

促进留守儿童心理的健康需要

家庭、学校、社会和政府多方面的配合和共同努力

我们相信 只要我们携起手来 群策群力

一定能够为留守儿童的健康成长提供一个理想的环境

心灵有约

留守儿童心理健康读本

王 俊 主编

甘肃科学技术出版社

促进留守儿童心理的健康需要

家庭 学校 社会和政府多方面的配合和共同努力

我们相信 只要我们携起手来 群策群力

一定能够为留守儿童的健康成长提供一个理想的环境

心灵有约

留守儿童心理健康读本

王 俊 主编

甘肃科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

心灵有约/王俊主编. —兰州:甘肃科学技术出版社,2014. 10

(留守儿童心理健康读本)

ISBN 978 - 7 - 5424 - 2049 - 7

I. ①心… II. ①王… III. ①农村—儿童教育—安全教育 IV. ①X925

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 249832 号

出版人:吉西平

责任编辑:黄培武 孙 康(0931-8773239)

封面设计:李 岩

出版发行:甘肃科学技术出版社(兰州市读者大道 568 号 0931-8773237)

印刷:北京飞达印刷有限责任公司

开 本:710mm × 1020mm 1/16

印 张:13

字 数:227 千

版 次:2015 年 1 月第 1 版 2015 年 1 月第 1 次印刷

印 数:1 ~ 2000

书 号:ISBN 978 - 7 - 5424 - 2049 - 7

定 价:25.00 元



前 言

改革开放以来，随着城乡经济体制改革的深入和现代化进程的推进，在我国进城务工的农村劳动力已达 2.6 亿人。在这些农民工中，有不少是有孩子的父母，由于各种原因，他们中很多人将子女留在农村，从而形成了一个特殊且较为庞大的儿童群体——农村留守儿童。通常我们对农村留守儿童的界定是：父母双方或一方从农村流动到其他地区，孩子留在户籍所在地农村，并因此不能和父母双方共同生活的 17 周岁及以下的未成年人。

目前我国的农村留守儿童已达 6000 多万。这意味着，有 6000 多万“祖国的花朵”不得不在父爱与母爱缺失的环境里孤独地成长，幼小的心灵在最需要呵护的时期却必须坚强地面对生活。调查显示，在全部 6000 多万农村留守儿童中，父母一方外出的留守儿童占 47.14%，父母双方外出的留守儿童占 52.86%。在单亲外出的留守儿童中，父亲外出流动的比例远远高于母亲外出的比例。双亲外出的留守儿童中和祖父母生活在一起的占 48.35%。在单亲监护中，和母亲一起生活的比例高于和父亲一起生活的比例，男童和母亲单独留守或者和母亲及祖父母一起留守的比例为 42.1%，其中女童相应的比例为 40.03%。

儿童时期是人身体发育、性格养成、知识积累的关键时期，由于生活环境不稳定，缺乏父母亲的关爱，部分留守儿童成长发展受到一定影响，出现了一些值得关注的问题。

农村留守儿童面临的主要问题有四个方面：学习成绩滑坡，人格发育不健全，道德出现危机，违法行为颇多。最显著的表现便是多有自卑心理，人际交流能力较差，内心压力较大，个性比较封闭，性格比较古怪，情感冷漠，行为乖僻，缺乏沟通和交流。他们容易放松对自己的要求，荒废自己的学业，个别人甚至会参与赌博或偷盗等违法行为。



有鉴于此，许多有识之士疾呼，决不能让农民工群体出现“富了一代人，垮了下一代”的现象。留守儿童问题，已经成为阻碍现代教育进一步发展的一个严重问题，这不仅仅是教育问题，也是一个社会问题。如何解决好留守儿童的教育问题，这是一个需要大家共同破解的一个难题。

促进留守儿童的健康发展，是我们每个从事心理与教育研究和实践部门的同志的应有责任。为此，我们组织了一批心理学者与教育专家通过实地调查、文献查阅，掌握了农村留守儿童学习、生活的一些基本情况，也初步了解了留守儿童的心理健康问题的表现及成因。在调查研究的基础上，围绕留守儿童的人际交往与人际关系、留守儿童的心理健康问题、学习与品德发展等主题展开探讨。本书通过案例、心理导航、拓展阅读等分析留守儿童存在的具体问题及解决方案，并引导留守儿童及其家长、监护人与教师等正确认识和解决留守儿童身上存在的问题，引导他们培养留守儿童积极的心理素质。

促进留守儿童心理健康的健康发展需要家庭、学校、社会和政府多方面的配合和共同努力。我们相信，只要我们携起手来，群策群力，一定能够为留守儿童的健康成长提供一个理想的环境。我们也相信，在家长、教师、看护人的关心和支持下，儿童通过自身的努力，他们一定能幸福生活，健康成长！



目 录

第一章 哭泣的灵魂——留守儿童的心理失衡

第一节 失落的世界——留守儿童之殇	2
世纪之痛：留守儿童的产生背景	2
空巢孤雁：留守儿童的生存状况	6
第二节 爱的沦陷——留守儿童的社会关系	11
童心难测：留守儿童与父母的关系	11
错位之爱：留守儿童与看护人的关系	13
帮团时代：留守儿童与同伴的关系	15
第三节 性格缺陷——留守儿童的心理分析	17
心理优势：留守儿童的优良品质	18
情感饥饿：留守儿童存在的心理问题	19
心理障碍：留守儿童中后进生的心理分析	23
第四节 心灵对话——留守儿童的心理问题	24
行为心理问题：这些孩子怎么了	24
情绪心理问题：内心深处的悸动	27



学习心理问题：缺乏指导难提高	30
其他心理问题：心理失守问题多	31

第二章 溯根求源——留守儿童的心理透视

第一节 抽丝剥茧——留守儿童的心理特点	34
0~3岁：幼儿期留守儿童的心理特点	34
3~6岁：学龄前留守儿童的心理特点	35
7~11岁：童年期留守儿童的心理特点	37
12~17岁：少年期留守儿童的心理特点	38
第二节 残缺的爱——家庭角色缺失与留守儿童心理健康	39
绕指柔情：母亲角色缺失与留守儿童心理健康	39
阳刚之气：父亲角色缺失与留守儿童的心理健	43
相得益彰：家庭的亲密度和适应性与留守儿	45
第三节 错位的爱——家庭教养方式与留守儿童心理健康	46
骄纵放任言听计从的溺爱式教养	47
非打即骂剑走偏锋的严厉型教养	49

第三章 心灵对话——留守儿童的心理辅导

第一节 实施标准：留守儿童心理辅导的指导原则	52
认清实质：心理辅导的含义	52
把握意义：心理辅导的重要性	53
吸收学习：心理辅导的实施原则	54



第二节 具体指导：留守儿童心理辅导的方法	56
聆听辅导法与认知辅导法	56
移情辅导法与移植辅导法	57
暗示辅导法与领悟辅导法	57
松弛辅导法与疏泄辅导法	58
厌恶辅导法与系统脱敏辅导法	58
激励辅导法与突破辅导法	59
第三节 实施路径：留守儿童心理辅导的途径	59
团体辅导：以小组或班级为单位	59
个别辅导：以个别留守儿童为对象	62
分科训练：学科教学中心理辅导	64
和谐氛围：班级管理中的心理辅导	65
专业课程：专门的心理辅导活动课	66
破解之道：留守儿童心理辅导的方法	67

第四章 对症下药——留守儿童的心理教育

第一节 素质提升——留守儿童心理健康教育的意义	72
界定标准：留守儿童良好心理素质教育的内涵	72
心理矫正：留守儿童心理健康教育工作的意义	74
实施途径：加强留守儿童的心理健康教育	75
应对之道：留守儿童心理健康教育的对策	78
心灵慰藉：加强对留守儿童的心理救助	79



第二节 和风细雨——留守儿童问题行为的心理矫正	82
死不悔改：留守儿童做了错事不认错的心理矫正	82
指鹿为马：留守儿童撒谎行为的心理矫正	83
口无遮拦：讲粗话行为的心理矫正	86
挑肥拣瘦：留守儿童挑食行为的心理矫正	87
爱慕虚荣：留守儿童攀比行为的心理矫正	89
无理取闹：留守儿童哭闹耍赖行为的心理矫正	92
惹是生非：留守儿童打架行为的心理矫正	93
贪小失大：留守儿童偷窃行为的心理矫正	94
逃离课堂：留守儿童逃学行为的心理矫正	96
翻墙砸窗：留守儿童破坏性行为的心理矫正	97
好狠斗勇：留守儿童攻击性行为的心理矫正	98
自我伤害：留守儿童自虐行为的心理矫正	100
悲观厌世：留守儿童自杀行为的心理矫正	102
任性而为：留守儿童倔犟行为的心理矫正	105
拖拉磨蹭：留守儿童拖延行为的心理矫正	107
自私自利：留守儿童自私行为的心理矫正	108
第三节 拨云见日——留守儿童情绪困扰的心理调适	110
形单影只：留守儿童孤独感的心理调适	111
小鸟依人：留守儿童依恋感的心理调适	115
缺乏独立：留守儿童依赖感的心理调适	118
自惭形秽：留守儿童自卑感的心理调适	121
物极必反：留守儿童逆反情绪的心理调适	125
分外眼红：留守儿童嫉妒情绪的心理调适	127
怒火中烧：留守儿童冲动情绪的心理调适	130
泰山压顶：留守儿童受挫情绪的心理调适	133



惊慌失措：留守儿童紧张情绪的心理调适	135
战战兢兢：留守儿童恐惧情绪的心理调适	139
郁郁寡欢：留守儿童抑郁情绪的心理调适	140
第四节 健全人格——留守儿童的自我心理保护	144
自我把控：主导自己的行为	144
自我调节：摆脱不良情绪的影响	147
增强自信：建立独特的人生优势	149
积极乐观：微笑面对生活	151
意志坚强：勇敢面对困难和挫折	153
胸怀宽广：学会与人宽容，不要斤斤计较	155
谦虚谨慎：不骄不躁不自大	157
克制冲动：遇事头脑要冷静	158
感恩之心：谁言寸心，报得三春晖	159
做一个富有爱心的人	161
第五章 青春无悔——留守儿童的青春期心理健康	
第一节 花样年华——留守儿童青春期心理问题透视	164
把握焦点：青春期留守儿童心理发育的特点和矛盾	164
意义重大：青春期留守儿童掌握心理知识的重要性	165
心理误区：留守儿童青春期的心理问题	165
把脉问诊：青春期留守儿童心理问题形成的原因	167
消除污染：开展青春期留守儿童的心理健康教育	169
第二节 爱的真谛——留守儿童青春期性心理健康	171
主要特征：青春期留守儿童性心理意识的发展	171



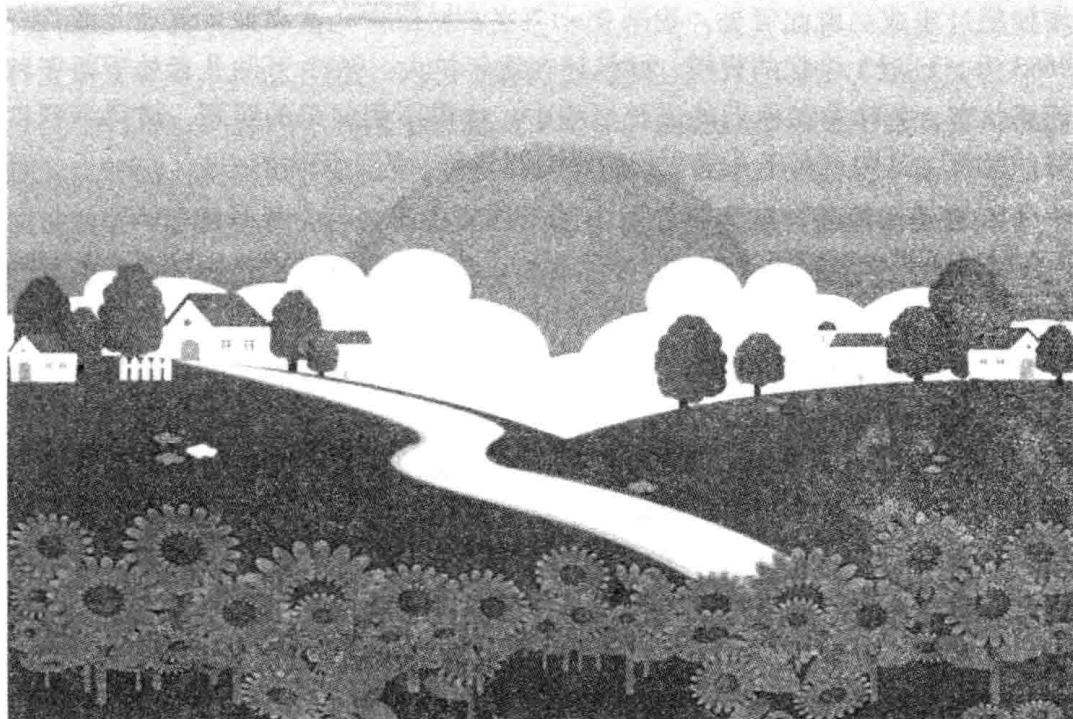
心理困扰：青春期留守儿童性心理存在的问题	173
工作缺失：青春期留守儿童性教育存在的问题	174
解决对策：正确应对留守儿童青春期性教育问题	175
多管齐下：形成良好的青春期留守儿童性教育状况	178
第三节 爱的真谛——青春期留守儿童恋爱心理应对	181
少男少女：留守儿童与异性同伴的关系	182
懵懂情感：青春期留守儿童恋爱的心理影响	184
如释重负：如何对待放不下感情的男生	187
走出误区：正确对待早恋的女生	189
循序渐进：正确对待过分暗恋异性的留守儿童	193
合理引导：正确对待暗恋老师的学生	196

第一章 哭泣的灵魂

——留守儿童的心理失衡

调查显示，在全部农村留守儿童中，父母一方外出的留守儿童占 47.14%，父母双方外出的留守儿童占 52.86%。在单亲外出的留守儿童中，父亲外出的比例远远高于母亲外出的比例。双亲外出的留守儿童中和祖父母生活在一起的占 48.35%。留守幼儿隔代监护最为常见，占 38%。在单亲监护中，和母亲一起生活的比例高于和父亲一起生活的比例，男童和母亲单独留守或者和母亲及祖父母一起留守的比例为 42.1%，女童相应的比例为 40.03%。

不同的成长环境，形成了留守儿童不同的心理特征。





第一节 失落的世界——留守儿童之殇

有这样一群孩子，他们还嗷嗷待哺之时，父母就远离家乡，到遥远的城市里谋生糊口求发展。很多时候，这些孩子只能从电话中或者从偶尔寄来的汇款单中，才能感觉父母的存在。当别的孩子都在享受花样年华的时候，他们被留在乡下，孤独地像野草一样生长。人们给这群孩子起了一个十分酸楚的名字——留守儿童。

世纪之痛：留守儿童的产生背景

2013年5月10日，中华全国妇女联合会发布《全国农村留守儿童、城乡流动儿童状况研究报告》，根据《中国2010年第六次人口普查资料》中抽取的126万人口样本推算出：全国共有6102.55万农村留守儿童，每5个孩子中，就有1个农村留守儿童；城乡流动儿童规模则达到3581万，比2005年时增加超过4成。由此可见，我国0~17岁农村留守儿童和城乡流动儿童共有9683万，已近1个亿的规模，并且还在逐年扩大。9683万的儿童处于留守和流动状态，意味着在他们的成长过程中，或得不到父母的照顾，或得不到良好的教育，这两点对于儿童成长的影响都是负面的、深远的。

1. 狂涛汹涌的打工潮

“告别了年迈的爹娘，永别了读书的儿郎；背起简单的行囊，走出熟悉的村庄……”

当这首饱含深情的《农民工之歌》在耳边响起的时候，很多人都会为农民工的艰辛付出而感动！

仿佛一夜之间，南国一个贫穷破败的小渔村忽然变成梦幻般绚丽的大都市。改革开放打开了国门，也唤醒了亿万农民的渴望与梦想——打工去，赚钱去！

农民们扛起简单的行李卷，从乡村的泥泞小路出发，跋涉到或远或近的大小火车站、汽车站，然后买到或向东或向南的车票，浩浩荡荡地出发了。

于是，在20世纪末的中国，形成了人类文明史上一个前所未有的奇观：



亿万脸色黝黑的农民，汇集成全球最壮阔的“候鸟群”，一年一度，春节前“回巢”，春节后“南飞”，在中国大地上像海浪一样潮涨潮落、涌来涌去……

据相关数据显示，如今这个迁徙的人群每年已超过 20 亿人次：仅 2010 年春运的客运流量就达到 25 亿人次，2011 年达 28.925 亿人次，2012 年突破 30 亿大关，2013 年更是达到了空前的 34.5 亿人次。这其中，还不包括那些自己骑着摩托车回家的农民工。

这场旷古的人口大流动，源于 20 世纪充满诱惑与生机的改革大潮。十一届三中全会之后推行的改革开放政策，试图通过市场经济的方式实现中国的工业化和城市化；此时中国又恰逢全球产业转移，中国因而成为“世界加工厂”；工业化创造了大量的非农就业机会，吸引了农村大量的剩余劳动力，于是，世界有史以来规模最大的民工潮应运而生，在神州大地上波澜壮阔地涌动着。

但是，或许没有多少人意识到，正是这个令人振奋的“中国之梦”，同时也造就了人类历史上一个范围最广、规模最大、持续时间最长的“世纪之痛”。

据统计，目前中国每年有 2.6 亿农民常年外出打工。始于清朝末年的“走西口”“闯关东”和“下南洋”，是中国近代三股大的移民浪潮，但就人口流动规模而言，也不超过今天一浪高过一浪的外出打工潮人口的 1%。

“两亩地，一头牛，老婆孩子热炕头……”这是几千年来中国农民对家的理解。然而，在今天中国广袤的曾经美丽迷人的乡村，已经几乎看不到三代同堂的那种温馨场景了。这场史无前例的中国农民大规模流动，不仅带来中国几千年传统小农家庭的断裂崩离，也从根本上加速了传统农村社会的解体。

田地里弓背劳作的老人，家门口守望的孩子……在四川、河南、安徽、湖北、广西等外出打工大省的乡村，这样的情景随处可见，成为 21 世纪前后中国乡村的鲜明缩影。

年复一年，他们就像一群候鸟一样，匆匆地悄无声息地来，又匆匆地悄无声息地去。

而无数农民工这一走，就是一年、两年、五年、十年，甚至有的永远就再也没有回来。而在远去的背影身后，是孩子撕心裂肺的哭喊，是男人或女人的眼泪，是老人无奈的嗟叹！



2. 令人心酸的“孤儿泪”

这是一个几乎被遗忘的角落，这是一群几乎被遗忘的孩子，甚至当他们还嗷嗷待哺时，父母就背井离乡，到遥远的城市去谋生糊口。

从20世纪80年代开始，在中国960多万平方千米的广袤土地上，中国农村每年有几亿人进入乡镇企业和城市打工，成为农民工。他们外出后，留下了成千上万的孩子与老人一起生活，乡村里到处都是老人、妇女和孩子。

人们给这群孩子起了一个酸楚的名字，叫做“留守儿童”。

在中西部的每一个村庄，都能看到大量留守儿童的身影。几乎可以肯定，随着城镇化的进程，这个群体的数量还将持续上升。根据预测，即使以最低的城市化比率60%计算，中国还将有3亿农民工要进入到城市——这些都将是造就更多的留守儿童。

而在森严的城市户籍壁垒面前，他们中的大多数人都无法随父母进城。据全国妇联进行的针对留守儿童的专项调查显示：农村留守儿童中有55%和祖辈或其他人一起生活。由于缺少父母的亲情呵护与交流，对他们的情感和社会性发展都带来了极大的影响。

留守儿童中大量存在的学业失教、心理失衡、道德失范、安全失保的现状，令人担忧，由此引发了一系列社会问题，成为外出务工人员的后顾之忧。

专家表示，农村留守儿童面临的最大问题是亲情缺失。一项针对农村留守儿童的调查显示，在农村留守儿童中，与父母半年见一次面的占53%，一年见一次的占44%，两年或以上见一次的占3%。许多留守儿童都会出现一些不健康的心理变化，其中，女童多表现为抑郁、恐惧，男童则表现出易怒、焦虑。

案例

迷失的花季

小丽今年13岁了，6岁时，父母便去外地的郊区种菜，这期间小丽的父母又超生了两胎，根本无法顾及留在老家的小丽。7年中，小丽在奶奶家、外婆家、姑姑家之间辗转生活。村里有两个十几岁的男孩整天在外闲逛，动不动就打小丽。小丽没地方倾诉，就偷偷喝了农药。幸亏奶奶发现得早，要不然她就没命了。可以说，小丽的童年基本与花季无缘。



在农村留守群体中，那些遭遇亲情别离的留守儿童无疑是不幸的，也是无辜的。他们那非同于正常儿童的生活环境、生存现状、心理成长状况，甚至引起了一些作家的关注。作家王安忆在小说《哺乳期的女人》中，就叙述了江南古镇一个从未吃过母乳的留守儿童旺旺偷吃惠嫂母乳的故事。作家聂茂说：“某种意义上，孩子仿佛一群被潮水抛到岸上的小鱼，让人感觉到危险、窒息……”

心理学的研究表明，在儿童成长过程中，和谐的亲子关系发挥着关键性的作用。亲子关系是以血缘为基础的关系，是子女对父母的依恋，这是同学关系、朋友关系甚至祖孙关系都不能替代的。它是个体所形成的第一个人际关系，它的存在与发展对儿童的身心发展产生巨大的影响，即使父母离开，他们依然对父母存有强烈的情感需求。

相反，如果正处于身心迅速成长和变化关键期的孩子，无法与父母进行正常而必要的情感交流，缺乏父母的关爱、有效教育及引导，长此以往，将会使他们出现精神上的孤独与无助，严重者甚至出现心理的畸形发展。

案例

变坏的小永

某村外出打工的刘先生发现，经过两年的分离，8岁的儿子小永染上了不少坏习惯。小永除了吃零食成瘾外，还动不动发脾气、乱摔东西，有时竟然打骂爷爷奶奶。另外，孩子在学校学习也不认真，注意力不集中，甚至打骂同学，老师也无法管教，最后不得不叫家长将他带回家中。

“爸爸妈妈别走太远，不要把我一个人留下尝尽心酸，就连小鸟都有家的温暖，可我只能和黑夜说着孤单……”

这是一个个留守儿童发自心底的呼唤。日复一日，冬去春来，无数留守儿童，就这样只能跟着年迈的爷爷、奶奶或别的亲人，在残缺的岁月中一天天长大。而父母，在他们的脑海里早已蜕变为一年、两年甚至数年才露个脸儿、见个面的符号和概念。

孤单、凄凉、盼望、等待……短暂的团聚与长久的别离，组成了农村留守儿童成长的年轮。他们在乡村中孤独地守望，像庄稼地里的荒草一样野蛮生长。



他们，成了一个时代守望乡村的“孤儿”！

空巢孤雁：留守儿童的生存状况

父母打拼世界，孩子留守家乡。这的确给留守孩子的家庭带来了经济状况的改善，但同时也使那些被忽视了的“花朵”容易产生各种心理和行为问题。

1. 生活的巨变

留守儿童原本是生活在父母身边的幸福的花儿，父母出于改善生活环境、提高生活质量的目的而外出打工，把年纪尚小的孩子们留给了祖父母、亲戚或长姐长兄，让其承担起照顾和教育这些孩子的重任。有些孩子即使上学了，家长仍然在外务工，无法出席孩子在学校参加的任何活动，与孩子的沟通也渐渐变少。自从父母离开家去城里打工后，留守儿童的生活就发生了很大的变化。

(1) 丧失了情感上的支持。

虽然父母外出务工后有祖父母或亲戚暂时代为监管，但是儿童与父母长期相处建立起来的深厚感情突然因此中断，他们再也不能像往常一样从父母的怀抱与关爱中获得各方面的情感支持，而只能转向祖父母、亲友等。这对于还未完全形成良好人际交往能力的儿童来说是个艰难的挑战。这种需要重新建立情感支持的环境会给他们带来心理上的巨大负担。

父母外出务工对留守儿童的生活会造成很大的影响，缺乏至亲关爱会对孩子造成许多不良的影响。最为直接的就是孩子在生活上很难得到最好的照顾、最贴心的关怀与抚慰，使孩子无法养成良好的生活习惯。父母在孩子的成长环境中是不可或缺和无可替代的，无论寄养人是谁，都无法完全做到跟父母一样提供给孩子全方位的爱。

(2) 监护人素质的降低。

由于大部分留守儿童的监护人是孩子的祖父母，他们因为年龄较大，不但要承担很多的农活与家务劳动，而且文化层次也不高，大多是文盲或者半文盲。所以他们在教育孩子的方式方法上就会用上一辈的老方法，几乎完全不懂得在心理上关心孩子的重要性，更不要说从孩子的心理健康角度来切切实实地关心孩子的成长、照顾孩子的情绪。他们能做到的仅仅是照顾孩子们的日常起居、吃饭穿衣等简单生活，在与孩子交流和沟通方面存在着极大的鸿沟和困难，也不能在孩子的学习问题上给予适当的帮助和指导。