

心育美育协同提升留守儿童效能感的实践研究

周颖绮, 黄艳, 林喜红, 吴晓妹
(广东省外语艺术职业学院, 广东 广州 510640)

摘要: 基于班杜拉社会学习理论和加德纳多元智力理论, 运用小组工作的方法, 对农村留守儿童施行了“心育+美育”复合式心理干预, 将快板艺术、手势舞创编、绘本叙事等多元艺术形式系统地融合进心理辅导方案。研究指出, “心理+艺术”复合式心理辅导课堂, 可使留守儿童自我效能感得分显著增长 ($p=0.035$)。相较于传统干预方式, 该模式具有成本低、接受度高、效果持久的显著优势, 为破解留守儿童心理建设难题提供了创新性解决方案。

关键词: 留守儿童; 艺术治疗; 跨学科; 自我效能感; 小组工作

中图分类号: B844.1; J20-05

文献标识码: A

A Practical Research on the Synergistic Promotion of the Sense of Efficacy among Left-behind Children via Psychological and Aesthetic Education

ZHOU Yingqi, HUANG Yan, LIN Xihong, WU Xiaomei

(Guangdong Vocational College of Foreign Languages and Arts, Guangzhou 510640, Guangdong, China)

Abstract: This study is based on Bandura's social learning theory and Gardner's theory of multiple intelligences, using group work methods to implement a “psychological + artistic” composite psychological intervention for left behind children in rural areas. Multiple art forms such as fast-paced art, gesture dance creation, and picture book narration are systematically integrated into the psychological counseling program. This study suggests that the “psychological + artistic” composite psychological counseling classroom can significantly increase the self-efficacy score of left behind children ($p=0.035$). Compared with traditional intervention methods, this model has significant advantages such as low cost, high acceptance, and long-lasting effects, providing innovative solutions to solve the psychological construction problems of left behind children.

Key words: left-behind children; art therapy; interdisciplinary; self-efficacy; group work

留守儿童是指父母双方或一方从农村流动到其他地区, 孩子(17周岁及以下)留在户籍所在地的农村地区, 并因此不能和父母双方共同生活在一起的儿童^[1]。民政部最新统计数据显示, 截至2023年底, 全国农村留守儿童数量仍高达687万余人。这些处于身心发育关键期的儿童, 长期处于监护缺位、情感支持匮乏的生存状态, 其学业自我效能感和社交自我效能感得分显著低于非留守儿童群体^[2]。2016年2月14日, 国务

院印发《关于加强农村留守儿童关爱保护工作的意见》, 再次提出加强农村留守儿童关爱保护工作是各级政府的主要职责, 是家庭和全社会的共同责任, 将农村留守儿童的关爱保护工作视为民生大计。

1 相关理论基础及应用

1.1 相关研究简介

自我效能感(self-efficacy)作为个体对自身

收稿日期: 2025-03-22

作者简介: 周颖绮, 硕士, 研究方向为基础心理学, 教育心理学应用

基金项目: 广东大学生科技创新培育专项资金资助项目(编号: pdjh2023b0808)

能力的信念系统,是班杜拉社会学习理论的核心概念,指个体在特定情境中对成功完成任务的预期与信心^[3]。自我效能感不仅影响个体的目标设定与行为选择,还通过认知、情感和动机机制调节应激反应与心理韧性^[4]。在留守儿童群体中,自我效能感的研究具有特殊意义:由于长期面临亲子分离、监护缺位和社会支持薄弱等结构性困境,留守儿童在学业成就、情绪调节、社会适应等领域普遍存在自我效能感偏低现象^[5]。研究表明,低自我效能感会加剧留守儿童的习得性无助感,导致其回避挑战性任务,形成消极的问题解决模式^[6]。班杜拉提出的三元交互决定论(triadic reciprocal determinism)认为,行为(B, behavior)、环境(E, environment)与个体的认知(P, personal factors)之间的影响是相互的,行为、个体认知和环境是“你中有我,我中有你”的,不能把某一个因素放在比其他因素重要的位置,强调在社会学习过程中行为、认知和环境三者的交互作用,如图1所示。

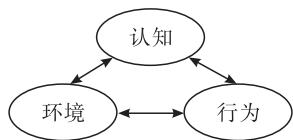


图1 班杜拉交互作用模型

霍华德·加德纳的多元智力理论认为智力应该是某一特定文化情景或社群中所展现出来的解决问题或制作生产的能力,因此智力由多种相对独立的智力成分构成。人类至少存在八种智能,比如语言智能、逻辑-数理智能、空间智能、音乐智能、肢体-动觉智能、内省智能、社交智能、自然观察智能。

美育活动对自我效能感具有提升作用。国外学者 Goldberg 验证了戏剧治疗对提升儿童抗逆力的有效性,其研究团队开发的“心灵剧场”项目使受试者自我效能感提升 29.8%^[7]。国内研究方面,李明发现书法练习能使留守儿童情绪稳定性提高 41.3%^[8]。研究表明,当留守儿童感知到的社会支持(如学校心理辅导、社区活动)越多,留守儿童的一般自我效能感也就越高^[9]。教师应该认识到心理健康教育课程的重要性,结合班级学生的特点来设计心理健康教育教学活动,让学生了解和学习相关的心理健康知识^[10]。在教学中,用优势视角开发留守儿童身边“优势资源”是十分有必要的^[11],教育者可以将心理健康教育与美育融合,给学生热爱生命的积极情绪^[12]。综

上,本项目组积极开发本土化美育课程活动,发掘留守儿童的积极资源,通过与相关社区合作送教入乡。

小组工作方法能提升自我效能感。小组工作法指以团体或小组为对象,并通过小组或团体的活动为其成员提供社会服务的方法。李莹莹以社会学习理论为指导,设计小组工作活动,提升了儿童的自我效能感^[13]。田聪以小组工作的方式,将社会学习理论、小组动力理论和优势视角理论相结合,对留守儿童进行干预,提升了留守儿童的自我效能感^[14]。李自梦以小组工作的方法,选取 8 名留守儿童,进行 7 次小组活动,显著提升了农村留守儿童的自我效能感^[15]。肖春莲设计小组活动方案,以增强学习能力自我效能感和学习行为自我效能感为目标,通过改变认知信念、情绪控制能力、学习规划和学习方法 4 个途径进行 7 次小组活动来干预农村留守儿童的学业自我效能感,研究发现部分小组成员的学业自我效能感有所提升^[16]。

1.2 理论应用

根据上述理论,本实践研究应用班杜拉社会认知理论与加德纳多元智能理论,构建了“心育+美育”协同干预的“三维发展模型”,运用小组工作方法开展了研究。“三维发展模型”如图2所示,一是效能感知维度,通过艺术创作重构自我概念,对应班杜拉社会学习理论模型中的“认知”(P);二是环境教育维度,借助审美体验调节情绪状态,对应班杜拉社会学习理论模型中的“环境”(E);三是行为智能维度,在多种美育活动中发展学生音乐、运动、空间、内省、自然、人际互动等多元智能。该模型强调“心育+美育”手段在自我效能感建构中的独特作用,同时能够发展学生多元智能,为项目方案设计提供理论支撑。

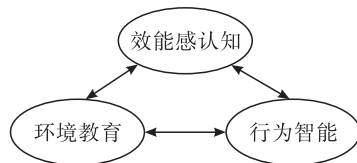


图2 三维发展模型

2 干预方案设计与实施

2.1 总体框架

在总体设计上,本项目基于留守儿童心理发展的阶段性特征,重点设计了“心育+美育”协

同介入路径,实施为期16节课的“心育+美育”课程,主要路径包括快板、手势舞、绘本共读、园艺疗法。这些路径虽然包含艺术技能的习得过程,但更强调通过艺术创作实现心理资源的重构与转化。通过“心育+美育”教学的实施,旨在提升留守儿童自我效能感,促进留守儿童身心健康发展,培养其正确的思维方式、人生观、世界观和价值观,培养德智体美劳全面发展的社会主义接班人,同时也为提升留守儿童心理抗逆力研究提供新思路 and 途径。

在实验对象选取上,本研究参考前人小组工作方法的人数和留守儿童的定义,经过当地村委会发动村民自愿报名后,招募到15名广东省廉江市低山小学学生,15名学生均为留守儿童,其中6名女生,9名男生,具体情况见表1。

表1 小组成员基本资料

编码	姓名	年龄	性别	年级
01	梁**	11	男	五年级
02	聂**	9	女	三年级
03	阮**	12	男	六年级
04	巫**	8	女	二年级
05	巫**	10	女	四年级
06	钟**	10	男	四年级
07	钟**	8	男	二年级
08	钟**	10	男	四年级
09	钟**	12	男	六年级
10	钟**	12	女	六年级
11	钟**	9	女	三年级
12	钟**	8	男	二年级
13	钟**	11	男	五年级
14	钟**	8	女	二年级
15	钟**	11	男	五年级

在实验方法上,本研究采用量化分析和质性分析相结合的手段。首先,通过SPSS26.0差异性检验对比前测-后测的自我效能感数据的变化;其次,在课后对小组学生辅以质性访谈,深化机制阐释。

2.2 实施要点

一是整合实施“心理+艺术”复合干预模式。传统心理干预多依赖单一讲授或标准化训练,难以激发儿童持续参与兴趣。本研究突破这一局限,创造性地将快板说唱(韵律节奏训练)、手势舞编排(肢体表达训练)、绘本共读(情境沉浸体验)等手段相结合,形成“艺术+复合”干预模式。通过多模态艺术形式的协同,不仅借助绘本的叙事性来建构积极的心理暗示场景,同

时利用快板的节奏来强化语言表达的自信,也借用手势舞的具体化动作来促进情绪的释放。例如,在“我的未来故事会”单元中,儿童通过改编快板词讲述理想职业,再以手势舞演绎奋斗过程。这种复合模式突破常规干预的机械性,对留守儿童的干预作用有明显的促进作用。

二是通过“具身认知—情感迁移—认知重构”的三阶作用路径影响心理效能感。具身认知启动阶段,通过手势舞等身体动作激活前额叶皮层与边缘系统的神经联结,使儿童在韵律节奏中重建对自身行为能力的感知。情感迁移转化阶段,快板说唱的集体创作与绘本共读的沉浸体验,将艺术情境中的成功经验(如完成一首作品、解决一个故事冲突)迁移至现实场景,形成“我能做到”的积极心理暗示。认知重构固化阶段,通过艺术成果展示(如班级快板表演、手势舞视频录制)获得外部反馈,促使儿童重构对自身效能的认知评价。

三是要充分考虑适合农村教育实际,低成本、易推广,实施乡村适配型干预体系。在资源整合上,采用“一支快板+一本绘本+一块空地”的简单配置,使单次干预成本控制在50元以内;在实施路径维度上,设计“班级自组织(每周1课时)+家校联动(每月1活动)+社区展演(每季1成果)”的三级推进模式;在效果保障上,开发包含动作图谱、方言版指导手册、乡村教师培训微课的资源包,确保非专业人员亦可实施。

2.3 具体实施

一是“快板”课程的教学实施,分为“基本常识学习”和“颂唱技巧训练”课程的教学实施,实现“唱诵青春,敲响希望”。为改善留守儿童存在的自我效能感缺失问题,本项目在课程实施时,将快板艺术改造为“节奏疗法”载体,探索传统曲艺现代化转型赋能自我认同建构。课程设计遵循“文化解码—技能习得—创作表达”的递进逻辑。通过多媒体手段系统梳理快板艺术发展史,组织学生参观当地非遗传承人的工作坊,使传统曲艺焕发时代生命力。在技能训练环节,创新开发“三板节拍操”,将枯燥的拍打训练转化为韵律操教学,利用动作记忆规律提升学习兴趣。最关键的创作阶段,引导儿童以“我的乡村故事”为主题进行快板文本创作,教师通过“思维导图—关键词提炼—句式仿写”的渐进式指导,帮助学生将生活经历转化为艺术语言。教

师要通过追溯快板艺术源流，坚定少年文化自信；传授颂唱技巧，结合节奏韵律，创作快板诗词，展现少年自信，在快板课堂上，留守儿童坚强不屈，唱出积极向上的希望之音。

二是“手势舞”课程的教学实施，带动“舞动青春，活力无限”。肢体语言编码重塑情绪表达模式，手势舞课程的研发基于镜像神经元理论，建立了“情绪-动作”对应数据库。教学过程中，本项目筛选出《在希望的田野上》《天天向上》《一起向未来》等具有文化共鸣的经典曲目进行教学。课堂中学生们挥舞手臂，展现自我光芒，将抽象情绪转化为可视化动作符号。例如，“希望”被编码为双手上举的展开姿态，“勇气”则表现为单膝跪地的守护动作。为突破儿童“动作羞怯”的瓶颈，课程采用“观察—模仿—创造”的三阶段教学法：先通过动画视频解析标准动作，再在保护性氛围中进行镜像练习，最终鼓励个性化改编。积极向上的歌曲，活力满满的手势舞，能有效地缓解学生压力，激励他们寻找属于自己的星光。本项目开发的“情绪温度计教具”，在教学中能够通过色卡匹配帮助儿童建立情绪与色彩的联结。

三是“绘本”课程的教学实施，促进心理认知发展，实现“走进绘本，解读情绪”。绘本是孩子们踏入阅读世界的第一扇大门，项目组构建了绘本课程“多维互动模型”：“认识—悦读—涂鸦—管理—分享”，从情绪认知的绘本共读，到情感投射的绘画表达，最终通过戏剧疗愈实现认知重构。项目精选《我的情绪小怪兽》《生气了怎么办》《当害怕来敲门》等具有文化适应性的绘本，开发“情绪立方体”教具，将复杂情绪分解为可操作的具体模块。在创作环节，引入“情绪转译”技法，指导儿童用抽象画表现内心感受。例如，某个留守儿童将“孤独”描绘为“站在房子上的影子”，教师通过意象对话引导其将负面情绪转化为建设性表达。课程设计了“故事剧场”环节：儿童分组改编绘本情节，通过角色扮演体验不同视角。这种叙事重构过程，目的在于提升情绪管理能力，培养共情能力，引导正向情感，描绘积极生活的色彩。

四是园艺疗法的课程实施，分为“豆芽成长记”和“留下树叶的美丽”课程的教学实施，实现“自然探究，生命教育”，增强自然感知能力，实现自我认知与生命教育的融合。在“豆芽成长记”课程中，构建“全周期生命观察链”：学生

通过纸盒培育绿豆芽，并记录下温度、湿度、光照等条件，每日3次定点观测并绘制豆芽生长曲线图，学生们见证由“豆”到“芽”的蜕变后，能感知生命的意义，学习绿豆顽强生长。在“留下树叶的美丽”课程中，打造“跨学科探究场域”：由创意拓印和拼贴画组成，观察树叶的不同后，让学生进行拓印并创作拼贴画。学生们在课堂中感知自然，增进对大自然的喜爱，培养学生发现美，在自然课堂中，点亮顽强生命的灯盏。这种见微知著的课程设计，使学生在掌握科学探究方法的同时，自然内化“生命坚强”与“生态智慧”的核心价值。

3 数据分析与研究发现

3.1 量化分析结果

项目组采用一般自我效能感量表（GSES）对儿童课前课后进行前后测。通过 SPSS26.0 对前后测数据进行平均数统计，结果显示，实验组自我效能感量表（GSES）平均分从 29.3 提升至 32.1，如表 2 所示；另外，配对样本检验表明，心育美育协同模式显著提升了学生自我效能感（ $n=15$ ， $p<0.05$ ），差异显著，如表 3 所示。

表 2 学生自我效能感前后测分数

编码	姓名	自我效能前测分数	自我效能后测分数
01	梁**	29	37
02	聂**	29	25
03	阮**	28	28
04	巫**	30	37
05	巫**	23	33
06	钟**	28	25
07	钟**	33	37
08	钟**	25	31
09	钟**	27	33
10	钟**	30	30
11	钟**	39	39
12	钟**	32	29
13	钟**	33	33
14	钟**	27	36
15	钟**	27	29
平均分		29.3	32.1

表 3 学生自我效能感前后测比较

	前测	后测	t 值	p 值
自我效能感	29.3 ± 3.8	32.1 ± 4.5	-2.3	0.035

3.2 质性研究

深度访谈资料的系统分析揭示了干预措施对留守儿童心理发展的多维影响。

在认知层面,留守儿童心理发展得到积极改进。通过艺术媒介的具象化表达,11名受访儿童表现出对困难情境的认知重构,其叙事内容中“积极应对”“寻求支持”等正向表述显著增加。例如,一名五年级学生在干预初期习惯性使用“我不行”的自我否定句式,在后期访谈中则转变为“我可以试试别的办法”。情绪管理领域体现为12名儿童掌握了基于艺术表达的情绪调节策略,其中典型表现为将焦虑情绪转化为绘画涂鸦的具象化宣泄,或是通过快板节奏的韵律调整实现情绪平复。在自我表达层面,11名参与者表示“通过快板表演找到了表达自我的方式”,其言语中“自信”“勇敢”等关键词的出现频率较干预前有所提升,5名学生表示向小豆芽“榜样学习”,不畏苦难,顽强生长。

在行为层面,呈现出显著的主动性提升。11名儿童在课堂参与度、小组合作等场景中展现出领导潜质,其行为特征从被动服从转向主动策划,如自发组织班级快板社团、设计手势舞表演方案等。课后追踪发现,绝大部分参与者主动发起同伴互动,在社交上表现更为自信。这种行为转变与艺术干预所营造的安全表达空间密切相关,群体创作活动有效缓解了社交焦虑,使儿童在协作中重建了自我效能感。

4 讨论与启示

4.1 机制阐释

该研究通过实证检验发现,“心育+美育”协同干预模式可以使留守儿童的自我效能感($p=0.035$)得到显著提升,这一结论验证了艺术媒介在心理建构方面的独特价值。研究结果表明,艺术不仅是情感表达的载体,更是认知重构的工具,其具体化的特征使留守儿童在安全的环境中重建自我概念。这与班杜拉社会认知理论中“观察—模仿—内化”的学习机制形成呼应——艺术创作通过可视化符号系统,将抽象的心理过程转化为可感知的实践经验。比如学生专心跟随老师共读情绪绘本,引发相关思考,提升学生的心理感受能力和掌控能力,进而提高认识自己和选择自己生活方向的能力,即内省智能,实现了

环境教育、效能感知和多元智能行为的相互促进。

在机制层面,艺术干预通过三重路径发挥作用:首先,快板击打、手势舞动等具身活动激活大脑奖赏回路,促进多巴胺分泌,为积极情绪建立生物基础;其次,绘本共读与园艺创作将内在心理状态外化为可视符号,形成认知图式的重构;更重要的是,群体艺术创作营造的安全表达空间,通过“镜像确认”效应打破留守儿童的心理防御机制。传统心理咨询的短期性缺陷,通过这种多维度的干预机制得到了有效弥补。

尽管研究取得了积极的成果,但仍存在三个局限:一是样本局限于粤西农村地区,未来需要扩大地域覆盖以验证文化适应性;二是没有设置纯艺术对照组,艺术形式与干预内容的贡献度难以准确区分;三是量化分析依赖于单一量表,对艺术创作过程缺乏动态跟踪。后续研究可采用神经美学方法,在建立相关追踪数据库的同时,通过EEG技术对艺术干预的神经机制进行解析,以检验干预效果的持续性。

4.2 实践启示

在师资培养层面,亟须构建“艺术素养+心理辅导”的双师型能力框架。研究表明,仅具备单一学科背景的教师难以驾驭艺术干预的复杂性,建议通过工作坊培训使教师掌握“艺术媒介选择—心理表征解读—干预方案设计”的系统方法论。

在资源配置层面,可探索“城乡艺术教育共同体”模式,通过城市优质艺术教育资源下沉与乡村在地文化资源发掘相结合,构建低成本、可持续的美育干预方案。这些实践策略的落实,有望推动留守儿童心理健康教育从补救性干预向预防性发展的范式转型。

在课程开发层面,应建立动态生成的迭代机制,采用“评估—干预—反思—重构”的螺旋上升模式。具体而言,可开发包含心理评估量表,艺术干预方案库、案例集的数字化资源平台,使课程设计兼具标准化与灵活性。

在课时保障层面,建议把艺术教育纳入农村学校心理健康教育选修模块,建立“评估—干预—追踪”质量控制体系。心理健康课程通过美育的渗透,能够加深留守儿童对客观世界的认识,最终达到以美润心、以美培元、以美育人的效果。

在评价体系层面,要注重学生心灵成长感受,而不是以作品的艺术价值为主要评价标准。比如,教师要重视在美育活动中学生写下的心理感受,并用积极心理学的视角进行引导式追问,发掘美育作品中的积极元素,帮助学时迁移到日常生活心态上。

5 结论

本研究通过实证检验发现,“心育+美育”协同干预模式对提升留守儿童心理自我效能感具有显著效应($p < 0.05$)。研究结果表明,在乡村振兴战略背景下,针对留守儿童的心理建设须突破传统物质救助模式,转向以心理资本增值为核心的干预路径。本项目基于生态系统理论框架,整合积极心理学理论与农村教育实践需求,构建了“三维发展模型”的美育干预体系:在教育环境维度,借助群体互动建立社会支持网络;在认知维度,通过艺术创作重构自我效能感;在行为维度,依托具象化活动促进多种智能发展。

干预过程中,留守儿童在艺术创作任务中展现出主动参与和深度认知投入的特征,其心理效能感得分从基线期的 29.3 ± 3.8 提升至干预后的 32.1 ± 4.5 ($t = -2.3$, $p < 0.05$)。这种改变印证班杜拉自我效能理论中“替代性经验”与“言语说服”机制的有效性,同时也验证了艺术干预方案的文化适配性。

综上所述,本研究证实“心育+美育”协同干预模式能有效提升留守儿童心理效能感。相较于传统干预方式,该模式具有成本低、接受度高、效果持久的显著优势。未来可以探索数字艺术技术在乡村心理服务中的应用可能性,构建线上线下联动的心理卫生保障体系。

参考文献:

- [1]段成荣,杨舸.我国农村留守儿童状况研究[J].人口研究,2008(3):15-25.
- [2]赵丽丽,许华山,焦东亮,等.留守儿童的心理健康、应对方式及一般自我效能感的关系研究[J].中国健康心理学志,2012,20(1):72-74.
- [3]BANDURA A. Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change [J]. Psychological review, 1977, 84(2):191-215.
- [4]SCHWARZER R. Self-efficacy: Thought control of action [M/OL]. New York: Taylor & Francis, 2014: 1, 87 [2025-03-22]. <https://doi.org/10.4324/9781315800820>.
- [5]LIU X. Psychological capital of left-behind children in rural China [J]. Chinese journal of education, 2021, 36(5):45-50.
- [6]WANG Y, GUO L. Relationship between self-efficacy and academic achievement among left-behind children [J]. Psychological development and education, 2020, 36(3):321-328.
- [7]GOLDBERG S B. The arts and human development: framing a national research agenda [M]. Washington: National Endowment for The Arts, 2018.
- [8]LI M. Calligraphy intervention and emotional stability in left-behind children [J]. Front psychol, 2022 (13): 894570.
- [9]于璐,向滨洋,李雄.留守儿童社会支持、心理弹性与一般自我效能感的关系[J].武汉工程职业技术学院学报,2019,31(4):69-72.
- [10]苗成芝.农村留守儿童心理健康教育探究:基于小学班主任视角[J].试题与研究,2024(32):115-117.
- [11]单胜华,孟贝,李雪梅,等.优势视角下农村留守儿童抗逆力提升分析[J].河南医学高等专科学校学报,2024,36(5):630-633.
- [12]孟燕,曹巨龙.“五育并举”视域下小学心理健康教育融合课的探讨[J].内蒙古教育,2024(10):53-61.
- [13]李莹莹.小组工作介入儿童自我效能感提升的研究[D].北京:北京工业大学,2018.
- [14]田聪.山东省X学校留守儿童自我效能感提升的小组工作实务研究[D].大连:大连海事大学,2020.
- [15]李自梦.小组工作介入农村留守儿童自我效能感提升的实务研究:以永州市Z村为例[D].兰州:西北民族大学,2022.
- [16]肖春莲.小组工作介入农村留守儿童学业自我效能感提升研究:以息烽县H小学为例[D].贵州:贵州师范大学,2023.