

# 一所大学有40人被确诊为抑郁症

## 大学生成抑郁症高发人群,个别学生无法答辩影响毕业

7月,成千上万的大学毕业生即将奋身投入新角色,在离别的喧闹声中,有这么一群人站在角落一直沉默,这是高校中不断增多的抑郁症患者,他们正经受着常人难以理解的痛苦、孤独与隔离。写完毕业论文,找份像样的工作,对此刻的他们来说,着实艰难。北京青年报记者近日调查发现,在京一所著名重点大学有40人被确诊为抑郁症,约占到学校心理咨询中心访问量的两成。智商高、求胜心强的大学生,已然成为抑郁症高发人群。



### 调查

#### 抑郁症学生占到咨询中心来访量的两成

“你好,这里是李家杰珍惜生命大学生心理热线,请问有什么可以帮助你吗?”一段固定的开场白,电话接通的那一刻,听筒那头迟疑了好几秒,缓缓地吐出:“你好,我想咨询下抑郁症相关的问题,我已失眠3个月了……”

“李家杰珍惜生命大学生心理热线”开通7年来,共倾听了全国各地近万人次的声音。热线主任秦琳告诉记者,每天在线的6小时会接到近三四个学生的电波求助。另一所在京著名大学心理健康教育中心负责人章文(化名)则说:“据粗略统计,5年前,10个咨询对象里平均一两个有抑郁症,现在则上升到3至4个。”

目前,北京高校一般都设有心理健康中

心,主要负责心理排查、心理健康教育、心理课和咨询等工作,学校还安排专职的心理教师,配备专门的咨询中心。这里虽然不能像专业医院做临床诊断,却是预防危机和筛查抑郁的第一道“防线”。

在谈起遭遇心理危机的大学生群体时,章文直言道:“他们中患有抑郁症的占比较高,去年中心约有1500人次的来访量,抑郁症占咨询人数的两成。经我们统计,全校共有40个学生确诊为抑郁症,算上实际患病却没来咨询的,这个数字还会更高。”

这些学生来时聊的话题差不多分四大类问题:学业、人际恋爱、家庭、人生意义追问。艺术类大学偏重情感问题,而综合性重点大学则偏重于学业。

抑郁症作为一种心理疾病,从情绪、认知、动机和生理上都有明显异常的反应,判断是否得病通常在上述方面。“对生活失去兴趣,无意义感,严重的会出现自杀倾向。”章文记得曾接待一位历经3年半心理辅导的女生,这女孩当时甚至记不住7个字以上的短句。

“我不够好”,是中心来访学生们口中出现的高频词。有悖于“学习好心理就好”的惯常想法,成绩优秀的重点大学学生在抑郁群体中已经占有一定数量。他们对自我极其严苛,常流露出内疚和自责的情绪。“我接触到的好多孩子都聪明懂事,求胜动机很强的。长久以来压抑着自责或愤怒等情绪,这使得他们把攻击指向自身。”章文说。

### 影响

#### 部分用人单位会做入职心理测试

除了病耻感,随机采访的多名高校学生还提到不想去心理咨询的另一个隐情:“如果我的心理出了问题,周围会不会有很多人知道,是否影响我未来就业?”章文和秦琳的回答一定程度上打消了学生们的顾虑,因为打心理热线和心理咨询绝对不会进入学生的个人档案。

“为他们保密,是我们的职业要求。除非这学生的情况已经很严重,有极端行为倾向,到那时,我们肯定会通知学校的辅导员以及家长。就这一点,我们会在咨询前跟来访者讲明的,征得同意,我们才开始我们的工作。”

记者注意到,心理健康问题也日益受到了校外用人单位的关注,入职心理测试也时髦起来。一位资深的心理评估专家表示,在入职时是否要心理测试,用人单位往往不同于求职者的态度,“48%的单位领导人认为招聘时应聘者的心理健康比技能更重要。即使应聘者能力很强,如果心理方面存在问题,单位就会放弃。”但他

承认确实有很多单位请他们为新入职者做心理健康评估,其中较多的是教育、医疗、安全等单位,不乏因心理测试不过关被拒绝的求职者。

(刘旭)

### 个案

#### 无法论文答辩 不得不休学

毕业该说再见时,博士生小鱼(化名)却没有出现在散伙饭局上,她病了。在和抑郁症搏斗的漫漫长路上,小鱼的论文答辩已然遥遥无期,毕业只能顺延。她说这病没有伤口,没有流血。“抑郁起来千疮百孔,四处漏风。”

小鱼就读于北京海淀某知名大学的文科专业,寡言内向的她却在社交网络上异常活跃,几乎天天更新。翻看小鱼的微信朋友圈,一般不会察觉到她患上抑郁症,并已5年之久。今年新年,她曾写下“要接纳最好

的和最坏的自己”的句子。

从读研时确诊为抑郁症至今,小鱼犯了三次病,两次在国内,一次在国外交换期间。最近一次病发是在写作博士论文期间,几个月来她常失眠,身体状态也越来越差,抑郁再次来袭。“注意力下降,记不住东西。吃过数十种抗抑郁的药,忍受过恶心无力、浑身酸痛副作用,这些和抑郁本身的症状混在一起,生不如死。”

当被问起什么原因得上抑郁时,小鱼说:“要知道具体理由我就不会抑郁了,它就

像感冒一样,一不小心就上身了。”硕士二年级她出现整夜失眠,恐慌之中她不断逼问自己为什么会这样。睡眠紊乱,学习随之瘫痪,“当初连煮个饺子粘锅,我都要进行深刻的自我批判,然后上升到自我怀疑,‘你现在连个饺子都煮不好啦!’”几经好友的催促,她才来到学校心理咨询中心,接受几次辅导后,她在北医六院很快被确诊为重度抑郁。

记者采访的多个抑郁大学生的病例,大多数都有过“人前坚强,人后沮丧”恶性循环的挣扎,他们罹患的是隐匿型抑郁症。

### 特点

#### “病耻感”让在校生得病不易被察觉 硕博士抑郁已呈现升高趋势

曾是抑郁症重度患者的张腾(化名)坦承他接触过的不少同龄病友,他们在初期时往往不愿示人。公开统计显示,我国每年自杀死亡的人数至少是13万,而其中40%的自杀死亡者在自杀时患有抑郁症。

随机采访的学生普遍觉得抑郁症并不遥远,但对其基本知识和诊疗却不甚了了,多数者对其的理解源于此前媒体的报道。北京回龙观医院院长杨甫德在去年末一次采访中谈到当前中国抑郁症患者数量超过2600万。从北京市综合医院开展的流行病学调查数据中看:近10%的患者有抑郁,只有不到10%的人接受过专科诊治。

由于心理问题有很大的隐蔽性,如果当事人回避,老师们也难以发现。面对这些困境,章文和秦琳都觉得当务之急依然是“脱敏”,让学生和家长正视心理疾病,而

非妖魔化抑郁症。“校园里患抑郁症的学生人数在逐年增多,但是有些同学甚至父母都会有病耻感,刻意避免交流,有的孩子甚至拒绝看医生。”

北京高校心理素质研究会名誉会长蔺桂瑞教授这些年来一直在进行“大学生心理危机群体”的调查研究。通过大量的案例分析,她发现这些大学生抑郁症群体都有一些共性,例如:拥有不良家庭关系或亲子关系的学生占比较高;研究生数量已呈现升高趋势。

相较于本科生,与小鱼相同遭遇的硕博士们,面临着更多经济、学术或家庭的多重问题,他们承受的压力更大更复杂。章文回忆曾危机干预过一位男博士,当时这位博士1个月不洗澡。“读博6年却无法毕业。诱因就是论文和导师的冲击,他最终只能休学。”

现行的大学管理体制,高校的心理教育对于研究生群体的覆盖率远不及本科生。针对研究生的心理健康关注度不够的话题,一位不具姓名的高校心理咨询师对此解释:“这种情况有一定的客观原因,包含着高校机构设置的因素。一般而言,心理健康中心归属于高校的学工部,而学工部往往负责本科生的相关问题,对于研究生方面的工作属于协助性质。”



平顶山日报传媒集团发行中心真诚为读者服务——

## 订奶活动开始啦! 活动仅限晶珠奶品(7月1日-7月31日)

为给两报读者提供更好更广的优质服务,平顶山日报传媒集团发行中心特推出晶珠、三剑客、花花牛系列奶品送到户服务;品种丰富,新鲜可口,每日投送,风雨无阻。

奶品有:生鲜乳、低温袋装纯奶、牧场鲜奶、瓶装味启酸奶、瓶装原味酸奶、瓶装无糖酸奶、瓶装草莓酸奶、杯装原味酸奶、杯装蓝莓酸奶、袋装酸奶饮品。

咨询电话:  
8980198 4943059



### 生鲜乳

- 一斤/日,一次性订奶两个月,立减现金30元或送馨柜蛋糕房电子消费券48元。
- 一斤/日,一次性订奶三个月,立减现金50元或送馨柜蛋糕房提供的价值88元6寸蛋糕一个。
- 一斤/日,一次性订奶六个月,立减现金110元或送馨柜蛋糕房提供的价值168元12寸蛋糕一个。
- 半斤/日,一次性订奶两个月,立减现金15元或送馨柜蛋糕房电子消费券20元。
- 半斤/日,一次性订奶三个月,立减现金25元或送馨柜蛋糕房电子消费券40元。
- 半斤/日,一次性订奶六个月,立减现金55元或送馨柜蛋糕房提供的价值88元6寸蛋糕一个。

瓶酸、杯酸:一份/日,一次性订奶一个月,立减现金5元;一份/日,一次性订奶两个月,立减现金15元;一份/日,一次性订奶三个月,立减现金25元。

