

童年恐慌：一个值得警惕的现象

——谈青少年组织在儿童发展中的作用

孙云晓¹ 赵霞²

(¹ 中国青少年研究中心副主任、研究员)

(² 中国青少年研究中心少年儿童研究所助理研究员)

摘 要：本文提出“童年恐慌”的概念，用来描述儿童因面临巨大压力（尤其是与学习有关的压力）所导致的童年缺失而出现的一种较强烈的焦虑心态。近年来的全国儿童调查数据表明，与学习有关的压力是儿童日常生活中面临的最主要压力，且呈现持续增长的趋势。这严重扭曲了儿童的学习动机和人格发展，使儿童失去快乐，童年过于短暂，“童年恐慌”的现象值得警惕。本文分析了“童年恐慌”现象的表现、成因，并就如何解决这一严峻的社会问题提出了对策建议，特别是对青少年组织在儿童发展中的作用进行了专门探讨，呼吁全社会都来关注“童年恐慌”现象。

一、值得警惕的“童年恐慌”现象

2005年7月10日，当同学们兴高采烈地参加结业典礼时，宁夏银川市13岁的小学毕业生秀秀（化名）却永远地离开了人世。在给父母的遗书中，秀秀的话令人震撼：“我是个差生”“我死了可以帮您节约10万元”。在给班主任老师的一封未发出的信中，秀秀写到，班里的一个同学在跟她闹矛盾时总会不屑地说：“考六七十分的差生。”“差生”让秀秀背负着沉重的心理压力，因为觉得自己成绩不好，是个差生，感觉难以面对父母可能是秀秀选择自杀的主要原因。

秀秀的死刺痛人们的心，然而，更令人忧心的是，秀秀的悲剧仅让我们看到了冰山一角，在当今中国，还有不少儿童像秀秀一样承受着巨大的压力，特别是与学习有关的压力。这使儿童失去了本该拥有的快乐和轻松，在紧张不安中过早地告别了童年时代。“童年恐慌”的现象正在整个社会蔓延。

捍卫童年是全社会的神圣责任。目前国际社会基本认同的童年概念包括：第一，我们必须将儿童当“人”看，必须承认儿童具有与成人一样的独立人格，而不是成人的附庸；第二，我们必须将儿童当“儿童”看，承认并尊重童年生活的独立价值，而不能仅仅将它看作是成人的预备；第三，儿童在成长阶段，应当为其提供与身心发展相适应的生活，儿童个人权利、尊严应当受到社会保护^[1]。

“童年恐慌”是指儿童因面临巨大压力（尤其是指与学习有关的压力）所导致的童年缺失而出现的一种较强烈的焦虑心态。在儿童的日常生活中，与学习有关的压力是他们面临的最主要压力，且呈现逐渐增长的趋势。巨大的学习压力扭曲了儿童的学业动机和人格发展，导致儿童认知需要缺乏，竞争需要强烈，人际关系不良，使儿童失去快乐，童年过于短暂；而且对于应对能力不足的儿童来说，沉重的学业和发展压力容易使他们对未来产生不可预知的疑惑和恐惧，致使儿童厌学，厌恶生活，甚至采用极端手段来逃避压力。我们将这一现象称为“童年恐慌”。“童年恐慌”主要表现在以下三个方面：

第一，“童年恐慌”首先表现在儿童承受着与学习有关的巨大压力。与学习有关的压力是儿童日常生活中面临的最主要压力。儿童日常对幸福和苦恼的体验大都与其学习状况关系密切，学业上的成功往往是他们快乐的主要源头，学业上的压力和不成功往往又成为他们烦恼的源头。

巨大的学业压力最直观表现在儿童沉重的书包上。据《北京晚报》报道，沉重的书包甚至压弯了孩子的脖子。天津市康复医学会、磁医学研究会对其天津市中小学生学习书包重量的实地调查发现，一年级小学生的书包重量在3公斤左右，到了小学六年级书包重量就增加到6.5公斤左右，到了中学一年级更达到惊人的9.6公斤，而孩子们颈部所能承受的重量仅在5公斤左右。沉重的书包、不当的姿势体位、超负荷的学习导致儿童颈椎病高发，严重影响儿童正常的生长发育^[2]。

近年来，儿童的压力呈现持续增长的趋势。对比1999年6月和2005年3月中国青少年研究中心对全国6岁-14岁儿童的抽样调查结果*，我们发现，儿童的学习负担越来越重，学习压力越来越大。儿童做家庭作业的时间（见表1）在增长，而娱乐休闲时间（见图1），以及睡眠时间却日益减少。从表1的数据可

* 中国青少年研究中心分别于1999年6月和2005年3月进行了“当代中国少年儿童发展状况”调查。调查对象为全国6岁-14岁儿童，调查地点为广东、福建、山东、广西、吉林、湖南、安徽、河南、四川、贵州等10个省的46个区县。除特别说明，本文所引用数据均来自该调查。

可以看出,无论是学习日还是周末,无论城市还是农村,无论小学还是中学,超过一半的儿童写作业时间超标,并大大高于 1999 年的超标比例。由图 1 可以看出,与 1999 年相比,2005 年,儿童能够自主安排的时间更少了。2005 年,儿童的睡眠时间(学习日)没有达到国家规定的睡眠标准(9 小时)的有 45.7%,与 1999 年的 46.9%的比例基本持平。

表 1 1999 年和 2005 年少年儿童写作业时间超标情况(%)

年级	国家规定时间	1999 年超标比例		2005 年学习日超标比例		2005 年周末超标比例	
		城市	农村	城市	农村	城市	农村
小学 1-3 年级	30 分钟以下	67.2	45.6	69.2	61.2	76.0	79.8
小学 4-6 年级	1 小时以下	36.8	26.3	63.0	52.5	70.9	70.4
初中生	1.5 小时以下	20.6	20.1	55.0	41.3	65.7	54.6

注:初中生国家规定时间是 1.5 小时,但本表呈现的比例是超过 2 小时的比例。

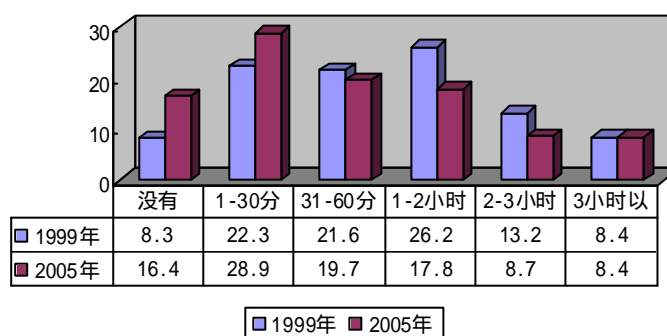


图 1 1999 年和 2005 年儿童自主安排时间量的比较(%)

近年来,儿童的压力还呈现出下移的趋势。由于中小学名校考试录取率远低于高考,为就读名牌小学和名牌中学,许多小学生甚至幼儿被迫参加更多地培训班,以增加应考时的砝码。公共外语考试本来是对中学以上学生或成人的,可 2005 年北京的公共外语考试中,小学生却成了主角。不少儿童从上幼儿园开始,就背负起沉重的升学压力。儿童被一遍一遍的告知:“不能上重点小学就不能上重点中学,不能上重点中学就不能上重点大学,以后就找不到好工作……”。这个可怕的压力链条将触角深到天真烂漫的幼儿身上,使儿童感到将来的生活非常地可怕,很小的时候就对未来产生了恐惧。

第二,“童年恐慌”表现在儿童扭曲的学习动机和较高的成就焦虑上。心理学研究发现,在人的学习过程中,不同的学习需要其效果也是不同的。以学习知识本身为目的的认知需要,是最稳定、最持久的内在需要,而把学习作为竞争的

手段从而提高自己在群体中地位的竞争求胜需要,是最消极、最扭曲的学习需要。竞争需要较强的学生攻击性也较强,他们很难体验到和谐与快乐,甚至无法接受别人的成功。沉重的学习压力和激烈的升学竞争扭曲了儿童的学习动机,强化了儿童学习的竞争需要,弱化了认知需要,使大部分儿童丧失了学习的兴趣和内在持久的动力,陷入成就焦虑之中。2005年3月,中国青少年研究中心对全国6岁-14岁儿童的抽样调查结果表明,多数儿童学习的认知需要不足,仅30.3%的儿童是因为“喜欢读书”而学习,相当多的儿童是将学习作为实现理想(69.5%)、将来有个好工作(59.8%)、将来造福社会(58.3%),以及让父母满意(46.5%)的手段,还有一些儿童将作为竞争的手段,为了让同学看得起而读书(7.6%)。另外,调查还显示,对于本应成为儿童隐私的成绩,却有65.1%的儿童认为应该公开全班同学的分数,22.6%的儿童当别人做得比他好时,心里会不高兴,这也反映了相当多的儿童具有较强的竞争需要,他们将学习看作是一场竞争,把其他同学看作是竞争的对手,他们更关心的是与其他人的比较,总是担心不能超越别人或被别人超越,因此经常处于紧张不安之中,难以享受学习本身的乐趣,也影响了良好人际关系的建立。

第三,“童年恐慌”还表现在儿童焦虑不安的情绪体验和较低的心理健康水平上。当儿童感到周围环境中太多的压力,而儿童又无法回避这一切时,就会对周围的一切产生不合理的恐惧反应,严重地影响其心理健康水平^[3]。相当多的儿童因考试或学业压力而心情不好、郁闷和烦躁,部分儿童因此睡不着、不想学习、自卑,还有少数儿童甚至对生活绝望。中国青少年研究中心2005年3月的调查发现,9.8%的儿童经常感到泄气,10.2%的儿童感到未来没有希望,10.8%的儿童觉得自己是别人的负担,8.4%的儿童觉得自己在各处都不能起作用。

二、“童年恐慌”的原因分析

童年本应是一生中最美好、最快乐的时光,而如今却变得如此沉重,充满了压力、紧张,甚至绝望。反思“童年恐慌”现象产生的原因,是采取相应措施解决问题的重要前提。

第一,父母过高的学历期望和不当的教育方式是导致“童年恐慌”的一个直接原因。调查发现,父母对儿童的学历期待与现实可能性严重脱节。中国青少年

研究中心2005年3月的调查数据显示,91.7%的父母希望孩子获得大专以上学历,其中54.9%以上的父母希望孩子读到博士学位,但大学扩招到今天,高校入学率也只在19%左右,能获得博士学位的更是少之又少。如此高的期望和要求,对于大多数儿童来说,是绝对不可实现的,因此,很多儿童成了“失败者”,丧失了自信,陷入恐慌和痛苦之中。

另外,父母不当的教育方式也渲染了压力和恐慌氛围。不少父母对教育规律知之甚少,教育方式简单,在与孩子的日常交往中不考虑孩子的压力承受能力,将成人的恐慌心理直接转嫁到孩子身上。例如,当孩子考试没考好时,不少父母就会警告孩子将来没有好工作、没有好前途。

第二,教育评价指标单一,学校过度追求升学率,是导致“童年恐慌”的重要原因。一些学校把提高升学率排在最重要的位置,将升学率放在最重要位置的学校,对学生的评价也必然集中在学习成绩上。评价指标的单一,不仅导致学校教育过程中,将过多的精力用在提高学生学业成绩的重复、低效,甚至无效的劳动上,而且使学生发展中许多真正重要的方面常常被忽视,限制了学生的全面发展,剥夺了孩子生活中的许多乐趣,也使孩子丧失了释放负面情绪,缓解压力的渠道。

第三,社会上扭曲的价值观念和舆论导向是导致“童年恐慌”的深层原因。社会普遍存在的一些浮躁心态和狭隘的成功标准给儿童带来了负面影响。如媒体对高考状元的热捧和对十几岁孩子考大学的宣扬,都将追逐“所谓”成功的压力直接对准了儿童,使儿童对未来望而生畏,内心恐慌不已。“不要让孩子输在起跑线上”这句口号,被广泛的误导成竞争越早越好,完全背离儿童的身心特点和教育规律。据《中国教育报》和《中国青年报》报道,幼儿园教育出现了小学化倾向,天津河西区一所幼儿园已开始应父母要求教孩子用竖式算3位数的加减法,而这是小学二年级的课程。上海一所小学名校招生不到300人,报名达3000人之多,6岁的孩子被父母逼着识更多的字,解更多的题。“橘、凳、酱、藕、墨”这些原在小学三年级才会学到的字,也出现在《学前500字》之中^[4]。天津一个叫靳美琪的小女孩,因为总听父母说要去参加名牌小学的考试,夜里做梦还在说算术题。后来,甚至掉起了头发,开始是一根一根的掉,后来就一片一片的脱发了。妈妈带着她去看病,结论是精神紧张所致^[5]。

今天的儿童获取信息的渠道非常丰富，他们对现实的了解越来越多。但是，儿童由于思维能力的局限，缺乏对成人世界信息的综合分析能力和判断能力，缺乏足够的心理承受力和应对能力，因此更容易对某些负面信息产生恐慌。

三、青少年组织在解决“童年恐慌”问题中的作用

“童年恐慌”是一个社会问题，它的解决是一个系统工程，既需要教育体制的改革，也需要社会环境的改善。教育的核心是培养健康人格，而实现这一目标的根本措施是，在国家的强力主导下，深化教育改革，学校、家庭、社会密切结合，全面推进素质教育，并建立起素质教育的评价体系，真正实现均衡教育和教育公正。全社会要树立起正确的教育观、人才观，确立行行出状元、在任何劳动岗位都能实现人生价值的观念，营造平和的教育氛围。社会不再将学历、文凭作为用人的惟一标准，家庭以平常心对待孩子的成长和发展，学校教育重在学生素质的全面培养和提高。只有这样才能为儿童营造幸福、快乐的成长环境，才能使儿童对学业和未来发展不至于有太大压力，不会感到太多恐慌和不安，使童年成为孩子一生幸福、快乐的源头。

共青团和少先队作为中国青少年儿童的群众组织，在解决“童年恐慌”问题，还给孩子快乐童年方面，应该而且能够发挥积极的作用。

第一，少先队是儿童快乐的集体，是捍卫童年的阵地。

快乐的童年，是每个儿童与生俱来的权利。儿童，尤其是独生子女的快乐体验、快乐发展离不开群体，只有在群体中才能充分实现。中国共产党委托中国共青团领导少先队组织，而少先队作为儿童的群众组织，首先应该成为儿童快乐的集体，满足儿童对快乐的心理需求，让每个孩子在集体中体验到快乐。在这方面，全国的共青团和少先队组织已经创造了丰富的经验，例如共青团中央和全国少先队工作委员会开展的“中国少年雏鹰行动”、“中学生素质拓展计划”、共青团北京市委开展的“阳光心语”等活动，都广受中小学生欢迎。这里简要介绍一下上海市少先队开展的“创建快乐中队集体”活动经验。

2002年8月，上海市少先队工作委员会在全市中小学发起了“创建快乐中队集体”的活动。该活动的一个重要目的，就是让孩子在少先队集体生活中享有一个幸福的快乐童年，并在其中获得健康的快乐发展。快乐队建的内容包括：快

乐的共同目标、快乐的民主组建、快乐的民主管理、快乐的自主活动、快乐的探究学习、快乐的奉献服务、快乐的环境阵地、快乐的团队衔接、快乐的评价激励和快乐的民主辅导^[6]。

泗塘第二中学的“我快乐”中队，提出了“你快乐、我快乐，共同创建五快乐”的快乐目标。一要让每个人的眼睛快乐，他们的口号是“用你明亮的眼睛，捕捉最美的瞬间”。他们将教室环境的改善作为让眼睛快乐的第一步，继而又开展了“火眼金睛”活动，用自己的眼睛来发现社会上的不和谐并及时加以美化。二是让每个人的耳朵快乐，口号是“耳听八方，感受快乐”。他们开展了“文明止噪”活动，让耳朵清净下来；休息时间播放音乐，让耳朵高雅起来；创立了“每日聚焦”新闻社，让耳朵也关心起“窗外事”。三是让每个人的四肢快乐，口号是“手动动、脚动动、动中取乐，其乐无穷”。面对单调的娱乐活动，他们让“时光倒流”，重拾起父辈们儿时的游戏；他们发挥自己的创造力，自编“快乐室内操”。四是让每个人的头脑快乐，他们的口号是“动脑筋、好学习，获取知识真快乐”。“金点子俱乐部”是难题的汇聚地，更是成功的体验场，“电子小报”是知识的乐园，也是创意的天地。五是让每个人的心情快乐，他们提出的口号是“主宰自己的心情，做快乐的小主人；使自己心情快乐的同时也想着使他人的心情快乐起来”。“心语心愿”是敞开心扉、畅快交流的地方，“宁静港湾”是调整心态、寻求心理平衡的心理咨询阵地。在快乐的中队集体中，儿童们一起探索快乐、体会快乐、分享快乐，宣泄掉压力和烦恼，真正拥有了快乐的童年。

第二，少先队是儿童自主的天地，为童年提供自由发展的空间。

童年需要自由发展的广阔空间，在每个儿童心里，都渴望拥有一片属于自己的、能够自由飞翔的天空。而只有获得充分的自主自由，儿童才能享受充分的快乐。少先队作为儿童自己的组织，是儿童自己管理自己、自己教育自己，自主自由地参与活动的快乐天地。在这方面少先队也做出了很好的尝试。

儿童的学习负担不仅仅来自学校，也来自家庭。当许多父母给孩子布置了超量的作业时，上海汽轮小学的少先队员们以主人的姿态，与父母协商合理地安排学习生活。如毕业班的王越同学与父母一起制定了“作业平衡计划表”，在保证学习质量和全面发展的基础上，大大减少了作业量，仅一个月就多获得了19个小时的自由支配时间。

为了满足儿童自由发展兴趣爱好，展示自我，发挥自我潜能的渴望，上海市上南路小学将创办学生社团的主动权还给孩子，创建了“红领巾社团”，从报名到组建社团、竞选社长、制定章程、设计章目、活动开展等每一个环节都体现儿童的自主自动。社团活动充分尊重儿童的兴趣、爱好，全校 18 个社团都是在民意调查和自愿报名的基础上组建的；社团中没有年龄限制，不同年龄的儿童在一起相互交流，更激发了儿童的兴趣；社团的活动内容由儿童提出，自主选择，社团的导师只进行一些必要的指导，而且导师也由儿童自己聘任，实现双向选择。社团活动成功地儿童搭建了兴趣培养和个性发展的舞台，真正实现了以儿童的发展为本，使童年变得多姿多彩。更值得欣喜的是，少先队以素质教育为核心的“雏鹰争章”活动，成为许多学校全面评价学生的新体系。

第三，少先队是动员和凝聚社会资源的纽带，是快乐童年的强大支持系统。

儿童的快乐，儿童的成长是全社会的共同责任。儿童问题的解决不是学校或教育系统单独努力可以完成的，需要全社会一切力量的配合与协作。共青团少先队作为一个群众组织，能够动员和凝聚各类社会资源，共同关注儿童问题，为儿童的成长服务。

广大儿童的父母是共青团少先队为儿童服务的最可靠的同盟军和合作者。每一位父母都非常关注孩子的成长，每一位父母都可以成为儿童组织的志愿者。为了动员父母支持团队的工作，上海市卢湾区第三中心小学采用向父母述职的制度，每学期末让中队辅导员用各种形式向父母介绍中队的特色，展示中队的活动，让父母看到孩子在少先队组织中的快乐和进步，得到了父母对少先队工作的肯定、信任和鼓励，为孩子赢得了参与活动的时间和机会。上海市上南路小学还尝试依托父母的社会资源，拓展红领巾社团活动的校外实践基地。比如有的父母是药物研究中心的工程师，有的父母是炼钢厂的技术人员，有的是托儿所所长，这些父母的工作地点就成了社团成员的实践基地，拓展了儿童活动的空间，开阔了知识视野，更好的满足了儿童成长的需求。

社区是儿童生活学习的重要空间，少先队作为儿童的群众组织和自主性组织，要让儿童拥有快乐的童年，必须承担起在社区教育儿童的职能。社区少先队的组建就是少先队整合社区教育资源的有益尝试。上海市静安区开创了少先队的组织建设进社区，少先队的辅导队伍进社区，少先队的自主活动进社区的“三进”

工作模式,形成了有效的社区少先队工作机制,充分发挥了社区在教育儿童中的时间和空间优势,调动社区的各种教育资源,促进儿童素质的全面提高,满足了儿童快乐生活的需要,让孩子在社区找到了童年。

快乐的童年是一生幸福的营养。儿童的成长是不能等待的,儿童的名字不仅仅是明天,而首先是今天。积极应对“童年恐慌”问题,捍卫孩子快乐的童年,是全社会的重大责任,需要一切关心下一代的人们紧急行动起来!

参考文献

- 1 卜卫著:媒介与儿童教育,新世界出版社,2002年10月第1版,102-103
- 2 《北京晚报》2005年10月9日,中国新闻版
- 3 转引自俞国良,王燕:日常生活压力与学生的心理健康,教育科学研究,2003年,第3期,33-39
- 4 《中国教育报》2004年9月25日,教育科学版
- 5 《中国青年报》2004年3月30日,教育科技版
- 6 段镇,袁莉主编:创建孩子的快乐家庭,华东师范大学出版社,2005年3月第1版,34-35

Childhood Panic: A Warning Phenomenon

——Role of Youth Organizations in Child Development

Sun Yunxiao¹, Zhao Xia²

¹Researcher, Deputy Director, China Youth and Children Research Center

²Assistant Researcher, China Youth and Children Research Center

Abstract: In this article, the term “childhood panic” was created to describe a kind of anxious state, which is associated with the lack of childhood. The lack of childhood is due to a tremendous amount of pressure, especially study-related pressure, placed on children. Data from a national survey indicated that the study-related pressure was the

main pressure of children. Moreover, this pressure continues to increase. This is having a significant impact on a child's motivation to study as well as the development of the child's personality. These factors are contributing to children's loss of happiness. This article describes "childhood panic", analyzes the reasons for panic, and proposes ways to deal with this problem, including exploring the role of youth organizations in child development. "Childhood panic" must be addressed to ensure quality child development.