

她的儿子11岁,多次割腕,最终被诊断为抑郁症;她13岁的女儿,只要考试成绩不是第一名就开始自虐……孩子抑郁了,家长怎么办——

和孩子一起“对抗”抑郁

本报记者 张丹 摄影报道

10月29日,46岁的王玉芬给儿子刘明轩办理完出院手续,带着他上了车。

当车驶出沧州安定医院时,王玉芬终于舒了一口气。11岁的儿子终于不用再住院治疗了。

11岁的儿子曾多次割腕

王玉芬是江苏人,和丈夫在沧州做生意。

前些年,王玉芬家的生意做到了俄罗斯。她和丈夫也就带着孩子们去了俄罗斯。

在儿子刘明轩即将上小学时,王玉芬他们又搬回了沧州。

为了让孩子上学起步能高一些,王玉芬给刘明轩选择了一所天津的私立小学。

就是这个决定,现在成了王玉芬的痛点。

“或许是在俄罗斯时,明轩没能和同龄孩子一起玩,影响了他的社交能力。本着寄宿的私立小学会对他的学习好,却没想到因此‘害’了他。”王玉芬说。

刚上小学时,王玉芬从老师那得知,刘明轩是个比较听话的孩子,学习也不错。

这样的情况一直持续到刘明轩小学四年级下学期。

“四年级下学期放假回家的时候,我发现他有时情绪不对。”王玉芬说,当她问孩子怎么了,孩子给她的回答都是“没什么”。

因为生意比较忙,王玉芬也就没多想。

刘明轩上小学五年级时,有的时候放假回来,在开学返校时,会对王玉芬说不想去上学。

王玉芬当时以为孩子玩心重,不想学习,所以就劝着孩子回了学校。

五年级下学期的时候,刘明轩给王玉芬打电话时哭了,说他想回家。

王玉芬问原因,刘明轩只是说不想在学校上学了,在学校宿舍睡觉光做噩梦。

王玉芬把刘明轩接回家待了几天。等把孩子送回学校后,刘明轩又给王玉芬打过几次电话,说睡不好觉,学校有人欺负他。

王玉芬为此还专门给刘明轩的老师打电话说了这件事,称如果孩子们之间有矛盾,麻烦老师帮忙调解一下。

原以为一切就这样过去了,但在刘明轩五年级快结束时,王玉芬又接到了学校里的电话。

电话里,老师说刘明轩出现了自残行为,让家长赶紧去学校。

这一次,王玉芬见到的是哭着的刘明轩,他手腕上还有明显的刀子划过的痕迹。

“他跟我说学校里有几个年龄大的孩子欺负他,让他给他们洗衣服……”王玉芬说,也是这一次,她才知道,刘明轩已经不止一次割手腕了。在和老师沟通后,她带着孩子回了家。

无奈之下,王玉芬带着刘明轩来到沧州安定医院儿童青少年心理保健中心,找到了这里的主任张素娜。

在经过一系列检查后,张素娜最终诊断刘明轩患上了抑郁症,需要住院治疗。



和孩子一起“对抗”抑郁

在张素娜的引导下,王浩然初一期中考试的时候,成绩是全班第四名。

对于普通学生来说,这样的成绩已经非常不错了,但王浩然接受不了。她觉得小学时她每次都是第一名,现在也应该这样。

在之后的半年时间里,王浩然所在班里进行过几次测验,她都没能取得第一名的成绩。

“刚开始,她只是比较郁闷,回家会哭。”刘婷婷说,她为此也安慰过孩子。

刘婷婷说,原以为得不了第一这件事就这么过去了。

可在后面的考试中,王浩然的状态越来越不对。“她开始变得特别矛盾,既期盼考试,但一到考试当天又紧张到手发抖、脸发白。她考完后,会把自己关在屋子里。”刘婷婷说。

再到后来,刘婷婷在女儿身上发现了刀子划伤的痕迹,她甚至从孩子的书桌上看到了用刀子狠狠划过的痕迹。

“我很担心,带她去看了医生。”刘婷婷说,在医生的口中,她得知,女儿抑郁了。

“那一刻,我真的感觉天塌了。”刘婷婷说,她只有这一个女儿,从小也是精心培养,孩子的优秀她也一直看在眼里,乐在心上。

到现在,刘婷婷也没敢告诉亲戚们王浩然休学的真正原因,只是说孩子身体不好,需要在家休息一段时间。

王玉芬问原因,刘明轩只是说不想在学校上学了,在学校宿舍睡觉光做噩梦。

王玉芬把刘明轩接回家待了几天。等把孩子送回学校后,刘明轩又给王玉芬打过几次电话,说睡不好觉,学校有人欺负他。

王玉芬为此还专门给刘明轩的老师打电话说了这件事,称如果孩子们之间有矛盾,麻烦老师帮忙调解一下。

原以为一切就这样过去了,但在刘明轩五年级快结束时,王玉芬又接到了学校里的电话。

电话里,老师说刘明轩出现了自残行为,让家长赶紧去学校。

这一次,王玉芬见到的是哭着的刘明轩,他手腕上还有明显的刀子划过的痕迹。

随着孩子的出院,王玉芬的心情放松了一些。

可40岁的刘婷婷,这几天还是愁得睡不好觉,因为她不知道接下来女儿王浩然的状况会怎样?

刘婷婷家住运河区,有一个13岁的女儿。

曾经,王浩然一直是全家人的骄傲,可如今,女儿成了全家人的“心病”。

王浩然从上小学开始,学习成绩在班里一直很优秀。

“每次考试,她都是班里的第一名。”刘婷婷说,当初她也考虑过,如果以后孩子考不了第一名会不会对孩子心理有影响。

为此,王浩然升初中的那个暑假,刘婷婷还专门跟她说过,“进初中后,学习只要尽自己最大努力就可以”。

“孩子毕竟是孩子,我说的话她可能听进去了,但未必能做到。”刘婷婷说,没想到她说的话,没过多久就变成了现实。

王玉芬问原因,刘明轩只是说不想在学校上学了,在学校宿舍睡觉光做噩梦。

王玉芬把刘明轩接回家待了几天。等把孩子送回学校后,刘明轩又给王玉芬打过几次电话,说睡不好觉,学校有人欺负他。

王玉芬为此还专门给刘明轩的老师打电话说了这件事,称如果孩子们之间有矛盾,麻烦老师帮忙调解一下。

原以为一切就这样过去了,但在刘明轩五年级快结束时,王玉芬又接到了学校里的电话。

电话里,老师说刘明轩出现了自残行为,让家长赶紧去学校。

这一次,王玉芬见到的是哭着的刘明轩,他手腕上还有明显的刀子划过的痕迹。

“他跟我说学校里有几个年龄大的孩子欺负他,让他给他们洗衣服……”王玉芬说,也是这一次,她才知道,刘明轩已经不止一次割手腕了。在和老师沟通后,她带着孩子回了家。

无奈之下,王玉芬带着刘明轩来到沧州安定医院儿童青少年心理保健中心,找到了这里的主任张素娜。

在张素娜的引导下,王浩然初一期中考试的时候,成绩是全班第四名。

对于普通学生来说,这样的成绩已经非常不错了,但王浩然接受不了。她觉得小学时她每次都是第一名,现在也应该这样。

在之后的半年时间里,王浩然所在班里进行过几次测验,她都没能取得第一名的成绩。

“刚开始,她只是比较郁闷,回家会哭。”刘婷婷说,她为此也安慰过孩子。

刘婷婷说,原以为得不了第一这件事就这么过去了。

可在后面的考试中,王浩然的状态越来越不对。“她开始变得特别矛盾,既期盼考试,但一到考试当天又紧张到手发抖、脸发白。她考完后,会把自己关在屋子里。”刘婷婷说。

再到后来,刘婷婷在女儿身上发现了刀子划伤的痕迹,她甚至从孩子的书桌上看到了用刀子狠狠划过的痕迹。

“我很担心,带她去看了医生。”刘婷婷说,在医生的口中,她得知,女儿抑郁了。

“那一刻,我真的感觉天塌了。”刘婷婷说,她只有这一个女儿,从小也是精心培养,孩子的优秀她也一直看在眼里,乐在心上。

到现在,刘婷婷也没敢告诉亲戚们王浩然休学的真正原因,只是说孩子身体不好,需要在家休息一段时间。

王玉芬问原因,刘明轩只是说不想在学校上学了,在学校宿舍睡觉光做噩梦。

王玉芬把刘明轩接回家待了几天。等把孩子送回学校后,刘明轩又给王玉芬打过几次电话,说睡不好觉,学校有人欺负他。

王玉芬为此还专门给刘明轩的老师打电话说了这件事,称如果孩子们之间有矛盾,麻烦老师帮忙调解一下。

原以为一切就这样过去了,但在刘明轩五年级快结束时,王玉芬又接到了学校里的电话。

电话里,老师说刘明轩出现了自残行为,让家长赶紧去学校。

这一次,王玉芬见到的是哭着的刘明轩,他手腕上还有明显的刀子划过的痕迹。

减轻。

“不洗脸、不剪头发、不刮胡子,那样子就像个自暴自弃的流浪汉。”刘丽玲说,这个时候她才意识到,孩子的心理问题出现了。

也确实如刘丽玲想的那样,杨昆最终被医生诊断为重度抑郁症。

重视孩子的心理健康

13岁的杨乐轩是一名初中生。

曾经,从小爱看书、学习成绩比较好的他,是一家人引以为傲的孩子。

可从今年开始,他突然像变了一个人,觉得活着没意思,已经自杀过不止一次。

杨乐轩的妈妈带着他来到张素娜面前时,双眼是哭肿着的。

张素娜说,青少年出现抑郁症、躁狂症的精神问题,近几年来,已经越来越明显,而且数量也有明显增加。

张素娜说,前些年,虽然医院里也有青少年因为精神问题来住院,但那主要是因为父辈患有精神分裂症,孩子通过遗传患上了精神分裂症。现在更多的孩子是患上抑郁症、躁狂症等这些病症。

对于青少年住院患者数量上的变化,张素娜说,这里面的原因很复杂,既有孩子的自身先天气质、基因遗传等方面的原因,也有后天家庭、环境等方面的原因。比如一次吼骂、一些刺心的话、一次假装抛弃,在家长看来,风波过后,孩子很快又活蹦乱跳了。偶尔的一次两次没有什么,但如果孩子在成长的过程中,总是遭受这样的情况,日积月累,最终一件不起眼的小事,会导致孩子的崩溃。

张素娜说,现在的孩子在运动量方面普遍是缺乏的,这也一定程度上影响了孩子脑神经的发育。很多孩子在小的时候是被娇生惯养长大的,受挫能力比较差,而孩子上学后,家长又过于重视孩子的学习成绩,忽略了孩子的心理健康,这也一定程度上造成了孩子心理问题的出现。

张素娜说,她希望家长能对孩子的心理健康重视起来,学会和孩子进行有效的沟通。

她说,有很多家长送孩子来医院时,不愿意承认孩子是精神上出了问题,只是觉得孩子单纯不愿意学习、逃避压力。也有很多家长说,在家管不了孩子玩手机的问题,但在医院里,这些孩子是能按照作息时间内上交手机的。

张素娜说,大家需要一起为孩子们心理健康努力,毕竟医生能做的,只是医治身体,真正能抚慰孩子心灵的,是他们最深的依恋——孩子的父母。

(文中除张素娜外,其他受访者均为化名)

他4个多月没去上学了

17岁的杨昆是一名高二的学生。

张素娜见到杨昆时,他的胡

子已经很长,头发更是又长又乱。

杨昆的妈妈刘丽玲说,他已经有4个多月没去上学了,在家里也是天天窝在床上,不想出门见人。

杨昆上小学、初中的时候,成绩一直都不错。他的变化是从他上高中开始出现的。

“刚开始那段时间还好,看他也是像之前上初中时那样自信。”刘丽玲说,可不到两个月时间,她慢慢发现不对了。

“他回家后会把自己关在屋子里,吃饭的时候得叫很长时间才出来。”刘丽玲说,当时她以为孩子处于叛逆期,也就没太在意。

可后来,孩子跟她说不想去上学,觉得上学没意思时,刘丽玲察觉出了异常。

“刚开始,他让我跟老师请假,说是头疼。”刘丽玲说,后来请假的理由变得五花八门。

意识到孩子的不对劲后,刘丽玲跟孩子谈了几次心。

在孩子的口中,刘丽玲才了解到孩子不去上学的原因。

“他说,原本以为自己成绩不错,可上高中之后,发现比

他学生差不少,自尊心受到了打击。”刘丽玲说,这还不是最重要的。更重要的是,他上高中后发现,很多孩子兴趣广泛,会很多东西,觉得自己融不进他们。孩子们也不愿意和他玩。

刘丽玲说,她给孩子宽过心,也从成年人的角度给孩子做过心理建设,但效果并不好。

从今年6月份开始,杨昆居然出现了一提上学就呼吸困难、喘不上气来的症状。当时想着快放暑假了,刘丽玲让杨昆在家休息了一段时间。今年9月份新学期开学时,杨昆的症状依旧没有