杭州市政苑小学秋季返校心理危机干预工作方案

为科学应对2021秋季返校，做好疫情常态下我校师生的心理防护和心理危机干预工作，及时控制学生中可能出现的疫情心理危机事件，根据省、市相关文件要求，结合我校实际情况，特制定本方案。

一、指导思想

以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，认真贯彻执行党中央对疫情防控作出的重要讲话精神和教育部部署教育系统开展疫情防控相关心理危机干预工作的通知精神，教育为主，重在预防，及时干预，维护广大师生的心理健康。

二、组织保障

成立学校疫情心理防护和危机干预领导小组，在疫情防控期间进行疫情应对的部署与规划，开展心理干预指导工作，督促各系部认真履行并完成心理危机干预工作。建立三级疫情心理防护和干预工作网络机制，全员参与，形成合力。

组 长：叶婷

副组长：陶洁、王生祥、沈洁

组 员：谢晨宇、许海燕、别旭阳、苏峰、袁建民、贾莹、各年级组组长、各班班主任

领导小组主要职责：

1.全面领导学校师生心理危机干预工作，对重大危机事件作出决策处理；

2.参加上级相关工作会议并做好落实；

3.执行学校疫情防控相关工作；

4.监督执行工作纪律，督导检查学生心理危机干预工作的落实；

5.做好相关文字记录，形成档案。

三、工作目标

（一）通过学校传染病防控心理健康知识的教育和宣传，加强学生对传染病防控的了解与认知，提高承受挫折的能力和情绪调节能力，为应对传染病防控做好准备。

（二）通过心理辅导和咨询等支持性干预，对由于传染病危机导致不良情绪的学生进行心理疏导，引导学生积极主动面对传染病，尽快恢复心理平衡。

四、工作目标人群

学校干预对象重点为第四级人群：受秋冬季学校传染病防控（特别是新冠疫情）措施影响的相关人群、易感人群、普通公众。

将存在心理危机倾向与处于心理危机状态的师生列入心理危机关注与干预的对象。

通过四个方面进行鉴别：

1.情绪方面：情绪起伏波动性较大，常处于焦虑恐慌当中，影响日常生活；

2.认知方面：过度灾难化思维，无法采用正常性思维积极思考，悲观消极；

3.行为方面：出现逃避退缩倾向，逃避做事情或者与他人发生肢体冲突等行为方面的改变；

4.躯体方面：出现失眠、胃痛、腹泻等躯体症状，并排除其他器质性病变。

五、具体实施

（一）疫情心理防护知识的宣传

学校利用钉钉工作群、学校公众号等媒介进行疫情心理防护知识的宣传教育，介绍情绪疏泄和心理防护的方法，引导学生理性看待疫情，以平和的心态面对疫情。

（二）开展网络疫情心理辅导和心理咨询服务

1.服从政府的领导安排，顾全大局，按照科学的方法做好个人健康防护，从身体和心理层面照顾好自己和家人；在西湖区教育局、西湖区教育研究院的领导下，积极报名参加疫情心理健康服务，开展力所能及的心理健康咨询工作。  
 2.推动学校高度重视学生心理干预与辅导，建立辅导团队，积极关注学生疫情及其心理状态，全面收集相关信息，正确应对学生可能出现的不良心理状态。  
 3.利用西湖区”和谐心“热线团队，帮助学生、家长进行心理疏导、亲子辅导等工作，通过热线、网络等各种途径减缓家长、学生们的焦虑、烦躁等情绪。  
 4.利用互联网技术手段，开设家长“云心理讲座”、“云家长沙龙”活动，对家长进行有针对性的亲子沟通辅导，让经过一个暑假后的家长和孩子能更好地沟通，促进亲子关系更加和谐。

5.对各年级学生进行问卷调查、了解学生心理健康，并根据具体情况及时做好相关心理辅导工作，对高危学生进行逐一进行电话排查和一对一心理咨询。

6.针对全体教职工开展传染病防控心理辅导和危机干预培训，建立全员教职工参与的心理辅导体系。

（三）启动我校心理危机预防和干预工作机制

根据《 杭州市政苑小学关于中小学心理危机干预及预防工作实施方案》，一旦出现疫情所致学生心理危机事件即刻进行干预。相关部门或单位认真履行危机干预工作的职责，为疫情危机事件的处理做出科学决策。

（四）做好开学后学生的心理辅导和咨询工作

密切关注假期后学生的心理健康，做好跟踪回访，根据不同情况做好心理支持服务，减轻心理伤害，促进校园和谐稳定。

我校将在上级教育行政部门指导下，迅速安排部署，抓好组织落实，以减轻疫情所致的心理伤害、促进社会稳定为前提，做好传染病防控期间的心理咨询与危机干预工作。并根据疫情防控工作的推进情况，及时调整心理咨询服务与危机干预工作重点。

杭州市政苑小学

2021年8月