

皖西山区留守儿童心理健康的现状特征、生成逻辑与疏导路径

郑鑫¹, 汪怡敏², 甘晴雨³, 王富哲¹, 何诗涵², 王陈恒³, 王程程⁴

¹池州学院体育学院, 安徽 池州

²池州学院商(法)学院, 安徽 池州

³池州学院大数据与人工智能学院, 安徽 池州

⁴合肥经济学院先进制造学院, 安徽 合肥

收稿日期: 2026年7月17日; 录用日期: 2026年8月17日; 发布日期: 2026年8月28日

摘要

皖西大别山地区是安徽省劳务输出核心区域, 留守儿童规模庞大, 其心理健康问题已成为制约乡村教育均衡发展、影响乡村振兴人才培养的重要民生议题。相较于平原农村地区, 皖西山区受地理闭塞、资源薄弱、监护缺位等多重约束, 留守儿童心理健康风险更为突出。本研究以皖西六安、岳西、金寨等山区县域的中小学留守儿童为调研对象, 结合心理测评、实地访谈与支教实践数据, 从情绪状态、人际交往、行为表现、心理认知四个维度刻画该群体心理健康的现状特征; 基于生态系统理论, 从家庭、学校、社会、地域四个层面解析心理问题的生成逻辑; 最终构建“家庭补位-学校主导-高校赋能-社会兜底”的四维协同干预体系, 提出适配山区场景的体教融合、校地联动等本土化路径, 为山区留守儿童心理关爱体系建设与乡村心理健康教育高质量发展提供理论参考与实践依据。

关键词

皖西山区, 留守儿童, 心理健康, 影响因素, 协同干预

Mental Health of Left-Behind Children in Mountainous Areas of Western Anhui: Current Characteristics, Generative Logic and Intervention Paths

Xin Zheng¹, Yimin Wang², Qingyu Gan³, Fuzhe Wang¹, Shihan He², Chenheng Wang³, Chengcheng Wang⁴

¹School of Physical Education, Chizhou University, Chizhou Anhui

文章引用: 郑鑫, 汪怡敏, 甘晴雨, 王富哲, 何诗涵, 王陈恒, 王程程(2026). 皖西山区留守儿童心理健康的现状特征、生成逻辑与疏导路径. *心理学进展*, 16(8), 467-478. DOI: 10.12677/ap.2026.168417

²School of Business (Law), Chizhou University, Chizhou Anhui³School of Big Data and Artificial Intelligence, Chizhou University, Chizhou Anhui⁴School of Advanced Manufacturing, Hefei University of Economics, Hefei Anhui

Received: July 17, 2026; accepted: August 17, 2026; published: August 28, 2026

Abstract

The Dabie Mountain area in Western Anhui is a core labor export region of Anhui Province, home to a large number of left-behind children. Their mental health issues have become a significant livelihood concern restricting the balanced development of rural education and talent cultivation for rural revitalization. Compared with rural plain areas, mountainous Western Anhui faces multiple constraints including geographical isolation, insufficient resources and inadequate guardianship, exposing left-behind children to greater mental health risks. Taking left-behind children in primary and secondary schools of mountainous counties such as Lu'an, Yuexi and Jinzhai in Western Anhui as research subjects, this study adopts psychological assessments, field interviews and data from volunteer teaching practices. It depicts the current mental health characteristics of this group from four dimensions: emotional state, interpersonal communication, behavioral performance and psychological cognition. Based on the ecological systems theory, this paper analyzes the generative logic of psychological problems at four levels: family, school, society and region. Finally, a four-dimensional collaborative intervention system featuring "family supplementary support, school leadership, university empowerment and social safety net" is constructed. Localized approaches such as integrated physical and mental education and school-local government cooperation suitable for mountainous contexts are proposed. This research provides theoretical references and practical evidence for establishing psychological care systems for left-behind children in mountainous areas and advancing high-quality development of rural mental health education.

Keywords

Mountainous Areas of Western Anhui, Left-behind Children, Mental Health, Influencing Factors, Collaborative Intervention

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

1.1. 研究背景与问题提出

乡村振兴战略的深入推进，对乡村教育质量与青少年健康成长提出了更高要求。心理健康教育作为乡村教育的重要组成部分，是保障教育公平、夯实乡村人才根基的核心内容。皖西地区地处大别山腹地，涵盖岳西、金寨、霍山、裕安等多个山区县域，受地理条件与产业发展水平限制，本地就业吸纳能力不足，大量青壮年劳动力常年赴江浙沪等沿海地区务工，形成了规模庞大的留守儿童群体。

长期亲子分离与隔代监护的养育模式，叠加山区教育资源匮乏、心理服务体系断层等现实困境，使得该区域留守儿童的心理健康风险显著高于城市儿童与平原农村儿童。当前国内留守儿童心理健康研究成果颇丰，但多聚焦全国层面或平原农村的泛化分析，针对大别山山区地域特征的精细化研究相对不足，

尤其缺乏适配山区场景、可落地、可持续的本土化干预方案。基于此,本研究结合皖西山区实地调研与暑期支教实践,系统梳理留守儿童心理健康的现存问题,深挖地域化诱因并构建协同干预体系,为破解山区留守儿童心理困境提供实践支撑。

1.2. 文献综述

随着城镇化进程持续推进,大量农村青壮年劳动力前往沿海地区务工,留守儿童心理健康成为乡村振兴与义务教育均衡发展领域的重点研究议题。多年来国内学者围绕留守儿童心理困境、形成诱因、干预举措开展大量理论与实证研究,为本文针对皖西山区留守儿童的调研分析、协同干预体系构建提供充足理论支撑。

留守儿童相关研究起步较早,周宗奎等在2005年最早系统梳理留守儿童情绪、社交、行为层面各类心理问题,搭建起家庭、学校、社会三维分析框架,成为该领域基础性经典研究(周宗奎等,2005)。伴随文献计量方法普及,凌楚霜等运用CiteSpace工具梳理近二十年相关文献,指出领域研究重心已从简单的心理现状描述,转向成因机制挖掘与长效关爱机制构建(凌楚霜,李文杰,李凤兰,2026)。在心理问题生成逻辑层面,陈纬等提出劣势累积理论,认为亲情缺失、监护缺位、教育资源短缺等多重负面因素叠加,持续催生留守儿童自卑、焦虑、社交退缩等心理问题(陈纬,林华燕,叶玉梅,2026);石智雷和张槩通过长期追踪调研证实,童年留守创伤会对个体成年后的身心健康产生持续性负面影响,凸显心理干预工作的长期性与必要性(石智雷,张槩,2025)。杜文强立足乡村振兴宏观视角,提出山区地理闭塞、产业薄弱会进一步加剧留守儿童心理服务供给缺口,山区心理健康教育落地难度远高于平原乡村(杜文强,2026);孙国敬以安徽乡镇留守儿童为调研样本,构建四维关爱保护分析框架,与本文家庭、学校、高校、社会协同干预的研究思路高度契合(孙国敬,2019)。

校园与家庭是干预留守儿童心理问题的两大核心场域。李玉等通过校园“亲情驿站”实践证明,常态化亲情沟通、校内一对一心理疏导能够有效缓解留守儿童孤独、抑郁情绪,为学校主导干预模式提供实证依据(李玉,崔慧敏,李胜玲等,2019)。李中阳专门聚焦学校关爱机制,指出乡村学校普遍存在专职心理教师短缺、心理筛查预警机制不完善、团体心理活动匮乏等现实短板(李中阳,2017);陈世闻开展农村留守儿童心理干预实证研究,证实主题班会、集体活动、定期谈心谈话等校内举措可有效改善学生内向、逃避等负面心理状态(陈世闻,2017)。从社会兜底视角来看,赵学慧、赵川芳提出引入基层社会工作者参与困境儿童帮扶,通过常态化入户走访、心理陪伴弥补家庭监护短板,完善乡村儿童保护兜底网络(赵学慧,赵川芳,2019)。

体育干预与高校支教是近年来乡村留守儿童帮扶的重要路径。甄志平通过对照实验验证,体育课程与户外拓展能够有效疏导青少年负面情绪(甄志平,2004);邹业轩立足健康中国战略进一步提出,集体体育活动的帮助留守儿童打破社交壁垒,缓解孤僻、胆怯心理,为本研究“体教融合+心理辅导”特色干预模式提供理论支撑(邹业轩,2024)。针对高校暑期支教现状,卿钰泉以体育专业支教学生为研究对象,指出短期志愿服务存在人员换届流动、帮扶周期短、缺乏长期跟进的“潮汐效应”,难以形成稳定心理陪伴,单一线下支教模式存在明显局限性(卿钰泉,2025)。

综合现有研究成果可知,当前学界已形成涵盖现状、成因、干预的完整研究体系,但仍存在明显研究缺口:现有实证样本多集中于平原农村,针对皖西大别山交通闭塞、资源匮乏山区的精细化调研较少;多数研究仅单独讨论家庭、学校或社会单一主体帮扶,缺少结合地方高校三下乡资源、融合体育心理干预的四维协同长效体系;针对短期支教断层、乡村经费不足、祖辈监护教育观念落后等本土化现实挑战,落地性应对策略相关研究较为稀缺。基于以上研究空白,本文以皖西岳西、金寨山区留守儿童为调研对象,结合问卷、访谈与支教一手数据,依托生态系统理论剖析多层心理诱因,构建适配山区场景的四维

协同干预体系，丰富大别山留守儿童本土化帮扶相关研究。

1.3. 研究设计与数据来源

本研究采用量化测评与质性访谈相结合的混合研究方法，调研范围覆盖皖西山区 3 个国家级乡村振兴重点帮扶县的 6 所乡村中小学，调研对象为 1~9 年级父母一方或双方外出务工的留守儿童。研究共发放心理测评问卷 291 份，回收有效问卷 272 份，有效回收率 93.5%；同时对 12 名班主任、8 名祖辈监护人与 24 名留守儿童进行半结构化访谈，获取了丰富的一手资料，为后续分析提供了扎实的数据支撑。

2. 皖西山区留守儿童心理健康的现状特征

结合调研数据与访谈资料，皖西山区留守儿童的心理健康问题集中于情绪、社交、行为、认知四个维度，呈现出普遍性、隐蔽性、累积性的地域特征，心理风险的外化表现与内化问题相互交织，形成了连锁式的发展困境。

2.1. 情绪调节能力不足，负性情绪内化趋势明显

情绪问题是皖西留守儿童最核心、最普遍的心理困境。如图 1 所示，调研样本中“情绪平稳、偶尔安静”得分最高，为 46.3 分；“偶尔想念父母，很快平复”得分为 40.4 分；“心情难过时大多憋在心里”得分达 38.2 分，而“遇到烦心事主动调整心态”仅为 24.6 分，直观反映出留守儿童情绪调节能力的显著短板。

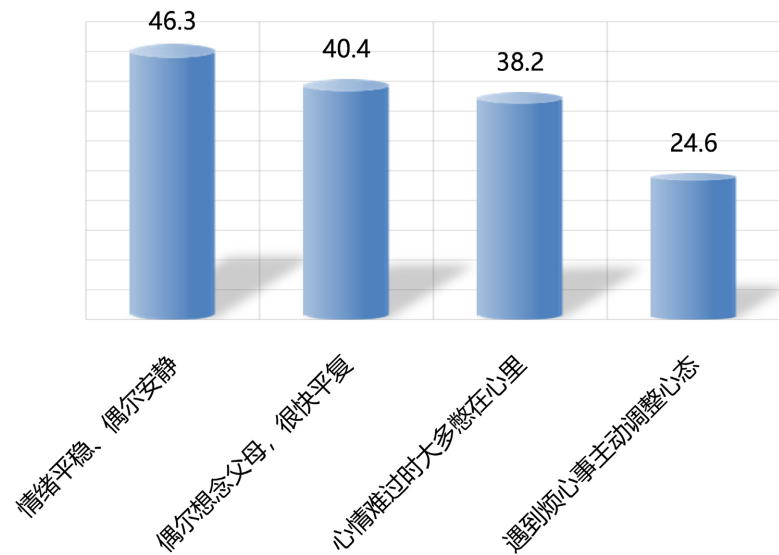


Figure 1. Bar chart of scores on the current psychological and emotional development of rural children
图 1. 乡村儿童心理情绪发展现状分值柱状统计图

儿童情绪调节能力的发展高度依赖抚养者的日常引导与情感支持。长期亲子分离使得留守儿童普遍缺乏安全感，情绪敏感性显著提升：低年级儿童的情绪问题多外化表现为情绪不稳定、依赖性强，对陌生环境易产生恐惧与焦虑；中高年级儿童则逐渐习惯隐藏内心感受，负面情绪向内压抑，自卑、孤僻等心理特征逐步固化。结合区域测评数据，皖西山区约 18% 的留守儿童存在不同程度的焦虑、抑郁倾向，其中留守女童因情感更为细腻、抗压能力相对较弱，负性情绪问题更为突出。由于缺乏稳定的情绪疏导渠道，消极情绪长期淤积，若得不到及时干预，极易演变为持续性的心理障碍。

2.2. 社交技能习得缺位，人际适应困境凸显

家庭是儿童社会化发展的首要场所，亲子陪伴的长期缺位，使得留守儿童在成长关键期缺少社交技能的学习范本与情绪表达的行为示范，人际交往能力发展受限，在日常相处、矛盾处理、环境适应三方面均暴露出明显短板。

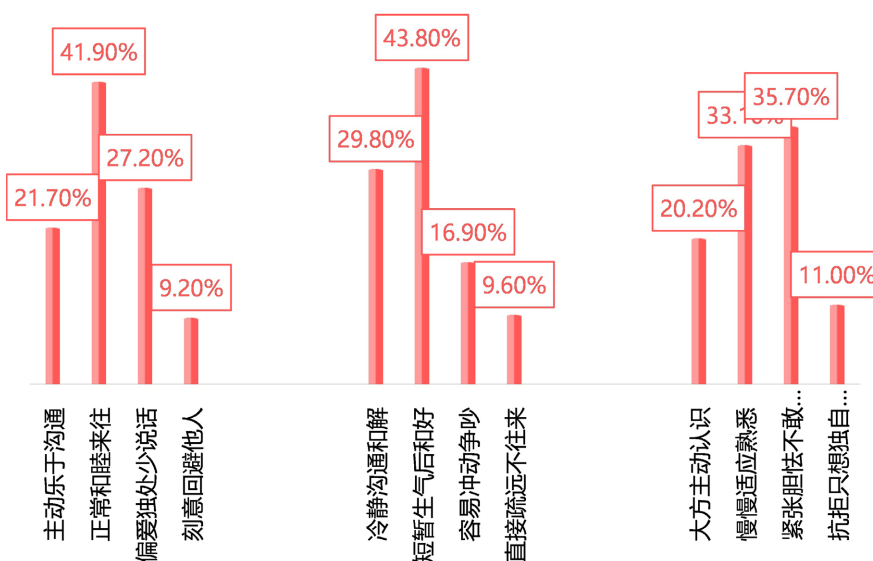


Figure 2. Distribution proportions of left-behind children in communication styles, conflict handling and social performance
图 2. 留守儿童沟通方式、矛盾处理、社交表现分布占比

日常交往层面，如图 2 所示，仅 21.7% 的留守儿童能主动与老师、同学沟通，36.4% 的儿童偏爱独处甚至刻意回避他人，整体呈现出明显的被动社交特征，主动融入集体的意愿薄弱。矛盾处理层面，合计 26.5% 的留守儿童无法理性化解同伴分歧，部分遇事冲动易怒、引发冲突，部分则选择消极逃避、主动疏远同伴。环境适应层面，面对陌生场景与交际对象时，46.7% 的留守儿童表现出紧张胆怯、抗拒社交的状态，仅 20.2% 的儿童能够大方结识新朋友。

三者之间存在显著的连锁负面效应：被动内敛的性格缩小了儿童的交友范围，不当的冲突处理方式破坏同伴关系，面对新环境的自卑胆怯又进一步阻碍社交圈拓展。长期缺乏稳定的同伴支持，留守儿童的孤独感持续加深，自我认同感不断降低，最终陷入“自我封闭 - 人际排斥 - 更加孤僻”的恶性循环。童年阶段是个体社会化发展的黄金期，社交困境不仅会造成在校期间的人际关系紧张，更可能延续至青春期与成年阶段，对其职业发展、亲密关系建立产生长期负面影响。

2.3. 行为规范约束弱化，学业与品行偏差并存

监护缺位与教育引导不足，使得皖西留守儿童的行为偏差问题较为普遍，集中体现在学业表现、品行习惯与生活方式三个方面。

学业层面，隔代监护人普遍文化水平偏低，既无法提供学业辅导，也难以进行学习习惯约束。图 3 显示，仅 22.43% 的留守儿童能够自律自觉完成作业，33.09% 的儿童专注力差、作业拖拉，还有 10.29% 的学生存在厌学、不交作业的问题；另有 34.19% 的儿童虽能按时完成作业，但学习主动性严重不足。整体来看，近四成留守儿童存在明显的学习适应问题，学业成绩长期落后又会进一步加重其自我否定心理，形成“学习受挫 - 自卑厌学 - 成绩下滑”的负向循环。

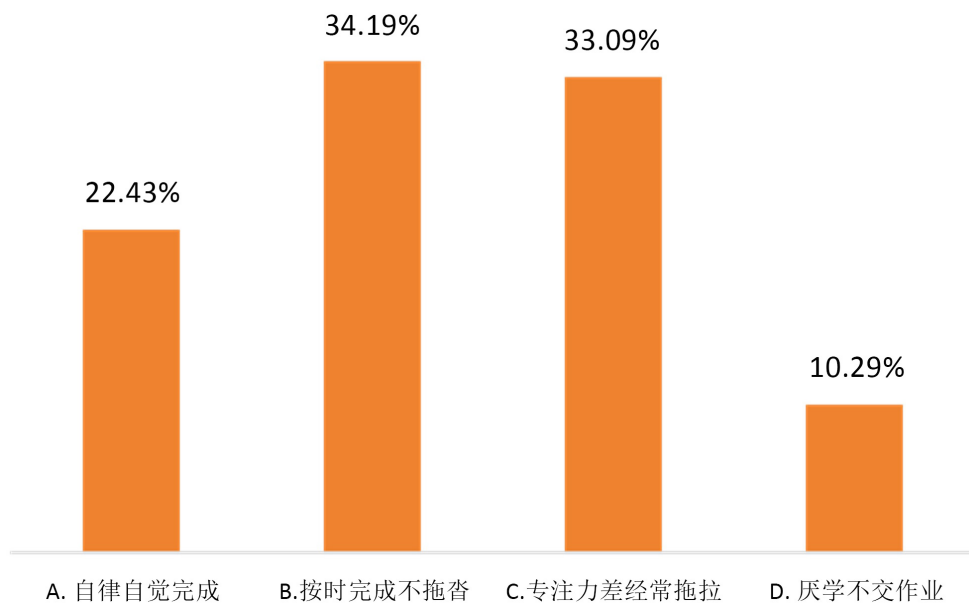


Figure 3. Proportion Chart of the survey on daily behavioral habits of left-behind children
图 3. 留守儿童日常行为习惯调研占比图

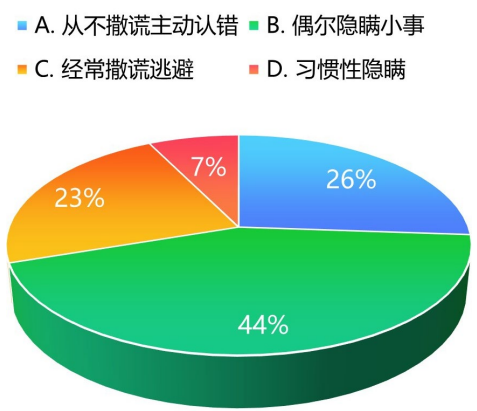


Figure 4. Integrity status of left-behind children in western Anhui
图 4. 皖西留守儿童诚信情况

品行层面，留守儿童的规则意识普遍薄弱，诚信缺失现象突出。如图 4 所示，仅 26%的儿童能够做到从不撒谎、主动认错，44%的儿童会偶尔隐瞒小事，23%经常撒谎逃避问题，另有 7%习惯性隐瞒实情，合计 74%的留守儿童存在不同程度的撒谎隐瞒行为。这种行为本质上是儿童在监护缺位状态下，为规避指责、满足自身需求形成的应对策略，长期发展会加剧其道德认知偏差。

生活方式层面，山区乡村文体资源匮乏，留守儿童课余生活单调，加之监护人监管宽松，不少儿童沉迷短视频与网络游戏，依靠虚拟世界填补情感空缺。部分儿童作息混乱、自律性差，甚至出现逃课、擅自外出等问题，放任式的成长环境极易加剧行为失范与心理偏差。

2.4. 心理认知水平有限，求助渠道存在双重闭塞

皖西山区乡村心理健康教育体系的短板，同时造成了供给端与需求端的双重闭塞：既缺乏专业的心理服务供给，也存在儿童心理认知不足、求助意愿低的问题。

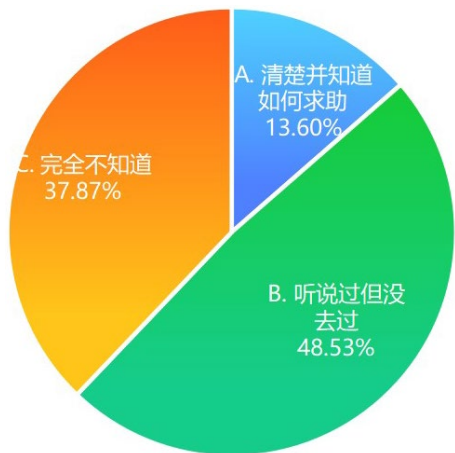


Figure 5. Proportion chart of awareness of psychological help-seeking channels among left-behind children
图 5. 留守儿童心理求助渠道知晓情况占比图

图 5 显示，仅 13.60%的留守儿童清楚学校心理辅导室、心灵信箱的位置与求助方式，48.53%的学生仅听说过相关渠道却从未咨询，37.87%的儿童完全不知道校内存在心理求助途径。造成这一现象的核心原因在于，多数乡村学校缺乏专职心理教师，相关工作多由班主任或文化课教师兼职承担，兼职教师缺乏系统的心理学专业培训，难以开展专业化的心理筛查、疏导与教育；同时心理健康课程流于形式，心理辅导室宣传不足、利用率极低，无法提供常态化的心理服务。

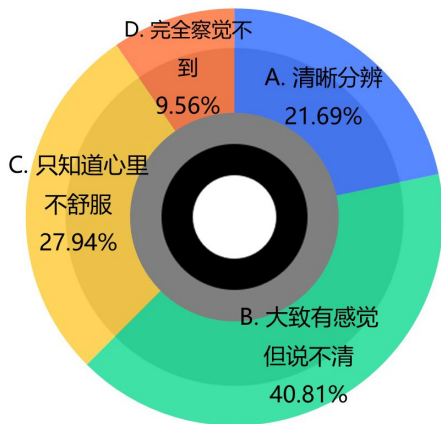


Figure 6. Ring chart of left-behind children's cognition of negative emotions
图 6. 留守儿童负面情绪认知情况环形图

与此同时，留守儿童自身的心理认知普遍匮乏。如图 6 所示，多数儿童无法清晰分辨自卑、焦虑、难过等不同类型的负面情绪，既缺乏情绪识别能力，也没有掌握基本的自我调节方法。遭遇心理困惑时，儿童既不知道向谁求助，也因自卑、胆怯等心理不愿主动倾诉，导致轻微心理困扰持续累积，最终演变为严重的心理障碍。

3. 皖西山区留守儿童心理问题的生成逻辑

皖西留守儿童的心理困境并非单一因素作用的结果，而是多重系统相互交织、共同作用的产物。基于布朗芬布伦纳的生态系统理论，可将其生成逻辑划分为微观家庭系统、中观学校系统、外在社会系统

与地域环境系统四个层面，各层系统层层嵌套、相互影响，共同塑造了留守儿童的心理发展环境。

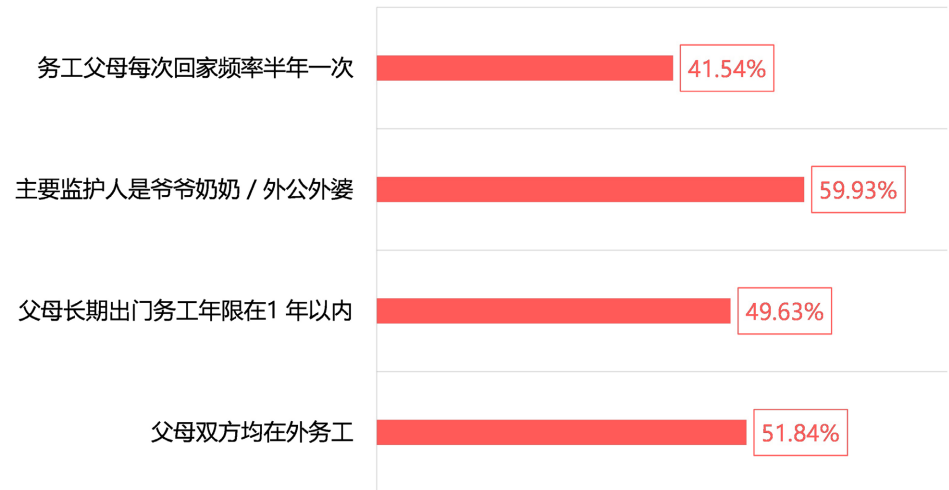


Figure 7. Statistical chart of proportions related to parents' employment and guardianship types of left-behind children in mountainous areas of western Anhui

图 7. 皖西山区留守儿童父母务工、监护类型相关数据占比统计图

3.1. 微观家庭系统：亲子依恋断裂与隔代教养的效能衰减

家庭是儿童心理成长的核心场域，亲子陪伴缺失与监护模式失衡是留守儿童心理问题产生的根源。

其一，亲子情感联结的工具化断裂。如图 7 所示，皖西外出务工父母返乡频次低，日常沟通多依赖碎片化的视频与电话，且沟通内容高度聚焦生活费、学业成绩等工具性话题，极少关注孩子的情绪变化与心理需求。长期的情感空白使得儿童无法形成安全型依恋，安全感严重缺失，这是焦虑、自卑、社交退缩等心理问题的核心诱因。

其二，隔代监护的教养效能不足。调研显示，皖西山区近六成留守儿童由祖辈监护，祖辈普遍存在文化程度低、教育理念滞后、身体条件有限等问题，监护重心仅停留在保障衣食温饱的生存层面，无法承担心理疏导、习惯培养与思想引导的教育功能。教育方式多呈现两极分化，要么过度溺爱放任，要么简单粗暴说教，均无法有效回应儿童的情感需求，也难以化解其心理困惑。

其三，家庭教育理念的认知偏差。多数务工父母存在“重物质、轻精神，重成绩、轻心理”的认知误区，将经济供给等同于抚养责任，忽视了情感陪伴对儿童心理发展的不可替代性。即便寒暑假短暂团聚，也多以学业问责为主，难以弥补长期的情感缺失，导致儿童心理问题持续累积。

3.2. 中观学校系统：心理教育供给不足与预警机制的功能缺位

乡村学校是留守儿童成长阶段最主要的教育主体，但皖西山区学校的心理健康教育体系不完善，难以承接留守儿童的心理关爱需求。

一是专业师资的结构性匮乏。受地域条件、薪资待遇与发展平台限制，山区乡村学校难以引进专职心理教师，兼职教师专业能力参差不齐，既无法开展系统化的心理健康课程，也难以应对复杂的心理危机干预，导致学校心理教育长期处于低水平运转状态。

二是心理预警帮扶机制不健全。多数乡村学校未建立完善的留守儿童心理档案，常态化心理筛查、动态跟踪、分级预警制度落实不到位，对隐性、轻微的心理问题发现不及时，常常在问题激化后才介入，错失了最佳干预时机。日常谈心谈话、团体辅导等工作多流于形式，难以实现精准帮扶。

三是校园成长氛围的单一化局限。山区乡村学校受师资与场地限制，文体活动、社团活动严重匮乏，课余生活枯燥单调，缺少能够让留守儿童释放情绪、展现自我、建立自信的平台。儿童无法在集体生活中获得归属感与成就感，进一步加剧了孤僻、自卑的心理状态。

3.3. 外在社会系统：公共服务覆盖不足与关爱行动的时效局限

乡村社会关爱体系的不完善，使得留守儿童心理健康缺乏兜底保障，公共服务的缺位与成长环境的复杂性共同放大了心理风险。

其一，基层心理服务体系存在断层。县域心理辅导中心覆盖范围有限，乡镇、村级普遍没有常态化的心理社工与服务站点，青少年心理热线、公益心理科普宣传普及度极低，留守儿童在校外几乎没有可及的心理求助渠道。

其二，乡村成长环境的负面诱导。乡村文娱监管薄弱，短视频、网络游戏无门槛传播，对自制力薄弱的留守儿童形成强烈吸引，极易加剧其逃避现实、自我封闭的心理；同时校园欺凌、邻里矛盾等问题缺乏及时干预，部分遭受欺凌的儿童无人疏导，进一步加重心理创伤与社交抵触。

其三，社会关爱行动的“潮汐效应”。当前针对山区留守儿童的关爱服务多为节日式、短期式的公益活动与暑期志愿服务，呈现出“短期集中、长期空白”的特征，既无法形成持续的心理陪伴，也难以建立稳定的信任关系，帮扶效果难以长效维持。

3.4. 地域环境系统：山区空间约束与资源下沉的结构性障碍

皖西大别山山区特殊的地理与经济条件，构成了留守儿童心理发展的宏观环境，进一步放大了其他层面的困境。

山区交通闭塞、信息相对滞后，使得优质教育资源、城市公益资源难以有效下沉至乡村学校与村落，心理服务的供给成本远高于平原地区。同时，山区乡村文体基础设施薄弱，运动场地、阅读空间、活动阵地普遍不足，留守儿童缺少健康的课余娱乐与情绪释放渠道。更深层的影响在于，山区经济发展相对滞后，本地就业岗位不足持续推动青壮年劳动力外流，形成“经济落后 - 人口外流 - 留守问题凸显 - 发展动力不足”的恶性循环，家庭教育投入、学校硬件投入、社会公益投入均受限于经济水平，使得心理健康教育工作推进难度大、见效慢。

4. 皖西山区留守儿童心理健康的协同干预路径

针对皖西山区留守儿童的心理特征与问题生成逻辑，需坚持问题导向与在地适配原则，构建“家庭补位 - 学校主导 - 高校赋能 - 社会兜底”四位一体的协同干预体系，形成多主体联动、全场景覆盖的长效心理关爱机制。

4.1. 家庭维度：重构亲子沟通机制，提升隔代教养能力

家庭干预是破解留守儿童心理问题的根本举措，核心在于补齐情感缺位短板，提升家庭监护的教育效能。

首先，建立标准化的亲子沟通引导机制。通过学校、村委会共同引导务工父母树立“心理陪伴重于物质供给”的教育理念，固定每周亲子沟通的时长与频次，推动沟通内容从“学业问责”向“情感交流”转变，鼓励父母多关注孩子的情绪状态、校园生活与内心想法，常态化给予情感鼓励与心理安抚，逐步修复断裂的亲子依恋关系。

其次，开展隔代监护能力提升培训。依托乡镇新时代文明实践站、乡村家长学校，定期面向祖辈监护人开展儿童心理科普、隔代教育方法培训，普及儿童情绪识别、日常心理疏导、正向教育引导的基础

方法,纠正溺爱、粗暴说教等错误教育方式,帮助祖辈从“生存照料者”向“成长陪伴者”转变,提升隔代监护的育人效能。

最后,搭建家校联动的沟通桥梁。建立留守儿童监护人常态化沟通台账,班主任定期向外出务工父母与监护人反馈学生的心理状态与在校表现,同步发现的心理问题与干预方案,打通异地家庭教育的闭环,形成家校共育的合力。

4.2. 学校维度:健全心理育人体系,完善动态预警干预

乡村学校是留守儿童心理关爱工作的主阵地,需从师资、机制、活动三方面入手,构建常态化、专业化的校内心理育人闭环。

一是补齐心理教育师资短板。通过县域内教师轮岗、线上师资共享、专职教师下沉、兼职教师专项培训等方式,提升乡村学校心理教育的专业能力,确保每所学校具备基础的心理筛查、情绪疏导与危机干预能力。可依托县域教育体育局搭建心理教师共享平台,定期组织专职心理教师赴乡村学校开展巡回辅导,弥补师资缺口。

二是建立动态精准的心理预警机制。每学期开展全覆盖的心理健康测评,为留守儿童建立“一生一档”的动态心理台账,按照轻微、中度、重度划分心理预警等级,落实“班主任+心理教师”双人包保责任制,常态化开展谈心谈话与个体疏导,实现心理问题早发现、早干预、早化解。

三是丰富校园心理育人场景。常态化开设心理健康主题班会、情绪管理课堂,设立校园心理倾诉角、匿名心灵信箱,降低儿童的倾诉顾虑;同时依托趣味体育、团体拓展、文艺活动、社团竞赛等集体活动,为留守儿童搭建展示自我、融入集体的平台,在集体活动中帮助其释放负面情绪、塑造阳光心态、增强自信心与归属感。

4.3. 校地协同:依托高校资源赋能,探索体教融合干预模式

充分发挥地方高校的人才与专业优势,依托暑期“三下乡”社会实践平台,打造适配皖西山区的长效心理帮扶机制,释放体育育人的独特价值。

一方面,打造“体育+心理”的特色干预模式。以岳西、金寨等皖西山区的实践基地为依托,组建由体育专业、心理学专业学生组成的专项支教团队,开设趣味运动会、团体球类运动、户外素质拓展、心理团体辅导等特色课程。以体育活动为载体,借助具身认知的心理效应,疏导留守儿童的焦虑、孤僻等负面情绪,通过团队协作改善社交退缩问题,实现“以体健心、以乐育人”的干预效果。

另一方面,构建“线下集中帮扶+线上长效跟进”的服务模式。暑期支教期间开展线下心理测评、一对一疏导、心理科普宣讲与监护人培训,完成基础筛查与集中干预;学期内通过线上书信结对、视频陪伴、课业辅导等方式持续跟进,破解短期志愿服务时效性不足的问题,形成常态化的心理陪伴机制。同时,定期面向乡村教师、监护人开展心理健康科普宣讲,补齐山区的心理认知短板。

4.4. 社会维度:整合多元主体资源,筑牢全域关爱兜底网络

整合政府、乡镇、社区、公益组织等多方资源,织密留守儿童心理健康的关爱防护网,形成全域覆盖的兜底保障体系。

第一,完善基层公共心理服务体系。统筹县域教育、民政、妇联、卫健等部门资源,建设乡镇级青少年心理辅导站,配齐基层心理社工,建立“筛查-干预-转介”一体化的留守儿童心理危机处理机制,重点帮扶存在重度心理困境的儿童,打通心理服务的“最后一公里”。

第二,优化乡村儿童成长环境。完善村级儿童之家、文体活动中心、运动场地等基础设施,常态化

开展免费文体活动、公益课堂，丰富留守儿童的课余生活；加强乡村网络与文娱环境监管，遏制不良网络信息的侵蚀，引导儿童养成健康的上网习惯，减少网络游戏沉迷问题。

第三，组建本土化的社会关爱队伍。整合村干部、退休教师、返乡青年、志愿者等本土力量，组建村级留守儿童关爱小队，常态化开展入户走访、谈心慰问，及时排查儿童的心理隐患、化解成长难题，为留守儿童提供贴近生活的情感支持，全方位守护其心理健康。

4.5. 干预路径实施的可行性、潜在挑战及应对策略

1. 实施可行性

第一，政策资源可行：乡村振兴、义务教育优质均衡、大学生“三下乡”等政策持续为山区教育志愿服务提供制度支撑；池州学院多年岳西支教基础，具备校地合作的前期条件。

第二，本土资源可行：岳西本地拥有桑皮纸非遗、茶园文旅资源，可低成本开展美育劳动课程。

第三，人力资源可行：高校可每年持续输出大学生志愿者，充实乡村课外心理陪伴力量。

2. 潜在挑战

① 人员流动性挑战：大学生团队一年一换届，容易出现帮扶断层，短期支教存在“潮汐式”效应；

② 经费资源约束：心理教具、非遗手工物料、文体器材需要持续经费投入，乡镇自有经费有限；

③ 家庭观念阻力：部分隔代监护人重视文化课成绩，对心理健康、美育课程认可度不足。

3. 对应应对策略

(1) 搭建校地长期共建档案，建立前后届志愿者交接制度，搭建线上接续帮扶渠道；

(2) 联动乡镇新时代文明实践中心，争取地方文明办、团委项目资金，降低物料成本；

(3) 开设面向监护人的公益课堂，宣传青少年心理健康知识，提升家庭层面配合度。

5. 结论与展望

皖西大别山地区留守儿童的心理健康问题，是地域经济发展、人口结构变迁、教育资源配置失衡等多重因素共同催生的乡村教育难题，直接关系山区青少年的健康成长、乡村教育的均衡发展与乡村振兴战略的落地成效。本研究通过实地调研发现，皖西山区留守儿童普遍存在情绪调节能力不足、社交适应困难、行为规范失范、心理认知匮乏等心理特征，其形成根源在于家庭监护缺位、学校教育短板、社会服务不足与山区地域约束的多重叠加。

破解山区留守儿童的心理困境，无法依靠单一主体、单一方式的短期干预，必须坚持家校社校地多方协同，以家庭情感补位为基础、以学校精准育人为主导、以高校志愿服务为赋能、以社会公共服务为兜底，充分发挥体教融合的育人优势，构建本土化、长效化、精准化的心理健康干预体系，持续化解留守儿童的心理发展难题。

本研究仍存在一定局限：调研样本主要集中于皖西山区三个县域，研究结论的普适性有待进一步验证；同时研究以现状分析与路径构建为主，缺乏对干预模式效果的长期追踪检验。未来研究可进一步扩大样本范围，开展纵向追踪研究，通过实证检验优化干预方案，为山区留守儿童心理健康关爱体系建设提供更坚实的学术支撑。

参考文献

- 陈世闻(2017). 农村留守儿童心理健康干预实证探究. *西部素质教育*, 3(5), 204+208.
- 陈纬, 林华燕, 叶玉梅(2026). 幸福一路失守: 留守儿童劣势累积的形成路径与应对策略. *少年儿童研究*.
<https://link.cnki.net/urlid/11.1748.D.20260703.1125.012>
- 杜文强(2026). 乡村振兴背景下农村留守儿童心理健康教育探究. *新课程研究*, (15), 60-63.

- 李玉, 崔慧敏, 李胜玲, 等(2019). 亲情驿站对农村特殊家庭寄宿小学生心理健康干预效果. *中国学校卫生*, 40(6), 858-861.
- 李中阳(2017). *留守儿童的学校关爱保护问题研究: 以Y市为例*. 硕士学位论文, 重庆: 西南大学.
- 凌楚霜, 李文杰, 李凤兰(2026). 我国留守儿童研究热点、演进与前沿趋势分析——基于 CiteSpace 的可视化分析. *少年儿童研究*. <https://link.cnki.net/urlid/11.1748.D.20260703.1125.014>
- 卿钰泉(2025). 体院学生短期支教: 动机、行为与影响探究. *体育世界*, (6), 67-69.
- 石智雷, 张槩(2025). 留守经历对农村留守儿童成年后健康水平的影响. *中国农村观察*, (6), 23-39.
- 孙国敬(2019). *四维框架下农村留守儿童关爱保护体系建设研究: 基于安徽省S镇留守儿童现象的观察*. 硕士学位论文, 上海: 华东政法大学.
- 赵学慧, 赵川芳(2019). 社会工作介入困境儿童保护之探讨. *社会福利(理论版)*, (12), 17-21.
- 甄志平(2004). *体育与健康教育对中学生心理健康干预的实验研究*. 博士学位论文, 北京: 北京体育大学.
- 周宗奎, 孙晓军, 刘亚, 等(2005). 农村留守儿童心理发展与教育问题. *北京师范大学学报(社会科学版)*, (1), 71-79.
- 邹业轩(2024). “健康中国”视域下体育锻炼对留守儿童心理健康干预研究. 见 陕西省体育科学学会, 陕西省学生体育协会(编), *第二届陕西省体育科学大会论文摘要集(专题七)* (pp. 235-239). 西安: 陕西省体育科学学会, 陕西省学生体育协会.