

doi:10.13582/j.cnki.1674-5884.2016.03.048

积极心理品质培养:流动儿童 城市适应的助推器

龚琳涵,谭千保

(湖南科技大学 教育学院,湖南 湘潭 411201)

摘要:流动儿童作为特殊的弱势群体,他们在由农村迁入城市的过程中会产生不同程度的适应困境。增强流动儿童学校教育的针对性,改善不良的家庭教养方式,重视同伴之间的交流沟通等,有助于促进流动儿童积极心理品质的提升,从而助推其城市适应。

关键词:流动儿童;城市适应;积极心理品质

中图分类号:G4

文献标志码:A

文章编号:1674-5884(2016)03-0144-03

近年来,随着改革开放和城市化步伐的加快,我国流动人口的规模不断扩大。2013年我国妇联的研究报告表明,全国流动儿童规模已达到3 581万,与2005年相比增加了41.37%。随着流动儿童人数的逐年增长,他们的生存发展状况与心理健康状况也受到了越来越多研究者的关注与重视。

从已有研究来看,流动儿童在城市适应的各个方面存在着不同程度的适应困境,如心理压力过大^[1],受排斥和歧视情况较普遍^[2],产生抑郁、孤独等不良情绪^[3]等。但是在相同的生存环境下,也有流动儿童并未表现出不良适应,在心理健康水平上也不逊于城市正常儿童。Bernard系统考察了处境不利儿童的相关研究后指出,如果研究追踪到被试的成年期,至少有50%的“高危儿童”成长为成功、自信、有能力和体贴的人,这一比率甚至接近70%^[4]。其中,个体积极心理品质有着关键的作用。国内研究表明,流动儿童的积极心理品质对其城市适应具有较好的预测作用^[5]。因此,培养流动儿童积极的心理品质也就成为了其城市适应的助推器。

1 流动儿童城市适应困境及其分析

在国外的移民文化适应标准研究中,最为认可的是Ward两维度的适应标准:一是心理适应,指在文化转变的过程中保持健康的精神状况;二是社会文化适应,主要指培养起与新文化环境相匹配的行为以及同主流文化群体有效互动的能力^[6]。从当前流动儿童的适应状况来看,这两方面仍存在着诸多问题与困境。

1.1 心理适应困境及其分析

良好的心理适应是指面对压力时能从容应对,保持良好的心理状态,没有任何心理疾病,具有较好的心理健康水平。而目前已有的调查研究显示,流动儿童还尚未达到这一标准,主要表现在以下三个方面:一是孤独感。对于流动儿童来说,他们来到一个陌生的城市,没有了以前熟悉的同学玩伴,初来乍到的身份以及城市儿童对他们的不良刻板印象或多或少会让他们体验到孤独感。有研究显示,流动儿童

收稿日期:20150922

基金项目:湖南省哲学社会科学基金一般项目(14YBA167);湖南省普通高等学校哲学社会科学重点研究基地开放基金项目(13K093)

作者简介:龚琳涵(1992-),女,湖南益阳人,硕士生,主要从事心理健康教育研究。

因感受到社会排斥会表现出比较强的疏离感和孤独感^[7]。这种孤独感如果不加以控制,时间一长将会引发更多的心理障碍。二是自卑感。流动儿童来到城市之后,他们身边的环境发生了翻天覆地的变化,原来的优势项目不复存在,常发现自己的某些方面不如他人进而产生自卑心理,从而对自己的行为要求不严格,自我控制和管理能力比较低,很难养成良好的行为习惯。三是焦虑和抑郁。由于农村与城市存在的客观教育条件差异,流动儿童与城市儿童在学习上还是存在一定差距的。但是对于流动儿童父母而言,他们花了大力气将自己的子女带入城市接受教育,目的就是希望子女能够改变自身乃至整个家庭的命运。这样过高的要求和期望加在正经历环境适应的流动儿童身上,一旦学习成绩稍有不理想,必将引起焦虑和抑郁情绪。有调查显示:进城就业农民子女的学习焦虑水平显著高于城市儿童的学习焦虑水平,具有统计学意义^[8]。

1.2 社会文化适应困境及其分析

流动儿童从农村迁入城市实际上也是一种文化融入的过程,不良的文化适应使得流动儿童难以对迁入城市产生安全感与归属感。一是语言交流困难。语言是沟通的媒介,如果群体之间存在语言上的互相不通,无法进行交流,那么就谈不上彼此融合与同化了。城市儿童作为当地人,毋庸置疑对本地语言已经非常熟练,但是流动儿童作为“外地人”,他们为了融入城市生活,必须暂时放弃自己的家乡话转而努力学习当地主流语言,否则将难以生存。二是风俗习惯差异大。由于农村地区经济文化较为落后,城乡之间的风俗习惯也存在着一定的差异。比如不少流动儿童的卫生习惯还存在许多问题:不爱洗澡,衣着邋遢,早上未洗脸刷牙就去学校等,而城市儿童在这方面无疑要好很多;面对城市儿童习以为常的一些交通、公共设施等等,流动儿童却觉得很陌生,需要花时间熟悉适应。

2 积极心理品质对缓解流动儿童城市适应困境的作用

“积极心理学之父”赛里格曼认为,积极心理品质具有缓冲器的作用,能成为战胜心理疾病的有利武器。国内一些研究也证实,积极心理品质具有积极功效,例如培养中小学生学习积极心理品质能提高其心理健康水平^[9],与亲社会倾向关系密切^[10],而且积极心理品质水平较高的流动儿童学校适应状况较好^[11]。总体而言,积极心理品质对缓解流动儿童的城市适应困境具有助推作用。

2.1 有助于流动儿童心理适应

在流动儿童城市适应的过程中,外界歧视是其面临的最主要的压力源,而由歧视知觉引起的歧视体验也就成为了影响其心理适应最主要的因素。当流动儿童有了这样的主观体验之后就容易产生自卑心理,从而影响他们与周围的同伴关系,进而引发一系列心理健康问题。与城市儿童相比,流动儿童具有较高的歧视归因倾向,这种倾向会使个体将问题的产生归结为外部无法改变的因素而带来无力感。而积极心理品质可以使个体形成积极的归因方式,消除歧视归因倾向,这样就能体验到快乐幸福等积极情绪,反过来也强化积极心理品质的形成。

积极心理品质还能有效预防流动儿童心理疾病的产生。让儿童了解心理疾病的产生原因与表现方式并不是预防心理疾病的最佳办法,相反,是应该多让其了解积极健康的心理品质。实证研究结果也显示,儿童的积极心理品质对其心理健康问题有显著的反向预测作用^[11]。例如,想要减少流动儿童的学习焦虑,告诉他们学习焦虑的表现与危害是没有任何益处的,帮助他们找出并发展出其自身的优秀品质,成为一个对未来充满信心、对学习充满热情的学生,学习焦虑自然就减少了。

2.2 有助于流动儿童社会文化适应

社会文化适应是指个体在新的城市文化下学习社会生活技能的水平,主要侧重于认知行为层面。尽管流动儿童在这方面存在种种困境,但是积极心理品质能促进其社会文化适应。对于流动儿童来说,拥有较强的组织领导能力并且能表现真实的自我,就不容易受到外部压力和环境的影响,能正确对待考试,降低学习焦虑;拥有强烈的求知欲与好奇心,在面对陌生的主体文化时也更容易接受并产生认同感。积极心理品质还通过良好的人际关系来影响流动儿童社会文化适应。拥有勇敢、合作、热情、公平这些积极心理品质的个体更容易获得他人的认可,建立友好关系。健康友善的同伴关系能帮助流动儿童有

效减少孤独感,学会欣赏和接纳他人,在集体中找到归属感,也就能真正融入到城市生活中去了。

3 流动儿童积极心理品质培养的策略

积极心理品质的培养绝非朝夕之间就能一蹴而就,也不是光靠流动儿童自身就能形成。大到国家政策、小至每一次的班级活动都能对流动儿童产生潜移默化的影响,因此也需要各方共同努力为流动儿童的成长创设一个健康友好的环境,帮助他们培养积极心理品质,促进城市适应。

3.1 增强流动儿童学校教育的针对性

校园生活占据了流动儿童城市生活最重要的部分。因此,学校应对流动儿童与城市儿童一视同仁,不能将他们视为弱势群体。开设积极心理健康教育课程,开展有针对性的团体辅导和丰富多彩形式多样的活动,如心理情景剧、心理游戏、心理班会等等,这些都可以增强流动儿童积极情绪的体验,教会他们正确的认知与归因方法来解决困难。班主任与心理老师要给予流动儿童更多的关怀和指导,建立流动儿童基本信息档案,深入了解其生活背景,多与家长交流,及时掌握他们的学习生活状况。

3.2 改善不良的家庭教养方式

流动儿童父母的文化水平较低,为了生存而奔波劳累,放在子女教育上的精力自然也就少了,这也使得流动儿童在家庭教育中容易受到忽视。父母虽然工作繁重,但给予孩子的关心不能少,应抽出时间来多陪陪孩子,给予他们正确的引导与情感的关怀。多关注孩子身上的闪光点,用关心鼓励等方式来评价赞扬孩子,增强他们的自信心。最重要的是,父母就是孩子的榜样,父母的行为方式、待人接物以及性格特点都有着潜移默化的作用,应尽可能多给孩子一些正面积极的示范。也要经常与老师沟通交流,了解孩子在学校的动态,且尽量避免频繁地更换住所。

3.3 重视同伴之间的交流沟通

同伴在每个人的成长过程中都起到了巨大的作用。由于对流动儿童的不良刻板印象,流动儿童可能遭受到来自城市儿童同伴的歧视待遇。群际接触理论认为,群际接触具有改善群际关系、减少群际偏见的作用。教师与家长组织各种活动,创造机会让流动儿童与城市儿童相互接触,可以帮助流动儿童找到有着相似价值观与兴趣爱好的小团体,不仅可以化解隔阂、消除偏见,更能让他们在愉快的交友过程中增加积极情绪的体验,提高其自信心,增强其交际能力,促进流动儿童积极心理品质的培养。

总之,正确地培养并完善流动儿童的积极心理品质,不仅有助于其克服城市适应过程中的困境,而且必将为其未来发展奠定坚实基础,从而促使社会和谐发展。

参考文献:

- [1] 屈卫国,钟毅平,燕良轼,等.初中生农民工子女心理压力及应对方式研究[J].中国临床心理学杂志,2008,16(6):589-591.
- [2] 方晓义,范兴华,刘杨.应对方式在流动儿童歧视知觉与孤独情绪关系上的调节作用[J].心理发展与教育,2008,24(4):93-99.
- [3] 叶玮琳.农民工子女小学生不良情绪特点及其干预研究[D].上海:上海师范大学,2008.
- [4] Richardson G E. The metatheory of resilience and resiliency[J]. Journal of Clinical Psychology,2002,58(3):307-321.
- [5] 王中会,夏茜.流动儿童积极心理品质及其城市适应的影响[J].中华女子学院学报,2013(3):100-106.
- [6] Searle W, Ward, C. The prediction of psychological and sociocultural adjustment during crosscultural transition[J]. International Journal of Intercultural Relations,1990(14):449-464.
- [7] 吴新慧.关注流动人口子女的社会融入状况[J].社会,2004,14(9):10-12.
- [8] 刘正荣.进城就业农民子女心理健康问题研究[D].扬州:扬州大学,2006.
- [9] 卫萍.中小學生积极心理品质与心理健康状况的相关研究[J].中国特殊教育,2014(9):60-65.
- [10] 李燕燕,李玲玲.中小學生积极心理品质与亲社会倾向的关系[J].教学与管理,2014(3):91-92.
- [11] 王中会,徐玮沁,蔺秀云.流动儿童的学校适应与积极心理品质[J].中国心理卫生杂志,2014,28(4):267-270.