

大学生自杀事件原因分析及对策

何峻松,程红槟

(鄂州经贸职业学院,湖北鄂州 436000)

摘要:对大学生自杀的心理动因和特点进行分析研究,并在此基础上提出预防、干预的措施,有利于使大学生的心理健康水平得以提高,大学生的生命安全得以保障,高校稳定和家庭完整得以保证。

关键词:大学生;自杀;原因;对策

中图分类号:G448 **文献标识码:**A **文章编号:**94007-(2013)02-0035-03

随着我国社会制度的变迁、经济模式的转变和社会竞争的白热化,大学生自杀事件与日增多,呈上升趋势。大学生自杀不仅给其家人、亲戚、朋友等周围人群带来无法愈合的创伤,而且给社会造成巨大损失以及带来诸多不良影响。因此,对大学生自杀的心理动因和特点进行分析研究,并在此基础上提出预防、干预的措施,具有重大意义,有利于使大学生的心理健康水平得以提高,大学生的生命安全得以保障,高校对大学生自杀行为的防范意识得以增强,高校稳定和家庭完整得以保证^[1]。

1 部分高校大学生自杀案例

新民晚报报道 2012 年 1 月 5 日上海大学延长路校区内,一名女生从 4 楼宿舍坠下,经抢救无效不幸身亡。羊城晚报报道 2011 年 11 月 22 日广州某高校女生宿舍区有一名大四女生坠楼身亡。据知情人士透露,该女生因找工作压力太大而跳楼轻生。有着“中南六省第一校”之称的华中科技大学像经历了一场梦魇。2011 年 10 月 23 日,该校一名机械学博士和一名校外人员在本部与同济医学院相继“坠楼身亡”。7 天后,一名 22 岁的建筑系大四学生“跳楼自杀”。一时间,“华中科大学生跳楼事件”成了网络热搜的名词。

根据中国卫生部 1999 年向世界卫生组织提交的自杀死亡率为:男性每 10 万人自杀死亡率为 13.

0,女性为 14.8,此后一直没有官方数据。但有学者认为,由于信息传播等原因,大学生的自杀死亡率也会被大大低估。在现代这个物质文明、精神文明已经相当发达的今天,作为正在接受高等教育的大学生他们在他们自杀的背后有着怎样的无奈?我们应该怎样留住他们走向死亡泥潭的脚步?

2 大学生自杀的原因分析

自杀是一种特殊的谋杀,是主体故意或自愿采取各种方式结束自己生命的行为。生物学因素、病理学因素、社会因素等等都是引起自杀的因素。其中,心理因素是影响自杀的一个重要因素。引发自杀者做出自杀决定的诸多因素到最后都落在心理上。大学生自杀的心理动因主要表现为以下几方面:

2.1 情绪失调与人格障碍

大学生是一个极为特殊的社会青年群体。从心理学层面来讲,个体在青年阶段面对着人格障碍与情绪失调两大心理缺陷。在青年阶段,一方面,个体意识的发展与社会对个体的要求导致个体与社会之间频繁产生矛盾,如现实与理想的冲突,学业、爱情以及工作之间的冲突。个体人格的完善能否顺利的实现则直接取决于这些矛盾能否有效的解决。另一方面,大学生正是处于血气方刚、极为情绪化的青年期。日本心理学家依田新曾经指出:“青年处于儿童

收稿日期:2013-03-23

作者简介:何峻松(1967-),男,湖北鄂州人,副教授,主要研究方向高职教育管理。E-mail xjdfgh@163.com

和成人之间的中间世界,所以内心动摇大,情绪的紧张程度一般较高,对很小的刺激也容易引起强烈的情绪反应:一时陷入被打败似的悲痛里;一时又由于有希望而昂首挺胸;一时又由于失意而俯首顿足^[2]。情绪如此不稳定,是青年期心理的一个特征。”情绪失调与人格障碍相互影响。情绪失调通常会引发人格障碍,同时,人格障碍是情绪失调的表现。如果不能进行恰当地调控,则常常会产生忧郁、压抑、乖戾、莽撞、惶恐、猜忌、狭小、忧虑、焦躁、羞涩等不良心理。可见,调控好这种极端化的情绪是处于青年期的个体人格完善的重要条件。

2.2 认知差错与耐挫力欠缺

挫折是主体人在实现目标的过程中遇到的难以克服的干扰或障碍。如果由挫折引发的消极反应得不到及时有效的纠正,将会对受挫者的身心健康造成不利影响,甚至对生命造成威胁。从心理学角度观之,大学生在遇到挫折时常会出现一些不良行为表现主要是因为自我认知的差错和心理承受力的不足。自我认知的差错主要有以下表现:其一,把挫折的后果想得非常可怕,不能正确的认识挫折。如果一件事没做好,就担心别人对自己有意见而产生忧郁、焦虑等不良心理^[3]。其二,认为挫折不应该发生在自己身上。其三,以某一方面的挫折否定全部的自我。如一次考试成绩不理想便认为自己整体能力差,对自己进行全盘否定。挫折承受力,是指个体遇到挫折后,排除和解决挫折的能力。挫折承受力强大的大学生在面对挫折时通常不会有过分紧张的心理,不被强烈的情绪干扰,能以最快的速度找到适应和排除挫折的方法,从而保持正常的心理、行为状态;而挫折承受力薄弱的大学生则恰恰相反,遭受挫折时则过于敏感和紧张,一遇到挫折就惊慌失措,而且容易长期沉浸在不良情绪中无法自拔。如此这样几经挫折,常常会导致心理和行为的双重失常,甚至会直接诱发自杀行为。

2.3 个体性格

研究发现,自杀大学生的性格,大多倾向于内向、孤僻型。内向、孤僻的个体,易陷入惊慌、焦虑、抑郁与绝望中。一个性格内向孤僻的人,在遭受打击时,如果没有获得安慰、同情的环境与宣泄、转移的条件,往往易使不良情绪长期郁结于心。内向、孤僻的大学生,通常不会向外界寻求帮助,而是将压力全部集于自身,从而对自己造成伤害。

3 预防大学生自杀的对策

首先,创造良好的校园环境,建立健全心理危机

的预防网络。加强校园文化建设、完善育人环境,营造一个积极健康的校园文化环境,有利于建立大学生良好的人际关系,减少和消除引发自杀行为的诱因。因此,要大力推进校园精神文明建设,积极弘扬中华民族传统文化与传统美德,不断改善大学生的心理环境,注重培养大学生拼搏奋进的敬业精神;通过开展各种文体、学术活动来丰富大学生的课余文化娱乐生活,从而形成浓郁的校园学术氛围;组织大学生积极参与社会实践锻炼,在实践锻炼中指导他们正确看待人生和社会,为大学的学习和成长创造良好的校园环境。与此同时,高校应当建立健全大学生心理危机的预防网络。一般来说,心理危机的预防网络分为三级:一级,学校心理辅导咨询中心,为全校学生提供心理咨询;二级,学院的学工办、党总支,主要以本系本院的学生为服务对象;三级,班级设立学生心理辅导员,以掌控本班学生的心理状况为主要职责,心理辅导员从本班的学生中进行选拔,经过严格的心理学方面的培训,通过考试之后展开工作,这样的他们不但具有专业知识,反应速度较快,而且距离同学最近,接触最为密切,能最快的发现问题,从而做出最为及时有效的应对^[4]。

其次,帮助大学生转变就业观念,扩宽就业渠道。就业问题的有效解决,不但是社会稳定的重要保证,也是防止和减少大学生自杀的重要举措。在当代的大学生群体中,不乏有部分学生依然存在陈旧的就业观念,对工作期望值过高,把就业目光瞄准国有大企业、一线大城市,不屑在私营企业、中西部地区工作。还有部分学生往往过于理想化,想一步到位,甚至相互攀比等等,而不是先就业、后择业、再创业。这些陈旧的就业观念严重影响着一部分大学生的就业。高校作为教育单位,应注重大树立学生正确的就业观念,使职业期望与社会需要相统一,服从社会需要,追求长远利益,着眼于现实,面向于未来,既不好高骛远,也不消极被动,以积极向上的心态去应对就业问题。与此同时,政府相关部门要切实落实中央制定出台的各种促进大学生就业的政策和措施。加大就业的宣传力度和广度,使大学生对社会和市场有更多更透彻的了解;加强对大学生就业的指导和培训,不能盲目的一味追求就业率。总之,政府、学校要为学生创建良好的就业平台,充分挖掘就业信息,扩大就业渠道,想尽一切办法、尽其一切力量促进大学生就业^[5]。

再次,提高大学生的心理承受挫折能力。引导学生正确认识面对挫折是预防大学生自杀的一个

重要手段。当代大学生对未来充满美好的理想和追求,然而现实生活却不尽如人意,他们常常会碰到各种各样的挫折和困难。因此,学校要有意识地引导学生在面对挫折时保持一份理智的心态,充分认识曲折道路与光明前途的辩证统一关系,正确认识挫折和困难的暂时性,培养拼搏奋进的精神和百折不挠的意志,建立战胜挫折和困难的信念和勇气,提高学生分析、解决挫折和困难的能力。

最后,积极推进生命教育。长久以来,我国由于在生命教育方面的缺失,致使各种伤害学生身体及生命现象时有发生,例如校园自残、自杀。一桩桩血和泪的教训告诉我们,生命教育势在必行,引导学

生走出生命的误区,教育和帮助他们认识和理解生命的意义,珍惜生命,树立积极向上的人生观和价值观,已成为现代教育不可缺少的一环。事实表明,大学教育如果对生命的人文关怀和学生安身立命的基本功课不加重视,将对大学教育的成效产生严重影响,进而阻碍我国和谐社会建设的进程。大学生在花季凋零或遭受摧残,有其极为复杂的动因,也有多种解决的渠道和方法,但最基本的也是最根本的工作是开展生命教育,它不但使大学生能够正确地认识和理解生命,进而尊重和热爱生命,而且能够使大学生更好地呵护和成全生命。这是预防与消除大学生自杀现象的有效途径与最佳方式。

The Analysis of the Causes of the College Students' Suicide and Countermeasures

HE Junhong, CHONG Hongbin

(E Zhou Economic and Trade College, E Zhou Hubei 436000)

Abstract: The causes and features of the college students' suicide have been analyzed in this thesis, on the basis of which the measures to prevent, interfere the happening of the suicide among the college students are put forward. These measures are good for college students to improve their psychological health, protect their lives and maintain the steadiness and completeness of their families.

Key Words: College students; Suicide; Causes; Countermeasures.

参 考 文 献

- [1] 沈渔村. 精神病学(第三版)[M]. 北京:人民卫生出版社, 2008.
- [2] 郑日昌. 大学生心理卫生[M]. 济南:山东教育出版社, 2011.
- [3] 赖雪芬. 大学生生命教育探析[J]. 长春工业大学学报(高教研究版), 2008, (3). 47.
- [4] 赵羚. 大学生自杀的原因和救济方法浅析[J]. 广西医科大学学报, 2008, (5). 27.
- [5] 彭鸿雁. 论大学生生命观教育问题研究的构建[J]. 北京市工会干部学院学报, 2009, (3). 78.

贺神舟十号和天宫一号对接成功

崔腾晁

舟宫对接缝,
三俊傲群雄。
盛赞东风劲,
高歌霸气暝。

2013年6月11日