

# 孩子厌学失眠沉迷网游，毛病其实是“心病”

中科院发布的报告显示：青少年心理问题频发，缺乏爱的滋养和“以爱为名的伤害”是主要病因

本报记者王菲菲、赵叶苹、周畅、王莹

17岁的哈哈已因抑郁症休学两年。原本今年6月参加高考的她，不得不将这一重要时刻一推再推。家人想不通，一直乖巧懂事、成绩优异的孩子，为何会患上抑郁症？

中国科学院近期发布的《中国国民心理健康发展报告（2019-2020）》显示：小学阶段的抑郁检出率为一成左右；初中阶段的抑郁检出率约为三成；高中阶段的抑郁检出率接近四成，其中重度抑郁的检出率为10.9%-12.5%。

这些孩子有的厌学失眠、身体出现种种不适，有的沉迷网络世界逃避现实，有的甚至选择结束自己年轻的生命……

## 一天50个专家号，一大半属于中重度以上抑郁症

“深陷旋涡无法自拔”“无聊无趣”，身患抑郁症的哈哈感觉自己被一种无形的力量压制，让她无法静心学习、难以入睡、不想吃饭……

越来越多的青少年正在被抑郁症等心理问题困扰。中国医科大学附属第一医院精神医学科主任医师王哲每天接诊30个病人，其中近一半是12至18周岁的患者。山西医科大学第一医院成立了儿童精神心理亚专科门诊，负责人曹晓华介绍，他们的门诊量在医院排名靠前，“一位专家一天50个号，都能约满”。就诊的孩子中，十三四岁的初中学生居多，问题主要为抑郁和焦虑，其中一小半达不到疾病的程度，属于心理亚健康状态，但有一多半需要吃药，属于中重度以上抑郁症。

疫情更使得原本就不乐观的青少年心理健康问题更加凸显。自新冠肺炎疫情暴发以来，儿童青少年自杀案例屡被报道。全国政协常委兼副秘书长、民进中央副主席朱永新表示，2020年疫情期间以及复学后，全国很多地区，尤其是一线城市，出现了中小学生自杀率较大幅度上升现象，青少年厌学、自我伤害呈现恶化趋势。

尽管疫情防控进入常态化阶段，但危机并未就此消除。“今年前来问诊的病人特别多，中小学生在很大部分，10个问诊的孩子中，有2到3个有自残行为。”海南省人民医院心理咨询科副主任康延海说。

沈阳市精神卫生中心主任、主任医师王永柏教授说，青少年抑郁症等心理问题更多表现的是躯体化症状，是“无声的抵抗”，“比如孩子很少笑了，和同学往来不密切了，不爱上学和吃饭，注意力、理解力、记忆力下降，这些都表明孩子的情绪出问题了。”

采访中，记者遇到一名高一女生，平时她学习成绩中上等，补课频繁，周六补三门、周日



天津市西青区实验小学各班级召开面对面心理健康专题家长会（2月23日摄）。 新华社发

补三门，一周没有一天休息，睡眠严重不足，后来开始沉迷手机游戏，不出门也不愿上学，随着情况恶化，逐渐出现割腕、捂被大叫、钻床下等行为。

中国科学院院士、北京大学第六医院院长陆林及其团队研究发现，疫情期间，网络游戏成瘾的人群中，青少年人数增加了2%。

记者在海南省安宁医院见到一名学生患者，他正在母亲的陪伴下住院治疗，病因是沉迷手机游戏，出现攻击行为。他的母亲表示，孩子原本学习成绩不错，自从迷恋上手机游戏后就不可自拔，每天放学回家就找家长要手机，熬夜玩手机是常事，不给手机就情绪失控，甚至动手打人。

## “我要一个香蕉，你却给我一筐苹果”

“你们为什么要把我带到这个世界上来？”哈哈多次向父母发出这样的呐喊。她认为自己患病是综合因素导致的，有性格方面的

原因，也有来自学习的压力，而从小到大的生活方式，则是造成她性格特点的主因之一。

因为爸妈工作原因，哈哈小学上的一所寄宿制学校，“那时每周二和周末回家，生活中遇到困难时，无法及时向爸妈求助，他们往往是在隔了很久才得知发生了什么事。慢慢地，我养成了凡事不跟他们讲的习惯，养成了讨好型人格，特别在乎周围人的看法。”咨询过两年专家门诊，在网上看过大量心理问题分析文章的哈哈，颇为平静地分析着自己的病情。

多数受访专家表示，青少年心理问题受原生家庭影响较大，每个有心理问题的孩子背后往往都有一个问题家庭。合肥市第四人民医院儿童青少年心理科主任医师钟慧说，家庭是一个人的后盾和缓冲区。但现在一些家庭支持系统薄弱，孩子出现问题时，在家里得不到温暖。

安徽一名五年级的小女孩给妈妈发短

信：“妈妈对不起，来世再做你的女儿”，幸亏发现及时，才避免悲剧发生。后来经过医生和老师了解，这个孩子父母离异，自己和妈妈生活，每天睡在漆黑的小房子里，母亲忙于做生意，父亲不管孩子，父母经常因为抚养费争吵，妈妈指示孩子去要抚养费。孩子觉得自己被嫌弃，从父母身上得不到一点点爱的滋养。

而“以爱为名的伤害”则更普遍。一些父母在为孩子好的过程中，加强了自己的意愿，以牺牲孩子的感受，来完成某件事情。比如一些孩子厌学，就是因为他们不知道学习到底是为自己还是为了父母。

16岁的小慧感觉，自己从出生开始，人生就被父母规划好了。“上哪个幼儿园、小学、初中，学什么乐器，甚至穿什么衣服都是他们决定的。”小慧说，“父母根本不理解我，我想要一个香蕉，他们却给我一筐苹果。”

康延海说，社会对人的要求高了、标准高了，压力自动产生，全民表现出一种“很累”的状态，一部分人没有跟上时代的发展，

# “问题喝播”吆卖“喝喝喝”，背后谁在“呵呵呵”？

格调低但点击高伤身体但能赚钱，治理“断根难”是因为平台作为利益共同体在默许纵容

新华社记者白佳丽、陈冬书

“三四瓶白酒倒在一个巨碗里，主播‘一口闷’”“白、啤、红、洋、黄五种酒整瓶混合快速豪饮，喝到主播呕吐不止甚至失去意识”“一群男女一起滥饮斗酒直到人全部喝晕倒在桌下”……

新华社记者发现，虽然“问题吃播”已被清查封号，但以“拼酒醉酒”来“吸粉”的“问题喝播”却仍活跃在部分短视频平台，不仅危及主播健康，更宣扬畸形审丑心态，严重破坏行业健康生态。

## “问题喝播”问题大：多醉酒、猛拼酒、卖假酒

记者在快手、西瓜视频、B站等网络平台上发现有不少“问题喝播”视频。

醉酒越醉越好。记者在快手平台上看到，有主播拎起桶装白酒就往嘴里灌，直到喝不进去喷出来。还有主播与一名女性竞相喝下60度白酒，直至其中一人醉晕失去意识。

一位西瓜视频主播告诉记者，自己做“喝播”1年多已积累了20万粉丝。“在直播里喝得越猛点击量越高，有一次5口喝完1斤高度白酒，观看量一下子就飙到了20多万。”

拼酒越凶越好。在快手上有不少主播鼓吹“白酒尽兴，啤酒溜缝”“啤+白，兑起来”“爱拼才会赢”等，用混酒、多人拼酒来“吸粉”，还有主播以“喝酒挑战”为噱头涨粉：专挑号称特别醉人的酒，一口气连续喝完好几瓶。

部分观众为了证实主播喝真酒、真喝醉、喝吐，还会要求主播“点火验酒”或“截图分析”，如果发现作假，他们会谩骂甚至投诉主播。记者



“拼酒？拼命！” 新华社发 赵乃育作

梳理快手平台某“问题喝播”账号下的6000多条评论，其中大半是怂恿劝酒的留言。

假酒劣酒不少。不少主播会在视频中不断吹捧某款酒，他们将视频链接到微店、淘宝店，还会在直播评论区发布“买酒加微信”提示，为卖酒引流。但记者发现，这些酒质量风险很大。

有3.8万粉丝的主播“鑫宇酒先生”发布的每条短视频里都喝同一款“茶缸酒”，视频中有酒包装特写，账号链接到快手小店。辽宁新民市市场监督管理局信息显示，出产该酒的沈阳市郑家坊酿酒厂从2017年至今，连续多年因“以不合格产品冒充合格产品的行为”“生产不符合法律、法规或者食品安全标准的食品、食品添加剂”遭行政处罚。该厂部分酒产品还曾被检查确定为不合格产品。

## “喝喝喝”的背后谁在“呵呵呵”？

北京师范大学网络法治国际中心高级研究员臧雷等专家表示，“问题喝播”冒头活跃的背后是巨大的利益驱动。

——格调低但点击高。记者发现，快手平台“问题喝播”账号粉丝少则数万，多则数十万。西瓜视频上“喝播”视频单个播放量甚至达到20多万。

曾从事直播行业近10年的李珊认为，“问题喝播”审丑满足了部分观看者的恶趣味，吸引了大量用户点击、打赏。部分主播看中该领域门槛低的特点，不惜试探甚至突破法律底线，只为快速“吸粉”“养肥”账号。

——伤身体但能赚钱。一位快手平台主

播坦言，为了“吸粉”需要高频更新，自己的确越来越觉得身体“吃不消”，这么拼是因为“问题喝播”赚钱多。一位视频UP主告诉记者，在他的“喝播”中植入酒广告为3000元一条，专题则为5000元一条。

业内人士透露，有短视频平台上，粉丝量过万的主播，一场三四个小时的“喝播”平均打赏收入约为1000元至3000元，如果接受粉丝的指定挑战，打赏金额可能更高。此外，在“喝播”类直播中带货可分到销售额的10%至15%。

——管理乱且利益大。此前，国家网信办和多地监管部门都曾对“吃播”类内容做出明确禁止性规定，一些头部短视频、直播平台也承诺对此类违规内容“进行严肃处理，或给予删除作品、关停直播、封禁账号等处罚”。但记者发现，各平台实际管理力度并不一样。业内人士透露，一些头部短视频平台处理“过线内容”反应更快，但另一些大型平台则要求“有一定数量的用户举报才会进行处置”。

某知名网络视频平台工作人员坦言，此类“问题喝播”已存在一段时间，平台作为其利益共同体，在内容不直接明显违法的情况下，往往选择默许。“毕竟流量是平台的‘命根子’，只要不被监管部门‘抓现行’，对能带来规模流量的内容，部分平台宁愿‘睁一只眼闭一只眼’。”

还有平台工作人员表示，目前实时直播的监管确实仍有难度，直播间巡视、扫描，包括AI技术鉴定仍有漏洞。“比如说有些主播会聊很久的天，然后再猛喝一会儿，就会增加我们的难度。”

## 压实平台责任，斩断利益链条，提升监管技术

一段时间以来，监管部门对网络直播的

变得焦虑，与孩子沟通时也在传导压力，家长好好坐下来与孩子沟通的时间在变少，没时间也不懂得把身段放下来，与孩子平等沟通。

父母不恰当的养育方式也使得一些孩子承压能力较低，一遇到问题便做出极端行为。

海南大学心理健康教育中心主任吴九君说，现在的孩子物质生活条件丰富，成长环境比较顺利，从小经历的挫折比较少，被保护得太好。而且父母过度关注孩子的分数，只要学习成绩好，生活中的困难都由父母代办了，实际上是剥夺了孩子克服困难的机会，剥夺了他们接受挫折训练的机会，长大了这种能力就很难去生成。

## “所有的生命价值都围绕着学习”

近日发布的《中国国民心理健康发展报告（2019-2020）》显示，青少年睡眠不足现象日趋严重，95.5%的小学生睡眠不足10小时，90.8%的初中生睡眠不足9小时，84.1%的高中生睡眠不足8小时。

小学一年级的圆圆就读于一所省会城市公认的好小学，但每天重重的书包、繁重的作业让她叫苦不迭。“比如语文作业，每天必做的是半小时阅读、背一首古诗，要在App或微信群上打卡，每天学了课文，要写一页练习册，把明天学的课文预习一遍，把学校自制的预习单写一遍……”回家后吃口饭就写作业，但全部完成也要10点半了。

在课业压力下，一些青少年不堪重负最终产生各种心理问题。“我努力的动力没有了，我又不甘于失败”“我拼学习的能力没有了，一看书就想吐，每次考试都落后，我不甘心又没办法，所以我要走了”……一位初中年级的抑郁症患者说。

朱永新等专家认为，中小学生学习活动时间得不到保证；一些学校片面强调升学考试科目，考试、排名过多，导致同学间非理性竞争；社会压力普遍较大，父母焦虑，担心下一代失去进入精英阶层的机会……儿童青少年的心理危机，一定程度上正是社会心理危机的折射与浓缩。

安徽师范大学心理咨询研究所所长方双虎说，生命的本质在于被看见，人生的价值在于被需要。而现在，学生主要的任务是学习，所有的生命价值都围绕着学习，学习成绩不好便被打上失败的标签，孩子其他方面的优势和特长却并不被看到。

这也是一些孩子逃学厌学、游戏成瘾的症结所在。“为啥打游戏，因为我学习不好，老师都不睬我一眼，同学们不跟我好。但我打游戏很好，还能给别人装备，在里面我就是英雄，游戏结束还能重来。”一名高一男生这样说。

监管力度持续加大，违法违规现象有所减少。去年9月，继国家网信部门出手后，广东、河北等多地立法机关向存在假吃、催吐等行为的“网络吃播”现象出手，效果明显。专家认为，这些经验对治理“问题喝播”很有帮助。

中国政法大学光明新闻传播学院常务副院长姚泽金认为，“吃播”“喝播”中出现的问 题，表明平台监管责任仍未压实，需进一步强化。面对低俗甚至违法违规的内容，互联网平台不是简单标注“切勿酗酒”“未成年人禁止饮酒”等提示就能“甩手免责”，如因逐利冲动而不能及时处置相关内容而引发问题，平台应承担起责任。

业内人士认为，应进一步发挥社会公众监督作用，鼓励用户对违法违规行为的投诉举报，同时督促平台企业优化现有投诉举报入口，设立更加便捷完善的举报渠道。

臧雷建议，对用户反映比较强烈、新闻报道比较突出的行业问题，监管机构也应加大监管执法力度，可以专项行动的形式进行专项监管。另外，监管部门还应出台政策引导鼓励督促相关平台企业在内容甄别技术领域的投入，切实推进技术甄别的效能，堵上相关漏洞。

姚泽金建议，平台可建立主播信用机制，打破网络视频领域长期存在“黑红也是红”“负能量也是能量”等乱象，斩断靠低俗审丑捞金成名的利益链条，导正直播内容生产、传播中的价值扭曲。

臧雷还提醒，虽然目前主流观点认为平台和主播不构成劳动关系，但如因“喝播”导致主播身体损伤甚至死亡，主播和平台之间如就健康问题有约定，平台应承担违约责任。

新华社天津4月8日电