

# 杭州男人自杀率高于女人,而全国情况相反 杭州男人比女人脆弱?

文 / 本报记者 褚睿雅 通讯员 施水泉 摄 / V3 影堂

我们总是用“阳刚”、“伟岸”、“坚强”之类的形容词来形容男人,但是在自杀录中,我们却能轻易找到那些本该是坚强的身影:海明威把猎枪伸进嘴里,扣动了扳机,以此来维护自己那种“可以被消灭但不能被击败”的男子汉的“尊严”;张国荣纵身一跃,以此来结束种种压力和无奈;……

近日,杭州市疾控中心作的一次调查显示更是触目惊心:因轻生而死亡的比例占所有非正常伤害死亡份额的12%,近年来有增加趋势。杭州人群分布与全国大不相同,男性自杀率明显高于女性。为什么杭州男人比女人脆弱?

## 现场

### “我听你的话,把农药倒掉了”

设在杭州市第七医院心理危机干预中心的24小时心理干预热线,自从2004年5月25日正式开通以来,共接受了4万余人次的咨询,让无数徘徊在自杀边缘的求助者重新找回了生命。

这些求助者中,不乏年轻男人的身影。

“我已经准备好农药了,我很痛苦,不想活下去了。”这个月初,从外地来杭州工作的小伙子小林(化名)打进了心理热线的电话,接电话的是专职咨询师何臻。何臻听着小林的话,心里马上就警觉起来,给这样的高危求助者做电话咨询,每一句话、每一个字都会起到意想不到的作用。

小林二十多岁,前几年独自来杭州闯荡,后来认识了一个女孩子,很快就喜欢上了她。在他的追求下,她成了女朋友。

女孩告诉小林,她已经走过很多城市了,每次离开的原因都是因为被男人喜欢上。她只要被男人喜欢上,就会忍不住想逃,就会忍不住换一个城市开始新的生活。

听了女友的苦恼后,小林加倍疼爱她,希望用足够的爱把她留在身边,女友也很努力地接纳他。但是,前几天,女友忽然对他提出分手,说自己已经很努力了,但几年下来还是没有办法接纳他,她要离开杭州了。

小林很爱女友。这几年的相处,女友已经成为他生活中无法或缺的一部分了,她忽然间抽离,让他根本没有办法承受。

沉溺在失恋情绪中无法自拔的小林越来越痛苦,他不知道该怎么解脱,就买了一瓶农药。

买好农药后,他给一个比较要好的同事打电话,让这个同事晚上到他家去一趟。

总觉得有些事情没解决完,小林又拨通了心理干预热线的电话。

聊了很久,何臻才知道小林的故事。在咨询的过程中,何臻一直很耐心地听小林叙述,并设身处地地回答了小林一直很迷茫的问题。

小林逐渐平静下来,并逐渐信任电话这头的何臻。感受到了小林的信任,何臻对小林说:“你现在先把电话放下,去把农药倒掉。”

何臻听到电话里传来倒水的声音,悬着的心算是放下了一半。

小林拿起电话:“我听你的话,已经倒掉了。”

何臻说:“你做得很好。”

接下来,何臻让小林找个朋友陪他到七院做面询,何臻问他:“是你自己打电话给朋友呢?还是我来打?”

小林给了一个号码。何臻打过去,让对方赶紧去看看小林,并陪他到医院来一趟。

那朋友相当惊讶:“他是叫我晚上去他家一趟,可我真想不到他会想自杀。”

当天下午,小林就在朋友的陪同下到七院做了面询。

从热线开通至今,何臻就一直在那里工作,一开始做兼职,现在做全职。何臻说,从她接电话的情况来看,三四十岁的人打电话咨询的特别多,感情问题、压力是咨询的主要内容。

## 男人的压力时代

### 从初中开始,一直要扛20年

据杭州市疾控中心主任赵国秋介绍,自杀是一个全球性问题。自杀在众多死因的排序,世界范围排第13位,并成为15—34岁的年轻人群的第一大死因。我国每年约有25万人自杀,200万人自杀未遂,其中有一半人为抑郁症患者。人群分布特点是女性自杀率比男性高(自杀未遂率也相当高);而男性自杀死亡率比女性高,这与男性自杀未遂率低有一定关系。

杭州的人群分布与全国大不相同,男性自杀率明显高于女性。

为什么杭州男性轻生者的比例要高于女性呢?记者采访了杭州市疾控中心的心理专家曹日芳。曹

日芳告诉记者,事实上这样的情况并不单单存在于杭州,几乎全国所有大城市都是如此——男人比女人脆弱。因为全国的统计结果包含了农村的情况,农村里是女性轻生者多于男性,而且农村女性自杀死亡率也比较高。

那么,为什么城市里的男人如此脆弱呢?曹日芳说,从年龄来看,这些男性轻生者多为15—34岁的青壮年人群,这是压力最集中的年龄段,与女性、农村男性、别的年龄段的人群相比,他们所承受的压力也比较特殊。可以这么说,他们的压力从初中开始,一直要扛20年。在这20年中,他们经历升学、就业、恋爱、结婚、生子等各种各样的压力。



## 自杀原因

### 压力太多,又太好面子

手下的任务他老是完成不好也是压力。

另外,怎么规划自己的职场生涯,比如跳槽、比如升职,都是压力。

#### 职业压力

这个年龄层的男人,最先要面对的是职场的压力。先是找工作的压力,现在找工作并不是一件很容易的事情,特别是找份合自己心意的工作,很多人都是专业不对口。

找到工作后,压力还是很大,竞争、角色转变、工作性质、工作量等各个方面都是压力。很多年轻人踏上工作岗位后,很难做到自己想做什么就做什么,基本上都是领导派个任务给他,无论想不想做都得做,因为是新人,并且还是个男人。

工作找到后,职场的压力并没有结束,领导给的任务完成不了是压力,交给

#### 人际关系压力

这个年龄层的男人,从学校到社会,从象牙塔走到一个大染缸里,落差很大。到社会上后,交朋友就没那么单纯了,稍有不慎就会有交友不当的情况产生。

另外,这个时候的人际交往多少带点功利、压力的味道,很多交际都是有目的的。怎么搞好和上级的关系,怎么让下级为你创造更大的效益,怎么搞好和客户的关系,怎么和跨行业的人交朋友,对这个年龄层的男人来说,都是压力。