



孩子怎么就“突然”抑郁了？

中学教师口述：我的抑郁症学生

他们的表现有一些共同点，主要是对家长不信任，不愿意上学，哪怕来到学校也不想和他人接触。

□ 记者 | 王仲昀



左图：2021年9月26日，湖北省襄阳市保康县歇马镇中心学校健康加油站建成投入使用，为学生开展心理辅导工作。

老师是青少年抑郁症患者身边最重要的角色之一，来自老师和学校的关怀，有时候比家庭的支持更加重要。近日，《新民周刊》采访了两位中学教师。以下是两位教师的口述。

高中英语教师：生怕给他额外压力，单词默写也不要求了

我是一所民办高中的英语老师。我现在教的班级是高一，很多孩子在刚上高中时会有各种不适应，包括心理和精神上的问题。

我们班有一个留级的男生。他之前所在班级的老师跟我们沟通过一些关于他的情况。这孩子刚进校

时还比较正常，但是有一个问题：他的情绪很极端，开心时很开心，难过的时候完全不说话。

等到高一下学期，他就变得非常内向、安静，对学习也逐渐失去兴趣。再往后，这孩子被确诊为双向情感障碍。

等到他今年回来继续上学，因为留级，似乎压力就更大了。在班上，身边没有认识的同学朋友，他觉得比较孤独。事实上，他没完全封闭自己。有一次我在校园里看到他和以前的同学在一起，比平常开朗、活泼，并不是一言不发。

家长也告诉我们，他在家说，现在的同学都对对他很好。如果有人跟他聊天，他也会开心。他知道别人对他好，但是在学校有时难以控制自己的情绪，一时间很难去主动

与别人交流。

在我的日常观察中，这孩子上课时很乖，没有多余不该有的动作，高中的男生其实普遍爱搞点小动作，但是他完全不一样，太安静了。这使得他很难短时间跟新同学熟络起来。

作为民办高中，学校平时会在课余时间组织一些集体活动。今年一次活动前，孩子的家长一开始来电说孩子不想去，怕融入不了集体。到活动的前一晚，他父母又告诉我，发现孩子还是想去，因为他默默地准备好第二天需要的装备。

第二天活动开始后，我注意到他起初依旧闷闷不乐，一个人在旁边走来走去。当我邀请他一起参与，他接受了邀请。

前不久我们期中考试，我觉得肯定让他压力更大了。考完后没几天，这孩子没来上课。

最近他开始恢复上学，但是上了一天课，他又有了新问题：觉得自己跟不上，怕老师提问，答不上来，会被老师批评。总之这孩子在学习上的精神负担还是挺重的，导致他无法每天到校上课。

实际上，我们的各科任课老师很少会直接批评学生，现在的情况是，我们老师变得格外注意，生怕在课堂上给他额外的压力，很少提问他，连一些教学上的任务，比如单词默写都不怎么要求他了。