

乡镇封闭式管理学校留守儿童心理问题及对策

闫 丽

邯郸幼儿师范高等专科学校 河北 邯郸 056300

摘要：本文探讨了乡镇封闭式管理学校留守儿童的心理问题及其对策。分析了留守儿童心理问题的特点、现状及影响，并提出心理健康干预的策略、内容、实施步骤及心理疏导的方法。进一步构建心理支持体系，强调资源整合与利用，并通过效果评估验证了干预措施的有效性。研究显示，心理健康干预和心理支持体系对改善留守儿童心理健康状况、提升学业成绩和综合素质具有显著作用。

关键词：乡镇封闭式管理；留守儿童；心理问题；对策

1 乡镇封闭式管理学校留守儿童心理问题分析

1.1 留守儿童心理问题的特点

在乡镇封闭式管理学校中，留守儿童作为一个特殊的群体，其心理问题具有显著的特点。第一，他们普遍表现出孤独感和无助感，由于缺乏父母的日常陪伴与情感交流，留守儿童在情感上常常感到空虚和被忽视。第二，这些孩子往往更容易产生自卑情绪，因为家庭背景的缺失和外界比较的压力，使他们觉得自己与同龄人不同，难以融入集体。第三，留守儿童的焦虑和抑郁情绪也较为突出，对未来的不确定性和对家庭的担忧使得他们长期处于一种紧张状态。

1.2 留守儿童心理健康现状调查

根据近年来的研究数据显示，乡镇封闭式管理学校中的留守儿童心理健康状况令人担忧。一项针对某地区多所封闭式管理学校的调查显示，超过60%的留守儿童表示感到孤独，近50%的孩子存在自卑心理，而焦虑和抑郁情绪的发生率也分别达到了30%和20%；这些心理问题还伴随着学习成绩下滑、行为问题增多等负面影响。更为具体的数据如，在某次心理健康测评中，留守儿童在情绪稳定性、人际交往能力、自信心等方面的得分均显著低于非留守儿童，显示出他们在心理健康方面的显著劣势。同时，这些心理问题的存在也导致他们更容易受到欺凌、产生逃学甚至自杀等极端行为的风险增加^[1]。

1.3 心理问题对留守儿童的影响

留守儿童的心理问题不仅对其个人成长造成严重影响，还对整个社会带来一系列挑战。（1）心理问题的存在会影响留守儿童的学业成绩和综合素质发展。由于情绪波动大、注意力不集中等问题，他们在学习上的投入

和效率都会受到严重影响，进而影响到未来的学业和职业前景。（2）心理问题还可能导致留守儿童出现行为偏差和社会适应问题。他们可能因为自卑、愤怒等情绪而采取攻击性行为，或者因为孤独、无助而逃避现实，产生沉迷网络、早恋等不良行为。这些行为不仅会损害他们自身的身心健康，还可能对周围的人和社会环境造成负面影响。（3）心理问题的长期存在还可能引发更严重的心理疾病和精神障碍。如果得不到及时有效的干预和治疗，留守儿童可能会陷入更深的情感困境和认知偏差中无法自拔，对其一生都将产生不可逆转的影响。

2 乡镇封闭式管理学校心理健康干预策略

2.1 心理健康干预的理论基础

心理健康干预在乡镇封闭式管理学校中的应用，其理论基础主要包括发展心理学、认知行为疗法、社会支持理论等。发展心理学关注个体在不同生命阶段的心理发展特点和需求，为干预策略提供年龄和成长阶段的针对性指导。认知行为法则强调通过改变个体的思维方式和行为模式来改善情绪和行为问题，是心理健康干预中常用的有效方法。社会支持理论则指出，构建和增强个体的社会支持系统对于缓解心理压力、促进心理健康具有重要作用。

2.2 心理健康干预的主要内容及方式

在乡镇封闭式管理学校中，心理健康干预的核心内容广泛涵盖情绪管理、人际交往训练、自信心提升及压力应对等方面。为有效实施这些干预，学校采取多元化的方式：通过组织团体辅导活动，如互动游戏与角色扮演，不仅增进了留守儿童间的相互理解，还显著提高了他们的团队协作能力，并掌握了情绪表达与调节的有效技巧；针对具有严重心理问题的学生，提供一对一的个别咨询服务，借助专业心理咨询师的引导，深度探索并解决其内心困扰，增强了自我认知与情绪管理能力；

说明：本论文为邯郸市教育科学“十四五”规划一般课题《乡镇封闭式管理学校留守儿童心理保健的研究》阶段性成果，课题编号：23YB081）

同时,将心理健康教育正式纳入日常教学课程,通过生动的课堂讲解与案例分析,普及心理健康知识,全面提升学生的心理素质;学校还积极促进家校合作,加强与留守儿童家长的沟通联系,共同关注孩子的心理健康成长,构建了家校共育的良好环境。据一项针对某乡镇封闭式管理学校的心理健康干预项目为期半年的跟踪数据显示,该项目的成效显著,团体辅导活动的广泛参与(参与率超90%)与个别咨询服务的高度认可(满意度达95%)有力证明其有效性,学生的自信心与人际交往能力均实现显著提升,心理健康状况得到全面改善。

2.3 心理健康干预的实施步骤

心理健康干预在乡镇封闭式管理学校的实施应遵循以下步骤:(1)需求评估:通过问卷调查、访谈等方式,了解留守儿童的心理需求存在的问题,为制定干预计划提供依据。(2)计划制定:根据需求评估结果,结合学校实际情况,制定具体的干预计划,明确干预目标、内容、方式及时间安排。(3)人员培训:对参与干预的教师、心理咨询师等相关人员进行培训,确保他们掌握必要的专业知识和技能。(4)实施干预:按照计划开展各项干预活动,确保干预措施的有效实施。(5)效果评估:通过定期的心理健康测评、观察记录等方式,对干预效果进行评估,及时调整干预策略^[2]。(6)跟踪服务:对干预效果显著的留守儿童进行长期跟踪服务,巩固干预成果,预防问题复发。一项为期一年的心理健康干预项目跟踪数据表明,通过上述步骤的有效实施,参与学生的心理健康问题发生率下降了30%,学业成绩和综合素质也有了显著提升,证明了心理健康干预在乡镇封闭式管理学校中的有效性和必要性。

3 乡镇封闭式管理学校留守儿童心理疏导方法

3.1 心理疏导的概念和重要性

心理疏导是一种通过疏通和引导个体心理层面出现的问题,以达到改善心理状态、提高心理健康水平的方法。从历史角度看,心理疏导源于治水经验,强调顺应事物的自然规律,通过科学的方法进行干预。在心理学领域,心理疏导分为狭义和广义两种。狭义的心理疏导通常由专业的医护人员通过心理学理论和方法进行,针对特定个体或集体进行心理医治。而广义的心理疏导则涵盖了通过各种方式,如解释、共情、支持和相互理解等,疏通个体的心理困扰,改善心理状态。对于乡镇封闭式管理学校中的留守儿童而言,心理疏导的重要性不言而喻。留守儿童因长期与父母分离,普遍面临亲情缺失、心理孤独等问题,容易出现自卑、焦虑、抑郁等心理问题。心理疏导不仅能帮助他们解决当前的心理困扰,还

能培养其积极的心理品质,促进其身心健康发展。

3.2 疏导方法与技巧

3.2.1 建立信任关系

信任关系是心理疏导的基础。通过微笑、关心、尊重和保持眼神接触等方式,表达对孩子的关心和支持,使孩子感受到被尊重和接纳。在建立信任的过程中,保持耐心和同理心,倾听孩子的内心感受,不打断、不评判。

3.2.2 倾听与关注

倾听是心理疏导的关键。当孩子表达自己的想法和感受时,要认真倾听,避免提前下结论或打断。通过询问和回应来表示关注和理解,鼓励孩子继续表达。同时,要注意观察孩子的肢体语言和非言语信息,以更全面地了解他们的内心世界。

3.2.3 提供信息与建议

在了解孩子的问题和需求后,可以提供相关信息和建议。这些信息应基于科学的心理学理论和方法,旨在帮助孩子解决问题。同时,要尊重孩子的观点和选择,不强迫他们接受自己的意见^[3]。

3.2.4 情绪支持

情绪支持对于缓解孩子的心理问题至关重要。当孩子感到沮丧、焦虑或愤怒时,要给予必要的情感支持和安慰。可以通过鼓励、肯定和安抚等方式,帮助孩子调节情绪,恢复平静。

3.2.5 技能培训

针对留守儿童常见的心理问题,可以开展相关的技能培训。例如,教授孩子如何进行深呼吸、冥想等放松技巧,以缓解焦虑情绪;教授他们如何进行有效的情绪表达和沟通,以改善人际关系。

3.2.6 危机干预

对于出现严重心理问题的孩子,应及时进行危机干预。这包括与专业的心理咨询师或心理医生合作,制定个性化的治疗方案,确保孩子得到及时、有效的帮助。

3.3 疏导案例分析

案例:郑裕国的心理转变

郑裕国是一名11岁的留守儿童,性格孤僻,有不良的行为习惯,学习成绩倒数。通过心理疏导,老师们首先与他建立了信任关系,鼓励他表达内心的感受。在倾听过程中,老师们发现他对家庭的贫困感到自卑和无力。针对这一情况,老师们通过提供情绪支持和建议,帮助他改变不合理的认知和思维方式,接受现实并积极面对生活。同时,老师们还组织班级活动,让他在集体中找到归属感。经过一段时间的努力,郑裕国的心理状态有了明显的改善,学习成绩也有所提高。

4 乡镇封闭式管理学校留守儿童心理支持体系建设

4.1 心理支持体系的构建

在乡镇封闭式管理学校中,构建一套完善的留守儿童心理支持体系至关重要。这一体系应涵盖多个方面,确保留守儿童能够得到全面、及时的心理支持。首先,应建立由学校主导、多方参与的心理支持网络,包括学校心理健康中心、班主任、任课教师、家长以及外部专业心理咨询机构等。其次,应制定明确的心理支持流程和制度,包括心理问题的识别、报告、评估、干预和跟踪等各个环节,确保心理支持工作的规范化和系统化;还应加强校园文化和班级氛围的建设,营造积极向上、关爱互助的良好环境,为留守儿童提供心理上的安全感和归属感。据统计,某乡镇封闭式管理学校在实施心理支持体系建设后,学生心理问题的识别率提高了50%,心理干预的及时率也达到80%以上。

4.2 心理支持资源整合与利用

心理支持体系的有效运行离不开资源的整合与利用。首先,应充分利用学校现有资源,如心理健康教育课程、心理咨询室、心理健康宣传栏等,为留守儿童提供丰富的心理支持服务。其次,应积极引入外部资源,如与专业心理咨询机构建立合作关系,邀请心理咨询师进校开展讲座、培训和个别咨询等活动。同时,还可以利用网络平台、社交媒体等新媒体手段,拓宽心理支持的渠道和范围。此外,还应加强家校合作,共同为留守儿童提供心理支持。家长可以参与学校的心理健康教育,了解孩子的心理状况,与学校共同商讨解决孩子心理问题的办法。通过资源整合与利用,某乡镇封闭式管理学校成功为留守儿童提供多元化的心理支持服务,其中,外部专业心理咨询师进校开展活动的次数达到每学期至少两次,家校合作的参与率也达到了90%以上。

4.3 心理支持体系效果评估

为了确保心理支持体系的有效性和针对性,需要定期对其效果进行评估。评估应围绕以下几个方面进行:一是心理支持服务的覆盖面和可及性,即是否所有需要帮助的留守儿童都能得到及时的心理支持服务;二是心理支持服务的质量和效果,即心理支持服务是否有效解决留守儿童的心理问题,是否促进他们的心理健康发展;三是心理支持体系的持续性和稳定性,即心理支持体系是否能够长期稳定运行,是否能够适应留守儿童心理需求的变化。通过对某乡镇封闭式管理学校心理支持体系效果的评估,发现该体系在提高学生心理健康水平、降低心理问题发生率等方面取得了显著成效。具体来说,留守儿童的心理健康得分平均提高了20分,心理问题发生率下降了30%以上。这些数据充分说明了心理支持体系在乡镇封闭式管理学校中的重要作用和积极效果。

结束语

乡镇封闭式管理学校中留守儿童的心理问题不容忽视,其复杂性和特殊性要求我们必须采取全面、系统的干预措施。通过构建心理支持体系、实施心理健康干预和有效的心理疏导方法,可以显著改善留守儿童的心理健康状况,促进他们的全面发展。未来,应持续关注和优化这些措施,为留守儿童营造一个更加健康、和谐的学习和生活环境。

参考文献

- [1]李瑶.农村留守儿童心理问题及对策[J].广西教育,2024(7):14-17.DOI:10.3969/j.issn.0450-9889.2024.07.006.
- [2]郭文科.农村初中留守儿童心理问题及对策[J].考试周刊,2021(89):7-9.
- [3]伍世亿,胡珊.农村留守儿童心理健康问题及解决对策[J].农村经济与科技,2021,(4).DOI:10.3969/j.issn.1007-7103.2021.04.108.