

抢眼 &gt;

# 自杀已成我国青少年头号死因 拿什么预防青少年自杀?

14日,本报报道了两个“90”后疑因消极厌世,从外地相约来济烧炭自杀的事件。人的生命只有一次,对任何人来说都是无比宝贵的。而青少年中为什么会出现厌世轻生?他们为什么漠视生命?如何预防青少年自杀事件不再发生?14日,围绕这个话题记者进行了采访。

本报记者 韩笑 实习生 卢丹

## 青少年厌世轻生事件频发

青少年厌世、自杀的报道时常见诸报端,让人触目惊心。最近发生的事例也并不少见:

2014年12月,18岁女孩丁双琴疑在古镇镇街头遭遇诈骗后留下遗书离家出走,后自杀身亡。

2014年12月20日下午,成都一位20多岁的女子从春熙路北口人行天桥跳下,坠落到总府路主道上,当场身亡。

2014年12月24日晚,西南政法大学才子聂兆威在网上留诗一首:“平生终负气,一死谢仇雠。怜我生父母,白发送黑头……”后在校外自杀身亡。

“在我接触到的青少年患者中,大多因为学习压力大、求职受挫、情感问题和父母沟通不当等原因造成心理问题。”济南心理卫生协会秘书长、副会长张洪涛说道。

张洪涛接触的产生轻生情绪的患者中最小的只有11岁,是一名五年级的学生,其妈妈对他的要求非常严厉,不让他玩耍,不给他任何娱乐时间,该学生不堪重负欲采取跳楼行为,索性被家长拦下。

也有许多青年人,因为求职屡屡受挫,觉得生命已经失去意义。2015年年初,有一位女性患者,她在医疗系统上班,与单位同事的人际关系不太融洽。单位领导找她谈话,她便产生了厌世情绪。

## 自杀已成我国青少年头号死因

“在工作过程中,遇到了许多青少年产生了不同程度的心理疾病,其中一半采取过轻生等极端行为,一半在采取轻生行为前受到了家长的关注。即使是这些受到家长关注没有产生极端后果的孩子,也不同程度地患上了心理疾病,需要心理干预专家进行心理疏导。”张洪涛介绍。



自杀已成我国青少年头号死因。(资料片)

有专家指出,我国有3000万青少年处于心理亚健康状态,每年至少有25万人因心理问题而丧失生命,自杀成为青少年人群的头号死因。

统计数据显示,中国18-34岁人群死亡案例中,自杀是其中最大的死因,超过了车祸、疾病等。自杀人数是他杀人数的7倍以上。即使算上成年人,在中国所有死亡人群中,自杀也是第五大死因。

在国内,许多自杀者并没有精神疾病,其自杀是在遇到强烈人际关系冲突之后迅速出现的冲动行为。60%的中国自杀死者患有精神疾病,而在国际上这一数字超过90%。相当多的中国自杀者是在清醒状态下做出的决定。

## 为何舍弃自己年轻的生命?

有关研究显示,学生自杀大都与不能承受学习压力相关。2014年5月,21世纪教育研究院、社会科学文献出版社联合发布的2014年教育蓝皮书《中国教育发展报告(2014)》,搜集了2013年发生的79例中小学生自杀案例,其中57例报道了明确自杀原因的案例显

示,“成绩下滑或不理想”“教师行为失当”“作业没完成”“家长期望值过高”“被家长批评”等是导致学生自杀的主要原因。据此,该蓝皮书认为,中小学生自杀的根本原因在于高度应试的教育制度。

济南市精神卫生中心心理咨询中心主任朱君指出,现在的青少年多为独生子女,个性鲜明,但承受挫折的能力较差。而在求学和职场上,会遇到各种压力,在人际交往中也容易出现各种问题。如果不能及时有效的疏导,就会产生情绪问题。严重的患上抑郁症,甚至轻生。

“青少年自杀的原因很复杂,与其自身的性格缺陷和心理健康有着密切的关联。但也因为家庭缺乏对孩子深层次的交流与关心,学校和社会忽视对青少年自主能力的培养。有时在几个因素的叠加、不断强化中,最终导致青少年心理问题产生。”济南市清源心理咨询中心主任秦艳鸿介绍。

## 补好“挫折教育”“生命教育”两堂课

每一起学生自杀事件,无不令人扼腕叹息。心理专家指

出,面对一个个年轻生命的消逝,亟待补齐“挫折教育”和“生命教育”的短板。

张洪涛呼吁各位家长,要从小关注孩子的心智教育和心身健康。心理学上有一种观点:孩子的问题都是家长培养出来的问题。家长一味追求孩子的学习成绩,或者过分宠爱孩子,都不是正确的教育方式,会诱发孩子成长中的一系列问题。家长应该进行反思,不断学习应该如何进行教育,关注孩子每一阶段的成长。

秦艳鸿认为,现代社会竞争激烈,难免会遇到挫折。家长不应该对青少年有过度的保护,而是让他们通过自身实践,培养自主解决问题的能力,抵抗挫折的能力,塑造坚韧的品格。也应该让他们找到生活的乐趣和意义,追求自己喜欢的事物,实现个人价值。

所以,加强青少年的生命教育也十分必要。甘肃省精神卫生中心首席专家何蕊芳在接受媒体采访时说,国外一般在初中就开设生命教育课程,引导学生树立珍惜生命、热爱生活的理念。我国一些学校虽然开设了心理健康教育课,但比较肤浅,而且在应试教育的大环境中,也不受到重视。

## 九成培训机构学员不到万人

本报1月17日讯(记者 王光营) 记者17日获悉,省城首个教育培训机构蓝皮书正式发布,其中仅有不到一成的教培机构年均培训人员在万人以上。

本次发布的《中国教育培训机构蓝皮书K12分卷》是对省内数十家教育机构综合调研得出的分析数据。它经由学校管理系统以及机构调研、百度大数据、媒体监控数据获得相关信息。由智来时代的教育行业专家对各项数据进行交叉分析和专业解读。

据悉,蓝皮书采样调查了2037家教育培训机构的4471个校区,90.07%的教培机构年培训人数低于万人,仅有不到10%的能突破万人大关。而山东大智学校的年培训人数最多,达到了2.3万人次,进入全国教培机构第一梯队。

“给孩子选择辅导机构时,家长以往总是找不到参考和标准。”大智教育集团创始人、董事长张维东表示,蓝皮书提供了品牌指数、运营指数等多项标准,家长可以看看到底哪些机构处于领先地位,从而决定哪些机构适合自己。

## 孩子在哪里 查查校园APP

本报1月17日讯(记者 李飞)

17日,国内首款免费校园APP软件“e校信”在济南举行启动仪式,这是一款为教育行业量身定做的家校互动平台。该产品由智能手表和手机APP软件两部分组成,儿童佩戴可报警、能定位的硬件智能手表,家长通过安装APP软件与手表进行绑定。

“产品特有的‘找孩子’功能,让配套的智能手表成为儿童安全的‘黑匣子’。”上述人士表示,家长可以利用软件绑定孩子佩戴的智能GPS定位手表,手机会定时上传孩子的坐标,以此对孩子的安全进行监控,并能实现一键双向通话、手机脱落报警、3米防丢、撞击报警等功能。

据介绍,家长还可以利用该产品的电子围栏功能,在所在城市设置4个点围成一个电子围栏,只要孩子出了这个围栏,家长就会收到提醒,保障孩子的安全,降低走失风险。

# 菜农夫妇贩菜路上出意外

事发103省道大涧大桥,夫妇一死一伤

本报1月17日讯(见习记者 李阳) 17日凌晨4时许,从事蔬菜贩卖生意的马女士和丈夫从济南七里铺批发了蔬菜,开农用三轮车往柳埠赶。行至103省道大涧大桥附近时,三轮车抛锚,就在马女士夫妇停车修理时,后方的来车撞了上来。马女士受伤住院,其丈夫在事故中不幸遇难。

17日9时30分许,记者来到103省道的大涧大桥,马女士和丈夫的出事地点就在大涧大桥附近,南距绕城高速约500米。记者赶到事发现场时,事故车已被拖走。车上装载的白菜、蘑菇、藕等蔬菜撒落在双向隔离带的绿化带里,散落的蔬菜上都结了冰,已被来往车辆碾成泥。再往南50米,一块汽车挡风玻璃遗留在绿化带里,玻璃

碴子碎了一地。

“当时天没亮,也就4点钟。我还睡着觉呢,‘咣’的一声把我惊醒了。我以为是汽车爆了胎,也没出去看,具体情况不了解。”王先生在事故点的对面经营校油泵生意,相隔百十米。事发没多久,王先生透过窗户看见了闪烁的警灯,这才知道出了事故。

10时30分许,记者来到马女士就诊的山东警官总医院。据了解,马女士的头部、腰部、肩部等多处受伤,正在接受治疗,而她的丈夫则在事故中不幸遇难。

“我当时和俺对象开三轮车回柳埠,沿最左侧车道自北向南行驶,走到大涧沟的时候,轴承坏了,就停在隔离带上修车。不知道怎么回事,

目前,事故原因正在进一步调查中。



“爸爸妈妈,我爱你!”

1月16日下午,济南市历下区的10名企业家登上舞台现场给自己的父母捶背、按摩。当日,该区文化产业协会主办,朗时文化传媒承办的“孝行天下,感恩父母”为主题的联谊会,百余位企业家纷纷拥抱父母,大声说出了埋藏心底已久的那句“爸爸妈妈,我爱你!”

本报记者 郭建政 摄