

# 孩子,请珍惜自己的生命!



胡某宇生前照片

本报讯(YMG全媒体记者 赵蓓蓓)2月2日,江西省、市、县联合工作专班在江西省上饶市铅山县召开新闻发布会,通报胡某宇事件调查情况。调查结果显示,胡某宇系自缢身亡,尸体发现地系原始第一现场。通报指出,经心理专家访谈、分析,结合胡某宇失踪前行为,认为胡某宇性格内向温和、孤独,在意他人看法,少与人做深入的思想情感沟通,情感支持缺失,缺少情绪宣泄渠道,常有避世想法。心理专家提醒所有的家长,生命教育是家庭教育中不可缺失的重要部分,请用心去爱孩子,请告诉孩子们,生命是人世间最宝贵的东西。

如何让胡某宇的悲剧不再重演?记者采访了国家二级心理咨询师、烟台第九中学解德荣老师。解老师表示,从新闻发布会上我们可以看出,胡某宇在升学后存在睡眠、注意力、成绩、情绪等方面的问题。假如在这段时间里,有相关人员能够足够

重视并采取切实有效的措施来帮助他,或许这个孩子依然会和我们一起享受阳光、健康成长。

解老师呼吁所有的家长,要告诉孩子,生命是独一无二及无法重来的,请珍爱自己的生命。人生之路不可能一帆风顺,孩子成长的道路上一定会遇到这样或那样的困难,我们要告诉孩子:把“人”和“问题”分开,是“我”这个人“遇到”了问题,而不是“我是个问题”。这样孩子才会理智、客观地去看待困难,看待自己,然后运用各种方法或者通过各种途径找到解决问题的有效方法。

作为家长,我们应时时刻刻关注孩子的心理状况。当孩子情绪出现问题时,要立即采取有效方法帮助孩子调控情绪。假如自己力不从心,可以求助专业人士对孩子进行干预,及时解决问题。家长应注重亲子沟通,多听孩子倾诉,在孩子有困难的时候助一臂之力。

## 新闻背景

### 胡某宇失踪事件

2022年10月14日,江西省上饶市铅山县致远中学高一学生胡某宇失踪。事件发生后,当地党委政府高度重视,组织有关部门和各方力量,持续开展调查搜寻工作。2023年1月28日,胡某宇尸体被发现。

现场勘查结果显示,中心现场没有打斗、拖拽痕迹。现场还发现黑色录音笔一支,经公安部鉴定中心对录音笔内音频文件进行恢复,胡某宇于2022年10月14日17时40分、23时08分录制的

两段音频清晰表达了自杀意愿。

通报指出,2022年9月胡某宇到致远中学就读后,因学习成绩不佳造成心理落差,加之人际关系、青春期冲动带来的压力,造成了胡某宇失踪前心理状态失衡,表现为入睡困难、早醒、醒后难以再入睡等睡眠问题,存在注意力难以集中、记忆困难等认知功能障碍,存在内疚自责、痛苦无力无助无望感、无意义感等情绪问题,有明确的厌世表现和轻生倾向。



警方3D还原现场



遗体发现地



“讲文明 树新风”公益广告

## 共建森林城市 共享生态文明