




# 湖南省留守儿童 心理辅导 案例集

主编◎彭凯平 卢妹香 贾 征  
执行主编◎安 妮

HUNAN SHENG  
LIUSHOU ERTONG  
XINLI FUDAO  
ANLI JI



CIS | 湖南科学技术出版社



# 湖南省留守儿童 心理辅导 案例集

主 编◎彭凯平 卢妹香 贾 征  
执行主编◎安 妮  
编 者◎周 萍 汤风英 万轩好

## 图书在版编目（CIP）数据

湖南省留守儿童心理辅导案例集 / 彭凯平, 卢妹香, 贾征  
主编. — 长沙: 湖南科学技术出版社, 2022. 4  
ISBN 978-7-5710-1489-6

I. ①湖… II. ①彭… ②卢… ③贾… III. ①农村—  
儿童—心理辅导—案例—湖南 IV. ①B844. 1

中国版本图书馆CIP数据核字(2022)第034029号

## 湖南省留守儿童心理辅导案例集

主 编: 彭凯平 卢妹香 贾 征

出 版 人: 潘晓山

责任编辑: 王 李

出版发行: 湖南科学技术出版社

社 址: 长沙市芙蓉中路一段416号泊富国际金融中心

网 址: <http://www.hnstp.com>

邮购联系: 0731-82194012

印 刷: 长沙市宏发印刷有限公司

(印装质量问题请直接与本厂联系)

厂 址: 长沙市开福区捞刀河大星村343号

邮 编: 410153

版 次: 2022年4月第1版

印 次: 2022年4月第1次印刷

开 本: 710mm×1000mm 1/16

印 张: 26.25

字 数: 467千字

书 号: ISBN 978-7-5710-1489-6

定 价: 98.00元

(版权所有·翻印必究)

# 前言

P R E F A C E

本案例集是清华大学社会治理与发展研究院课题组应湖南省妇联与妇女儿童发展基金会办公室的邀请，就湖南省留守儿童心理辅导的实践成果而编著。

本案例集编选的 70 个案例，来源于湖南省农村留守儿童心理健康辅导中心“知心屋”项目过去几年的实践。在收到来自基层的 170 多个案例后，清华大学课题组的专家们多次反复阅读了每一个案例，挑选了其中优质的、有代表性的以及可提供借鉴的案例，并认真进行了点评。根据案例的内容，将案例集分为五个章节：留守儿童电影、地区与学校整体心理教育与辅导、团体心理辅导、个体心理咨询以及个体心理教育与辅导；在每个部分，又按照被辅导者的年龄段而分为小学、中学以及综合（中小学结合）部分，以方便读者检索。出于对案例作者的尊重，我们保留了作者姓名，但因很多个体咨询和辅导案例涉及被辅导者的隐私，为保护被辅导者，我们略去了作者具体的学校和单位，敬请作者谅解。

课题组的专家们在尊重原文的基础上，对案例进行了适当的修改。由于原始案例中很多都包括了被辅导者的个人信息，课题组的专家们将被辅导孩子的姓名、家庭住址、父母工作单位等一一进行了删除或改写，以保护个人隐私，恪守心理学工作者的伦理规范。知心屋的案例大都写得鲜活生动，课题组的专家们只是对原文中一些明显的文字错误和格式问题进行了修改，尽量保留了案例的原汁原味。

课题组对案例的评论力求兼顾整体与重点。鉴于大部分案例中所

涉及的问题都不止一个，专家们通常会指出该案例所涉及的主要问题，但是会对其中的一两个问题进行重点讨论。比如，虽然某个案例涉及亲子关系、厌学、跟同学打架等多种问题，但最主要和最突出的是亲子关系和厌学的问题，于是会将这个案例中主要的评论点放在亲子关系及厌学问题上；如果厌学的问题主要是亲子关系不良的症状表现，专家则会将这个案例从亲子关系的角度进行重点评论。在这些重点问题上，专家们展开论述，介绍相关的教育、心理学理论和方法，并有针对性地给出一些建议，以期让其他遇到类似问题的老师、咨询师、社工和家长，通过阅读本案例集而获得一些启发。如果读者希望针对案例所涉及的心理问题进行进一步探讨，或取得更多的资料，请与本课题组联系（yxxxy\_edu@163.com）。

本案例集是一本实践性的成果展示，不是一部严格的学术著作。为了保证一线留守儿童心理教育与辅导工作者们阅读的流畅感和实操性，专家们在点评中，兼顾科学性和可读性，尽量让文字自然流畅；课题组也鼓励专家发挥自己的个性，以避免所有的案例评论千篇一律。

阅读这些案例的过程中，我们被湖南省妇联和妇女儿童发展基金会开展的卓越工作深深折服，被众多一线教育和心理工作者们对留守儿童深切的爱和关怀、辛勤的奉献以及高度的专业能力而深深地打动。我们从中学到了很多，因此，我们是带着谦虚和敬意来编辑这本案例集的。

留守儿童的心理辅导工作到底应该怎样做？这是一个复杂的、没有标准答案的问题。在本案例集中，我们尽所能地对这个问题进行了一些探讨，但由于水平有限，难免挂一漏万，敬请各界朋友、读者批评指正。

清华大学社会治理与发展研究院  
湖南省留守儿童心理辅导项目课题组



## 第一章 学校整体心理教育与辅导

<b>小学部分</b> .....	002
1 从心出发，做有温度的教育   003	
2 让心灵沐浴阳光，让幸福充溢胸膛   012	
3 留守儿童的心灵驿站   018	
4 给我一个舞台，我定精彩绽放   021	
5 点面结合 心理辅导落到实处   024	
6 将知心屋工作融入少先队活动中   029	
7 让心灵充满阳光 让爱放飞留守的梦   032	
8 本校的“励志家园”及艺术与运动新举措   040	
9 忽如一夜春风来   045	
<b>中学部分</b> .....	050
10 纵横联合，守护童心：学校心理工作解析   051	
11 我们学校的心理工作   059	
12 从留守儿童“知心屋”到全县“七有五融合”   062	
13 立足实际，做好“知心屋”社会心理的支持   071	
14 积细流成汪洋，打造心理健康教育网络   076	
15 在轻描浓墨间让“留守”五光十色   085	
16 留守儿童最大的问题是心理健康问题   094	
17 县妇联在一所学校的“知心屋”工作   100	
<b>综合部分（中小学）</b> .....	104
18 同行、同伴、同成长   105	

- 19 为孩子的成长撑起一片蓝天 | 109  
20 为留守儿童撑起心理健康保护伞 | 113

---

## 第二章 团体心理辅导

---

中学部分	-----	120
1 初中生曼陀罗团辅实录		121
2 沙盘里孩子们的故事		125
综合部分	-----	129
3 终于看到了你的笑容		130

---

## 第三章 个体心理咨询

---

- 1 停止外向归因 对缺陷人生负责 | 137  
2 妈妈，我不是你的男子汉——10岁男孩啃咬指甲问题 | 146  
3 19岁女孩的考试焦虑 | 152

---

## 第四章 个体心理教育与辅导

---

小学部分（一至三年级）	-----	162
1 小学生打人行为案例报告		163
2 好孩子为什么威胁要自杀		168
3 我可以为所欲为		174
4 我不想去学校		180
5 “静不下来”的孩子		185
6 我闹就是为了让你们都关注我		190
7 隔代教育的“管束”与“教育”		196
8 该怎么教育这个敢打老师的孩子		200
9 怎样对待“三不”的孩子		205
10 浑身都是毛病的“小皇帝”		211
11 抑郁的孩子易厌学		216



- 12 隔代的溺爱 | 223
- 13 我感觉低人一等 | 230
- 14 一个重组家庭孩子的飞跃 | 234
- 15 顺手牵羊的秘密 | 239
- 16 预防校园欺凌从“心”出发 | 246
- 17 溺爱和惩罚并重导致的亲子冲突 | 251
- 18 强势的母亲与叛逆的女儿 | 255
- 19 11岁男孩性格孤僻缺乏家庭教育 | 260
- 20 我就是不想学习 | 263
- 21 让每一粒种子都能享受春天 | 268
- 22 没有笑容的“自卑”女孩 | 274
- 23 自我管理，塑造人格 | 278
- 24 他进步了 | 283
- 25 迷失方向的青春，何处是家的彼岸 | 289
- 26 隔代教育对孩子心理发展的深刻影响 | 293
- 27 日记本中的53个“恨”字 | 299
- 28 让爱引领，做孩子的“知心人” | 304
- 29 母亲的缺位让他敏感和受伤 | 308
- 30 成长路上的阳光雨露 | 313
- 31 向阳而生 | 318
- 32 心与心的沟通，情与情的认同 | 322
- 33 对三个留守儿童的教育和辅导 | 327
- 34 她不再哭了 | 334
- 35 她值得大家为她鼓掌 | 340
- 36 家校携手共促孩子幸福成长 | 346
- 37 小六女生的成长烦恼 | 352
- 38 “小霸王”变身记 | 358
- 39 从自负、遭遇挫折到抗逆力 | 366
- 40 同辈群体的压力让她过度自卑 | 372
- 41 对一个早熟敏感男孩的心理辅导 | 377

中学部分 ----- 383

- 42 单亲男孩初长成 | 384
- 43 对留守青少年进行性教育刻不容缓 | 390
- 44 一定要把辍学女生劝回学校 | 396

---

## 第五章 留守儿童电影

---

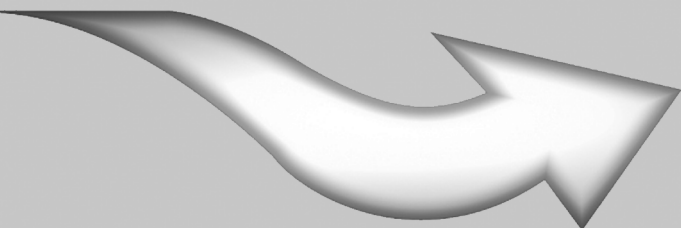
- 1 父母没有替身 | 403
- 2 希望天下所有的孩子都被世界温柔呵护 | 409

附录：案例评论专家简介 ----- 411



第一章

学校整体心理教育与辅导



**PART 1**

---

## 小学部分

---



## 从心出发，做有温度的教育

2014年，本校引进由湖南省妇联牵头、省妇女儿童发展基金会办公室组织实施的“知心屋”项目，2015年挂牌成为湖南省妇联关爱留守儿童心理健康教育辅导中心示范点。在省妇联、省妇女儿童发展基金会、各级妇联、社会心理机构以及天心区教育局持续的投入、扶持、关心与支持下，学校以“知心屋”项目为中心，以学生的心理健康教育为抓手、课题为平台、活动为载体、项目为支撑、高校辐射专家引领，走上心理健康教育之路已有五年之久，在不断研究和探索中，让学校心理教育特色鲜明，进展显著。

### 一、项目详情

天心区桂井小学位于大托街道桂井村，这里虽然是长沙的城郊接合部，但是交通却非常不方便，连公交车都没有，打的进村要加价，出村经常叫不到车，全校留守儿童家庭一度占比达到30%。目前学校7个班265名学生，只有4位在编教师。五年来，学校以“知心屋”项目为抓手，一直注重学生心理健康教育，真心关注留守儿童的身心发展。

#### （一）用心呵护，关爱留守儿童心理健康

留守儿童因缺乏父母的陪伴，普遍存在缺乏热情、心理敏感脆弱、成绩不佳等问题。给予留守儿童必要的心理健康教育与辅导非常必要，于是本校就确定了以关注学生心理健康为切入点，以德育活动为载体，依托“知心屋”项目努力打造学校的心理健康教育特色。

1. 狠抓硬件，打造留守儿童“心理教育基地” 2014年，学校引进了“知心屋”项目。

2015年，挂牌留守儿童心理健康教育辅导中心“知心屋”，心理教育阵地初建（一间心理咨询室）。

2016年7月，“知心屋”在硬件上完成了第二次重建工作，内设接待室、沙盘室、个体辅导室、团体辅导室、宣泄室；设施设备得到了一定完善。

2017年7月，“知心屋”在硬件上完成了第三次重建工作，并挂牌“桂井小

学心理健康教育基地”，内设接待室、音乐书吧、沙盘室、个体辅导室、团体辅导室、宣泄室、植物治疗室；设施设备的完善为孩子们营造了一个良好的心理健康教育环境。

2018年元月，学校心理教育基地正式落成并投入使用，一间小小的“知心屋”蜕变成了一栋美丽的心理楼，全新漂亮的心理楼成为桂井小学亮丽的风景线。这里，环境清新、愉悦，孩子们特别喜欢到这里来玩、来阅读、来倾诉心底的声音……于是，这里便成了孩子们的乐园，成了孩子们心灵对话的空间，也是学校的心理健康教育基地。

2. 巧借外力，用好留守儿童“护心人” 做好留守儿童的心理教育需要专业的心理教师队伍，为了解决师资薄弱的困难，学校巧借外力，紧密聚合了妇联、区教育局、高校、社会爱心机构几方力量，为学校“强筋壮骨”。

清华大学积极心理学研究中心、湖南省第一师范学院、湖南农大、湖南师范大学都有心理专家成为学校心理校外咨询专家，学校目前已挂牌成为湖南省第一师范学院和长沙理工大学数学与统计学院的教育实习基地。清华大学积极心理学专家安妮老师每年定期到校为学校及区域的教师、家长、学生进行不同层面的培训，并连续两年携美国少年义工来校援教，开展为期半个月的“孩子关爱孩子、孩子帮扶孩子”的活动。

这些专业力量的介入，让桂井小学对留守儿童的心理教育更加的系统和专业。

3. 勤练内功，做好留守儿童“知心人” 农村留守儿童由于父母不在身边，孩子有疑问如果得不到解答，可能会造成他们认知、情绪和行为上的偏差，学校从课程设计、活动策划、项目引进等方面，全方位关爱留守儿童。

(1) 营造温馨氛围：在桂井小学，人人都是心育工作者，班主任、任课老师对于留守儿童给予特别的关注，时刻关心着留守儿童们的心理状态，经常找孩子们聊天谈心，了解孩子内心的烦恼与困惑，并帮助其解答疑难问题，同时也经常性地与家长进行沟通，引导其重视对孩子的陪伴。

在老师们的悉心教导下，同学们养成了互帮互助的良好习惯，同学们亲如兄弟姐妹，这种和谐的氛围让留守儿童们在班集体中感受到家的温暖。

(2) 科学安排课程：每班每周安排一节心理活动课，由学校心理专职教师担任教学工作。老师根据低、中、高三个学段进行备课，编制教案、制作课件，实施教学，此外还有针对性地对五六年级的孩子进行青春期的专题讲座。心理辅导



室在每天下午 4:00 至 4:30 对学生开放个体咨询,心理辅导老师在遵守心理咨询原则的前提下,对留守儿童的学习、生活适应性、情感困惑、人际沟通等问题给予直接或间接的指导和帮助。

(3) 精心策划活动:学校的心理健康教育,不只是简单地传授一些心理健康知识,还通过开展丰富多彩的活动,让留守儿童们在活动中有所悟、有所得。

举办独具特色的校园心理剧竞赛,学生自编自导自演的校园心理剧,这些剧目展示了留守儿童对父母和亲情的渴望,也让留守儿童们在故事性的情境中体会心理问题的出路;学校还通过感恩节蓝丝带在行动、手语操、戏曲操、传递爱的接力棒等活动,将德育活动与心理健康教育融合在一起,为学校的留守儿童们搭建了一个自我展示和健康成长的平台。

其中,心理剧的创作和表演已经成了学校的品牌活动,本校多次举办了“塑美好心灵、建和谐校园”校园心理情景剧竞赛活动,每次比赛,剧目全部由学生在班主任、心理老师的帮助下,自编、自导、自演……心理剧比赛不仅培养了班主任的心育能力,更让孩子们学会了自我教育,排演的心理剧多次在省、市、区心理剧大赛中获奖。2020 年六一前夕,心理剧《意念餐厅》登上了笑工厂的专业舞台。

(4) 积极引进项目:由于学校地域偏僻,师资力量薄弱,为此,学校采取心育资源项目化方式,借助外力,促进学校心育工作的开展。除学校早有的“知心屋”项目外,还先后引入 4 个项目。

1) 肯德基小候鸟基金项目:本校引进了专门为留守、流动两类困境儿童开展情感呵护和心灵关怀的肯德基小候鸟基金项目。该项目在学校设立了小候鸟图书角,并开展了一系列关爱小候鸟活动。

2017 年 5 月,肯德基与大学生志愿者们一同走进学校,组织进行“关爱留守儿童,为小候鸟送去快乐和陪伴”的活动。2018 年 6 月,肯德基“天使餐厅”的“天使”员工们、优秀的曙光学子代表和肯德基吉祥物奇奇一起,走进桂井小学,通过与小候鸟们的一系列互动和亲密接触,用榜样的力量激励小候鸟们奋发向上,树立自信心,呵护他们的梦想茁壮成长。

2) “开绘啦”阅读点亮心灵项目:2017 年下半年,学校与湖南李丽心灵教育中心合作启动了“开绘啦”阅读点亮心灵公益项目。“开绘啦”讲师团队按照“2 名讲师+1 个班级”的结对模式,为留守儿童提供系统化绘本阅读课,培养他们的阅读兴趣和阅读习惯,强大他们的内心,赋予他们战胜困难与挫折的勇气和

力量，也开辟了学校绘画心理学之路。

3) 恩三智能童伴计划：2017年底，学校引进智能童伴计划，为留守儿童引进了小恩智能机器人，让孩子们在缺少父母陪伴的时候，能够有一个常伴左右的“小伙伴”慰藉心灵，并对小恩说出心里话。工作人员可以通过后台进行监管，并且会在保护孩子隐私的同时反馈孩子的心理问题，从而让我们的心理健康教育更有针对性、实效性。

4) 中小学性别平等教育进课堂项目：2018年经过层层选拔，本校获批成为国务院妇儿工委在湖南省推行中小学性别平等进课堂项目试点中的唯一小学。本校特邀知名心理专家和教育科研教授，综合心理学、教育学、课程论等理念和方方法，将心理疗愈、生命教育、人格培养与塑造、人生指导几大元素结合起来，共同打造立足根本、深入浅出、独具特色的性别平等教育内容。

开展性别平等教育研学活动。2019年4月和10月，本校分别开展了“实践性别平等教育，穿越原始文字部落”春季研学活动和“实践性别平等，强化国防安全意识”秋季研学活动。活动中，通过认知“男”“女”的甲骨文写法和含义，从母系氏族社会—父系氏族社会、妇好—武丁等历史事件和人物故事，了解历史上男女地位和社会发展关系，辨别对于性别角色的刻板化印象，消除性别偏见。研学过程中，学生们男女搭配，互相配合，通过丰富多彩的活动不仅认识到了自己的性别优势，也看到了异性突出的表现，营造了和谐的性别关系。

通过性别平等主题黑板报、手抄报评比活动，积极营造性别平等教育文化氛围，将性别平等意识渗透到孩子们的日常生活中，鼓励学生展开相关的讨论和知识阅读；开展了小学性别平等专题讨论，根据学生特点我们设计了问卷答题，各班同学积极参与，分享对于男女性别不同的见解，以此树立他们男女平等意识；通过将找朋友、描述自己与他人等活动积极融入性别平等教育知识，让学生在活动中转变性别意识，消除性别偏见。

此外，本校还成立了“比翼鸟”心理社团，通过社团活动关注每一位成员，使孩子们在增长自身心理健康知识的同时，关注他人心理健康，并通过各种互动活动，使性别平等的意识深入每一位学生，为学生的全面、健康发展起到积极作用。

通过丰富多彩的活动，让性别平等的意识走进学生心灵，培育学生的完整人格。

## （二）用心沟通，引导家长转变观念

因农村留守儿童的父母外出打工，抚养孩子的重任就落到了祖辈的身上，但



是祖辈接受的文化教育程度较低，尤其是在教育理念上，对孩子的关爱往往表现为重物质轻精神，重养轻教，在很大程度上不利于孩子身心健康的发展。学校的教育需要得到家长的大力支持，当然家庭的教育也离不开学校的科学指导，为此，本校针对隔代教育的家庭做了一系列工作。

1. 大力宣传男女性别平等 传统的性别文化在农村还有影响，有一些老人还有重男轻女的思想，不当的教育方式会严重影响儿童个性和自我意识的发展，学校通过微信公众号宣传本校性别平等教育进课堂项目，邀请家长走进校园观看孩子们自编自导自演的性别平等心理剧，并积极招募志愿者，期待家长们能转变观念，让农村留守儿童，无论是男孩还是女孩，在心理、学习、生活上都能得到同样的关心和照料，为孩子打造一个平等、尊重、认同、欣赏、培育的良好环境。

2. 举办讲座更新家教知识 定期举行家长讲座，与家长针对不同年级学生的学习、交往、个性心理特点分别进行专题交流与指导，帮助留守儿童家长及监护人更新家庭教育观念，学习新的家庭教育知识，引导他们树立正确的亲子观和成才观。

3. 密切沟通改善成长氛围 学校给每个留守儿童都建立了“成长档案”，让孩子们把自己获得的荣誉，想对远方的父母说的话，以及自己平时生活中的小动态一一记录在册。当孩子与父母重聚时，就可以一起翻一番，享受温馨的亲子时光。

班主任和任课教师与留守儿童的父母建立密切的联系，让他们及时了解孩子在学校的情况，促进父母与孩子、与家里老人的沟通，让农村留守儿童能够得到更多的关注。

4. 感恩教育融洽家庭氛围 留守儿童大部分时间跟祖父母生活在一起，缺乏和父母的沟通，往往不能够理解父母的良苦用心，也不了解父母在外的艰辛，与祖父母的沟通也存在问题。为了消除留守儿童因远离家长造成的自私、冷漠、孤僻等心理障碍和性格缺陷，学校组织系列感恩教育活动，让“留守儿童”带着一颗感恩的心，去体会家长的养育之恩。

“感恩父母，我先行——护蛋行动。”通过为期一周的保护蛋宝宝的体验，让留守儿童感受到了父母的用心呵护和无私关爱；在九月九日重阳节里，开展主题为“为爷爷奶奶洗一次脚”的敬老活动，促进了孩子们与老人的情感交流，让孩子们感受岁月如梭，亲情易逝，把握当下；组织两天一夜，远离父母的“心灵之

旅”素质拓展活动，让孩子们学会独立的同时，真切地体会到离家的不易，体会到父母浓浓的爱；开展“家务大比拼”活动，让孩子学习并完成一些力所能及的家务活动，了解父母和祖辈的不易。

通过这些持续的感恩活动，家长们反映，孩子们开始懂得体谅父母和祖父母了，家庭氛围变得非常融洽。

### （三）用心付出，赢得各方肯定

近年来，学校以“知心屋”项目为中心，以心理教育为抓手，针对留守儿童的爱和教育做出的努力，不但受到了家长的肯定，也得到了社会各界的关注。

1. 部分留守儿童不再“留守” 经过5年的努力，整个学校形成了非常好的氛围，隔代家长纷纷转变观念，给留守儿童营造了一个更好的生活和学习氛围，不少父母也深刻地认识到了陪伴孩子的重要性，许多家长为了孩子而返乡就业，学校留守儿童的比例逐年减少，目前全校265名学生中留守儿童占比下降到了10%左右，部分留守儿童已不再“留守”。

此外，父母仍不在身边的留守儿童们也变得开朗、乐观起来，他们感受到了来自学校、老师、同学以及其他人士的关爱与温暖，内心开始充满阳光。每个学生都懂得了及时关注自己的心理和情绪变化，遇到困惑会主动寻求心理老师的帮助，每天到心理楼咨询和体验的学生络绎不绝。

2. 开放展示荣膺“他山之石” 作为湖南省首个农村留守儿童辅导中心示范点，从2015年至今，学校每年都会迎来一批来自全省上百位农村留守儿童辅导中心的老师、社会志愿者和省妇联的心理专家参观和指导。

2015年9月，全省五十多位农村留守儿童心理辅导中心的校长来校参观，对学校知心屋的阵地建设赞叹有余，纷纷表示回到自己的学校一定加大人力、物力、财力的投入，致力于积极开展心理健康工作。

2016年9月28日，学校面向全省100所学校校长及心理健康教育工作者开放，展示了学校留守儿童心理健康教育的成果，获得来宾的一致好评。

2017年7月，学校迎来了32个县市区妇联主席和校长，桂井小学的知心屋建设和管理运行情况获得了大家一致的好评。不久，湖南省城乡社区儿童之家项目培训学员也来到学校参观学习。

在这一次次的开放中，不仅促进了本校自身的发展，还产生了深远的社会影响。学校也先后获得湖南省农村留守儿童心理健康辅导中心项目先进集体、长沙市心理健康教育示范校、长沙市巾帼文明岗、长沙市天心区心理健康教育先进单

