

毕业年级学生心理普测访谈提纲

一、开场白

同学你好，你是xxx吗？欢迎你参加这次访谈。我们随机邀请部分毕业生前来，是想通过这种方式了解我院毕业生在即将走出校园、走进社会这个重大人生转变时期的心理适应情况。我会问你几个问题，请根据你的实际情况简要回答。强调一下，这不是考试，请你不要有顾虑。这也不是心理咨询，如果你有什么需要帮助的，可以去寻求学院老师的成长辅导，或者预约学校的心理咨询。（不刻意强调保密）

二、提问参考提纲

（一）适应情况

1. 你毕业准备得怎么样了？现在预计可以顺利毕业吗？对大学毕业之后有什么期待吗？有什么设想吗？有什么规划吗？/……——是否适应，有无目标否；对于规划你的生活，你遇到什么困惑了吗？

2. 你的一天通常是怎么度过的？——生活规划（能否为目标而努力）

如果说是玩游戏、刷短视频等，每天大概花多长时间？有没有影响到毕业和生活？

3. 给自己到目前为止的大学生活打分，如果总分是10分的话，你给自己打多少分？

如果分数很低，可以询问哪些地方不够满意。

4. 在做你自己规划的事情时有遇到什么困难吗？……——未来社会适应有：能不能具体说说？

（二）睡眠、饮食、躯体感受方面

5. 最近睡眠情况怎么样？（注重变化比较）

6. 食欲怎么样？（注重变化比较）

7. 身体有不舒服的感觉吗？（躯体感受）

（三）情绪状态

8. 你的情绪状况如何？心情不佳时，你会怎么办？——情绪情感

9. 能具体说说那段时间发生了什么吗？你是如何调节的？效果怎么样？

10. 在你很难过的时候你曾经有过结束自己生命的念头吗？——自杀风险评估

有：是什么情况？能请你具体说一说吗？近期你有过结束自己生命的想法吗？

有：频率怎样？是否有计划？是否会主动求助？求助与不求助的理由分别是什么？曾经尝试过自杀吗？（这几个问题均需要进一步具体化）

(四) 人际关系

11. 与同学、导师的关系怎么样？沟通得多吗？平时会和其他朋友联系吗？有遇到什么困难吗？/……——人际关系

不佳：不佳到什么程度？你是怎么看待你们之间的关系的？

12. 你多久跟家里联系一次？——亲子关系

你们通常是谁先联系对方的呢？你有情绪时往往跟谁倾诉呢？在你遇到困难时，会考虑找谁帮你呢？

13. 你从小到大跟谁一起生活？爸爸妈妈住在一起吗？——有无留守经历
否：什么时候、什么原因分开了呢？对于那段时间，你有什么样的记忆？

14. 家里有几个兄弟姐妹？跟他们的关系怎么样？如果让你给家庭氛围打个分，10分是你感觉特别满意，0分是感到非常不满意，你会打多少分？——家庭氛围

(五) 疾病症状等其他：

15. 在你过去的生活中，哪些事件对你的影响比较大？——有无重大生活事件

正性事件：听起来你的生活还不错，记忆中都是一些很美好的事情。

负性事件：你现在如何看待这些事件？它们对你有什么影响？

生活中还有哪些事对你有比较大的影响？

16. 以前做过心理咨询吗？有没有过服药经历？有没有去医院就诊过（根据该生面谈情况酌情提问）

17. 你周围有没有需要帮助的同学？

三、如何回应

1. 先回应情绪：表示理解、包容，给予鼓励、支持，不评价、不指责。

2. 合理化（如提及自杀话题，如果发生在大学期间，可以告诉学生：在人生漫长的过程中，可能会有一些时候有消极的想法，这很正常，下次尝试找个人说说，或者接受心理咨询，能够帮助到你。如果最近出现自杀意念、计划、行为

或频繁自伤行为，需报告学院启动危机干预)。

3. 给予具体建议。

4. 提供成长辅导、心理咨询、就医指导。

四、总结

“今天很高兴跟你面谈，感谢你的信任，让我了解了你的一些状况，由于时间关系，我了解得还很有限。总体来说你目前的状况……也有些地方不太满意……”

然后就他的情况提出建议，可以是规划好未来发展，也可以是就某个方面提出建议，也可以就某方面建议到心理咨询室进行咨询，也可以是表达祝福，也可以是鼓励学生多关注自我健康和心理健康方面的知识，增强学生求助意识。