

甘肃省高等教育自学考试 课程考试大纲

专业名称：心理健康教育（专科）

专业代码：570116K

课程名称：学校心理健康教育（05010）



甘肃省高等教育自学考试委员会 制定
2024年3月

学校心理健康教育

课程考试大纲

I 课程性质与课程目标

一、课程性质和特点

学校心理健康教育是甘肃省高等教育自学考试心理健康教育专业的一门专业基础必修课程。学校心理健康教育兼具基础性和应用性特征，为心理学的重要分支，也是学校素质教育的核心内容。学校心理健康教育以开展学校心理健康教育所需具备的专业技能为主线，涵盖了学校心理健康教育的组织管理和课题研究等，主要内容包括学校心理健康教育概述、学校心理健康教育的组织与管理、学校心理健康教育的课题研究、学生常见心理问题的识别与评估、学校个别心理辅导、学校团体心理辅导、学校心理健康教育课程设计与实施、学校心理健康教育活动方案策划、学校心理危机干预技术。

二、课程目标（评价目标）

设置本课程的目的和要求是提高应考者熟练掌握学校心理健康教育的基本理论知识、理解学校心理健康教育的核心概念、运用学校心理健康教育的知识解决实际问题。

1. 使学习心理健康教育专业的自学者认识到学校心理健康教育在现代心理学中的性质、意义、地位和作用，掌握学校心理健康教育的基本理论、原则、及方法技术等；

2. 学习和理解学校心理健康教育的基本概念、相关理论和方法技术，重点掌握学校心理健康教育的组织管理、学校心理危机干预和相关的研究新进展；

3. 了解学校心理健康教育所关注的基本问题，理解学校心理健康教育中常见心理问题的识别与评估和心理健康教育课程的设计与实施；

4. 使考生具有综合运用所学的心理健康的知识分析问题和解决实际问题的能力。能运用所学的理论和方法去解决现实生活中的心理问题，提高自学者对学校心理健康教育的认识。

三、与相关课程的联系与区别

与本课程相联系的课程是普通心理学、发展心理学、社会心理学、健康心理学、心理测量学等。本课程主要讨论的是学校心理健康教育的相关技能。

四、课程的重点和难点

本课程的重点包括重点、次重点、一般。重点是学校心理健康教育的核心概念、常见心理问题的识别与评估以及学校心理危机的干预等，次重点是心理指导和心理健康教育课程的设计与实施，一般内容是学校心理健康教育技能的运用。

II 考核目标

本大纲在考核目标中，按照识记、领会、简单应用和综合应用四个层次规定其应达到的能力层次要求。四个能力层次是递进关系，各能力层次的含义是：

识记（I）：要求考生能够识别和记忆本课程中有关学校心理健康教育的概念及主要内容，并能够根据考核的不同要求，做正确的表述、选择和判断。

领会（II）：要求考生能够领悟和理解本课程中有关学校心理健康教育中常见心理问题的识别和评估，理解相关的心理指导和心理危机干预，并能根据考核的不同要求对常见的心理问题进行逻辑推理和论证，做出正确的判断、解释和说明。

简单应用（III）：要求考生能够根据已知的学校心理健康教育的事实，对心理健康教育问题进行某一实际领域的分析和论证，得出正确的结论或做出正确的判断。

综合应用（IV）：要求考生能够根据已知的学校心理健康教育学的事实，对心理问题进行多个心理问题的综合心理分析和论证，并得出解决问题的综合方案。

III 课程内容与考核要求

第一章 学校心理健康教育概述

一、学习目的与要求

通过本章的学习应该掌握学校心理健康教育的基本概念、原则、目标和实施途径，了解学校心理健康教育产生的背景、发展历程、国内外发展现状以及学校心理健康教育的伦理与规范等。

二、课程内容（考试内容）

学校心理健康教育的发展、学校心理健康教育的基本概念，包括心理健康的定义、心理辅导的定义、心理咨询的定义、心理治疗的定义、学校心理健康教育的定义、学校心理健康教育的原则、学校心理健康教育的目标、学校心理健康教育的途径与方法。

三、考核知识点和考核要求

1. 识记：（1）心理健康的定义；（2）心理健康的标准：智力正常、情绪适中、意志健全、人格统一、人际关系和谐、与社会协调一致、心理特点符合年龄特征；（3）心理辅导的定义；（4）心理咨询的定义；（5）心理治疗的定义；（6）学校心理健康教育的定义；（7）学校心理健康教育的基本原则：教育性原则、全体性原则、差异性原则、主体性原则、整体性原则、发展性原则；（8）学校心理健康教育的目标：层次目标、内容目标、对象目标；（9）学校心理健康教育的途径和方法：群体、个体。

2. 领会：（1）学校心理健康教育产生的背景：心理卫生运动、心理测量运动、职业指导运动；（2）学校心理健康教育伦理规范的作用：提高专业水平、提升行业地位、避免伦理失范；（3）国际学校心理学会的道德准则：一般原则、专业标准、专业实践；（4）学校心理健康教育未来的发展：建立学校心理健康教育的监管制度、构建适合我国国情的学校心理健康教育伦理规范、完善学校心理健康教育者的注册和认证机制、加强对学校心理健康教育者的伦理教育。

四、本章应用

1. 简单应用：能举例说明本章核心概念的定义及其内涵。

2. 综合应用：能结合理论原理联系实际分析论述，逻辑思维清楚，合理解决实际问题。

五、本章关键问题

教学重点是学校心理健康教育的基本概念、目标和原则；教学难点是学校心理健康教育的途径、方法及未来学校心理健康教育的发展。

第二章 学校心理健康教育的组织与管理

一、学习目的与要求

通过本章的学习应该掌握学校个别心理辅导室、团体心理活动室的建设要求以及学生心理档案建立、保存和销毁的制度和流程，了解教师心理健康现状，学会维护教师心理健康的方法。

二、课程内容（考试内容）

学校心理健康教育的工作内容、学校心理辅导室建设的原则、学生心理档案的建立、学生心理档案的管理、教师心理健康的维护。

三、考核知识点和考核要求

1. 识记：（1）学校心理健康教育的工作评价：评价内容（CIPP 评价模式）、评价指标；（2）学习心理辅导室建设的原则：保密性、科学性、生本性、针对性；（3）学生心理档案建立的基本原则：保密性原则、客观性原则、教育性原则、系统性原则；（4）学生心理档案的基本内容：基本情况、认知能力、人格特征、心理健康状况、学习心理测评、职业能力倾向；（5）学生心理档案的保存：管理机构、管理制度、管理职责、反馈机制、保存条件；（6）学生心理档案的销毁；（7）教师心理健康的维护：个人层面、学校层面、社会层面。

2. 领会：（1）中小学心理健康教育的组织管理：教研组模式、教科研室模式、德育管理模式、独立模式、全面渗透模式；（2）高校心理健康教育的组织管理：垂直结构管理；（3）中小学心理健康教育工作内容：普及心理健康知识、树立心理健康意识、了解心理调节方法、认识心理异常现象、掌握心理保健常识和技能；（4）高校心理健康教育工作内容：普及宣传心理科学和心理健康的基础知识、培训心理调适的技能、认识与识别心理异常现象等；（5）学校心理健康教育的工作保障：人员保障、经费保障、硬件保障、制度保障；（6）合格的心理健康教育教师的能力：观察能力、理解能力、学习能力、思维能力、表达能力、人际沟通能力、自我控制能力、撰写正规案例报告的能力、进行摄入性谈话的能力、评估和诊断的能力、危机干预的能力、心理咨询和精神疾病鉴别诊断的能力；（7）学校心理辅导室功能分区：个别辅导室、团体活动室、办公接待室、心理阅览室、心理测评室；（8）学生心理档案建立的一般流程：确定心理档案

的内容、选择合适的测评工具进行施测、结果解释和建立心理档案；（9）学生心理档案查阅的要求；（10）教师心理健康整体状况：教师生活满意度偏低、教师易出现职业倦怠、教师人际交往出现困惑、教师心理失衡现象增多；（11）教师心理问题产生的原因：工作原因、社会原因、经济原因、自身原因。

四、本章应用

1. 简单应用：能举例说明本章核心概念和内涵。
2. 综合应用：能结合理论原理联系实际分析论述，逻辑思维清楚，合理解决实际问题。

五、本章关键问题

教学重点是学校心理健康教育工作的评价和教师心理健康的维护，教学难点是学生心理健康档案的建立、保存及销毁。

第三章 学校心理健康教育的课题研究

一、学习目的与要求

通过本章的学习应该掌握课题研究的一眼流程及研究方案的设计和研究报告的撰写，了解课题立项、开题、结题的要求和程序，学会选择合适的研究的课题。

二、课程内容（考试内容）

研究课题的选择、研究方案的设计、研究课题的实施、研究报告的撰写、课题立项、开题与结题。

三、考核知识点和考核要求

1. 识记：
 - （1）课题选择的基本原则：科学性、创新性、价值性、可行性；
 - （2）课题名称的选择：课题名称需包含研究结构、课题名称宜小不宜大、课题名称表达应清晰、准确、规范、课题名称可提现研究的创新点；
 - （3）研究思路：研究目的、研究假设、研究内容、预期成果、拟创新点；
 - （4）研究途径：研究方法、研究对象、研究步骤、项目保障；
 - （5）研究实施时的要点：正式实施研究前可以尝试开展“预实验”、研究实施过程中动用一切可以动用的力量、研究实施过程中要做好存档工作、研究实施过程中的记录和数据收集要真实、客观；
 - （6）前署部分：标题、署名、内容摘要、关键词；
 - （7）正文部分：课题的提出

意义、课题研究的指导思想与理论依据、课题研究的目標与内容、课题研究的对象与方法、课题研究的步骤和过程、课题研究的成果与分析、问题及设想；（8）写作要点：基本原则、分清研究类型，撰写研究报告、紧扣研究问题，形成自己的观点、研究报告与研究方案要保持相对一致。

2. 领会：（1）研究课题的主要来源：教育教学实际、前人研究成果、课题指南、教育政策；（2）研究课题的确定：在对课题研究方向聚焦中确定研究课题、在对课题名称表述中确定研究课题；（3）研究来源：研究背景、研究意义、研究综述、研究依据；（4）研究主题：课题名称、变量界定；（5）研究实施前的准备：研究人员的准备、研究对象的准备、其他的准备；（6）后署部分：参考文献、附录；（7）开题报告的内容：题目、署名、序言、课题研究的背景和目的意义、课题概念的界定、课题研究的基本内容、课题研究的主要方法、课题研究的步骤与计划、课题研究的预期成果及表现形式、课题研究的组织和人员分工、课题研究的保障措施、结尾；（8）课题结题：结题材料、结题程序。

四、本章应用

1. 简单应用：能举例说明本章核心概念和内涵。

2. 综合应用：能结合理论原理联系实际分析论述，逻辑思维清楚，合理解决实际问题。

五、本章关键问题

教学重点是课题的选择和实施，教学难点是课题的撰写。

第四章 学生常见心理问题的识别与评估

一、学习目的与要求

通过本章的学习应该掌握学生学业与行为、情绪和人格的评估方法，熟悉学校心理评估的原则与方法，了解学生常见精神问题的评估方法及学校心理测验的发展与主要测评方法。

二、课程内容（考试内容）

心理测验和心理评估的定义、方法及原则、学业与行为问题评估的方法、作用及指标、情绪和人格问题的评估、常见精神问题的评估。

三、考核知识点和考核要求

1. 识记：（1）心理测验的定义；（2）学校常用的心理测验量表：智力测验、人格测验、临床测验；（3）心理评估的定义；（4）心理测验与心理评估的区别：资料收集方法不同、目的不同、意义不同；（5）心理评估的方法：标准化测验、评定量表、行为观察、临床访谈；（6）心理评估的基本原则：与环境的同一性、心理与行为的一致性、人格的稳定性；（7）心理评估的要素：压力应对、人际关系、动机、思维和言语、非言语性行为、情绪调节和自我认识、外在资源、潜能、身体健康状况；（8）学业评估的定义；（9）学业评估的方法：检测方式-成就测验、评估方法-标准参照测验、CIPP 模式、多重参照性评估模式；（10）学生常见的学业问题及评估：学习焦虑、考试焦虑、学习动机问题；（11）行为问题的定义；（12）行为问题的评估方法：观察法、自我报告法、访谈法、测验法；（13）常见的行为问题：注意力问题、攻击行为；（14）情绪评估的三方面：生理唤醒、主观体验、认知成分；（15）学生常见的情绪问题：抑郁情绪、焦虑情绪；（16）学生常见的人格问题：自我中心、自卑。

2. 领会：（1）心理测验的产生与发展；（2）心理评估的基本态度：连续性观点、多因素观点、动态观点；（3）学校心理评估的主要模式：医学模式、多元模式、整合模式；（4）学业评估的重点指标：学生的发展、学生能力的提高、学生自我评估能力的增长；（5）考试焦虑的评估工具：测验焦虑量表、显性焦虑量表、考试焦虑量表；（6）学习动机的评估工具：学习自我效能量表、学习动机诊断测验、学习过程问卷；（7）注意力评估常用量表：舒尔特方格量表、日常注意测验；（8）攻击行为的评估方法：观察法、提名法、测验法；（9）攻击行为的常用评估量表：儿童行为量表、学校社会行为量表、攻击性问卷；（10）学生人格问题的评估方法：自我报告法、访谈法、测量法；（11）学生常见的精神问题及诊断标准：神经症（恐惧症、广泛性焦虑、疑病症、抑郁症、强迫症）、人格障碍（偏执型、分裂型、表演型、反社会型、焦虑型）、精神分裂症；（12）学生常见心理问题案例分析。

四、本章应用

1. 简单应用：能举例说明本章核心概念和内涵。

2. 综合应用：能结合理论原理联系实际分析论述，逻辑思维清楚，合理解决实际问题。

五、本章关键问题

教学重点是学业、情绪和行为问题的评估原则、方法和标准；教学难点是个体对学业、情绪和行为问题的正确识别及评估。

第五章 学校个别心理辅导

一、学习目的与要求

通过本章的学习应该掌握个别心理辅导的会谈及关系建立技巧和认知行为疗法、积极心理疗法的基本技术及操作程序，并能将心理辅导技巧运用到日常工作中。

二、课程内容（考试内容）

会谈技术、认知行为疗法的干预技术、积极心理疗法的干预技术。

三、考核知识点和考核要求

1. 识记：（1）会谈中的言语信息传递技术：建立良好的咨询关系、交流方式的选择；（2）会谈中的非言语信息传递技术：目光接触、面部表情、躯体动作、沉默；（3）主要的认知行为疗法：理性情绪行为疗法（ABC理论）、认知行为疗法（CBT）、认知行为矫正法；（4）认知行为疗法的基本技术：心理教育技术、常用的认知技术、常用的行为技术；（5）积极心理疗法的主要特点：跨文化研究、积极型视角、整合性理念、人性化原则、自助式疗法、社会化效应；（6）积极心理疗法的原则：希望原则、平衡原则、磋商原则；（7）积极心理治疗的策略：自助策略、跨文化策略、构建力量策略、积极的解释策略、神话和寓言故事策略；（8）积极心理干预的技术：感恩练习、生活喜事、利他行为、人际交往、积极品质。

2. 领会：（1）会谈中常见的交流方式：澄清式交流、疏泄式交流、封闭式交流、释义式交流、解释式交流、情感反映式交流、指导劝告式交流、总结归纳式交流；（2）沉默的类型：自发性沉默、冲突性沉默、创造性沉默；（3）理性情绪疗法的四原则；（4）认知行为疗法的特点；（5）常用的认知技术：认识自动思维、列举非理性思维、改变非理性思维、检验假设、积极的自我对话、三栏笔记法；（6）常用的行为技术：等级任务安排、日常活动计划、愉快评估技术、布置家庭作业；（7）认知行为疗法的基本过程：介绍评估和治疗过程、评估过

程、个案概念化和制定治疗计划、实施治疗、结束治疗；（8）个案概念化的四要素；（9）积极心理疗法的产生和发展；（10）积极心理疗法的层面：积极认知模式干预、积极情绪状态干预、积极人格特质干预；（11）积极心理疗法的实施过程：主导疗法（观察保持距离、调查、场合鼓励、语言表达、扩大目标）、辅助疗法（初始谈话、辅助性治疗）；（11）积极心理干预的应用。

四、本章应用

1. 简单应用：能举例说明本章核心概念和内涵。
2. 综合应用：能结合理论原理联系实际分析论述，逻辑思维清楚，合理解决实际问题。

五、本章关键问题

教学重点是会谈技术、认知行为疗法和积极心理疗法的概念界定、特点及原则等；教学难点是对会谈技术、认知行为疗法和积极心理疗法的使用。

第六章 学校团体心理辅导

一、学习目的与要求

通过本章的学习应该掌握学校团体心理辅导的方案设计、常用技术及相关的实际操作，了解学校团体辅导的概念、主要理论和发展阶段。

二、课程内容（考试内容）

团体心理辅导的设计、团体心理辅导的发展阶段、团体心理辅导的常用技术。

三、考核知识点和考核要求

1. 识记：（1）团体的概念及要素；（2）团体心理辅导的概念；（3）学校团体心理辅导的类型：结构式团体咨询与非结构式团体咨询、开放式团体咨询与封闭式团体咨询、同质团体咨询与异质团体咨询；（4）欧文·亚隆团体治疗的疗效因子：利他、团体凝聚力、普遍性、人际学习、提高社交技巧、信息传递、宣泄、模仿行为、原生家庭的矫正性重视、重塑希望、存在意识；（5）精神分析团体治疗的基本技术：自由联想、梦的解析、解释；（6）团体心理辅导方案设计的特点：计划的合理性、目标的明确性、计划的实际可行性、过程进行的发展性、团体效果的可评价性；（7）国内团体发展的阶段：定向阶段、冲突阶段、凝聚整合阶段、成效阶段、巩固结束阶段；（8）团体心理辅导的一般技术：反

应技术（倾听、简述语义、反映、澄清、应对提问、摘要）、互动技术（建立关系、解释、联结、催化、阻止、保护、支持、反馈、自我表露、折中、聚焦、引话、运用眼神、观察）、行动技术（起始、询问、面质、调停、示范）；（9）团体讨论的技术：头脑风暴法、问题揭示法、工作分配法、菲利普六六讨论法。

2. 领会：（1）团体的类型：教育团体、讨论团体、任务团体、成长团体、咨询团体、支持团体、自助团体；（2）团体心理辅导的目标；（3）团体心理辅导在学校中的应用：学业问题咨询、适应问题咨询、人际关系咨询、求职择业咨询；（4）团体心理辅导在学校心理健康教育中的作用；（5）团体心理辅导的主要理论：欧文·亚隆的团体心理辅导与心理咨询模式、精神分析团体心理辅导与心理咨询模式、罗杰斯会心团体；（6）团体心理辅导的一般流程：确定活动的目的及活动名称、设计具体的活动方案及程序、甄选团体成员，组成团体、实施活动计划、对活动结果进行总结评估；（7）团体各发展阶段的设计重点：团体初始阶段、团体过渡阶段、团体工作阶段、团体结束阶段；（8）团体方案设计的具体内容：团体名称、团体目标、团体性质、领导者及训练背景、团体对象、时间次数、地点选择、理论依据、参考资料、单元设计及次单元设计；（9）科里的四阶段发展论：创始阶段、过渡阶段、工作阶段、结束阶段；（10）团体发展各个阶段需要注意的问题；（11）团体心理辅导不同阶段的技术：团体成员的构成技术、起始阶段的技术、工作阶段的技术（引导和参与技术、解决问题技术、角色扮演技术、变换形式与体验的技术、及时介入的技术、家庭作业或行动练习）、结束阶段的技术；。

四、本章应用

1. 简单应用：能举例说明本章核心概念和内涵。

2. 综合应用：能结合理论原理联系实际分析论述，逻辑思维清楚，合理解决实际问题。

五、本章关键问题

教学重点是团体心理辅导的概念及发展阶段；教学难点是对团体心理辅导技术的运用。

第七章 学习心理健康教育课程设计与实施

一、学习目的与要求

通过本章的学习应该掌握心理健康教育课程设计的思路和方法,以及心理健康教育课程的实施和组织技术,理解学科教学中渗透心理健康教育的设计思路与方法。

二、课程内容(考试内容)

心理健康教育课程的设计思路与方法、学科教学中渗透心理健康教育的设计思路与方法、心理健康教育课程的教学组织和评价。

三、考核知识点和考核要求

1. 识记: (1) 心理健康教育课程的目标: 发展性目标、预防性目标; (2) 心理健康教育课程的设计原则: 科学性、适宜性、系统性、可操作性、互动性、多样性; (3) 学科教学目标中渗透心理健康教育: 针对性, 符合学生的实际情况、处理好课堂各目标之间的关系; (4) 教学评价: 教学评价的意义(明确认识, 理清思路、及时反馈和调节、共同分享经验、共同激励)、教学评价的途径与方法。

2. 领会: (1) 心理健康教育课程的性质: 以课堂形式为主、以学生为主体、建立在学生心理体验基础上、以互动来实现教育目的; (2) 心理健康教育课程的设计步骤: 课程目标的确定、课程内容的选择、教学形式和方法的选择(认知法、情境体验法、集体讨论法、角色扮演法、行为强化法、心理自述法、榜样引导法)、课程的单元设计; (3) 在学科教学内容、教学技术、教学过程、教学评价中对心理健康教育的渗透; (4) 教学组织: 教学准备、教学进行。

四、本章应用

1. 简单应用: 能举例说明本章核心概念和内涵。

2. 综合应用: 能结合理论原理联系实际分析论述, 逻辑思维清楚, 合理解决实际问题。

五、本章关键问题

教学重点是心理健康教育课程的目标、原则和评价; 教学难点心理健康教育在学科教学中的渗透。

第八章 学校心理健康教育活动方案策划

一、学习目的与要求

通过本章的学习应该掌握学校心理健康教育活动的开展形式和实施途径，理解校园心理健康教育文化的建设途径和方法，了解心理健康教育活动方案的策划理念。

二、课程内容（考试内容）

心理健康教育活动的策划思路与方法、校园心理健康教育文化环境建设的策划、心理主题班会的策划、心理健康教育活动月（周）的策划、校园心理剧的策划。

三、考核知识点和考核要求

1. 识记：（1）心理健康教育活动的定义；（2）活动方案制定的要素：活动主题、活动名称或标题、活动目标、活动内容、活动资源、活动进度；（3）心理健康教育活动的具体组织：准备阶段（营造氛围、物资准备）、实施阶段（竞赛类活动、欣赏类活动、讲座类活动、展览类活动、研讨类活动、体验类活动）、总结阶段（信息作用、借鉴作用、宣传作用、档案作用）；（4）建设校园心理健康教育文化环境的策略：从硬环境着手，充分发挥校园“静态文化”的心理健康教育功能、从软环境着手，充分发挥校园“动态文化”的心理健康教育功能、建设好一支好的教师队伍；（5）心理主题班会的特点：体验性、生成性、学生本位性；（6）心理主题班会的设计：确定班会主题、设定主题活动目标、选择课时和活动开展场地、精心设计班会细节、拟定班会活动程序；（7）心理主题班会的组织：心理主题班会的开展模式、心理主题班会的开展模式；（8）心理健康教育活动月（周）的特征：计划性、规模性、多样性；（9）心理健康教育活动月（周）的策划方法：项目混合法、头脑风暴法；（10）心理健康教育活动月（周）的策划要点：详细的活动安排、地点选择的针对性、活动时间的合理性、斟酌细节、人员分工；（11）校园心理剧的常用技术：角色扮演、角色互换、替身、多重替身、独白、镜观、录像、未来投射、雕塑技术、空椅子技术；（12）校园心理剧的创作手法：悬念、重复、渲染、对比。

2. 领会：（1）心理健康教育活动的主要形式：心理健康教育活动月（周）、学生心理社团、校园心理剧、心理主题班会；（2）心理健康教育活动的开展流

程：策划阶段、准备阶段、实施阶段、总结阶段；（3）活动方案制定时的注意事项；（4）心理主题班会的概述；（5）组织心理主题班会的注意事项：营造真诚，支持的班会气氛、减少、消除班会的负面效应、避免参与表面化、避免活动形式化；（6）心理健康教育活动月（周）的定义及形式；（7）心理健康教育活动月（周）的策划原则；（8）心理健康教育活动月（周）活动的组织；（9）校园心理剧的基本要素：导演、主角、配角、观众、舞台；（10）校园心理剧的创作原则和创作过程；（11）校园心理剧的运用与推广。

四、本章应用

1. 简单应用：能举例说明本章核心概念和内涵。
2. 综合应用：能结合理论原理联系实际分析论述，逻辑思维清楚，合理解决实际问题。

五、本章关键问题

教学重点是心理健康教育活动、文化环境、主题班会的策划；教学难点是心理健康教育活动月（周）的策划、校园心理剧的策划及实施。

第九章 学校心理危机干预技术

一、学习目的与要求

通过本章的学习应该掌握学校常见心理危机的识别、评估与干预方法，了解学校心理危机的类型、特征、预警体系及干预体系的建立。

二、课程内容（考试内容）

心理危机概述、学生常见心理危机的类型与识别、学校心理危机干预的基本技术、学校心理危机预警与干预体系的建立。

三、考核知识点和考核要求

1. 识记：（1）心理危机的定义；（2）心理危机的特征：危险与机遇并存、心理状态失衡、时限性；（3）心理危机的影响因素：个体抗压能力、社会支持系统、应对机制；（4）心理危机的类型：成长性危机、存在性危机、境遇性危机；（5）心理危机的发展阶段：警觉阶段、功能恶化阶段、求助阶段、危机阶段；（6）危机事件发生后的应激反应：侵入性反应、回避性和退缩性反应、生理激起性反应；（7）心理危机的结果：顺利地渡过危机、留下心理创伤、出现

自伤行为、严重心理障碍；（8）心理危机的表现：异常情绪、行为异常、自杀意图的流露；（9）心理危机的识别方法：行为观察法、面谈诊断法、心理测量法；（10）心理危机干预的原则：及时性原则、现实性原则、支持性原则；（11）心理危机；（12）心理危机干预技术：美国红十字会危机干预模式（减压、危机干预、分享报告）、紧急事件晤谈（主要目标、时间限制、实施过程、注意事项）、课堂危机干预模式（定义、主要步骤、主要特点、注意事项）；（13）预警系统的功能：预测和防范心理危机、警示和处理心理危机；（14）预警指标体系：应激源、应激反应、危机易感因素。

2. 领会：（1）学校心理危机的定义；（2）学校心理危机的特点：突发，不可预测、师生心理上的冲击、通用方法无法解决危机；（3）校园心理危机的分类：个体心理危机、群体心理危机；（4）学校常见的心理危机事件；（5）中小学生学习常见的心理危机；（6）大学生常见的心理危机；（7）心理危机干预的主要目的；（8）学校心理危机干预的定义；（9）学校心理危机干预的分类：干预过程分类（预防性干预、引导性干预、维护性干预、发展性干预）、干预形式分类（现场干预、来访性干预、跟踪性干预）；（10）心理危机干预的步骤：确定问题和目标、危机评估（评估功能状态、评估目前所经历的现实压力、评估可利用的资源、评估自杀风险）、给予希望并有计划地实现（寻找可替代方法或途径、拓展可选择的视野、制定计划、不伤害协议）；（11）预警系统的组成：心理健康测量和心理健康档案、学生团队中的“朋辈辅导员”、学校领导团队、学生工作队伍、班主任队伍、学校心理健康教育教师；（12）预警信息监测与评估系统：学校内部系统、学校外部系统；（13）学校心理危机干预应急系统：组织系统、应急系统组成；（14）学校心理危机干预维护系统：组成部分（领导指挥组、专业工作组、心理健康教育系列活动系列）、预案制定（信息收集的程序、准备行动的程序、通告情况的程序、专业工作组行动的程序、与媒体沟通的程序）、学生自杀危机的处理。

四、本章应用

1. 简单应用：能举例说明本章核心概念和内涵。

2. 综合应用：能结合理论原理联系实际分析论述，逻辑思维清楚，合理解决实际问题。

五、本章关键问题

教学重点是学校学生常见心理危机的类型与识别及学校心理危机干预的基本技术；教学难点是学校心理危机预警与干预体系的建立。

IV 有关说明和实施要求

（一）关于考核目标的说明

为使考核内容具体化和考核要求标准化，本大纲在列出课程内容的基础上，对各章规定了考核目标，包括考核知识点和考核要求。明确考核目标，能使自学者进一步明确考核内容和要求，更有目的地系统学习教材；使社会助学者能更全面、更有针对性地分层进行辅导；使考试命题能够更加明确命题范围，更准确地安排试题的知识能力层次和难易度。

本大纲的考核目标，按识记、领会两个层次规定所应达到的能力层次要求。各能力层次的涵义是：

识记：能了解有关的名词、概念和知识的涵义，并能正确认识和表述。

领会：在识记的基础上，能全面把握基本原理和基本知识，掌握有关原理、概念的区别和联系。

（二）关于自学教材

学校心理健康教育课程自学考试指定使用的教材是《学校心理健康教育》（第二版），郑希付 罗品超著，中国人民大学出版社，2022年7月第二版。

（三）自学方法指导

本课程由于内容较多，同时有一定难度，应考者在自学时应注意以下几点：

1. 在学习前，应仔细阅读本课程的考试大纲以及每章的第一部分考核知识点的有关内容。

2. 认真学习考核知识的具体要点和内容，注意各知识点的能力层次要求，以便在学习教材时做到心中有数，有的放矢。

3. 在自学时要注意严格依据考试大纲进行学习，吃透每一个知识点，对基本概念必须深刻理解，基本原理要牢固掌握。

（四）对社会助学者要求

1. 社会助学者应明确本课程的性质与设置要求, 根据本大纲规定的课程内容和考核目标, 把握指定教材的基本内容, 对自学者进行切实有效的辅导, 引导他们掌握正确的学习方法, 防止自学中的各种偏向, 体现社会助学的正确导向。

2. 要正确处理基本原理、基本概念和基本知识同应用能力的关系, 努力引导自学者将基础理论知识转化为认识、分析和解决实际问题的能力, 提高自学者对学校心理健康教育的认识水平。

3. 要正确处理重点和一般的关系。本课程的理论性强, 内容广泛; 自学考试命题的题型多样、覆盖面广。社会助学者应根据这门课程和考试命题的特点, 指导自学者全面系统地学习教材, 掌握全部课程内容和考核目标。在全而辅导的基础上, 突出重点章节和重点问题, 把重点问题和一般问题有机结合起来。

(五) 关于命题考试的若干要求

1. 本课程的命题考试, 应根据本大纲规定的课程内容和考核目标, 来确定考试范围和考核要求; 不要任意扩大或缩小考试范围, 提高或降低考核要求。考试命题要覆盖本大纲的第一章到第八章的内容, 并适当突出重点章节, 体现本课程的基本内容。

2. 试卷对能力层次的要求应结构合理。对不同能力层次要求的分数比例, 一般为: 识记 40%, 领会 30%, 应用 30% 。

3. 要合理安排试卷的难度结构。试题的难度分为易、较易、较难、难四等。每份试卷中, 四种难易度试题的分数比例一般以 2:3:3:2。试题的难易度与能力层次不同, 在各个能力层次中, 都可有难易度不同的试题。

4. 本课程考试试卷的题型, 一般有: 单项选择题、填空题、名词解释、简答题、论述题等。

5. 本课程考试时间为 150 分钟, 试题量应以中等水平的自学者的规定时间内答完全部试题为度。

6. 考试形式: 闭卷(笔试)。

附录: 考试题型

一、 单项选择题

1. 学校心理健康教育的对象目标是 ()
 - A. 认知教育目标
 - B. 情感教育目标
 - C. 教育者目标
 - D. 个性教育目标

2. 学校心理辅导室建设的原则 ()
 - A. 生本性
 - B. 系统性
 - C. 教育性
 - D. 客观性

二、填空题

1. 一般而言, 学生心理档案在学生毕业离校_____年后可以给予销毁。
2. _____是第一个倡导心理测验的人。

三、名词解释

1. CIPP 评价模式
2. 学业评估

四、简答题

1. 简述学校心理评估的基本原则。
2. 简述认知疗法的一般过程。

五、论述题

1. 试论在学校中, 团体心理辅导有哪些方面的应用。
2. 试论心理健康教育课程的特点。

V 关于大纲的说明与考核实施要求

一、自学考试大纲的目的和作用

自考课程考试大纲是根据专业计划的要求, 结合自学考试的特点, 以纲要的形式明确课程学习与考试的内容和范围, 规定课程考试标准并使考核要求具体化的文件, 是指导个人自学、社会助学、课程考试命题、编写教材的依据。

课程自学考试大纲是为了帮助自学者通览教材, 详细了解考试的内容、类别和各个知识点分布分值, 以便合理分配复习的时间。

二、课程自学考试大纲与教材的关系

课程自学考试大纲是进行学习和考核的依据, 教材是学习掌握课程知识的基本内容与范围, 教材的内容是大纲所规定的课程知识和内容的扩展与发挥。课程

内容在教材中可以体现一定的深度或难度。

自考教材都是全国自考办指定的教材，一般考试大纲都是根据指定教材来出的，所以教材一定不能买错。自考教材一般在每次考试前发布考试安排与计划时同时公布各科目的指定教材，考生在选购时根据自考办发布的各课程的代码、主编、版本号等信息进行选购就可以了。

三、关于自学教材

《学校心理健康教育》（第2版），郑希付 罗品超著，中国人民大学出版社，2022年版。

四、关于自学要求和自学方法的指导

本大纲的课程基本要求是依据专业考试计划和专业培养目标而确定的。课程基本要求还明确了课程的基本内容，以及对基本内容掌握的程度。基本要求中的知识点构成了课程内容的主体部分。因此，课程基本内容掌握程度、课程考核知识点是高等教育自学考试考核的主要内容。

为有效地指导个人自学和社会助学，本大纲已指明了课程的重点和难点，在章节的基本要求中一般也指明了章节内容的重点和难点。

根据学习对象成人在职业业余自学的情况，作者可结合自己或他人的教学经验和体会，提出几点具有规律性或代表性的学习方法，并结合本专业的要求、本课程的特点可具体适当展开写出，以便更好地指导考生如何进行自学。

五、应考指导

1. 了解考试结构

在开始学习之前，确保你对考试的结构和要求有清晰的了解。这包括考试的时间限制、题型和分值分布等信息。

2. 制定学习计划

根据考试内容和你的时间安排，制定一个详细的学习计划。将学习时间分配给各个主题或章节，并设立具体目标和截止日期。

3. 寻找合适的学习资源

寻找与考试相关的教材、参考书籍、在线课程、培训视频等学习资源。选择与你的学习风格和需求相匹配的资源，并利用它们来增强你的理解和记忆。

4. 主动参与学习

积极主动地参与学习过程，例如做课后习题、解决实际问题、参加讨论小组等。通过实践和应用知识，可以更好地掌握考试所需的概念和技能。

5. 制作复习笔记和总结

在学习过程中，制作复习笔记和总结是很有帮助的。将关键概念、公式、定义和重要事实整理成简洁明了的笔记，方便你在复习时回顾。

6. 做模拟考试和练习题

通过做模拟考试和练习题，可以熟悉考试的题型和时间限制，同时检验自己的理解和掌握程度。根据评估结果，找出自己薄弱的环节，并有针对性地加以提高。

7. 寻求帮助和反馈

如果你在学习过程中遇到困难或有疑问，不要犹豫寻求帮助。可以向老师、导师、同学或在线学习社区请教，获取反馈和指导，以便改进你的学习方法和策略。

8. 保持积极心态和坚持努力

自学考试需要自律和毅力。保持积极的学习心态，相信自己的能力，坚持按照学习计划进行学习。记住，持之以恒是取得成功的关键。

六、对社会助学的要求

要针对重点章、次重点章和一般章节分别提出自学或助学的基本学时建议和要求（如在章节后面已有，这里也可不再阐述），在助学活动中应注意的问题。要强调注意正确引导、把握好助学方向，正确处理学习知识和提高能力的关系。

七、对考核内容的说明

1. 本课程要求考生学习和掌握的知识点内容都作为考核的内容。课程中各章的内容均由若干知识点组成，在自学考试中成为考核知识点。因此，课程自学考试大纲中所规定的考试内容是以分解为考核知识点的方式给出的。由于各知识点在课程中的地位、作用以及知识自身的特点不同，自学考试将对各知识点分别按四个认知（或叫能力）层次确定其考核要求。

2. 在考试之日起 6 个月前，由全国人民代表大会和国务院颁布或修订的心理、法规都将列入相应课程的考试范围。凡大纲、教材内容与现行心理、法规不符的，应以现行心理法规为准。命题时也会对我国经济建设和科技文化发展的重

大方针政策的变化予以体现。

3. 按照重要性程度不同，考核内容分为重点内容、次重点内容、一般内容，在本课程试卷中对不同考核内容要求的分数比例大致为：重点内容占 60%，次重点内容占 30%，一般内容占 10%。

八、关于考试命题的若干规定

1. 指出考试的方法，考试时间的长度。对本课程考试要携带必要的工具等，应作出明确具体的规定。

2. 本大纲各章所规定的基本要求、知识点及知识点下的知识细目，都属于考核的内容。考试命题既要覆盖到章，又要避免面面俱到。要注意突出课程的重点、章节重点，加大重点内容的覆盖度。

3. 命题不应有超出大纲中考核知识点范围的题，考核目标不得高于大纲中所规定的相应的最高能力层次要求。命题应着重考核自学者对基本概念、基本知识和基本理论是否了解或掌握，对基本方法是否会用或熟练。不应出与基本要求不符的偏题或怪题。

4. 本课程在试卷中对不同能力层次要求的分数比例大致为：识记占 20%，领会占 30%，简单应用占 30%，综合应用占 20%（注：不同专业、不同课程在具体规定上可有所区别）。

5. 要合理安排试题的难易程度，试题的难度可分为：易、较易、较难和难四个等级。每份试卷中不同难度试题的分数比例一般为：2:3:3:。

6. 必须注意试题的难易程度与能力层次有一定的联系，但二者不是等同的概念。在各个能力层次中对于不同的考生都存在着不同的难度。在大纲中要特别强调这个问题，应告诫考生切勿混淆。

7. 课程考试命题的主要题型一般有单项选择题、多项选择题、填空题、名词解释题、简答题、计算题、应用题、论述题、案例分析等题型（一般不使用判断题）。请作者确定好本课程所适用的题型，并注意留有余地。

在命题工作中必须按照本课程大纲中所规定的题型命制，考试试卷使用的题型可以略少，但不能超出本课程对题型规定。