

家庭富裕 学业优良 人缘不坏 自杀率高

硅谷优秀中学生“压力山大”

地处“硅谷”中心的帕洛阿尔托市有两所精英中学，学生大多来自富裕家庭，学业优良，前程似锦。然而近几年，这两所中学学生自杀率却是全美平均水平的四倍到五倍。自去年底到今年春的半年时间里，5名当地中学生先后自杀身亡，令人震惊。到底是什么原因，让这些花样年华的孩子选择不归路？

自杀阴云笼罩校园

2014年11月4日，距离填报大学志愿还有一个半月时间，帕洛阿尔托市亨利·M·冈恩中学的学生阿莉莎·西伊一早到校，就察觉校园里气氛异常。全校教师集中在会议室里，片刻后，老师们鱼贯而出，每人手里拿着一张通知，无人说话。

紧接着，全校1900名学生在课堂上得知了那张通知上的内容：一名男生前一天夜里自杀。在听到这名男生的名字时，阿莉莎呆了片刻：“卡梅伦·李吗？学校里还有第二个卡梅伦·李吗？”她无法相信那个成绩好、爱运动、偶尔搞点恶作剧、颇受同学喜欢的“万人迷”卡梅伦会突然自杀。

同一天早上，学区主管格伦·麦吉紧急致电学区内另一所公立中学——帕洛阿尔托中学校长金·迪奥里奥，提醒她留意一个新的“自杀频发期”可能已经出现。

在帕洛阿尔托市，上一次出现这种短时间内中学生连续自杀的“自杀频发期”是在2009年。那一年，9个月内，3名冈恩中学的学生先后自杀，其中两人卧轨，一人上吊。

麦吉到学区上任的第三个月，即卡梅伦死前三个星期，当地一名女学生从天桥上跳下身亡。一天后，一名前一年刚从冈恩毕业的学生卧轨自杀。不到一个月时间里连续发生三起学生自杀事件，麦吉有充分理由提高警惕。在他的指导下，学区立即着手实施针对学生的心理咨询和情绪疏导工作。

很难说疏导工作是否起作用。卡梅伦死后第三个月，冈恩中学的高三学生哈里·李跳楼自杀。又过了一个月，帕洛阿尔托中学15岁的拜伦·朱在一个清晨躺倒在一列疾驰而来的火车车轮下，成为短期内第五名自杀身亡的学生。

优秀学生选择轻生

2009年“自杀频发期”之后的将近5年时间里，帕洛阿尔托学区



■帕洛阿尔托市通勤列车轨道旁「劝阻穿越」提供帮助的人的警示牌

的家们开始思考，这些孩子为何选择轻生。一些家长曾想当然地认为，自杀者可能生前缺少关爱，或是有某种心理疾病。而如今，“万人迷”卡梅伦的死，让他们清醒意识到，这些自杀的孩子本来可能很“正常”。

一名学生家长说：“他们曾和其他孩子一样，和我的孩子也没什么不同。大家现在觉得，真说不好自己孩子是否会成为下一个。”

在自杀前留下的一张纸条中，卡梅伦写道，他的死与学校、朋友和家人均无关，但他没有解释为何选择轻生。所有人都迫切想要知道原因，但目前有迹可循的疑点只有一个：卡梅伦似乎睡得很少。

他的好友亚历克斯·吉尔说，如果你在周六凌晨三时想要找人一起去吃个快餐，卡梅伦绝对是不二人选，因为他几乎整夜醒着，他的“推特”账户半夜三更也显示在线。吉尔说，他曾问过卡梅伦为何每天深夜不睡，对方回答说做家庭作业。对此，吉尔并不相信：“他是好学生，门功课拿A，完全不用担心成绩。”

不过，卡梅伦也可能没说谎。在冈恩中学这所硅谷精英学校，越是优秀的学生，压力越大，越在意自己的学业表现。

这所中学去年被《美国新闻与世界报道》周刊评为全美最精英的5所中学之一；学校74%的学生有至少一个家长持研究生学历。每年，该校五分之一毕业生考入斯坦福大学，四分之一毕业生升入加利福尼亚大学各分校。

卡梅伦死后第二天，同校学生玛莎·卡伯特制作了一段视频，发表

在互联网上。她在视频中称，“学生们承受着可怕的重压”，虽然学校和家长不会明确提出或强迫“我们在一切事情上都能有所成就”，但“我们能感受到这种持续不断的需求”。在硅谷这样一个精英遍地、竞争激烈的学区，“我们没条件脆弱，没时间感伤。”

该学区2014年实施的一项调查显示，12%的中学生承认在过去一年中有过自杀企图。截至今年3月份，冈恩中学已有42名学生因“受自杀想法困扰”而接受心理咨询或入院治疗。

精英教育带来问题

帕洛阿尔托中学学生拜伦·朱卧轨自杀后，同校同学安德鲁·卢在博客里贴出一份图表，标出近期内自杀者的三个关键词：帕洛阿尔托、男生、亚裔。“自杀风险最高的群体似乎是亚裔高中男生。天哪，我自己就是。”

但这并不足以说明问题。冈恩中学目前超过40%的学生是亚裔，因为越来越多的富有亚洲人近年在硅谷买房安家，把孩子送进当地学校。亚利桑那州立大学心理学教授苏尼亚·卢塔尔认为，相较于族裔文化，精英文化与硅谷中学生自杀频发的关联更大。

卢塔尔多年研究发现，相比普通学校，精英学校的学生中吸烟、喝酒、吸毒者的比例更大，患心理焦虑和抑郁的几率也更高。

究其原因，卢塔尔认为，一是源于“学业压力和课外活动负担”，二是“富裕家庭孩子与父母不够亲

密”，他们的情绪问题和精神压力往往无人知晓，更无人疏导。

这一观点得到儿童心理学家马德琳·莱文的认同。莱文关注旧金山湾区有钱人的心理问题多年，发现如今的亲子关系与以往大有不同。她举例说，十年前，年轻人和父母吵架时会嚷嚷：“我不喜欢！我不会去做！”而如今，青少年会私下抱怨同样的烦恼，却大多不会反抗家长，因为他们认为自己别无选择。

莱文说，精英教育制造出一种假象，让许多孩子误认为“通往成功的道路只有一条”，而这不可避免会加重青春期的心理压力。

努力预防自杀蔓延

为此，冈恩中学所在学区近年来投入大量精力，预防自杀蔓延。自2009年，学区聘请心理学专家和咨询师，为学生做心理辅导工作。一起自杀发生后，学校教师和心理学家会在校园里巡逻，安抚那些哭泣的学生。同时，校方酌情公布自杀者的个人情况和自杀方式，避免学生了解过多细节，进而产生共鸣。

此外，学区还会特别留意学生对死者的追悼形式，禁止过度渲染，预防悲观情绪蔓延。2009年，为悼念一名自杀男生，冈恩中学的学生把玫瑰花瓣撒满整个校园，有学生回忆说那种场景让人觉得“美丽而恐怖”。

卡梅伦死后，一些学生夜里溜进校园，在醒目处用粉笔写下“我们爱你”、“愿你安息”等话语。学校管理者很快赶来，与这些孩子沟通，并在第二天擦去了这些字。张代蕾

相关链接

青春期少年易钻死胡同

泰勒·邱曾是帕洛阿尔托中学的学生，2002年自杀未遂。她回忆说，她的父母算不上“虎爸虎妈”，但母亲每天准时到校接她回家，清楚地每次测试的时间和成绩。家里有一些雷打不动的规矩：全家共进晚餐，家庭作业做完才能玩，学校布置的所有任务必须完成。

泰勒说，她那时十分顺从父母意愿，完全不懂如何自我调节和喘息。

2001年，泰勒成为帕洛阿尔托中学的新生，参加了学校的水球训练班。此外，她还是校游泳队、女童子军、爵士乐队和话剧团成员，每天早出晚归，时间安排得满满当当。

泰勒说：“我累得要命，开心不起来，但又没法放慢步伐，我不敢中途退出。我感觉自己无处可逃。”一天夜里，她从家里浴室的药箱中拿走一瓶镇痛药，全部吞下。所幸父亲及时发现，她被送到医院，捡回一命。

泰勒说：“还好我那时只听说过有人服药自尽，没听过卧轨。要不然，在当时那种绝望心境下，在那些最糟糕的日子里，我可能会选择卧轨自杀。”

泰勒出院后，开始学会对父母的安排说“不”，并退出了学校游泳队。她发现，父母和学校都迅速接受了她的变化，“没有灾难后果发生”。两年后，她以优异成绩毕业，考入哈佛大学。

回顾那段时光，泰勒认为自己和其他那些选择轻生的学生一样，是一时钻进了“青春期的死胡同”：精神压抑，缺乏睡眠，丧失清醒思考和解决问题的能力，自认为无路可走，最终选择毁灭。

对于青少年自杀，心理学界尚无成熟理论能全面解释其背后动机，因为研究者无法真正了解每个孩子的心理最深阴影。如同新泽西州心理学家戴维·莱斯特所说：“人们指望我能够回答‘人为何自杀’这个问题，但我和我的同事们都必须承认，我们其实并不那么清楚答案是什么。”

不过，有一点可以肯定的是，相比成年人，青少年更易受到身边同学行为的影响，可能“美化”自杀，进而效仿这种行为。

松江大型社区

精装修现房·复式房

6万/套

首付 养老上选

抢房热线:67890088

路线:地铁9号线松江大学城站下面可

招商信息

闵行开发区
快速注册各类公司
特办一般纳税人
64682438
13321835800

公告

上海子洋物业管理有限公司是一家专业从事物业管理服务的具有独立法人资格的公司,具有物业管理企业三级管理资质,编号:沪【浦东】881号,现面向全社会承接物业管理服务业务有需要联系13585591480周先生

招标公告

上海延安饭店针对2016年度蔬菜副食品、冻品类向社会公开招标。
61331188-8568

海南温泉现房

3980元/起
看房团每周发
购房热线:400-157-0809

稀缺全能居家型社区

16万/套

1-233 出租20年
包租有优惠一个月 起租1000

全配全装电梯房 拎包入住

幸福汇携手亲和源

为您打造一站式养生社区

021-64177531 徐汇区肇嘉浜路1065号飞雁国际大厦1708室

合欢

女64岁未婚工商所退气佳
看房心好 15201778476
女72岁离独社科院道貌好洋
房年龄不限 13918442058
银行退女70岁丧偶家境优年
龄不限开我幸15921054171

南北婚介

介绍到称心
56703990
统好女教师退75岁丧偶育多
房出租寻88岁内62767217
女70岁丧偶儿科医生体位贴
宽房寻相伴 15201778476

征婚

海归女66岁丧夫无孩经商富有
游世界开我幸15201778476
漂亮外科女医生59岁丧偶党
夫留工房多房别墅车薪丰元
亲入寻85下上15000284758女付
52年丧1.76本科原银行付行长现
59岁海归丧偶皮具总代理商务
套房豪气气质佳64689479
大学教师退女73岁独居复式
房有缘分相伴15800716941