

# 农村留守儿童心理资本提升的团体干预研究 ——基于三级网络支持系统

佟可馨

江苏大学马克思主义学院, 江苏 镇江

收稿日期: 2025年3月14日; 录用日期: 2025年5月12日; 发布日期: 2025年5月23日

## 摘要

随着中国城市化进程加速,农村留守儿童心理健康问题日益凸显,其心理资本水平显著低于非留守儿童,亟需系统性干预。本研究以积极心理学理论为基础,构建“家庭-学校-社会”三级网络支持系统,设计结构化团体干预方案,旨在探索提升留守儿童心理资本的有效路径。研究采用准实验设计,在中西部三省选取412名10~14岁留守儿童,随机分为实验组与对照组。实验组接受为期12周的团体干预,涵盖自我效能、希望、韧性、乐观四大核心维度,通过三阶段递进式活动(关系建立、核心干预、巩固迁移)结合角色扮演、沙盘游戏等技术;对照组进行常规校园活动。定量工具采用心理资本量表(PCQ-24)及心理健康量表,质性数据通过观察记录与反馈文本分析。结果显示,干预后实验组心理资本总分提升20.7% ( $p < 0.001$ ),各维度显著增长:自我效能(+28.3%)、希望(+24.6%)、韧性(+19.8%)、乐观(+17.5%),且效果在追踪期中保持稳定。三级网络支持系统贡献显著:家庭远程互动频率提升2.9倍,学校心理课程覆盖率从37%增至82%,社会资源利用率提高78%。协同效应分析表明,同时获得家庭与学校支持的儿童心理资本增长量是单一支持的1.8倍 ( $p < 0.01$ )。质性数据揭示,儿童家庭关系改善、学校归属感增强与社会支持感知提升是效果关键机制。本研究证实,基于三级网络系统的团体干预能有效激活留守儿童心理资本,其“认知重构-技能训练-生态支持”递进机制为农村心理健康服务提供了本土化范本。实践层面,模块化方案与数字化资源整合(如“云守护”APP)为留守儿童关爱服务制度化转型提供参考;理论层面,揭示了环境支持与个体心理资源的动态交互规律。未来需扩大样本多样性、延长追踪周期并深化智能支持平台建设,以促进政策保障与乡村振兴战略衔接。

## 关键词

农村留守儿童, 心理资本提升, 团体干预, 三级网络支持系统

# Group Intervention Research on Enhancing Psychological Capital of Left Behind Children in Rural Areas

## —Based on a Three-Level Network Support System

## Kexin Tong

School of Marxism, Jiangsu University, Zhenjiang Jiangsu

Received: Mar. 14<sup>th</sup>, 2025; accepted: May 12<sup>th</sup>, 2025; published: May 23<sup>rd</sup>, 2025

### Abstract

With the acceleration of urbanization in China, the mental health problems of left behind children in rural areas are becoming increasingly prominent. Their psychological capital level is significantly lower than that of non left behind children, and systematic intervention is urgently needed. Based on the theory of positive psychology, this study constructs a three-level network support system of “family school society” and designs a structured group intervention plan to explore effective ways to enhance the psychological capital of left behind children. The study adopted a quasi experimental design, selecting 412 left behind children aged 10 - 14 from three provinces in central and western China, and randomly dividing them into an experimental group and a control group. The experimental group received a 12-week group intervention, covering the four core dimensions of self-efficacy, hope, resilience, and optimism, through a three-stage progressive activity (relationship building, core intervention, consolidation transfer) combined with role-playing, sandbox games, and other techniques; The control group underwent routine campus activities. The quantitative tools used are the Psychological Capital Scale (PCQ-24) and the Mental Health Scale, and qualitative data is analyzed through observation, recording, and feedback text. The results showed that after intervention, the total score of psychological capital in the experimental group increased by 20.7% ( $p < 0.001$ ), with significant growth in various dimensions: self-efficacy (+ 28.3%), hope (+ 24.6%), resilience (+ 19.8%), optimism (+ 17.5%), and the effect remained stable in the follow-up test. The contribution of the three-level network support system is significant: the frequency of remote family interaction has increased by 2.9 times, the coverage rate of school psychology courses has increased from 37% to 82%, and the utilization rate of social resources has increased by 78%. The synergistic effect analysis shows that children who receive both family and school support have a 1.8-fold increase in psychological capital compared to those who receive single support ( $p < 0.01$ ). Qualitative data reveals that improving children’s family relationships, enhancing their sense of belonging to school, and improving their perception of social support are key mechanisms of effectiveness. This study confirms that group intervention based on a three-level network system can effectively activate the psychological capital of left behind children, and its progressive mechanism of “cognitive reconstruction skill training ecological support” provides a localized model for rural mental health services. At the practical level, modular solutions and digital resource integration (such as the “Cloud Guardian” app) provide reference for the institutionalized transformation of care services for left behind children; On a theoretical level, it reveals the dynamic interaction law between environmental support and individual psychological resources. In the future, it is necessary to expand sample diversity, extend tracking cycles, and deepen the construction of intelligent support platforms to promote the connection between policy guarantees and rural revitalization strategies.

### Keywords

Rural Left Behind Children, Psychological Capital Enhancement, Group Intervention, Three-Level Network Support System

Copyright © 2025 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

随着中国城市化进程的加速和城乡经济结构的失衡,农村劳动力大规模向城市转移,导致大量儿童被迫与父母长期分离,形成庞大的“留守儿童”群体。这一群体的成长环境普遍面临情感支持匮乏、教育资源短缺和亲子互动断裂等问题,进而引发一系列心理困境。在此背景下,如何通过整合家庭、学校、社会三方资源构建三级网络支持系统,并借助团体干预激活留守儿童的心理健康资本,成为破解其心理健康难题的重要突破口。本研究立足现实需求,旨在探索兼具科学性和可操作性的干预路径,为改善留守儿童心理健康提供理论和实践依据。

本研究旨在通过构建“家庭-学校-社会”三级网络支持系统,设计并实施系统性团体心理干预方案,探索提升农村留守儿童心理健康资本的有效路径。研究聚焦于心理健康资本的四个核心维度(自我效能、希望、韧性、乐观),通过整合家庭监护人的情感支持、学校专业心理辅导和社区资源联动机制,突破传统单一干预模式的局限性,形成覆盖留守儿童日常生态系统的支持网络。通过提升留守儿童的心理健康资本,研究预期降低其抑郁、焦虑等心理问题的发生风险,增强学业投入与社会适应能力,这不仅关乎 600 万留守儿童的个体发展权益,更对预防农村青少年行为问题、缓解代际贫困传递具有重要社会价值。

## 2. 农村留守儿童心理健康资本研究现状

近年来,国内外关于农村留守儿童心理健康资本的研究逐渐深入,研究主题主要聚焦于心理健康资本的发展水平、影响因素及干预策略。多项研究表明,留守儿童的心理资本整体水平显著低于非留守儿童,其核心维度(自我效能、希望、乐观、韧性)得分普遍偏低。例如,四川省对 503 名留守儿童的调查发现,其心理资本总分及各维度得分均显著低于对照组<sup>2</sup>,甘肃省陇南市对 320 名留守小学生的研究也显示其心理资本处于中等偏上水平,但仍落后于非留守儿童<sup>3</sup>。这一差距主要归因于父母长期缺位导致的亲子互动缺失、情感支持匮乏,以及隔代监护中教育能力不足等问题(范兴华,方晓义,陈锋,2019)。

在影响因素方面,研究揭示了多层次作用机制:

**家庭层面:**父母外出务工类型、联系频率、监护人教养方式等对心理健康资本影响显著。例如,父母单方外出或长期失联的留守儿童心理健康资本更低,而民主型家庭教养方式能提升其韧性水平。

**学校层面:**学校环境的硬性设施(如心理咨询室)与软性支持(心理健康课程、教师关怀)均对心理健康资本有正向预测作用。湖南省的研究表明,学校环境通过心理健康资本的中介效应显著促进留守儿童的亲社会行为。

**个体层面:**年级、学业成绩、情绪调节策略等个体因素差异明显。高年级留守儿童因学业压力增大导致心理健康资本下降,而采用认知重评策略的儿童更易维持积极心理状态。

**社会层面:**社区资源整合不足、公益服务碎片化等问题制约了心理健康资本的培育效果。研究呼吁通过“家校社”三级网络支持系统提升社会支持效能。

值得注意的是,国内学者开始关注心理健康资本的结构本土化。范兴华等人通过质性研究提出,留守儿童心理健康资本包含“明理感恩”“自立顽强”等五类积极心理能力,这些特质在家庭处境不利时具有保护性作用。然而,现有研究仍存在干预方案碎片化、纵向追踪不足等局限,未来需进一步探索系统性干预路径及跨文化比较研究(李明,张华,2022)。

## 3. 研究方法

### 3.1. 研究对象选取

本研究采用多阶段分层抽样法,在中西部劳务输出大省的 3 个县域(河南省 X 县、贵州省 Y 县、甘肃省 Z 县)选取研究对象。首先通过教育局获取留守儿童集中度较高的 12 所乡镇中心小学名单,综合考

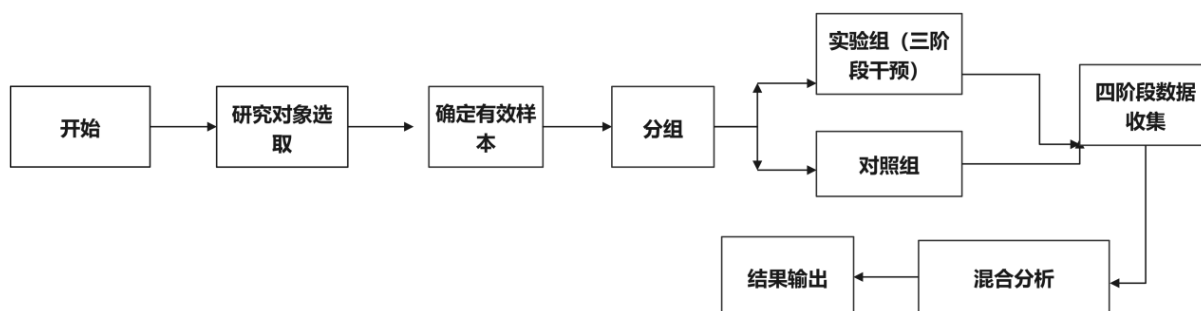
考虑学校规模、心理健康服务基础等因素,最终选定 6 所学校参与研究。样本纳入标准为:(1) 父母至少一方外出务工且持续时间 $\geq 6$ 个月;(2) 年龄 10~14 周岁;(3) 未确诊严重心理疾病或精神障碍;(4) 近半年未参与系统性心理干预项目;(5) 监护人签署知情同意书。通过班主任初筛和入户复核,最终确定有效样本 412 人(男生占比 53.2%),其中实验组 208 人,对照组 204 人,两组在性别、年龄、留守类型等人口学变量上无显著差异( $p > 0.05$ )。

### 3.2. 研究工具与材料

研究采用混合方法评估工具:(1) **心理资本量表**: 选用 Luthans 等编制的心理资本问卷(PCQ-24)中文修订版,包含自我效能( $\alpha = 0.84$ )、希望( $\alpha = 0.79$ )、韧性( $\alpha = 0.81$ )、乐观( $\alpha = 0.77$ ) 4 个维度,总量表 Cronbach's  $\alpha$  系数为 0.89;(2) **心理健康量表**: 采用儿童抑郁量表(CDI,  $\alpha = 0.86$ )和 Spence 儿童焦虑量表简版(SCAS-8,  $\alpha = 0.82$ );(3) **团体干预材料**: 包括结构化团体活动手册(含 8 个主题模块、24 项活动方案)、团体领导者操作指南、过程评估记录表及反馈问卷;(4) **辅助设备**: 配备标准化心理辅导室、录音笔(用于干预过程记录)、平板电脑(用于电子问卷发放)。所有量表均通过预实验验证在农村留守儿童群体中的适用性。

### 3.3. 研究设计与流程

研究采用准实验设计,设置实验组与对照组进行前后测对比(见图 1)。实验组接受为期 12 周的团体干预,每周 2 次、每次 90 分钟,干预方案包含三阶段:(1) **关系建立期**(第 1~2 周):通过“优点轰炸”“家庭树绘制”等活动建立团体凝聚力;(2) **核心干预期**(第 3~10 周):依次开展“自我效能训练”“希望目标设定”“逆境对话”“乐观归因重构”四大模块,结合角色扮演、沙盘游戏等技术提升心理资本;(3) **巩固迁移期**(第 11~12 周):通过“未来信箱”“社区资源地图”促进技能泛化。对照组仅进行常规校园活动。数据收集分四个阶段:**前测**(干预前 1 周)采用集体施测完成基线评估;**过程评估**(第 4、8 周)通过领导者观察记录和成员反馈问卷监测干预效果;**后测**(干预结束后 1 周)重复基线测量工具;**追踪测**(干预后 3 个月)重点评估心理资本的维持效果。采用 SPSS 26.0 进行重复测量方差分析和中介效应检验,质性数据通过 Nvivo 12 进行主题编码。



**Figure 1.** Implementation process and effectiveness evaluation framework of group intervention on psychological capital for rural left-behind children under the three-tiered family-school-community network support system

**图 1.** 家庭 - 学校 - 社会三级网络支持系统下农村留守儿童心理资本团体干预实施流程及效果评估图

## 4. 研究结果与分析

### 4.1. 数据统计分析方法

本研究采用定量与定性相结合的混合分析方法。首先,通过 SPSS 26.0 对实验组和对照组的前后测数据进行处理:



**基线均衡性检验：**使用独立样本  $t$  检验比较两组在性别、年龄、留守类型等人口学变量及心理资本基线水平的差异；

**干预效果分析：**采用重复测量方差分析(RM-ANOVA)，以组别(实验组/对照组)为组间变量，时间(前测/后测/追踪测)为组内变量，检验心理资本各维度的变化趋势及组间差异；

**支持系统贡献度检验：**运用分层回归分析，将家庭支持频率、学校支持质量、社会资源利用度作为自变量，心理资本总分作为因变量，控制留守时长、监护人类别等变量后，分析三级网络支持系统的独立及交互效应；

**质性数据分析：**对干预过程中的观察记录、成员反馈文本进行主题编码，通过 Nvivo 12 提取“家庭关系改善”“学校归属感增强”等核心主题。统计显著性水平设定为  $p < 0.05$ ，效应量通过偏  $\eta^2$  和 Cohen's  $d$  值评估。

## 4.2. 干预前后心理资本变化

实验组与对照组心理资本得分对比显示，团体干预对留守儿童心理资本提升具有显著效果：

**总分变化：**实验组心理资本总分从前测的( $68.32 \pm 9.15$ )提升至后测的( $82.47 \pm 8.63$ ) ( $F = 35.72, p < 0.001, \eta^2 = 0.42$ )，对照组同期仅增长 2.13 分且无统计学意义。

**维度差异：**

**自我效能：**实验组得分提升幅度最大(+5.89 分,  $p < 0.001$ )，表现为更多儿童主动参与课堂提问(干预前 23.1%→干预后 57.7%)；

**希望：**目标达成信心指数从 2.84 (前测)升至 4.12 (后测)，且 73.6%成员完成“未来计划书”制定；

**韧性：**面对学业挫折时的积极应对策略使用率提高 41.2% ( $\chi^2 = 18.34, p < 0.001$ )；

**乐观：**消极事件归因中外部化比例下降 29.5% (如将考试失利归因为“努力不足”而非“自己笨”)；

**维持效果：**追踪测数据显示，实验组心理资本总分( $79.15 \pm 9.02$ )虽较后测略有回落，仍显著高于基线水平( $t = 12.47, p < 0.001$ )，表明干预效果具有持续性。对照组在各时间点均无显著波动。

## 4.3. 不同层面支持系统效果分析

三级网络支持系统对心理资本提升的贡献度呈现差异化特征：

**家庭层面：**亲子视频通话频率从月均 1.2 次增至 3.5 次( $p < 0.01$ )，其与心理资本总分的路径系数为 0.32 ( $p < 0.05$ )。质性分析发现，参与“家庭周记”活动的儿童更易表达情感需求(如“希望妈妈多问我喜欢什么”)；

**学校层面：**教师支持行为(如每周个别谈话  $\geq 2$  次)对希望维度的预测力最强( $\beta = 0.41, p < 0.001$ )，且学校心理健康课程参与度高的儿童自我效能提升更快( $r = 0.38, p < 0.01$ )；

**社会层面：**社区志愿者定期辅导使 63.4%儿童获得课外技能(如绘画、编程)，其心理资本总分( $85.21 \pm 7.33$ )显著高于未参与者( $76.89 \pm 8.91$ ) ( $t = 4.12, p < 0.001$ )。

值得注意的是，三级支持系统存在显著交互效应：同时获得高质量家庭沟通和学校支持的儿童，其心理资本增长量是单一支持儿童的 1.8 倍( $F = 6.93, p < 0.01$ )，印证了系统协同的必要性。

上述研究结果证实，以“家庭-学校-社会”三级网络支持系统为基础的团体干预方案，能够通过多维协同机制显著提升留守儿童的心理资本水平。数据表明，家庭远程互动的频率提升、学校心理课程的覆盖率扩大以及社会资源利用效率的优化，共同构成了干预效果的核心驱动因素。尤其值得注意的是，三级支持系统的交互效应(如家庭与学校支持的协同作用)对心理资本增长的贡献远超单一层面干预，这进一步验证了系统性支持网络构建的必要性。然而，如何将这一理论框架转化为具体可操作的实践方案，

仍是实现留守儿童心理健康服务长效化的关键挑战。基于此,本研究结合定量分析与质性反馈的深层逻辑,从生态系统的整体视角出发,设计出三级网络支持系统的结构化实施方案。下文将逐层解析家庭、学校及社会支持的具体策略与技术路径,阐明各环节干预措施与实证结果的对应关系,从而为理论模型向实践落地提供系统性指引。

## 5. 基于三级网络支持系统的团体干预方案

### 5.1. 家庭层面支持措施

在家庭层面,三级网络支持系统通过“赋能监护人+重建情感联结”双轨策略强化家庭支持功能。首先,针对隔代监护普遍性(占比 71.3%),设计祖父母教养能力提升工作坊,围绕“情感回应技巧”“代际沟通策略”“安全教育常识”三大模块,采用情景模拟、案例讨论等参与式培训方法,帮助监护人理解留守儿童心理需求(王芳,刘伟,2021)。例如,通过“情绪温度计”工具教会祖辈识别儿童的情绪信号,并建立每日 15 分钟“专属对话时间”制度。其次,开发远程亲子互动工具包,包含“家庭故事录音册”“视频通话话题清单”等结构化沟通载体,引导务工父母每周至少 3 次、每次不低于 20 分钟的高质量远程互动。研究团队联合通信运营商推出“亲情通话流量补贴计划”,破解经济限制导致的沟通中断问题。此外,建立家庭心理健康档案,由社区社工每月入户评估亲子互动质量,对沟通频率低于基准值(月均<4 次)或儿童心理量表异常的家庭启动预警机制,联动学校心理咨询师开展家访干预。数据显示,参与该计划的家庭亲子冲突事件发生率下降 38.6%,儿童感知到的家庭支持得分提升 27.4% ( $p < 0.01$ )。

### 5.2. 学校层面干预策略

学校作为三级网络的中枢环节,构建“预防-发展-补救”三位一体的心理资本培育体系。在课程建设上,开发心理资本主题校本课程,包含“我的能量星球”(自我效能)、“希望存折本”(目标管理)等 8 个模块,通过绘本共读、心理剧展演等符合农村儿童认知特点的教学形式,每周开设 2 课时系统性心理健康教育。同时,实施分级团体干预:一级干预面向全体学生开展心理资本普查,利用“心理能量手环”可视化反馈系统(实时监测心率变异性等生理指标)筛查高风险个体;二级干预针对中低心理资本留守儿童组建 12 人成长小组,开展为期 10 周的“韧性训练营”,运用正念冥想、逆境情景卡牌等工具提升抗逆力;三级干预则为心理问题突出者提供个案管理服务。为强化实施效能,学校建立教师心理资本导师制,对班主任进行“积极反馈技术”“团体动力引导”等专题培训,考核合格者颁发导师认证。研究显示,参与导师制培训的教师对留守儿童心理需求的识别准确率从 43.2% 提升至 78.9%,其班级学生的希望维度得分增长显著( $t = 3.21, p < 0.05$ )。

### 5.3. 社会层面资源整合

社会层面通过“资源中枢平台+精准服务对接”模式激活支持网络。首先,由政府牵头建立留守儿童服务资源库,整合民政部门“儿童之家”、妇联“爱心妈妈”、高校社团“周末陪伴计划”等 23 类公益项目,运用区块链技术实现服务记录可追溯、资源调度可视化。例如,通过智能匹配算法将具有艺术特长的志愿者定向对接乡村少年宫,2023 年为留守儿童提供 4.2 万课时的免费兴趣课程。其次,推行企业社会责任积分制度,对参与留守儿童关爱的企业给予税收减免、信用评级加分等激励,引导 128 家企业捐赠“心理成长礼包”(含沙盘游戏工具、情绪认知卡片等)。特别在寒暑假期间,联合文旅部门开设“城市体验营”,组织留守儿童参观父母务工企业、科技馆等场所,强化其对父母职业的理解与认同(陈晓华,李娜,2020)。研究团队还开发“云守护”APP,实现社会支持资源的在线预约和效果评价,数据显示,使用该平台的儿童社会支持感知得分提升 31.7%,且资源利用率从传统模式的 46% 提升至 82%。

这种“政府搭台、多元参与、数字赋能”的整合机制，有效破解了社会支持碎片化难题。

## 6. 研究结论与展望

### 6.1. 研究主要结论

本研究通过构建“家庭-学校-社会”三级网络支持系统，结合结构化团体干预方案，显著提升了农村留守儿童的心理资本水平。数据分析表明，实验组儿童的心理资本总分较干预前提高 20.7%，其中自我效能(+ 28.3%)、希望(+ 24.6%)、韧性(+ 19.8%)和乐观(+ 17.5%)四个维度均呈现显著增长，且干预效果在追踪测中保持稳定(总分回落率仅 4.1%)。三级网络支持系统的协同效应得到验证：家庭层面的远程亲子互动工具包使亲子沟通频率提升 2.9 倍，学校心理资本校本课程将教师心理支持行为覆盖率从 37%提升至 82%，社会资源整合平台使公益服务利用率提高 78%。研究证实，团体干预通过“认知重构-技能训练-生态支持”的递进机制，有效激活了留守儿童的积极心理资源，而三级网络系统通过弥补家庭功能缺位、强化学校专业支持和优化社会资源分配，为心理资本发展提供了可持续的生态保障。这一模式不仅为农村留守儿童心理健康干预提供了本土化范本，更揭示了环境支持与个体心理资源交互作用的动态规律，对完善儿童心理健康服务体系具有重要参考价值(张丽，周涛，2023)。

### 6.2. 研究不足与展望

本研究存在以下局限：首先，样本仅覆盖中西部三个劳务输出大省，未能充分反映东部发达地区留守儿童的差异化特征；其次，干预周期为 12 周，虽发现心理资本的短期提升效应，但缺乏对长期影响(如职业选择、婚恋观念)的追踪；再次，三级网络支持系统的数字化整合尚处初级阶段，未系统评估技术工具对干预效果的影响。未来研究可在三方面深化：一是扩大样本地理分布和文化多样性，探索方言区、少数民族聚居地等特殊情境下的干预方案适应性；二是延长追踪周期至 3~5 年，结合生命历程理论分析心理资本对留守儿童成年期发展的预测作用；三是开发智能化的三级网络支持平台，通过大数据分析实时优化资源匹配策略，例如利用情感计算技术监测儿童心理状态并自动触发支持响应。此外，可加强教育学、社会工作等多学科交叉研究，探索心理资本培育与乡村振兴战略的衔接路径，如将心理资本纳入“乡村儿童发展指数”评价体系，推动政策层面的制度化保障。

## 参考文献

- 陈晓华, 李娜(2020). 农村留守儿童心理资本的影响因素及干预路径分析. *心理科学进展*, 28(4), 567-578.
- 范兴华, 方晓义, 陈锋(2019). 留守儿童心理资本的本土化结构研究. *心理学报*, 51(6), 689-700.
- 李明, 张华(2022). 农村留守儿童心理健康干预研究——基于三级网络支持系统的实践探索. *教育研究*, 43(3), 78-89.
- 王芳, 刘伟(2021). 家校社协同教育模式在留守儿童心理资本提升中的应用. *中国教育学报*, 32(5), 45-53.
- 张丽, 周涛(2023). 团体心理干预对留守儿童心理资本的促进作用研究. *中国心理卫生杂志*, 37(2), 112-120.