

好学生为何成了休学“主力军”？

探讨青少年心理健康之困背后的支持路径



渡CEO李香枝

“在我们开展的休学青少年复学项目中，来自重点学校、重点班的孩子占到了2/3。”渡过CEO李香枝说。这些“听话懂事、成绩优异”的孩子为何拒绝上学？“如果去观察孩子整个成长的路径，你会发现，这是一个连续的过程，只是孩子都选择了独自去承担。”

渡过是一家关注青少年抑郁及家庭支持的心理平台，社群人数已接近20万。在“全国学生心理健康宣传月”期间，记者专访李香枝，围绕休学青少年及其支持体系等问题，探讨青少年心理健康之困背后的支持路径。

1 孩子的问题从来不是突然而来的

南都：据您观察，是什么原因让这些孩子产生了心理问题？

李香枝：学业压力是孩子产生心理问题的一个非常重要的因素。在我们开展的休学青少年复学项目中（人数约有1000人），来自重点学校、重点班的孩子占到了2/3。

我印象很深的一个例子，是一个从小学到高中一路都在重点班的男孩。他的父母很严格，小学时，他每周只有半天休息时间，周末就是上辅导班。

进入初中，这种来自外部的规训，逐渐内化为他对自己的要求。哪怕成绩已经很好了，他依然会被两种念头反复拉扯：一种是“我考得还不够好”，另一种是“我这次考好了，下次被别人超过了怎么办”。即便如此，他依然咬牙上了重点高中。

到了高二，他开始出现注意力不集中，听不进上课内容。他没有和父母、同学、老师倾诉，因为不想证明自己是一个“连情绪都处理不好”的人。后来，老

师和同学先看出了他的异样，建议他去就医，诊断结果是抑郁和焦虑，他不得不休学了。

这种情况在“渡过”社群里非常普遍。这些孩子从小到大成绩优异，听话懂事。因此，当有一天他们“突然”拒绝上学，父母会觉得非常诧异：孩子一直都好好的，怎么突然就不行了？然而，当我们回头看孩子的成长轨迹，便会发现这个过程从来不是“突然”的，只是孩子一直选择了独自承担所有情绪。

此外，来自同学关系或师生关系的人际交往问题，也给一部分青少年带来了困扰。我接触过一名男生，他当时被几个孩子欺负了，班主任说：“苍蝇不叮无缝的蛋，为什么别人欺负的是你，而不是别的同学？”在他向家长求助时，家长也说了同样的话：“为什么他们不欺负别人？”后来这个事情在他心里一直过不去，成为了一个很大的创伤事件。

南都：接触了这么多休学孩子后，您最想提醒家长关注的是什么？

李香枝：除了关注孩子的学习、人际关系、运动和身体，我认为家长还要重视孩子“玩”的权利。我是80后，从小我就觉得“玩”是自然的事情，放学路上、回家做完作业都可以和小伙伴玩。但在现在的环境中，大多数孩子每天就是“两点一线”——上学、回家。在严格的时间表里，“玩”变成了一件需要刻意安排的事情。其实，能够跟同伴一起玩，对于孩子的成长是非常重要的。

还有一部分家长会觉得，玩是在浪费时间，应该把这个时间用来学知识，或者学一个兴趣爱好。但是我认为，“无用之用”在孩子的成长过程中是很重要的，它能够帮助孩子去建立更加多元化的价值评价体系。

南都：有的孩子会不停地要求家长花钱给游戏充值，或者进行其他消费，您怎么看待这一现象？

李香枝：孩子的要求背后，其实是有需求的。我们未必一定要答应孩子所有的要求，但是我们可以满足孩子的需求。

有的家长给孩子充值游戏花了成千上万的钱，是不是还要一直去满足这个要求呢？这种情况要看一看孩子背后的需求是什么，也许是孩子在游戏里找到了失去很久的同伴关系，或者在游戏里找到了很久没有感受过的价值感。如果能够看到这里，那么除了满足充值的需求之外，家长还有更多事情可以做。

南都：当孩子生病之后，他们最需要家长怎样的支持？

李香枝：对于家长来说，首先要正视“孩子生病”的事实。很多孩子生病之后，父母拒

绝去面对这个事情，采取了回避否定的方式：“我觉得孩子就是懒”“我家孩子没有问题”。

第二，家长需要具备心理疾病相关的基础素养，从医学、心理、社会的角度建立对这个疾病的基本认知。心理疾病跟生理疾病有很大的不同，心理问题往往是身心因素和环境因素共同作用的结果。

第三，根据孩子的情况去寻找资源。比如，是看医生，还是去找心理咨询师，家庭要做哪些调整等。

还有一个很重要的部分，是家长的自我照顾。我们会发现，很多孩子生病之后，家长也病了，也陷入了焦虑、抑郁、失眠。心理疾病的康复是一个漫长的过程，如果家长自我状态不好，孩子是感受不出来的，这无形中又给孩子增加了另外一重压力。

2 我最想提醒家长，要重视孩子“玩”的权利

3 休学孩子需要更加弹性的支持力量

南都：很多孩子在经历休学、复学这样反复尝试又失败的过程中，会选择转校。您怎么看这个选择？

李香枝：在渡过接触的青少年中，这样的孩子大概占到10%-15%。在我看来，进入职校对这类孩子是一个比较现实、理想的选择。

对休学青少年来说，返校对恢复个人的社会功能有非常重要的意义。因为孩子们回到集体环境中，需要跟人打交道，

需要恢复正常的作息。同时，职校的学业压力更小，对于恢复信心、重新找到自己的价值，都是一个非常好的落脚点。

但是也存在一些现实的困难。对曾经成绩优异的青少年来说，让他们去接受一个在自己原先的价值体系里并不认同的选择，是很难的。

南都：针对这些存在心理问题的孩子，您认为可以采取哪些支持举措？

李香枝：有相当一部分孩子

生病之后仍然在上，我们之前一直在呼吁，对于已经出现心理问题的高发领域。专家建议相关检测平台加快技术升级，国家相关部门也应加快出台AIGC检测工具的技术要求及标准，并进行监管，提高AIGC检测工具的质量与公信力。

来源：南方都市报

资讯

全国大学生廉洁文化宣讲联盟成立

5月23日，由中国政法大学纪检监察学院、中国政法大学党委宣传部、共青团中国政法大学委员会主办的全国大学生廉洁文化宣讲联盟成立仪式暨高校新时代廉洁文化建设青年大会在中国政法大学海淀校区举办。

活动伊始，中国政法大学党委副书记、纪委书记胡志钢表示，高校作为立德树人的主阵地，在廉洁文化传承与创新上肩负重要使命。成立全国大学生廉洁文化宣讲联盟旨在汇聚资源，推动课程开发、骨干培训、社会实践、成果展示等合作，打造可复制、可推广的廉洁文化品牌项目，让廉洁之风浸润校园、深入人心。

据悉，联盟由中国政法大学牵头发起成立，首批联盟成员来自全国32所高校。联盟将重点围绕推进课程共建与集体备课、开展联学联建与主题宣讲、培育廉洁青年人才、拓展廉洁教育社会实践、沉淀宣讲经验与转化优秀成果等主要工作发力，全方位搭建高校廉洁文化协同传播育人平台，为弘扬和践行新时代廉洁文化汇聚高校合力，在服务全面从严治党战略纵深推进、助力“清廉中国”建设进程中彰显高校担当、贡献青春力量。

来源：中国教育新闻网

山东省学生心理健康服务平台发布



日前，山东省学生心理健康服务创新发展大会举行，会上集中发布了学生心理健康服务创新发展研究及应用成果。

主要成果包括：开发《“X+心理”大中小学一体化课程育心示范课》50节；发布《山东学生心理健康教育活动指导手册》《中小学生心理危机筛查与干预工作手册》；发布山东省学生心理健康服务平台，作为省级学生心理健康综合服务平台，该平台满足全省2000万名学生心理筛查预警、教师培训等需求。

会议由山东师范大学、山东省学生心理健康发展中心主办。

来源：光明日报

兰大一硕士论文致谢学校“放行”拾荒老人



5月23日，兰州大学2026届硕士生冯紫东在学位论文致谢环节，专门感谢学校“放行”拾荒老人进校园一事，引发关注。

社交平台流传的致谢词中，冯紫东称想感谢一个特殊的部门——兰州大学保卫部。

兰州大学的保安总会默许拾荒老人进校，让他们获得谋生的空间。他经常看到一位拾荒老奶奶拿起垃圾桶旁边的扫帚，将周围地上的垃圾仔仔细细清理干净。

“我想这份真心是双向的，兰州大学为老人‘大庇天下寒士俱欢颜’，而老人为兰州大学‘洒扫庭除报此恩’。对于目前的我，能为老人做的或许只有多喝几瓶水（废塑料瓶给老人），多网购几个快递（废纸盒给老人）；希望未来的我，能以今日求学道路为根基，成为一个稍稍有能力的人，能为有需要的人提供尽可能的帮助。这是兰州大学及兰州大学保卫部教给我的重要一课。”

5月25日，记者联系到冯紫东同学。今年25岁的他来自甘肃成县，本科就读于南京林业大学，在兰州大学上硕士研究生，即将赴复旦大学读博士。

他在兰州大学所学专业为卫生毒理学，研究方向是肿瘤生物标志物。他从研一一起就注意到，学校实行预约进校制度，但保卫处总是默默放行一位弓背行走的老奶奶。老人几乎每天都会拉着小车走进校园，翻捡垃圾桶里的纸盒和塑料瓶。翻完之后，她会用保洁员留下的扫帚，把垃圾桶周围清扫干净，再将垃圾归位。

“这一幕我看了三年。”冯紫东说，学校默许了这份善意，老人则以力所能及的劳动回馈，“我觉得这是一个人性本善的举动，写到论文致谢里是因为我觉得这是一个非常有意义的事情。”冯紫东说，“兰州大学不仅给我提供了学习环境和做科研的条件，这件事也是对我价值观的一次塑造，我觉得必须要把它写下来。”

来源：奔流新闻

多所高校将进行毕业论文AIGC率检测

“人工智能生成内容”超过规定上限，论文将不得参加盲审和答辩

日前，2026届高校毕业生正陆续进入论文答辩阶段，不少高校将对毕业论文检测AIGC率——从语言模式和语义逻辑等多个维度，对论文文本进行分析比对，区分判定文本内容中“人工智能生成”的比例，超过规定上限，论文将不得参加盲审和答辩。

在AI深度融入教育体系的当下，AIGC（人工智能生成内容）能否用于毕业论文？使用边界如何界定？检测标准科学吗？

多所高校：毕业论文要进行AIGC检测

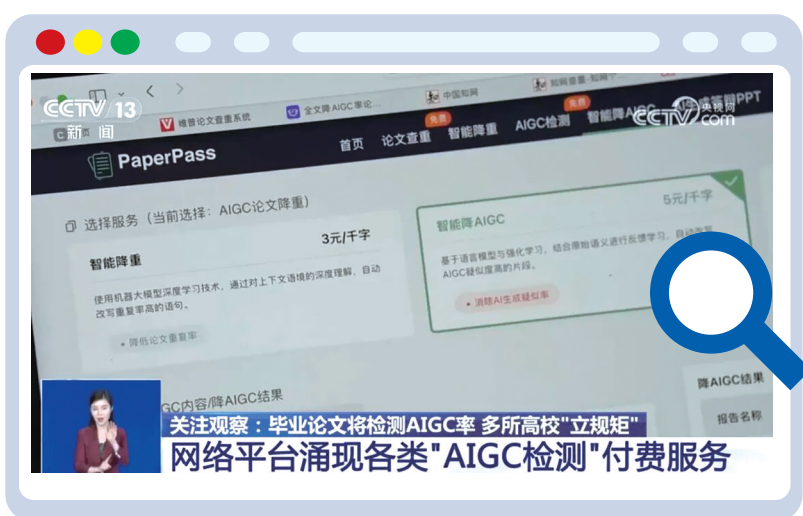
今年以来，四川大学、南京工业大学、广西师范大学、河北工程大学等多所高校相继发布通知，要求本科毕业论文须进行AIGC检测，并对论文的AIGC率作出明确规定。其中，

四川大学要求文科类毕业论文AI生成内容占比不超过20%，理工医科类不超过15%；

南京工业大学要求全校毕业论文均须进行检测，标准由各学院自行制定；

广西师范大学、河北工程大学、南京航空航天大学则规定AIGC比例不得高于40%。

不少学生分享了AIGC检测的实际使用感受：有学生认为有误差，“有的是自己写的，但也会被算到AI生成内容里”；也有学生认



为，AIGC检测并不像网查重一样公布标准；还有学生希望能明确告知，检测为何判定某段AIGC率高，而不是只给一个百分比。

“用AI降AIGC率”AIGC检测科学吗？

采访中，不少学生对AIGC检测的准确性提出了质疑。在社交媒体上，还有学生分享“用AI降AIGC率”的攻略。当检测可以被AI轻易破解，AIGC检测还科学吗？

记者调查发现，目前，网络上各类AIGC检测平台层出不穷，单次检测按字数收费从十几元到几十元不等。与此同时，“降AIGC率”的付费服务也应运而生，商家号称

能通过句式改写、词汇替换、逻辑微调等手段，把高AIGC率论文改写到合格标准。

一些学生无奈表示，为了证明自己的论文不是AI生成，不得不付费降AIGC率。

大四学生葛佳怡在维普平台对毕业论文进行检测，结果显示疑似AIGC率为56%。她说自己用AI完成了部分理论资料的检索与补充，而摘要、项目计划、创作核心均为原创。让她不解的是，她和团队商量拟定的项目计划部分，竟被认定疑似AIGC率高达97%，甚至包括项目的行程安排。

无奈之下，她尝试用AI降AIGC率。她向AI提出的具体要求

是：降低逻辑性、增加口语化、按照官方检测模式和底层逻辑输出内容。结果，AI改写后的口语化文本与她自己书面化的表达融合在一起后通过了检测。

一些学生甚至总结出“规律”：尽量少使用专业化术语、越像“口水话”，AIGC率就越低。

专家建议：AIGC检测结果不作唯一评价依据

专家表示，引入技术手段对AI生成内容进行检测有其合理性，但由于目前AIGC检测技术本身还不完善，很多检测工具也都标明其检测结果“仅供参考”。那么当下，对于论文的AIGC率，高校该如何判定才更合理呢？

专家建议，一方面，高校可适当放宽对AIGC合格率的要求，避免因技术误判影响学生正常答辩。另一方面，AIGC检测结果不应作为唯一的评价依据。

北京邮电大学计算机学院教授鄂海红指出，不同学科对AIGC率不应一刀切，应由学科专家或导师最终定论。

南京航空航天大学教务处副处长李鑫表示，考虑到当前检测技术精确性有限，学校将合格率定在40%是为了引导同学们合理使用大模型，同时不以是否通过AIGC检测作为唯一评价依据。对于不通过AIGC检测的论文，学校将组织专

家通过论文评阅、学生答辩等方式综合研判。

当前，学术类书面表述被AI语料库大量收录学习，成为检测误判的高发领域。专家建议相关检测平台加快技术升级，国家相关部门也应加快出台AIGC检测工具的技术要求及标准，并进行监管，提高AIGC检测工具的质量与公信力。

警惕AI伪造图像和数据的行为

此外，专家提醒，除了文本生成外，更应警惕利用AI伪造研究数据、生成实验图片、替代自主设计的行为。

北京邮电大学鄂海红教授团队受科技部等部门委托，正在研发针对科学实验中利用AI工具进行图像造假等行为的检测大模型。她表示，2024年AIGC图像生成能力还不强，输出学术图像并不贴近实物，但到了2025年，已有微辨论文指出的实验图像，人眼已很难辨别差异。这种合成的实验图像危害更大，必须用AI手段进行检测。

当前，AI检测的“误判”困境，在一定程度上揭示了原有学术评价体系在新技术冲击下的不适应。在AI已成为科研“协作者”的今天，更需要建立一套鼓励创新、规范使用、透明可信的新规则。

来源：央视新闻