

**编者按:**中国正处于社会急剧转型期,带给人们精神上巨大的压力,这中间对于成长中的青少年的冲击不言而喻。作为学校的心理教师,33岁的张长成的手机总是响个不停,有向他倾诉学习压力的学生,有抱怨亲子关系问题的家长,还有想轻生的留守儿童。根据6年在校经验,张长成明显感到出现心理问题的学生越来越多,他认为增加乡村专业心理健康教师的投入极为迫切。

## 心理教师:乡村儿童的领航员



摘自:冰点周刊 编辑:爱心志愿者

作为作为内蒙古自治区扎鲁特旗香山中心校唯一一名心理健康教师,张长成每逢开学,要给全校近700名小学生做心理健康测试,并设计几个开放问题,让学生讲讲想说的话,目的在于尽早筛查出有心理问题的学生。曾有一名男孩在问卷中提到想要“耗子药”,有自杀倾向,被老师及时阻止,并由张长成进行心理疏导。

2021年发布的《乡村儿童心理健康调查报告》显示,乡村儿童的抑郁检出率为25.2%,中度及以上焦虑,即“过度焦虑”的乡村儿童占25.7%。张长成认为孩子出现心理问题,越早干预越好。

张长成毕业于内蒙古民族大学心理学专业,2017年成为香山中心校一名专职的心理教师。此前,他在当地一所初中当代课教师,为了挣钱,还在村里办辅导班,给学生补课。早在那时,张长成注意到,一些农村学生存在心理问题,但很少得到疏导。

一个叫刘贝贝(化名)的男生,不爱说话,不跟其他人玩,回答问题也不敢举手。后来得知,刘贝贝的父亲坐牢,靠母亲养家,家庭拮据。张长成免去了他的补习费,给他买衣服穿,用电动车载他回家。他注意到刘贝贝课上的笔记,夸他习惯好;看他能解高年级的数学题,夸他聪明。刘贝贝很开心,对自己越来越有信心。

从初中到高中,刘贝贝每次感到学业压力大、情绪低落时,第一时间就给张长成打电话,听到张长

成的安慰和支持,觉得心里烦恼减少不少。2019年,刘贝贝高考成绩不错,张长成结合他的兴趣和就业前景,帮助他报考大学。

刘贝贝说,在山地越野车比赛中,一辆赛车通常由一位车手和领航员组成,领航员要拿着地图,对赛道的每一个坡、每一个坑了如指掌,为车手指引行进方向,张长成就像他人生赛道上的领航员,“像兄长,又像父亲”。

然而,张长成的成长路上没有领航员,12岁那一年,他失去了父亲。一个深夜,一群歹徒破窗而入潜入家中,他从睡梦中惊醒,看到哥哥和歹徒搏斗,妈妈蜷缩在角落里哆嗦,爸爸倒在血泊之中,再也没有醒来。

此后,张长成常常做噩梦,哭着醒来。他不敢走夜路,晚上一刮风,总害怕门关不紧。他自责没能早点把父母叫醒;自责长得不够强壮,不能制服歹徒,觉得自己是个胆小鬼。他焦虑,整夜失眠,想过自杀,也不知道找谁求助。听到同学提到父亲,他总哭。无奈之下,他转到另一个旗读高中,那里没有人知道他的创伤。他成绩不错,和同学相处也融洽,让他重新找到自信。

他在学校当播音员,组织上千人的健美操比赛,指挥大家站排、跑位,让他很有成就感。自己挣生活费、学费,带着同学一起当家教,到建筑工地上抬水泥、当架子工,去乡下收玉米,同学叫他“给力哥”。他享受这种被认可、被需要

的感觉,从一个忧郁爱哭的少年,渐渐变得积极健谈。

他班上有个叫王田(化名)的女生,短头发,嗓门大,还把烟和打火机带到学校,和同学发生冲突。张长成了解到女孩父母离异,跟着奶奶生活。奶奶平时爱抽烟,靠鸡毛掸子教育孩子,因为缺少关爱,很多行为只是为了引起老师的注意。

《乡村儿童心理健康调查报告》显示,乡村儿童的抑郁、焦虑以及问题行为与父母教育投入相关,父母投入越多,抑郁、焦虑及问题行为越少。此外,不论是抑郁率、焦虑率,或是问题行为,留守儿童的比重都高于非留守儿童。

香山中心校留守、贫困、单亲等六类“特殊儿童”占全校学生的比例过半,而张长成班里这类儿童占比高达80%。家访时,张长成看到很多孩子在家吃得不如学校好,有的家里狭小脏乱,找不到下脚地。还有家庭用手机哄孩子,床上全是土,小孩在打游戏,爸爸在刷短视频。

王田是他投入精力最多的学生之一。见她爱劳动,张长成让她去打扫卫生,夸她“干活挺像样”,让王田很高兴。张长成还发挥她嗓门大的优势,让她当体育班长。到了假期,他多次去王田家里家访,陪她下棋,踢足球,还给她买了一辆红色的山地自行车。学会骑车之后,张长成每次去,她要骑两圈展示给老师看,还在门口迎接张长成。在学校,她不打闹了,看到



张长成和他的学生

张长成板着脸进教室,会劝其他学生不要说话。

在张长成看来,只靠成绩评价学生,总有学生被忽视,需要发掘每个孩子的闪光点。他给班里的31个学生设置职位,关窗帘的叫“帘长”,擦桌子的叫“桌长”。一位学生给他写信,说每位老师可能都说过“你们是我带过最差的一届学生”,“唯独您说‘你们是我带过最优秀的学生’”。

一有时间,张长成就陪着学生玩。不过,给全校学生做心理老师,张长成的精力有限。《中小学心理健康教育》对全国3,142所小学及941所初中学校进行调研,在其2020年刊的一份研究报告显示,仅有19.16%的城市城区学校、2.64%



张长成在家访

的农村学校设有专职心理健康教育教师。

2018年,张长成牵头建立内蒙古民族大学首个农村心理健康实践基地,派驻内蒙古民族大学心理专业的学生到扎鲁特旗的学校实习。第二年,来到香山中心校的实习大学生有4名,全校十几个孩子,有不同程度的心理问题,张长成让这些实习生每周三带他们参加心理兴趣活动小组,组织各种活动。

张长成说,在当前教育模式下,很多家长和老师只在意成绩,不关心孩子的心理状况,但心理健康问题带来的影响是持久的,因此,增加专业心理健康教师的投入极为迫切。

### 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爱心助学和健康教育,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](http://www.aixinfund.org)

如欲联系爱心基金会,可Email: [aixinfund@gmail.com](mailto: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



# 嘉盟地产 UnionPlus Realty

1-084



## 全职房地产经纪人 MD、VA、DC 执照



# 王志浩

Owner/Principal Broker

公司: (301)309-8859 手机: (202)276-6928  
 传真: (301)738-8158 免费: 1-800-908-5188  
 email: [hallwang1688@yahoo.com](mailto:hallwang1688@yahoo.com) 维州: (703)688-3298

### 服务特点

- 二十年以上房地产买卖经验
- 在全部买卖过程亲自把关
- 多项优惠购屋计划
- 客户换房时卖房本人只收1%佣金
- 第一次买房者将获免费赠送本人执笔的买房必读宝典《购屋指南》

地址: 751 Rockville Pike, #27-B, Rockville, MD 20852

本公司诚征经纪人, 全职、半职均可



# 叶黎

Li Ye  
Broker/Owner  
202-271-8066 (C)  
301-292-1000 (公司)  
E-mail: [liye@remax.net](mailto: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](mailto:samantha.q.he@gmail.com)



Jay Yu 余海豪  
301-529-3985  
[YuJayhomes@gmail.com](mailto:YuJayhomes@gmail.com)



Ana Maria Carretero  
301-740-5488  
[amcarr07@yahoo.com](mailto:amcarr07@yahoo.com)



Betty Tang  
240-988-6110  
[chengbettytang@gmail.com](mailto:chengbettytang@gmail.com)



Elaine Wu  
240-704-2008  
[elainewu.realty@gmail.com](mailto:elainewu.realty@gmail.com)



Jing Liu 刘景  
301-215-0629  
[jingliuhomes@gmail.com](mailto: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