

# 浅谈当下留守儿童的心理健康教育

刘 芳

江苏大学教师教育学院, 江苏 镇江

收稿日期: 2023年10月18日; 录用日期: 2023年11月27日; 发布日期: 2023年12月6日

## 摘 要

随着当下社会的转型和发展, 大批的农村劳动力选择去城市务工, 以改善家庭的生活条件。但由于经济等因素无法将子女带在身边, 从而引发了“留守儿童”的问题。留守儿童不仅是一个社会问题, 更是一个教育上的问题。其中留守儿童的心理健康教育问题尤为突出。留守儿童正处于成长的重要阶段, 当下留守儿童的心理问题主要是自卑、孤僻、厌学等问题。面对这些心理问题, 家长、学校、教师和相关政府部门应该及时的关注并提出相应的措施去缓解留守儿童的心理问题, 为孩子的健康成长共同营造一个良好的环境。

## 关键词

留守儿童, 心理健康, 教育

# A Brief Introduction to the Mental Health Education of Stay-at-Home Children Nowadays

Fang Liu

School of Teacher Education, Jiangsu University, Zhenjiang Jiangsu

Received: Oct. 18<sup>th</sup>, 2023; accepted: Nov. 27<sup>th</sup>, 2023; published: Dec. 6<sup>th</sup>, 2023

## Abstract

With the transformation and development of contemporary society, a large number of rural laborers have chosen to go to the cities to work in order to improve the living conditions of their families. However, due to economic and other factors, they are unable to bring their children with them, thus giving rise to the problem of “stay-at-home children”. Stay-at-home children are not

only a social problem, but also an educational problem. Among them, the mental health education of left-behind children is particularly prominent. Stay-at-home children are in an important stage of growth, and the current mental health problems of stay-at-home children are mainly low self-esteem, isolation, anorexia and other problems. In the face of these psychological problems, parents, schools, teachers and relevant government departments should pay attention to and put forward corresponding measures to alleviate the mental health problems of stay-at-home children, so as to create a favorable environment for the healthy growth of children.

## Keywords

Stay-at-Home Children, Mental Health, Education

Copyright © 2023 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

由于我国经济发展不平衡,大量劳动力转移到了城市,并且还有户籍的原因导致务工人员的孩子无法上学,只能留在乡下由他人寄养。而留守儿童的父母不在身边,隔代抚养或者托付在亲戚家,在成长的关键时期缺失父母的陪伴、关爱沟通,可能会出现学生的学习和行为习惯的问题,但实质上是心理发展问题。心理健康在儿童的成长过程是一个不可忽视的重要问题,关系到孩子是否能够健康成长。例如,已有研究表明留守儿童的心理水平显著低于非留守儿童(王娟等,2014)。父母缺席会让留守儿童产生时间性和数量性“累积效应”(陈美玲,韦雪艳,2022),不利于留守儿童现在和未来的发展。所以,要重视留守儿童的心理健康问题,形成良好的心理素质,帮助学生能够健康的成长。在此背景下,本文分析留守儿童面临的心理问题,然后探讨留守儿童出现心理问题的原因,在此基础上提出对当前解决留守儿童心理健康的建议。

## 2. 留守儿童心理健康教育的心理学理论基础

美国心理学家亚伯拉罕·马斯洛从人类动机的角度提出了需要层次理论,他认为人的需求分为生存需要、安全需要、归属与爱、尊重需要和自我实现这五个层次(马斯洛,2007)。五个基本需要的满足呈金字塔状,层层递进,前期如果得不到有效满足,则会阻碍个体的健康成长,甚至引发一系列的心理问题。因此,以需要层次理论为基础分析留守儿童在这五个层次上的缺失。

### 2.1. 生存需要的缺失

虽然留守儿童的父母外出初衷是外了给孩子更好的经济条件,但留守儿童由隔代抚养或者寄人篱下。其次,有些偏远山区的留守儿童仍然存在着吃不饱穿不暖的情况(金映雪,2016)再者,虽然满足孩子吃饱穿暖的需要,但由于监护人的文化程度不高而不能保证各个成长阶段的饮食上的营养搭配(夏霜,2017)。在基本的生存需求满足不了的情况下,不仅影响孩子的生理健康更影响孩子的心理健康。

### 2.2. 安全需要的缺失

父母长期不在身边以及代理监护人的忽略,留守儿童缺少健全的家庭保护和全面的监管。这不仅会产生安全隐患还不利于留守儿童的心理健康。首先,留守儿童失踪拐卖和溺水等意外时有发生。其次,

由于缺少父母监管，青春期的留守儿童可能会沾上一些恶习。再者，由于留守儿童缺少父母的关爱和陪伴，内心的安全感会大大降低。

### 2.3. 归属与爱的缺失

留守儿童由于长期的寄人篱下缺少与父母的陪伴和及时的沟通，使得儿童无法感受父母的爱和慰藉，与父母的关系越来越疏远，会在心理上产生孤独感(乔丽华，段红伟，2009)。可能会出现不爱与人交往和沟通，缺少归属感，封闭自我的情况。

### 2.4. 尊重需要的缺少

由于留守儿童的监护人文化程度不高，思想观念比较陈旧，和孩子沟通交流的时候可能没有充分地尊重孩子的想法和行为。其次，由于留守儿童孤僻的性格导致不合群，可能也得不到同伴的尊重。而这些都会都在留守儿童的成长中留下痕迹，可能使得留守儿童不懂得自尊的同时也得不到他人的尊重。

### 2.5. 自我实现的缺失

由于留守儿童的成长环境，容易出现自卑的心理，对自己缺乏信心从而导致自我效能感降低。其次，由于留守儿童缺失他人的鼓励和沟通，使得孩子不能正确地认识自己，容易遏制孩子的发展，埋没儿童的天性(夏霜，2017)。

## 3. 留守儿童的心理健康教育现状

留守儿童的心理健​​康是影响学生学习状态、学习效率和人际交往的关键，也是实施素质教育的重要内容。根据教育心理学的相关知识，教育和孩子的心理发展是有着密切联系的。其中，教育要以个体心理发展的水平和特点为依据，并且教育又能够极大地促进个体心理的发展。但是在目前阶段，我国留守儿童的心理健康教育不容乐观。首先，由于父母长期在外为生计奔波，只能满足留守儿童的基本物质需求(杨梅，2011)，对于深层次的精神需求和心理健康很难顾及到。有研究表明留守儿童由于缺少父母的陪伴，心理健康程度明显低于非留守儿童(高丙成，2023)。其次，在学校里由于留守儿童所处地区大多数为农村地区，这些学校的教学条件和师资力量差。当地学校片面追求升学率，教育理念有所偏差导致心理健康教育比重偏低，容易忽视留守儿童的心理健康教育(刘红升，詹露露等，2023)。

## 4. 留守儿童的主要心理健康问题

### 4.1. 自卑心理

留守儿童长期在缺乏父母的关怀的环境下生活，很难和父母形成稳定的亲子关系。在加上长期寄人篱下，和老人或者亲戚居住在一起，在遇到事情的时候不能够及时地寻求父母的帮助和建议，缺失正确的鼓励和引导。因此在这种成长环境下，一方面父母的缺席会导致儿童产生自卑感(张婷皮美，石智雷，2021)，另一方面代理抚养人缺少对留守儿童心理健康问题的重视和关爱也会容易形成自卑敏感的性格(刘红升，赵雅欣等，2023)。此类情况如果没有得到改善，久而久之可能会出现胆小、呆板、不擅长与人交往的等人格特点，在性格上就会产生自卑、缺乏信心的等问题。

### 4.2. 反社会人格

由于留守儿童和父母相处的机会少，在加上年级小、思想不成熟、缺失沟通，不明白父母从小就离开自己的原因，可能会产生怨恨和逆反心理。其次，隔代教育下的部分留守儿童看到其他学生家庭美满也可能产生嫉妒等心理(刘红升，赵雅欣等，2023)。这种怨恨、逆反和嫉妒的心理，如果没有及时的纠正

和干预,可能会逐渐恶化甚至出现反社会人格。此外还有代理监护人监护不到位,很多儿童会染上一些不良恶习(金映雪,2016)。再者,现代科技的迅速发展,使得留守儿童在接触网络的时候如果没有正确的引导,一些血腥暴力的作品很容易影响到留守儿童(彭大鹏,赵俊清,2005),这不仅阻碍留守儿童的健康发展还不利于社会的稳定发展。

### 4.3. 性格孤僻敏感,不合群

家庭教育缺失,留守儿童和父母的交流和沟通有限,当遇到问题的时候留守儿童没有合适的人倾诉和沟通,憋在心里,从而产生孤独感。研究表明,留守儿童的产生孤独感的概率远高于非留守儿童(张婷皮美,石智雷,2021)。缺少父母的陪伴和关爱产生失落和孤独的心理,也更容易形成孤僻的性格(付丽娟,2022),因而不愿意或者抗拒与周围的人交往,不主动地融入班级中,把自己的内心封闭起来,遇到困难的时候也不愿向他人求助,逐渐变得不合群。

### 4.4. 厌学心理

留守儿童由于家庭教育的缺失,很多学习需求无处可求。例如无人辅导功课,上网成瘾,无心学习等,在加上缺少沟通和及时的干预容易产生失落感。其次在应试教育的影响下,忽视留守儿童的心理健康,一味地灌输理论知识,课堂枯燥,学生也很容易产生厌学心理(赵英权,2023)。如果后续没有及时地干预,会在学习过程中产生一定的心理压力,认为自己不是学习的料,可能会自暴自弃,丧失信心。

## 5. 留守儿童产生心理健康问题的原因

### 5.1. 家庭教育的缺失

家庭因素是影响儿童心理健康的重要因素(张满燕,袁勇贵,2019)。孩子最早接触且时间最长的教育环境是家庭,家庭教育具有学校教育不可替代的作用。留守儿童大多处于K12教育阶段,这个阶段是个体心理发展的关键时期,奠定了学生以后的人格基础。有研究表明,留守儿童的心理健康水平明显不如非留守儿童(姚婷婷等,2023)。留守儿童的父母外出务工,虽然给留守儿童提供了一定的物质条件,但是却忽视了孩子的心理健康。其次,在当前背景下过于关注学生的成绩,认为成功的家庭教育就是成功的智力教育(胡孟慧,2013),家长将关注点更多的放在留守儿童的学习成绩上,不注重孩子的心理教育。特别是那些隔代抚养的留守儿童,由于教养者年纪大,文化水平不高或者精力不足,对留守儿童的教养方式不够科学,学习上帮不上忙,也满足不了孩子的心理需求,就更容易出现问题。

任何人都替代不了父母,父母的爱和陪伴是孩子建立信任感和孤独感的基石,留守儿童长期生活在亲子关系不健全的家庭,缺失陪伴,可能会导致亲子情感的疏离和沟通困难(陈美玲,韦雪艳,2022)。因此在遇到问题或者困难的时候,留守儿童的内心无处排解。这种不良情绪长久的积累会让留守儿童的心理产生问题,影响孩子的健康成长。

### 5.2. 学校心理健康教育的不足

大多数留守儿童所处的学习为农村学校,而这些农村学校教学资料资源薄弱,教育条件有限,只能顾及到学生的基本学习需求。教育观念仍受到应试观念的束缚,教育内容有限。学校即没有专门的心理辅导机构,也没有专门的心理老师,导致了有些学生有明显的心理问题不能及时地得到治疗和缓解。

其次,农村学校的师资力量不足,学校不够重视留守儿童的心理健康,导致留守儿童的心理健康教育这项工作不能顺利开展。由于缺少和父母的沟通,在学校又无处可倾诉,学生的心理问题没有得到及时地关注和重视,这在很大程度上加重了学校里留守儿童的心理健康问题。

### 5.3. 相关部门缺乏有效针对措施

留守儿童问题产生的原因是城镇经济发展不平衡，大量劳动力为了生计选择去城市务工。但是这些务工人员的孩子在城市无法上学，保障不了孩子的教育，所以只能放在老家的学校让孩子接受教育。相关部门缺乏有效的措施针对这些务工人员的孩子，保障他们的教育。

## 6. 加强留守儿童心理健康教育的措施

### 6.1. 强化家庭教育，建立良好的亲子关系

家长要意识到家庭教育的重要性，加强责任感，主动及时的沟通和了解孩子的内心想法(刘艳萍, 2023)。良好的亲子沟通是降低留守儿童心理问题发生的有效措施(姚婷婷等, 2023)。研究表明开展亲子交流活动能够缓解误解的同时增进亲子情感(高丙成, 2023)。现在科学技术发达，通过通讯工具就能和孩子沟通交流，良好的沟通是降低留守儿童心理问题发生的有效措施(余凌, 2009)。可以充分利用通讯工具积极的和学校老师了解孩子的学习和心理健康从而弥补自己不在孩子身边的遗憾。此外，家长也要树立科学的养育理念，不仅要关注孩子的学习成绩更要注重孩子的心理健康，在心理上给予孩子更多的关怀，努力营造一个健康的成长环境。家长可以经常和留守的孩子打电话、视频，暂时放下工作多听听孩子内心的声音，满足孩子的情感需要。代理监护人也可以在留守儿童的日常生活中让孩子理解父母的苦衷，让孩子知道父母背井离乡是为给与孩子更好的经济条件，从而加深对父母的情感(乔丽华, 段红伟, 2009)。

### 6.2. 学校加强对留守儿童的心理健康教育

教书育人是学校教育的基本原则和任务，但是由于留守儿童所在的学校过于注重学习成绩，忽略了正处于成长阶段的留守儿童的内心想法。良好的心理健康状态才是最重要和基础的，如果孩子的心理产生问题，既不利于孩子的学习也不利于孩子的健康成长。想改变这种现状的前提的学校和教师要意识到留守儿童心理健康教育的重要性，提高心理健康教育在学校的比重。不仅可以开设专门的心理健康课程，还可以在其他学科教学中进行心理健康教育。例如有研究表明，体育课中的体育锻炼干预可以有效地提高留守儿童的心理健康水平(崔高峰等, 2021)。

其次完善学校里心理健康服务设施，例如在学校建立心理咨询室，为那些有心理问题的留守儿童提供帮助。再者，学校也可以建议相关的留守儿童的档案，留下相关的信息，例如父母和寄养人的联系方式等。以及定期对留守儿童进行家访，深入了解孩子的家庭状况。多和留守儿童的家长沟通联系，让家长及时地了解孩子的最新状况，形成家校合力，二者共同推进留守儿童的心理健康发展以及共同关注留守儿童的身心状况(曹志荣, 2022)，营造一个良好的成长环境。班主任也可以开展多种趣味活动，例如其他研究表明留守儿童的绘画活动对心理健康教育环节有积极作用(刘悦, 2023)。通过这种方式营造一个良好的班集体，让留守儿童多和同学互动交流，感受班集体的温暖，发挥集体教育的作用。

### 6.3. 充分发挥政府的职能

政府可以加强社会保障制度的建设，为留守儿童的健康成长营造一个良好的社会氛围。例如，可以专门建立一个留守儿童管理中心，让孩子们可以在空余时间在这里一起和年龄相仿的小伙伴接触交流，并且也可以开展一些文娱活动，丰富留守儿童的课后生活。有研究得出建立留守儿童之家对留守儿童的心理健康的发展具有积极作用(张龙, 2022)。但是这需要大量的资金和相关的政策来保障，所以当地有关部门可以依据实际情况制定相应的政策来保障这些留守孩子的健康成长。

## 7. 结论

儿童是国家的希望，儿童的心理健康不仅影响学生的学习，对以后人生的发展也有深刻的影响。开展心理健康教育既可以保障儿童的茁壮成长又可以促进学生核心素养的培养。而留守儿童的心理健康教育是一项长期而复杂的工作，这需要家庭、学校和社会等多方的共同努力，为留守儿童的健康成长营造一个良好的环境。

## 参考文献

- 曹志荣(2022). 学校心理健康教育与家庭教育一体化的建构与实践. *现代教育*, (16), 13-15.
- 陈美玲, 韦雪艳(2022). 父母缺席对留守儿童的“累积效应”. *教育评论*, (7), 105-109.
- 崔高峰, 李晓静, 张阳, 等(2021). 体育锻炼对农村留守儿童心理健康水平的干预研究. *安徽师范大学学报(自然科学版)*, 44(1), 98-102.
- 付丽娟(2022). 农村留守儿童教育管理策略. *数据*, (2), 101-103.
- 高丙成(2023). 农村学前留守儿童心理健康现状及促进研究. *江苏第二师范学院学报*, 39(1), 11-19.
- 胡孟慧(2013). 家庭教育的缺少对孩子心理健康的影响. *理论前沿*, (9), 398.
- 金映雪(2016). 农村留守儿童家庭教育的问题与对策——基于马斯洛需要层次理论的角度. *科教导刊*, (7), 127-128.
- 刘红升, 詹露露, 赵雅欣, 等(2023). 社会生态系统框架下农村留守儿童抑郁影响因素分析. *中国农村卫生事业管理*, 43(9), 615-619.
- 刘红升, 赵雅欣, 李紫薇, 等(2023). 隔代教育对农村留守儿童心理健康的影响研究. *健康教育与健康促进*, 18(4), 385-388.
- 刘艳萍(2023). 农村留守儿童心理健康问题的成因及对策. *现代农村科技*, (3), 91-92.
- 刘悦(2023). 基于绘画活动的农村幼儿园留守儿童心理健康教育分析. *求知导刊*, (4), 110-112.
- 马斯洛(2007). *动机与人格*. 人民出版社.
- 彭大鹏, 赵俊清(2005). 农村“留守子女”问题之社会和政策因素分析. *基础教育参考*, (1), 35-37.
- 乔丽华, 段红伟(2009). 农村留守儿童健康心理的养成教育——基于马斯洛的层次需要理论的分析. *太原师范学院学报(社会科学版)*, 8(2), 146-148.
- 余凌(2009). 缺失与弥补: 关于家庭功能弱化影响留守儿童心理健康的研究. *当代青年研究*, (9), 30-36.
- 王娟, 张积家, 朱云霞(2014). 农村留守儿童心理健康状况的 Meta 分析. *教育测量与评价(理论版)*, (4), 41-47.
- 夏霜(2017). 基于马斯洛需要层次理论分析农村儿童隔代教育的利弊. *黔南民族师范学院学报*, 37(6), 75-79, 100.
- 杨梅(2011). 从需要层次理论谈留守儿童的学校教育. *现代教育科学*, (3), 17-18, 37.
- 姚婷婷, 王锋, 周旭东(2023). 父母外出及亲子沟通对城镇留守儿童心理健康的影响研究. *中国社会医学杂志*, 40(1), 41-45.
- 张龙(2022). 中小幼教师新时期首届“教育教学与创新研究”论坛. 见 *中小幼教师新时期首届“教育教学与创新研究”论坛论文集*(pp. 412-423). 国家教师科研基金管理办公室.
- 张满燕, 袁勇贵(2019). 青少年心理健康与家庭功能相关性的研究进展. *东南大学学报(医学版)*, 38(3), 545-550.
- 张婷皮美, 石智雷(2021). 父母外出务工对农村留守儿童心理健康的影响研究. *西北人口*, 42(4), 31-43.
- 赵英权(2023). 初中班主任对留守儿童的教育策略研究. 见 *2023 基础教育创新发展研讨会论文集(1)* (pp. 53-54). 重庆市创新教育学会.