

奧地利學生的心理健康狀況嚴重惡化

駐奧地利代表處教育組

根據一項研究，56%的 14 歲以上的人有憂鬱症狀。尤其令人震驚的是，16%的人有自殺的念頭。

由於新冠狀病毒大流行，奧地利學生的心理健康狀況嚴重惡化。根據多瑙河畔克雷姆斯和維也納醫學大學的一項研究（約 3000 名受訪者）研究報告顯示，14 歲以上的受訪青少年中，有 56%表現出憂鬱症狀，其中一半出現焦慮症狀。這些抱怨以及睡眠障礙的頻率增加了五到十倍，同時有 16%的人有自殺念頭，這也是一個顯著的增長。

「結果令人擔憂。」這項研究的負責人多瑙河畔克雷姆斯大學的 Christoph Pieh 教授在一份新聞稿中表示，特別令人震驚的是，約有 16%的人每天或在一半以上的日子裡有自殺念頭。研究報告作者、維也納醫學大學醫學院附設醫院兒童和青少年精神病學系主任 Paul Plener 則強調，與奧地利上次數據相比，這是一個顯著的增長。

這項於 110 年 2 月 3 日至 28 日進行，發表在「社會科學研究網」（SSRN）上的研究還顯示出，青少年手機的使用量顯著增加；同時，大約一半的學生每天在智慧手機上花費 5 個小時或更長時間，這是 2018 年的兩倍。而這個部分是更令人擔憂的，因為隨著每天手機使用量的增加，心理抱怨的頻率也會顯著增加。Pieh 教授強調，青少年即使在這個過程中也用手機來保持社交聯繫，但這似乎也不能取代個人聯繫，同時，研究顯示青少年的體育活動顯著減少。

Pieh 教授認為這樣的結果，迫切需要採取行動，並呼籲在今後的決定中更多地考慮到這一流行病所造成的社會心理後果。除了根據症狀的嚴重程度迅速進行適應的心理輔導外，還應提倡體育活動。健康研究的專家則認為，學校在這裡起著重要作用，遠遠超出了書本上所呈現的，開放學校可以提供促進青年社會聯繫和個人交流，同時為學生提供固定的日常生活架構。

撰稿人/譯稿人：駐奧地利代表處教育組

資料來源：奧地利新聞報 2021 年 3 月 2 日

Psychische Gesundheit von Schülern hat sich massiv verschlechtert

<https://www.diepresse.com/5945107/psychische-gesundheit-von-schulern-hat-sich-massiv-verschlechtert>

