

农村留守儿童心理健康教育关爱教育研究*

卢军爱

(甘肃省平凉市庄浪县永宁小学, 甘肃 平凉 744600)

摘要:农村学校普遍比较关注留守儿童的心理健康教育与关爱教育, 希望能够及时地疏导留守儿童负面的心理情绪, 让他们得到应有的关爱与尊重, 与其他同学伙伴一起健康成长。本文将从建立留守儿童心理档案、制定留守儿童帮扶制度、建立留守儿童温暖之家、建立爱心驿站、设置活动课程、加强家校合作、携手农村社区等几个角度, 深入讨论农村留守儿童心理健康教育与关爱教育的实施策略, 希望能够让农村留守儿童形成积极的人生态度、健康的心理品质、健全的情感体系, 促进留守儿童全面健康发展。

关键词:农村学校 留守儿童 心理健康 关爱教育

DOI: 10.12319/j.issn.2096-1200.2023.15.128

农村留守儿童是农村地区比较特殊的未成年人群体, 他们缺少父母的陪伴与关爱, 部分儿童容易在情感缺失的情况下出现各种心理健康问题。也有的留守儿童虽然得到了父母的一些关注, 但是在家庭教育缺失的情况下, 也会引起一些心理健康问题。农村学校在以留守儿童为对象开展心理健康教育与关爱教育时, 应了解他们心理问题的成因, 然后“对症下药”地疏导他们的负面心理, 让他们得到足够的关爱, 在温暖的学习生活环境中健康成长。

一、建立心理档案, 落实心理辅导与关爱教育

每个留守儿童都属于不同的个体, 他们在学习生活和日常生活中面临的问题是各不相同的。因此, 在留守儿童的成长过程中, 会表现出不同的心理发展状况。教师应建立留守儿童心理档案, 细心观察留守儿童的各种心理表现, 将相关信息记录下来^[1]。除了留守儿童的心理发展状况, 教师还需了解留守儿童平时的思想品德、行为习惯、学习成绩、学习态度、家庭经济状况、爱好特长等各方面的信息, 并添加到留守儿童心理档案的“基本情况”这个栏目中。这可为教师及时调出留守儿童的心理健康发展信息提供极大的便利, 也有利于教师制定针对性的心理辅导与关爱教育策略。

比如, 教师在某位留守儿童的心理档案中发现他存在不合群的行为, 不爱与人谈话、交往, 总低着头, 透漏出抑郁、低落的情绪, 监护人是祖父祖母, 缺少父母的陪伴与关爱, 总爱将自己遇到的事情藏在心里。这些情况的存

在会损害留守儿童的心理健康, 教师可针对这位留守儿童“量身定做”一份心理疏导与关爱教育计划。在制定教育计划之前, 教师还了解了这位留守儿童的兴趣爱好, 希望能够找到更多的突破口, 让留守儿童愿意敞开心扉, 提高教师开展心理疏导教育与关爱教育的有效性。

之后, 教师可从这几点入手, 疏导留守儿童的孤僻心理, 关爱留守儿童: 第一, 根据留守儿童的兴趣爱好, 组织各种留守儿童感兴趣的课外集体活动, 先消除留守儿童心中的排斥情绪, 让个人的兴趣带动留守儿童产生积极的心理情绪, 增强留守儿童在集体活动中的体验感受, 在潜移默化中让留守儿童感受到参与集体活动的乐趣, 逐渐改善孤僻心理, 融入集体生活环境中, 同时也让伙伴情谊弥补留守儿童心中缺失的情感。第二, 开展以人际交往为主题的班会课, 让留守儿童从主题班会课中学习一些与人相处的技巧; 开展情绪管理为主题的班会课, 让留守儿童了解情绪管理的重要性, 学习一些排泄负面情绪的科学方法, 使其不再压抑情绪, 洗涤留守儿童的心灵。第三, 为留守儿童提供不同倾诉心声的渠道(如发送心理咨询邮件、在QQ空间上诉说心声、写书面信等等), 让留守儿童选择合适自己的心理诉求方式, 倾吐自己的心声。

教师在落实这一教育计划时, 要随时关注心理疏导教育与关爱教育的开展进度、实施效果, 了解留守儿童新的心理发展状况, 并及时更新留守儿童心理档案的内容, 然后及时调整教育对策, 让留守儿童在教师的引导、帮助和

* 本文系平凉市教育科学“十四五”2022年度课题: 农村留守儿童心理健康教育关爱教育研究(课题批准号: PL[2022]GHB4005)阶段性研究成果。

关爱下健康成长。

二、建立帮扶制度，实时加强心理辅导与关爱

农村学校愈发注重建立留守儿童帮扶制度，帮助留守儿童解决各种实际的生活困难、学习困难。帮扶教师需“领养”若干名留守儿童，在扮演好教师角色，对留守儿童进行心理疏导的同时，还要扮演好父母的角色，对留守儿童给予足够的关爱，弥补留守儿童缺失的亲情，让留守儿童在帮扶教师的陪伴下健康成长^[2]。这一帮扶制度已然在农村学校中得到了很好的运用，在促进留守儿童心理健康、守护留守儿童的心灵等方面发挥了很好的教育价值。

帮扶教师应该多角度地考虑问题，从不同角度入手，对留守儿童给予最大的引导与帮助。首先，在生活上，帮扶教师要陪伴留守儿童一起学习各种生活技能，帮助留守儿童独立生活，在必要时为其提供帮助，让留守儿童脚踏实地地提升自己的独立意识和生存能力。比如，帮扶教师要让留守儿童掌握洗衣服、叠衣被、扫地、做饭等各种生活技能，让留守儿童享受为自己劳动的过程，享受自己获得的劳动果实，让这种幸福感充斥他们的内心，让心理健康教育事半功倍。对于一些不主动、不配合的留守儿童，帮扶教师可从亲情抚慰这方面入手，着重扮演父母这个角色，对留守儿童进行人文关怀式的家庭教育，让留守儿童心生温暖，愿意与帮扶教师亲近，并接受帮扶教师的引导教育。若留守儿童的防备心过强，帮扶教师可采用潜移默化的引导方式，一步步地软化留守儿童的内心，让留守儿童倾听内心真实的想法，与帮扶教师建立和谐的关系，在帮扶教师的帮助下学习生活技能，提高自己的生活自理能力。

其次，在学习上，帮扶教师要了解每位留守儿童的学习情况，把握好留守儿童存在哪些不良的学习习惯，帮助留守儿童树立积极的学习情感态度，体会到主动学习的乐趣。帮扶教师也可根据每位留守儿童的个人特点，为其提出不同的学习建议，帮助他们形成个性化的科学学习方式，让留守儿童克服学习困难，获得成功。帮扶教师可基于此，通过成功教育来增强留守儿童的心理素质，让留守儿童能够抵抗学习中遇到的各种挫折，甚至能够抵抗生活中的挫折，为保护留守儿童的心理健康保驾护航。

最后，在教学工作上，帮扶教师应及时获得留守儿童心理发展的反馈信息，制定留守儿童心理健康发展的追踪调查表，将自己与留守儿童相处的重要情节都填进去，分析自己在帮扶留守儿童时可能存在的问题，然后写出自己开展帮扶工作的心得体会，提出改进自身帮扶工作的方法。

实践证明，在帮扶制度的支持下，农村学校留守儿童的心理健康教育与关爱教育都可获得不错的成果。

三、设置活动课程，推进心理辅导与关爱教育

在农村学校的心理健康教育中，教师应注重增加实践性活动课程的比重，让学生能够更深刻地掌握心理健康课程知识，通过自我教育、自我管理的方式，改善自身的心理问题。尤其是对于留守儿童而言，知识灌输教育模式的运用很难保障心理健康教育与关爱教育的实际成效，教师可设置心理健康活动课程，以实践活动为载体，对留守儿童加强心理疏导，让留守儿童更好地感受到教师和同伴的关爱，与教师搭建和谐的师生关系，与同伴建立和谐的友谊关系^[3]。

比如，有的教师设计了以“我成长 我自信 我快乐”为主题的心理健康活动课，开展了一系列绚烂多彩的实践活动。在第一阶段，教师围绕“我很棒”这个话题，向留守儿童发布了一个任务：制作一份记录卡，写下自己的成长之路，点名自己在成长中发生的变化。教师可在活动课中让留守儿童分享自己制作的记录卡，向同伴们分享自己在成长中的各种小故事，阐述自己的成长与变化。

在第二阶段，教师围绕“取绰号”这个话题，引导留守儿童参与了调查活动，调查身边有哪些同学被取了绰号，并调查他们被绰号之后的各种反应。在调查结束后，留守儿童可分析调查报告的全部数据，从中发现一些问题，并围绕这些问题给出自己的建议。在这个调查活动中，留守儿童可以深刻了解到“取绰号”行为背后可能带来的后果。教师在心理健康活动课中，可根据留守儿童的调查结果，围绕“如何应对取绰号的行为”这个问题，开展有效的心理健康教育，预防留守儿童出现自卑、敏感等心理问题。

在第三阶段，教师围绕“戴高帽”这个话题，引导留守儿童展开了思辨活动：“戴高帽是捧杀还是树立自信？”留守儿童可在思辨活动中阐述自己的观点，并试图用事例来论证自己的观点，努力地说服对方认同自己的观点。在思辨活动结束后，教师引导留守儿童展开思考：“如果你以后遇到了别人给自己戴高帽，那么该如何应对？怎样才能真正做一个自信又快乐的人？”有的留守儿童在缺乏家长引导的情况下，受到祖父、祖母等长辈的溺爱，容易形成以自我为中心的心理。教师开展的这一心理健康教育活动能够让留守儿童展开自我反思，懂得“自信”的真正含义，学会做一个充满自信、享受学习快乐的人。

四、基于家校合作，优化心理辅导与关爱教育

家长在留守儿童心理健康教育中发挥的作用是不可替

代的，也是不可小觑的。因为家长在留守儿童的心中占据着独特的地位，尤其是父母对于留守儿童而言，是非常重要的家庭角色。留守儿童缺少父母的陪伴，从父母身上接受的家庭教育也比较少。因此，农村学校应加强家校合作，让留守儿童的父母积极参与到学校的心理健康教育与关爱教育过程中，承担自己的家庭教育责任，与教师共同带领留守儿童健康茁壮地成长。

比如，农村学校可以通过线上家校教育平台，面对面地与家长进行沟通交流，向家长宣传留守儿童心理健康教育和关爱教育的重要性，并且向他们传授一些专业的家庭教育知识、心理健康教育知识，倡导家长增加自己与孩子相处的机会，向孩子传递正确的心理健康知识，陪伴孩子突破当前面临的心理困境，引导孩子正确树立认知观念，然后自觉地调整心理情绪^[4]。

农村学校也可在“家长开放日”的背景下，定期地开展心理健康教育与关爱教育活动，让留守儿童的父母在“家长开放日”走进校园，陪伴孩子走过一段特殊的亲子互动时间，对孩子给予适当的关怀、爱护。农村学校可组织教师与家长一起展开讨论，共同制定心理健康教育与关爱教育的对策，然后将这些对策落实在亲子互动的校园心理健康教育活动中。

家长可与留守儿童一起编排小品，在校园心理健康教育活动中将其演绎出来，让观众可以看到家长和留守儿童呈现的是什么样的心理健康教育主题，观众还可从这个小品中看到留守儿童负面心理滞留带来的后果，同时也可以看到留守儿童是如何成功克服负面心理的，并了解到这个积极行为带来的意义。在家长的陪伴与引导教育下，留守儿童更容易接受心理健康教育。而且留守儿童可以在亲子互动中弥补心中缺失的情感，逐渐会树立坚硬的心理防御墙，保护自己的心理健康。

五、携手农村社区，加强心理辅导与关爱教育

农村社区的群众对学校心理健康教育工作的认知度并不高，了解得也不够彻底，并不能很好地感受到心理健康教育与关爱教育的重要性。然而，农村社区环境对留守儿童心理健康的影响是比较深刻的，学校应注重争取农村社区的支持，努力地携手农村社区，关爱留守儿童，并且在农村社区场地上开展心理健康教育，带动社区周围人的力量，帮助留守儿童健康成长^[5]。

农村学校可以先将心理健康教育带进社区，向农村社区的人们普及先进的心理健康知识。在这一普及教育中，

教师可选择通过拉家常的方式，与社区群众展开平易近人的互动，拉近自己与社区群众之间的距离，营造轻松愉快的氛围，让社区群众更容易接受心理健康教育的科普知识。教师也可以对社区群众展开心理健康辅导工作，在聆听他们心声的同时，为他们面临的心理问题答疑解惑。

教师还可从社区的娱乐文化活动入手，将心理健康教育融入社区小品、戏曲等艺术活动中，然后在社区演绎给群众观看，让社区群众在艺术氛围的感染下，体会心理健康教育的意义，会更乐意了解以留守儿童为对象的心理健康教育与关爱教育的专业知识，并认可农村学校开展的心理健康教育活动，主动配合教师，在社区场地上对留守儿童开展有效的心理健康教育，并扮演好社区长辈的角色，对留守儿童给予关爱，让留守儿童对社区产生归属感。在农村社区支持下，教师开展的心理健康教育与关爱教育能够获得更佳的教育效果。

六、结语

对于农村留守儿童这个特殊的学生群体来说，心理健康教育与关爱教育是必不可少的教育内容。它们的教育质量关系到留守儿童心理素质发展水平的高低，对他们现在及未来的个体发展会产生比较深刻的影响。农村学校应关注留守儿童的心理健康发展现状，了解他们实际存在、可能存在的心理问题，及时发现部分儿童平时不佳的学习生活状态，进而采取教育措施，帮助留守儿童疏导不良的心理情绪，接受身边人的关爱，弥补他们缺失的情感，让留守儿童心中留有温暖，主动向阳而生。

参考文献

- [1]刘金玉.农村留守儿童心理健康状况及教育策略[J].教书育人(校长参考),2021(11):21-22.
- [2]何宏莲,宋冰.农村留守儿童心理健康面临的问题及治理对策[J].理论观察,2021(6):83-86.
- [3]卢卫民.农村留守儿童心理健康问题分析及干预策略[J].数码设计(上),2019(7):264-265.
- [4]殷红梅.为留守儿童创造一片蓝天——农村留守儿童心理健康问题表现及解决办法[J].读与写,2020,17(15):22-23.
- [5]刘建国.特殊的爱——留守儿童心理健康教育研究[J].中外交流,2020,27(26):322-323.