

留守儿童亲子依恋对心理韧性的影响

韩晓柔

西南大学心理学部, 重庆

收稿日期: 2026年3月5日; 录用日期: 2026年4月2日; 发布日期: 2026年4月16日

摘要

随着中国城市化和经济发展的加速, 大量农村劳动力向城市迁移, 出现大量留守儿童, 影响了他们的心理健康和社会性发展。留守儿童相较于非留守儿童, 其亲子依恋水平更低, 这不仅影响他们的情感安全感, 还可能导致心理健康问题甚至诱发自伤行为。心理韧性作为应对逆境的关键能力, 与亲子依恋关系密切, 具体而言留守经历带来的低亲子依恋导致个体的低心理韧性, 而同伴依恋的发展在其中起到关键调节作用。

关键词

留守儿童, 亲子依恋, 心理韧性, 同伴依恋

The Impact of Parent-Child Attachment on Resilience in Left-Behind Children

Xiaorou Han

Faculty of Psychology, Southwest University, Chongqing

Received: March 5, 2026; accepted: April 2, 2026; published: April 16, 2026

Abstract

With the acceleration of urbanization and economic development in China, a significant rural labor force has migrated to urban areas, resulting in a substantial population of left-behind children and consequently affecting their psychological well-being and social development. Compared to non-left-behind children, left-behind children exhibit lower levels of parent-child attachment, which not only undermines their emotional security but also predisposes them to psychological distress and even self-injurious behaviors. Resilience, conceptualized as a critical capacity for adversity adaptation, demonstrates a robust association with parent-child attachment. Specifically, the diminished parent-child attachment stemming from left-behind experiences contributes to reduced resilience,

with the development of peer attachment serving as a crucial moderating mechanism in this relationship.

Keywords

Left-Behind Children, Parent-Child Attachment, Resilience, Peer Attachment

Copyright © 2026 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

处境不利儿童一般是指在家庭经济、社会地位、权益保护及发展机会等方面处于相对困难与不利境地的十八周岁以下的儿童(杨思帆, 2017)。常娜, 曹辉(2016)认为我国处境不利儿童可以概括为农村留守儿童、流动儿童、离异家庭儿童、贫困家庭儿童, 其中留守儿童群体受到了研究者的广泛关注。

随着中国快速的城市化进程和经济发展, 数以百万计的农村劳动力涌向城市寻求更好的就业机会。这一现象导致了一种特殊的社会现象——留守儿童的出现。父母迁移是影响世界范围内儿童和青少年心理发展的一个重大社会问题, 由于父母外出, 儿童大多由祖父母代为照看, 然而隔代照料农村留守儿童的祖父母的受教育程度低, 由于受教育水平的限制, 祖父母在抚养和教育留守儿童时面临诸多的困难和挑战。据 2020 年的统计数据, 全国儿童中 0~17 岁留守儿童占比为 22.5%, 对应规模为 6693 万人。其中, 农村地区留守儿童规模为 4177 万人, 占农村儿童人口的比例为 37.9%(吕利丹等, 2024)。这一庞大的数字不仅凸显了中国留守儿童问题的严重性, 也引起了国内外学者和社会工作者的广泛关注。

从理论视角深入剖析, 同伴依恋之所以能够调节亲子依恋与心理韧性的关系, 可以通过社会支持理论和自我认同发展理论加以解释。社会支持理论认为, 个体从社会关系中获得的情感支持、信息支持和工具性支持能够缓冲压力事件对心理健康的负面影响(Cobb, 1976)。对于留守儿童而言, 同伴作为“同龄人”能够提供父母难以替代的理解与陪伴, 这种情感支持有助于弥补亲子分离造成的情感空缺。自我认同发展理论则指出, 青少年时期是个体自我同一性形成的关键阶段, 同伴在其中扮演着“镜像自我”的角色——通过同伴的反馈和认同, 青少年逐渐形成对自我的认知和评价(Erikson, 1968)。留守儿童在父母缺席的情况下, 同伴群体成为其身份认同的重要参照系, 良好的同伴关系能够帮助他们建立积极的自我概念, 进而增强应对逆境的心理韧性。值得注意的是, 同伴依恋的补偿作用并非无条件成立, 其发挥效果受制于同伴群体的质量、交往的深度以及留守个体自身的社交能力等边界条件。

依恋是在婴儿和抚养者(通常指母亲)之间通过相互交流形成的一种情感联结, 能够建立持久的心理联结, 形成于婴儿时期, 并且影响个体的终身发展(Bowlby, 1973)。依恋不仅关系到儿童的情感安全感和心理健康, 而且对儿童的认知发展、社会技能以及未来的人际关系都有着深远的影响。Ainsworth (1979)认为依恋为儿童提供了一个“安全基地”, 使他们能够在探索环境时感到安全, 并在遭遇压力时寻求依恋对象的安慰。留守儿童由于与父母的长期分离, 不仅影响他们的情感安全感和心理健康, 还可能导致一系列深远的不良后果。依恋是一种行为系统, 它确保儿童在遭遇威胁时能够寻求并维持与依恋对象的亲近(林崇德等, 2015), 这对于理解留守儿童在父母缺席的情况下可能面临的依恋相关问题至关重要。

2. 留守儿童的依恋特点

中国对于留守儿童(Left-Behind Children, LBC)的官方定义(中华人民共和国民政部, 2016)是“未满 18

周岁，父母一方或双方因工作外出务工而被留在原居住地，且未与父母共同生活至少 6 个月的儿童”。留守儿童由于自幼缺失父母的陪伴，他们的心理需求长期得不到满足，依恋问题正是婴儿与抚养者之间沟通互动的缺乏而形成的，因此留守儿童所面临的依恋问题相比其他群体更加严重。

与非留守儿童相比，留守儿童的亲子依恋较差(李晓巍, 刘艳, 2013), 研究者对亲子依恋进行进一步检验发现留守儿童的母子依恋水平显著低于非留守儿童, 而父亲依恋没有显著差异, 并且留守儿童经历亲子分离时的年龄越小, 亲子依恋水平越低(彭运石等, 2017)。亲子依恋安全性与情绪调节能力有显著正相关(王玉龙等, 2016), 不安全型依恋的留守儿童可能会经历情感问题, 表现出对亲密关系的过度担忧或回避(韩江凤等, 2023), 这些行为可能导致情感障碍和自尊心受损。父母过早离开孩子外出务工可能影响孩子亲子依恋关系的形成, 使得他们更易形成不安全型依恋, 更易产生心理障碍, 抑郁的患病率也更高(Shuang et al., 2022)。学业上, 缺乏父母的监督和支持可能导致厌学、辍学现象, 留守儿童学校适应的总体水平较差, 学业适应和人际适应状况均存在一定问题(张方屹, 宫火良, 2018)。一项对安徽省 1920 名留守青少年的研究显示, 至少有过一次自残行为的青少年比例为 47.3%, 远高于非留守青少年的比例(徐志伟等, 2010)。留守儿童自伤行为总体患病率较高, 有重复发生的趋势(徐云, 马龙, 2013), 并且双亲迁移儿童的自伤发生率高于单亲迁移青少年(Wang et al., 2019)。其中, 亲子依恋与自伤的可能性与行为(频率、严重程度以及总体水平)存在一定的关系, 母子依恋水平低的单亲迁移的儿童表现出更严重的问题, 对儿童的长期发展存在不利影响。

3. 留守儿童亲子依恋与心理韧性

留守儿童由于父母长期在外工作, 往往缺乏稳定和持续的亲子互动, 这在很大程度上影响了他们与父母之间依恋关系的质量。依恋理论指出, 亲子依恋是儿童心理安全感的基础, 对其心理健康和社会适应能力具有深远的影响。对于留守儿童而言, 不安全型的依恋可能导致他们在面对压力和逆境时表现出较低的心理韧性。

心理韧性是指在遭遇丧失、挫折或逆境时能有效应对和适应的能力(Tugade & Fredrickson, 2004)。它意味着一个人能够从严重的创伤或压力中恢复过来, 在压力的威胁下坚持不懈, 超越逆境并获得成长(于肖楠, 张建新, 2005)。有韧性的个体往往有着高度积极的情绪, 对生活乐观向上的态度, 以及强烈的好奇心和开放性, 他们能够建立一个有效的应对资源库, 以缓冲负面情绪体验对生理和心理两方面的负向影响, 而心理韧性较弱者则难以从创伤中迅速恢复过来, 更易受到消极事件的影响。心理韧性能够有效缓解人们的焦虑、抑郁等负面情绪, 并且更乐于面对生活中遇到的挑战, 表现出较大的信心和期望(周保霞, 刘芳, 2025)), 相较于低心理韧性者, 高心理韧性者在面对压力时所受到的心理冲击相对较小, 对于个体的成长起到保护作用。

留守儿童心理韧性与亲子依恋间具有非常显著的正相关(赵永靖等, 2014), 安全型的依恋关系为儿童提供了必要的情感支持和安全感, 有助于他们建立起自信和自我效能感, 这些都是心理韧性的重要组成部分。而非安全依恋的儿童往往以自我为中心, 有着较低的自信心和自尊水平, 在面对困难和挫折时, 会表现出更低的自我效能感水平, 这些都会阻碍心理韧性的发展, 进而导致儿童表现出一些外化问题, 而在内化问题方面, 不安全依恋主要通过影响留守儿童的心理健康进一步影响其内化问题(石绪亮等, 2023)。

心理韧性并不是一成不变的, 它是一种可以在人的成长过程中不断发展变化的能力。对于留守儿童来说, 由于他们长期得不到父母的情感关心, 会逐渐转向以同伴为中心的人际互动方式(杨圆圆等, 2012), 形成同伴依恋。良好的同伴关系可以作为留守儿童的社会支持网络, 帮助他们获得情感上的慰藉和认同感, 并且同伴依恋是青少年心理健康重要的预测因素, 对青少年的焦虑症状有显著的缓冲作用(吴庆兴,

王美芳, 2014)。同伴依恋对心理韧性有着正向预测作用, 相对于低水平的同伴依恋, 高水平的同伴依恋的留守儿童可以更好地调节自我, 提高心理韧性的积极影响, 减少消极后果(王东方等, 2019)。一项对初中生的纵向研究也显示, 随着时间的增加, 心理韧性先下降后回升(万娇娇等, 2023), 这一过程包含了对新环境的适应和新关系的建立, 建立良好的同伴依恋有助于留守儿童更好地面对各种生活挑战, 提高心理健康水平。同伴依恋对亲子依恋缺失的补偿作用主要通过以下三条路径实现: 第一, 情感支持路径。良好的同伴关系为留守儿童提供了安全的情绪宣泄渠道, 当遭遇挫折或压力时, 同伴的倾听、理解和安慰能够替代性地满足其依恋需求, 降低孤独感和无助感(吴庆兴, 王美芳, 2014)。第二, 能力习得路径。同伴互动是儿童学习社会技能、锻炼情绪调节能力的重要场域。在与同伴的交往中, 留守儿童有机会观察、模仿和练习如何识别他人情绪、表达自身感受、解决人际冲突, 这些能力正是心理韧性的核心要素(万娇娇等, 2023)。第三, 认同建构路径。同伴群体为留守儿童提供了归属感和身份认同。当留守儿童在同伴中获得接纳和认可时, 他们会形成“我是有价值的”“我是被需要的”等积极自我认知, 这种正向的自我认同能够有效抵御因亲子分离可能引发的自卑感和自我怀疑(王东方等, 2019)。然而, 需要指出的是, 若同伴群体本身存在行为偏差或价值观问题, 同伴依恋反而可能产生负面效应, 这一边界条件值得后续研究进一步探讨。

4. 小结

本文综述了留守儿童亲子依恋的问题及其对心理韧性的影响, 指出留守现象不仅影响了儿童的情感安全感, 还可能导致心理健康问题和学业上的挑战。例如由于缺乏父母的陪伴和指导, 留守儿童容易产生孤独(范兴华等, 2024)、社交焦虑(温丽娟等, 2024)、抑郁(於仁静, 2024)等情绪问题以及自伤等问题行为(吴旻等, 2024), 同时在学业上也可能面临学习动机不足、学习成绩下降等问题(张方屹, 宫火良, 2018)。心理韧性作为缓解这些不利影响的重要因素, 受到了广泛关注, 其中同伴依恋能够显著提升留守儿童心理韧性, 帮助他们更好地适应学习生活, 因为良好的同伴关系可以为留守儿童提供情感支持、归属感和认同感, 弥补亲子依恋的缺失, 增强他们应对压力和逆境的能力, 例如通过同伴之间的互助和鼓励, 留守儿童可以更好地应对生活中的困难和挑战, 提升自信心和自尊心, 从而更好地适应环境。

基于上述理论分析, 提升留守儿童心理韧性需要构建家庭-学校-社区三方联动的协同支持网络, 而非单纯依赖同伴这一单一渠道。具体干预策略如下:

第一, 家庭层面: 强化远程亲子联结与监护能力建设。利用信息技术搭建“云端亲情桥梁”, 通过定期视频通话、亲子共读、线上互动游戏等方式, 帮助外出父母实现“远距离陪伴”。同时, 面向祖辈监护人开展“隔代教养指导课程”, 提升其情绪识别与疏导能力, 弥补隔代监护中的情感缺失(龙世英, 2023)。福建云霄县的实践经验表明, 家庭教育讲座能够显著改善亲子沟通技巧, 服务家长 700 余人次, 有效修复亲子关系(云霄县人民政府, 2025)。

第二, 学校层面: 构建“心育+”融合支持体系。将心理健康教育融入日常教学, 开设“情绪管理”“抗逆力培养”等主题班会, 配备标准化心理咨询室和“心灵树洞”信箱, 为学生提供安全私密的倾诉空间(绵竹市人民政府, 2025)。学校还应发挥枢纽作用, 建立“一生一策”心理健康档案, 实施“绿黄红”三级预警与分级干预机制, 对高风险儿童开展“一对一”成长导师结对帮扶(三明市教育局, 2025)。

第三, 社区层面: 整合资源搭建“政社家校”协同平台。借鉴福建永春县“1433”服务模式的经验, 通过政府购买服务引入专业社工, 组建“爱心妈妈”“童伴妈妈”志愿者队伍, 为留守儿童提供情感陪伴、学业辅导和心理支持。社区层面应建立“发现-干预-帮扶-回访”服务闭环, 完善留守儿童心理危机预防、预警、干预机制, 确保重点关爱对象每月至少获得一次专业服务(福建省民政厅, 2025)。

此外, 未来研究可采用追踪设计, 检验上述三方联动干预措施的长期效应; 同时开发适用于留守儿

童的在线心理支持平台, 通过同伴互助项目增强社会支持网络的可及性与可持续性。

参考文献

- 常娜, 曹辉(2016). 当前中国农村处境不利儿童的发展困境与抉择. *教育探索*, (1), 47-49.
- 范兴华, 邓佳玲, 李潇潼(2024). 父母关爱与留守儿童孤独感: 有调节的中介模型. *心理学探新*, 44(3), 226-231.
- 福建省民政厅(2025). 永春“1433”, 构建留守和困境儿童关爱体系.
https://mzt.fujian.gov.cn/gk/bmmzdt/qzs/202508/t20250811_6989592.htm
- 韩江风, 李艺, 陈辉(2023). 从关系回避到情感转移: 依恋视角下农村留守儿童的亲密关系研究. *中共宁波市委党校学报*, 45(4), 87-99.
- 李晓巍, 刘艳(2013). 父教缺失下农村留守儿童的亲子依恋、师生关系与主观幸福感. *中国临床心理学杂志*, 21(3), 493-496.
- 林崇德, 李其维, 董奇(2015). *儿童心理学手册. 第三卷, 社会、情绪与人格发展*(6th ed.). 华东师范大学出版社.
- 龙世英(2023). 优势视角下留守儿童心理韧性提升的社会工作干预策略研究. *心理学进展*, 13(12), 6133-6139.
- 吕利丹, 梅自颖, 李睿, 李姝, 阎芳, 王旭, 等(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*, 48(1), 103-117.
- 绵竹市人民政府(2025). “伙伴同行”护童成长, “政社家校”协同育人.
<https://www.mz.gov.cn/gk/zfxgk/fdzdnr/jczwgk/jyxx/ssqk/1638654.htm>
- 彭运石, 胡昆, 王玉龙(2017). 亲子分离年龄对留守儿童亲子依恋的影响: 家庭功能的调节. *中国临床心理学杂志*, 25(4), 731-733+738.
- 三明市教育局(2025). 构建“心育+”体系, 护航留守儿童阳光成长.
http://smjy.sm.gov.cn/ztzl/smjygg/202512/t20251231_2181200.htm
- 石绪亮, 李晓萌, 蒋丙, 范方(2023). 留守儿童心理弹性在不安全依恋与心理健康问题间的纵向中介作用: 一项追踪研究. *中国临床心理学杂志*, 31(6), 1375-1379.
- 万娇娇, 赵柏佳, 于一凡, 王田震, 赵俊峰(2023). 农村留守初中生孤独感与心理弹性的交叉滞后分析. *中国临床心理学杂志*, 31(4), 966-970.
- 王东方, 杨新华, 王思思, 陈春平, 孙梦, 张雯, 刘哲宁(2019). 留守儿童心理弹性与精神病性体验的关系: 同伴依恋的调节效应. *中国临床心理学杂志*, 27(5), 919-922+927.
- 王玉龙, 姚治红, 姜金伟(2016). 农村留守儿童亲子依恋与情绪调节能力的关系: 留守时间的调节作用. *中国临床心理学杂志*, 24(3), 550-553.
- 温丽娟, 杨清文, 徐丽丽, 徐清新, 潘小聪, 梁星玲, 谭森耀(2024). OH 卡牌团体技术对留守儿童社交焦虑的影响: 一般自我效能感的中介作用. *中国健康心理学杂志*, 33(4), 538-543.
- 吴旻, 张杰, 许英美, 王亚冰(2024). 父母粗暴养育、同伴侵害与留守儿童自伤的关系: 一项交叉滞后研究. *中国临床心理学杂志*, 32(4), 818-823+830.
- 吴庆兴, 王美芳(2014). 亲子依恋、同伴依恋与青少年焦虑症状的关系. *中国临床心理学杂志*, 22(4), 684-687.
- 徐云, 马龙(2013). 农村留守青少年自我伤害行为特征与原因探讨——基于湖北省麻城的调查. *中南民族大学学报(人文社会科学版)*, 33(4), 90-96.
- 徐志伟, 苏虹, 伍佳玲, 常微微, 孙业桓(2010). 农村留守中学生自伤行为及与心理控制源关系. *中国公共卫生*, 26(7), 868-869.
- 杨思帆(2017). 处境不利儿童教育补偿政策的理论基础, 国际经验及本土策略——基于美国、印度两国教育政策的分析. *西南大学学报: 社会科学版*, 43(5), 82-88.
- 杨圆圆, 胡朋利, 郭晓伟, 张仲明(2012). 留守儿童心理一致感、同伴依恋和心理健康的关系研究. *中国特殊教育*, (7), 87-91+60.
- 于肖楠, 张建新(2005). 韧性(Resilience)——在压力下复原和成长的心理机制. *心理科学进展*, (5), 658-665.
- 於仁静(2024). *日常烦恼与留守儿童抑郁的关系: 逆境信念与宽容友善的作用*. 硕士学位论文, 济南: 山东师范大学.
- 云霄县人民政府(2025). 云霄“六心”暖童心: 筑牢困境儿童心灵防线实践记.
<http://www.yunxiao.gov.cn/cms/html/yxxrmzf/2025-07-04/141609892.html>

- 张方屹, 宫火良(2018). 国内留守儿童的学校适应研究综述. *保定学院学报*, 31(4), 89-95+102.
- 赵永靖, 范红霞, 刘丽(2014). 亲子依恋与初中留守儿童心理韧性的关系. *中国特殊教育*, (7), 59-64.
- 中华人民共和国民政部(2016). 关爱留守儿童须握紧“制度之手”.
<https://www.mca.gov.cn/zt/history/leftoverChildren/20161100887800.html>
- 周保霞, 刘芳(2025). 心理适应对中学生焦虑、抑郁情绪的影响: 社会支持和心理韧性的链式中介效应分析. *心理月刊*, 20(7), 89-93+113.
- Ainsworth, M. S. (1979). Infant-Mother Attachment. *American Psychologist*, 34, 932-937.
<https://doi.org/10.1037/0003-066x.34.10.932>
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and Loss*. Basic Books.
- Cobb, S. (1976). Social Support as a Moderator of Life Stress. *Psychosomatic Medicine*, 38, 300-314.
<https://doi.org/10.1097/00006842-197609000-00003>
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and Crisis*. W.W. Norton & Company.
- Shuang, M., Yiqing, W., Ling, J., Guanzhen, O., Jing, G., Zhiyong, Q. et al. (2022). Relationship between Parent-Child Attachment and Depression among Migrant Children and Left-Behind Children in China. *Public Health*, 204, 1-8.
<https://doi.org/10.1016/j.puhe.2021.12.015>
- Tugade, M. M., & Fredrickson, B. L. (2004). Resilient Individuals Use Positive Emotions to Bounce Back from Negative Emotional Experiences. *Journal of Personality and Social Psychology*, 86, 320-333.
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.86.2.320>
- Wang, Y., Zhang, M., & Chen, H. (2019). Self-Injury among Left-Behind Adolescents in Rural China: The Role of Parental Migration and Parent-Child Attachment. *Frontiers in Psychology*, 9, Article No. 2672.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.02672>