

农村中学留守儿童心理健康问题以及解决途径

于晓文

喀什大学教育科学学院，新疆 喀什

收稿日期：2024年3月18日；录用日期：2024年4月16日；发布日期：2024年4月23日

摘要

随着一些社会公众事件的爆发，青少年自杀事件的频频发生，中学生心理健康问题引起了越来越多人的关注。农村中学留守儿童常见的心理健康问题包括性格自卑、逆反心理、厌学心理、人际交往问题以及沉迷网络，通过对这些心理健康问题进行分析，找到产生问题的原因，并分别从社会、学校、家庭以及自身这四个层面提出解决途径。预防问题的发生比解决问题有着更重要的意义，这些解决途径对于农村留守儿童心理问题的预防也具有一定的指导意义。

关键词

留守儿童，心理健康，解决途径

Psychological Health Problems and Solutions for Left-Behind Children in Rural Middle Schools

Xiaowen Yu

School of Educational Science, Kashi University, Kashi Xinjiang

Received: Mar. 18th, 2024; accepted: Apr. 16th, 2024; published: Apr. 23rd, 2024

Abstract

With the outbreak of some social and public incidents and the frequent occurrence of adolescent suicides, the mental health problems of middle school students have attracted more and more attention. The common mental health problems of left-behind children in rural middle schools include low self-esteem, rebellious psychology, school boredom, interpersonal communication problems, and Internet addiction. Through the analysis of these mental health problems, we can find out the causes of the problems and propose solutions from the four levels of society, school, family

and ourselves. Preventing the occurrence of problems is more important than solving them, and these solutions also have certain guiding significance for the prevention of psychological problems of left-behind children in rural areas.

Keywords

Left-Behind Children, Mental Health, Solutions

Copyright © 2024 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

在经济快速发展的大背景下，农民的思想观念发生了变化，不再满足于“一亩三分地”的收入，越来越多的农民涌入大城市，选择用自己的辛勤劳动换取相对丰厚的报酬以改善家庭经济的现状。他们中大多数人是没有能力支持孩子与自己在大城市一起生活，因此，孩子留在家乡，一般由爷爷奶奶或外公外婆抚养。父母双方外出务工或一方外出务工另一方无监护能力，无法与父母正常共同生活的不满十六周岁农村户籍未成年人，称之为留守儿童。据2022年中国留守儿童数据统计分析显示，目前，我国不满十六周岁的留守儿童数量为902万人，基于庞大的群体数量，引起了越来越多的研究者对留守儿童心理健康问题的关注。中学时期的青少年处于人格发展的关键时期，其心理发展是不稳定的，比较敏感的，农村中学留守儿童由于家庭教育的缺乏，缺少父母的陪伴与交流，更容易产生心理问题。

2. 关于农村中学留守儿童心理健康状况

通过对相关文献的检索，发现对农村中小学留守儿童群体心理健康状况的研究多数是运用统计方法来分析某一具体地区中小学留守儿童的心理健康总体状况、比较非留守儿童与留守儿童的差异、留守儿童的性别差异以及父母外出打工时间长短等因素的影响。

李宝峰采用SCL-90量表对我国中部农村贫困地区的留守学生进行测量，结果表现出较低的心理健康水平[1]。卢光丽等采用《心理健康诊断测验》对河南农村的1422名留守学生进行调查，结果表明：留守学生的心理问题检出率高于非留守学生；留守学生在心理健康量表总分及各个因子上的得分也显著高于非留守学生[2]。郭智慧等使用《儿童孤独感量表》和《中学生心理健康量表》对宝鸡农村留守儿童调查，结果表明，孤独感在留守学生中普遍存在且显著高于非留守学生，在强迫、偏执、敌对、人际关系、适应不良、心理不平衡6个因子及总分留守学生高于非留守学生。农村留守学生心理健康问题不容乐观，主要表现在心理和行为问题上[3]。罗贵明对农村留守学生心理健康与社会支持、应对方式的关系进行研究发现，在面对问题时，与非留守儿童相比，留守儿童不善于寻求帮助，更倾向于逃避；农村留守儿童的心理健康水平远低于非留守儿童，存在显著差异[4]。

除了留守学生与非留守的学生的心理健康水平存在差异，留守学生性别的不同也会表现出不同的心理健康水平。高修银等对江苏省徐州市农村地区6所小学的1115名留守儿童进行问卷调查，结果表明，女性留守儿童的心理健康水平低于男童，具体表现在学习焦虑、对人焦虑、自责倾向等方面[5]。还有研究表明父母至少一方长期外出务工会给其留守子女心理健康带来一定的不利影响[6]。

从上述文献以及已有的研究中，不难发现农村留守学生心理健康状况不容乐观。心理支配行为，又通过行为表现出来。留守学生较低的心理健康水平会在日常的生活、学习以及人际交往中有所体现，

表现出这样或者那样的不适应。不适应的背后蕴藏着许多心理问题，只有精准地找出留守学生存在的心理问题，才能有效地应对与解决，使留守学生摆脱贫霾，朝着更高的心理健康水平迈进，促进身心健康更好地发展。

3. 农村中学留守儿童常见的心理问题

1) 性格自卑

阿德勒认为，每个人自生下来都具有不同程度的自卑感，因为儿童的生存必须依赖成人，和成人相比，儿童感觉到了自己的孱弱，产生了强烈的自卑感，当这种自卑感无法克服时，就会产生自卑情结，此时神经症就产生了[7]。

自卑的人无法正确地认识自己，表现为低估自己，觉得自己处处不如别人，什么事情都做不好，无法发现自己的长处，没有信心和勇气完成某一项任务，具有较低的自我效能感。

留守学生的父母不在身边，成长中产生的错误认知得不到及时纠正，在与同学进行比较时产生的心理困扰无人诉说和开导。这些都不利于留守学生自信心的建立，从而促使了自卑性格的产生。

2) 逆反心理

逆反心理，是指个体的人身自由受到限制或者威胁时所产生的一种心理反应，表现为叛逆、反抗情绪。个体的发展具有阶段性，处于青春期的儿童伴随着自我意识增强，或多或少都会产生一定程度的逆反心理，这种心理在留守学生中表现的尤为明显，表现为渴望独立，不想要自己的行为得到约束，特立独行，对任何事情都抱有批评态度。留守学生大多是由爷奶奶或外公外婆抚养，较大的年龄差距、代沟以及这代人薄弱的文化知识水平，使得无法与处于青春期的孩子很好地沟通交流，没有办法给予孩子思想上的引领，对于孩子错误的心理和行为，力不从心。

3) 厌学心理

爱玩是孩子的天性，需要正确的方式来激发孩子学习的兴趣。老一辈抚养孩子一般只注重生活需求的满足，没有足够的知识体系和耐心来培养孩子在学习方面的兴趣，不利于学生学业成绩的良好发展。并且家校沟通的断裂，使留守学生在学校得到老师较少的关注，对学校缺乏归属感，甚至出现辍学的想法。

4) 人际交往问题

留守学生缺乏安全感，对周围人对自己的看法十分敏感，害怕别人对自己做出负面评价。对于人际关系，他们内心极度渴求，但是又不敢触碰，伴随着矛盾的内心体验，这种矛盾得不到妥善的解决，个体在社会交往时会产生恐惧，紧张不安等一系列反应，严重时甚至对他人产生回避，造成社交恐惧。

另外，在青少年时期，家庭和学校是个体社会化的场所。留守学生在家庭缺乏与父母的沟通，在学校缺乏与同学、老师的交流互动，不利于留守学生社会化的形成，造成留守学生人际交往知识和技巧的匮乏，不利于以后良好的人际关系互动，不利于身心的健康发展。

5) 沉迷网络

随着科技的发展、经济水平的提高，互联网和电子产品在农村也得到了广泛普及，留守学生的空闲时间被“刷视频”、“打游戏”等等所填满。在网络世界中，他们具有与现实世界完全不同的内心体验。可以毫无顾忌地与别人畅谈，不必担心他人的目光，使自己孤寂的灵魂得到解放；也可以约上三五好友驰骋在王者峡谷，在游戏中体验自我实现，在虚拟世界中找到自我价值。对于留守学生而言，网络世界的美好在于心灵的归宿与自我价值的实现，这些令他们沉迷，久久无法自拔。

网络世界固然美好，但过度沉迷会带来消极的后果，比如过度沉迷虚拟交往造成实际人际交往的淡漠，过度沉迷游戏造成学业的荒废。

4. 问题产生的原因

(一) 社会层面

1) 关注度不够

我国对农村留守学生的关注仅停留在理论层面，对于深入解决农村留守学生心理问题以及其他问题还处在探索阶段，实施地不够全面。除了从事教育行业的农村教师能够对农村留守学生存在各种问题进行干预，将理论与实践结合起来，社会以及其他各界对农村留守学生带来实质性帮助的很少。在整个社会中，“关注农村留守学生”这一话题没有深入人心，没有为农村留守学生提供一个良好的成长氛围。即便社会各界的爱心人士关注到了农村留守学生这一群体，他们主要在物质上对其进行帮扶，而无法深入到农村留守学生的精神层面。

2) 农村教育资源的匮乏

农村教育资源匮乏一直是一个不争的事实，匮乏主要体现在教学基础设施的不全和师资力量的不足。硬性条件的缺失特别是教师数量的不足，使农村学生难以接受到良好的教育，无法做到全面发展。一些农村的学校没有配备专业的心理健康教师以及心理咨询室，当留守学生出现心理健康方面的问题时，无法做到及时地发现与解决，久而久之，问题越积累越多，严重时会导致心理问题的产生。

(二) 学校层面

1) 对心理健康教育认识不够，缺乏专业团队

一些农村中小学没有设置有关心理健康的课程，即使有些学校设置了此课程，课程的代课人一般由其他科目的老师担任，缺乏专业的心理健康教育团队。学校对心理健康的认识仅仅停留在“这是成年人才会出现的问题，小孩子心理能有什么问题”，缺乏对心理健康教育的深入了解。农村留守学生在生活和学习中产生的心理困扰无处诉说，无人解决，不利于留守学生心理健康的良好发展。

2) 教师职业素养

农村教育资源的落后导致教师的职业素养参差不齐，一些教师没有深刻地了解素质教育的内涵，在实际的教学活动中无法做到对待所有的学生都一视同仁，对于学习成绩好、情商高的“好学生”给予更多的关注，忽视甚至放弃学习成绩差、不爱说话的“坏学生”。区别地对待留守学生，对留守学生存在负面看法。

(三) 家庭层面

1) 隔代教育的弊端

农村留守学生父母不在身边，祖父母成为其主要的监护人，承担抚养和教育的主要责任。祖父母的过分溺爱会导致孙子女不良性格的形成，比如，自私固执，自卑敏感等。教育和思想理念的落后会促使孩子不良心理问题的产生，比如，敌对心理、抑郁焦虑等。错误的观念会影响孩子价值观、世界观的形成[8]。总之，隔代教育的弊端对留守学生的影响体现在方方面面，不利于良好性格、健康的心理和正确世界观的形成。

2) 亲子互动不够

由于不能陪在孩子身边的客观原因，父母对留守学生的成长过程参与度不够，这也就无法保证亲子互动的程度。亲子互动的质量会对亲子关系产生影响，良好的亲子关系对儿童的行为问题有积极影响。Tamura 等研究了儿童和青少年时期的行为问题及其与社会经济地位(SEP)和早期养育环境的关系，结果发现，良好的亲子关系缓冲了儿童早期行为问题梯度，尽管这种缓冲作用不会持续到青春期，但无论 SEP 如何，具有良好亲子关系的儿童都有更好的结果[9]。

(四) 自身层面

1) 身心发展规律，不稳定

该时期的中学生处于埃里克森的发展理论中的青年期(12~18岁)，主要任务是建立同一感防止角色混乱，认识“我是谁”“我要做什么”，此时的中学生的心理发展具有不稳定性，容易受到外界刺激的影响。当认知结构与外界环境产生冲突无法适应时，可能会造成心理问题或者行为问题的产生。

2) 对于心理健康认识不够，没办法及时发现问题解决问题

中小学生对于心理健康知识的获取途径主要是学校，如果学校没有实施好心理健康教育的课程和活动，对于获取途径单一的中学生很难及时觉察到自己的心理问题。中小学生的经历以及阅历尚浅，不具备解决复杂心理问题的能力。

5. 解决途径

(一) 社会方面

1) 加强顶层设计，完善农村社会心理服务体系

在推进健康中国建设的大背景下，要重视各个方面的健康建设。社会心理服务体系包括但不仅限于心理健康知识的宣讲、开展心理健康教育的活动、个体辅导、团体辅导。张孝义通过“留守儿童之家”对农村留守儿童进行社会干预实验，结果表明社会干预项目会显著促进留守儿童心理健康，与对照组相比，干预组在心理和行为问题方面获得积极改变，基本达到非留守儿童的心理健康水平[10]。完善农村社会心理服务体系对于缓解农村中小学留守儿童的心理问题具有重要的意义，可以使农村留守学生获得更多解决问题的途径。

2) 引导大众关注心理健康，关注农村留守儿童

引导大众关注心理健康，关注农村留守儿童，吸引更多的志愿者和心理健康服务者参与农村心理健康服务体系，呵护留守儿童的身心健康成长，为健康中国建设贡献一份力量。

(二) 学校方面

1) 优化学校心理健康师资队伍

学校应该完善心理健康师资队伍，并且提供专业教师培训机会，增强专业教师的预防和干预能力。学校要“以学生为本”，把学生心理健康摆在重要位置，定期举行有关心理健康的活动，开展讲座，吸引更多的老师学生关注心理健康，认识心理健康，从而增强抵御风险的能力。

2) 学校为留守学生建档，呵护成长

学校可以联合社区了解留守学生的情况，为留守学生建立档案，定期组织活动，丰富留守学生的生活，使留守学生敞开心扉，多与人交流，增加社会支持感，让留守学生感受到爱的关怀，家的温暖。

(三) 家庭方面

1) 发挥隔代教育优势

隔代教育对留守儿童的影响以其缺点被熟知，但近年来一些研究发现，隔代教育对留守儿童的心理健康存在积极影响。隔代教育对儿童的认知发展具有积极影响，并且儿童伴随着较少的情绪和行为问题[11]。秦敏和朱晓从祖辈的知识、阅历、文化和价值观出发，分析了祖辈抚养对留守儿童认知发展的积极影响，丰富的阅历、优异的传统文化和质朴勤劳的价值观有利于儿童建立起对事物的积极认知[12]。

祖辈可以发挥隔代教育的优势，克服缺点，培养儿童坚毅的品格、面对生活乐观的态度、以及其强大的心理韧性。

2) 利用亲子互动 APP

互联网的快速发展，为亲子互动 APP 的出现提供了可能性，亲子互动 APP 可以不受距离的限制，使留守儿童实现与父母的远程互动。

葛传雯将情感化理论融入到亲子互动 APP 设计之中，旨在打破家庭教育“单向性”的思维，促进家

庭教育朝着“双向性”发展，促进父母与孩子共同学习进步，促进亲子间的交流与互动[13]。孙悦针对农村留守儿童设计了一款亲子互动 APP——“云享家”，目的是促进父母与儿童情感上的互动，从根源上解决留守儿童可能出现的心理问题[14]。

父母可以利用亲子互动 APP 远程与孩子实现互动，激发亲子间沟通的趣味性，促进家庭关系和谐，促进孩子形成健全的人格。

(四) 自身方面

1) 提高自己的觉察能力

在信息爆炸的时代，可以通过很多渠道科学有效地去搜集关于心理健康的知识以及如何运用这些知识提高自己的心理健康水平，提高自己对心理问题的觉察能力，增加心理韧性，提高自助的能力。

2) 建立良好的人际关系

在青春期这一阶段，有些学业压力、情绪压力和生活困扰无法与父母和老师进行交流，可以通过与同学和朋友倾诉，使自己的压力得到疏导，良好的同伴关系有利于提高个体的抗风险的能力。

6. 总结

国家要复兴，乡村必振兴。乡村振兴不仅仅只表现在物质的富足，精神财富也同样重要。实现乡村振兴，农村留守儿童的心理健康问题是一个不得不谈的话题。关于此问题的现有研究有以下特点：范围大，对策建议范围大，没有聚焦点，可操作性不强；程度浅，研究多用简单的统计分析，没有深入到问题实质；实证性研究少，综述类文献较多。未来可以针对某一具体的心理问题进行研究并制定切实可行的干预措施，加强解决问题的实践性。

参考文献

- [1] 李宝峰. 农村“留守子女”的心理健康问题及其干预[J]. 教育探索, 2005(5): 82-83.
- [2] 卢光莉, 徐帅, 陈超然. 河南农村留守学生心理健康现状研究[J]. 河南大学学报(医学版), 2016, 35(1): 68-70.
- [3] 郭智慧, 韩志红, 史永涛, 等. 宝鸡市农村留守儿童孤独感与心理健康状况调查[J]. 中国儿童保健杂志, 2014, 22(6): 630-632.
- [4] 罗贵明. 农村留守儿童的社会支持、应对方式与心理健康的关系研究[J]. 基础教育研究, 2014(19): 51-53.
- [5] 高修银, 赵华硕, 金英良, 等. 4-6 年级农村留守儿童心理健康状况及其影响因素研究[J]. 中国全科医学, 2012, 15(16): 1871-1874.
- [6] 刘红艳, 常芳, 岳爱, 等. 父母外出务工对农村留守儿童心理健康的影响: 基于面板数据的研究[J]. 北京大学教育评论, 2017, 15(2): 161-174+192.
- [7] 郑雪. 人格心理学[M]. 广州: 暨南大学出版社, 2017: 79-80.
- [8] 刘红升, 赵雅欣, 李紫薇, 等. 隔代教育对农村留守儿童心理健康的影响研究[J]. 健康教育与健康促进, 2023, 18(4): 385-388.
- [9] Tamura, K., Morrison, J. and Pikhart, H. (2020) Children's Behavioural Problems and Its Associations with Socioeconomic Position and Early Parenting Environment: Findings from the UK Millennium Cohort Study. *Epidemiology and Psychiatric Sciences*, **29**, e155. <https://doi.org/10.1017/S2045796020000700>
- [10] 张孝义. 社会干预对农村留守儿童心理健康的影响——基于“留守儿童之家”社会干预实验数据[J]. 湖南农业大学学报(社会科学版), 2012, 13(1): 46-51.
- [11] Tanskanen, A.O. and Danielsbacka, M. (2018) Multigenerational Effects on Children's Cognitive and Socioemotional Outcomes: A Within-Child Investigation. *Child Development*, **89**, 1856-1870. <https://doi.org/10.1111/cdev.12968>
- [12] 秦敏, 朱晓. 父母外出对农村留守儿童的影响研究[J]. 人口学刊, 2019, 41(3): 38-51.
- [13] 葛传雯. 情感化理论在亲子互动教育 APP 界面设计中的应用[D]: [硕士学位论文]. 上海: 东华大学, 2022.
- [14] 孙悦. 农村留守儿童亲子互动式产品设计研究[D]: [硕士学位论文]. 镇江: 江苏大学, 2022.