



睡不着的孩子们

本期执行 李菁 许奕梅 邱丰

“每天晚上我都睡不着。”泉州某小学高年级学生作文里的一句话，引起了班主任的注意。经过医生的检查，这个孩子被发现患上了抑郁症！

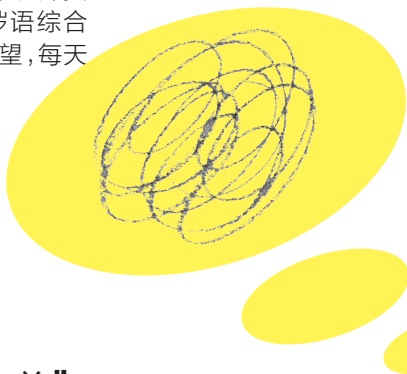
抑郁症，本应是距离少年儿童很遥远的一个名词，如今却偷偷成了孩子健康成长道路上的拦路虎。暴力、自残、失眠、自我封闭……记者从市区几所中小学了解到，抑郁症已经开始“找”上一些低龄的孩子。有的孩子学习普通想当大厨，却被家长斥责不务正业，诱发小儿抽动秽语综合征；有的孩子不想让父母失望，每天

在学校努力学习，在家里却夜夜失眠；有的孩子家庭关系出现裂痕，常年封闭自己的内心……

据医生统计，目前的心理门诊中前来就诊的病人里有七成左右是青少年，但有些家长因为担心孩子吃药会变傻，不愿带孩子就诊。还不懂得怎样表达情绪的孩子则会将抑郁症的症状反映在生理上——头痛、肚子痛、脚痛……他们会不断地向家长表

达身体上的不适，去医院却总也检查不出生理上的问题。这种时候，可能就是抑郁症在作怪。

这些“睡不着的孩子”，大多是因为家长管太多或完全不管。只有父母不做“直升机”和“割草机”，学会做好情绪管理积极应对，像对待生理疾病一样看待抑郁症并与孩子产生同理心，才能在临床上治愈青少年抑郁症。



A06、A07

“每天晚上，我都睡不着”

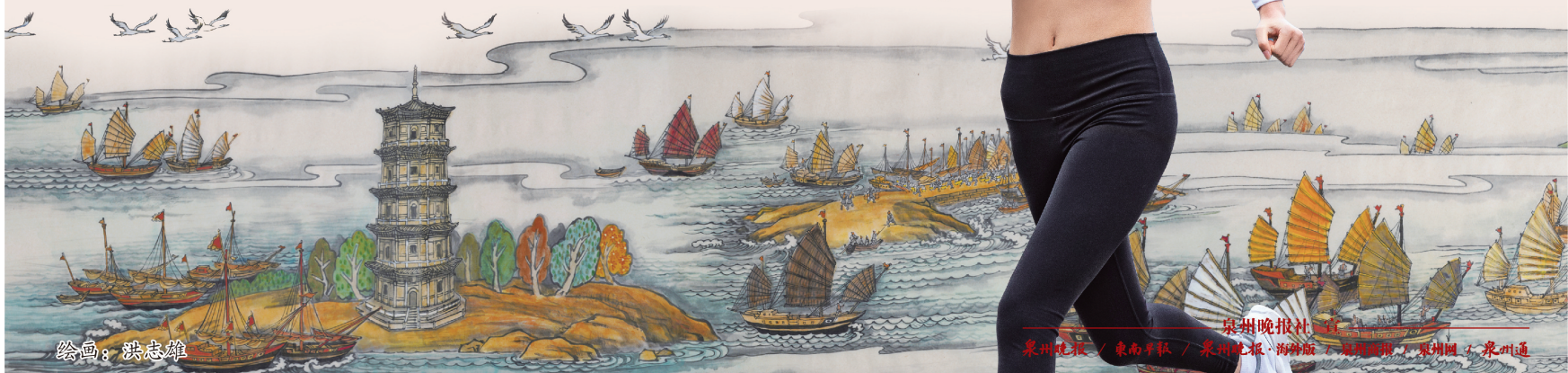
警惕！抑郁症“盯上”小学生 发现异常 父母应做些什么

(CFP)

锻炼身体 强健体质 科学饮食 规律作息

—— 社会主义核心价值观 ——

富强 民主 文明 和谐 自由 平等 公正 法治 爱国 敬业 诚信 友善



绘画：洪志雄

泉州晚报社 / 泉州晚报 / 泉州晚报·海外版 / 泉州晚报·泉州通