

孤独的围墙如何打破？

——乡村儿童社交地位对社交焦虑的影响及心理社会适应研究

徐李瑶, 徐梦婷, 陈禾子, 徐忠圻

苏州大学教育学院, 江苏 苏州

收稿日期: 2025年4月29日; 录用日期: 2025年6月10日; 发布日期: 2025年6月24日

摘 要

青少年在同伴群体中的社交地位是衡量其同伴关系质量的重要指标, 这一指标对个体自我概念、情感调节以及社会化行为模式的塑造具有深远影响。因此, 本研究拟考察教育因素、环境因素、以及孤独感和人际交往自我效能感对乡村儿童, 尤其是乡村留守儿童社会交往的潜在影响, 从而对社交地位和社交焦虑的关系有更加清晰明确的认识。本研究拟采用问卷调查法、访谈法、参与式观察法, 针对贵州省铜仁市松桃苗族自治县寨英镇寨英完小乡村儿童社交地位对社交焦虑的影响展开系列研究。同时, 探索团体心理辅导、心理健康课等多维度干预手段, 对于缓解儿童社交焦虑的有效性, 助力儿童建立健康的同伴互动认知体系, 促进其心理社会适应能力的良性发展。

关键词

社交地位, 社交焦虑, 留守儿童

How Can the Wall of Loneliness Be Broken?

—Research on the Impact of Social Status on Social Anxiety and Psychosocial Adaptation of Rural Children

Liyao Xu, Mengting Xu, Hezi Chen, Zhongqi Xu

School of Education, Soochow University, Suzhou Jiangsu

Received: Apr. 29th, 2025; accepted: Jun. 10th, 2025; published: Jun. 24th, 2025

Abstract

The social status of teenagers within peer groups serves as a critical indicator for assessing the quality of their peer relationships. This indicator significantly influences the formation of individual self-concept, emotional regulation, and social behavior patterns. Consequently, this study aims to explore the

potential impacts of educational factors, environmental factors, feelings of loneliness, and interpersonal communication self-efficacy on the social interactions of rural children, with a particular focus on left-behind children in rural areas. The objective is to achieve a more precise understanding of the relationship between social status and social anxiety. This study will employ methods such as questionnaire surveys, interviews, and participatory observations to investigate the influence of social status on social anxiety among rural children at Zhaiying Primary School in Zhaiying Town, Songtao Miao Autonomous County, Tongren City, Guizhou Province. Additionally, it will evaluate the effectiveness of multi-dimensional intervention strategies, including group psychological counseling and mental health education, in alleviating children's social anxiety, fostering healthy peer interaction cognitive systems, and promoting positive psychosocial development.

Keywords

Social Status, Social Anxiety, Left-Behind Children

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

随着人口流动、城乡经济发展，乡村儿童，尤其是乡村留守儿童已经成为了一个不容忽视的弱势儿童群体。儿童群体在成长过程中面临着独特的社会和心理挑战，其中社会交往方面尤为引人关注。社交地位，作为评估儿童在社交网络中角色特征的核心维度，它反映了个体在儿童群体中的同伴接纳程度，这种同伴接纳对于留守儿童来说更为重要，它可以弥补父母分离的亲情缺失(赵景欣等, 2013)。而社交焦虑，作为一种常见的情绪障碍，可能导致儿童在社交互动中感到不适和恐惧，进而影响其心理健康和人际关系的发展(Gilbert, 2001)。

以往研究表明，乡村留守儿童的社交焦虑发生率显著高于非留守同龄群体，其焦虑水平亦呈现更严重的临床特征(李梦龙等, 2019; 王晓丹, 陈旭, 2010)。这一实证数据凸显了加强乡村特殊儿童群体心理健康干预的现实需求，尤其需重点关注其社会交往过程中的情绪困扰问题。针对乡村儿童社会网络定位与焦虑情绪的关联机制展开系统性探究，不仅能深化对特殊群体社会适应模式及心理发展规律的理论认知，更能为构建科学干预体系提供实证依据。此类研究对优化社会支持资源配置、制定针对性心理支持方案具有重要实践价值，最终将有效促进该群体社会功能完善与心理福祉水平提升。

本研究的研究对象为贵州省铜仁市松桃苗族自治县寨英镇的乡村儿童群体(简称松桃县)。2020 年 3 月松桃县才得以实现脱贫摘帽，基于第七次全国人口普查数据建模推算，贵州省监护缺失儿童群体数量在 2020 年已突破 200 万量级(吕利丹等, 2024)。具体到县域层面，松桃苗族自治县 2021 年度通过多源数据校验与入户核证，确认该区域留守未成年人达 4190 例(松桃苗族自治县人民政府办公室, 2021)。监护缺位现象在该省乡村地区呈现显著集聚特征，据儿童发展研究专项调查显示，该区域隔代抚养比例高达 67.3%，经济保障不足家庭占比超四成(松桃苗族自治县人民政府办公室, 2021)。这种特殊监护形态引发的社会问题已上升为国家治理重点，如国务院 2016 年颁布的《农村儿童监护体系优化指导意见》及《中国儿童发展纲要(2021~2030 年)》均着重强调构建监护支持网络，通过系统化干预促进监护缺失儿童的身心健康发展(国务院, 2016)。

因此,针对贵州松桃县实际情况和现实需要,本研究采用定性与定量相结合的方法,一方面探讨乡村儿童的人际交往状况,帮助他们解决成长过程中的人际交往难题;另一方面,重点关注留守儿童的心理健康状况,探讨潜在的影响因素,并找到相关的解决对策。

2. 方法

2.1. 被试

2.1.1. 量化研究被试

招募贵州省铜仁市松桃苗族自治县寨英镇寨英完小暑期班学生共 42 名,其中男生 13 名,女生 29 名,一年级 4 人,二年级 19 人,三年级 9 人,四、五年级各 5 人,留守儿童 12 名,多与爷爷奶奶住在一起。

2.1.2. 质性研究受访者

在暑期班的 42 名同学中招募有意向的受访者,向学生及监护人介绍访谈目的及意义,签订知情同意书。为保护受访者个人隐私,用编号代替姓名。访谈过程中充分尊重受访者的意愿,并根据实际情况灵活调整访谈问题。最终,12 名受访者参与正式访谈。

2.2. 量化评估工具

本研究主要采用问卷调查法,探索留守儿童社交焦虑的影响因素并期望提出有效的解决对策。依据研究目的并结合寨英镇的教育发展现状,整合编制了一份全面、细致的调查问卷,该问卷包括社交地位、孤独感、人际交往自我效能感等心理因素题项,教育资源、家庭结构、学校因素等环境因素题项。本研究均采用成熟的、已被验证具有良好信效度的心理学量表,对参与寨英完小暑期班的 42 名同学展开问卷调查,收集量化数据并加以统计得出研究结果。

2.2.1. 社交地位的测量

本研究采用同伴提名法对社交地位进行测量,包括正向提名和反向提名两个维度,具体指导语表述为:“在你们班中可能有你最喜欢和最不喜欢的同学,请你分别列出 3 个你最喜欢的和最不喜欢的同学的名字。”数据处理则参照 Coie 和 Dodge 在 1983 年提出的分类标准(Coie & Dodge, 1983),以班级为单位将正向提名(ML)、反向提名(LL)的次数标准化,二者之差为社会喜好(SP)分数,二者之和为社会影响(SI)分数。在此基础上将研究对象分成五类:受欢迎组($SP > 1, ML > 0, LL < 0$)、被拒绝组($SP < -1, ML < 0, LL > 0$)、被忽视组($SI < -1, ML < 0, LL < 0$)、有争议组($SI > 1, ML > 0, LL > 0$)和普通组(所有其他青少年)。

2.2.2. 社交焦虑的测量

社交焦虑的测量采用 La Grace 等人(1988)编制的儿童社交焦虑量表(Social Anxiety Scale for Children, SASC),包括害怕否定评价和社交回避苦恼两个因子,共 10 题;所有题目都采用了 3 级评分,从 1 表示“从不这样”到 3 表示“一直这样”,分值越高,说明社交焦虑程度越严重。

2.2.3. 人际自我效能感的测量

自我效能感是指个体对自己能否采取适应性行为来面对挑战的一种知觉或信念,而人际自我效能感是个体对自己在人际交往中有效达成目标、应对挑战的能力的信念。人际自我效能感的测量采用由 Schwarzer 等学者(1997)编制的,由王才康等学者(2001)翻译的中文版《一般自我效能感量表》的人际交往分量表,从自我认知、人际关系以及情绪状态三个方面对调查对象进行测量,采用 4 级评分,分值越高说明自我效能感越高,共 10 题。

2.2.4. 孤独感的测量

孤独感的测量采用 Asher 等人(1984)编制的儿童孤独感量表(Children’s Loneliness Scale, CLS)，共 24 题，16 个项目用于评定孤独感(其中 10 个题项为反向计分题)，其余 8 个项目为无关插入题。所有题目采用 5 级计分，从 1 表示“始终如此”到 5 表示“一点没有”，分值越高表示孤独感越重。

2.2.5. 其他变量的测量

本研究还收集了被试的人口统计学信息，包括性别、年龄；学校因素信息，包括是否担任班干部；家庭结构信息，包括是否留守儿童，父母一方外出或双方外出。

2.3. 质性访谈程序

无结构访谈法是为了了解学生以及监护人对其同伴群体的看法，获得更直接的材料。在前期接触过程中，按照有目的的提纲，快速地获取学生的基本信息和其他有用信息。正式访谈过程中，采用半结构访谈法，通过自由交谈，先从学生及监护人感兴趣的话题展开，以提升学生的安全感，使其能够在一个自由开放的环境下尽情表达自己的需求与感受。通过访谈交流，可以直观地感受到学生的各方面情况，包括其情绪和心理状态，以便及时调整干预进度和内容，为其提供更加明确的帮助。最终，研究者对 20 位受访者及监护人进行半结构化访谈，共进行 20 余次。每次访谈 30 分钟左右，探讨受访者在同伴社交方面的感受和体验，并记录研究者的观察。最终获访谈稿 40 份。

3. 量化分析结果

3.1. 社交地位的测量和分类

采用同伴提名法对寨英完小暑期班 42 名同学社交地位分析如表 1 所示，其中，大部分同学为普通组，共计 23 名，占比 54.8%；其次受欢迎组共计 10 名学生，占比 23.8%；与受欢迎组相对的被拒绝组共有 5 位同学，且多数为男生；除此之外，有争议组共 3 名同学、被忽视组 1 名同学，对于这些同学，我们后续都对他们进行了帮助和指导，以帮助他们改善社交地位。

Table 1. Classification of social status of 42 students at Zhaiying Primary School
表 1. 寨英完小 42 名同学的社交地位分类

	类型	频率	百分比(%)
社交地位分类	受欢迎	10	23.8
	被拒绝	5	11.9
	被忽视	1	2.4
	有争议	3	7.1
	普通	23	54.8

3.2. 社交地位和社交焦虑的关系

单因素方差分析结果显示，社交地位与社交焦虑水平并不存在显著差异($p=0.301$)，结果如表 2 所示。这可能是由于样本量过少而导致的，但通过描述统计我们发现，社交地位处于被忽视、有争议组的同学社交焦虑水平普遍高于其他组，受欢迎组和被拒绝组的社交焦虑水平普遍较低；普通组整体社交焦虑水平处于中间位置，但普通组中性格内向的同学社交焦虑水平数值要高于性格外向的同学(性格特点是支教志愿者通过对学生的观察得来的，非量表测量所得)。因此需要对被忽视和有争议组的学生多

加心理干预，同时对普通组中性格内向的学生进行心理疏导，缓解焦虑；对被拒绝组则多加引导，改善其社交地位。

Table 2. One-way ANOVA of social status on social anxiety
表 2. 社会地位对社交焦虑的单因素方差分析

	<i>SS</i>	<i>df</i>	<i>MS</i>	<i>F</i>	<i>p</i>
组间	47.386	4	12.441	1.264	0.301
组内	364.139	37	9.842		
总计	413.905	41			

3.3. 是否担任班级干部和社交焦虑的关系

在 42 名调查对象中，担任过班干部的共有 24 名同学，占比 57%。进行独立样本 *t* 检验后发现，是否担任过班干部在社交焦虑水平上的差异趋近于显著($p = 0.07$)，担任过班干部的同学其社交焦虑水平($M = 15.88$)低于未担任过班干部的儿童($M = 16.08$)。进一步分析原因我们认为，在学生时代担任班干部是一个非常好的机会来锻炼个体的人际交往能力，在这个过程中与老师、同学们的交往增多，且多为学业相关的积极交流内容。因此，与没有担任过学生干部的同学相比，担任过学生干部的同学社交焦虑水平较低。

3.4. 孤独感的总体表现与特征

根据儿童孤独感量表(CLS)的统计方法，其中得分在 0~40 被界定为不具有孤独感儿童；41~51 被界定为具有一般孤独感儿童；得分在 52~62 被界定为具有较强的孤独感儿童；得分在 63 分及以上被界定为儿童具有很强的孤独感，并可能有心理障碍。受访乡村儿童的孤独感得分总体上呈正态分布，偏度系数为-0.155，峰度为-0.897，结果近似于正态分布。孤独感总得分范围在 21~56 之间，均值为 39 分，标准差为 9.973。如表 3 所示。本次研究中大部分儿童(超过半数)无孤独感，其次是一般孤独感(38%)，较强孤独感占比较小(9.6%)。整体看来，本研究中多数儿童心理状态积极，但近半数儿童仍存在不同程度的孤独感问题，特别是较强孤独感的儿童需要特别关注。在后期的支教过程中，志愿者也开展了诸如“认识你我他：做同伴的知心人”等主题心理团辅活动，增进同伴之间的沟通交流与相互了解，以降低其孤独感。

Table 3. Scores of loneliness
表 3. 孤独感得分情况

	无孤独感	一般孤独感	较强孤独感	很强孤独感
人数	22 (52.4%)	16 (38%)	4 (9.6%)	0 (0%)

3.5. 留守儿童与非留守儿童在孤独感、社交焦虑和人际交往自我效能感方面的差异

在 42 名同学中共有 12 名留守儿童，占比 28.5%。在访谈过程中，我们发现非留守儿童中，大部分父母并不关心孩子的社交状况，他们更在意自己孩子的学业发展，在进行独立样本 *t* 检验后发现，留守儿童的孤独感水平($M = 40.64$, $S = 9.146$)高于非留守儿童($M = 38.50$, $S = 10.348$)，但并未达到统计学意义上的显著水平($p = 0.383$)。留守儿童的社交焦虑水平($M = 16.17$)高于非留守儿童($M = 15.42$)，但并未达到统计学意义上的显著($p = 0.683$)。这可能是由于父母分离导致的亲情缺失，但同时同伴接纳可以对此起到一定的补偿作用。此外，也不排除由于样本量过少导致误差的产生。

同时，通过独立样本 *t* 检验发现，是否为留守儿童与其人际交往自我效能感之间的差异趋近于显著(p

= 0.061), 留守儿童的人际自我效能感水平(M = 24.83)低于非留守儿童(M = 25.83), 这可能是因为父母在身边会给予儿童社交交往方面的引导和底气, 对于留守儿童而言, 由于父母长期不在身边, 他们可能缺乏必要的情感支持和在社交技巧上的直接指导, 导致他们在面对人际交往复杂情境时感到不安或不自信, 进而影响其人际交往自我效能感。

4. 质性分析结果

在本次调研活动的访谈设计中, 考虑到学生在年龄上尚处于社交场所相对固定的时期, 以及乡村环境相对封闭的具体情况, 因此对学生社交问题的访谈结果分析主要从家庭环境及学校环境两个层面展开:

Table 4. Excerpts from qualitative interviews

表 4. 质性访谈摘录

访谈摘录(部分)	
形式留守	爸爸在外面打工, 他是很久才回一次家, 妈妈是每天都在家。 父亲在外打工, 母亲在身边, 父亲一年回来两三次。 爸爸妈妈离婚了, 爸爸在外边上班, 只有过年回家, 由爷爷奶奶照顾。
实质留守	爸爸妈妈平常会问你关于在学校过得怎么样吗? (答: 不会) 父母在浙江打工, 跟父母联系频率很少(一个星期或者一个月)。 爸爸四年见一次, 不是很想, 给他打电话也不接。
教育期望	没有很关注女儿是否焦虑, 更注重女儿要更加有出息。 期望很高, 希望女儿能有出息, 走出大山(帮助三个弟弟), 支撑起家庭。 家庭压力比较大, 家庭尤其是父亲对她期望很高。
集体生活	喜欢去人多的地方, 参加集体活动会心情好, 不会紧张 参加集体活动的时候心情会好一点, 会感觉紧张, 但不会影响参加活动。 喜欢参加学校的各项活动, 认为能够在活动中接触到很多新的人, 和他们交朋友。
害怕评价	和别人玩有压力, 害怕说错话。 画画不好会被同伴嘲笑。 如果自己的朋友交到新的朋友, 或者和别人谈论自己听不懂的东西会感到难过伤心。

(1) “形式留守”：乡村儿童家庭结构破碎

除了完全意义上的留守儿童家庭外, 乡村家庭中还有大量的以“父亲外出打工、母亲照顾孩子”为代表的“半留守”家庭及单亲家庭, 经济条件是导致这一问题的主要因素。但除此之外, 父母去世、离异等特殊因素也都使得许多乡村儿童们在一个并不完整的家庭中成长。这实际上是另一种意义上的“幸存者偏差”: 在社会“尊师重教”的主流观念中, 教育是值得家庭牺牲与付出为孩子提供更好平台的大事。城乡二元背景下, 有条件的家长们, 都会想方设法把孩子们送到城里、带到身边(如随迁子女、“流动儿童”)去读书, 实在做不到的家庭, 大多都是在家庭经济条件等方面或多或少存在各种的问题。因此, 中国城乡间的社会问题在乡村下沉、累积、保留。这种“形式留守”在家庭结构上的破碎, 使乡村儿童在家庭教育的起点和机会上, 已经处在了一个并不平等的位置。

(2) “实质留守”：亲子互动父母角色缺位

个体发展轨迹尽管不同, 但在某些方面存在共性, 对亲密关系的需要就是其中很重要的点。空间距离的存在, 并不意味着亲子间的互动关系完全无法实现, 但在实际访谈结果中, 大多数乡村孩子们对与父母沟通联系的描述都是“很少”、“没空”、“不怎么交流”, 这种亲密关系的缺失尤以父亲的角色缺位更为明显。对于有些家庭来说, 即便父母就在孩子身边, 却依旧没能形成亲密、平等、有效的亲子关系

系互动，这些都在实质上造成了父母“在其位不谋其职”的局面，使乡村孩子本应得到的关注和认可缺失。家庭中的这种角色缺位会带来两类影响：一是孩子们会“向外”寻求这种亲密感和满足感；二是孩子们在面对亲密关系和社交活动时陷入惶恐与自我怀疑。

(3) “有出息”：乡村家长们的育儿成功学

在我国自古以来的社会形态和社会环境中教育，一直是实现阶层跨越最主流的办法。实现这一目标的最直接渠道就是考试，无论身处社会的哪一阶层，人们都有希望自己的孩子通过教育改变自身命运。父母挣了一辈子“血汗钱”，最希望的就是孩子“有出息”，他们可能弄不清什么叫“本科”、“研究生”，但受上个世纪大学毕业后包分配政策带来的观念影响，长辈们都本能地认为“上大学”就能有“好工作”，最起码不用留在村子里一辈子受苦受累，是“有出息”的人，是家里对外的“面子”，也是孩子实实在在的好日子。这就是农村家长们对于“成功”的单一评价指标：学生学业成绩。体现在家庭教育上，就是“学习成绩”成为亲子之间沟通互动的重点内容。无论是从对家长还是对学生的访谈结果来看，提到学生的家庭教育以及其它教育问题时，提到的基本都是“考试”、“成绩”，家人对孩子成长发展的期望也都是围绕这些内容展开，少有家长与孩子交流社交、性格等问题。“有出息”，刻画出了无数乡村家长们对孩子成长发展的规划与期望。

(4) “不被忽视的我”：后台的观察者与窥视者

从访谈结果来看，孩子们对于学校生活，特别是对于集体生活的认识和感受，走向了家庭生活的“另一端”，如果用一句话来概括，就是“跟大家在一起我很开心”。家庭中父母角色的缺位带来了孩子在其它方面的被忽视，这种未被满足的情感需求需要从他们人生中的其它角色身上得到补充，无数个体在集体生活中的“抱团取暖”，是对家庭关系的“补位”，这对留守儿童群体来说尤其如此。但是，与其说孩子们是集体生活的参与者，不如说他们是在“他者”视角下集体生活的“窥视者”，相较于走上前台主动展现自我，大多数孩子们更愿意、更喜欢参与一些集体活动，更喜欢把自己隐藏进集体中，许多孩子所习惯的交往方式是“多对单”（上课时学生对老师）、“多对多”（学生小组之间的互动），在与老师、同学的交往中不断“修补”、“调整”甚至“重塑”自己在家庭教育中形成的社交观念。

(5) “被关注的我”：被推到前台的参与者

孩子们更愿意把自己看作集体中的一份子，但在某些时间点上，集体中的个体也会被推到受人关注的“风口浪尖”上。当群体间社交变为个体间乃至“单对多”（如课堂展示、上课回答问题等）的交往行为时，被推到前台的大多数孩子们往往会产生“紧张”“不知所措”的无所适从感，产生这些情绪的原因是，这些社交过程的参与者在心理上并没有把自己放在与其他人平等的地位上，根源是自卑心理。自卑心理的来源有很多，一方面可能是家庭结构的不完整所带来的（包括形式留守和实质留守），另一方面，则可能来源于在对比中产生的自我怀疑感，由于得到的认可和肯定不足。孩子们在完成任务时往往会有“我真的可以吗？”的自我质问，“怕画画不好被同伴嘲笑”、“和别人玩有压力，因为怕说错话”，在期望与他人保持社交关系、获取情感价值的前提下，大多数孩子们会愿意将自己放在更低的位置上来参与社交活动。

5. 讨论

当前我国乡村儿童的人际交往现状面临诸多挑战，包括社交焦虑、社交冷漠等问题。基于实证研究的理论分析表明，农村地区未成年群体在心理健康发展过程中面临着社交焦虑障碍的显著威胁(Ren & Collaborators, 2017)。农村留守儿童作为未成年群体的特殊类别，其心理发展轨迹表现出显著的差异性特征。究其成因，家庭结构不完整导致的亲情关怀不足，往往诱发该群体出现社交回避、人际敏感等系列心理适应障碍。这种心理机制的形成，本质上反映出社会支持系统薄弱与个体心理调适能力间的失衡状

态。因此,开展相关实地调研以便对乡村儿童进行及时干预具有非常重要的社会学意义。本研究采用定量和定性相结合的方法,调查了贵州省铜仁市松桃苗族自治县寨英镇乡村儿童的人际交往状况及其影响因素,并重点探讨了留守儿童在社交焦虑上的具体表现特征,试图从多层面揭示留守儿童在社会化过程中的心理动态与适应机制。

乡村儿童在同伴群体中的社交地位,作为衡量其被接纳程度的重要指标,可能对社交焦虑水平具有预测作用。本研究依据前人的分类标准,将乡村儿童的社交地位分为受欢迎组、被拒绝组、被忽视组、有争议组和普通组这5类。描述统计结果表明,不同社交地位的乡村儿童在社交焦虑程度上呈现出差异,这与以往的研究结果一致。社交地位处于被忽视组的乡村儿童社交焦虑水平高于其他组,这可能是由于大多被忽视的乡村儿童缺乏有效的社会互动经验,长期处于低互动与低反馈的社交环境中,可能会导致其社会信息处理上形成负性偏向(辛自强等,2004),当他们被推到社交场合时,其可能会过于在意他人评价而怀疑自我价值,形成对自我的消极评价,从而产生焦虑情绪。社交地位处于受争议组的儿童在同伴提名中同时获得喜欢和不喜欢评价,这种社交评价的模糊性可能加剧其对人际关系的不可预测性感知而产生较多的社交焦虑情绪。

社交焦虑是我国留守儿童群体中核心问题之一,本研究发现该群体的社交地位大多处于普通组,且根据访谈结果,一些留守儿童表现出较大的社交压力,具体表现为害怕否定评价、过度在意他人看法等。留守儿童社交焦虑的形成是多方面影响因素的共同作用。第一,从家庭层面来看,苏雯(2023)指出,家庭功能障碍是导致留守儿童产生社交焦虑现象的重要诱因之一。部分留守儿童的父母因长期外出务工,与孩子之间的沟通交流显得尤为匮乏,这会不利于留守儿童安全依附系统的建立,削弱其在社交中应对拒绝与失败的韧性。然而,即便父母在身边,但角色功能未被有效履行,许多乡村儿童仍因亲子互动匮乏而陷入“实质留守”状态,这种情感支持的缺失直接削弱了他们的社交信心(赵苗苗等,2012)。值得注意的是,留守儿童在社交中的焦虑情绪还受到家长教育观念的影响。家长普遍将学业成就作为衡量孩子优秀的单一标准。这可能导致儿童在社交场合中过度关注他人评价,容易因害怕失败而产生焦虑。第二,就学校因素而言,在与留守儿童交流的过程中,我们发现小部分留守儿童会因为师生互动而感到社交焦虑,一方面源自自身学习能力较弱,而导致的自卑心理,在老师以及同伴相处过程中容易紧张;另一方面学习情境中对教师偏见的感知,会造成儿童对自我的认可度降低,产生自我否定性认知,形成焦虑情绪(顾曼丽等,2023)。第三,就家庭结构而言,我们发现相较于非留守儿童,留守儿童的同伴接纳程度一般、孤独感较高、人际交往自我效能感较低。以往研究表明(张露露,2023;李晓敏等,2009;袁博成等,2014)这些心理因素可能导致了留守儿童较高水平的社交焦虑,当低效能感的留守儿童长期处于孤独状态时,其对社交线索的处理倾向于负面化,导致对社交场景的回避与焦虑水平的上升。

然而,本研究结果显示留守儿童的社交焦虑水平并未显著高于非留守儿童,这与以往研究不一致(赵枫,2020)。一方面可能是由于样本量较小,样本地域不同;另一方面可能是因为角色分配(班级任职)、校园活动起到了一定的补偿作用。统计分析结果和访谈内容表明担任过学生干部的儿童,更愿意和同伴交流,社交焦虑水平更低。留守儿童因长期处于相对封闭的成长环境中,其社交技能较为薄弱,具体表现为同伴互动频率偏低与社交情境适应不良,而担任班级职务这种社交角色赋予机制在留守儿童社交适应中可能发挥促进作用。留守儿童在承担班级职务的过程中,会获得更多正向反馈,这不仅能够提升其自我效能,也有助于打破原有社交地位的固化结构。此外,一些校园活动提高了留守儿童的自信心,愿意去与同龄人接触。这说明了让留守儿童参与到集体活动中来,不仅可以构建多元化的社会支持网络,而且能通过正向反馈增加对自我的肯定评价,从而改善其社交焦虑,最终实现社交认知图式的良性重构。基于上述研究发现,乡村儿童尤其是留守儿童的社交能力发展具有显著的动态交互特征,其中家庭和학교社会因素为乡村儿童的社交发展提供了基础环境,直接影响其社交能力的形成与社交机会的获取。家

庭结构的不完整与功能的缺失是乡村儿童社交焦虑问题产生的深层来源，而学校通过集体活动、同伴支持和角色分配(如班干部)提供了重要的补偿性干预空间。此外，社交地位、人际交往自我效能感等心理因素则进一步调节儿童在社交情境中的行为模式与情绪反应。因此，改善乡村儿童的社交发展状况，需要构建家校协同的支持体系。一方面通过加强家庭支持系统的功能恢复来弥补情感支持的缺失，另一方面借助学校的系统性干预来提升儿童的社交能力与心理韧性。

6. 对策建议

在探究了社交地位、社交孤独感、人际自我效能感等心理变量，担任班干部、参与校园集体活动等学校变量，留守类型、亲子沟通等家庭结构变量对乡村儿童社交焦虑的影响后，我们得出以下结论：(1) 儿童社交地位以普通型、受欢迎为主，被拒绝、被忽视、有争议性占比较小，但这一部分儿童社交焦虑更高。(2) 留守儿童的社交焦虑、孤独感更高，人际自我效能感更低。(3) 亲子互动特征上，留守与非留守儿童普遍缺乏高质量的亲子互动，沟通过度聚焦于学业，忽视儿童社交情感需求，加剧了儿童的社交焦虑。(4) 校园集体活动是补偿家庭情感缺失的重要载体，班干部经历有助于提升儿童的社交技能，缓解社交焦虑。

基于以上结论和思路，我们将多维度关键变量转化为具体的干预靶点，基于心理学理论及研究证据，设计分层、分场景、“基线-干预-评估”的具体行动方案。此外，实际的暑期支教课堂中进行的一系列团体心理辅导活动对于缓解儿童社交困境具有显著作用，也将融入分层干预和系统支持框架中。

Table 5. Precision intervention programs for children of different social statuses
表 5. 不同社会地位儿童的精准干预方案

社交地位类型	干预目标及具体方案
被忽视型	干预目标：提升社交可见性，增强互动参与度。 ① 关键角色计划 。教师刻意安排“被忽视儿童”在集体任务中担任关键角色(如记录员)，使之有机会展示自己，并从中获得成就感。 ② 闪光时刻计划 。教师观察记录儿童做的好之处(如画画好、记忆力强、准时到校)，并在全班同学面前表扬该同学的闪光点，提升儿童的存在感，建立自信。
有争议型	干预目标：强化正向社交行为，弱化负向社交行为，减少矛盾性。(这类儿童同时获得较高比例的正向提名和负向提名，具有明显矛盾性，其社交地位随情境变化波动，可能在某一领域受欢迎，但在另一领域中被排斥。) ① 情景识别训练 。使用视频、图片的具体社交场景，引导其判断该行为是否合适，帮助其学会预测行为后果，减少在不适当场合制造冲突的概率。 ② 正向社交力引导 。鼓励其在合作游戏中帮助同伴，并给予正向表扬，将其高社交影响力转化为积极带动他人。
被拒绝型	干预目标：建立社交信任，培养正向同伴关系。 ① 标签打破计划 。匿名收集班级中对某被拒绝儿童的常见负面看法(如“自私”)，教师设计简单翻转任务(如帮助分发作业)，让该儿童“反转表现”解决具体问题，事后让同学们反馈印象是否改变。 ② 冲突管理训练 。学习简单的“冲突三步法”：冷静-表达感受-寻找解决方式，减少因冲动或攻击性行为引发的负面提名。
受欢迎型 普通型	干预目标：发挥同伴影响力，创造友好互动氛围。 ① 朋辈伙伴互助计划 。受欢迎型儿童、普通型与社交焦虑儿童结对，每周合作完成一项任务，如设计班级黑板报。受欢迎和普通型儿童作为“社交榜样”，其行为更容易被群体接纳和模仿，成为正面影响者。焦虑儿童通过与他们的合作，能逐步学习适应性社交策略，间接获得同伴群体的认可，带动其他同学共同参与，营造良好的伙伴互动氛围。

(1) 基线评估, 全面了解儿童社交状况

建立“一儿童一心理健康档案”, 采用量化和质性方法, 测量、观察并记录儿童的基本情况、心理行为变化, 以进一步追踪儿童干预前后的变化。

量化方法: 每学期初, 采用同伴提名法测量儿童的社交地位, 识别受欢迎、被拒绝、被忽视、有争议和普通型。采用《儿童孤独感量表》《自我效能感量表》《社交焦虑量表》测量基线水平。

质性方法: 通过半结构化访谈, 了解儿童对自身社交能力、同伴关系的认知与感受。如“你觉得自己和同学相处时, 哪些方面做得好? 哪些方面有困难?”、“你觉得班里有多少同学喜欢你? 为什么这样认为?”、“如果和同学闹矛盾了, 你会怎么办?”。同时, 教师观察并记录儿童的课堂参与度、同伴互动频次、冲突频率等。

(2) 分类干预: 针对不同社交地位儿童设计精准方案

依据社会测量理论, 同伴提名法能够客观反映儿童在同伴群体中的社交地位, 不同社交地位的儿童在社交焦虑和孤独感上有差异, 尤其是被忽视型和有争议性儿童的社交焦虑更高, 应采取差异化心理辅导策略, 以满足不同社交地位儿童的心理需求和发展。

(3) 团体心理辅导: 童心合力、齐心前行

利用不同主题的团体心理辅导活动, 创造一个支持性的环境, 帮助儿童接纳自己、认识情绪, 培养社交中的自我价值感, 学会正确认识与处理社交焦虑情绪, 同时增进同伴间相互沟通与了解, 建立友谊的桥梁, 帮助学生在人际遇到困难与挫折时有正确解决方法与处理方式, 发展良好的人际关系。

① **模块一: 接受自己、悦纳自我模块。**活动一: 我的优点树。帮助儿童识别自身优势, 增强自信, 减少因自我怀疑、对他人负面评价的过度敏感而引发的社交回避。活动二: 情绪垃圾桶。在充分认识情绪的基础上, 学会表达与排解社交中的负面情绪, 减轻社交焦虑情绪。

② **模块二: 同伴友谊、共建互助模块。**活动一: 地雷阵。在穿越地雷阵游戏中, 让学生们意识到生活中与同伴沟通的重要性, 学会遇到困难与同伴交流并讨论解决方法。活动二: 诉说心意。让儿童感受到他人的祝福与关心, 感受到人际温暖与善意, 让不善于表达和不敢于表达的成员通过“写”表达出自己的心意。拉近同伴心理距离, 增进友谊。

(4) 家校联动: 构建强韧心理支持网络

儿童的社交行为和心理发展是家庭和学校双重系统交互作用的结果, 家庭系统中父母的情感支持、亲子互动沟通模式、教养方式影响儿童的成长, 学校系统中的同伴接纳、教师态度、集体氛围也影响着儿童的身心健康。对于乡村儿童, 特别是留守儿童而言, 家庭系统支持薄弱, 更需要学校补位。只有两者有机联动, 才能有效改善乡村儿童的社交困境。

① **改善亲子沟通质量:** 依据家庭系统理论, 亲子间的沟通互动模式及内容, 对于儿童社交能力的发展具有重要作用。通过家长会、宣导手册等形式, 引导家长认识到亲子沟通的重要性, 沟通内容应避免过度聚焦学业话题。制作亲子对话卡片, 卡片内容为非学习话题, 让家长多问情感问题, 如“本周有什么开心的事情?”、“有没有交到新朋友?”, 鼓励家长多关注儿童的情绪表达和社交状态。

② **渐进式社交技能培养:** 研究表明, 通过课程设置中的人际互动及体能训练等方式, 能够显著改善这类儿童的社交焦虑症状。开设系统化的社交技能课程, 从基础的社交礼仪到情绪表达训练, 再到公开表达技巧。鼓励家长协助孩子进行练习, 教师定期反馈孩子的社交能力表现。

③ **班干部轮岗扩编:** 依据社会角色理论, 通过角色赋予有助于获得集体认同, 赋予儿童班干部等角色, 能够帮助儿童积累社交经验, 提升社交自信。通过开展班干部轮岗计划, 或增设特色班级干部岗位, 扩大儿童参与范围, 让每个孩子都有机会担任班干部, 累积成功经验, 提升社交自信。

④ **互动式集体活动:** 鉴于互动性集体活动有助于增加留守儿童与同伴群体之间的交往水平, 从而增

加来自同伴群体的社会支持。在体育活动课程中,在农村学校可以最大化利用既有的体育器材,组织以篮球、羽毛球、乒乓球等团队运动为主的集体项目,能够有效促进儿童与同龄人之间的互动频率。在文化活动课程上,可以结合当地的文化特色和民族风俗,组织民族融合性校本课程。“心时光”志愿服务团队通过开展“民族心理剧”,不仅可以让学生体验到多元文化的魅力,还能通过共同准备活动的过程增进彼此之间的了解和友谊。

(5) 干预效果评估

每学期末采用《儿童孤独感量表》《自我效能感量表》《社交焦虑量表》、同伴提名法测量每位同学社干干预后水平,对比基线数据。进行质性反馈,如团队心理辅导活动结束后,收集儿童对于团辅活动的感受;记录儿童的课堂参与度、同伴互动频次、冲突频率等的变化。

对乡村儿童,特别是留守儿童而言,依据不同社交地位的精准干预、家校联动、团体心理辅导方案,不仅是一种有效的社交训练体系,更是心理关爱工程,有助于帮助他们打破“情感隔离”和“社交焦虑”的困境。

致 谢

在此,我们衷心感谢苏州大学教育学院心时光志愿服务队和2024年贵州松桃暑期社会实践的全体志愿者。感谢你们的无私奉献与紧密协作,让本次支教工作得以顺利开展。同时,致敬每一位志愿者伙伴,是你们的热情与坚持,为孩子们带去了知识与希望。最后,感谢松桃的师生和家长们的信任与支持。这段共同成长的经历,将成为我们最珍贵的回忆。

参考文献

- 顾曼丽,姜茂敏,李志祥,张鸿来(2023). 教师偏见对我国高校大学生焦虑、抑郁的影响. *中国卫生事业管理*, (5), 380-385.
- 国务院(2016). 关于加强农村留守儿童关爱保护工作的意见.
- 李梦龙,任玉嘉,蒋芬(2019). 中国农村留守儿童社交焦虑状况的 meta 分析. *中国心理卫生杂志*, (11), 839-844.
- 李晓敏,罗静,高文斌,袁婧(2009). 有留守经历大学生的负性情绪、应对方式、自尊水平及人际关系研究. *中国临床心理学杂志*, (5), 620-622.
- 吕利丹,梅自颖,李睿,李姝,阎芳,王旭,段成荣(2024). 中国农村留守儿童的最新状况和变动趋势: 2010-2020. *人口研究*, (1), 103-117.
- 松桃苗族自治县人民政府办公室(2021). 松桃县民政局“四强化”抓细抓实困境儿童保障工作. 松桃苗族自治县人民政府网.
- 苏雯(2023). 北泉板凳龙对乡村留守儿童社交焦虑与同伴关系的影响. 硕士学位论文,重庆:西南大学.
- 王才康,胡中锋,刘勇(2001). 一般自我效能感量表的信度和效度研究. *应用心理学*, (1), 37-40.
- 王晓丹,陈旭(2010). 留守儿童与非留守儿童社交焦虑及认知偏差的比较研究. *四川师范大学学报(社会科学版)*, 37(2), 57-61.
- 辛自强,池丽萍,刘丙元(2004). 不同社交地位初中生的社交焦虑特点. *中国心理卫生杂志*, 18(4), 231-232+221.
- 袁博成,金春玉,杨绍清(2014). 农村不同类型留守儿童的孤独感与社交焦虑. *中国健康心理学杂志*, 22(10), 1564-1566.
- 张露露,王伟州,史素娟,等(2023). 亲子亲合对留守儿童社会适应的影响: 孤独感和网络成瘾的链式中介作用[J]. *教育生物学杂志*, 11(2), 141-146.
- 赵枫,付有娟,纪文武,关素珍(2020). 农村地区留守儿童社交焦虑及其影响因素分析. *中国初级卫生保健*, (12), 66-69.
- 赵景欣,刘霞,张文新(2013). 同伴拒绝、同伴接纳与农村留守儿童的心理适应: 亲子亲合与逆境信念的作用. *心理学报*, 45(7), 797-810.
- 赵苗苗,李慧,李军,李林贵,王翠丽,Stephen Nicholas,孟庆跃(2012). 父母外出务工对农村留守儿童心理健康的影响.

- 响研究. *中国卫生事业管理*, 29(1), 60-63.
- Asher, S. R., Hymel, S., & Renshaw, P. D. (1984). Loneliness in Children. *Child Development*, 55, 1456-1464.
<https://doi.org/10.2307/1130015>
- Coie, J. D., & Dodge, K. A. (1983). Continuities and Changes in Children's Social Status: A Five Years' Longitudinal Study. *Merrill-Palmer Quarterly*, 29, 261-282.
- Gilbert, P. (2001). Evolution and Social Anxiety: The Role of Attraction, Social Competition, and Social Hierarchies. *Psychiatric Clinics*, 24, 723-751. [https://doi.org/10.1016/s0193-953x\(05\)70260-4](https://doi.org/10.1016/s0193-953x(05)70260-4)
- La Grace, M., & Stone, W. L. (1993) Social Anxiety Scale for Children-Revised: Factor Structure and Concurrent Validity. *Journal of Clinical Child Psychology*.
- Ren, Y., Yang, J., & Liu, L. (2017). Social Anxiety and Internet Addiction among Rural Left-Behind Children: The Mediating Effect of Loneliness. *Iranian Journal of Public Health*, 46, 1659-1668.
- Schwarzer, R. (1997). Optimistic Self-Beliefs: Assessment of General Perceived Self-Efficacy in Thirteen Cultures. *World Psychology*, 3, 177-190.