

编者按：2021年，由中国科学院心理研究所发布的《乡村儿童心理健康调查报告》显示，留守儿童的心理风险更大，他们的抑郁检出率28.5%，过度焦虑检出率27.7%，均高于非留守儿童。报告指出，随着经济发展和城市化进程加快，城市和乡村在教育资源上的差异逐渐拉大，乡村儿童的成长相比城市儿童需要更多的关注和重视。就让我们随着长期调研县乡儿童心理问题的芝加哥大学青年学者付琳璐，以及两位一线县乡学校心理教师，了解县乡中小学生的心理现状。

县乡中小學生，正面临比以往严重的心理危机（上）

转自：三联生活周刊 作者：魏昭阳 编辑：爱心志愿者

在付琳璐及另两位一线县乡学校心理教师的观察下，县乡的中小學生都在默默承受着一些可能未曾充分注意到的心理困境。他们有的缺少父母陪伴，有的在校园遭遇欺凌后难以获得帮助和支持，有的因为家庭贫困而自卑。这些生活中的风险因素，加上相对匮乏的社会资源支持，在孩子身上外显为低自尊心、自残自伤、厌学、网络成瘾……以下是她们的讲述。

讲述人1：芝加哥大学博士 付琳璐

我在重庆农村长大，曾有很长一段时间被自卑的问题所困扰。不标准的普通话、带口音的英语口语，都是被嘲笑的农村印记。

我发现，在互联网发达的当今，他们比我当时更早更直接地感受到和城市孩子的差距，会产生更严重的自卑感。

2019年起，我在广东、重庆、湖南、河南等省份展开正式调研，走访了一百多所县乡学校，重点关注小学高年级和初中阶段孩子的心理问题。我发现，这些孩子的心理问题表现在自卑、社交障碍、抑郁、厌学、自伤等等。最常见的一种是网络成瘾。2023年，我们团队对55所乡镇中小学生的5017个学生开展了调研，在五年级学生中，



《悲伤逆流成河》剧照

47.87%的学生已经有轻度到重度的网络成瘾问题，网络成瘾的七年级学生更多，超过了50%。成瘾的背后，是孩子们缺失良好的同伴关系和家庭支撑的现实。他们的社会支持系统出现了很大问题，只能寄希望在网络上被看见、被尊重、被接纳。

我们在调研中发现，孩子的心理问题是多种风险因素叠加，但有几个明确的诱发因素。风险因素之一是家庭经济困难。因为家里条件不好，一些孩子从小背负沉重的心理负担。

风险因素之二是家庭结构变化，比如留守或者离异。我目前在重庆一个县城调研，这里的农村小学一个班里有70%左右的孩子都处于留守状态。学期初，老师让孩子们识别自己的情绪跟哪些事件有关系。老师拿起“开心”这个词时，孩子们的回答五花八门，有各种开心的事，但他们伤心的事非常相似，就是爸爸妈妈过年没回家、或者过完年又出去打工了、还有爸爸妈妈离婚了，亲子分离和父母关系就是他们所有不开心的来源。

在访谈中，许多孩子展现出超出年龄的成熟懂事。才上二三年级他们知道爸爸妈妈是为了赚钱养家才出去打工的，不会怪爸爸妈妈不在身边。但没人在身边关爱他们，内心经常孤立无助。这其中，对小学阶段的孩子而言，父母离异带来的心理伤害更大。这个年龄段的孩子很难理解爸爸妈妈离婚这件事，有的孩子很容易把责任归咎于自己。

在乡村地区非常凸显的另一个风险因



《小舍得》剧照

素是校园霸凌。霸凌会给孩子带来非常严重的创伤性记忆，从而引发抑郁、焦虑等心理健康问题。比起村子里的学校，镇上学校的霸凌现象更为突出。镇上学校的人际关系更复杂一些，再加上学生数量多，学校资源不足，管理较松散，就更容易滋生欺凌与暴力。有个女孩小学时跟父母外出打工，初一下学期回到老家的镇中学读书。她回来之后发现班里已经形成了一个团体。同学会悄悄说她坏话，评价她的穿着长相，每天都感觉被人指指点点，一个朋友也没有。到了初三她陷入严重的抑郁状态，出现自残行为。

这个女孩的经历是校园霸凌里典型的社交霸凌——通过社会性的关系排斥一个人。校园霸凌属于学校层面应该解决的风险因素，但很多乡镇学校并没有能力建设一个零霸凌的校园环境。现在很多老师对管教学生的方式和尺度摸不准，很无力，害怕介入同学矛盾后不小心就会被学生上告，导致自己担责，甚至丢了工作。再加上许多乡村学校的老师对校园霸凌的严重性认识不够深，如果真打出事，就让家长直接带回家。

如果说，城市儿童的痛苦主要来源于竞争压力，比如我们常说的“鸡娃”、“内卷”，在父母的高关注强管控之下，压力过多，把孩子压垮了，那么县乡的孩子很多是父母支持缺位、贫困压力等等保护性因素过少，没有托举住，孩子就下坠了。

在处理心理上，我们调研的很多老师自身没有受过专业的培训，面对学生的重大心理问题手足无措。重庆县城一共有二百多所学校，加起来只有30名专职心理教师，其中一半都在县城里，还有好几个并非心理学专业，是“半路出家”。

解决孩子的心理问题，我们不能单一地依靠父母或者老师，而应该将几方联合



《狗十三》剧照

起来。家长层面上，不在孩子身边的农村父母，也是有多种手段增加跟孩子的联系的。学校层面上，要帮助老师加强社会情感能力，先有幸福健康的老师，才能教出幸福健康的学生。社会层面上，公益组织的介入是很重要的，加强农村地区心理健康知识的科普宣传，减少家长孩子的病耻感。

另外，我想呼吁的是我们需要从问题视角转向预防视角，不要等到问题暴露才来事后补救。如果从小受到好的心理教育，建立起个人保护系统，在孩子之后成长的一路上遇到各种风险因子时，有能力去抵御，患上心理疾病的概率就低得多了。（未完待续）



后记：

爱心基金会衷心感谢来自美中两国爱心人士与志愿者的无私捐助和奉献支持。

爱心基金会享有美国联邦政府501(c)(3)免税待遇和美国联邦政府联合捐款(CFC # 10769)，如您有意支持中国农村的健康教育和公益组织支持、中美文化交流及生态环保、可持续发展项目等，爱心基金会将全力助您达成心愿。

如欲了解爱心基金会，请浏览爱心网页：www.aixinfund.org

如欲联系爱心基金会，可Email：aixinfund@gmail.com

或致电 Tel: (202)-321-8558 张伊立博士 / (301)-529-9419 高放先生

您的善款支票可寄往：
AiXin Foundation, Inc., 13621 Valley Oak Circle, Rockville, MD 20850



叶黎

Li Ye
Broker/Owner
202-271-8066 (C)
301-292-1000 (公司)
E-mail: liye@remax.net
Licensed in MD, VA and DC



华府首家华人创办的RE/MAX房地产公司诚聘新经纪人

- 诚邀房产经纪加盟
- 全国联网, 环球客源
- 免费定制个人网页
- 定期业务培训
- 交流成功案例
- 一流办公设施
- 专业规范管理

 Samantha He 何青 240-686-5588 samantha.q.he@gmail.com	 Jay Yu 余海豪 301-529-3985 Yujayhomes@gmail.com	 Ana Maria Carretero 301-740-5488 amcarr07@yahoo.com	 Betty Tang 240-988-6110 chengbettytang@gmail.com	 Elaine Wu 240-704-2008 elainewu.realty@gmail.com	 Jing Liu 刘景 301-215-0629 jingliuhomes@gmail.com
---	---	---	---	--	--

地址：17B Firstfield Rd., Ste 208, Gaithersburg, MD 20878

鸿运贷款公司

FORTUNE MORTGAGAE
CO. (NMLS# 201418)
PRESIDENT 王立明 (NMLS# 206213)
JOE WANG TEL: 301-309-1818

各类房屋贷款

信用第一 文件保密 快捷通过
最新推出适合医生职业的贷款项目
5% down, no MI, no Point,
3.125% for 5yr Arm
另有 80/20 100% LTV 产品, \$0 首付, no MI



5-035