

农村留守儿童心理健康现状、成因及对策研究

孙雨欣

南京林业大学人文社会科学学院, 江苏 南京

收稿日期: 2024年7月15日; 录用日期: 2024年8月15日; 发布日期: 2024年8月27日

摘要

当前经济迅速发展、社会快速变迁、人口流动速度不断加快, 大量的农村地区劳动力不断向城市转移, 进城务工人员无法将子女一起带入城市, 导致农村出现大量留守儿童。农村留守儿童的心理健康问题不仅影响他们的个人发展, 还可能对其未来的社会适应能力造成长远影响。因此, 本文聚焦农村留守儿童心理健康问题, 探讨了目前农村留守儿童心理健康的现状及其成因, 如家庭结构不完整与亲情缺失、教育资源不均衡与教育质量欠佳, 并提出了针对性的解决对策, 包括强化家庭关爱与教育功能、优化教育资源配置与提升教育质量、完善社会支持体系等, 旨在为农村地区留守儿童的心理健康和全面发展提供参考和借鉴。

关键词

农村留守儿童, 心理健康, 解决对策

Research on the Psychological Health Status, Causes, and Countermeasures of Left behind Children in Rural Areas

Yuxin Sun

School of Humanities and Social Sciences, Nanjing Forestry University, Nanjing Jiangsu

Received: Jul. 15th, 2024; accepted: Aug. 15th, 2024; published: Aug. 27th, 2024

Abstract

With the rapid development of the economy, rapid social changes, and increasing population mobility, a large number of rural laborers are constantly transferring to cities. As a result, migrant workers are unable to bring their children into the city, leading to a large number of left behind children in rural areas. The mental health problems of left behind children in rural areas not only

affect their personal development, but may also have long-term impacts on their future social adaptability. Therefore, this article focuses on the mental health issues of left behind children in rural areas, explores the current situation and causes of their mental health, such as incomplete family structure and lack of family affection, uneven educational resources and poor education quality, and proposes targeted solutions, including strengthening family care and educational functions, optimizing educational resource allocation and improving education quality, and improving social support systems, aiming to provide reference and inspiration for the mental health and comprehensive development of left behind children in rural areas.

Keywords

Rural Left behind Children, Mental Health, Solution Measures

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

改革开放以来,我国经济高速发展,取得了显著成就,但进入社会转型期的中国社会也面临着人口老龄化、城乡差距拉大、发展不均衡、环境污染等诸多问题。其中,农村留守儿童问题因其特殊性,受到社会各界的密切关注(武占英, 2024)。由于长期缺乏父母的关心和陪伴、教育资源受限等影响,农村留守儿童普遍存在着各种心理健康问题,该现象给农村学校教育工作带来了显著的挑战,同时也让众多外出务工的父母陷入了两难的境地。对此,需通过多种渠道针对性地解决农村留守儿童心理健康问题,促使他们获得身心健康发展(朱群, 2023)。

2. 农村留守儿童心理健康现状

2.1. 情感孤独与渴望关爱

现有研究表明,留守导致的亲子分离对儿童的情绪和行为发展均会产生不利影响。与非留守儿童相比,农村留守儿童的情绪控制能力更弱,行为问题更多(陈京军, 范兴华, 程晓荣等, 2014)。农村留守儿童,作为社会结构中的一个特殊群体,长期与父母分离,面临着情感发展上的巨大挑战。在其成长过程中,由于缺少了父母日常的呵护、亲密的陪伴与深沉的关爱,他们在心灵的滋养上显得尤为不足。这种亲情的长期缺失,如同一种隐性的情感剥夺,使得他们在内心深处时常体验到孤独与无助。长期的情感孤独对这些儿童的性格塑造产生了深远的影响,他们可能会变得内向、孤僻。这种封闭的状态,不仅阻碍了他们与同龄人的正常社交互动,还可能导致一系列严重的心理问题,如抑郁症、焦虑症等。这些问题一旦形成,将对他们未来的成长与发展产生长远的负面影响。

2.2. 学业压力与心理焦虑

留守儿童在学业上承受着较大的压力。有研究表面,农村留守儿童的学习习惯、学习自我效能感、学习投入和专注程度均差于农村非留守儿童(董泽松, 魏昌武, 兰兴妞等, 2017)。一方面,缺少父母在学习上的直接指导和监督,他们在学习过程中遇到问题时,往往无法得到及时有效的帮助。另一方面,农村地区的教育资源相对匮乏,师资力量薄弱,教学设施简陋,这使得他们在获取知识的过程中面临更多的困难。他们认为自己没有学习的天赋和能力,对学习失去兴趣和信心,甚至产生厌学情绪(刘娟, 2023)。

学业上的压力和挫折，逐渐积累转化为心理上的焦虑。他们可能会担心自己的未来，害怕因为学习不好而无法获得关注，进而陷入一种焦虑不安的情绪中。这种心理焦虑如果得不到及时的疏导和缓解，将会严重影响他们的身心健康和学业发展。

2.3. 社交能力发展受限

留守儿童的生活环境相对较为封闭，与外界的接触和交流机会有限，这在很大程度上限制了他们社交能力的发展。由于缺乏父母的引导和示范，他们在与人交往时，可能不知道如何表达自己的想法和情感。此外，长期的孤独感和心理压力使得他们在社交场合表现出过度敏感和戒备，难以建立信任和开放的态度，这进一步加剧了其与同龄人的隔阂(董振, 2024)。这种社交能力的不足，使得他们难以融入集体生活，难以获得良好的人际关系。长期处于这种孤立的状态，会进一步加重他们的心理负担，导致自信心下降，产生自卑心理。同时，父母角色的缺席，使得农村留守儿童缺乏安全感和归属感，习惯性对外界保持警惕和疏离，过度的“内生长”也使其长期压抑自己、隐藏自己、封锁自己，这种“自我封闭”的成长环境很容易导致农村儿童对外界产生错误认知(蒋桂黎, 2022)。

2.4. 安全意识淡薄与心理恐惧

农村留守儿童在日常生活中缺乏有效的监护和保护，安全意识普遍较为淡薄。由于长期缺乏有效的安全教育和引导，他们对各类安全风险的敏感度较低，难以形成系统的自我保护策略。例如网络安全的影响，一些留守儿童长期沉迷于微博、抖音等虚拟情境，极易受到网络舆论的煽动，给他们价值观的形成带来危害。同时，由于他们年龄尚小，对现实潜在的危险缺乏足够的认识和判断能力，一旦遭遇危险或意外，往往会感到极度的恐惧和无助。这种心理上的恐惧和不安，不仅会在当时对他们造成严重的心理创伤，还可能在日后的生活中留下阴影，影响他们的心理健康和正常生活。此外，留守儿童在独自生活的过程中，还可能面临来自社会不良因素的威胁，如欺凌、诈骗等，这也会让他们感到不安。

3. 农村留守儿童心理问题成因分析

3.1. 家庭结构不完整与亲情缺失

心理学中的依恋理论认为，儿童早期与主要照顾者(通常是父母)建立安全的依恋关系对其情感调节、社会适应和心理健康至关重要。农村留守儿童的家庭结构常常是不完整的，他们的父母中的一方或者双方会长期外出务工，这导致了家庭的基本功能无法正常发挥。在儿童的成长关键时期，父母的陪伴和关爱是至关重要的，但是留守儿童却无法享受到这种温暖。家庭是儿童社会化的首要场所，父母的言传身教和情感支持对儿童的心理健康发展起着奠基作用。然而，留守儿童与父母的相聚次数少之又少，他们无法建立稳定而深厚的亲子关系。这种长期的分离状态削弱了家庭的教育和引导功能，使儿童在价值观形成、情绪管理和人际交往等方面缺乏正确的示范和指导。同时，由于留守儿童无法从家庭中获得足够的情感滋养，他们很容易产生孤独、自卑、焦虑等负面情绪，这进而会影响他们的心理健康。

3.2. 教育资源不均衡与教育质量欠佳

教育公平理论指出，每个孩子都应该享有平等的教育机会和资源，以实现个人的发展和社会的公平。在我国的教育体系中，农村地区的教育资源配置相对落后，与城市相比，两者之间存在明显的差距，导致留守儿童在教育起点和过程中处于不利地位。这种教育资源的不均衡主要体现在师资力量、教学设施等多个层面。首先，在师资力量方面，农村学校可能面临着专业心理健康教育教师的短缺。这使得留守儿童在心理辅导和干预方面得不到及时和有效的支持。他们的心理问题可能因此得不到关注和解决，对

他们的成长产生负影响。其次，在教学设施方面，农村学校可能无法提供与城市学校相同水平的教学设备和图书资料。这不仅限制了留守儿童的学习资源，也限制了他们的视野拓展。他们无法接触到更广泛的知识与信息，对他们的学习和发展产生了不利影响。最后，农村教师的工作负担较重，部分老师可能会对于特殊儿童给予更多关注，但对于学生人数较多的班级，班主任和任课教师往往没有那么多精力关心到每一位学生，很可能会疏忽对留守儿童的关照(高毅, 2023)。

3.3. 社会支持体系不完善

在我国农村地区，留守儿童所面对的社会环境是充满挑战的，其中最为显著的问题是支持体系的不足。社会支持理论认为，个体从社会网络中获得的物质和情感支持有助于应对压力和挑战，维持良好的心理健康，而留守儿童社会支持的不足使其在面对困难时更加脆弱。目前，社会关爱农村留守儿童的环境仍有待优化，农村需要一个专门维护农村留守儿童心理健康的组织(张悦, 汪小龙, 曹文清等, 2024)。大多数农村地区，针对留守儿童的心理辅导、娱乐活动和安全教育等都存在着严重的资源和项目短缺。同时，社会舆论对留守儿童问题的报道有时过于片面或夸大，这会给他们的心理带来了更多的压力。留守儿童已经面临着家庭、学校和社区等多方面的压力，而社会舆论的不当报道只会让他们感到更加孤立和无助。这种情况下，留守儿童的心理健康问题亟待关注和解决。此外，农村地区的文化娱乐设施相对较少，这也使得留守儿童在课余时间缺乏有益的活动和社交机会。孤独和无聊成为了他们生活的一部分，这对于他们的心理健康和成长都是不利的。

3.4. 儿童自身心理发展特点与应对能力不足

儿童在成长过程中，其心理发展具有阶段性和特殊性。皮亚杰的认知发展理论指出，儿童在不同阶段有不同的认知能力和思维方式。留守儿童在特定阶段可能因缺乏适当的引导而出现认知偏差。例如，处于具体运算阶段的儿童可能在理解抽象概念和解决复杂问题上遇到困难，如果没有父母的帮助，可能产生挫败感。留守儿童大多正处于身心快速发展的时期，他们对周围环境的变化和生活中的挫折更为敏感。然而，由于缺乏生活经验和应对困难的能力，他们在面对父母外出、学习压力、人际交往等问题时，往往难以有效地调整自己的心态和行为。留守儿童的自我意识逐渐增强，但他们的自我评价往往不够准确和稳定。在缺乏父母的及时引导和鼓励下，他们可能会过度依赖他人的认可和支持，一旦遇到批评或挫折，就容易产生自我怀疑和否定。他们的情绪调节能力较弱，无法合理地宣泄负面情绪，容易陷入情绪困境。此外，留守儿童在面对复杂的社会环境时，缺乏辨别是非和自我保护的能力。他们可能更容易受到不良信息的影响，比如网络上的暴力、色情内容等，这对他们的价值观和道德观的形成产生负面作用，进一步增加了心理问题产生的可能性。

4. 农村留守儿童心理问题的解决对策

4.1. 强化家庭关爱与教育功能

为解决农村留守儿童因家庭结构不完整和亲情缺失导致的心理问题，首要任务是强化家庭的关爱与教育功能。家庭是孩子学习和成长的第一所学校，家长更是影响孩子学习成长的第一任老师。父母应尽可能增加与孩子相处的时间，即使身处异地，也要通过现代通信技术保持密切的日常联系。父母还需明确自身在孩子成长中的重要责任，不仅仅关注孩子的物质需求，更要重视其心理需求。在交流中，多倾听孩子的心声，给予积极的情感回应和鼓励，帮助他们建立自信 and 安全感。同时，父母在返乡期间，应充分利用这段时间，与孩子进行深度沟通，了解其学习、生活和心理状况，弥补长期分离造成的情感空缺。此外，政府和社会组织可以通过政策引导和宣传教育，鼓励父母就近就业或返乡创业，减少亲子分

离的情况。通过强化家庭关爱与教育功能，留守儿童与父母之间的情感纽带得以重建和巩固。频繁且深入的交流可以使留守儿童感受到来自家庭的关爱与支持，能够有效减轻了他们内心的孤独感和无助感。亲子关系的改善为留守儿童提供了稳定的心理基石，有助于降低心理问题的发生率，促进其心理健康发展。

4.2. 优化教育资源配置与提升教育质量

针对农村地区教育资源不均衡和教育质量欠佳的问题，需要采取一系列措施加以改善。首先，政府应加大对农村教育的投入，优化资源配置。在资金方面，增加教育经费，用于改善农村学校的教学设施，配备先进的多媒体教学设备、实验室器材和丰富的图书资料，为留守儿童创造良好的学习条件。在师资方面，通过提高农村教师的待遇和福利，吸引优秀的教育人才投身农村教育事业。同时，加强教师培训，提升其教育教学水平和心理健康教育能力，使他们能够更好地关注留守儿童的心理需求，并提供专业的心理辅导。其次，学校应优化课程设置，除了传统的学科知识，增加心理健康教育、艺术、体育等课程，促进留守儿童的全面发展。此外，还可以通过城乡学校结对帮扶、远程教育等方式，实现优质教育资源的共享。城市学校可以向农村学校输送先进的教学理念和方法，开展教师交流和学生互动活动，拓宽留守儿童的视野，激发他们的学习兴趣和积极性。优化教育资源配置和提升教育质量后，专业的教师队伍能够及时敏锐地捕捉到留守儿童的心理需求并给予及时有效的疏导，城乡学校之间的合作交流则打破了地域限制，提升了儿童综合素质和竞争力。通过这些举措，可以逐步缩小城乡教育差距，提升农村教育质量，为留守儿童的心理健康发展提供有力的教育支持。

4.3. 完善社会支持体系

为了改善农村留守儿童所处社会支持体系不完善的状况，需要构建一个全方位、多层次的社会支持网络。第一，政府应发挥主导作用，加大政策支持和资源投入，设立专门的留守儿童关爱基金，用于开展关爱活动、建设相关设施和提供服务。第二，社会组织应积极参与，成立专门的关爱留守儿童的公益机构，招募志愿者为留守儿童提供学业辅导、心理疏导、陪伴关爱等服务。第三，社区应建立留守儿童关爱服务中心，为他们提供学习、娱乐的场所，并配备专业的工作人员进行管理和指导。同时，农村各地应当做好对留守儿童心理健康的登记评估工作，实行“一留守儿童一档案”制度(刘香娥, 葛会美, 黄绍利, 2021)。最后，企业也可以履行社会责任，通过捐赠物资、提供实习机会等方式，为留守儿童的成长和发展贡献力量。完善的社会支持体系可以为农村留守儿童带来多方面的积极影响，通过政府、社会组织、社区和企业的共同努力，不仅给留守儿童提供了充分的物质保障和精神慰藉，改善了他们的生活和学习条件，也能够让他们感受到国家和社会的关怀，唤起更广泛的关注和关爱，这为农村留守儿童创造了一个更加有利的成长环境。

4.4. 提升儿童自身心理调适与应对能力

为增强农村留守儿童自身的心理调适和应对能力，需要从多个方面进行培养和引导。从学校来说，应将心理健康教育纳入常规课程体系，通过专业的心理健康教师，向留守儿童传授心理知识和应对技巧，如情绪管理、压力应对、人际交往等。定期开展心理健康讲座和团体辅导活动，让留守儿童在集体中分享感受、互相支持，增强他们的心理韧性和团队合作能力。同时，设立心理健康咨询热线或网络平台，为留守儿童提供随时可及的心理支持。从家庭来说，临时监护人也要关注孩子的心理健康，给予他们足够的关爱和信任，鼓励他们勇敢表达内心的想法和感受。培养留守儿童的独立自主意识，让他们在适当的范围内承担家务和责任，提高自我管理能力和适应能力。此外，通过开展各种实践活动，如拓展训练、社区服务等，锻炼留守儿童解决问题的能力。引导他们树立积极的人生态度和正确的价值观，让他们认识到自身的价值和潜力，增强自信心。通过这些综合措施，能够逐步提升留守儿童的心理健康调适

和应对能力，让他们在遇到困扰时有倾诉和求助的渠道，从而能够及时化解心理危机，使其心理安全感得到充分满足，实现心理的成熟和成长，促进他们的身心健康发展。

5. 结论

农村留守儿童心理健康问题的形成，并非由单一因素所致，而是众多方面的因素共同作用所产生的结果。这其中涉及家庭结构的不完整、教育资源的不均衡、社会支持的不充分等多个层面。正因如此，对于这一问题的破局，必然需要从多个维度进行考量和行动。首先要清晰明确地把握问题的当前状况，深入剖析其内在根源和外在表现。在此基础上，充分调动和发挥社会各界的协调联动作用，形成一股强大的合力。政府、社会组织、学校、家庭以及社区等各方力量应共同参与干预，进行全面的统筹规划和推进，以稳健有序的方式逐步实施相关措施。只有这样，才能够促使农村留守儿童的心理健康问题得到切实有效的干预和妥善解决，从而为留守儿童营造一个良好的环境，保障他们能够健康、快乐地成长，拥有充满希望和美好的未来。

参考文献

- 陈京军, 范兴华, 程晓荣, 等(2014). 农村留守儿童家庭功能与问题行为: 自我控制的中介作用. *中国临床心理学杂志*, 22(2), 319-323.
- 董泽松, 魏昌武, 兰兴姐, 等(2017). 桂东民族地区留守儿童心理韧性在感恩与学习投入间中介作用. *中国学校卫生*, 38(4), 598-600.
- 董振(2024). 农村留守儿童心理健康现状调查及对策研究. *好家长*, (13), 35-37.
- 高毅(2023). 农村留守儿童心理健康现状、原因及对策——基于河南省商丘市宁陵县的调查研究. *中小学校长*, (10), 48-50+25.
- 蒋桂黎(2022). 农村留守儿童心理健康教育及行为疏导. *中国果树*, (9), 126.
- 刘娟(2023). 农村留守儿童心理健康问题及对策研究——以湘西地区为例. *农村经济与科技*, 34(20), 268-271.
- 刘香娥, 葛会美, 黄绍利(2021). “互联网+”背景下对农村留守儿童心理健康精准帮扶模式的探索. *产业与科技论坛*, (16), 57-58.
- 武占英(2024). 农村留守儿童心理健康的现状及其干预对策. *教书育人*, (4), 32-34.
- 张悦, 汪小龙, 曹文清, 等(2024). 农村留守儿童心理健康问题成因及对策研究. *农村经济与科技*, 35(6), 271-274.
- 朱群(2023). 农村留守儿童心理健康问题及教育对策研究. *智力*, (17), 159-162.