

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（下）

转自：三联生活周刊 作者：魏昭阳 编辑：爱心志愿者

（接上文）

讲述人2：湖南县郊小学 芒芒老师

我是湖南西南部一个县城郊区小学的语文兼心理老师。2022年，我成为专职心理教师，负责二到六年级每周一节心理课。这所学校规模小，每个年级2个班，每班约35人，学生多来自周边乡镇及进城务工家庭，超半数留守儿童，家庭经济条件普遍一般。

家庭支持系统的缺位

和很多孩子深入接触后，我明显地感觉到他们的家庭支持系统是非常弱的。家长们忙着赚钱养家，自身长期处于“心理贫瘠”状态，试图用自己的苦难来激发孩子的学习动力，但往往忽视了孩子的情绪。他们常常给孩子们贴标签。我曾在课堂上做过统计，80%以上的孩子听过家长说他们“你不是读书的料”“以后只能去打工”等。这种长期否定让孩子们从小缺乏价值感，陷入“我不行”的自我怀疑，即便内心渴望进步，也因信念崩塌而逐渐放弃努力。

学校系统中的心理困境

校园环境同样影响着孩子的心理健康。上学期有个六年级的女孩，因为不知道如何处理和班主任的关系而自伤，手臂布满划痕。班主任是一位六十多岁的返聘



《少年派》剧照

老师，非常认真负责，但教育观念比较传统，常常骂孩子。和班主任无法沟通，孩子很崩溃，她觉得“我就是很没用，不如死了算了”，所以开始划手臂。

另一个让我牵挂三年的孩子小易，曾因与同学冲突时爬窗“逃跑”吓坏老师。深入了解后得知，父母离异后，奶奶也缺乏沟通，父亲常用暴力解决问题。在学校，他也因行为问题被贴上“坏孩子”标签。四年级时他跑出班级，当我穿高跟鞋跑着喊他、表达担忧时，他因“怕老师脚痛”主动现身——这个细节让我坚信，所谓“问题孩子”本质上是缺乏爱的孩子。

多方困境与微光改变

乡村儿童的心理问题不是单一因素导致的，家庭系统、学校系统、社会系统都出现了一定问题，给孩子们的是一个不太健康的成长的环境。我们县城有15所小学，由于师资力量有限，只有两三所有专职心理教师，所以很多时候要求助于公益机构的帮助。例如和基金会合作，获取课程资源包。我的课程随年级递增，给二年级的孩子讲注意力，给高年级讲自我认识、性教育和青春期的话题等。

我欣喜地发现改变正在发生。最近六年级男孩小志主动倾诉体育考试焦虑，我和他一起探讨制定了“每天练习一次跳远”的小目标。第二天，他上完课就兴奋地跑过来给我表演。这说明，哪怕只是获得基础心理支持，孩子也能逐渐学会主动求助。

讲述人3：福建县城中学 心心老师
2020年，我从福建某师范院校心理健



《黑暗荣耀》剧照

康教育专业毕业后，回到东部家乡县城，成为县中专心理教师。这是县城最好的中学，初高中共4000余名学生，4名心理老师，基本达到“每1000学生配1名心理教师”的省级标准。

不同学段的心理特征

初中学生的心理问题更多地关于人际关系。一个很明显的特征是，他们会担心自己成为班级里的显眼包。比如我上课时U盘不好插，有个同学上来帮我，底下就会爆发出“哇”的起哄声，分享环节也鲜有人主动发言。初中学生已经发展出较强的自我意识，现在都希望自己合群且隐在人群当中，不出声，不想当“出头鸟”。

高中学生的心理困惑主要在自我跟学习方面。他们会觉察到自己很迷茫，以后不知道要做什么。作为各校的尖子生，他们很难接受自己排名下滑。特别是高三的学生们，他们一边想跳出县城考进好的大学。但在单一评价体系下，他们很容易把学业的失利转化为对自己的全盘否定，觉得“这次没考好那我就是很差劲的人”，陷入内耗。心理普查显示，超半数学生自述有学习焦虑，部分人甚至因迷茫产生“生活无意义感”。

被忽视的隐性心理危机

有些时候心理问题并不通过极端的自伤、自杀等形式表现出来。我接手过一个初一的男孩。他起初被父母视为“厌学”，其实已出现了幻听和幻觉，睡眠也受到严重影响。他告诉我，躺在家里的床上，会听到脚步声，感觉有个人站在墙边，侧着身子马上要过来和他说什么。他的父母一直忙于生意，虽然孩子表达了自己的不舒服，但没有引起注意。未能重视孩子的异常，直至学业压力与家庭氛围叠加，小宇被确诊中度抑郁症。虽经省会医院治疗后自杀倾向缓解，但仍有自残行为，现在



《小欢喜》剧照

已经毕业了。

县城心理教育的挑战与期待

初入职时，我有些迷茫。市里的中学有成熟的心理教师培养体系，而县城学校没有。近年在教研员的推动下，心理活动逐渐丰富，主动来心理咨询室寻求帮助的学生越来越多，从一周一个到现在的一周三四个。但师资压力依然显著——每位老师平均每周授课17节，兼做咨询，比一些主科老师的工作量还大。

另一个应该关注的点，是县城资源所限，学校和医院之间没有完备的转介流程。希望未来学校能够和市里的医院心理科形成良好完善的合作关系，让孩子能及时得到专业的帮助。（全文完）



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