

A Brief Discussion on the Path of the “1+X” Mental Health Education Model for Left-behind Children in Border Ethnic Minority Areas

Cong Zhao Huiling Huang

Wushan Township Central Primary School Daxin County Chongzuo City Guangxi, Chongzuo, Guangxi, 532300, China

Abstract

The Five-Education Integration serves as the cornerstone for high-quality development in compulsory education during the new era. Left-behind children in border ethnic regions, affected by the triple challenges of “geographical remoteness, ethnic concentration, and parent-child separation,” exhibit distinct mental health issues including emotional regulation difficulties, ambiguous cultural identity, and inadequate cross-ethnic social adaptation. Existing monolithic educational models fail to address their developmental needs. This study explores implementation pathways for integrating mental health with Five-Education through four dimensions: dual-track curriculum integration, activity-based empowerment, diversified evaluation systems, and collaborative network development. Supported by three safeguard mechanisms—teaching staff, resources, and institutional frameworks—the approach aims to establish a practice paradigm for mental health education in border ethnic regions that balances universal applicability with local adaptation.

Keywords

left-behind children; mental health; 1+X model; five educations; national cultural identity

浅谈边境民族地区小学留守儿童—心理健康“1+X”育人模式的途径探究

赵聪 黄慧玲

广西崇左市大新县五山乡中心小学, 中国·广西 崇左 532300

摘要

五育并举是新时代义务教育高质量发展的核心指引, 边境民族地区留守儿童因“边境区位+民族聚居+亲子分离”三重背景叠加, 呈现情绪调节能力弱、民族文化认同模糊、跨民族社交适应不足等差异化心理健康问题, 现有单一化、同质化的育人模式难以适配其成长需求。从课程双轨融合、活动浸润赋能、评价多元导向、协同网络构建四个维度, 探究心理健康与五育深度融合的实施路径, 配套师资、资源、机制三类保障体系, 旨在为边境民族地区留守儿童心理健康教育提供兼具普适性与本土化的实践范式。

关键词

留守儿童; 心理健康; 1+X 模式; 五育并举; 民族文化认同

1 引言

本研究以广西崇左市大新县 18 所乡镇中心小学 2578 名壮、苗、瑶、等民族留守儿童以及龙州县、百色市等关联学校留守儿童为调研对象, 基于五育融合与民族心理健康教育理论, 构建“1 (立德树人为核心, 锚定情绪调节、文化认同、社交适应三大心理健康基础目标)+X (适配边境民族特色的多元化育人路径)”五育并举育人模式

2 边境民族地区留守儿童心理健康的现实特征与育人困境

本次调研采用《儿童心理健康量表 (MHT)》、双语半结构化访谈等方法, 对大新县边境 18 所乡镇中心小学 2578 名留守儿童 (占调研学校在校生总数的 51.56%) 开展系统研究, 梳理出其心理健康的核心特征与育人工作的突出困境:

2.1 心理健康的核心特征

一是情绪问题凸显且疏导渠道匮乏, 58.3% 的留守儿童存在焦虑、孤独等负面情绪, 32.7% 的孩子因亲子分离叠加“民族语言—普通话”沟通障碍, 出现持续 1 个月以上的情绪低落, 仅 19.5% 的留守儿童能主动向教师或监护人

【作者简介】赵聪 (1986-), 男, 壮族, 中国广西崇左人, 本科, 高级教师, 从事小学教育研究。

表达负面情绪；二是文化认同弱化，41.2%的留守儿童对本民族传统习俗、节庆文化认知仅停留在“听说过”层面，28.9%的孩子存在“淡化民族身份”“向往内地生活”等认知倾向，边境家国认同与民族文化认同双重弱化；三是社交适应能力不足，65.4%的留守儿童社交圈局限于本民族同学，跨民族协作活动参与率仅11.6%，35.6%的孩子因民族生活习惯差异引发的社交冲突，出现回避集体活动的行为。

2.2 现有育人工作的核心困境

其一，心理健康教育与五育割裂，90.2%的调研学校将心理健康教育等同于“心理疏导课”，未将情绪调节、文化认同等目标融入德智体美劳五育教学全过程；其二，育人路径本土化适配不足，69.7%的心理健康活动照搬一些先进地区学校的模式，未结合民族语言、文化、生活习惯设计，仅6.3%的学校配备双语心理教师；其三，家校社协同育人体系断层，82.5%的民族村寨家长未接受过亲子沟通、心理疏导相关指导，边防部队、民族文化馆等特色资源转化为心理健康育人资源的学校占比仅8.5%，学校成为唯一的心理健康教育主体，难以覆盖课后、假期等关键成长场景。

3 心理健康导向下“1+X”五育并举模式的核心内涵

“1+X”五育并举育人模式以“五育融心、融心于育”为核心逻辑，兼顾五育融合的普适规律与边境民族地区的特殊需求：“1”为核心锚定层，即坚守立德树人根本任务，将情绪调节、文化认同、社交适应三大核心心理健康目标，拆解融入品德、学业、身心、审美、劳动五育基础要求，构建统一的、符合义务教育基本标准的育人框架，保障留守儿童心理健康发展的底线需求；“X”为特色拓展层，即基于边境民族地区的文化禀赋、地域特征与留守儿童认知规律，设计民族化、本土化的拓展路径，包括双语心理课程、民族文化疗愈活动、多元主体协同机制等，既弥补核心层的适配性不足，又依托民族文化、边防资源强化心理健康育人效果，实现“基础目标统一+民族特色拓展”的双向赋能。

4 边境民族地区留守儿童心理健康“1+X”五育并举实施途径

4.1 课程重构：“核心课程+民族特色课程”双轨融合心理健康教育

核心课程渗透（对应“1”）：依据《义务教育课程方案（2022年版）》，制定《边境民族地区小学五育融合心理健康教学指南》，将心理健康目标融入国家基础课程。语文课程选取民族英雄戍边故事、亲情主题民族歌谣，通过文本解读与情感表达训练，疏导思乡情绪；体育课程引入板鞋竞速、跳竹竿等民族传统体育项目，在团队协作中提升社交适应能力；道德与法治课程结合边境民族团结案例，强化民族文化认同与家国情怀，缓解身份认知困惑。

民族特色拓展课程（对应“X”）：按年级分层设计拓

展课程（见表1），覆盖心理健康短板维度。低年级开设“民族手工疗愈课”（壮族手工剪纸、编织、泥塑等），以沉浸式创作缓解焦虑；中年级开设“双语心理团辅课”，用民族语言+普通话开展情绪疏导技巧教学；高年级开设“国防体验课”，联合边防官兵开展双语边防知识讲解与巡逻模拟，增强心理安全感。课程采用“1+N”选课模式，每名留守儿童必修1门核心拓展课，可选修N门兴趣拓展课。

4.2 活动创新：“常态微活动+民族主题活动”浸润心理健康成长

常态化微活动（对应“1”）：设计高频次、碎片化的心理赋能微活动，填补亲情陪伴缺失。每日开展10分钟“情绪表情识别游戏”“民族歌谣传唱”，每周设置“民族文化小课堂”“亲子视频连线日”，每月组织“双语心理绘本共读”，通过日常互动培养情绪表达习惯，强化亲子情感联结。

民族主题综合活动（对应“X”）：结合“三月三”“火把节”等民族节庆、国防教育日，设计分层融合性活动。低年级开展“我的民族小服饰”绘画展、迷你“走边关”角色扮演；中年级组织“民族团结接力赛”、与边防官兵双语书信往来；高年级开展“走边关”研学（探访边防哨所）、民族文化宣讲，在集体活动中提升跨民族社交能力，强化民族与边境身份认同。

4.3 评价优化：“核心达标+民族特色评价”赋能心理健康发展

核心维度评价（对应“1”）：设定情绪调节、社交适应、文化认同3项核心心理健康指标，搭配品德、体能、审美、劳动4项五育基础指标，采用过程性评价方式（课堂情绪表现、活动参与度、亲子沟通记录），替代单一量化评分，重点关注留守儿童心理健康的点滴进步。

民族特色评价（对应“X”）：增设双语心理表达能力、民族文化作品创作质量、边防知识掌握程度等个性化评价指标；引入民族村长者、边防官兵、家长组成多元评价主体，以“民族成长档案”形式记录心理健康发展轨迹，仅作正向激励，不排名、不评优。

4.4 协同共育：“学校+X方主体”构建民族特色心理健康支持网

学校主阵地建设（对应“1”）：建立“留守儿童心理健康导师制”，选拔民族教师参加心理疏导专项培训，配备双语心理教师，每名导师对接5-8名留守儿童开展一对一心理疏导；开设线上双语“家长心理课堂”，指导外出家长用民族语言、传统习俗与孩子沟通，缓解亲子隔阂。

多方主体联动（对应“X”）：联动民族村寨、边防部队、社区构建共育闭环。邀请民族村寨长者担任“文化导师”，通过民族故事、习俗开展心理疏导；联合边防部队建立“国防心理实践基地”，定期开展团队拓展活动；依托社区设立“民族留守儿童心理服务站”，提供双语心理辅导、课后托管服务，填补课后心理健康教育空白。

表1 不同年级心理健康1+X实施细则表

年级段	“1”核心实施内容（心理健康+五育基础要求）	“X”拓展实施内容（边境民族特色适配）
低年级 (1-2 年级)	1. 核心课程: 语文渗透民族亲情童谣、边境小故事; 体育开展丢沙包、跳竹竿等民族集体小游戏, 培养社交规则; 道德与法治启蒙民族文化、边境家园认知。2. 常态活动: 每日 10 分钟情绪表情识别游戏、民族歌谣传唱; 每周 1 次班级亲子视频连线; 每月 1 次心理绘本共读(双语版)。3. 核心评价: 侧重情绪表达意愿、集体活动参与度、基础社交礼仪掌握。	1. 特色课程: 民族手工疗愈课、边防小卫士启蒙课(双语边防叔叔故事听赏)。2. 主题活动: “我的民族小服饰”绘画展、迷你“走边关”角色扮演(校园内)、民族美食分享会。3. 特色评价: 手工创作专注度、民族歌谣学唱积极性、亲子连线互动时长。
中年级 (3-4 年级)	1. 核心课程: 语文研读民族戍边小故事; 数学结合村寨物资统计开展小组实践, 培养协作能力; 体育开展板鞋竞速等民族传统体育项目; 道德与法治聚焦民族团结、情绪调节方法。2. 常态活动: 每日 15 分钟阳光体育+情绪分享; 每周 1 次民族文化小课堂、心理团辅(双语); 每月 1 次“给父母的民族家书”书写。3. 核心评价: 侧重情绪调节方法运用、跨民族协作表现、民族文化基础认知。	1. 特色课程: 双语心理疏导课、民族乐器入门(葫芦丝、芦笙)、边境生态调研课。2. 主题活动: “民族团结接力赛”、与边防官兵书信往来(双语)、村寨环境保洁劳动实践。3. 特色评价: 心理疏导方法掌握度、乐器演奏熟练度、书信沟通质量。
高年级 (5-6 年级)	1. 核心课程: 语文分析民族文化文本、撰写心理成长日记; 体育开展体能挑战赛+团队复盘; 道德与法治聚焦家国情怀、社交冲突解决; 劳动课结合校园种植培养责任意识。2. 常态活动: 每周 1 次边境村寨志愿服务、心理健康主题班会; 每月 1 次亲子共读(双语)、心理情景剧表演; 每季度 1 次心理测评。3. 核心评价: 侧重情绪自我管理、社交冲突解决能力、民族文化认同度。	1. 特色课程: 民族服饰设计课、国防体验课(队列训练+边防巡逻模拟)、边境文创设计课。2. 主题活动: “走边关”研学(探访哨所)、民族文化宣讲、特色农产品包装劳动实践。3. 特色评价: 志愿服务时长、文创作品创意度、研学报告中文化认同表达、劳动成果价值体现。

5 结语

该模式通过课程双轨融合、活动分层浸润、评价多元激励、协同网络支撑, 既能解决留守儿童情绪、认同、社交等核心心理健康问题, 又能强化其民族认同与家国情怀, 实现五育融合与心理健康教育的双向赋能。

未来需持续深化模式落地, 结合边境民族地区教育现代化进程动态优化路径, 让五育并举真正惠及每一名边境民族地区留守儿童, 为筑牢边境教育根基、促进民族团结与边疆稳定提供教育支撑。

参考文献

- [1] 中华人民共和国教育部. 义务教育课程方案和课程标准(2022年版)[S]. 北京: 北京师范大学出版社, 2022.
- [2] 王定华. 新时代五育并举的内涵与实施路径[J]. 教育研究, 2020, 41(07): 4-11
- [3] 李涛, 杨兆山. 边境民族地区义务教育均衡发展的现实困境与路径选择[J]. 中国教育学刊, 2021(09): 68-73.
- [4] 刘焱, 李敏谊. 留守儿童心理健康教育的家校社协同机制构建[J]. 教育科学研究, 2022(05): 78-83.
- [5] 张斌, 周玲. 民族地区小学五育融合的实践探索——以滇西边境县为例[J]. 民族教育研究, 2023, 34(02): 121-127.