

咨询心理问题的大学生多为女生,独生子女受挫易焦虑 多疑妄想成精神健康“头号杀手”

当下学生的心理健康已经成为社会关注的焦点,在10月10日“世界精神卫生日”前夕,记者通过调查了解,抑郁、强迫观念、焦虑、神经衰弱等心理问题普遍存在于大学生之中。滨州学院大学生心理健康与咨询中心的钱老师告诉记者,前来咨询心理问题的学生多为女生。而医生则表示,多疑妄想是主要问题。



滨州学院设立了大学生心理咨询中心和未成年人心理健康辅导站。

文/片 本报记者 谭正正 张牟幸子

多疑妄想是学生主要症状

滨州学院大学生心理健康与咨询中心的钱老师介绍,前来心理咨询的学生集中于考试期间和开学后,在考试期间,很多学生面对考试产生压力,一些考研的学生在考研复习和学期专业考试的复习上无法进行良好协调,产生焦虑、抑郁,“开学后很多学生过来讨论家庭关系,有一位女同学给我印象深刻,她患上了恐惧症,因为爷爷奶奶相继去世,她感到很害怕,晚上总是睡不着觉,精神恍惚,总是一惊一乍

的。”

而在平时,前来咨询的学生有因为失恋长时间走不出来的,也有面对毕业所产生的就业压力以及对未来职业的迷茫,更有强迫症的同学总是怀疑并重复做一件事。“比较常见的就是女生们反映寝室矛盾严重,无法处理良好的人际关系,大部分来咨询的还是女生,男生比较少一点。”钱老师这样表示,“也有比较严重的,有一位同学前来咨询,大喊大叫,并且乱砸东西,这是精神分

裂的前兆,也有学生出现幻觉,她说自己能听到很远的男生宿舍有人说她的坏话。”

对于学生群体患有精神疾病的情况,滨州市人民医院精神卫生中心副主任医师任泽华告诉记者,近年来学生群体患精神分裂症的明显增多,主要就表现为多易敏感和妄想,“最近有一个女生就因为压力大睡不好觉,在学校和同学关系不好,总觉得别人在议论她,导致患上精神分裂症,这样就只能暂时休学。”

部分独生子女遇挫折就焦虑

钱老师告诉记者,之所以出现这种情况,大多是因为现在大学生心理承受的压力大,抗打击能力弱,再加上需要面对学习、就业等问题,除了学生自身身心发展的影响外,家庭环境、生活环境、学校的教育都是影响学生心理健康的重要因素,“现在的

中学生独生子女比较多,特殊的环境使他们从小养成了孤僻、任性、自私的性格,父母把希望寄托在孩子身上,过高的期望值给孩子造成了很大压力。”

任泽华表示,现在独生子女女很多都是娇生惯养成长起来,没有经历过多少挫折,

到了学校和社会上又不会和别人相处,就容易患病,“而且现在学生承担的各方面压力,包括升学等,承受不了也很容易患病。”去医院咨询的一名大学女生就是因为是独生子女,到了学校住宿后不知道该如何和同学交往,感觉很焦虑。

相关链接

参与集体活动 可防精神疾病

滨州学院老师告诉记者,各系共55名辅导员中,有43人拿到了国家心理咨询师资格证书,通过学校的心理健康预警机制对学生心理健康问题进行服务,对于那些心理有问题却仍有理性思维的学生,通过周围同学反映给辅导员,辅导员老师及时关注并且加以引导。“学生们在遇到类似这种问题的时候,一是可以通过学校的心理咨询中心进行咨询,学校一般都会有专门的心理老师为学生进行解答。像我们学校心理咨询中心都会向学生开放。”

针对大学生存在的心理问题,滨州学院心理健康教育与咨询中心朱洪发教授表示,除了咨询专业老师,情况较轻的也可以通过自我减压的方式排解。

市人民医院精神卫生中心副主任医师任泽华表示,来医院治疗后好转的学生,我们会对他们进行心理疏导,并提倡出院后回到学校去继续学习,“鼓励他们多参加学校和同学之间的活动,这样他们才能更好地融入学校和社会中。”

对话高中生精神疾病患者

家人一次打他心理失衡了

本报记者 张牟幸子

世卫组织公布的数据显示,中国各类精神疾病患者人数在1亿人以上,青少年患精神疾病的数量正在增多。9日,在滨州市人民医院精神卫生中心的病区里,记者对话了仍在住院治疗的高中生小勇(化名)。沉默寡言的他看上去非常内向和安静,青涩的脸庞上有着些许忧虑。小勇一年前出现少眠少语,不愿见人,不愿上学的情况,并有自杀观念及行为,被山东省精神卫生中心确诊为“抑郁症”。

记者:第一次发病是什么时候?

小勇:我去年开始发病,但是具体时间已经记不清楚了,只知道这次是第四次住院治疗。

记者:对送到医院治疗你有反对吗?

小勇:当时发病只知道要被送到医院,也没有特别抗拒,既来之则安之嘛,来了就安心治病。

记者:你觉得自己是怎样患上这个病的呢?

小勇:我也不知道具体是什么原因,一次家人喝酒后打了我,从小到大我父母没有打过我,这次打得比较严重,加上长期以来在学校中和同学之间的关系问题,就表现出比较明显的烦躁。

记者:在学校里和同学关系怎么样?

小勇:我比较内向,但这种病也不是内向就会得,我和同学们关系不好,也不愿意和别人交往,而且情绪不稳定,容易发脾气。

记者:那你发脾气的时候有没有想到可能对别人造成伤害吗?

小勇:倒没有那么严重,只是会很烦躁,不会去伤害别人。

记者:出院后还会回到学校继续读书吗?

小勇:想回去读书,但是我去年因病休过学,之前回到学校后并不能融入集体生活中,情绪很不稳定,而且课程已经跟不上了,好多东西都没有学习。这次出院以后会和家人商量一下,到底是回学校上学还是出去打工,毕竟这对于我来说是一个很重要的事情,我不知道还能不能继续读书,但是我还是想让病快点好起来,早点出去。

(说到这里,小勇的眼眶红了,低下头稍稍调整了一下情绪。)

齐鲁晚报招聘记者启事

因事业发展需求, 齐鲁晚报·今日滨州现招聘记者9名。

◎齐鲁晚报·今日滨州

报名条件: 全日制本科以上学历, 26周岁以下; 品行端正, 善于与人沟通; 责任心强, 敬业刻苦, 对事业忠诚; 有新闻理想, 有团队精神, 有新闻从业经验者优先录用。

报名地址: 黄河十路渤海九路锦城大厦8楼
简历(附近期免冠照片)可发至邮箱: qlwbbz@163.com
咨询电话: 0543-3211123 18663085312 燕主任
报名截止时间: 2013年10月20日。面试时间另行通知。