

# 未成年人心理健康防护构想——以建立“阳光档案”为例

樊伟杰, 江英健

黑龙江科技大学, 黑龙江 哈尔滨

收稿日期: 2022年10月7日; 录用日期: 2022年11月7日; 发布日期: 2022年11月16日

## 摘要

随着社会与时代的不断发展与进步, 心理健康问题逐渐成为人们常谈与重视的话题。心理健康作为当代人们逐渐重视与发展的一项生活指标, 它的发展对于每一个人来说都是至关重要的。而未成年人作为国家与社会未来发展的期望, 他们的心理健康防护也逐渐被国家与社会所关注与重视。然而, 在当今社会发展背景下, 在很多地区, 尤其是较为落后的农村地区, 仍有大量的未成年人出现了形形色色、各式各样的心理健康问题, 这些地区的未成年人的心理健康显然没有得到有效的治理与维护。因此, 文章主要通过研究现阶段当下未成年人心理健康防护, 指出现阶段未成年人心理防护现状以及所存在的问题, 进而推出建立“阳光档案”以应对未成年人心理健康问题的构想, 通过实施这一项目以及配套措施, 以切实改善与解决部分地区未成年人心理健康问题。

## 关键词

未成年人, 心理健康, “阳光档案”措施

## Conception of Mental Health Protection for Juveniles—Taking “Sunshine File” as an Example

Weijie Fan, Yingjian Jiang

Heilongjiang University of Science and Technology, Harbin Heilongjiang

Received: Oct. 7<sup>th</sup>, 2022; accepted: Nov. 7<sup>th</sup>, 2022; published: Nov. 16<sup>th</sup>, 2022

## Abstract

With the continuous development and progress of society and the times, mental health has gradu-

ally become a topic that people talk about and pay attention to. Mental health is a life indicator that contemporary people gradually pay attention to and develop, and its development is very important for everyone. As the expectation of the future development of the country and society for minors, their mental health protection has gradually been paid attention and valued by the country and society. However, in the context of today's social development, in many areas, especially in relatively backward rural areas, there are still a large number of minors with various mental health problems. The mental health of minors in these areas, obviously, is not effectively managed and maintained. Therefore, the article mainly studies the current mental health protection of minors at the current stage, points out the current situation and existing problems of minors' psychological protection at the present stage, and then proposes the concept of establishing a "sunshine file" to deal with minors' mental health problems. Through implementing this project and supporting measures, the mental health problems of minors in some areas can be effectively improved and solved.

## Keywords

Minors, Mental Health, "Sunshine Archives" Measures

Copyright © 2022 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

## 1. 引言

健康是生命之基, 是人生幸福的源泉。人生是否幸福, 或许有很多的衡量标准, 但是健康是应该永远被列为第一位的。其中身体健康与心理健康是健康的主要组成部分。随着社会与时代的不断发展与变迁, 越来越多的人在生活上出现这样或那样的心理健康问题, 这些形形色色的心理健康问题正逐渐成为人们在迈向幸福生活中一块最大的绊脚石。因此, 如何能够切实有效地解决目前人们所存在的各类心理健康问题, 也成为人们所议论与逐渐重视的一个话题。

未成年人作为国家与社会未来发展的期望, 他们身心的健康发展与国家与社会的发展前景紧密相连。随着社会的发展, 有越来越多的未成年人正在饱受着各式各样的心理问题。这些心理健康问题来自于生活的方方面面, 与他们所处的社会环境息息相关。出现一系列心理健康问题的未成年人大多是留守儿童或者来自父母离异的家庭。据 2019 年民政部门统计, 全国留守儿童近 900 万, 有 90% 左右的留守儿童和爷爷奶奶、姥姥姥爷生活, 还有近 10% 的留守儿童和近亲属生活。另外根据调查显示, 截止到 2022 年, 全国的离婚率为 3.4%, 比去年增长了 0.2 个百分点。离婚率正处于逐年增长阶段。离婚率的提高与留守儿童的不断增加, 导致了越来越多的未成年人正在处于一个不利于他们自身发展的社会环境, 进而可能会出现这样或那样的心理健康问题, 而这些心理健康问题正在逐渐成为未成年人身心健康发展的最大“杀手”。对此, 如何合理有效地解决现阶段未成年人心理健康问题, 是我们不可忽视且应逐渐重视的问题。

## 2. 调查数据与研究方法

### 2.1. 调查数据

由于受制于常态化疫情防护的限制, 因此无法开展较大规模的实地调查。对此, 本次调查主要是选择了哈尔滨市附近的几个主要的村镇, 通过实地调查以及文献调查, 切实得到当地未成年人生存与发展

现状数据。据统计, 在哈尔滨市地区未成年人有 116.42 万人, 其中主要有 1.2 万名留守儿童, 其中又有 70% 的儿童生活在乡村地区。有 90% 的留守儿童主要与祖父母一起生活, 只有 10% 左右的会与其他亲属在一起生活。另外, 据调查显示, 截止到 2022 年, 哈尔滨市的离婚率为 28%, 处于全国的较高水平。由于父母的离异, 因此也产生了大量的单亲未成年人, 这也是我们所要调查与研究的重要对象。由以上数据可以看到, 本文主要研究的是留守儿童与离异儿童的心理健康问题, 他们是构成当下出现心理健康问题的未成年人的主要组成部分。

## 2.2. 研究方法

通过进行一系列的实地调查与实践, 我们得到了大量详实且有用的数据。我们对数据进行分析主要采取以下两种研究方法。

问卷调查法。主要采取问卷调查的形式, 通过向未成年人个人以及他们当下的所共同生活的人进行发放问卷, 问卷采用线上与线下相结合的方式发放, 问卷通过设置几类较为重要的问题, 收集后通过分析, 进而切实得到目前当地未成年人生活现状以及存在的问题。

实地调研法。这一方法是我们团队的主要调查与研究方法。在遵守常态化疫情防控的要求下, 我们团队会经常实地走进当地村镇进行一系列的实地调研, 主要是包括具体数据搜集以及面对面的交流与谈话。通过进行以上的调查研究, 我们切实整理出现阶段未成年人心理健康存在的问题以及提出建立“阳光档案”以应对这一问题的构想, 通过对调查数据进行研究, 进而找出不同的解决方案以应对当下未成年人的心理健康问题。

## 3. 现阶段未成年人心理健康防护现状以及存在的问题

### 3.1. 儿童留守、父母离异是引发未成年人心理健康问题的主要因素

据调查统计, 现阶段哈尔滨市约有 1.2 万名留守儿童, 并且由于目前人们大多会前往南方以及经济较为发达的城市进行务工, 为了减轻自身的负担, 他们会将自己的孩子寄放在老家由自己父母进行照料, 因此留守儿童的数量在近年来一直保持着较快的增长趋势。另外, 根据哈尔滨市政府的统计数据表示, 当下哈尔滨市的离婚率为 28%, 正处于全国较高的水平, 离婚率的不断提升, 直接导致了大量的单亲家庭的出现, 也就出现越来越多的单亲儿童。由于父母的离异以及留守家乡, 越来越多的未成年人会出现一系列的心理问题。像是焦虑、心疑以及不安等情绪时有发生。因此, 如何切实解决这些问题已经成为了保护未成年人心理健康的一项重大挑战。

### 3.2. 当下对未成年人出现心理健康问题的排查不够彻底

在这次乡镇的实地调研中, 我们团队发现了当地有很多出现心理健康问题的未成年人未能够得到当地相关部门的足够力度的排查与调研, 未能够得到一定的关注与重视。据我们向相关部门反馈中得到的消息是, 这些出现心理健康问题的未成年人要不是只是出现轻微的心理问题, 或者就是在曾经已经解决了这些问题只不过后来又出现了“复发”。但他们均未彻底解决这些相关的心理健康问题, 可见他们对未成年人的心理健康现状的排查不够彻底与精细。因此, 如何能够做到切实有效的提高相关部门的工作效力也是一个必须斟酌与讨论的话题。

### 3.3. 相关专业人员的规模、素质有待提高

在实地调研中, 我们发现, 虽然当地也配备了相关的未成年人心理健康咨询师, 但是整体的规模以及素质有所欠缺。在调研中, 我们发现, 乡镇的整体规模比较庞大, 而且出现心理健康问题的未成年人

数量也比较多。但能够引进来的心理健康咨询师的数量较少, 而且缺乏基本的心理健康知识而且没有得到应有的培训, 因此在实际工作中往往会出现各式各样的问题, 整体素质较为落后[1]。因此, 加强相关专业人士的培养是十分必要与有用的。

### 3.4. 相关基础设施落后, 工作效率低下

由于调研地点主要是乡村与村镇, 这些地区的基础设施与相关资源建设都比较落后。据我们调查, 当地的网络基础设施与乡民娱乐设施都比较缺乏, 当地的未成年人的日常活动以及人们的日常工作都会受到一定的限制。通过合理建设乡民公共娱乐与放松设施可以有效的缓解乡民以及未成年人的身理与心理压力与不良的生活情绪。其次, 完善相关的网络基础设施, 可以提高相关工作人员的工作效率, 进而更好的应对好未成年人存在的心理健康问题。因此, 相关部门应切实加强乡村地区的基础设施建设, 提高人们生活水平与生活质量。

## 4. “阳光档案”建设主要概述

### 4.1. 项目背景与整体概述

国家扶贫攻坚期间, 国家对贫困户建档立卡, 打破了贫困需求和扶贫力量之间的“信息鸿沟”, 实现了扶贫对象和帮扶政策、资源的有效对接, 也为开展贫困监测提供了有力支撑。而每位妈妈在怀孕后建卡是为了方便了解孕期检查的情况, 把产前检查的资料统一存放档案方便查阅, 也有利于动态观察胎儿的生长发育情况和孕妇的健康状况。由此可见建档有助于观察记录。儿童的成长也不可能急于求成也不是一日之计, 儿童的成长需要长期的观察、记录和追踪, 成长中的每一件事都可能影响孩子的人生脚本, 所以对每个儿童建档有助于我们更好的观察记录儿童的成长, 了解儿童的经历对他们进行合适的心理教育和疏导。促进每一个儿童更好的成长。对此, “阳光档案”致力于解决未成年心理问题帮助未成年儿童积极向上、健康成长。该项目以建立离异家庭、留守儿童、心理问题儿童的档案为主, 记录未成年儿童的成长, 对未成年心理健康进行干预, 并定期的家庭跟进与调查访问完善档案。

### 4.2. 平台建设与平台结构

建立的档案信息服务平台管理系统, 是基于单位网的集群式档案信息服务平台, 它对各种不同的信息资源进行统一化管理, 以数据为基础, 以提供服务为目标, 以分析采集技术和审核技术为保障。做到信息资源的采集、迁移、存储、搜索引擎、二次加工、发布、维护、审核为一体。以计算机及网络技术、数字化加工技术、网络办公等为技术支持, 采集更新和发布共享; 利用信息分析技术, 打破现有数据的使用限制, 整合资源, 综合利用; 利用数字化处理技术实现文本信息数字化, 方便共享; 利用网络办公技术, 审核控制资源的使用权限, 保证资源安全。运用数据仓库和数据挖掘技术, 实现了对档案信息管理和服务的最优化。项目希望能够将自身构建为一个公益平台, 通过发挥自身的社会影响力, 提升社会对于问题儿童的关注度, 吸引社会资源导向基础教育领域, 并利用自身的专业性开展一个个具体、透明, 长期有效的的实质性项目, 助力未成年人保护。通过合理的运作社会资源, 最终实现实现未成年人心理健康发展。具体平台结构如图 1 所示: 主要分为儿童心理的动态档案与线上沟通治疗的平台两个组成部分。

### 4.3. 营销战略分析与 SWOT 分析

在具体的营销战略方面, 本项目采用市场营销中经典的 STP 分析方法, 即从市场细分, 目标市场选择和市场定位三方面进行营销战略规划。此项目不同于企业, 此项目的主要目的是非盈利性质的, 然而

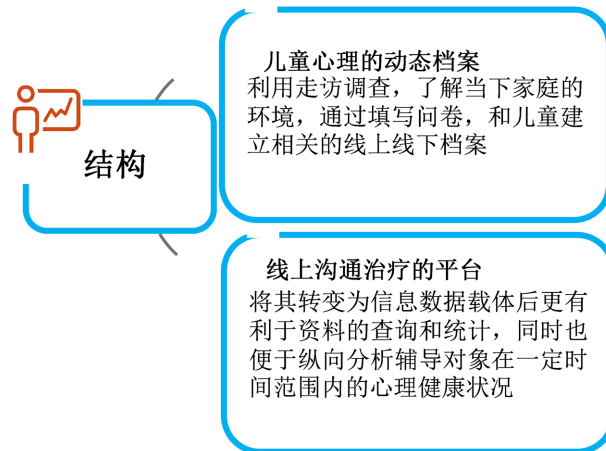


Figure 1. Project platform structure  
图 1. 项目平台结构

借鉴企业的许多营销推广手段, 往往能使该项目逐渐发展完善, 壮大。未成年人保护项目营销战略目标在于逐步与各媒体机构建立长期稳定的合作关系, 以扩大本项目的影响力, 逐步完成本项目的目标。另外, 所谓 SWOT 分析, 即基于内外部竞争环境和竞争条件下的态势分析, 就是将与研究对象密切相关的各种主要内部优势、劣势和外部的机会和威胁等, 通过调查列举出来, 并依照矩阵形式排列, 然后用系统分析的思想, 把各种因素相互匹配起来加以分析, 从中得出一系列相应的结论, 而结论通常带有一定的决策性。本项目的 SWOT 分析主要如下图 2 所示: 主要包含以下几个方面。

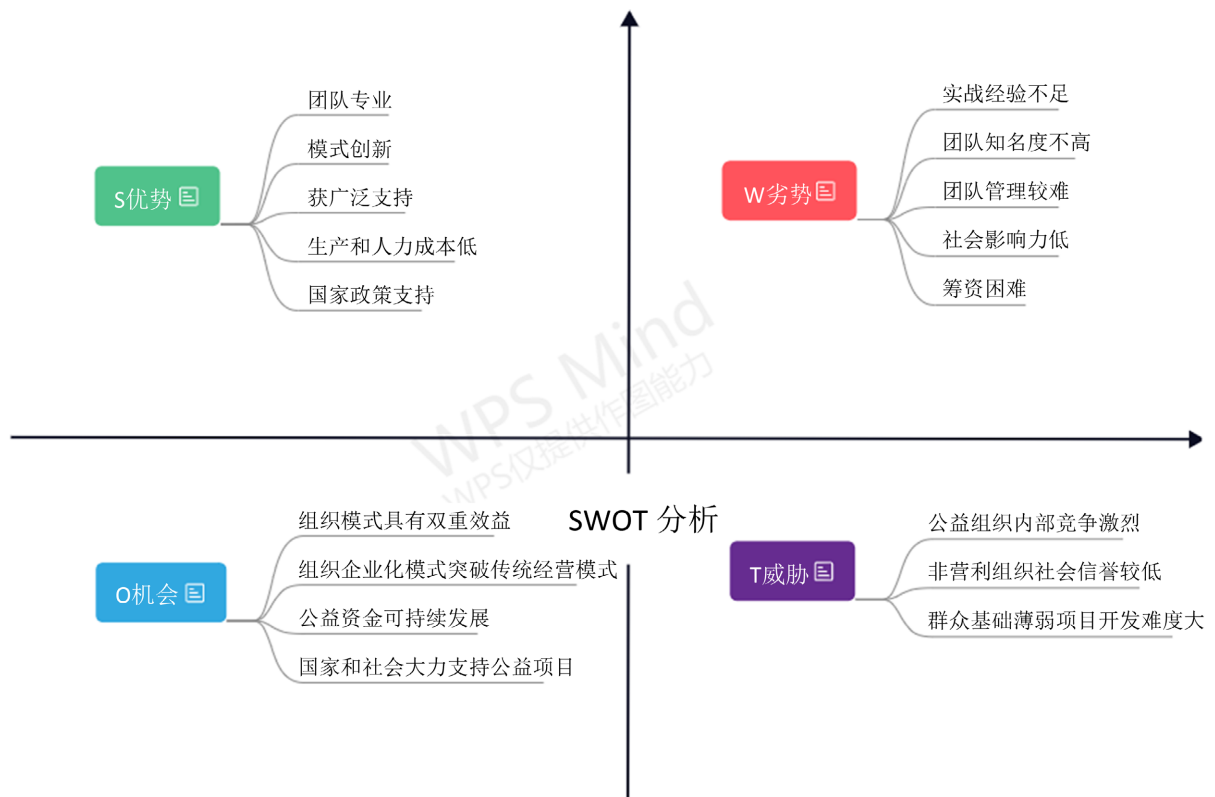


Figure 2. SWOT analysis diagram  
图 2. SWOT 分析图



#### 4.4. 项目建设与项目实施

本项目的实施具体包含以下几个方面。首先, 建立档案——组建志愿者团队, 在和居委会、学校沟通后对每个孩子进行走访, 和他们聊天, 了解每个孩子的成长经历、家庭条件等基本情况, 对孩子的心理情况进行评估并记录档案。其次, 举办相关活动, 增加与孩子的交流促进未成年儿童养成健康良好的心理状况其中包括影视鉴赏(通过对优秀影片的观看和思考, 提升学生的道德修养和自身素质)、做游戏(举办一些多人小游戏旨在让孩子感受团队的友好、朋友的重要性以及身边人的关爱)、阅读图书(促进孩子养成正确的人生观、价值观、世界观)。最后是, 组织志愿者定期对档案进行完善, 追踪孩子成长以及借助网络平台搭建未成年儿童寻求帮助的途径, 通过公众号 24 小时为未成年儿童解决心理问题。

#### 4.5. 项目优势与项目意义

##### 4.5.1. 项目优势

**资源优势。**我们多次实地调研, 并且有当地的大儿童作为团队成员, 更加了解当地孩子的情况和需求; 当地官方和媒体的支持使我们能够便捷的完成审批程序并且快速的提高影响力。拥有政府、媒体、当地情况这么多资源, 公益活动也就更方便于展开; **人才优势。**对于爱心公益协会而言, 复合型管理人才、高素质的志愿者是缺一不可的, 而没有什么群体比素质高、教育程度好、心怀爱心的大儿童更合适志愿者工作的了。以及各种大学不同专业的大儿童, 在努力奉献的同时也是在不断磨练自己。胸怀大志, 手捧爱心, 我们是一直充满潜力的团队; **服务优势。**“阳光档案”是一个透明公开的服务平台, 我们所建立的公共主页、新浪微博和人人主页, 微信平台全天候有人值班, 开辟了一个透明、开放、真实的交流空间。并且在每个具体的项目下还有自由讨论组, 实时掌握项目运行和公众反映的情况。还专门设立联系邮箱和联系电话, 提供 24 小时免费咨询服务; **定位优势。**在服务对象上, 我们将其定位于哈尔滨附近村镇的离异儿童和留守儿童, 通过商业化的运作模式(社会公益平台)用协会自身的影响力, 整合社会大量爱心资源, 通过实地调研开展具体、被援助者需要项目, 以实现被援助者满意、捐助者放心的目的, 搭建孩童与心理医生和志愿者的联络平台, 扩大协会影响力真正为解决儿童心理问题做出贡献。

##### 4.5.2. 项目意义

本项目打破了传统公益领域中“单向帮扶”的模式。将“阅读促进”、“学习能力提升”、“心理问题干预”、“学生自尊自信提升”、“学生自主能力培养”五个模块有机整合。通过各个模块之间的互动, 实现学生人格的健康成长记个人的全面发展。将课外活动的作用反哺到学业上, 提升学生的学业水平, 助力后续更高等的教育。以往对未成年儿童的帮扶立足于物资配送, 短期支教等。此类项目时间段对未成年儿童的影响有限, 推广性和复制性差。本项目立足对未成年儿童的长期帮扶, 通过个人档案的建立参与、了解未成年儿童的成长, 远程的监控及同步, 形成详细人生指南。项目的实施不局限于同一志愿者或团队, 后续志愿者或团队可通过个人档案衔接, 项目可复制性强。

#### 5. 其他相关建议措施

##### 5.1. 重视相关家庭教育, 保持家庭和睦氛围

由于离异儿童以及留守儿童大多都生活在一个不完整的家庭之中, 因此他们内心十分渴望来自家庭方面的温暖, 而重视家庭的教育以及能够保持家庭的和睦氛围是至关重要的。宽松、和谐的家庭氛围对未成年人的心理成长产生积极影响, 因此, 村镇政府以及社会各界应通过多种方式引导相关未成年人家长以及监护人营造宽松、和谐的家庭氛围, 教给家长教育孩子的方式方法[2]。家庭永远是孩子成长与发展的第一港湾, 重视家庭的发展, 就是对未成年人的最好保护。

## 5.2. 完善相关法律措施, 做到有法可依

新版《未成年人保护法》的出台, 紧跟时代步伐, 完善了社会主体各方对未成年人应尽的义务, 而在未来实践的过程中, 关于未成年人的法律也需要在此基础上进一步完善。新版《未成年人保护法》, 虽较之前的旧法规定更加细致, 但是就未成年人的心理健康方面, 依然属于较为宽泛的界定范围[3]。因此完善相关法律举措, 尤其是完善未成年人心理健康防护方面的法律法规是必要而紧迫的。

## 5.3. 构建学校、家庭、社会“三位一体”的心理健康教育机制

学校、家庭、社会是未成年人心理健康保护的三大重要主体。根据本文的调查显示, 在大量留守儿童与离异儿童中, 有将近 40% 的孩子未能够得到学校、家庭以及社会的有效帮助与关怀。这三大主体未能够发挥好其本身所具有的作用与优势。因此, 为了充分发挥各自的教育优势, 整合三者的力量, 构建家庭、学校、社会“三位一体”的教育网络, 首要任务就是正确定位家庭、学校、社会的作用, 各司其职[4]。通过构建这一心理健康教育机制, 进而切实解决未成年人的心理健康问题。

## 5.4. 加强相关基础设施建设以及开展相关心理健康宣讲活动

由于大部分的留守儿童与离异儿童都在乡镇地区, 而乡镇地区大部分心理健康咨询服务机构都比较缺乏。为此, 乡镇政府应该加强相关基础设施建设, 建立专门的心理咨询服务机构或服务点, 提高服务质量与服务效率[5]。其次, 乡镇地区的文化建设在近年来正开展的较为良好, 有较大的政策支持。因此, 相关部门以及社会团体可以邀请相关的心理咨询师在该地区进行一定的心理健康宣讲活动, 通过宣讲, 提高广大人民群众对于未成年人心理健康保护的意识, 进而起到一定的动员作用。

## 6. 总结

作为国家与社会未来发展的期望, 未成年人的心理健康发展是完成我国百年奋斗目标、实现中华民族伟大复兴的重要抓手与关键要素。留守儿童与离异儿童作为未成年人中的弱势群体, 他们往往会受到更多心理健康问题的困扰。对此, “阳光档案”的建立与实施就是对这一群体进行点对点、面对面的高效服务。这种管理方式与实践方式的创新能够有效地应对当下未成年人心理防护的需求。因此, 在未来发展过程中, 各种应对措施要根据时代发展做到相应的变革创新, 这样才能够做到适应时代发展的需求, 符合社会未来发展的期望。

## 参考文献

- [1] 王立皓. 景德镇地区未成年人心理健康公共服务的现状与发展建议[J]. 才智, 2016(27): 274-275.
- [2] 冯彦明. 浅谈特殊家庭学生心理健康教育[J]. 现代职业教育, 2017(3): 152.
- [3] 巩浩. 少年阶段未成年人身心健康社会保护现状和解决路径[J]. 法制博览, 2022(9): 133-135.
- [4] 王莉, 于巧锡, 朱苏榕, 方翰青. 构建学校、家庭、社会一体化网络体系强化未成年人心理健康教育——以常州市为例[J]. 江苏技术师范学院学报, 2013(5): 75-80.
- [5] 殷洪. 青少年心理援助: 基于社会责任的图书馆服务创新——以无锡市图书馆建设未成年人心理健康活动中心为例[J]. 图书情报工作, 2010, 54(17): 95-99.