

别拿青少年抑郁不当回事

■ 韩慧

今日热评

针对全国政协委员提出的关于进一步落实青少年抑郁防治措施的提案,教育部日前答复称,将建立全过程青少年抑郁防治服务、评估体系,将抑郁筛查纳入学生健康体检内容,建立学生心理健康档案,评估学生心理健康状况,对测评结果异常的学生给予重点关注。

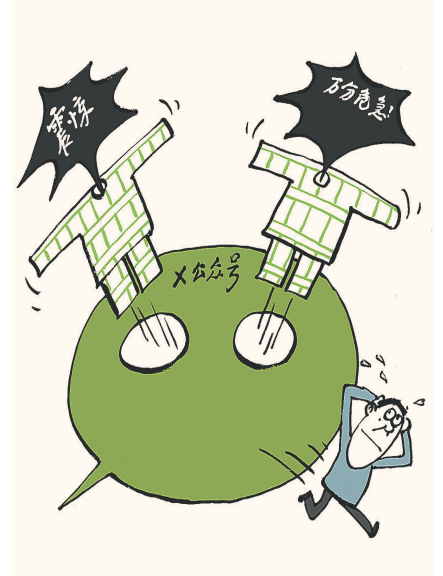
抑郁是一种精神疾病,临床体现为“三低”——情绪低落、兴趣减退、动力不足,且持续至少两周以上。抑郁症发病机理既有心理因素,也有大脑功能紊乱的器质性因素,患者本人很难控制。我国儿童青少年心理健康状况不容乐观,中国科学院心理研究所发布的《中国国民心理健康发展报告(2019—2020)》显示,2020年青少年的抑郁检出率为24.6%,其中轻度抑郁为17.2%,重度抑郁为7.4%。分年龄段来看,青少年抑郁检出率随年级的升高而升高。

反观现实,不少人对抑郁症认识不足,认为抑郁是矫情、娇气,是抗压能力差的表现。特别是对于青少年群体来说,大多数孩子物质需求得到充分满足,没有来自生活的压力,何来抑郁?不少家长因此把孩子的抑郁归因于学业压力,觉得只是孩子一时想不开、闹情绪而已,把抑郁当成疾病来对待太小题大做了。在这样的错误认知主导下,一些家长要么对孩子抑郁视而不见,要么一味给予心理关怀,以为只要孩子树立起信心,就能摆脱抑郁的困扰。殊不知,这样的做法反而可能加重孩子的心理负担,贻误病情,错过最佳治疗时机。媒体报道中,一些未成年人因为患上抑郁症得不到解脱而走上不归路的惨剧亦不少见,提醒我们要正视抑郁症,一旦患病要早日向专业医护人员求助。

提前筛查、提前预防、提前干预是防治抑郁症的有力手段。相对于身体上的伤痛,心灵上的伤痛难以被察觉,也就更具隐蔽性。青少年心智不成熟,认知不到位,加上家人的不理解,即使患病也没有引起足够重视。把抑郁症筛查纳入学生健康体检内容,将医疗介入手段前置化,就能尽早发现疾病苗头,及时提供专业救助,有助于全面提高收治率、治愈率。这是对青少年健康状况更立体更全面的托举,是青少年患者的福音,也是健康理念进步的体现。

有力防治抑郁症,也需破除社会对抑郁症患者的歧视和偏见。世俗的有色眼镜是压在抑郁症患者及其家属心上的石头,一些患者和家属因此而讳疾忌医、逃避遮掩,自以为低人一等,反而加重病情。将抑郁症筛查纳入学生健康体检内容,更大的意义在于,向社会传递出认识抑郁症、了解抑郁症,友善对待抑郁症患者的积极信号。得病固然可怕,更可怕的是明知道有病,却不敢面对。只要培育出友善的社会氛围,把“早发现、早治疗”机制落到实处,就能帮助青少年患者早日摆脱“心灵的枷锁”,重获心灵的自由。

青少年是祖国的未来和希望,健康体魄是青少年将来服务祖国和人民的基本前提。防治抑郁症,要把筛查抑郁症当成一项长期工程,多管齐下,常抓不懈,为呵护祖国的花朵作出长期不懈的努力。



图说辣论

弄虚作假“震惊体”

“震惊!”“速看!”“万分危急!”……网络推文盛行的当下,类似的“震惊体”标题满屏飞舞。当你顺势点开时,也许有人正在“收割”利益。据报道,近日,警方查处多起在微信公众号上炮制网络“爆文”的网络黑产团伙。一些公司通过“养号”,炮制网络“爆文”,赚取流量、收取广告费,用户每点击一次,公司就能赚取几毛钱。

对“震惊体”网文,很多人并不陌生。其特点是夸大其词、耸人听闻,以此制造恐慌、贩卖焦虑,诱骗人们点击查看。等点开后才发觉,有些是推销广告,有些是不实信息,有些是夸大谣言。尤其是老年人,极易上当受骗。“震惊体”网文歪曲了事实,煽动了情绪,扰乱了秩序,危害很大,对其背后的利益链当严查严打不姑息。

(图/王铎 文/张成林)

本言论只代表作者个人观点 投稿邮箱:hnrpl@163.com

谈热点 寻真相 海客谈

短视频很短,有的只有十几秒,甚至几秒,却能折射出怪诞离奇的人间相。

这不,近日,一位史先生可倒了霉。浙江绍兴一时髦女子开着车,拍了史先生过马路的视频,并精心配发一段文字,“聊了六个月的网友今天终于要见面了,他说他工作是搞土建的……我要下去见他吗?”史先生老婆、孩子看到后,和他大吵一架。真可谓,人在路上走,祸从天上来。

真实情况是,俩人从未有过交集。该女子何以谎话连篇?无非是为了骗取流量、点击量。异性网友、线下“奔现”,衣着反差、暧昧的话语……虚构情景与真实场景相互交织,带给人们窥私猎奇的冲动。不得不感叹,流量之下,该女子移花接木、无中生有的功夫实在了得。殊不知,如此肆意偷拍、弄虚作假,已触犯法律。可面对民警询问,该女子竟不以为意,毫无法律认知、底线操守。

短视频虽然已经风靡好多年,但不少博主想想法博出位的举动,却总是一再拉低人们的认知下限。

有人把镜头对准路人,有人则更为恶劣,把灯光打向了孩童。前不久,一则标签为“做梦都想不到,孩子想要化肥”的短视频引发全网同情。视频中,四川凉山一男孩蓬头垢面、

短视频别成无底线表演秀

■ 张成林

衣服脏乱不堪,讲述着“无父无母太贫穷”的悲惨故事。视频可谓正能量满满,获得网友广泛关注与转发。

后经核实,这一“卖惨”视频竟是视频博主一手策划。行走在人们的信息盲区,把贫穷作为卖点,把孩子视为工具,消费大众的善良、同情心,丝毫不顾客观实情……为了流量,视频博主无所不用其极。令人吃惊的是,以所谓正能量骗流量的做法,竟屡屡发生,且点击量众多。

不得不叹息,想象力如此丰富,手段如此多样,对受众心理拿捏如此之准,这些视频博主不修正道,反而弄虚作假、混淆是非,实在是“屈才”了。但反过来一想,如果真是守法运作,认真揣摩选题,精心构思创意,一步步把控引流,他们又是否耐得住、走得久,进而“出圈”走红呢?答案恐怕是否定的,急功近利的他们估计早就坚持不住,打退堂鼓了。短视频好比放大镜,照出很多人的浮躁心理、短视心态以及扭曲的价值观。

事实上,当我们付之以真情、育之以耐心,“短平快”的短视频同样可以绽放出美丽的人性之花。

近日,另一则视频博主的故事感动很多人。“网红”妈妈吕爱梅多年前带着两个儿子背井离乡,在大城市讨生活。后来,两个儿

子患上渐冻症,生活不能自理。家庭的重担没有压倒吕妈妈。为谋生计,吕妈妈做起美食博主,一家三口拍起短视频。一个上了年纪的女人,两个不能自理的儿子,做起视频该是何等艰难!不过,在不懈努力下,他们于锅台灶间,最终用美食短视频撑起家。

他们的短视频或许不够精美,但透过爽朗的笑声、自然的表达,人们能真实感受到一家三口对命运的不屈,对生活的热爱。没有现成的剧本,没有精美的包装,没有夸大的情节,吕妈妈凭借质朴的真情斩获了30万粉丝,给“假戏真演”的博主们上了一课。何止吕妈妈,有大叔以小视频详解美发难题,收获百万粉丝;有非遗爱好者通过短视频让传统技艺走进千家万户……短视频为一个个普通人打开了实现人生价值的新通道。

说到底,短视频只是工具,它的出现一定程度上消减了空间界限,拉近了人与人的距离,给人们带来更多“出圈”的机会。不过,正是因其“短平快”,才极易沦为突破下限的“粗浅烂”,成为欲望与贪念的集中地。庸俗还是通俗,颜值还是价值,流量还是质量,不仅是博主们应该慎重思考的选择题,同样是监管部门必须直面的必答题,其答案决定着短视频能走多远、红多久。

来论

心怀暖阳 何惧风霜

■ 杨朝清

“我自己也想像他们一样,照亮哪怕其他一个人也好。”近日,一篇清华大学贫困生的匿名自白在网上流传。文章没有卖惨,没有诉苦,用朴实的语言,让人看到苦难中的韧劲,以及推己及人、力所能及助人的态度。

在互联网时代,优秀的传播要充分调动受众的情绪、情感、欲望和认同。如果说名校的光环和励志的故事足够吸引眼球,清华大学贫困生背后关于城市与乡村、现实与远方、贫困与财富、青年与梦想等组合,都是燃爆舆论的因素。每一组关系,都会刺激人们关于身份的多重认同,情感的涟漪就这样荡漾出去,刷屏很难说不是必然。

不论是想省钱不参加班级同学聚会,还是“只吃米饭蔬菜也能长肉”,抑或每学期拿出3200元资助家乡小学生……从小地方来到大城市,一些寒门学子没有被现实击垮,而是在苦过、累过、哭过之后更加自强、坚

韧。哪怕遭遇现实的残酷和社会的坚硬,内心依然柔软,精神世界依然“向阳生长”。

有些文字之所以能够引发读者情感共鸣,不仅在于真诚的态度和真实的力量,更在于文字背后蕴藏的精神力量。透过一篇文章,读者见识了寒门学子命运的坎坷、人生的悲苦和求学的不易,感受到他们“穷且益坚,不坠青云之志”的精神力量,感受到他们为实现社会阶层向上流动付出的比常人更多的努力,承受的比常人更多的艰辛与悲苦。寒门学子的求学故事,不仅是破茧成蝶的角色蜕变,更是对信念与理想的执着追求。

缺乏财富积累和社会资本的农村家庭,供养一个孩子上大学并非易事。在一些寒门学子求学道路上,正是有了一些好老师和爱心人士的帮助,才能让无力者有力、给奋力者以托举,才能让寒门学子未曾

迷失前进的方向,未曾熄灭希望的火把。清华大学这一贫困生不仅接受了他人的善意和温暖,也传递了善意和温暖,在助人自助中实现爱心的闭环。

从“我走了很远的路,吃了很多的苦,才把这份博士学位论文送到你的面前”的黄国平,到“放牛娃成长为北大博士”的肖清和,再到“清华贫困生树洞刷屏”,寒门贵子之“贵”并不局限于他们后来的身价倍增,而在于他们历经苦难的磨砺实现了精神成长,具有坚强的意志和强大的内心。对“知识改变命运”有着笃定的价值追求,长期生活困顿却没有因此心灵扭曲、精神荒芜,而是身心健康成长,即使物质匮乏却也精神丰盈,对他人充满善意,寒门贵子身上不仅寄托着众多平民家庭改变命运的希冀,也承载着“无穷的远方,无数的人们”对孩子成长成才的渴望。

广告·热线:66810888

椰牛 11.11 椰力全开 争“鲜”购

椰子汁 椰子水

我们的价值观

支誠敬愛活心平自和文民富 善信業國治正等由諧明至疆

共产党人

麦贤德小传

麦贤德(1933年)入党,广东饶平人民。弱冠入伍,志以董存瑞、黄继光为范。欣赴海軍雄艇,誓当机电精兵。练就高强本领,养成英勇作风。曾护漁东山岛,为流矢中,浆血尽出,忍剧痛,犹奋战不退,歼贼寇于海上。壮士哉!敢于胜利,勇于牺牲,堪称“钢铁战士”,无愧“战斗英雄”。

作者 賀宗儀 谷玉輝 書

世系船民壯志雄 幸方弱冠即從戎 護漁中大潭難顧 鉅錢精神唱大風

九评江青特刊

战斗英雄 麦贤德 运城沈康 冯淑玉剪纸

中宣部宣教局 中国网络电视台 中国楹联学会