

高考后给自己估了 260 分 被哥哥骂了一顿后, 18 岁女孩要跳楼

医生观点:这是典型的考后应激障碍症,不算精神病 特效药就是家长和孩子多沟通,让他们知道上大学不是唯一出路

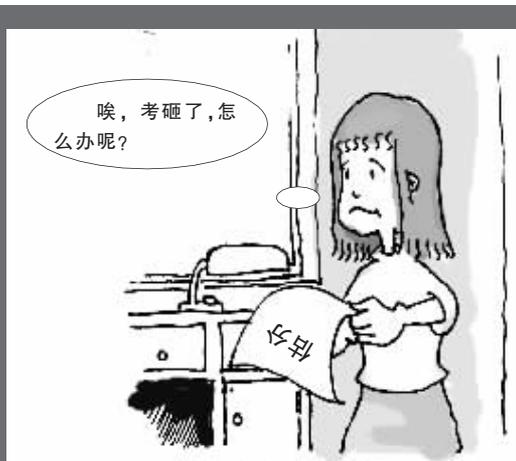
一女孩高考后为自己估分,可成绩太差,哥哥知道后对她冷嘲热讽,女孩暴怒不已,砸了家里的电脑,还摔毁妈妈的手机,之后,要跳楼自杀。一家人忙了一夜,女孩情绪还是不稳定。昨日上午,这名女孩被带到郑州市精神病防治医院,心理大夫诊断后,认为其患上了考后应激心理障碍,大夫称,这不能算精神病,但需要家人与孩子多沟通,采用适当的方式对孩子进行教育,这样患者很快就会康复。

晚报记者 徐富盈 实习生 李想

1 估分

只给自己估出了 260 分,当晚小蔓没休息,一直叹气,焦虑不安

18岁的小蔓(化名),前段时间刚参加完高考,6月10日,她拿到标准答案后,自己先在家估了分,估完后发现分数比较低,于是又约了同班同学来到家中,和妈妈罗女士一起再次详细估了一遍,最终给自己估出了 260 分。这个分数对小蔓打击太大了,当晚她没有休息,一直叹气,焦虑不安。



这种心理障碍是突发的,来得快也走得快,特效药就是家长与孩子多交流

李平安主任介绍,这几日,有好几位考生及家长来到医院进行心理咨询,原因都是考生考后估分低,受不了家人的责备。“小蔓的表现最为突出。其实,这种心理障碍是突发的,来得快也走得快。”在李大夫的劝说下,小蔓的哥哥和妈妈都向小蔓认了错,之后,小蔓又制定了新的学习计划,答应今年秋天参加复读班。

“这种症状的特效药就是家长和考生好好沟通,想复读的考生可以制定新的学习计划,不想复读的,就让他们树立正确的人生观,认识到上大学不是唯一的出路,一般很快就会康复。”李大夫说。

线索提供 李先生

2 被责骂

哥哥骂完后气呼呼地走了,小蔓急得追出去,要找哥哥论理

11日20时许,轮休回家的哥哥小孟,一进家门就急忙问妹妹估分的情况,看到妹妹不开心,小孟就去厨房问妈妈,罗女士此时也正因此事生气,她把小蔓的估分情况告诉了儿子。小孟一听,当时就火了,冲着妹妹说:“你考的不错嘛,比二百五强一些。看来我和妈都白疼你了,你考的分数对得起谁?”小孟说完,气呼呼地离开了家。听到哥哥这番话后,小蔓急得追出去,要找哥哥论理。



>>>出谋划策

4 个方法预防“高考后遗症”

大睡、畅玩、撕书、易怒、烦躁、持续性失眠……走出考场,经历了十几年寒窗苦读的学子们终于可以放松一下了,可他们的表现并不能让家长放心。12355 青少年维权及心理咨询中心近日的热线记录反映,有 60%~70% 的考生有着不同程度的“高考后遗症”。

专家表示,考生在高考时精神高度紧张,承受了极大的压力,此时突然彻底释放,容易造成心理落差。同时,有部分考生由于考场发挥失常,导致成绩不理想,就会接受不了现实,焦躁不安或沉默抑郁。

昨日,记者根据网友们提供的一些建议,为高考考生准备了 4 个调整考后心态和身体状态的方法,考生和家长可以作为参考。

饮食法:男生在这一段时间里,一方面,适当食用清淡食物,如西红柿、黄瓜、胡萝卜等,多吃富含纤维素的食物可促进消化,另一方面,应多喝水(果汁也很不错)。女生应该注意通过饮食与休息来调整自己的身体。

运动法:男生在这个时候多进行一些体育锻炼是非常有好处的,但是应该注意不要过度疲劳,要做到适度。运动一方面能放松身体和大脑,另一方面也能锻炼身体魄和意志。同时,建议有条件的女孩子最好加入健身俱乐部,或者找个教练,在指导下进行锻炼,避免受伤。

游戏法:游戏能转换大脑的思维模式,开发智力,但是大家玩游戏(尤其是网络游戏)要有时间限制,尽量不要选择网络游戏,以及血腥、暴力的游戏,可以玩一些休闲、益智类游戏。另外,游戏期间应多喝水,控制游戏时间。

旅游法:旅游是一种非常好的考后放松活动,可以增长见识、结识朋友。有条件的同学还可以到梦想的大学提前体验一番。

晚报记者 张勤 见习记者 张竞旻

3 暴怒

摔了妈妈的手机,砸了哥哥的电脑,推开窗要从 4 楼跳下去

没有找到哥哥的小蔓,回到家后突然暴怒起来,拿起桌上妈妈价值 3000 多元的手机摔在地上,接着,她又拿起凳子,砸毁了哥哥的电脑,妈妈劝她时,也被推到一边。大哭的小蔓在摔砸后,推开窗子,扬言要从 4 楼跳下去。看到女儿要跳楼,罗女士在后面死死拉住她的双腿,并大声叫喊,邻居听到后,急忙把楼下的小孟叫了上来,小孟和妈妈一起把小蔓从窗口拉了下来。之后,小蔓一会儿哭,一会儿笑,说话也语无伦次。



4 诊治

这只是突发心理障碍,不算精神病,主要是家长与孩子缺少沟通

昨日 8 时许,守护了一夜也劝不住女儿的罗女士,带着孩子赶到了郑州市精神病防治医院。该院的心理科主任李平安对小蔓的情况了解后,确认她患上了考后应激障碍症,属于考后综合征之一。“这只是突发的心理障碍,不能算精神病,发生这种心理障碍的原因,多是家人对没考好的孩子缺少安慰,而是采用责备态度。考生受到刺激后,心理极度压抑,这种情况下,会突然爆发,一般会有打、砸、摔以及轻生的举动。”



孙昱图

9600111
情定今夜
8:00-11:18
固话小灵通未滿18岁禁拨

车辆违法查询
9600100 罚分早查防未然
固话和小灵通均可查询