

# 浅谈留守儿童心理健康问题及解决策略

段淑霞

(甘肃省静宁县实验小学,甘肃 静宁 743400)

**摘要** 随着社会经济化的发展,近年来留守儿童的数量不断增加,留守儿童的心理健康问题已是一个比较突出的问题,他们大多表现为自卑、任性、孤僻、厌倦学习。这些问题不得不引起我们教育工作者的注意。本文主要对近几年研究“留守儿童”心理健康的资料进行归纳和总结,并加以个人的理解,从留守儿童心理健康存在的问题、影响因素及解决策略几个方面加以阐释,希望对其他研究者有所帮助。

**关键词** 留守儿童;心理健康;策略

**中图分类号** G62 **文献标识码** A

**文章编号** :1673-9132(2019)12-0155-01

**DOI** :10.16657/j.cnki.issn1673-9132.2019.12.142

近年来,随着我国经济的持续发展,大量农村剩余劳动力外出打工,这就形成了一个特殊的社会群体——留守儿童。他们存在着生理、心理、教育、安全等突出问题,而心理健康问题是最突出的问题。21世纪以来,留守儿童问题引起了社会各界的广泛关注和高度重视。那么分析其心理健康的影响因素并有针对性地进行心理干预是目前亟待解决的问题。研究这一问题产生的原因及解决对策对留守儿童的健康成长有很重要的意义。

## 一、留守儿童心理健康存在的主要问题

### (一)情绪不稳定,性格孤僻怪异

在儿童初级社会化的过程中,情感是一个十分重要的因素。父母是孩子的第一任老师,对孩子的心理教育、情感的培养与成长起着至关重要的作用。留守儿童由于过早离开父母的监管,导致他们在情绪与心理方面的不稳定,多疑、敏感、固执,以致周围人际关系紧张,甚至有敌对行为,对现实生活冷淡。长期情感缺失和心理失衡必会导致许多留守儿童心理不能健康发展。

### (二)自卑懦弱,抗挫能力差

留守儿童很多在日常生活中享受不到父母的关怀,表现好得不到父母的赞扬和鼓励,遇到困难更不能从父母那里找到感情支撑。他们很多对自己的能力不自信,胆小怕事,遇事患得患失,不敢勇敢地面对困难。这种自卑的心理源自人际间的比较,留守儿童经常看到其他孩子与父母朝夕相伴,有人关心有人疼爱,而自己却得不到这种温暖。这种无人倾诉的失落感会让他们越来越自卑,有的甚至自暴自弃,丧失信心。

### (三)学校教育存在问题

现在学校虽然也重视了留守儿童,但关键的问题没有解决,如:建立一定的制度和完整的辅导计划,通过一些活动,实实在在地促进留守儿童的心理健康发展。农村小学大多没有专门的心理辅导老师,学校老师中接受心理学方面专业知识的也少,大部分是依靠班主任在班级工作中与学生进行沟通。另外,在农村,应试教育现象依然比较严重,在师生眼里,只要成绩好,这个学生一切皆好。一些问题学生学习成绩

不理想,行为表现又不能令老师满意,于是有些老师对他们冷眼相待,使他们丧失学习兴趣,导致恶性循环。

## 二、农村留守儿童心理问题的解决策略

### (一)家庭层面

1.慎重选择抚养人,转变教养方式。对于隔代抚养的家庭而言,父母应慎重选择抚养人,不宜将孩子交由溺爱型和专制型的祖辈抚养,否则对孩子的发展是极其不利的。而应选择民主型的教养方式,并多关心孩子的精神需要,为孩子的成长提供一个健康的物质环境和精神环境。

2.父母尽可能留在孩子身边。任何的关心都抵不过父母给孩子的爱,父母不要错误地认为,外出务工是为了给孩子创造更好的物质条件,其实最大的财富是对孩子的陪伴。

### (二)学校层面

1.真心关爱留守儿童。对学生要有爱心、恒心、耐心,用平等态度与学生交流。不教训呵斥学生,而是对存在心理问题或出现心理障碍的留守儿童及时进行认真、耐心、科学的心理辅导,帮助学生解除心理障碍。只有向学生敞开心扉,真诚地对待学生,学生才会信任老师,依靠老师,最后解开心结。

2.心理健康教育常规化。各科教师在平常的教学中也要渗透思想品德和心理健康的教育。教师应该了解留守儿童的心理特点,同时也要掌握心理教育的正确方法。通过讲座、谈心、引导学生给家长写信或写日记等多种形式,对存在心理问题或出现心理障碍的留守儿童进行心理辅导,及时化解留守儿童心理危机,促进其身心健康发展,使心理健康教育常规化。

3.学校应该积极开展各种心理健康教育,开设心理辅导课程,设立心理咨询室或咨询信箱,让留守儿童倾诉心中的烦恼,缓解他们的心理压力。同时,还应开展丰富多彩的课外活动,通过各种实践活动开拓他们的眼界,填补内心的孤寂,让他们享受集体的快乐。

总之,农村留守儿童是一个相当长的时期内都会存在的问题,解决这一问题需要家庭、学校、社会和留守儿童自身等各方面的协调。我们要不断学习,提高认识,不断创新,改善教育环境,让远离父母的留守儿童真正感受到社会的温暖。

## 参考文献:

- [1]胡昆,丁海燕,孟红.农村留守儿童心理健康状况调查研究[J].中国健康心理学杂志,2010(8).
- [2]殷晓旺,李江华,肖湘玲.农村留守儿童心理健康及其影响因素[J].教育学术月刊,2010(6).

[责任编辑 李媛]

**作者简介**:段淑霞(1986.5—),女,汉族,甘肃静宁人,一级教师,研究方向:小学德育教育。

**课题项目**:本文系2016年度甘肃省“十三五”教育科学规划课题《农村留守儿童心理健康现状及对策研究》(立项号 GS[2016]GHB1629)的研究推广成果。