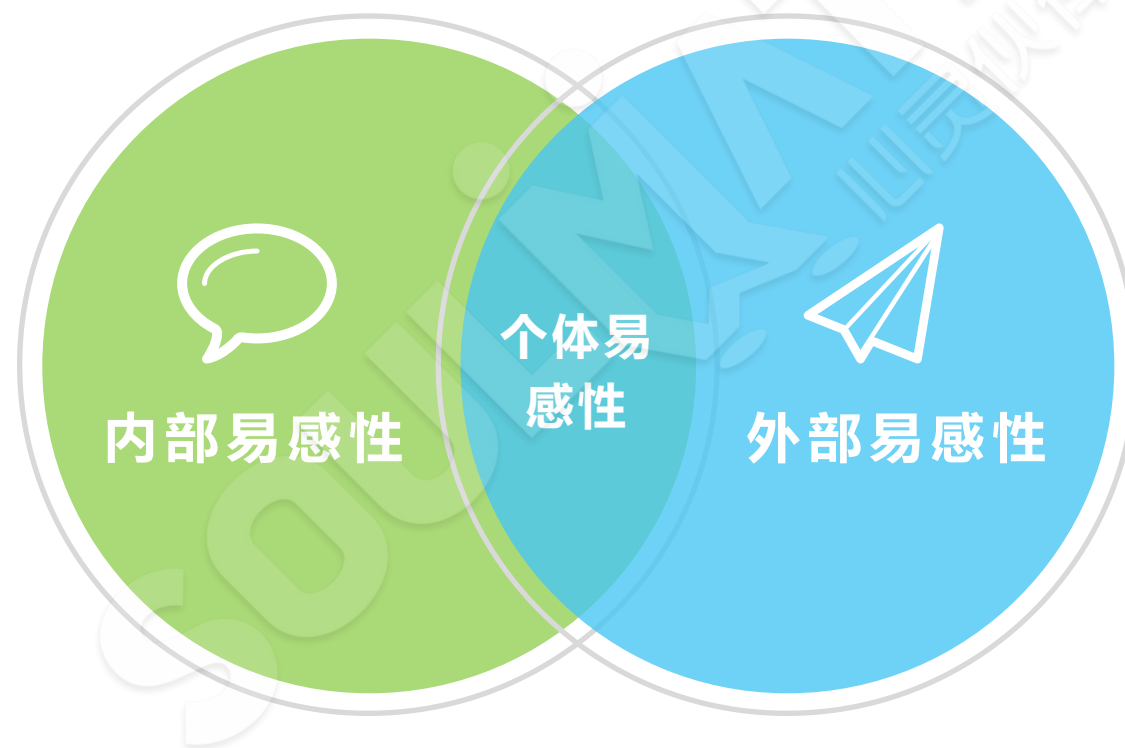
- ◆ 暴露水平评估
- ◆ 个体易感性评估
- ◆ 生命威胁性的自我感知评估

1、在创伤性事件中暴露水平的评估

- ◆ 暴露的水平越高，发展为PTSD的风险就越大。



2、个体易感性评估



是创伤受害者内部的个人性格、
特质和经验。

是围绕个体的外部因素，可以
被看作是环境危险因子。

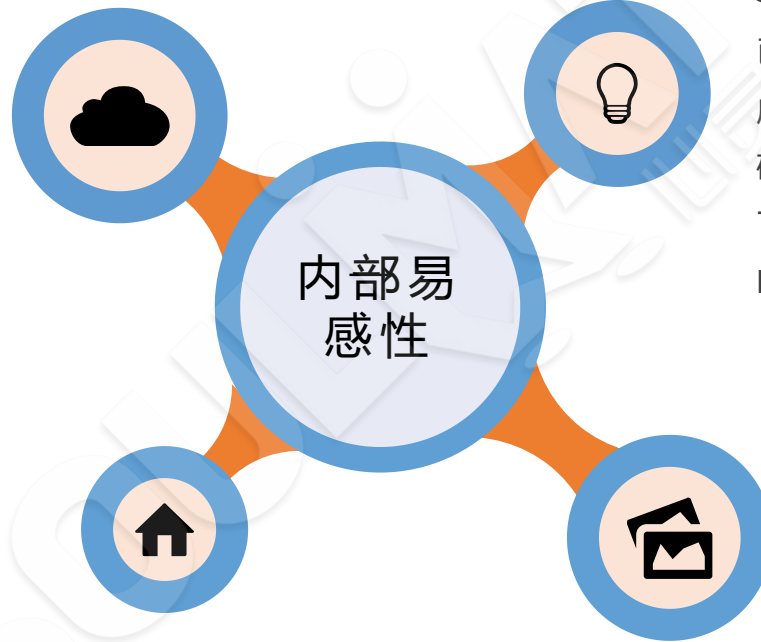
个体易感性评估-内部易感性

心理资源

- 应对风格（积极应对策略or回避应对策略）
- 情绪调节
- 控制点（内控）
- 自我效能

发展水平

有更高水平认知技能的青少年通常能更好地应对问题情境。



心理健康史

已经存在的心理健康问题，如焦虑障碍、多动症、对立违抗性障碍、品行障碍和物质滥用等增高了学生在创伤性事件后发展为PTSD的风险水平。

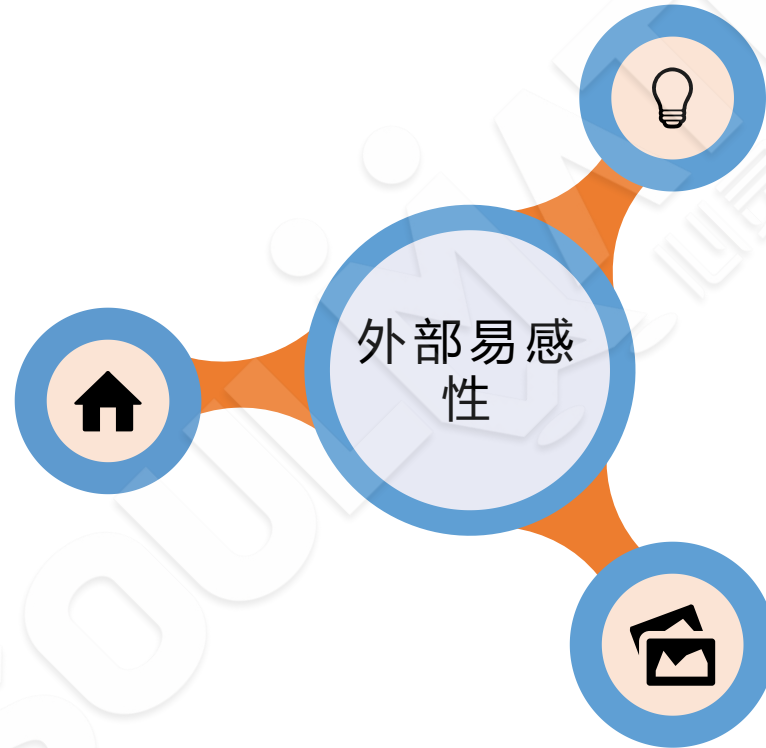
创伤史

- 有过丧失经历或存在创伤史
- 处于反复创伤性应激源中
- 易感性的遗传来源

个体易感性评估-外部易感性

父母的反应和家庭史

- 家庭混乱
- 家庭凝聚力不足
- 不健康的家庭界限（如束缚或分离）
- 不与家庭外部个体互动的家庭隔离状态



经济状况

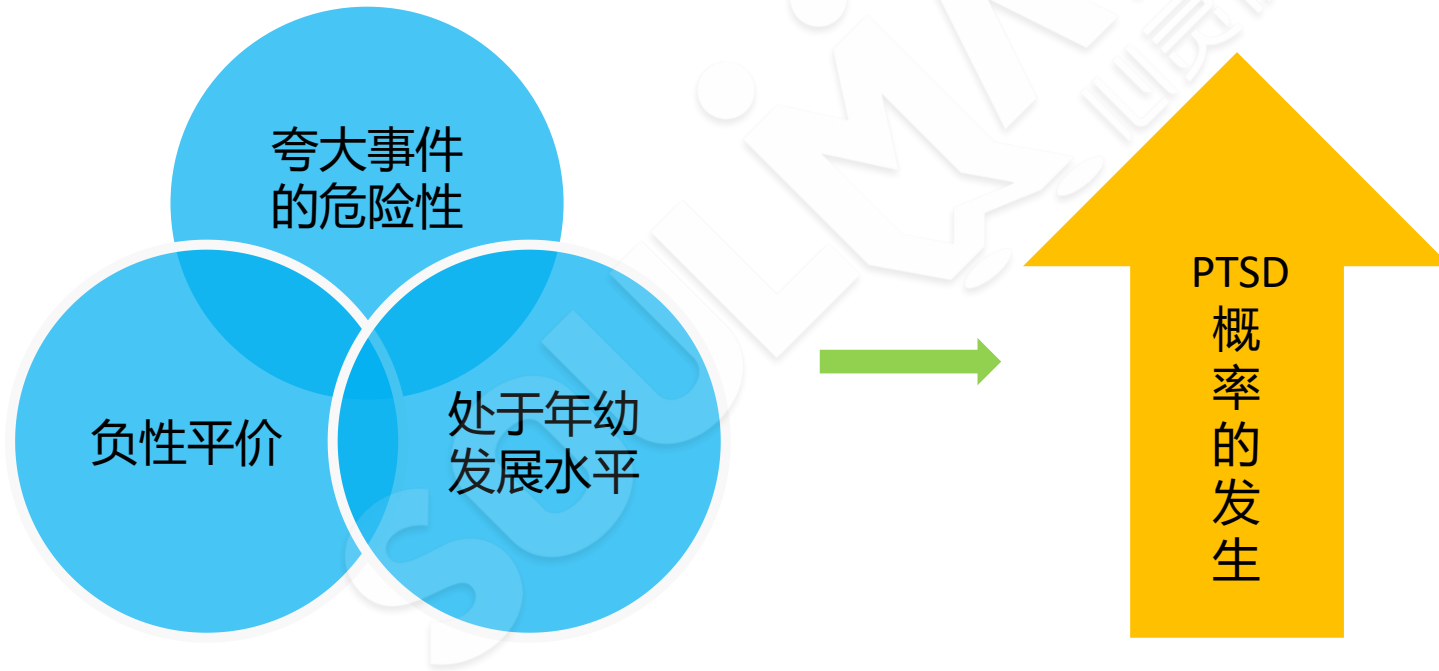
- 贫穷
- 社区暴力

社会资源

- 基本社会资源（如家庭支持系统、积极的同龄群体）
- 心理支持（如对发展个人优势的鼓励、对情感表达的支持）

3、生命威胁性的自我感知评估

- ◆ 个体对于应激源的生命威胁性的自我感知评估在很大程度上影响着个体PTSD的发生概率。
- ◆ 负性评价和处于年幼发展水平共同增加了PTSD发展的可能性。



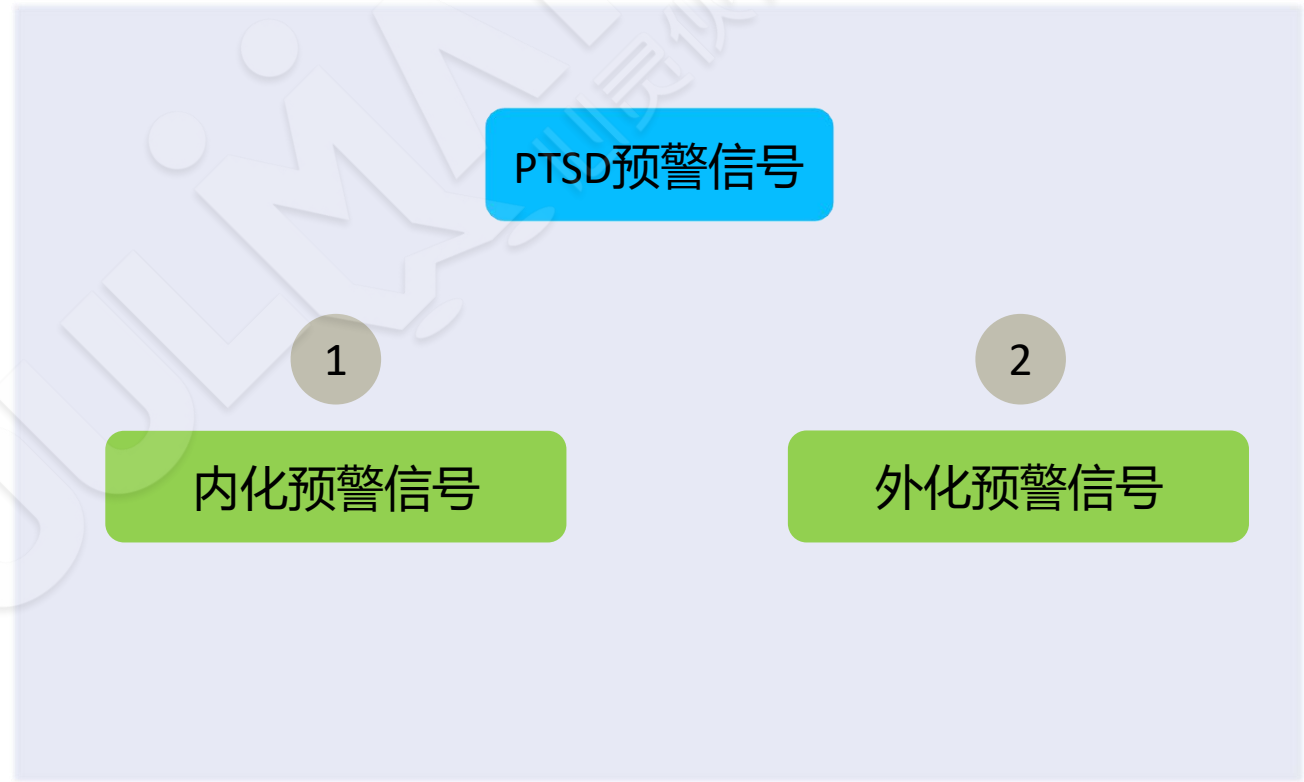
心理创伤危机水平检查表 (Brock, 2006)

低风险性	中等风险	高风险
<p>身体上的接近性</p> <p><input type="checkbox"/> 未出现在危机发生场所附近</p>	<p>身体上的接近性</p> <p><input type="checkbox"/> 在危机发生场所出现</p>	<p>身体上的接近性</p> <p><input type="checkbox"/> 是受害者或目击者</p>
<p>情绪上的接近性</p> <p><input type="checkbox"/> 不认识受害者</p>	<p>情绪上的接近性</p> <p><input type="checkbox"/> 是受害者的朋友</p>	<p>情绪上的接近性</p> <p><input type="checkbox"/> 是受害者的亲人</p>
<p>内部易感性</p> <p><input type="checkbox"/> 积极的应对风格</p> <p><input type="checkbox"/> 心理健康</p> <p><input type="checkbox"/> 自我情绪调节良好</p> <p><input type="checkbox"/> 发展水平高</p> <p><input type="checkbox"/> 之前无创伤史</p>	<p>内部易感性</p> <p><input type="checkbox"/> 无清晰应对风格</p> <p><input type="checkbox"/> 危机前存在心理健康问题</p> <p><input type="checkbox"/> 自我情绪调节存在某些困难</p> <p><input type="checkbox"/> 有时存在不成熟表现</p> <p><input type="checkbox"/> 之前有创伤史</p>	<p>内部易感性</p> <p><input type="checkbox"/> 回避型应对风格</p> <p><input type="checkbox"/> 已存在心理疾病</p> <p><input type="checkbox"/> 自我情绪调节差</p> <p><input type="checkbox"/> 发展水平低</p> <p><input type="checkbox"/> 之前有严重创伤史</p>
<p>外部易感性</p> <p><input type="checkbox"/> 与所有核心家庭成员生活在一起</p> <p><input type="checkbox"/> 亲子关系良好</p> <p><input type="checkbox"/> 家庭功能良好</p> <p><input type="checkbox"/> 无亲代创伤性应激</p> <p><input type="checkbox"/> 经济来源稳定</p> <p><input type="checkbox"/> 社会性资源好</p>	<p>外部易感性</p> <p><input type="checkbox"/> 与某些核心家庭成员生活在一起</p> <p><input type="checkbox"/> 亲子关系有时显得紧张</p> <p><input type="checkbox"/> 家庭功能有时出现问题</p> <p><input type="checkbox"/> 存在某些亲代创伤性应激</p> <p><input type="checkbox"/> 经济来源有时不稳定</p> <p><input type="checkbox"/> 社会性资源或关系有时出现问题</p>	<p>外部易感性</p> <p><input type="checkbox"/> 没有与任何核心家庭成员生活在一起</p> <p><input type="checkbox"/> 亲子关系差</p> <p><input type="checkbox"/> 家庭功能差</p> <p><input type="checkbox"/> 严重的亲代创伤性应激</p> <p><input type="checkbox"/> 经济来源不足</p> <p><input type="checkbox"/> 社会性资源缺乏或不存在</p>
<p>威胁感知</p> <p><input type="checkbox"/> 认为危机不具有威胁</p>	<p>威胁感知</p> <p><input type="checkbox"/> 认为危机是危险的, 但并未危及生命</p>	<p>威胁感知</p> <p><input type="checkbox"/> 认为危机具有生命威胁性</p>

● 四、PTSD的早期预警信号

PTSD的预警信号

- ◆ 预警信号是创伤性应激的确凿表现，它的出现意味着要进行进一步的评定或干预措施。学校系统中，在无法得知PTSD应激源的情况下（如：儿童受虐待病例），PTSD的预警信号或许是学生暴露于创伤的第一征兆。



暴露于创伤性事件的常见反应

内化预警信号		外化预警信号	
情绪影响		生理影响	
情绪影响	伤心	疲倦	肠胃问题
震惊	悲痛	失眠	食欲不振
气愤	易激惹	睡眠困难	性欲减弱
绝望	高警觉性	过度警觉	头痛
恐惧或害怕	无助或失去希望	惊吓反应	
愧疚	在活动中体会不到快乐	容易生病	
恐惧症	解离		
认知影响		人际或行为影响	
注意力、决策力和记忆力受损	自我责备	疏远	容易哭泣
	自尊和自我效能降低	社交退缩或隔离	饮食规律改变
怀疑	侵入性想法或回忆	关系冲突增加	发脾气
疑惑和扭曲	噩梦	工作或学习受损	行为退行
担心		拒绝上学	冒险
		回避提示物	攻击

不同发展水平的创伤后应激障碍预警信号

学龄前

- 言语表达水平降低
- 焦虑行为增多
- 尿床
- 害怕（如怕黑、怕动物）
- 食欲不振
- 害怕被抛弃或与看护者分离
- 在游戏中对创伤的重现
- 认知混乱
- 技能退化（如大小便失禁；语言技能退化）
- 吮吸拇指
- 缠着父母或主要看护者
- 尖叫、夜惊
- 焦虑增加

学龄期

- 易激惹
- 抱怨
- 缠人
- 强迫性复述
- 夜惊、噩梦、怕黑；睡眠困扰
- 退缩
- 破坏行为
- 退行行为
- 抑郁症状
- 情感麻木
- 攻击性或被禁止行为增多
- 有关身心状况的主诉
- 为得到成人关注而进行公开竞争
- 对学校的回避
- 焦虑增加
- 对学校丧失兴趣和关注
- 学业表现下降
- 愧疚感

青少年

- 情感麻木
- 闪回
- 睡眠困扰
- 食欲困扰
- 叛逆
- 抗拒
- 能量水平的混乱或降低（情感淡漠）
- 对事件提示物的回避
- 抑郁
- 反社会行为
- 复仇幻想
- 攻击性或禁止行为增多
- 社交互动困难
- 有关身心状况的主诉
- 学习困难（如打架、出勤、寻求关注的行为）
- 焦虑增加
- 对学校丧失兴趣和关注
- 学业表现下降
- 愧疚感

识别预警信号的注意事项

DSM-5

- 急性 (< 3个月)
- 慢性 (> 3个月、< 6个月)
- 延迟出现 (> 6个月)

儿童PTSD的特殊性

- 回避或情感麻木表现为行为方式
- 退行行为 (尿床、粘人、拒绝去学校等)
- 内化 (退缩)
- 外化 (打架)

识别

- 外化易识别，内化不易识别
- 男性多采用外化 (攻击、好斗)
- 女性多采用内化 (焦虑、抑郁)

PTSD的筛查

ADHD的筛查工具，可用心灵伙伴云平台中常态化心理监测工具（普测）《心理危机敏感因子跟踪预警系统》和选择性筛查工具（个测）《心理测评预警系统及评价系统》

心理危机敏感因子跟踪预警系统

Sensitive Factors Of Abnormal Behavior Tracing System

产品简介

心理危机敏感因子跟踪预警系统根据用户常见问题行为建立用户行为习惯数据库，通过人工主动观察并记录用户日常工作、生活中的点滴行为，系统自动进行智能分析，并对异常结果进行及时预警。

心理测评预警系统及评价系统

Psychological Assessment & Pre-warning System

产品简介

心理测评系统是一款服务于社会各领域人群及在校师生的专业测评软件，通过丰富的量表、专业的测评报告、督导方案、多维度的数据统计以及简易的操作模式，真实反映被测个人及群体的心理状况并永久记录被测者心理成长轨迹。



➤ 筛查工具：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 选择

备注 10000字以

生活事件 选择

备注 10000字以

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

保存

PTSD应激源的识别工具

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》

➤ 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

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 选择

备注 10000字以

生活事件 选择

备注 10000字以

躯体表现

头部疼痛 详情 已选

情绪表现

躯体疼痛 详情

行为表现

疲乏无力 详情

精神状态

头晕目眩 详情

我的标签

消化不良 详情

呼吸困难 详情

昏厥晕倒 详情

保存

PTSD的筛查工具

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

危机反应症状检查表：
PTSD危险因子和预警信号检查项目

危险因子	预警信号
身体上的接近性 <input type="checkbox"/> 亲身经历了事件 <input type="checkbox"/> 事件目击者 <input type="checkbox"/> 听说了事件	内化信号 <input type="checkbox"/> 麻木或回避 <input type="checkbox"/> 坐立不安 <input type="checkbox"/> 注意力较难集中 <input type="checkbox"/> 注意涣散 <input type="checkbox"/> 易冲动 <input type="checkbox"/> 闪回 <input type="checkbox"/> 侵入性回忆 <input type="checkbox"/> 自残、自杀倾向、自杀未遂 <input type="checkbox"/> 对小问题反应过度 <input type="checkbox"/> 被惯例的改变所困扰 <input type="checkbox"/> 低自尊 <input type="checkbox"/> 很难相信别人
情绪上的接近性 <input type="checkbox"/> 与受害者关系密切 <input type="checkbox"/> 与受害者相识 <input type="checkbox"/> 与受害者无关系	
创伤史 <input type="checkbox"/> 哀伤或丧失或有个人的创伤史 <input type="checkbox"/> 家庭创伤史	
心理健康史 <input type="checkbox"/> 焦虑障碍 <input type="checkbox"/> 心境障碍 <input type="checkbox"/> 注意缺陷多动障碍 <input type="checkbox"/> 对立违抗性障碍或品行障碍 <input type="checkbox"/> 睡眠障碍 <input type="checkbox"/> 物质滥用 <input type="checkbox"/> 其他：	
家庭史 <input type="checkbox"/> 父母存在创伤或丧亲史 <input type="checkbox"/> 父母心理健康方面的担心 <input type="checkbox"/> 父母存在物质滥用 <input type="checkbox"/> 父母缺乏对症状的了解 <input type="checkbox"/> 父母否认 <input type="checkbox"/> 家庭应激 <input type="checkbox"/> 不健康的界限 <input type="checkbox"/> 与家庭外的个体隔离 <input type="checkbox"/> 缺乏家庭支持 <input type="checkbox"/> 家庭暴力	外化信号 <input type="checkbox"/> 不能控制冲动 <input type="checkbox"/> 多动 <input type="checkbox"/> 对攻击或愤怒的控制降低 <input type="checkbox"/> 物质滥用或使用增多 <input type="checkbox"/> 睡眠困难及关系问题 <input type="checkbox"/> 不适当性行为
环境因素 <input type="checkbox"/> 低收入社区 <input type="checkbox"/> 社区暴力 <input type="checkbox"/> 缺乏社区支持系统 <input type="checkbox"/> 不安全的看护环境	
评语：	

● 五、鉴别技巧

PTSD的鉴别技巧

- 1 PTSD容易与其他类型的焦虑精神障碍混淆。
- 2 PTSD一定要有应激源，而且有对应关系。

谢谢观赏！

上海心灵伙伴云计算科技有限公司

