

农村流动女性心理健康状况及应对措施

——基于北京市朝阳区外来农村流动女性的调研

王海丽

(北京农业职业学院, 北京 102442)

【摘要】农村流动女性已成为外出务工群体中的重要组成部分。依据马斯洛的需要层次理论,她们在安全感、归属感以及尊重和爱的需要满足方面出现了种种的不足,这是影响她们心理健康的主要原因,需要从营造良好的人文环境、加强政府关注尤其是农村流动女性的自我调整等方面来着手改善。

【关键词】心理健康;社会支持;自我调整;农村流动女性

【中图分类号】C912.64

【文献标识码】B

【文章编号】1671-7252(2017)04-0070-04

一、研究缘起

流动人口,就是离开户籍所在地,异地从事务工、经商等活动的劳动者。2016年10月,国家卫生计生委发布的《中国流动人口发展报告2016》(以下简称《报告》)显示,2015年,我国流动人口规模达2.47亿人,占总人口的18%,相当于每六个人中有一个是流动人口。根据城镇化、工业化进程和城乡人口变动趋势预测,到2020年,我国流动迁移人口(含预测期在城镇落户的人口)将逐步增长到2.91亿,年均增长600万人左右。流动人口为社会和城市的发展做出了巨大贡献,流动女性更是流动人口中的“半边天”。本文的农村流动女性,是指外出务工前一直在农村生活的女性。

2014—2016年,我们进入北京市朝阳区的5

个社区和12个用人单位,通过问卷、个案深度访谈、半结构访谈、小组访谈法对158位农村流动女性进行了调研,获得了丰富的一手资料。

二、农村流动女性主要的心理健康问题及成因探究

农村流动女性具备中国妇女勤俭、朴实、任劳任怨等众多传统美德,但在北京这个繁华的都市里,生活的艰辛、工作的劳累、母子的分离、社交范围窄小等依然会给她们带来诸多的负面情绪,影响她们的生活满意度。在我们调查的158位农村流动女性中,对生活比较满意的仅占12%,不满意的高达67%,很不满意的占到21%,生活满意度普遍偏低。78%的调查对象不清楚心理健康的含义,61%的调查对象承认自己大多数时候感觉比较孤独、无奈。

【收稿日期】2017-03-31

【作者简介】王海丽(1977—),女,陕西富平人,北京农业职业学院基础部讲师,硕士。研究方向:思想政治教育、心理健康教育。

（一）稳定性的缺失造成的安全感低下

首先，农村流动女性受文化水平和技能的限制，选择的职位常常是低技术和低门槛的，甚至有时还会选择一些不太正规的企业，虽然灵活性大，可以很快上岗，但这种岗位工资待遇差、流动性强，各方面的保障也不健全，随时面临解雇的风险，有时连基本的劳动报酬也不能保证，所以她们对就业的把控力很弱。其次，和家人，尤其是和子女的长期分离，母亲和妻子的角色定位在现实生活中不能得到完全的体现，限制了她们的情感交流；对孩子和老人的牵挂，对丈夫工作、收入甚至对婚姻的担心，都会严重牵扯她们的精力，影响她们内心的安宁。最后，房屋的租赁性质带来的租客不断变换，受经济条件限制造成的疏于收拾房屋，以及居住环境的脏乱差等都会让她们感觉这里只是临时借居地，稳定性和安全感低下。本次调查中有71%的农村流动妇女感觉“心里不踏实”。

（二）有限的社会交往带来的归属感欠缺

交往，尤其是情感的交联在女性自我意识不断增强的过程中十分必要，通过社交，融入集体，才能得到认可和归属。流动人口常常把血缘、地缘等作为自己主要的社会关系，农村流动女性亦是如此，她们一般在家人、老乡之间互动，组成自己实际生活中的“社区”，交往也更多局限于“社区”内部，形成了与城市居民基本上互不往来的独立“圈子”。语言、生活习惯、人际交往方式、文化程度和工作特点等各种原因，使农村女性流动人口基本上被排斥在城市主流社会关系网络之外，较难融入城市居民的社交生活圈。这种隔离让她们感受到了城市的冷漠，对所居住的社区和城市很难产生认同感，从而丧失归属感。

农村流动女性来到城市，她们大多数和男性一样承担着赚钱养家的家庭重担，但女性体力上的不足和家务上的付出让她们的精力捉襟见肘，有限的社交让她们认可和归属的需求得不到有效的满足，更难以得到支持和帮助。在融入城市过程中种种艰难的点滴累积，有时候一根稻草也能让她们这只坚韧的骆驼发飙。

（三）尊重的缺失带来的负面情绪

农村流动女性的平等权利常常受到挑战：工作中，同工不同酬的现象不在少数；生活中，子女教育和高速攀升的房价，更是对农村流动女性形成了一道无形的屏蔽和障碍；加之社会固有的对农村人的“刻板印象”，自然也投射到了她们身上，认为她们“没文化”“不够文明”“不懂规矩”等。访谈中，甚至部分城市居民把治安问题、市容问题乃至北京人的失业问题都归结到农村流动人口身上，认为农村流动人口的涌入改变了原有的城市社会秩序，对他们心存芥蒂。但另一方面，农村流动女性认为自己的工作促进了北京的发展，一切都是劳动所得，理应受到尊重。现实的评价和自我认可之间的落差，也会导致农村流动女性内心的不平衡。

158位受访者中，67%认为自己受到了“歧视和排斥”，35%表示“不怎么受尊重”，只有17%表示“比较受尊重”，而这17%的受访者多是从事美容美发行业等较为年轻的农村流动女性。当问及“对北京的印象”时，94%都认为“北京很好，干净、漂亮，去哪都方便”，但当问及“以后会不会在北京一直生活时”，她们却一致说“那不会，以后肯定是要回去的。”一方面，她们羡慕着城市的繁荣，向往着文明的城市生活，另一方面，她们又清楚自己不可能成为真正的“北京人”，没有得到平等基础上的尊重是导致这一矛盾的重要原因。

（四）迷茫的未来导致心理压力

农村流动女性的工作内容简单却辛苦，工作收入和时间成本的不对等、家庭的经济压力、亲子间的长期分离、居住环境的不理想、难以融入居住地、社会地位低下等系列现象，都是她们生活的一部分，甚至是她们无力撼动的一个生活内容。自身素质和技能的不足，决定了她们改善未来生活状况的可能性较小，也决定了她们对社会事务参与能力的不足，甚至自己的合法权益也无法保证。

提高自身素质，进行职业和技能培训是农村流动女性实现发展的主要途径。只有这样，才能提升农村流动女性的就业竞争力，面对技

术性和需要专业知识的岗位时她们有选择的主动权,增加自由度,提升自己的社会地位。在访谈中,很多农村流动女性,尤其是年轻女性渴望拥有一技之长,然而目前社会上公益性质的教育培训太少,很难满足她们的需求,商业培训学习的经济成本对她们而言又是一道巨大的羁绊。这些现实的困难让她们难以看到未来的希望,随着年龄的递增,心理压力日益增大。

三、改善农村流动女性心理健康状况的建议措施

(一) 注重媒体宣传,营造良好人文环境

媒体的正确引导必不可少,营造一个关注、关心、理解农村流动女性的良好社会环境是帮助她们缓解压力的重要途径。首先要充实宣传内容。内容上可以积极宣传农村流动女性创业的好经验和好做法,宣传她们中的先进典型和成功范例,让更多的人了解和接纳农村流动女性,提升她们的社会形象,使全社会形成尊重她们、欣赏她们的良好社会氛围。其次要拓宽宣传倡导渠道。我国已经进入了一个以网络为轴心的新媒体时代,新兴媒体的快速普及与社会化,无疑提供了更多便捷高效的宣传工具。从标语横幅、小品到电视剧、纪录片,再到微电影、微视频等都是宣传的重要方式,将传统媒体和新媒体充分结合,提高宣传实效性。当然,多角度和多群体的关注研究也有利于引导社会形成对这一群体的客观理性认识。

(二) 加强政府关注,给予流动女性强大的帮助

当前农村流动人口已经进入了以技能促就业的阶段,缺乏技能是使农村流动人口成长为现代产业工人的主要障碍。流出地政府可开展针对她们的技能培训,将她们培育为新型的产业工人,还可通过召开“经验交流会”,让务工群体中的优秀人物讲述自己的奋斗经历,介绍务工过程中的困难问题,明确解决问题的有效途径,提前帮助农村流动女性对于城市生活有更多实际的了解,针对进入城市后的各种状况,做到心中有谱。

流入地政府也可对于流动人口、农村流动女性中涌现出的优秀人物和先进分子加大宣传,树立她们积极进取、踏实肯干的良好形象,肯定她们在城市发展中的积极作用,帮助流动人口建立自信,搭建城市居民和流动人口互相接触理解的桥梁,使农村流动女性感受到更多的温暖和善意,实现双方的互相接纳。同时,还需要心理咨询工作者与社会工作者等专业队伍的大规模介入,组织研发有针对性的干预方案,缩短专业服务提供的供应链,迅速帮助其掌握相关身心健康管理技能。

还要充分发挥各级妇联组织的优势与重要作用,加强妇联在女性流动人口职业教育与培训中的需求调研、宣传动员、资源整合、监测评估等职能。同时要扩大资金来源渠道,通过企业出资、社会捐赠等多渠道筹集资金。还可以建立起包括政府、职业院校、培训机构、社会组织、企业等在内的多方合作机制,提高教育培训工作的连续性与稳定性。最后,还应开发较为灵活的培训项目,针对农村流动女性人口工作和家庭生活特点,灵活选择教育培训内容、方式、时间,调动她们的参与积极性,提高服务的实效性。

(三) 积极进行自我调整,改善心理健康状况

1. 转变观念,强化自我意识

自我意识的形成和发展过程,实际上就是个体角色化的过程。一个人在成长的过程中,逐渐产生对周围世界的认识,与此同时也产生对自己的认识,即形成自我意识。自我意识是人的自觉性、自控力的前提,对自我教育有推动作用。进入城市之前,农村流动女性“主要做家里事”和“男性帮手”的生活状态强化了她们在家庭中的依附地位,限制了她们作为社会独立个体的自我意识的不断觉醒。但进入城市,环境要求她们要剥离依赖,要求她们必须和男性一样平等地工作,参与社会活动,进行社会交往,这和她们以前的社会角色定位形成了冲突,这就要求她们必须要不断强化自我意识,在情感体验上更注重自我,自我行为调控更趋于理性化,能够客观评价自己,积极提升

自己。

从短期来看，农村流动女性自我意识的觉醒会对男性带来一定的冲击，但长远来看，也是女性自我成长，更好帮助男性分担家庭责任和社会压力的主要途径。农村流动女性曾经的“男性帮手”角色决定了这些农村女性不用承担首要责任，一旦“走到人前来”，和男性一样成为平等的社会角色，也意味着抉择和担当。这样的角色转变，对于农村流动女性而言，无疑是一个曲折缓慢的成长。

2. 加强学习，强化“市民”形象

城市劳动力市场需要掌握技术、信息和文化的人口，换言之，受教育程度越高，技能越丰富，也就拥有了更多选择的机会。

教育与培训对于农村流动女性的重要意义在于帮助她们提高职业素质与技能水平，增强就业核心竞争力，进一步拓展了职业发展空间。甚至有些学者通过分析证明，职业培训在促进农村人口流动方面起到的作用甚至大于正规教育所起到的作用，受过培训的农村流动人口在城市中较容易获得工作的机会。对于农村流动女性而言，技能或专长可以弥补她们接受学校正规教育的不足。某理发店的员工在接受完单位组织的心理拓展培训后，一直念念不忘，觉得醍醐灌顶，振奋人心，感觉瞬间理清了自己和顾客之间的关系，对工作有了更清晰地认识。

3. 开放心态，健全社会支持网络

一个人的“社会支持网络”，指的是个人在自己的社会关系中所获得的、来自他人的物质和精神上的帮助和支援。一个完备的社会支持网络包括亲人、朋友、同学、同事、邻里、老师、合作伙伴等等，还包括由陌生人组成的各种社会服务机构。依据马斯洛的需要层次理论，每个人都有获得温暖、爱、归属感和安全感的需要，而良好的人际关系是满足这些需要的重要基础。社会支持网络中，每个人都兼有支持角色和被支持角色的双重身份，既有得到别人帮助的权利与欲望，也有帮助别人的义务与责任，

实现“助人自助”的双重目标。从支持内容来看，可分为物质支持和精神支持。发生困难时的钱物帮助，可以救急，也可以给人力量，缓解压力；互相之间的交流、倾诉让大家找到共同语言，慰藉心灵，得到理解和支持。通过社会支持网络大家可以互相借助对方资源，及时改变困境，这样的精神支持力量更加持久。

农村流动女性进入城市，环境的变化赋予了个体社会角色的多样性。首先，要有积极开放的心态，有意识地构建自己的社会关系网络，发挥社会支持系统的作用，这是尽快适应城市生活、提升心理健康水平的重要前提。其次，要善于利用各种助力，北京开通了涵盖法律咨询、心理咨询、家庭关系辅导等多方面的多个热线电话，都是她们可以获得社会支持的渠道。再次，主动和他人交流，建立自己的社会关系网，加强交流。朋友间的倾诉本身就是减压的重要途径，有利于改善心理健康状态。

【参考文献】

- [1] 宋贵伦，冯虹. 社会建设蓝皮书—2014年北京社会建设分析报告[M]. 北京：社会科学文献出版社，2014.
- [2] 叶敬忠，吴惠芳. 阡陌独舞[M]. 北京：社会科学文献出版社，2008.
- [3] 张英洪，新市民. 北京市农民工市民化研究[M]. 北京：社会科学文献出版社，2014.
- [4] 陆福兴，刘宁. 边缘化生存：农村女性融入城市面临的困境[J]. 中共山西省委党校学报，2007(4):49-51.
- [5] 蒋美华，王国艳. 农村女性流动人口与城市的社会融合[J]. 中华女子学院山东分院学报，2009(3):22-25.
- [6] 苏展，詹劲基，王铁强. 工业企业女性外来务工者工作应激与心理健康关系的研究[J]. 中国健康教育，2012(5):555-557.
- [7] 李泽影，李兴睿. 农村进城务工女性定居目标和城市融入过程分析[J]. 山东女子学院学报，2012(4):13-16.

(责任编辑 王瑞玲)