

奧地利學生代表要求與學校心理學家進行年度諮商

駐奧地利代表處教育組

社會對身體和心理健康的認識仍有差距。奧地利聯邦學校發言人 Susanna Öllinger 表示，如果我的腳扭傷了，去看醫生是正常的，但約見心理學家則會引起矚目和驚訝；她認為，現在比以往任何時候都更重要的是學生要克服心理障礙，更勇敢公開地談論他們的心理狀況。

正如聯邦心理治療協會的 Barbara Haid 在新聞發佈會上解釋的，目前研究結果顯示一個 "災難性的畫面"。自新冠病毒大流行爆發以來，焦慮症、抑鬱情緒、情緒問題和過動症都急劇上升。

Haid 認為多瑙河大學克雷姆斯分校第三次調查中的數據尤其令人震驚，該調查評估了奧地利 14 至 20 歲學生心理健康情形，這些數據目前為尚不具有代表性的中期結果，但在 993 名女性受訪者中，60% 的人描述了抑鬱癥狀、大約一半的焦慮癥狀和 4 分之 1 的睡眠障礙；38% 的人抱怨壓力過高。這與 2 月的第一波調查結果大致相當。

在 206 名男性受訪者中，在性別比較的比例較低，但與上一次調查相比，所有類別的比例都有增加：40% 報告有抑鬱症狀，3 分之 1 提到焦慮症狀，18% 出現睡眠障礙。20% 的男性受訪者報告說壓力很大；這一次還首次詢問了與酒精有關的「有問題的飲酒行為」：16% 的受訪者都是如此。

聯邦學生代表委員會目前正在呼籲增加學校心理學家的數量。Susanna Öllinger 估計，在奧地利目前每 6,000 名學生中有 1 名學校心理學家，但這一比例顯然太低了。特別是因為她想到了所有學生每年應與各自學校心理學家的諮商——類似於每年與學校醫生的預約。這樣，人們就可以建立信任的基礎，把心理諮詢作為共同的東西。還必須擴大學校心理治療的範圍。

聯邦心理治療協會則提出了「適合學校」的概念，以便能夠在學校提供持續的低門檻支援。心理治療師海德說，在提洛邦，部分學校已經有該項支援，但在全國範圍內提供支援仍然缺乏資助的政治意願。該協會認為，每周陪伴學校 4 小時是有意義的，每所學校每年的費用約為 15,000 歐元。

撰稿人/譯稿人：駐奧地利代表處教育組

資料來源：Schülervertreter fordern jährliches Gespräch mit Schulpsychologen

<https://www.derstandard.at/story/2000131051825/schuelervertreter-fordern-jaehrliches-gespraech-mit-schulpsychologen>

