

中青报 中青网记者 朱娟娟

你还好吧？
这是树洞救援团志愿者美丽在网络上面对 树洞宝宝 时 通常发送的第一句话。这位持有心理咨询师证书、在中学教物理的老师认为，相比于 在吗 等开场白，你还好吧 传递给对方的关切与温暖程度会高一些。

关于 树洞，有这样一传说：旧时，心里压抑着秘密与困苦，希望可以倾诉而不被他人所知的人，会跑到树林里找一个树洞说出，然后将洞口封住。现在，一些人选择在网络社交媒体上，找个没人认识自己的地方，倾吐心底的想法。

我有抑郁症，所以就想去死一死，没什么重要的原因，大家不必在意我的离开。拜拜啦。2012年3月18日，网名 走饭 的江苏女孩因抑郁症自杀离世，这条33字微博的评论区，成为许多人倾诉的树洞之一。

我想死也死得体的面 到处买安眠药都买不到，怕眼睛会哭肿，能感受到虚拟的快乐最快的方法就是醉酒了吧
2020年12月10日，走饭 微博下的树洞里，留言已近200万条，几乎每隔几分钟，就有新的留言出现。

2018年3月，致力于人工智能研究的荷兰阿姆斯特丹自由大学终身教授、武汉科技大学大数据研究院副院长黄智生，注意到了这一现象。彼时，黄智生正与首都医科大学附属北京安定医院开展相关合作。

可否通过人工智能技术，在树洞中自动寻找、筛选出有自杀倾向的人群？黄智生尝试开发了一款智能机器人，编号001。点击按钮搜索，机器人会通过算法识别 走饭 微博树洞中有轻生倾向的人。每隔几小时，机器人生成监控通报，推送给黄智生。通报包含留言者的留言内容、微博主页等信息。

对这些人群，根据自杀方式的确定性与自杀时间的紧迫性，黄智生将自杀风险分为了11个等级。0表示未见有生存痛苦类表达，10表示自杀可能正在进行中。一旦风险达到6级（已计划自杀、自杀日期未明）以上，机器人会发出预警。

找出自杀高风险人群，只是第一步。
2018年4月底，001发现山东女孩蕊蕊在微博上说，打算五一假期烧炭自杀。必须马上展开救援！那段时间，黄智生正筹备树洞救援团，他当即发动 医学与人工智能 微信群中的志愿者，成立 蕊蕊救援小组。

通过研究蕊蕊的微博信息，志愿者们找到了她所在的学院系老师的电话，还在微博上与蕊蕊取得了联系。原来，蕊蕊因失恋引发抑郁症，休学在家。得知蕊蕊喜欢鲜花，志愿者们众筹资金，每周匿名给她送花，还精心挑选了一些书籍快递给她。

同时，小组抽调了一名心理学专业的老师，每天陪蕊蕊聊天。蕊蕊情绪渐渐出现好转，一份含有拉面、烤炉馍、小菜、八宝茶在内的爱心早餐，价值7000多元。

这次救援，给团队成员带来的冲击很大。为救蕊蕊，救援团不仅成立了前方核心成员小组，还组建了包含20人的后方团队，随时提供方案探讨、物资援助

等支持。

蕊蕊只多活了47天。作为后援团成员，湖北中医药大学信息工程学院解丹教授至今记得，整个救援团微信群一度 气压很低。

救人绝非一件简单的事。在树洞救援团内部，团队将每个被施救对象称为 树洞宝宝。大家意识到，机器人只能找出意欲轻生的 树洞宝宝，怎样帮助他们重拾生的希望、继而坚强地活下去？

救援有成功，也会有失败，志愿者自我情绪调节也很重要。武汉大学健康学院副教授杨冰香长期致力于自杀预防及危机干预、精神连续性护理等研究，她告诉志愿者们，危机干预只是一次短程心理干预，被救者能否继续活下去，还需要来自社会与家庭长期、较完善的系统性支持。阻止一次自杀，树洞宝宝 被救回、活下来的每一天，都有来自大家的一份爱心与贡献。

树洞救援团撰写了《网络自杀救援指南》，从绘制救助流程图做起，指南不断完善，至今已第11版，涵盖了如何解读监控通报、如何与 树洞宝宝 建立联系、如何成立救援小组、面向不同类别问题如何施救、什么情况下报警以及如何报警等内容，共106页。

根据指南，如果风险等级在8级以上，救援队员需通过网络私信，与 树洞宝宝 取得联系，缓解其自杀情绪，并争取取得信任，建立稳定性交流。

一旦风险在8级以上（在近日内自杀行为很可能发生），救援团队即通过电子信息分析等手段，寻找其家人、朋友，向他们预警，以防止自杀行为。

这样的救援，也往往需要多方合作。化名 胡老师 的志愿者，是武汉市协和医院一名医生。两年前参与的一次救援，让胡老师至今记忆犹新。
2018年5月的一天，树洞机器人发来预警，广西网友小禾自杀风险级别较高。救援团立即成立救援小组，胡老师分析其微博发布时间及内容后评估，小禾正在采取自杀行动！另外几名志愿者立即检索出当地报警电话、即刻报警。警方随即赶到现场，对小禾进行劝阻并给予心理疏导。最终，小禾未被救下。

团队统计的数据显示，仅2018年下半年，团队就对50名自杀风险极高的人及时干预、挽回了生命。
在技术层面，黄智生不断对树洞机器人进行迭代。随着抓取数据准确率持续提升，团队发现，自杀风险在8级以上的越来越多，而团队人力有限。

2018年起，黄智生在北京、武汉等多地开展讲座，介绍树洞救援团队，以期吸引更多专业人士加入。
在武汉市青山区，美丽老师从2002年开始学习心理咨询。2019年初，通过一次讲座，她认识了黄智生，申请加入团队。

从建档立卡贫困户到热心公益小老板

孙清艳：一股劲儿推着我往前走

中青报 中青网记者 王豪

孙清艳喜欢和像她一样的 受苦人 亲近。2019年，孙清艳为盐池县300多名环卫工人送去价值10885元的烤鸭。2020年冬天，她又在自家牛肉馆为环卫工人免费提供一份含有拉面、烤炉馍、小菜、八宝茶在内的爱心早餐，价值7000多元。

受苦 是西北方言里常用的一个词汇，字面意思是 吃过苦，更准确的解释是 劳动。孙清艳觉得，做人不止赚钱一件事，最重要的是要有一股往前走的劲儿，走着走着，有能力了，也不要忘了拉别人一把，这时候，往前的路就更宽了。

2005年，20岁的孙清艳嫁到盐池县花马池镇红沟梁村，这位农村小媳妇就盼望

着 能把日子过在人前头。然而，现实没有想象顺遂。婚后，她要早起用驴车拉水，喂羊、喂猪、做饭、照顾老人。两个孩子出生后，家里时常需要7个姑娘帮衬救济。

2014年，孙清艳一家被红沟梁村确立为建档立卡贫困户。她的第一反应是 这辈子再也没有出头之日了！
村干部和 一对一 帮扶责任人适时拉了她一把。讲解政府扶贫政策，鼓励我们学技术、长见识。孙清艳申请到5万元贴息贷款，买回100多只羊，并和丈夫张海清一起开着三轮车，帮村里的砖厂拉砖，一天下来，能挣100多元工资。

没日没夜踏实苦干，让一家的生活有了改善。短短一年里，羊圈里的100多只羊扩充到近400只，孙清艳如愿收到脱贫销户通知书。

孙清艳 一股劲儿推着我往前走

90后教90岁老人跨越数字鸿沟

旗舰店有这样的服务，她帮助叶老联系好安装事宜。

陕西农村一个60多岁的大爷，花了1500多元买了无人机，他说年轻的时候没有机会看看世界，现在想用无人机的视角感受大自然，但是因为操作问题，无人机飞没了。孟蝶指导小2联动商家通过GPS等方式帮助大爷找回。河南的王大叔向孟蝶求助，说他想在淘宝上买一只狗。

从事老年人志愿服务20多年，杭州市上城区张能庆公益服务站负责人张能庆呼吁：5G时代不要让老人落在2G。
依据多年与老年人相处的经验，不会使用智能手机是老年人生活中的痛点和难点。张能庆记得，因为手机不能拨打微信视频，联系不上远在美国的儿子，70多岁的老两口心急火燎跑到他家，让他帮忙看看手机出了什么问题，张能庆检查后发现是Wi-Fi断了，他说：老年人不是不想学，而是迫切地想学，但是找不到途径。



黄智生向武汉科技大学师生讲述他的树洞救援。刘 斌/摄

树洞救援涉及救人生命，想要加入并非易事。

志愿者不仅要具备一定的专业知识，还需要心智成熟、情绪稳定，不计报酬、愿意奉献。团队规定，应聘者需参加线上面试，通过者方可加入见习群。

成为见习队员后，首先需学习树洞救援指南，随后参加团队在每周二晚举办的线上培训。来自北京安定医院、湘雅医学院、北京大学、中国科学院大学、北京自杀救助中心、武汉大学等院校与机构的专家，开展《自杀救助基础知识》《精神疾病康复技术：理论与实践》《网络自杀救助：信任机制与救助策略》《危机干预的伦理问题》等授课，共20学时。

在这里，专业素养始终被摆在重要位置。第一句话怎么说，一定要想好。杨冰香经常和学员们讲，在阻止自杀风险等级高的树洞宝宝联系时，仅传递关爱是不够的，危急时刻，必须让对方感觉到你是专业的、权威的、有力量的。

根据救援团的设计，非心理学专业领域人员，在不太紧急的情况下，为方便开展营救，可以化身同类人身份，开启沟通。
见习队员参加完培训，还需撰写论文，并在老队员带领下参与实操，由团队专家委员会综合评审。

志愿者美丽是在2019年下半年，通过重重考核后，正式进入救援团的。紧急救援，很快来了。
2020年3月的一天，树洞机器人预警，东部沿海省份的小西准备五一期间烧炭自杀。美丽立即与其他几名成员成立救援组，由她与小西直接联系。

起初，小西并没理会美丽老师。得知她近期在一个微信约死群中比较活跃，美丽伪装自己也不想活了，潜入其中，并渐渐获取了小西信任。小西约她，5月2日

在其出租屋内一起烧炭自杀。

眼看约定时间越来越近，小西仍一心寻死，美丽设法找小西要到了手机号。5月1日，美丽发现，小西可能提前一天实施自杀计划！她当即给小西打去电话，连拨5个，均无人接听；另几位组员给小西发去一些关切、劝导信息，同样无人回复。

救援小组正准备启动预备方案，好消息传来，因为看到不断有电话打进，有一些温暖、有力的消息发来，小西感觉这个世界上还有一丝温暖、还有人牵挂着自己，她最终中止了烧炭行为。

那次之后，小西终于愿意一点点打开心扉。树洞宝宝们愿意说出自己的痛苦，于他们而言就是一次进步，这时，要耐心倾听，适当给予鼓励与引导。美丽总结道。

随着小西精神状态渐渐好转，美丽每隔几天发一句问候，并随时默默关注其微博、微信朋友圈动态。
通常，我愿意把自己想象成一棵树，一直静静立在那里，不会打扰你；但这棵树也是稳稳地在那里，让你可以依靠，为你遮风挡雨。在接受中青报 中青网记者采访时，美丽这样定位自己。

黄智生介绍，团队向高自杀风险人群中 的10487人（次）伸出援手，阻止了3289人（次）自杀。团队成员已发展至近700人，以人工智能专家、医学院教授、心理咨询师为主，还有来自医院精神科的负责人、参与科研的博士生、以及社会爱心人士。

救援团队也曾遭遇过误解、指责。杨冰香在2018年10月加入团队，参与的第一例救援对象，是武汉女孩莉莉。莉莉被救下来了，救援团队却差点被其父母起诉。

那是2018年12月底的一天，莉莉在微

博留言，准备去外地跨年，元旦回武汉就跳楼。根据救援小组了解的情况，莉莉已在医院确诊抑郁症，队员们联系到莉莉两位朋友，又设法联系上其父母。

你们了解我女儿，还是我了解她？我女儿从小这么优秀，怎么可能自杀？莉莉父母一致认为女儿不会自杀，指责救援团队干扰女儿的生活。

2019年1月1日晚9时，莉莉果然站上了高楼边，准备自杀。经救援小组报警，莉莉获救。1月6日，莉莉再次进入一个QQ自杀群，救援小组再次将其解救。

拯救生命是最高的伦理。在杨冰香看来，跟救下一条命相比，那些指责、误解不算什么。

更大的质疑是，有人提出救援团队此举是 干扰别人死亡的权利。

树洞救援团队对参与救援的数千个案例梳理发现，绝大多数被拯救下来的人，最终都可能从痛苦中走出来。黄智生曾撰文回应，我们阻止你们选择自杀，并非在干扰你们选择自己死亡的权利，而是希望你们放慢脚步，不要轻易选择死亡这样一个不可逆的生命过程。

因为语音 不要死，每年的8月14日，被团队确定为 年会日。这天，队员会在线上或线下相见。解丹很期待每次的见面与交流，她发现这些拥有专业知识与助人精神的专家、学者，在线下同样可亲可敬。

2020年10月初，解丹通过网络给蕊蕊的妹妹送了一杯奶茶。当初参与救援蕊蕊失败后，她曾去了一趟山东，探访蕊蕊的家庭。她希望以自己的方式，减轻蕊蕊离世对其妹妹的影响。

解丹很珍惜身处救援团的这段时光，它让我的教学和科研不是停留在书本上。她与团队成员们合作进行了一些研究。根据统计数据发现，树洞的主体人群是16岁-29岁的青年，深夜10时以后至午夜2时，是高自杀风险者活跃的时间段。

在救援团，有这样一条规定，如果发现 树洞宝宝 自杀意愿强烈，主要由于严重抑郁症等疾病导致，要首先与其家人取得联系，动员送至医疗结构接受治疗，如果频繁出现自杀行为，要优先动员去封闭病房接受治疗。

抑郁症患者同时也需要长期稳定的陪伴。美丽觉得，参与救援帮助别人，同样拓宽了自己生命的宽度。

物理课堂上讲到杠杆原理，她会结合人生哲理，有时你心里压上了一块巨石，不要怕，我们可以一起来寻找撬动它的支点。每送别一届毕业生，美丽会留下手机号码，告诉大家无论遇到多大的坎坷，一定记得给她打个电话。

我们要走的路还很长。如今，黄智生研发的树洞机器人已迭代至013号，这意味着，可以寻找出更多的 树洞宝宝，怎样才能救下更多的人，新的课题摆在他和团队面前。

（文中受助者及志愿者美丽为化名）

回到小旅店，她一遍遍回忆技术要点，以至睡梦中都在学习。

学成归来，孙清艳理清思路，走差异化竞争的路子。在各界帮助下，她再次申请到30万元贴息贷款和2万元村级互助发展资金。

2017年10月，孙清艳的片皮烤鸭熟肉店开业。凭借出色口味和热情服务，在县城走红。2020年7月，她再次与人合伙，投资60余万元，开起县城最大的拉面店，生意同样火爆。

最忙的时候，孙清艳每天只能睡三四个小时。她享受眼下忙碌的生活，也尝试着将这种奋斗精神传递给更多像她一样的 受苦人。脱贫之后，腰杆子才能挺得更直！
在孙清艳的帮助下，已有14名留守妇女、待业青年在她的店里上岗就业，还有2名徒弟已经 出师 自主创业，同村还有许多老乡做起个体户。

稍稍得空的时候，孙清艳还喜欢在微信上为慕名而来的网友答疑解惑，她最常说的一句话是，政策再好，都不能等靠要。只有吃苦肯干，好日子才会越来越甜。

90后教90岁老人跨越数字鸿沟

预约，阿里CCO的小二们将在一周内提供一对一免费服务。

取名 小棉袄，就是贴心、温暖、陪伴之意。我们希望这个项目像一件贴心的小棉袄，当子女不在老人身边时，帮老人切实解决数字生活中的难题，带他们享受数字生活便利。项目负责人王希表示，所有参与这个项目的小二，都在工作之余自愿为老人提供服务，没有报酬，更有奖励，出发点只有一个，让老人们更好地了解互联网知识，安心享受数字生活带来的便利，不让他们在信息化时代被遗忘。目前，小棉袄课堂已在杭州、南京两地进行了线下的课堂互动和线上的直播。

中秋节的时候，孟蝶买了两个暖手水杯，一个寄给自己的奶奶，一个寄给她服务的远在云南的朱阿姨，中秋节朱阿姨的儿子没有回家探望。孟蝶说：我想给阿姨送去一抹秋天的温暖。

曹 林

一名新冠肺炎确诊的成都女孩被人肉、被污名、被骚扰，让人觉得耻辱。她的道歉，加重了公众的耻辱感，本来她是该被道歉的对象啊，怎么反而她道歉了还好，她的家乡，四川和成都官方民间齐发声，集体站出来捍卫一个受害女孩的权利，让人觉得挺温暖的。这种为一个网暴受害者的齐发声，让我们看到了价值观的意义，看到了立法保护隐私、避免公民信息裸奔的紧迫性。

这个女孩有什么错呢？不错，她接触的人比较多，超出常人，她的行踪可能加速了扩散，但她并不知道自己感染新冠病毒，她是不折不扣的受害者。她从事的是正当职业，以合法方式出入各种公共场所，没有违反当地防疫规定。如果她早知道自己感染，如果她不那么 赶场，如果身体不舒服就多待家里休息，该多好。可岂能以这种 后见之明 去要求一个无论是法律还是道义层面都没有做错什么的人去承担她理性不及的行为后果。

还好，虽然恶评和人肉很可怕，但起码当地官方和民间表现出了超正的三观。当地官方媒体第一时间批评了那种把矛头指向该女孩的扭曲声音，把一个新冠和网暴的双重受害者护在身后，比如成都日报评论称：聚会又如何，那是她的私生活，有不被人随意浏览点评的权利。确诊后如实说明自己的行动轨迹配合流调，应该得到关心。当地警方没有迟疑和打马虎，迅速行动，查处了散布泄露该女孩个人隐私的网民，有效遏制了网暴的蔓延。四川省委书记针对此强调，注意保护患者隐私，做好群众心理疏导，坚持制止网络暴力。

网暴很冷漠，暴露了人性在匿名和乌合从众下的自私和野蛮，官民齐发声很温暖，不仅温暖了那个受到双重伤害的患者，也让厌恶了网暴、面对网暴人人自危的舆论感受到了正义的力量。
这么多人为一个人受到不公遭遇发声，这是一个正派人社会应有的担当。是的，她首先是一个 人，这个 人，该重读的音在于 人，而不是数量上的 一个。她是我们众多人中的一个，作为一个应该受到法律保护 and 道德呵护的人，不能让她感到孤立无援和孤单无助。人是一个集合概念，这个集合概念是由一个个鲜活的生命个体组成，人不是爱 抽象的人，而是爱一个具体的、身边的、实实在在的人。从这个意义上说，四川上下下集体为这个女孩发声，就是以上为人的生动直观体现。

应该这样一起站出来撑她，因为，网暴是一个匿名的、邪恶的、无所忌惮的群体，个体无法招架了，必然有更多人站出来去代表正义去对抗网络邪恶。路见不平一声吼，让戴着匿名面具的网暴者看到正义的底线，是冒犯了就会被群起而攻之的神圣价值。

应该向四川这样，学习这种敢于对网暴势力亮出坚硬牙齿的做法。这个受害的女孩绝不是一 个人，而代表着无穷的远方、无穷个可能被人肉、被攻击、被网暴的个体。没有比她更平凡的人了，不去惹别人，过着自己的生活，被感染之后，一切都变了，隐私被泄露，成为暴力攻击的对象，手机被打爆。暴露的隐私让人不寒而栗，谁掌握着我们的这些隐私，谁在网上传，谁在拿着网络砍刀砍向无辜者，为什么形成这种可怕的议题，谁在带节奏，这种事情不是个案啊，隔几天就会在网络上演，过段时间就会制造出新的受害者。这不是一个人的私人问题，而是所有人的公共问题、大问题。不能欺负人，不能把法律当儿戏。

但愿这种集体发声的暖流能变成一道有利刃的法律之剑，让沉默的大多数都站出来向网暴说不，以法律诉讼让那些自以为法不责众、自以为匿名可以为所欲为的人付出法律代价。保护个人隐私不只是公民自己的事，更与那些掌握着数据和信息的部门有关。路见不平一声吼，是道义支持，更应是法律援助法律亮剑。

扫一扫 看视频

扫一扫 看视频

扫一扫 看视频

扫一扫 看视频

扫一扫 看视频

扫一扫 看视频

扫一扫 看视频