

# 家庭环境及教育方式对留守儿童心理健康和行为习惯的影响

王向东

邯郸幼儿师范高等专科学校 河北 邯郸 056300

**摘要：**本文探讨了家庭环境及教育方式对留守儿童心理健康和行为习惯的影响。指出家庭环境在留守儿童成长中的重要性，强调亲子分离、家庭经济状况及家庭氛围对其心理和行为的影响。同时，分析隔代教育、远程教育及家校结合等教育方式的利弊。因此，从政策、家庭、学校及社会层面提出改善留守儿童家庭环境和教育方式的建议，以期促进留守儿童的健康成长。

**关键词：**留守儿童；家庭环境；教育方式；心理健康；行为习惯

## 1 家庭环境对留守儿童心理健康的重要性

家庭环境作为儿童成长的第一课堂，对留守儿童的心理健康具有不可估量的重要性。在留守儿童群体中，由于父母长期外出务工，家庭结构的不完整性和亲子关系的疏离成为他们面临的主要挑战之一。一个温暖、支持且稳定的家庭环境，能够为留守儿童提供情感上的安全港湾，帮助他们建立健康的自我认同和积极的情绪调节机制。良好的家庭环境意味着有负责任的监护人，他们不仅能在生活上给予留守儿童必要的照顾，更能在心理上给予足够的关爱和支持。这种关爱不仅仅是物质上的满足，更重要的是情感上的交流和陪伴，让留守儿童感受到家的温暖和归属感。在这样的环境中成长的留守儿童，更容易形成积极向上的心态，面对困难和挑战时更加坚韧不拔。相反，如果家庭环境冷漠、忽视或充满冲突，留守儿童可能会感到孤独、无助和焦虑，这些负面情绪长期积累，会严重影响他们的心理健康发展<sup>[1]</sup>。因此，家庭环境的营造对于留守儿童的心理健康至关重要，需要社会各界共同努力，为留守儿童创造一个更加温馨、和谐的家庭成长环境。

## 2 留守儿童面临的主要问题

### 2.1 心理健康问题

留守儿童在心理健康方面面临着诸多挑战。由于父母长期不在身边，他们缺乏直接的情感交流和支持，容易导致孤独感和情感缺失。这种长期的情感空虚可能使他们变得内向、沉默寡言，甚至产生自我封闭的现象；缺乏父母的引导和监管，留守儿童在面对学习、生活压力时，往往难以有效应对，容易产生焦虑、抑郁等负面情绪。还可能因为家庭经济状况不佳、社会地位较低等原因，感到自卑和无力，进一步加剧心理健康问题<sup>[2]</sup>。这

些心理健康问题的存在，不仅影响留守儿童的个人成长和发展，还可能对其未来的人际关系和社会适应能力造成深远影响。

### 2.2 行为习惯问题

行为习惯方面，留守儿童同样面临诸多困境。由于父母不在身边，他们的日常行为往往缺乏有效的监督和指导，容易形成不良的行为习惯。例如，在学习上，留守儿童可能缺乏自律性和学习动力，导致学习成绩下降，甚至产生厌学情绪。在生活上，他们可能缺乏良好的生活习惯，如不注意个人卫生、饮食不规律等。此外，由于缺乏正确的价值观引导，留守儿童还可能受到不良信息的影响，模仿不良行为，如沉迷网络游戏、结交不良朋友等。这些不良行为习惯一旦形成，不仅会影响留守儿童的身体健康和学习成绩，还可能对其未来的人生轨迹产生负面影响。

## 3 家庭环境对留守儿童心理健康和行为习惯的影响

### 3.1 亲子分离

亲子分离是留守儿童面临的最直接问题之一；长期的亲子分离使得留守儿童在情感需求上得不到及时的满足，他们渴望与父母分享生活的点滴，寻求安慰和指导，但现实却往往只能通过电话或偶尔的探访来维系这份情感联系。这种情感上的不满足和渴望，容易导致留守儿童产生孤独感、失落感和不安全感，对他们的心理健康产生深远影响。父母是孩子成长过程中的重要情感支柱；对于留守儿童而言，缺乏父母的直接关爱和陪伴，会让他们在心理上感到极度的不安全感。他们可能会担心自己的需求得不到满足，或者害怕自己无法应对生活中的各种挑战。这种心理不安全感会进一步影响他们的自信心和自尊心，使他们更加容易产生焦虑、抑郁等

负面情绪。

### 3.2 家庭经济状况

贫困家庭对留守儿童心理健康的压力：贫困家庭的经济状况往往较为拮据，无法为留守儿童提供充足的物质支持和良好的生活条件。这种经济上的压力不仅会让留守儿童在物质上感到匮乏，更会在心理上产生沉重的负担<sup>[3]</sup>。他们可能会因为家庭的经济状况而感到自卑和无助，担心自己无法为家庭做出贡献，甚至对未来失去信心。这种心理压力的长期累积，会对留守儿童的心理造成严重的损害。

经济状况对留守儿童教育资源和生活条件的限制：除了心理压力外，贫困家庭的经济状况还会对留守儿童的教育资源和生活条件造成限制。可能无法获得优质的教育资源，如课外辅导、学习资料等，从而影响学习成绩和综合素质的提升。同时，生活条件的限制也可能导致他们缺乏足够的营养和睡眠，进一步影响身体健康和心理状态。

### 3.3 家庭氛围

和谐的家庭氛围能够给予留守儿童足够的情感支持和安全感，让他们感到被爱和被尊重。在这样的家庭环境中，留守儿童更容易形成积极向上的心态和健康的人格特质。他们会更加自信、乐观地面对生活中的挑战和困难，同时也更加愿意与他人建立良好的人际关系；相反，紧张的家庭氛围则会对留守儿童的行为习惯产生不良影响。如果家庭中存在频繁的争吵、冲突或冷漠的氛围，留守儿童可能会感到不安和紧张，从而无法形成稳定的行为模式。可能会模仿家庭成员的不良行为，如攻击性、逃避责任等，或者在面对压力时选择消极应对，如沉迷于游戏、网络等虚拟世界以逃避现实。这些不良行为习惯一旦形成，将难以纠正，对留守儿童的未来发展产生深远的影响。

## 4 教育方式对留守儿童心理健康和行为习惯的影响

### 4.1 隔代教育

隔代教育在留守儿童家庭中普遍存在，其优势在于祖辈通常具备丰富的生活经验和深厚的家庭责任感，能够为孙辈提供无微不至的照顾和关怀。这种亲密的陪伴有助于缓解留守儿童因亲子分离而产生的孤独感。隔代教育也存在明显的劣势，如教育理念可能相对落后，难以适应现代教育要求；在行为习惯和学习方法上，祖辈可能难以给予科学有效的指导；过度溺爱或过度严厉的教育方式也可能对留守儿童的心理健康和行为习惯产生不良影响。隔代教育对留守儿童的学习态度和行为规范具有双重影响。一方面，祖辈的关爱和陪伴可能激发留

守儿童的学习兴趣和动力，促使他们形成积极向上的学习态度。但另一方面，由于教育理念和方式上的差异，隔代教育也可能导致留守儿童在学习上缺乏自律性和独立性，过度依赖他人的指导和帮助。在行为规范方面，祖辈的传统观念可能与现代社会的价值观存在冲突，使得留守儿童在行为习惯上难以适应社会的需求，如缺乏社交技巧、不善于表达自己等<sup>[4]</sup>。

### 4.2 远程教育

随着信息技术的快速发展，远程教育成为了一种新兴的教育方式。它利用网络平台、移动设备等工具，打破了时间和空间的限制，使得教育资源得以广泛传播和共享。远程教育的形式多样，包括在线课程、直播授课、视频教程等，为留守儿童提供了灵活多样的学习途径。其特点在于资源丰富、互动性强、个性化学习等，能够满足不同学生的需求；远程教育在留守儿童的心理支持和知识获取方面发挥着重要作用；通过远程教育平台，留守儿童可以与其他学生和教师进行交流互动，获得情感上的支持和安慰，减轻孤独感和无助感；远程教育提供了丰富的学习资源，包括优质的课程内容和权威的教材资料，有助于拓宽留守儿童的知识视野和提升学习能力；远程教育还能够根据留守儿童的个性化需求提供定制化的教学服务，帮助他们解决学习中的难题和困惑。

### 4.3 学校教育与家长教育的结合

学校作为教育的主阵地，在弥补家庭教育不足方面扮演着重要角色。学校通过系统化的课程设置和专业的教师队伍，为留守儿童提供了全面系统的教育服务。在学校中，留守儿童可以接受到正规的教育培训，掌握基本的知识和技能；学校还注重培养学生的综合素质和心理健康，通过丰富多彩的课外活动和心理健康教育课程来促进学生的全面发展；学校还通过家长会、家访等形式与家长保持密切联系，共同关注留守儿童的成长和发展问题。家校合作有助于形成教育合力，共同为留守儿童的成长提供有力保障。学校和家庭作为教育的两个重要环节，在留守儿童的教育过程中相辅相成、相互促进。通过家校合作，可以实现教育资源的优化配置和共享利用，提高教育效果和质量；家校合作有助于增进家校之间的沟通和了解，及时发现和解决留守儿童在成长过程中遇到的问题和困难。学校可以通过家访、家长会等方式了解留守儿童在家庭中的表现和情况；家长也可以通过与学校的沟通了解孩子在学校中的学习和生活情况。这种双向沟通有助于形成家校共育的良好局面，促进留守儿童的健康成长。

## 5 改善留守儿童家庭环境和教育方式的建议

### 5.1 政策层面

政府应出台一系列扶持政策，特别是针对农村地区的经济发展，通过提供农业技术支持、创业贷款、税收减免等措施，鼓励农村劳动力就地就近就业或返乡创业，从而减少儿童成为留守儿童的数量。同时，可以探索建立灵活多样的就业机制，为外出务工的父母提供更多陪伴子女成长的机会；政府应完善相关法律法规，明确留守儿童权益保护的责任主体和具体措施，确保各项政策得到有效执行。建立健全留守儿童关爱体系，包括设立专项救助基金、建立留守儿童档案、开展定期走访慰问等，确保每位留守儿童都能得到应有的关注和帮助。

### 5.2 家庭层面

父母应深刻认识到自己对孩子成长的重要性，即使在外务工也要保持与孩子的密切联系，通过电话、视频等方式定期沟通，了解孩子的学习、生活和心理状况。同时，父母应树立正确的教育观念，重视孩子的情感需求和心理健康，鼓励孩子积极向上、乐观面对生活。家庭经济状况是影响留守儿童成长的重要因素之一；父母应努力提高自身技能水平，增加家庭收入来源，为留守儿童提供更好的物质条件和生活环境。同时，家庭成员之间应相互支持、共同努力，形成积极向上的家庭氛围；和谐的家庭氛围是留守儿童健康成长的重要保障。家庭成员之间应相互尊重、理解和包容，共同营造温馨、和谐的家庭环境。父母应关注孩子的心理需求，多给予关爱和鼓励，让孩子感受到家庭的温暖和支持<sup>[5]</sup>。

### 5.3 学校层面

学校应建立健全心理辅导机制，配备专业的心理咨询师或心理教师，为留守儿童提供及时、有效的心理支持。通过开展心理健康教育课程、组织心理健康教育等方式，帮助留守儿童建立正确的自我认知、情绪管理和应对压力的能力；建立有效的家校沟通机制，加强与家长的联系和合作。定期召开家长会、开展家访活动等方式，及时了解留守儿童在家庭中的表现和需求，共同制定针对性的教育计划。同时，学校还可以通过家长学校等形式，向家长传授科学的育儿知识和方法，提高家庭教育的质量。

### 5.4 社会层面

(1) 动员社会力量参与留守儿童关爱工作：社会各界应积极参与留守儿童的关爱工作，形成全社会共同关注留守儿童的良好氛围。政府可以引导社会组织、志愿者等力量参与留守儿童的关爱活动，为他们提供心理支持、物质帮助和学习辅导等服务。同时，媒体也应加强对留守儿童问题的关注和报道，提高公众对留守儿童问题的认识和理解。

(2) 构建多元化的关爱体系：针对留守儿童的不同需求和问题，应构建多元化的关爱体系。除了政府、家庭和学校外，还可以探索建立社区关爱网络、企业赞助支持等模式，为留守儿童提供更加全面、细致的关爱服务。通过这些措施的实施，可以有效改善留守儿童的家庭环境和教育方式，促进他们健康成长。

### 结束语

留守儿童作为社会的一个特殊群体，其心理健康和行为习惯的养成受到多方面因素的影响。通过优化家庭环境、改进教育方式并加强社会各界的关注和支持，我们可以为留守儿童创造一个更加健康、和谐的成长环境。未来，要继续探索更加有效的策略，以更好地促进留守儿童的全面发展。

### 参考文献

- [1]王金红.家庭教养方式对农村留守儿童心理健康的影响[J].求知导刊,2023(01):8-10.
- [2]沈涛.家庭教养方式对留守儿童心理健康的影响分析[J].课程教育研究,2020(31):24-25.
- [3]成仲霞.家庭教养方式对农村留守儿童心理健康的影响[J].新课程,2020(27):229-230.
- [4]苏秀琼,苏静,刘佳佳.家庭环境及教育方式对留守儿童心理健康和行为的影响[J].医学理论与实践,2024,37(6):1051-1053. DOI:10.19381/j.issn.1001-7585.2024.06.057.
- [5]刘国艳,李洁旋,肖丽梅,等.家庭亲密度在家庭情感表达与幼儿行为间的中介作用[J].中华行为医学与脑科学杂志.2020,(2).DOI:10.3760/cma.j.cn371468-20190914-00639.