

心理健康视域下家庭教育指导服务体系建构

任欣雨

南京邮电大学马克思主义学院, 江苏 南京

收稿日期: 2023年6月5日; 录用日期: 2023年7月21日; 发布日期: 2023年7月28日

摘要

家庭教育自古以来是我国教育领域的重要课题, 经过历代教育工作者与社会各界学者的不断探究与实践, 我国家庭教育指导服务体系不断完善。在建构家庭教育指导服务体系过程中应注重亲子之间心理健康双向培育。依托家-校-社全面聚焦家庭教育指导服务过程中的学生心理健康教育, 引导家长关注孩子心理健康, 树立科学养育观念。

关键词

心理健康, 家庭教育, 服务体系指导

Construction of Family Education Guidance Service System under the Perspective of Mental Health

Xinyu Ren

School of Marxism, Nanjing University of Posts and Telecommunications, Nanjing Jiangsu

Received: Jun. 5th, 2023; accepted: Jul. 21st, 2023; published: Jul. 28th, 2023

Abstract

Family education has been an important subject in the field of education in China since ancient times. Through the continuous exploration and practice of successive educators and scholars from all walks of life, the family education guidance and service system in China has been constantly improved. In the process of constructing the family education guidance service system, we should pay attention to the two-way cultivation of mental health between parents and children, relying on home-school and community to comprehensively focus on students' mental health education in the process of family education guidance and service, guide parents to pay attention to children's

mental health, and establish the concept of scientific parenting.

Keywords

Mental Health, Family Education, Service System Guidance

Copyright © 2023 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

家庭教育指导服务在国外发达国家研究历史较早，目前教育较为发达的国家基本上已经完成了家庭教育指导服务体系建构，形成特点鲜明的家庭教育指导服务模式。十九世纪末美国就成立了“家长教师协会”(Parent-Teacher Association 简称(PTA)), PTA 自成立以来就密切关注着与儿童相关的问题，试图通过推行“三重计划”，即关注儿童福利、推行家长教育、促进家校合作来解决儿童教育问题(李子江，王飞飞，王丽，2021)，将家长与教育连接在一起，构成“学校-家庭”的教育体系。家长在教育更专业的指导中对孩子及进行家庭教育，承接孩子在学校期间的学习成长。英国也有类似的“家庭和学校协会”“全国双亲教育联盟”等以民间机构形式为家庭教育提供服务与指导。从专业角度为家庭教育提供指导服务，对孩子的学习成长有重要作用。由于我国各地区教育发展资源、力量不均衡，大部分地区始终停留在自发的心口相传的阶段，对家庭教育缺乏系统的指导，也未充分认识到家庭教育作为一门独立学科研究的重要性，更难以重视心理学层面上的重要性。心理健康问题始终是家庭教育指导服务体系中重要一环。不能仅仅停留在生理健康问题，常常受家长忽视的学生心理健康问题，在对家庭教育指导过程中应积极予以关照。世卫组织报告指出“心理健康被忽视了太久，而心理健康对个人、社会和国家的整体福祉至关重要，必须从新的角度得到普遍的重视”(Sayers, 2001)。积极将心理健康教育贯穿于家庭教育指导服务体系内是解决现如今学生心理问题频发的应有之义。

2. 心理健康与家庭教育指导服务体系关系界定

长期以来，学者们就心理健康标准本身的研究较多，对心理健康内涵与实质的探讨较少。主要集中在探讨心理健康的指标，使心理健康含义具体化(张大均，2005)。心理健康本是由“心理”与“健康”结合而来的复合概念。对健康理解上，杨忠伟认为健康不仅包括个体健康，还包括群体健康(社会健康)，并从生物、心理和社会三个基本侧面形成了三维立体的健康观(杨忠伟，2004)。从心理健康内涵结构看，包括消极、积极和完全的心理状态(Keyes, 2009)，总体而言心理健康其实是一种心理状态，而心理素质是稳定的心理品质或心理特性。因此，在进行心理健康教育过程中，应注意学生心理素质的培养锻造。

家庭教育指导服务则由家庭外的社会组织以儿童家长为主要对象，以提高家长的教育素质、改善其教育行为为直接目标，以促进儿童身心健康成长为目的的一种教育过程(李洪曾，2004)。通过这种教育过程使家长思想和行为发生积极转变，进而促使青少年在思想和行为上发生一系列的积极变化。家庭教育指导服务体系由家庭外的社会组织或相关部门进行引导，以家长教育思维与教育行为的培养为直接目标的综合教育过程，以构建家长和子女之间的相处模式与教育体系为出发点，进行示范性、科学性、业余性的多维教育在家庭教育指导(黄娅，2018)。在《覆盖城乡的家庭教育指导服务体系构建策略》(高书国，

2021)一文中作者认为家庭教育指导服务体系是指一个国家或一个地区进行家庭教育知识普及、理论学习、方法指导和资源服务的整体系统,是家校协同育人重要的组织机构和实施载体。关于家庭教育指导服务体系基本构成要素,主要包含服务内容、服务对象、服务主体、服务模式等实体要素,由包含管理运行机制、保障机制等使这些要素协调、高效运行的关键机制(边玉芳,张馨宇,2021)。综上,家庭教育指导服务是家庭外的第三方组织(这个组织可以是社会组织或者政府相关部门也可以是学校等)为家长提供专业性的教育指导以促进儿童青少年健康成长的服务体系与运行机制。指导服务体系的建构利于推动社会主义核心价值观培育、利于构建和谐社会、利于家校社德育一体化建设。更有利于树立青少年正确世界观、人生观、价值观。

学生心理健康的培养亟需与家庭指导服务体系建构相通联。教育部等十七部门关于印发《全面加强和改进新时代学生心理健康工作专项行动计划(2023~2025年)》(教育部,2023)的通知中就着重强调加强家庭教育指导服务。妇联、教育、关工委等部门组织办好家长学校或网上家庭教育指导平台,推动社区家庭教育指导服务站点建设,引导家长关注孩子心理健康,树立科学养育观念。籍此,聚焦家庭教育指导服务过程中的学生心理健康教育,积极融入教育心理学理论,弥补教导家庭社会重学业、重智力、轻道德现象,关注学生身心健康发展。同时也为预防和缓解心理健康问题提供科学的理论指导,促进学科发展。

3. 心理健康视域下家庭教育指导服务体系现存困境

3.1. 家庭教育服务内容缺乏心理专业指导

家庭教育指导服务体系发展迅猛,但制度框架极为脆弱,组织形式较为落后;家庭教育指导服务要素零散,各自为战,缺乏清晰的目标规划与调度。目前社会上容易接触到的家庭教育指导服务包括了亲子关系、安全知识、传统文化、兴趣培养等等,内容上看似十分全面,但是除商业性的家庭教育培训指导外,多数家长实际接受的是免费的碎片化的家庭教育指导信息,特别是随着互联网自媒体的发展,网络上充斥着各种各样的“家庭教育指导”。信息庞杂且缺乏系统整合,其中很多还是传统教育经验缺乏科学的理论分析。专业的心理健康教育指导更是缺失。其次,对于家庭教育的具体情景及特殊案例缺乏专门指导,例如单亲家庭家庭教育指导、留守儿童家庭教育指导。这些专门性问题指导的缺乏也证明了社会上所谓的“家庭教育指导”科学性的缺乏。家长长期在这样鱼龙混杂的信息中难以形成科学的完备的家庭教育相关的心理素养理论教育。同时碎片化、低门槛的劣质信息泛滥也让家长对家庭教育指导服务将信将疑,甚至质疑真正科学的家庭教育相关理论,不利于科学系统的家庭教育指导服务体系建设的推进。家长少有主动接触学习专业的心理健康教育理论并运用于孩子学习成长教育中。在家庭教育教学中,家长也少有从自身出发寻找自身问题,专制独断的家庭教育不利于孩子心理人格完善及心理素质培养。同时,“父母倦怠”(parental burnout)(俞国良,2021)问题凸显,具有累积性、消极性、破坏性,会给父母的身心健康和工作生活带来巨大的不良影响。这种状态使父母情绪低落,对孩子的教育缺乏兴趣和动力,对家庭生活产生厌烦和心力交瘁之感,最终导致家庭教育的“绩效”直线下降。

3.2. 家庭教育服务模式落实心理辅导受阻

以家长会为形式的学校主导家庭教育指导服务体系早已在我国各地落实,但就多年的实施情况而言对家庭教育质量的提升并未有明显作用。一方面是家长会集中以学生问题主要讨论对象,其中学业成绩最为家长关心,学生心理问题常被忽视,以及对家长自身的心理状态及行为并未获取实质性的指导。另一方面家长会实际上是传统家庭教育模式在学校与家长间的再现,仍是单方面说教,家长实际上的参与度并不高。家长受专业心理教育辅导始终带有被动性。与之类似的还有如社会上组织的家长教育也是这

种单方面的形式。而家庭教育指导服务模式以家长教育思维与教育行为的培养为直接目标的综合教育过程。因而，家长对孩子培养教育中更缺乏专业心理健康教育理论辅导。随着国家经济社会的不断发展，教育模式也不断更新，现阶段幼儿园实施的主题活动在全国普遍推行，围绕一个主题让家长与孩子共同参与活动，在活动中加强孩子与家长的链结，同时输出正确的家庭教育观，这种形式相较于传统家长会有了明显进步，提高了家长的参与感。这种模式也广泛运用于商业性的家庭教育课程中。但受限于区域经济发展的差距，这种形式的家庭教育指导在我国不同地区和不同主体间发展极不平衡。经济发达的地区不仅学校活动形式更为多样不仅包括学校，次数也更为频繁，家长也有更多的闲暇时间积极参与到这种形式的家庭教育指导之中，经济条件允许的家庭甚至可以参加商业性的教育沙龙、亲子工坊，尽可能多地提升自己的家庭教育水平；而对于经济落后地区，这一模式尚未得到普及，而且家长更多的可能外出务工，或者没有时间参与。经济发展的不平衡也阻碍了新型家庭教育指导服务模式的推广，专业针对家长的心理辅导更加难以落实。

3.3. 家庭教育心理健康指导缺乏反馈机制

有研究显示，中国家庭的教养方式缺乏对孩子的信任和理解，而这样一种教养方式是导致孩子患有神经症和情绪障碍等心理疾病的最为主要的因素(李宝丽, 2020)。家庭教育心理健康指导反馈机制的缺失，具体教育情况将难以得知。由于单向说教缺乏积极的良性的沟通，导致家长对孩子自身的情况难以完全掌握，“究竟说了那么多，孩子记住没有”，这个问题没有一种方法可以去检阅，只有等矛盾集中爆发时才能得出问题存在的结论。就算问题不爆发也不代表没有问题，但问题不爆发又很难发现问题，故而家庭教育中要么“没问题”要么就是“大问题”。家庭教育主客体对立致使矛盾加重。问题的爆发必然会加重家庭教育主客体即家长与孩子之间的对立。失序的家庭环境下，孩子存在的心理问题将难以反馈到家长，家长的心理问题更不善于与孩子沟通。单靠矛盾双方往往难以解决，最终的解决要么以一方的让步为前提，这个“让步”最好是出于对问题态度真正的转变；要么就是双方互相遗忘，但问题最终还是没解决；要么就一直僵着，当然这是最坏的情况。我们参考上面的问题，当矛盾爆发后，家长肯定会继续重复说教，而这份说教因为缺乏必要的反馈，反过来又有可能会加剧矛盾，直到下一个爆发。这是一个恶性的闭环，也是存在与多数家庭中的问题。

4. 心理健康视域下家庭教育指导服务体系解困路径

4.1. 发挥家长主体能动性提升心理健康素养

一是提升家长心理健康素养，加强对错误家庭教育观念的辨析；由于我国官方家庭教育指导服务还局限于学校社区等家长会的形式，家长参与度较低故而效果不明显。相较于传统的官方教学，简便易得的互联网信息满足了广大家长群体对于家庭教育指导的需求，而这网络上的信息良莠不齐，大大影响了家长对家庭教育理念的判断。疫情期间，朋友圈四处传播的谣言就证明了互联网中存在着海量的垃圾信息，而我国目前许多家长对于这些信息的甄别能力不高，易于相信所谓的“专家建议”，故而提高家长的文化素质势在必行，而这不仅仅构建家庭教育指导服务体系的需要，也是提高我国综合国力，实现中华民族伟大复兴的必然要求。一方面需要政府的积极引导，多渠道满足家长对于系统的、科学的家庭教育指导服务需要；另一方面要提高互联网信息发表准入门槛，加强网络信息管理，规范信息内容通过奖惩措施整治网络环境。

二是摆脱传统家庭观念的束缚，深化对家庭教育指导服务的认识；我国长久以来的家庭观念已经深入人心，家长作为家庭的核心对孩子具有绝对的话语权，而家庭教育作为家庭内部的私事很少拿出来讨论。虽然传统的纲常伦理思想已随时代淡去，但家长作为家庭话语权的核心理念是无法改变的事实，到现在

仍有家长本着“自己的孩子自己管”的心理，拒绝外界指导的介入，也拒绝与孩子平等交流，这种传统的家庭教育观念与孩子在学校与社会中学习的是平等的思想大相径庭，冲突与矛盾在长久的对立关系中积累。疫情期间，隔绝的环境下家长更是唯一的权威，学校、长辈、朋友等其他牵制消失，变成了家长与孩子的直接对立，这种环境中家长不仅承担着自身工作的压力、疫情的压力、还将孩子学习与生活的压力加于一身，而在后疫情时代中这些压力并为完全释放掉，开学后孩子在疫情期间的状态差距直接通过成绩的方式显现，将矛盾推向了爆发口，关键时期更需要正确的家庭教育指导服务将矛盾合理引导，避免直接爆发进一步加剧孩子与家长的对立，家长应该恰时转变自身形象从单方面对孩子进行教育的“教育者”变成在家庭教育指导服务体系中学习的学习者，发挥积极主动性，同孩子就家庭教育问题一起成长。于一方面可有消解同孩子的对立局面，为日后更好的家庭教育的开展打下基础；一方面角色转换让家长更有代入感，有利于在家庭教育指导服务体系中更好地学习。

4.2. 搭载学校专业心理师资队伍定向性培育

一是利用一线教师丰富的教学经验与心理相关职业的教学知识；创新家庭教育理论研究，为家长提供有针对性的、专业的心理教育指导。如借助互联网专业平台，结合大数据算法，为区域内家长提供便捷化、个性化心理专业指导教育，提升互动性、个性化和精准化优势(边玉芳，鞠佳雯，孙水香，2022)。教师同家长一道共同对孩子直接施加教育影响，而相较于家长教师具有专业的教育理论素质这也正是广大家长在家庭教育中缺失的，可以加强家长与教师的交流，让教师结合孩子的具体特征为家长提供家庭教育的指导。

二是强化学生在校管理；教师积极将学生在校情况向家长反应，以便家长能更及时地把握学生动向，针对具体情况开展适宜的家庭教育。不仅仅局限学业关注、心理健康教育双向交流也必不可少。学校与家庭是两个孩子主要的两个学习生活区间，加强家校联合，共享孩子信息，不仅为家庭教育指导服务体系的构建提供更具体的信息，同时也有利于学校教育的开展。疫情期间，空间受到阻隔，线上教育的实施让家庭与学校达成了前所未有的连结，学生在家中上课，对孩子的掌握情况透过电脑教师所能掌握的只是凤毛麟角，需要额外的监督与沟通，这就让家长直接参与到了学校教育之中，也可以说让老师参与到了家庭教育之中。这种参与感可以让家长对学校与孩子有更多的了解，有利于缓解家庭关系与家校关系。后疫情时代依然可以继续建立这一套系统，通过学校与家庭的双向互动，促进家庭教育与学校教育的共同发展。

三是发挥学校的桥梁作用，搭建“学生-学校-家长”的信息传达体系、“家庭-学校-社会”的学生成长体系。家庭教育指导服务体系的构建是一个长期的过程，需要各方协同努力，以期为孩子构建一个良好的学习成长环境。而学校位于我国教育体系的中间层面，对下承接家庭教育的期望，对内直接担负学校教育的使命，对外还要为社会教育打下基础，在连接各方中起着极为重要的作用。

4.3. 整合社会资源聚焦家庭整体性心理辅导

一是加强对家庭教育指导服务资源的整合；推动成果应用，鼓励支持将心理健康科研成果应用到学生心理健康教育、监测预警、咨询服务、干预处置等领域，提升学生心理健康工作水平。社会上家庭教育指导服务内容庞杂，形式单一，需要加强对家庭教育指导服务资源的整合随着我国社会主义市场经济的快速发展，教育行业也被纳入其中发展迅速，但由于长久以来受“唯分数论”等错误的观念的引导，大量的社会资源向成绩拔高、兴趣培养等方面集中，而对于隐性而庞大的家庭教育心理辅导领域涉及少。以往疫情期间巨大的精神压力让家庭关系变得更为紧张，而社会上一些高校与心理咨询机构为学生与家长免费开放了心理咨询，这一行为在社会上赢得了广泛好评，而且切实为疫情期间家庭教育指导服务做

出了贡献。疫情稳定后,类似的活动自然结束,但家长又回到了对家庭教育指导可望不可即的境地。为解决这一问题,社会一方面应组织和开设相关课程,加大心理教育宣传力度与普及面。做好基础性的家庭教育指导工作,另一方面引入市场机制,对家庭教育指导服务行业进行整改升级,提高家庭教育指导服务能力,构建多层次宽领域的家庭教育指导服务格局,以满足不同家庭环境的需要。

二是强化理论研究,拓宽家庭教育指导服务思维;我国家庭教育指导服务最早脱胎于教育学与心理学,随着社会认知的不断提升,对家庭教育的研究不断加深,家庭教育最终作为一门独立的学科被提出。加强家庭教育指导服务体系的建构需要多学科联合协作,从多维度进行综合研究。我国家庭教育发展历史极为悠久,留下了许多文化财富,其中一部分放之现在仍有很大的启示性,我们在前进的道路上不能自废武功,需要专家学者结合时代特征,赋予优秀的传统家庭教育观念新的内涵。同时还应紧跟时代潮流,积极吸取外国先进的家庭教育指导服务理论,再依据中国国情对其进行本土化改造,在此基础上构建传统与现代结合的家庭教育指导服务理论。

5. 小结

家庭教育指导服务体系建构历程中应始终融入亲子双向心理健康教育指导,聚焦家庭教育指导内容、模式与反馈机制中存在的心理健康教育不足现状。积极发挥家庭、学校、社会三方合力,指导并缓解亲子教育过程中焦虑不安和心理痛苦弊病。促进积极认知和行为模式转变,增强亲子关系积极健康建设和自我效能提升。

参考文献

- 边玉芳,鞠佳雯,孙水香(2022). 家庭教育指导服务体系的区域推进:基本特征、现实困境与实施路径. *中国电化教育*, (1), 59-65.
- 边玉芳,张馨宇(2021). 新时代我国家庭教育指导服务体系:内涵、特征与构建策略. *中国电化教育*, (1), 20-25.
- 高书国(2021). 覆盖城乡的家庭教育指导服务体系构建策略. *教育研究*, 42(1), 19-22.
- 黄娅(2018). 家庭教育指导服务体系的立体化构建. *教育理论与实践*, 38(14), 18-21.
- 教育部(2023). 教育部等十七部门印发《全面加强和改进新时代学生心理健康工作专项行动计划(2023~2025年)》. *中小学德育*, (5), 79.
- 李宝丽(2020). 青少年心理健康成长的家庭影响及促进对策. *中国教育学报*, (S1), 12-13.
- 李洪曾(2004). 近年我国学前家庭教育的指导与研究. *学前教育研究*, (6), 10-13.
- 李子江,王飞飞,王丽(2021). 家校合作桥梁的搭建:美国家长教师协会研究(1897~1924年). *教育科学研究*, (2), 13-20.
- 杨忠伟(2004). 人类健康概念解读. *体育学刊*, 11(1), 132-134.
- 俞国良(2021). 家庭教育中的“父母倦怠”:心理健康视角. *清华大学教育研究*, 42(6), 21-28.
- 张大均(2005). *学校心理素质教育与学生心理健康*(pp. 494-504). 人民教育出版社.
- Keyes, C. L. M. (2009). Toward a Science of Mental Health. In S. J. Lopez, & C. R. Snyder (Eds.), *Oxford Handbook of Positive Psychology* (pp. 89-95). Oxford University Press. <https://psycnet.apa.org/record/2009-05143-009>
- Sayers, J. (2001). The World Health Report 2001—Mental Health: New Understanding, New Hope. *Bulletin of the World Health Organization*, 79, 1085. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2566704/>