

家庭教育对我国中小学心理健康发展的影响

董筱雯, 蒋小春

重庆师范大学, 重庆

收稿日期: 2022年9月21日; 录用日期: 2022年10月18日; 发布日期: 2022年10月26日

摘要

中小學生处于青少年时期, 是个体心理发展的重要阶段, 而家庭教育与青少年心理健康发展密不可分。本研究对以往有关家庭教育与中小学心理健康的研究进行归纳整理。发现, 国内学者们对于心理健康的研究大部分主要关注其定义的界定、中小学心理健康现状及成因、以及初步的心理健康教育活动。家庭教育主要通过家长的榜样作用、家庭教养方式和家庭环境因素对我国中小学心理健康产生影响。

关键词

家庭教育, 心理健康发展, 中小学

The Influence of Family Education on the Mental Health Development in Primary and Secondary Schools in China

Xiaowen Dong, Xiaochun Jiang

Chongqing Normal University, Chongqing

Received: Sep. 21st, 2022; accepted: Oct. 18th, 2022; published: Oct. 26th, 2022

Abstract

Primary and secondary school students are in their adolescence, which is an important stage of individual psychological development. This study summarized the previous studies on family education and mental health in primary and secondary schools. It is found that most of the domestic scholars' research on mental health mainly focuses on the definition, the current situation and causes of mental health in primary and secondary schools, and the preliminary mental health education activities. Family education has an impact on the mental health of primary and second-

ary schools in China mainly through the role of parents as role models, family rearing methods and family environment factors.

Keywords

Family Education, Mental Health Development, Primary and Secondary Schools

Copyright © 2022 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

近年来,我国中小学生学业压力日益繁重,易产生更多的烦恼,较之以前,我国中小学生的心理受到更多因素的影响,中小学心理健康发展逐渐成为社会关注的新问题和广大学者关注的新方向。中小低年级学生大都处于青少年时期,是他们个体心理能力发展提高的两个重要阶段,而家庭教育与青少年心理健康发展密不可分。

潘玲乐(2016)指出,我国对心理健康教育的研究中间有一段中断的时间,直到20世纪80年代我国对于心理健康教育的研究才重新开始,同时开始了对家庭教育的研究。

在我国1999年,教育部(1999)通知就特别指出强调了全国中小学生系统开展自我心理及健康知识教育中需要学生完成以下内容的三个主要的任务:“首先,要注重对学校全体在册的全国中小学生全面开展社会心理的健康基础知识教育,帮助全国学生从小能够逐步正确地认识自我,使全体中小学生自主调控战胜自我、承受社会挫折、适应特殊环境需要的各种能力逐步得到较明显的提高,促进我国学生逐渐形成了健全的人格;其次,对于自身存在各种心理状况困扰或心理健康障碍问题的广大学生,要努力为他们尽快提供最科学而有效实用的个性化心理自助辅导方式和个案咨询,帮助他们在实践中尽快学习提高心理健康自我调节方面的能力,提高心理健康水平,增强发展自我的能力”。此外,教育部及2012年教育部门印发的有关《中小学心理健康教育指导纲要(2012年修订)》课题的正式通知文件也多次指出开展了面向中小学青年教师进行青春期心理及健康教育课题的必要性(教育部,2012)。

以往的研究表明,家庭教育对于青少年的心理健康起着重要的作用,然而在开展中小学生心理健康教育的活动中却极少关注家庭教育,关于家庭教育对中小学生心理健康影响的研究也存在诸多不足。胡亚娟(2013)指出,近年来国内学者们关于中学生心理健康教育问题大部分集中在其定义的界定、中小学心理健康现状及成因、以及初步的心理健康教育活动的探索上,杨浩(2018)研究指出,近十年来中西方学者朋友们分别针对我国青少年辍学群体、留守教师群体、中小学教师群体,把心理健康作为研究的焦点,进行了诸多研究,研究领域热点研究主要课题包括自尊、焦虑、抑郁、心理应激、心理危机控制病源、网络社交成瘾机制等问题。

为了方便进一步系统地了解当代家庭教育领域对农村中小学生心理行为健康问题发展及其研究和进展,笔者分别在中国及知网期刊全文数据库统计总表库中分别以“青少年心理健康”和“家庭教育”为两个关键词进行了精确匹配和高级检索分析后共统计发现了113篇文献,而仅以“青少年心理健康”为关键词进行精确匹配共检索出5192篇文献,可见关于家庭教育对青少年心理健康发展影响的研究还处在发展时期,还需要更多的探索和研究。

2. 对家庭教育与中小学心理健康概念的理解

(一) 家庭教育

学者对于家庭教育的研究基本概念的研究主要体现在家庭教育的定义和性质上。对于各种家庭教育类型的定义虽然目前没有很标准系统的分类解释,但含义大都已相差无几,如周立(2018)即认为家庭教育应是由家长们主要通过家长自己身体力行的父母言传身教过程和日常家庭生活和实践等对成年子女所形成了一定社会教育作用影响的各种社会活动。而现有研究对家庭教育性质的理解主要体现在其早期性,感染性,表率性,连续性和及时性上。

(二) 中小学心理健康界定

对心理健康进行定义、确定心理健康标准和中小学生学习心理健康教育发展模式探寻是目前国内学者对中小学心理健康界定研究的重点。

目前在心理学界,对心理健康定义还没有统一的说法,综合来说,就是一种正向的,持续性的心理状态。而心理健康的标准一直是心理学界和卫生界争论的问题。目前在外国学界普遍都认可的马斯洛的心理和健康的十项基本标准和世界卫生组织奥尔波特等六项基本标准,1946年第一届国际心理精神卫生研究大会报告也首次指出确立了人心理与健康发展的四个主要标志,国内有关学者对冯维和于志涛(2015)进一步指出,心理和健康发展的十项标准都应该注意从以下这样几个大方面上来进行全面把握:1) 促进人际关系健康和谐;2) 思想情绪表现稳定、愉快,情绪及反应能力适度强;3) 身体心理特点和语言行为习惯与心理年龄特征完全相符合者;4) 一般智力状况正常的;5) 基本能够积极面对人生现实,正视人生现实,乐于从事学习、工作实践和正常社交等;6) 个性和谐完整;7) 自我意识客观,并能接纳自我与悦纳自我。实际上,学者们不同的研究问题和研究目的,使得其对于心理健康的标准有所不同,而这样的不同是可以接受的,此外,心理健康的标准本应该是不同的,为了使心理健康的标准对个体心理健康起到良好的判断作用,心理健康标准必须有所侧重。

3. 家庭教育对我国中小学心理健康发展的影响

车国燕(2016)提出,家长的榜样作用,家庭教养方式,以及良好的家庭环境对青少年的心理健康起着重要作用,在国内现有的研究中,学者对家庭教育通过什么途径影响中小学生的心理健康感到好奇,并对其影响因素做出了许多研究,加上阅读完文献后总结的因素,大致总结为以下几点。

(一) 家长的榜样作用

班杜拉早就已经提出了家长的示范作用对于个体心理健康成长的重要性。班杜拉攻击反应实验也发现,观察到成人和对充气娃娃抱有强烈暴力行为意愿的儿童可能会因此产生了更多的反攻击性行为,强调了家长的榜样的作用,家长的言行举止会在潜移默化中影响青少年。中小班学生往往处在一段学习紧张压力日益繁重,内心烦恼日趋增多的敏感时期,如果面对家长也只是在对老师他们只是一味地说教,而对于自己父母却显得言行不一,更易对青少年的心理健康造成危害。

(二) 家庭教养方式

针对于这种家庭教育方式方面,国内很多学者最近也陆续做起了另一些新研究,例如,学者陈陈(2002)首先将该种家庭教育方式重新定义为父母在家庭环境中应当如何合理抚养婴儿和正确教育好儿童,是当今大多数父母应采用到的一个普遍性方法原则和教育形式,它是综合并概括归纳了我国父母日常教养及行为教育的共同特点,表现出为是一种具有高度相对和稳定性特点的行为方式。学者们也通常会认为现代家庭中教养孩子方式主要被分为专制型、顺从型、放任型和民主型。专制型教养管理方式下的家庭往往是对青少年进行极度的掌控,对其思想和行为上严格禁锢和压制。放任型教养则与其恰巧相反,不

可能顾及到任何一名青少年家庭的健康成长, 顺从型费尽心思才能满足青少年家长一切心理需求, 民主型教养则仅仅是家长建立彼此平等合作意识沟通与相互信任之间的家庭教养沟通方式, 家长自己若没能自觉树立起来正确的亲子教育沟通观念, 采取了民主型教养的家庭教养方式, 对于青少年身心健康是有益的。

(三) 家庭环境

众多调查研究结果表明, 家庭环境主要与当代中小教育学生个体的精神心理身体健康发育状况的密切发展相关, 家庭环境还主要内容包括父母亲子关系, 夫妻关系和其它家庭亲属关系。陈定湾、何凡和刘碧瑶(2007)分别采用心理症状的自评量表与家庭环境量表分别对北京市 1070 名未成年中小学生家长进行的问卷的调查, 结果研究表明, 中小学生心理与健康发育状况也会随其家长所在社会家庭构成的生活环境特征改变而逐步发生着变化, 特别的, 在所有家庭环境特征中, 改善家庭关系, 尤其是亲子关系最可能有益于改善中小学生的心理健康状况。

(四) 家庭结构

一般来说, 稳定完整的家庭结构对孩子的身心成长有着很大的影响, 具体表现在行为、学业、心理、性格等方面。徐慧, 袁新国(2016)还指出单亲家庭对男女学生心理健康的影响差异显著。目前中小学生学习家庭结构不平衡的比例逐年上升, 离婚率、未婚同居率, 留守率导致隔代家庭等, 父母要意识到这种危害, 努力为孩子构建一个健康的良好的家庭结构和氛围, 学校和社会也应该极力配合家庭教育, 做到家校社同时发力, 促进中小学生心理健康的发展。

4. 现有研究存在的不足

(一) 理论性不足

纵观现有的对家庭教育影响中小学生心理健康发展的研究, 研究的焦点多集中于家庭“教育”上, 主要从教育方法上进行讨论和分析。大多数研究者仅仅是做出呼吁, 提出家长应该如何做, 而对于理论的探讨不够。未来期望在理论上多进行纵向深入的研究, 和方法互为补充。

(二) 不少研究稍显空乏

一些研究对家庭教育提出一些教育方法上的呼吁, 但并没有切实可行的实践方案研究成果, 大多是一些宏观性的指导, 缺少对具体家庭教育问题和中小学心理健康问题的应对方式。笔者认为, 理论来自于实践, 理论也需要服务于实践, 需要广大心理健康教育工作者更加深入了解青少年所存在的心理问题和家庭问题。

参考文献

- 车国燕(2016). 论家庭教育对青少年心理健康的影响. *才智*, (1), 130.
- 陈陈(2002). 家庭教养方式研究进程透视. *南京师大学报(社会科学版)*, (6), 95-103+109.
<https://doi.org/10.3969/j.issn.1001-4608-B.2002.06.014>
- 陈定湾, 何凡, 刘碧瑶(2007). 中小学生心理健康状况与家庭环境特征的相关性分析. *中国学校卫生*, 28(9), 812-813.
- 冯维, 于志涛(2005). 父母教养方式研究的新进展. *中国特殊教育*, (8), 52-56.
<https://doi.org/10.3969/j.issn.1007-3728.2005.08.011>
- 胡亚娟(2013). 我国近年来中小学生心理健康教育研究综述. *青年科学(教师版)*, 34(4), 24.
- 教育部(1999). 教育部颁布《关于加强中小学心理健康教育的若干意见》. *人民教育*, (11), 9-10.
- 教育部(2012). 教育部关于印发《中小学心理健康教育指导纲要(2012年修订)》的通知. *中国德育*, (1), 6-10.
- 潘玲乐(2016). 家庭教育对中国青少年心理健康发展的影响研究综述. *新校园(上旬)*, (5), 5.
- 徐慧, 袁新国(2016). 不同家庭结构对中学生心理健康的影响研究. *赤峰学院学报(自然科学版)*, 32(24), 71-72.

<https://doi.org/10.13398/j.cnki.issn1673-260x.2016.24.027>

杨浩(2018). 近十年我国中小学心理健康教育研究热点分析. *教育导刊(上半月)*, (10), 21-26.

周立(2018). 浅谈家庭教育对青少年心理发展的影响. *新教育时代电子杂志(教师版)*, (20), 262.