

# 城市留守儿童心理健康影响因素及对策探究

薛菲

(陕西理工大学教育科学学院 陕西 汉中 723000)

**【摘要】**“留守儿童”最早在1994年被当成一个困境群体由研究者提出来。伴随着近年来留守儿童自杀、犯罪等极端事件的发生，留守儿童议题升温成为一个热点话题。但人们的普遍关注点在农村留守儿童，忽略了城市留守儿童这一群体。数据调查显示，2005-2017年以来，我国留守儿童心理健康研究领域的文章有668篇，其中涉及城市留守儿童心理健康的仅有15篇。本文试从心理健康教育角度分析城市留守儿童心理健康的影响因素，包括自我发展、亲情的缺失、教育的不重视、社会的忽视等，并针对这一群体实施的心理健康教育对策做一探究。

**【关键词】**城市留守儿童；心理健康；现状；对策

**【DOI】**10.12252/j.issn.2096-6261.2020.05.020

## 1 城市留守儿童概念

迄今，城市留守儿童的基本概念没有标准化的解释和界定，各学者对它的观点论述不一，本文所说的城市留守儿童是指户籍所在地为城市或城镇，父母双方或一方因出差、进修、外出务工或父母离异分居，不能陪在其身边，由爷爷奶奶、其他亲戚朋友、保姆等抚养超过6个月的不满16周岁的未成年人。

## 2 城市留守儿童心理健康问题现状

本文所研究的城市留守儿童是6-12岁学龄初期儿童，这一时期正是身体发育、认知发展、性格养成、社会性发展的关键时期。儿童在成长过程中需要良好的社会适应性和良好的心理品质，如发现并利用个人特长、建立和谐的人际关系、培养积极情绪、应对挫折等。

### 2.1 网瘾问题

在这个触屏化时代，手机虽然使人与人之间的沟通更加便捷，但它已从往日的只有单一功能的电话发展为多功能的智能设备，微信、QQ、手游等，逐渐蔓延到了小学生的日常生活中，有些学生甚至有自己的手机。调查发现，长期流连于网络社区、沉迷于虚拟世界，对于心智还不成熟、“三观”正在建立的儿童，容易引起角色混乱。

### 2.2 内部失调

一是安全感缺乏。依恋是幼儿出生后最早形成的人际关系，敏感、负责的抚养行为与安全型依恋的发展有关，而忽视、过于武断和方法不一致的抚养行为大多数会形成非安全型依恋。依恋的性质与程度直接影响着儿童对周围世界的安全感和信任感及以后的社会能力和智力的发展。城市留守儿童年龄小就被迫离开父母，亲子陪伴和教育严重缺失，尽管有爷爷、奶奶或亲戚朋友监管，但由于年龄和文化层次的限制以及心理上代沟，难以与这些儿童进行有效的沟通，了解他们的真实心理诉求，情感纽带毕竟不如与父母的牢固。处在身心迅速发展时期、心智尚未成熟的留守儿童，在对生理、心理以及人际交往等问题存在种种困惑时，无法得到亲情的抚慰关怀和父母的及时帮助引导，往往会感情淡漠，缺乏归属感和安全感，这种负向情绪体验将对社会交往发生阻碍作用。尤其是遇到一些麻烦时往往感觉孤弱无助，长此以往变得不愿与人交流，性格内向，有的孩子表现出孤僻、冷漠、不愿和别人说话、不喜欢参与团体活动等特征。二是心理偏差。城市留守儿童在成长过程中缺少了父母心灵关怀、慰藉和行为引导，因为感到父母保护的缺失而变得自卑、胆小、内心封闭、缺乏交流的主动性。加之祖辈或外出的父母出于补偿心理的放纵溺爱，使得孩子更加逆反、霸道、自私、任性、专横。三是以自我为中心。家庭是儿童社会化的首要承担者，父母在儿童的基本生活技能、社会规范、社会角色、个人理想、道德情操及个性特征等各方面起着指导和示范作用。但由于外出打工，父母与孩子疏于联络，而临时监护人多持一种不求有功、但求无过的心态，认为自己的责任仅限于照顾留守儿童的日常生活，而不注重精神上的引导和道德上的规范，这致使留守儿童社会化发展不顺畅，对人际交往的原则、方法和技能知之甚少，社交恐惧、以自我为中心随之而来。

### 2.3 外部失调

孩子因为缺少父母的管束，临时监护人又无原则地迁就或自身不以身作则，使得留守儿童的日常行为习惯欠佳，具体表现为自律能力差、脾气暴躁、易怒冲动，经常将小冲突误会升级为打架斗殴，打骂同学，甚至是长辈。少数留守儿童受社会不良团伙影响，出现了违纪行为或犯罪现象。这与儿童本身的特点有关，如不善于控制情绪、处理事情冲动等，但留守儿童因为欠缺安全感，总觉得别人会欺负他，一点琐事就会计较于心，总带有迫害妄想，与人交流时充满警惕甚至敌意。对老师、临时监护人的管教有比较强的逆反心理，不能够很好地融入集体。

## 3 影响城市留守儿童心理健康的因素

### 3.1 家庭教育的“缺失化”

家庭是儿童成长的重要环境之一，父母是孩子的第一任老师，从牙牙学语到长大成人，父母的教导、家庭环境的熏陶对儿童的心理发展和行为习惯的养成起到至关重要的作用。然而，现实却是父母因各种原因到外地打工或经商，以我市某社区为例，该社区距离中心城区约16公里，通过实地走访调查，社区辖区内曾有2家大型国有企业，企业职工近万人，因20世纪末至千禧年初，应国家政策要求，我国市场经济逐渐取代传统计划经济模式，国有企业不适应市场的竞争，纷纷改制或破产，国企职工下岗，自谋生路，有的到市区打工，但更多的人选择去沿海城市寻求工作机会，短则数月，长则几年与孩子分开生活，只有五一、国庆、春节长假才能回家与儿女团聚。孩子由爷爷奶奶、亲朋好友抚养。临时监护人关心的是孩子的安全和温饱，认为孩子只要吃得饱、穿得暖就算是尽了责任，忽略了孩子真正的情感需要。长此以往，孩子感受不到来自父母的关爱、家庭的温暖，在行为习惯养成的重要阶段缺失了家长的言传身教，就会情感脆弱、冷漠，有话憋在心里，有事藏在

肚里，情绪无法合理的表达，心理的需求无法得到满足，容易产生偏执、说谎、攻击等不良行为。

### 3.2 学校教育的“边缘化”及“标签化”

在学校的生活条件下，儿童的学习和儿童的心理总是相互促进、交互发展的。儿童心理的发展给儿童学习提供了可能性，儿童的学习又反过来促进儿童心理的发展。现在很多学校都设有心理健康教育课程，但多数还是为了应付上级检查，活动只是蜻蜓点水，流于形式，有的是单纯的心理素质训练或自我活动课，还有的是一般的心理学知识或思想教育课，解决不了学生的真实心理需求，本质上依然是“分数至上”，导致孩子学业压力过大，甚至出现厌学、逃学等现象，直接影响了学生的心理健康。加之老师易偏爱活泼开朗的孩子，而性格叛逆、做事乖张、情绪不稳定的孩子逐渐被边缘化。

“留守儿童”这个词的确很直观地描述了我们社会长期存在的一个问题，也很易于传播；但另一方面，这个词也越来越成为一个刺眼的标签。很多学校在开展主题活动、心理健康教育、政府在举行相关慰问活动时都会突出“留守儿童”这一标签，并不利于青少年的健康成长。如果总是不断强化“留守儿童”这一身份标签，会让那些暂时不能和父母一起生活的孩子在同龄人中被“隔离”出来。现实中，也有一些同学以这个身份标签来看待他们，并不时加以嘲笑、歧视甚至排斥。无形中，孩子与孩子之间产生了隔膜，将愈加加重这些远离父母的孩子的心理压力，使他们跟周围的人相处得更不融洽。有些内心脆弱敏感的孩子还特别不希望让别人知道自己的家庭情况。

### 3.3 社会关注的“污名化”

在一部分人眼里，“留守儿童”几乎已经等同于“问题儿童”，这种倾向让人深感担忧。有意无意地把那些不能和父母一起生活的孩子当作“问题人群”，会使这部分儿童除了学业、家庭压力外，平添一份来自社会的压力，影响其身心健康发展。

## 4 城市留守儿童心理健康教育的对策

### 4.1 家庭方面

有研究表明，城市留守儿童所形成的不安全依恋可随父母的自身行为及亲子相处方式的改善而发生转变。家长可利用现代化通讯工具多与孩子沟通，疏导不良情绪，形成和谐的亲子关系；与孩子的爷爷奶奶在教育方面多交流，形成共识，要防止溺爱和娇惯。

### 4.2 学校方面

学校是城市留守儿童教育的主阵地。一是学校要通过调查了解城市留守儿童的家庭状况，找出问题的根源，建立留守儿童信息库，以便老师掌握最真实的情况，对他们进行有针对性的心理健康教育；二是培养心理健康教育或心理学的专业老师，更加关注学生自身的积极力量，善于用开放、积极的眼光看待孩子身上的闪光点，创设情境将这种积极向上的力量对抗其心理困惑，消除问题行为；三是防止心理健康课流于形式。现在大部分具有一定规模的学校都设有心理健康教育课，有的还专门有心理咨询室，但要避免中学校心理教育实施过程中的医学化、德育化、课程化倾向，思考如何让面对物质生活日渐丰富、内心幸福感愈加降低的城市留守儿童学得愉快，怎样激发心理教师自身的创造力和能动性。

### 4.3 社会方面

社会资源与社会力量的介入和影响不可或缺。近年来，关注和帮助留守儿童尤其是城市留守儿童的民间公益组织在逐步增多，策划和实施了多种类型的、针对性不同的公益项目，为城市留守儿童送去温暖和成长支持。但由于信息不对称、社会认知渠道有限、资源不能有效配置等多种因素制约，一线实践的民间公益社会组织少为人知、资源紧缺，获取资源的渠道和机会稀缺，导致项目的覆盖面、可及性、持续性和影响力都远远不能适应实际需求，更难以达到带来改变的目标。政府需继续完善更全面务实、有效可行的配套政策与制度性安排和资源的真正投入，使政府购买服务能够惠及更多的留守儿童。同时，社会组织应就服务对象的意见建议进行总结，提炼服务成效，反思不足与改进计划。

## 5 结束语

儿童是祖国的花朵，国家的未来。今天城市留守儿童的学习成长不仅影响着九年义务教育是否真正保质保量地完成，更关系着国家的人力资源储备能否满足今后长期发展的战略需要。他们的心理健康问题仅靠个人和家庭的力量是难以从根本上解决的，需要全社会的重视，应努力营造一个良好的环境，合力让他们健康快乐地成长，推动社会的良性发展。

### 参考文献

[1] 一张. 留守儿童. [J] 瞭望. 1994 (45): 37

[2] 朱智贤: 《儿童心理学》人民教育出版社2018.10