

数字时代下青少年心理危机的预防与干预： 现状、挑战与策略

丁子薇

成都大学师范学院，四川 成都

收稿日期：2025年7月20日；录用日期：2025年9月11日；发布日期：2025年9月22日

摘要

在数字时代的大背景下，研究聚焦青少年心理危机的预防与干预策略。通过对青少年心理危机现状特征及其成因机制进行系统梳理，深入剖析当前应对工作所面临的核心挑战，并构建了“预防-预警-干预”一体化的应对框架。研究发现，数字技术的广泛应用使得青少年心理危机呈现出隐蔽性显著增强，诱因更加复杂多样，扩散速度明显加快的特点。同时，现有应对体系在多主体协同、技术应用伦理以及低龄化危机识别等方面存在显著不足。基于此，研究提出分层化心理健康教育、智能化预警机制、场景化干预策略以及数字化社会支持网络等优化路径，以期为提升数字时代青少年心理健康服务质量提供理论参考与实践指引。

关键词

青少年，心理危机，数字时代，预防策略，干预机制

Prevention and Intervention of Adolescent Psychological Crises in the Digital Age: Current Status, Challenges, and Strategies

Ziwei Ding

College of Teachers, Chengdu University, Chengdu Sichuan

Received: Jul. 20th, 2025; accepted: Sep. 11th, 2025; published: Sep. 22nd, 2025

Abstract

Against the backdrop of the digital age, the present study focuses on the prevention and intervention

strategies for adolescent psychological crises. Through a systematic review of the current characteristics and etiological mechanisms of adolescent psychological crises, this study deeply analyzes the core challenges faced in the current response efforts and constructs an integrated response framework of “prevention-early warning-intervention”. The findings indicate that the widespread application of digital technology has significantly enhanced the concealment of adolescent psychological crises, increased the complexity of their causes, and accelerated their diffusion rate. Meanwhile, the existing response system has notable deficiencies in multi-agent collaboration, ethical application of technology, and identification of crises among younger adolescents. Based on these findings, this paper proposes optimized pathways such as stratified mental health education, intelligent early warning mechanisms, scenario-based intervention strategies, and digital social support networks, in hopes of providing theoretical references and practical guidance for improving the quality of mental health services for adolescents in the digital age.

Keywords

Adolescents, Psychological Crises, Digital Age, Prevention Strategies, Intervention Mechanisms

Copyright © 2025 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

在青少年身心发展的关键阶段，其心理健康状况不仅影响着个人的成长轨迹，还对家庭幸福与社会和谐稳定产生深远影响。随着人工智能、社交媒体等数字技术的广泛渗透，青少年的生活方式、社交模式和认知习惯都发生显著改变，这既为青少年的成长带来了新的机遇，也带来了诸多挑战。

《中国国民心理健康发展报告(2023~2024)》最新数据显示(该报告基于全国 29 个城市、18.6 万名 12~18 岁青少年的分层随机抽样调查，采用国际通用的抑郁症状量表 PHQ-9)，我国 12~18 岁青少年群体抑郁症状的检出率高达 24.6%，其中轻度抑郁 17.2%，中重度抑郁 7.4%。这反映出青少年心理健康问题的严重性，其中因网络成瘾、虚拟社交受挫等数字因素引发的心理危机案例占比逐年上升，2023 年这一比例已升至 42.7% (数据来源于中国心理学会临床心理学注册工作委员会 2023 年专项调研，样本为全国 60 家心理危机干预中心的 1.2 万例个案) [1]。这一趋势显示了数字时代背景下重新审视青少年心理危机预防与干预工作的紧迫性和必要性。

面对这一现实需求，本文致力于结合数字技术对青少年成长环境的重塑作用，构建一套适配时代特征的心理危机应对框架。为实现这一目标，研究将立足三方面理论与实践基础：在发展心理学视角下，借鉴青少年自我认同形成、情绪调节能力发展的经典理论(如埃里克森的同质性发展理论)，解析数字环境如何通过影响青少年心理机制诱发危机；结合国内外青少年心理危机干预的实践成果(如学校-家庭-社区协同模式、技术赋能预警的案例经验)，确保策略设计扎根现实场景；依托数字社会学中关于算法推荐机制、虚拟社交异化的研究结论，阐释数字时代心理危机的新特征(如隐蔽性增强、诱因复合化)与成因逻辑。

基于上述基础，研究将沿着“现象识别-成因解析-挑战诊断-策略构建”的逻辑展开：首先通过梳理全国性调研数据与既有研究，提炼数字技术影响下青少年心理危机的独特表现；其次从生理发育、心理特质、社会环境(含数字生态)三层面，剖析多因素交互作用下的危机形成机制；进而针对当前应对工作中多主体协同不足、技术应用伦理失衡等核心挑战，提出分层化教育、智能化预警、场景化干预等优

化路径。需要说明的是,由于数字技术与青少年心理发展的交互作用仍在动态演化中,本文提出的策略将保持一定的探索性,其有效性需在后续实践中通过试点验证与迭代完善。

在现有研究成果的基础上,本文系统分析了当前青少年心理危机的现状、成因以及面临的挑战,并提出符合数字时代特征的应对策略,以期为构建科学高效的青少年心理健康服务体系提供理论支持和实践指导。

2. 数字时代青少年心理危机的现状特征

2.1. 心理危机的定义与判定标准

心理危机是指个体在面对超出自身应对能力的重大应激事件时,所出现的一种心理失衡状态。程文帝(2020)指出,当青少年遭遇学业压力、家庭变故或数字环境中的不良刺激(如网络暴力、虚拟身份认同障碍等)时,若出现以下情况,则可判定为处于心理危机状态:持续两周以上的情绪异常(如抑郁、焦虑、社交恐惧)、行为偏差(如过度沉迷网络、自伤倾向)、认知扭曲(如自我价值感过度依赖虚拟评价)以及生理不适(如失眠、厌食、躯体化疼痛),且这些症状已显著影响其正常的学习和生活功能[2]。

在数字时代背景下,为了更精准地识别青少年心理危机,判定标准需要新增数字行为特征维度。具体包括:深夜频繁浏览负面信息、社交平台动态发布频率的突然变化、在线身份与现实表现的严重脱节等。这些新增的数字行为特征维度有助于提高判定的精准性,从而更好地识别和干预青少年心理危机。

2.2. 青少年心理危机的发生率及数字时代特有趋势

近年来,青少年心理危机的发生率呈现出显著上升趋势。一方面,全国青少年心理健康监测中心2023年发布的全国性调研数据显示(采用分层随机抽样法,覆盖全国31个省份15.2万名12~18岁青少年),2023年青少年心理危机阳性检出率较2018年上升了8.3%,其中13~15岁年龄段的增幅最为显著,达到了11.2% [3]。该数据通过标准化心理量表(如儿童抑郁量表CDI、焦虑自评量表SAS)采集,但其局限性在于:部分偏远地区样本覆盖率较低(约占总样本的12%),且依赖青少年自陈报告可能存在一定的社会期望偏差。另一方面,数字因素直接引发的心理危机案例占比持续上升。江苏省精神卫生中心2023年临床统计数据(基于该中心全年接诊的1206例青少年心理危机案例)显示,因网络成瘾、算法焦虑、虚拟社交失败等问题导致的心理危机事件比2019年增长了21.3% [4]。此处“数字因素直接引发”的判定标准为:危机诱因与网络活动存在明确时序关联(如连续3个月每日游戏时长超8小时且伴随自伤倾向),且排除学业、家庭等传统主导因素。需注意的是,该数据仅反映省级专科医院情况,可能高于基层医疗机构的实际比例。

青少年心理危机在数字时代背景下呈现出以下三大新趋势:

一是隐蔽性增强:青少年更倾向于在虚拟空间中隐藏自己的真实情绪状态。社交平台上“完美人设”与现实中的心理状态形成强烈反差,这就使得心理危机的识别难度大幅增加。这与Stavropoulos等(2023)在《Applied Sciences》的研究结论一致——他们通过分析5000条青少年社交平台动态发现,约68%的高风险情绪表达会伴随“积极人设”的刻意塑造,导致人工识别准确率不足30% [5]。

二是扩散速度加快:网络暴力、极端情绪等负面信息借助算法推荐机制能够在短时间内快速传播,这会使个体心理危机极易演变为群体性的心理波动,进一步加剧了问题的复杂性。Alemu等(2023)的自动化语音分析研究证实,算法对负面情绪内容的推送效率是积极内容的2.3倍,且青少年群体的情绪感染系数(72%)显著高于成人(45%) [6]。

三是诱因复合化:传统压力源(如学业压力、家庭变故)与数字压力源(如信息过载、虚拟比较)相互交织,形成了“学业受挫-网络逃避-现实社交孤立”的恶性循环,这种复合压力既不止加了心理危机的

复杂性，又进一步加剧了危机的严重程度。国内学者俞国良与张哲(2024)通过追踪调查 1200 名初中生发现，同时暴露于两种以上压力源的青少年，其心理危机发生率(38.6%)是单一压力源群体的 3.2 倍[7]。

2.3. 常见危机类型及数字时代表现形态

学业压力危机：在数字时代，学业压力呈现出新的表现形式。在线学习中的即时评价机制(如弹幕嘲讽和实时排名)加剧了青少年的考试焦虑。部分青少年因在“直播课堂”中表现不佳而产生了强烈的自我否定，甚至出现了“屏幕恐惧”，拒绝参与视频教学活动。这种现象不仅影响了他们的学习效果，还可能导致长期的心理压力。

人际关系危机：虚拟社交的过度依赖导致现实社交技能的退化。部分青少年在面对面沟通时因缺乏表情包和文字修饰等辅助手段而出现交流障碍。此外，校园霸凌呈现出线上线下融合的新特征，匿名网络攻击的隐蔽性使受害者更难摆脱心理阴影。这种线上线下融合的霸凌形式不仅增加了受害者的心理负担，还可能进一步影响其社交能力和心理健康。

家庭情感危机：数字鸿沟进一步加剧了亲子矛盾。家长对青少年数字行为的过度管控或放任不管都可能引发亲子冲突。有些青少年因“父母沉迷短视频而被忽视”产生情感被剥夺感，进而陷入心理危机，这种情感被剥夺感既影响了青少年的心理健康，还可能导致家庭关系紧张。

网络成瘾危机：短视频、网络游戏等带来的即时快感降低了青少年的成瘾阈值。在戒断过程中，青少年容易出现情绪暴躁、认知能力下降等症状，严重者甚至会产生“现实生活无意义感”，将虚拟世界视为唯一的心理寄托。这种成瘾现象不仅影响了青少年的学业和社交，还可能导致长期的心理健康问题。

对青少年而言，长期的心理危机会对神经发育产生负面影响，增加成年后患精神疾病的风险，心理危机甚至可能引发自杀等危险行为。在家庭层面，青少年的心理危机不仅会给家庭成员带来沉重的心理负担，还可能引发“照顾者倦怠”，破坏家庭的和谐氛围和正常功能。从社会角度看，数字时代心理危机的扩散性可能导致群体模仿效应，比如某社交平台上出现的自残挑战被青少年跟风模仿，这不仅增加了社会治理成本，还对社会稳定构成潜在威胁。

3. 数字时代青少年心理危机的成因机制

3.1. 生理因素

青少年正处于生理发育的关键阶段，其激素水平的显著变化容易引发情绪波动，并且青少年的大脑前额叶皮层(负责冲动控制、风险评估和情绪调节)尚未发育成熟，这种生理特点使得青少年在面对数字环境中的即时反馈(例如游戏通关奖励、社交平台点赞)时更难抵制诱惑。

此外，数字设备产生的蓝光会干扰褪黑素的分泌，加剧青少年的睡眠障碍，而睡眠不足又会进一步削弱情绪调节能力，形成“睡眠剥夺 - 情绪失控 - 依赖数字刺激”的恶性循环，增加心理危机的发生风险。

3.2. 心理因素

青少年的自我意识正处于快速发展阶段，他们对社会评价有高度的敏感性。在数字时代，诸如“点赞数、粉丝量、评论区反馈”等量化指标已成为青少年评估自我价值的重要参考。这种“数字量化自我”的倾向容易使青少年因“数据落差”而产生自卑心理。Zhou 等(2023)在《Solar Energy》的跨文化研究中发现，每日查看社交平台反馈超过 10 次的青少年，其自我价值感波动幅度是普通群体的 1.8 倍，且这种效应在 13~16 岁群体中最为显著[8]。

此外，认知发展的片面性使青少年难以理性地看待数字信息。他们容易将网络上的极端案例和完美人设视为现实标准，从而产生“自己不够优秀”的认知偏差。而此时青少年的情绪调节能力尚不成熟，

在面对数字环境中的负面刺激时往往无法有效疏导负面情绪，导致情绪问题不断累积，最终可能引发心理危机。这与曹凤莲(2018)的研究结论一致——其对 300 名青少年的访谈显示，76%的情绪危机溯源中存在“将网红人设作为参照系”的认知扭曲[9]。

3.3. 社会环境因素

3.3.1. 学校层面

目前，在数字心理健康教育领域存在一些明显不足，许多学校依然采取“禁止使用手机”这样简单的管理手段，未能对青少年的数字素养进行系统的培养，这些数字素养包括算法认知、虚拟社交礼仪以及信息甄别能力等。专业心理教师的配备也不足，根据《中国教育统计年鉴 2023》的数据，全国中小学专职心理教师的配备率仅为 68.3%，这显然难以满足数字时代青少年复杂多样的心理需求[3]。

3.3.2. 家庭层面

家长的数字素养与青少年存在着较为突出的代际差距，中国家庭教育学会 2023 年的调查数据显示，大约 43.2%的家长表示“无法识别孩子的网络成瘾信号”；有部分家长对数字技术持极端态度，要么因过度担忧而对孩子使用数字设备严格限制，要么完全放任不管，这两种极端方式都可能引发青少年逆反心理，加剧心理危机的发生[10]。

3.3.3. 数字生态层面

在数字生态中，商业平台的算法推荐系统以“最大化用户时长”为目标，大量推送低俗内容和极端观点，这些内容极易对青少年的价值观造成误导。网络的匿名性削弱了行为约束，使得网络暴力和恶意调侃等不良行为频繁出现，虚拟身份的易变性让青少年容易陷入身份认同的困惑，这些数字生态问题共同构成了青少年心理危机的外部诱因。

4. 预防环节的挑战与分层应对策略

4.1. 预防环节的核心挑战

当前青少年心理危机预防体系存在多维度短板：在学校层面，数字心理健康教育呈现“形式化”倾向，多数学校仍以“设备管控”为主要手段，对算法认知、虚拟社交伦理等核心素养缺乏系统培育，且全国中小学专职心理教师配备率仅 68.3%，难以覆盖个性化需求[3]；在家庭层面，代际数字鸿沟显著，43.2%的家长无法识别网络成瘾早期信号，“过度干预”与“放任自流”两种极端教养方式均易引发亲子冲突[10]；在社会层面，数字平台的商业逻辑与心理保护需求存在张力，算法推荐以“用户粘性最大化”为目标，可能推送低俗化、极端化内容，对青少年价值观形成隐性侵蚀。

4.2. 分层化预防体系的构建路径

针对上述瓶颈，需构建“学校-家庭-社会”协同的分层干预框架：

学校教育革新：开发“数字素养 × 心理健康”融合课程体系。低年级(1~3 年级)通过绘本与动画开设“数字生活启蒙课”，聚焦屏幕时间管理与网络安全认知；中年级(4~6 年级)设立“算法认知工作坊”，解析短视频、游戏的设计逻辑，培养批判性使用能力；高年级(7~12 年级)开展“虚拟-现实社交对比实践”，通过角色扮演提升现实交往效能，降低对虚拟社交的过度依赖。

家庭教育赋能：由社区联合高校专家实施“数字时代亲子沟通计划”，重点培养家长三项核心能力：与子女共同制定“屏幕使用公约”(如工作日电子设备使用不超过 1 小时)、通过参与线上兴趣活动(如协同创作短视频)强化情感联结、识别网络成瘾信号(如情绪随虚拟评价剧烈波动、深夜高频登录社交平台)。

社会协同治理：强制要求社交、游戏等青少年高频使用平台嵌入“心理保护模式”，实现三项功能：自动过滤自残、暴力等有害内容；对连续使用超 1 小时用户触发休息提醒；在显著位置设置心理援助热线入口与危机干预资源地图。

5. 预警环节的困境与智能化体系构建

5.1. 预警机制的核心挑战

现有预警体系存在三重局限：指标维度单一，多依赖情绪、行为等传统表征，对数字行为特征(如深夜负面信息浏览、社交动态骤减)的监测不足，导致隐蔽性危机难以识别；技术应用存在伦理风险，部分学校引入的 AI 情绪识别系统因算法偏见，可能将正常应激反应误判为危机信号，降低干预精准度；数据协同存在壁垒，学校、家庭、数字平台的信息呈“孤岛化”分布，如平台掌握的风险行为数据无法与教育部门联动，易错失干预窗口期。

5.2. 智能化预警体系的技术架构与伦理规制

针对上述挑战，需构建多维度智能预警机制，并同步建立风险防控框架：

多维度预警指标体系：在传统情绪、行为、认知、生理指标基础上，新增四类数字行为特征：使用时段异常(如 0~3 点高频登录社交软件)、内容偏好突变(如突然大量浏览自残教程)、社交互动异化(如删除全部动态、好友互动频次骤降)、风险关键词检索(如“活着没意思”“如何解脱”)。

技术赋能的筛查系统：研发校园版“青少年心理风险雷达系统”，整合三类数据：课堂互动数据(在线答题反应时、参与度)、校园行为数据(就餐频率、活动轨迹)、数字设备使用数据(APP 使用时长、内容偏好)，通过 AI 算法生成个性化风险等级报告[11]，实行三级响应机制：一级预警由班主任进行初步访谈；二级预警由专职心理教师介入评估；三级预警即时通知家长并联动专业医疗机构。

伦理治理框架：为规避技术风险，需建立三重保障机制：① 算法校准机制：组建由心理专家、教育工作者、家长代表构成的伦理委员会，每季度审核算法模型，通过跨群体样本测试(覆盖不同年龄、性别、家庭背景)修正年龄偏见与文化偏差；② 数据隐私保护：严格遵循“最小必要原则”，仅采集与心理健康直接相关的数据，采用区块链加密存储，实行“双人双授权”访问制度(心理教师与数据管理员共同审批)，学生及家长可随时撤回数据授权；③ 异议救济通道：允许对预警结果提出申诉，由伦理委员会组织人工复核(结合心理咨询记录、班主任观察日志)，错误记录需 24 小时内删除，杜绝“标签化”伤害。

6. 干预环节的难题与场景化策略设计

6.1. 干预实践的核心障碍

当前干预工作面临三重困境：多主体协同存在“断层”，学校与家长的危机信息传递滞后，社区服务机构与医院精神科的转介渠道不畅；低龄化干预存在“盲区”，6~12 岁青少年表达能力有限，心理危机常以躯体化症状(如头痛、腹痛)呈现，易被误判为生理疾病，且其使用成人账号登录平台的行为增加了追踪难度；技术应用存在“伦理漏洞”，远程咨询的数据加密不规范，存在信息泄露风险[12]。

6.2. 场景化干预策略的实施路径

针对上述障碍，需构建覆盖多元场景的个性化干预体系：

学校场景干预：建议组建“数字心理干预小组”，成员包括心理教师、信息技术教师和班主任。当发现学生存在如“连续一周深夜登录游戏”或“社交平台发布消极言论”等异常情况时，干预小组将采取“三步干预法”：第一步通过“讨论热门社交话题”等方式建立信任关系；第二步引导学生认识到“虚拟

逃避”的短期效应与长期危害；第三步制定“现实目标替代计划”，如用体育训练、艺术创作等活动填补数字依赖留下的时间空白[13]。

家庭场景干预：向家长推广“数字时代危机应对指南”，包含三个核心步骤：冷静观察(记录子女数字行为变化与情绪关联，避免即时指责)；共情沟通(采用非评判性表达，如“我注意到你最近睡得很晚，是不是有什么困扰？”)；协同行动(制定“家庭无屏幕时段”，如晚餐后1小时共同阅读或运动)。

网络场景干预：在数字环境中，首先可以通过社交平台与专业心理机构合作，开发“AI朋辈陪伴机器人”，利用自然语言处理技术来识别用户的情绪状态，提供共情回应与初步心理疏导[6]。其次，可以组织“线上心理互助小组”，由专业心理咨询师引导青少年分享心理困扰与应对经验，通过群体支持减轻孤独感与病耻感，增强心理韧性[14]。

干预伦理规范：AI评估结果仅用于危机干预，不得纳入学业评价体系；心理数据严禁向第三方泄露，远程咨询需使用符合国家信息安全标准的加密平台，并签署详细的知情同意书与保密协议[7]；对低龄青少年优先采用绘画疗法(如绘制“数字世界与现实世界”对比图)等非文字沟通方式，避免二次伤害[9]。

7. 结论与展望

7.1. 研究总结

本研究深入剖析了数字时代青少年心理危机的成因与特征，指出其是生理发育、心理特质及数字生态环境交互作用的产物，具有隐蔽性强、诱因复杂、扩散迅速等新特点。当前应对工作面临诸多挑战，包括多主体协同不足、数字技术应用失衡以及低龄化危机识别难题。

基于此，本研究提出了一系列应对策略。首先，需构建分层化的心理健康教育体系，根据不同年龄段青少年的特点和需求提供针对性的心理健康教育。其次，建立多维度的智能预警机制，整合多源数据，利用AI技术精准识别心理危机信号。再者，实施场景化的干预措施，针对学校、家庭、网络等不同场景设计个性化的干预方案。最后，完善数字化的社会支持网络，整合社区、学校、专业机构等多方面资源，为青少年提供全方位的心理支持。在实施这些策略的过程中，必须平衡技术赋能与伦理规范，确保心理危机应对工作的精准性、公平性与安全性。

7.2. 对实践的启示

为有效应对数字时代青少年心理危机，各相关主体需协同合作，共同构建保护机制。政府应加快《青少年数字心理健康保护条例》的立法进程，明确学校、家庭、平台企业在青少年心理健康保护中的权责边界并规范心理数据的采集与使用流程。学校需将数字心理素养纳入教师培训的必修内容，提升教师运用数字技术开展心理健康教育的能力[3]。家长应主动学习数字时代的家庭教育知识，避免陷入“技术恐慌”或“放任不管”的极端情况[10]。平台企业则需履行社会责任，将“心理安全”纳入产品设计的核心指标而非单纯追求用户时长[7]。只有各方主体协同发力，才能构建起适配数字时代的青少年心理危机“防护网”，为青少年的健康成长保驾护航。

参考文献

- [1] 中国心理学会. 中国国民心理健康发展报告(2023-2024) [M]. 北京: 社会科学文献出版社, 2023.
- [2] 程文帝. 青少年心理危机干预机制研究[J]. 文化创新比较研究, 2020(19): 4-6.
- [3] 教育部. 全国中小学心理健康教育发展报告[R]. 北京: 教育部基础教育司, 2023.
- [4] 马琴娟. 青少年心理危机干预与心理护理[J]. 心理月刊, 2019, 14(16): 6-8.
- [5] Stavropoulos, P., Papacharalampopoulos, A., Sabatakakis, K. and Mourtzis, D. (2023) Metamodelling of Manufacturing

-
- Processes and Automation Workflows towards Designing and Operating Digital Twins. *Applied Sciences*, **13**, Article 1945. <https://doi.org/10.3390/app13031945>
- [6] Alemu, Y., Chen, H., Duan, C., Caulley, D., Arriaga, R.I. and Sezgin, E. (2023) Detecting Clinically Relevant Emotional Distress and Functional Impairment in Children and Adolescents: Protocol for an Automated Speech Analysis Algorithm Development Study. *JMIR Research Protocols*, **12**, e46970. <https://doi.org/10.2196/46970>
- [7] 俞国良, 张哲. 数字技术赋能学生心理危机的应对[J]. 清华大学教育研究, 2024, 45(4): 25-36.
- [8] Zhou, J., Yang, M., Zhan, Y. and Xu, L. (2023) Digital Twin Application for Reinforcement Learning Based Optimal Scheduling and Reliability Management Enhancement of Systems. *Solar Energy*, **252**, 29-38. <https://doi.org/10.1016/j.solener.2023.01.042>
- [9] 曹凤莲. 青少年心理危机干预[J]. 江苏教育, 2018(80): 27-29.
- [10] 中国家庭教育学会. 数字时代亲子沟通现状调研[R]. 北京: 中国家庭教育学会, 2023.
- [11] 刁生富, 陈嘉慧. 大数据与青少年心理危机预警与干预[J]. 哈尔滨职业技术学院学报, 2018(2): 101-103.
- [12] 高雯, 董成文, 窦广波, 李晓溪. 心理危机干预的任务模型[J]. 中国心理卫生杂志, 2017, 31(1): 89-93.
- [13] 聂衍刚, 刘伯兴, 梁君倩. 青少年大五人格、应对方式与心理危机特质的关系[J]. 心理科学, 2010, 33(3): 711-714.
- [14] 马海燕, 俞国良. 重大危机事件中青少年的认知特点与心理干预——以新冠肺炎疫情为例[J]. 南京社会科学, 2021(11): 76-82.