

生态系统理论视角下农村留守儿童心理健康的影响机制与干预路径研究

彭美佳, 刘亚然

湘中幼儿师范高等专科学校学前教育与康养学院, 湖南 邵阳

收稿日期: 2026年3月10日; 录用日期: 2026年4月17日; 发布日期: 2026年4月28日

摘要

农村留守儿童心理健康问题是我国城镇化进程中衍生出的重大公共议题。文章基于布朗芬布伦纳的生态系统理论, 系统阐释农村留守儿童心理健康的多层影响机制。研究表明, 留守儿童的心理健​​康是个体与多层环境系统相互作用的结果。各系统之间失衡的嵌套关系, 使留守儿童陷入发展困境。据此, 文章提出构建“个体赋能-家庭功能支持-学校提质-社区联动-政策保障”五维协同干预路径, 推动从碎片化干预走向生态系统重构, 为促进农村留守儿童心理健康提供理论依据与实践参考。

关键词

生态系统理论, 农村留守儿童, 心理健康

Research on the Impact Mechanisms and Intervention Pathways of Rural Left-Behind Children's Mental Health from the Perspective of Ecological Systems Theory

Meijia Peng, Yaran Liu

School of Preschool Education and Health Care, Xiangzhong Normal College for Preschool Education, Shaoyang Hunan

Received: March 10, 2026; accepted: April 17, 2026; published: April 28, 2026

Abstract

The mental health issues of left-behind children in rural areas are a significant public concern

文章引用: 彭美佳, 刘亚然. 生态系统理论视角下农村留守儿童心理健康的影响机制与干预路径研究[J]. 社会科学前沿, 2026, 15(4): 456-462. DOI: 10.12677/ass.2026.154329

emerging from China's urbanization process. Based on Bronfenbrenner's ecological systems theory, this article systematically elucidates the multi-level influencing mechanisms of left-behind children's mental health. Research indicates that their psychological well-being results from the interaction between individuals and multi-level environmental systems. The imbalanced nested relationships among these systems plunge left-behind children into developmental dilemma. Accordingly, this paper proposes a five-dimensional collaborative intervention pathway—"individual empowerment, family rehabilitation, school improvement, community coordination, and policy support"—to shift from fragmented interventions toward ecological system reconstruction, providing both theoretical foundations and practical references for promoting the mental health of left-behind children in rural areas.

Keywords

Ecological Systems Theory, Rural Left-Behind Children, Mental Health

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

农村留守儿童是我国经济社会发展转型期出现的特殊儿童群体。据第七次全国人口普查数据, 全国共有农村留守儿童 4177 万, 其中 2262 万儿童处于义务教育阶段。父母外出务工改善了家庭经济状况, 却也导致儿童长期处于亲子分离状态, 使其心理健康面临严峻挑战。有研究指出, 留守儿童在抑郁、焦虑、自杀意念等心理健康指标上显著劣于非留守儿童, 这一问题已成为全球公共卫生领域的重要议题[1]。国内研究也显示, 农村留守儿童抑郁检出率显著高于非留守儿童, 内化问题检出率高达 12.1%~57.6% [2]。这一问题不仅关乎个体健康成长, 更关乎乡村人力资本积累与社会和谐稳定。

已有研究对留守儿童心理健康问题进行了多维探讨。早期研究侧重于问题描述与现状调查, 揭示了留守儿童在孤独感、抑郁、社会适应等方面面临的困境[2]。然而, 在关注留守儿童心理健康风险的同时, 也要注意不要将留守儿童与问题儿童简单等同。事实上, 大量实证研究表明, 留守经历并不必然导致心理疾病。Lin 等人发表的系统综述整合 78 项研究、覆盖 39 万余名儿童样本后发现, 留守儿童与非留守儿童在心理健康水平上存在显著差异: 相当比例的留守儿童表现出良好的心理适应, 其心理韧性水平与非留守儿童无显著差异[3]。这一发现提示, 留守本身并非心理疾病的充分条件, 而是通过多层生态系统中的风险与保护因素交互作用, 塑造差异性的发展轨迹。

随后, 学者们开始探究影响因素, 从亲子关系、社会支持等单一维度切入, 积累了丰富成果。然而, 留守儿童的心理健康是一个由多层面、多因素交互作用的复杂现象, 单一因素分析难以揭示其全貌。近年来, 部分研究引入布朗芬布伦纳的生态系统理论, 尝试从环境与个体互动的视角理解留守儿童发展[4]。国外学者的研究系统揭示了城镇化背景下留守儿童心理健康的保护性因素与风险因素, 为生态系统视角的应用提供了坚实的循证基础[3]。但系统阐释影响机制、并在此基础上构建干预路径的研究仍有待深化。

本文旨在以生态系统理论为分析框架, 系统梳理农村留守儿童心理健康的多层影响机制, 进而提出协同干预路径。

2. 生态系统理论: 理解留守儿童心理健康的分析框架

美国心理学家布朗芬布伦纳在 1979 年提出的生态系统理论认为, 个体发展受到层层相套的环境系统

影响, 这些系统与个体相互作用, 共同塑造发展轨迹[5]。该理论将环境系统划分为四个层次: 微系统、中系统、外系统和宏系统。微系统是个体直接接触的环境, 如家庭、学校、同伴; 中系统是微系统之间的相互关系, 如家校互动; 外系统是个体未直接参与但对其产生影响的环境, 如社区资源、父母工作环境; 宏系统是更广泛的文化价值观、政策制度与社会结构[5]。国内学者进一步指出, 心理健康是人类和环境相互作用的结果, 生活环境和社会结构是塑造心理健康的根本原因[4]。

将生态系统理论应用于农村留守儿童心理健康研究, 具有重要的適切性。首先, 留守儿童的发展困境恰恰源于多个系统的失衡相互交织, 形成叠加效应[4]。其次, 该理论强调个体与环境的互动过程, 为留守儿童的发展提供了新的思考方向。再次, 生态系统理论为干预实践提供了系统性视角[4]。然而, 任何理论框架都需置于具体情境中审视其适用边界, 在中国情境下应用生态系统理论, 需进行必要的文化调适与修正。一方面, 中国农村社会具有鲜明的“关系本位”特征, 差序格局下的社会网络运作逻辑与西方社区模式存在本质差异。例如, 祖辈监护在中国农村不仅是功能性的替代安排, 更承载着家族延续的文化合法性, 这种文化意涵是原始理论未能充分涵盖的。另一方面, 中国独特的城乡二元结构作为一种制度性力量, 其刚性约束远超西方理论中“外系统”的范畴, 更接近于一种“制度性宏系统”。因此, 有学者建议在中国留守儿童研究中, 应将“制度系统”作为相对独立的分析维度, 以凸显户籍制度、教育政策等结构性因素的决定性作用。

基于上述理论, 本文构建“微系统-中系统-外系统-宏系统”四维分析框架。微系统聚焦亲子关系、监护质量、教师互动、同伴交往; 中系统关注家校协作、家社联动、同伴网络质量; 外系统考察社区资源、社会支持、父母工作环境; 宏系统分析城乡结构、政策制度、文化观念。在此基础上, 进一步探究各系统之间的交互作用, 为干预路径设计提供依据。

3. 多层嵌套: 农村留守儿童心理健康的影响机制

3.1. 微系统: 家庭功能弱化与学校支持不足

微系统是留守儿童最直接接触的环境, 其中家庭和学校发挥着核心作用。在家庭层面, 亲子依恋断裂是首要风险因素。父母外出务工导致亲子互动从频率较低, 情感联结的疏离使留守儿童安全感受损。容易产生孤独感和被抛弃感。访谈中, 12岁的留守儿童小华(化名)说: “每次看到别的同学爸爸妈妈来接, 我就低下头快步走, 不敢看。”这种情感缺失导致部分儿童出现抑郁、焦虑情绪, 表现为情绪低落、兴趣减退、睡眠障碍等。但国内学者的最新研究指出, 父母外出务工本身不是影响留守儿童心理健康的直接原因, 而父母情感温暖不足可能通过提高儿童孤独感进而降低领悟社会支持水平, 最终影响留守儿童的心理[6]。另一项研究也证实, 亲子关系通过感恩的中介和调节作用影响留守儿童的孤独感与抑郁水平[7]。与此同时, 监护模式面临结构性困境: 祖辈监护人多数年迈体弱、文化程度低, 难以提供学业辅导与情感支持。一项覆盖2183名留守儿童看护人的调查发现, 农村留守儿童看护人抑郁检出率高达32.8%, 监护人的心理健康状况直接影响其教养质量[8]。亲戚监护则往往重养轻教, 仅满足基本生活需求。这种监护失能状态, 使得留守儿童的情感需求难以得到及时回应。

在学校层面, 教师支持具有重要的保护作用, 但现实中不容乐观。农村学校师资力量薄弱, 专职心理教师短缺, 心理咨询室配置不足, 教师工作负担重, 难以为留守儿童提供个性化关怀[2]。部分教师对留守儿童心理特点认知不足, 将情绪问题简单归因于“不听话”或“性格内向”, 错失早期干预时机。同伴关系方面, 留守儿童可能因卫生习惯、行为方式差异而被同伴排斥, 也有部分留守儿童由于相似的成长环境形成封闭小群体, 强化对外界的疏离感[2]。微系统的多重风险相互叠加, 构成留守儿童心理健康问题的第一道防线失守。

3.2. 中系统：家校分离与社会支持的断裂

中系统考察的是微系统之间的相互关系。对留守儿童而言，家庭与学校之间的协作质量至关重要。理想状态下，家校之间应形成信息互通、目标一致、协同育人的支持网络。然而，现实中的家校分离现象突出，如父母远在外地，难以参与学校活动、了解孩子在校表现；祖辈监护人因观念和能力限制，与教师的沟通流于表面；学校缺乏针对留守儿童家庭的沟通策略，家校协作流于形式[9]。这种断裂导致家庭与学校两大微系统之间难以形成合力，儿童在不同环境中面临割裂的要求与期望。

家庭与社区之间的互动同样薄弱。邻里本是传统乡土社会中重要的非正式支持来源，但随着乡村社会变迁，邻里互助功能趋于弱化。社会支持理论的经典研究——Cohen 和 Wills 提出的缓冲模型指出，社会支持能够缓冲生活压力对个体心理健康的不良影响[10]。蔡蓉等人的研究进一步证实，领悟社会支持在父母情感温暖与留守儿童心理健康之间起完全中介作用[6]，当中系统层面的连接断裂时，留守儿童便失去了多个微系统相互强化带来的保护效应，暴露于风险之中。

3.3. 外系统：社区资源匮乏与社会支持薄弱

外系统是留守儿童未直接参与但对其发展产生重要影响的环境层面。社区资源是外系统的核心要素。农村社区普遍缺乏儿童活动场所、图书室、心理咨询室等基础设施，留守儿童课余时间无处可去、无事可做，增加了行为问题风险。一项实证研究指出，农家书屋等公共阅读资源利用率低，仅 2.63% 的农村留守儿童在农家书屋阅读，针对农村留守儿童的特殊教育资源存在显著不足[11]。

社会支持网络的缺失同样值得关注。农村地区专业社工机构、心理咨询服务近乎空白，留守儿童遇到心理困扰时求助无门。父母的工作环境也构成外系统的重要因素：外出务工父母若处于高强度、低尊严的工作状态，其自身心理健康受损，与孩子通话时的情绪状态也会影响亲子互动质量。夏玉雯等人的研究表明，与外出父亲平均联系时长大于 10 分钟每次是留守儿童母亲发生抑郁的保护因素[8]。外系统的这些因素虽然不直接作用于儿童，却通过影响家庭功能、社区氛围等途径，间接塑造留守儿童的发展生态。

3.4. 宏系统：城乡二元结构与污名化困境

宏系统是更广泛的文化价值观、社会结构与政策制度。城乡二元结构是影响留守儿童心理健康的深层宏系统因素。户籍制度与公共服务资源配置不均，使得流动人口子女难以在城市平等入学，父母被迫将孩子留在家乡。国际综述研究指出，这种结构性安排将留守状态强加于儿童，使其从出生起便面临发展机会的先天落差[1][3]。

文化观念层面，“污名化”问题值得警惕。社会舆论中，“留守儿童”往往与“问题儿童”“可怜虫”等标签挂钩，这种话语可能被儿童内化，形成消极的自我认同[2]。世界卫生组织的报告强调，污名化是阻碍心理健康服务可及性的关键障碍[12]。此外，夏玉雯等人的研究发现，看护女童是留守儿童祖母发生抑郁的保护因素[8]，这一现象折射出性别角色的复杂性，值得进一步探究。

政策制度层面，近年来国家陆续出台关爱留守儿童的政策文件。国家卫生健康委会同多部门印发《关于加强心理健康服务的指导意见》《全国社会心理服务体系试点工作方案》等文件，要求建立健全工作机制，搭建社会心理服务平台[13]。但政策落地存在专项经费不足、部门协同不畅、监督评估缺失，使政策效果大打折扣。

3.5. 系统间交互：累积风险与嵌套困境

上述各系统并非孤立作用，而是相互交织、层层嵌套，形成累积效应。Lin 等人的系统综述指出，当

微系统的亲子分离、中系统的家校断裂、外系统的资源匮乏、宏系统的结构限制叠加在一起时, 风险不是简单相加, 而是产生乘数效应[3]。

更值得关注的是, 各系统之间可能存在恶性循环, 如宏系统的结构限制导致父母外出这是微系统变化, 父母外出削弱家校连接这是中系统断裂, 社区资源匮乏无法提供补偿支持这是外系统薄弱, 儿童心理问题又因缺乏及时干预而加剧, 进一步增加学校管理难度和家庭压力[9]。这种嵌套困境使留守儿童陷入越加困难的境地, 单点干预难以突破。

4. 协同重构: 农村留守儿童心理健康干预路径

基于上述机制分析, 留守儿童心理健康干预必须超越单一层面的修补, 转向多系统协同重构。本文提出“个体赋能-家庭功能支持-学校提质-社区联动-政策保障”五维协同干预路径, 推动从碎片化干预走向生态系统重构。

4.1. 微观系统干预: 家庭功能支持与个体韧性培育

家庭微系统的干预应聚焦于远程亲子关系修复与监护质量提升双轨并进。对于远程亲子关系, 可利用数字技术搭建“云端陪伴”平台。赵靓等人的实证研究表明, 高质量的亲子阅读对农村留守儿童心理弹性有正向显著影响, 且该效应受到社会支持水平的调节[11]。可鼓励外出务工父母通过视频通话、远程共读、线上游戏等方式参与孩子日常生活, 同时为父母提供远距离养育指导, 帮助其掌握情感回应、积极沟通等技巧。

针对隔代监护, 应关注看护人自身的心理健康。夏玉雯等人的研究发现, 留守儿童母亲和祖母的抑郁检出率分别为 29.8%和 34.8%, 有看护压力是母亲抑郁的危险因素, 与外出父亲平均联系时长 ≥ 10 分钟/次是保护因素[8]。因此, 应开发适合祖辈的简明育儿指导课程, 建立“隔代教养互助小组”, 同时为看护人提供心理支持服务。

个体层面, 应基于优势视角开展儿童赋能活动。张莉等人的阅读干预实验证实, 干预组儿童在经过 16 周的阅读干预后, 心理弹性得分显著提高[14]。通过情绪识别训练、社交技能培养、兴趣特长发掘等方式, 可以增强留守儿童的心理韧性与自我效能感。

4.2. 中系统干预: 家校社协同机制建设

中系统干预的核心是打通家庭、学校、社区之间的连接通道, 构建协同育人机制。学校应成为中系统重构的枢纽。建立留守儿童成长档案制度, 记录儿童学业、情绪、行为、人际关系动态变化, 定期与监护人沟通[4]。推行教师结对关爱机制, 每位教师定向联系若干名留守儿童, 每周一次谈心、每月一次家访, 及时发现异常。

家校沟通渠道需要创新。“云端家访”系统可让外出务工父母远程参与家长会、观看孩子活动视频、与教师在线交流。学校应开发适合祖辈的沟通方式, 如电话沟通、口语化反馈单等, 降低参与门槛[9]。同时, 鼓励学校引入社区资源, 如返乡大学生参与课后辅导与陪伴活动, 丰富留守儿童支持网络。

4.3. 外系统干预: 社区支持网络与社会资源整合

外系统干预着眼于优化留守儿童生活的社区环境。社区基础设施建设应优先考虑儿童需求, 利用闲置校舍、村部场地建设儿童活动中心、农家书屋、心理辅导室。赵靓等人的研究显示, 社会支持水平对留守儿童亲子阅读与心理弹性的关系具有调节作用: 低社会支持水平下, 亲子阅读质量对心理弹性的正向影响更显著[11]。这一发现提示, 对于社会支持薄弱的留守儿童, 高质量的亲子阅读具有补偿性保护作用。因此, 应着力提升社区支持的可得性。

社会资源整合是外系统干预的重要抓手。引导社会组织、企业、志愿者参与留守儿童支持计划,提供学业辅导、兴趣培养、心理疏导等服务。国家卫生健康委在答复全国人大建议时明确提出,要搭建基层心理健康服务平台,依托城乡社区综合服务设施建立心理咨询室或社会工作室,配备心理健康辅导人员或社会工作者[13]。世界卫生组织也强调,社区层面的心理健康服务是缩小治疗缺口的关键策略[12]。

4.4. 宏系统干预：政策完善与文化环境优化

宏系统干预需要政府主导、全社会参与。政策层面,应将农村留守儿童工作深度融入乡村振兴战略。产业发展可吸引外出务工人员返乡就业,从源头上减少留守儿童数量[3]。完善农村教师待遇保障与编制倾斜政策,为留守儿童教育提供人力支撑。民政部、教育部、国家卫生健康委等五部门联合印发的《关于加强困境儿童心理健康关爱服务工作的指导意见》明确提出,要建立多部门协同机制,教育、民政、卫健、妇联等部门形成工作合力,避免政策碎片化[15]。

文化环境优化同样重要。通过媒体宣传、社区教育等途径,消除对留守儿童的污名化标签,倡导全社会以平常心看待留守儿童,关注其优势与潜能而非仅聚焦问题[2]。国家卫生健康委积极开展心理健康科普工作,通过多种群众喜闻乐见的方式普及心理健康知识,引导公众正确认识和应对心理健康问题[13]。世界卫生组织《世界心理健康报告》强调,消除污名化是改善心理健康服务可及性的优先事项[12]。

4.5. 从协同到重构：构建五维一体干预模型

上述五个层面的干预并非并列关系,而是相互支撑、层层递进的有机整体。本文提出“五维一体”干预模型:以政策保障为顶层设计,统筹资源配置与制度安排;以社区联动为枢纽,整合家庭、学校、社会各方力量;以家庭功能支持为基础,重建儿童情感依托;以学校提质为支撑,弥补家庭功能不足;以个体赋能为根本,培育儿童内生力量[4]。五维协同发力,推动留守儿童成长生态的系统重构。

值得注意的是,干预路径的实施需要因地制宜、分类施策。Lin 等人的研究中强调,不同地区留守儿童面临的主要问题各有侧重:西部地区可能更需基础设施投入,中部人口大省可能更需家校协同机制创新,东部地区可能更需心理健康专业服务[3]。干预方案应基于本地实际,识别关键系统短板,确定优先干预领域,渐进式推进生态系统优化。

5. 结论与展望

本文基于布朗芬布伦纳的生态系统理论,阐释了农村留守儿童心理健康的影响机制。研究表明,留守儿童心理健康问题并非单一因素所致,而是多层系统相互作用、累积叠加的结果。各系统之间的失衡,使留守儿童陷入发展困境。因此提出协同干预路径。这一路径的核心逻辑是从碎片化干预走向生态系统重构,通过多系统协同发力,为留守儿童编织一张立体的社会支持网络。

乡村振兴战略的实施为农村留守儿童成长生态优化提供了历史性机遇。随着产业发展、公共服务改善、城乡融合推进,越来越多的孩子有望结束留守状态。但在此之前,为数众多的留守儿童仍需全社会共同关注。生态系统理论提醒我们:每一个留守儿童的健康成长,都需要一个健康的社会生态系统来托举。

基金项目

- 1) 邵阳市科技计划项目“生态系统理论视角下农村留守儿童心理健康研究”(2023GZ4048);
- 2) 邵阳市社会科学成果评审委员会一般研究课题“积极心理学视域下农村留守儿童心理健康教育路径研究”(23YBA14)。

参考文献

- [1] Fellmeth, G., Rose-Clarke, K., Zhao, C., Busert, L.K., Zheng, Y., Massazza, A., *et al.* (2018) Health Impacts of Parental Migration on Left-Behind Children and Adolescents: A Systematic Review and Meta-Analysis. *The Lancet*, **392**, 2567-2582. [https://doi.org/10.1016/s0140-6736\(18\)32558-3](https://doi.org/10.1016/s0140-6736(18)32558-3)
- [2] 戴斌荣, 陆芳, 付淑英. 立足健康中国关注农村留守儿童心理健康: 农村留守儿童心理发展特点研究[J]. 中国特殊教育, 2022(3): 3-8.
- [3] Lin, K., Mak, L., Cai, J., Jiang, S., Fayyaz, N., Broadley, S., *et al.* (2025) Urbanisation and Mental Health in Left-Behind Children: Systematic Review and Meta-Analysis Using Resilience Framework. *Pediatric Research*, **98**, 819-838. <https://doi.org/10.1038/s41390-025-03894-5>
- [4] 俞国良, 李建良, 王勤. 生态系统理论与青少年心理健康教育[J]. 教育研究, 2018, 39(3): 110-117.
- [5] Bronfenbrenner, U. (1979) *The Ecology of Human Development: Experiments by Nature and Design*. Harvard University Press.
- [6] 蔡蓉, 谭勇华, 赵彩依. 父母情感温暖与农村留守儿童心理健康: 孤独感和领悟社会支持的中介作用[J]. 中国临床心理学杂志, 2025, 33(2): 362-365.
- [7] 范志宇, 吴岩. 亲子关系与农村留守儿童孤独感、抑郁: 感恩的中介与调节作用[J]. 心理发展与教育, 2020, 36(6): 734-742.
- [8] 夏玉雯, 石慧峰, 李梦诗, 等. 中国农村地区留守儿童女性看护人抑郁的影响因素研究[J]. 中国全科医学, 2025, 28(14): 1717-1722.
- [9] 林婷婷, 游毅文. 微观生态系统视域下留守儿童心理健康教育路径探析[J]. 哈尔滨学院学报, 2016, 37(3): 15-19.
- [10] Cohen, S. and Wills, T.A. (1985) Stress, Social Support, and the Buffering Hypothesis. *Psychological Bulletin*, **98**, 310-357. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.98.2.310>
- [11] 赵靓, 杨程, 胡小勇. 生态系统视域下阅读赋能农村留守儿童心理健康的实证分析与实践策略[J]. 出版科学, 2024, 32(6): 90-100.
- [12] WHO (2022) *World Mental Health Report: Transforming Mental Health for All*. WHO.
- [13] 国家卫生健康委. 对十四届全国人大二次会议第 0092 号建议的答复[EB/OL]. <https://www.nhc.gov.cn/wjw/jiany/202408/133633db1eb845b98270f0e93a0b396c.shtml>, 2024-07-24.
- [14] 张莉, 周兢, 田怡楠, 等. 阅读干预: 促进学前流动儿童心理弹性发展的有效途径[J]. 学前教育研究, 2019(12): 20-29.
- [15] 民政部, 教育部, 国家卫生健康委, 等. 关于加强困境儿童心理健康关爱服务工作的指导意见[EB/OL]. https://www.gov.cn/zhengce/zhengceku/202311/content_6913516.htm, 2023-10-26.