



证道心理

危机干预的六步骤模型

第三讲

Janet Lee Bachant PhD

Zheng Dao Center

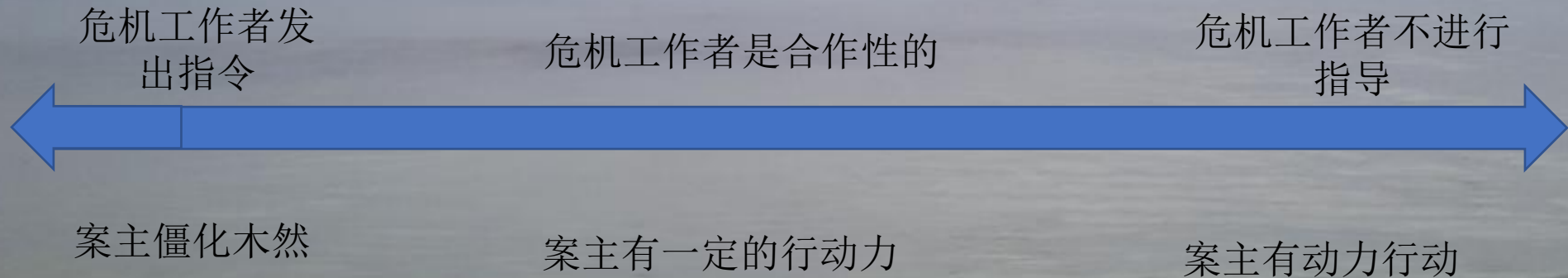
证道心理

危机工作者的行动连续谱



证道心理

(James 2008)



阈值因人而异，取决于对案主行动力/僵化程度的实际评估



- 所有案主都处在行动力的连续谱上
- 案主越是僵化木然，危机工作者就必须有越多的指令
- 理想情况下，我们希望与案主合作性的工作
- 为了确定我们和案主沟通时的积极主动的程度，我们需要有效、现实地评估案主的行动性/僵化程度。



开放式与封闭式问题

为了对处于危机中的人进行分流，我们需要区分开放式和封闭式问题

封闭式问题

- 用于早期获取详细信息，快速评估
- 要求提供具体信息，通常可以以是或否来回答
- 价值在于获得行动的承诺
- 避免负面的质问

开放式问题

- 获得更全面、更有意义的回答
- 请求加以描述
- 聚焦于计划
- 避免“为什么”的问题
- 理想的选择是开放式和封闭式问题相结合



分流评估的ABC原则 (Myer 2001; James, 2008)



使用 1到10 的量表，对情感（A）、行为（B）和认知功能（C）进行评分

情感状态

- 情感状态往往是出现混乱和平衡被打破的第一个迹象
- 通过帮助案主以适当和现实的方式表达情感，促进恢复情绪的平衡
- 关心、有希望和同情的倾听是核心

分流评估的ABC原则



证道心理

行为功能

- 符合情境的积极主动的参与，有助于消除无助感
- 帮助案主采取可以立即开展的积极行动
- 僵化木然的案主可能无法发起独立行动，尽管这符合他们的最佳利益
- 异常、冲动行为 = 高风险

分流评估的ABC原则



证道心理

认知功能

- 案主的思考是否现实和连贯？
- 是否有灾难化思维？
- 案主是否合理化、夸大或相信半真半假的信息或谣言？
- 案主的想法是否不合理？僵化？
- 面对危机是否恶化了案主在精神健康方面已有的问题？

与处在危机中的儿童工作时的考量



证道心理

- 我们与处于危机中的儿童建立联结的方式与成人大致相同
- 但也有一些重要的区别
- 儿童使用游戏的语言和他们想象中的比喻来表达。
- 主要应该是描绘和讲述他们的故事

确保儿童安全



证道心理

- 儿童依靠成人来保障他们的安全
- 情感、想象和幻想在他们的心理功能中起着更大的作用
- 以符合年龄的方式和他们说话
- 小孩子需要简单的解释与熟悉的概念
- 警惕非理性内疚的可能性
- 给他们一些他们可以主动做的事情来对抗无助和失控的感觉

倾听儿童



证道心理

- 倾听在儿童工作中尤其重要
- 倾听，并以隐喻、象征和身体的方式提供支持
- 倾听并询问儿童的感受
- 儿童可能需要一个成年人来见证他们的体验，允许他们感受自己的感受
- 直接与儿童谈论正在发生的事情，而不是让他们从电视或媒体那里获得信息
- 示范健康的应对技能

对处于危机中的儿童采取的行动



证道心理

- 示范健康的应对技能
- 私下处理自己的问题，因此你有资源留给儿童
- 但是不要认为你需要一直隐藏自己痛苦的迹象
- 帮助儿童尽快恢复正常生活
- 儿童需要时间和机会来讲述他们的故事，往往还需要养育者的理解，用以处理他们在危机中可能遭受的恐惧、幻想和丧失
- 腾出时间来玩耍——游戏可以增强力量和韧性

Bibliography (全课程) 参考文献



证道心理

- Bachant, J.L. (2019). *Exploring the Landscape of the Mind: An Introduction to Psychodynamic Therapy*. New York: International Psychoanalytic Press.
- Benveniste, Daniel (2019) Crisis Intervention after Major Disasters. Presented to the Wuhan, China Psychotherapy Training Program April 2019.
- Carkhuff, R.R., and Berenson, B. G. (1977) *Beyond counseling and therapy* (2nd ed.). New York: Holt, Rinehart & Winston.
- Cohen, S. (2004). Social relationships and health. *American Psychologist*, 59, 676-684.
- Ehly, S. (1986). *Crisis intervention handbook*. Washington , D.C.: National Association of School Psychologists.
- Gilliand, B.E. and James, R.K. (1998). *Theories and Strategies in counseling and psychotherapy* (4th ed.), Boston: Allyn & Bacon.
- James, R. K. (2008). *Crisis Intervention Strategies*. Belmont, CA: Brooks/Cole Cengage Learning.
- Myer, R.A. (2001). *Assessment for crisis intervention: A triage assessment model*. Belmont, CA: Thomson Brooks/Cole.
- Mercy Corps (2020). <https://www.mercycorps.org/blog/tips-helping-children-through-crisis>
- Prengler, A.S. The Stories of Ernesto, in Benveniste, D. et al. (1999). *Stories of the Flood*.
- Schneidman, E.S., Farberow, N.L., & Litman, R.E. (1976). *The psychology of suicide*. New York: Aronson.
- Stevens, B.A. and Ellerbrock, L. S. (1995). *Crisis Intervention: An Opportunity to Change*. ERIC Digest. EDO-CG-95-34

证道心理近期精彩课程

扫描二维码了解详情



**关系创伤的动力学治疗
临床全过程及操作技术指导**

Janet Bachant

创伤治疗顶尖专家

纽约精神分析中心督导师

纽约灾难咨询联合会主席



**主体间心理治疗
理论与个案演示十二讲**

Peter Buirski

主体间学派临床大家

45年心理治疗与教学经验

丹佛大学心理学研究生院荣誉院长

《主体间性心理治疗》作者