

# 原生家庭教育方式对未成年人 心理发展教育的影响

林诗琪

浙江理工大学马克思主义学院, 浙江 杭州

收稿日期: 2023年11月14日; 录用日期: 2023年12月12日; 发布日期: 2023年12月25日

## 摘要

原生家庭是一个人开始学习、成长的地方, 对个人的身体、心理、社会适应等都起着至关重要的作用。本文通过对原生家庭的定义及教育方式的界定、原生家庭对未成年人精神健康的影响等几个方面进行了探讨。

## 关键词

原生家庭教育方式, 未成年人, 心理发展

# The Impact of Original Family Education on the Psychological Development Education of Minors

Shiqi Lin

School of Marxism, Zhejiang Sci-Tech University, Hangzhou Zhejiang

Received: Nov. 14<sup>th</sup>, 2023; accepted: Dec. 12<sup>th</sup>, 2023; published: Dec. 25<sup>th</sup>, 2023

## Abstract

The original family is the place where a person begins to learn and grow, playing a crucial role in their physical, psychological, and social adaptation. This article explores several aspects such as the definition of the original family and the definition of educational methods, as well as the impact of the original family on the mental health of minors.

## Keywords

### Indigenous Family Education Methods, Minors, Psychological Development

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

2021年10月颁布了《中华人民共和国家庭教育促进法》，这表明了家庭教育是国家教育的一个重要组成部分，它使家长对家庭教育有了更多的了解，家长更清楚自己应该承担的职责。在家庭教育中，要注重言传和身教，在传授知识和品德的同时，还要做到身体力行，潜移默化，让孩子们能够“扣好心理健康的第一颗纽扣”，迈出生命的第一步。家庭教育是儿童成长过程中必不可少的一环，它对儿童的成长和发展起着重要的作用。

## 2. 原生家庭教育的理论基础与类型

### 2.1. 原生家庭教育的理论基础

所谓“原生家庭”，是指由未成年人与其父母共同组成的“家庭”（杨平，盛晓娟，赵云珠，2020）一种社会学的概念。它是一个人人生的最初生长之地，是其“出厂配置”，也是他后来的学校教育和社会教育的根基，是他能力、品行、品格的第一站。家庭环境对个人的个性、自我意识、价值观念、情感态度等有着深刻的影响。

#### 2.1.1. 人类发展理论

人类发展理论认为人类的成长和发展是一个连续的过程，包括生理、心理和社会发展三个方面。这提醒各部门，孩子的成长是一个全方位的过程，家庭教育不能只关注孩子的学习成绩，更应该关注孩子的身心发展和品德修养。

#### 2.1.2. 认知发展理论

认知发展理论由瑞士心理学家皮亚杰提出（徐航航，2017），认为儿童的认知发展是一个渐进的过程，从简单到复杂，从具体到抽象。这个理论告诉我们，孩子的认知能力是有限的，家长应该根据孩子的认知水平进行合理的教育，不能过于苛求。

#### 2.1.3. 生态系统理论

在生态系统理论（唐宇，崔轶，周娜，李玲，2023）的指导下，家庭生态系统包括父母子系统、子女子系统和家庭环境子系统。父母子系统主要包括父母的教育程度、父母的职业、父母的教养方式等变量；家庭环境子系统包括家庭社会经济地位、家庭类型、家庭社会和环境特征等变量。

## 2.2. 原生家庭教育类型

原生家庭教育类型分为以下几种，分别是权威型、专制型、溺爱型、忽视型等等。每一种家庭教育类型都有其特定的意义和价值取向，不同类型的家庭教育对孩子的发展产生不同的影响。因此，家长在选择家庭教育方式时，应该根据孩子的性格特点、兴趣爱好和家庭背景等因素进行综合考虑，选择最适合自己孩子的教育方式。

### 2.2.1. 权威型家庭教育

权威式家庭教育是指家长在子女心目中拥有权威的一种教育形式。在这一模式下，家长们会给他们的孩子一些合理的要求，制定合适的目标，并且给他们的行为设定合适的约束。他们将重点放在与子女的交流与接触上，能将子女的需求转变成子女自身的需求，从而激发子女内心的动力。

而在权威型家庭教育中，家长可以很好地注意到孩子的情绪等各个方面的需要，疼爱孩子，接纳孩子，并且对孩子的需要非常敏感，并且能够对孩子的需要进行及时的回应。他们鼓励孩子表达自己的想法，情绪，渴望，从而在孩子与父母之间创造出一种亲密的关系，让孩子与父母的关系变得愉悦，充满情感。

### 2.2.2. 专制型家庭教育

专制型家庭教育是高度控制的一种。在这样的教育模式中，家长们常常对子女的生活及各方面进行严厉的要求，并对子女进行深度干预。从生活习惯，到交友，再到兴趣爱好，再到成人后的学业、职业选择，都有家长的干涉。这样教养孩子的家长往往很有控制力。

在这种家庭教育中，家长在情绪态度方面，往往会对孩子表现出一种漠视和排斥的情绪，他们的情绪反应大多是负面的，而且缺少激情，非常冷淡，很少顾及到孩子自己的需求和想法，不让孩子有任何表达自己想法的机会。他们经常会强迫孩子去遵守他们所制定的规矩，而那些规矩又常常是不容置疑的。当一个小孩子破坏了自己的规矩，家长就会生气地惩罚他。在这样的环境中成长起来的儿童，其行为表现出胆怯、胆怯、胆怯、沮丧等情绪，而且他们的自信心也不高。他们也是很感性的，并且不喜欢和别人打交道。这样的教育方法会对儿童的精神健康以及人际关系造成不良的影响。

### 2.2.3. 溺爱型家庭教育

“娇惯”的家庭教育在当今社会并不被提倡。对于孩子的任何要求，家长都会满足，这不仅表现在平时的物质上，还表现在平时的生活中，孩子犯错的溺爱型家庭教育，就是一种过分溺爱、放任自流的教育。在这样的教育模式中，家长常常过分地满足子女的需要，而不愿去约束和约束子女。他们想要满足子女一切需要，以显示对子女的关爱，却忽略了给子女制定合适的规章制度的重要意义。长此以往，孩子就会变得任性，自私，依赖性强，无法自己解决问题。

这样的教育方法，在短时间里，似乎可以满足儿童的需要，但是，从长远来看，却会对儿童的个性发展和社会交往造成不利的影响。所以，父母要避免娇惯的家庭教育，要在爱与严的关系中寻求一个平衡点，才能使儿童形成健全的个性与自律。

### 2.2.4. 忽视型家庭教育

忽略式家庭教育是指家长对子女没有具体的要求，没有制定规则，也没有正确地指导和改正孩子的行为。在这种家庭氛围里，孩子们会觉得被忽略、无助、没有安全感、没有归属感。长此以往，这样的家庭教育会造成孩子的自卑、孤独和逆反心理。在学校或社会环境中，孩子们也许会表现得很差，与他人疏远，甚至会误入歧途。

所以，忽略式家庭教育是父母应尽量避免的不良家庭教育。父母的爱，关怀，指导，对孩子的成长是必不可少的。要使未成年人健康地发展，就必须与未成年人建立密切的亲子关系，注意情绪需要和充分的支持与鼓励。

## 3. 原生家庭对未成年人的心理发展现状及影响

家庭教育是整个教育体系的首要环节，也是其它教育的根本。中小学是一个学习、心理、社会等各方面素质逐步提高的时期，中小学生在校园里所表现出来的一些心理问题，许多都可以从其童年时期的经历中找到根源(刘梦琦, 苏洪立, 2023)。本文分析了未成年人心理发展现状如下。

### 3.1. 未成年人心理发展教育的现状

党的十八大以来,我国出台系列政策和指导意见,将心理健康教育纳入大中小教育政策规划,在促进未成年心理发展等方面取得一定的成果。王易之学者提出,总体来看,我国目前的心理健康教育整体水平还处于初级阶段,部分未成年人健康问题还是难以得到纾解。建议加大力度,各单位各部门共同参与化解未成年人心理发展问题(李平, 2014)。在社会快速发展的新媒体时代,新媒体为未成年人的成长提供了良好的互动发展平台,但是也容易出现一些心理问题,孙春艳学者就此提出,未成年人在面对大量的新媒体内容往往容易沉迷网络世界、抑郁消极等等,这些现状会损害未成年人的身心健康(王易之, 2023)。

在学校建设方面,外国学者 Belinda L Parker 等人提出,建立教育工作者在青少年心理健康方面的技能(BEAM)是一个基于网络的培训方案,旨在提高中学教师在关心学生心理健康方面的知识和信心(孙春艳, 2022)。Paloma Carapia-Fierros<sup>1</sup> 则提出,学校以创新技术培养未成年人心理发展的护理培训,以完成专业教师人员的培训,需要更好的教育与方法,并达到有意义的学习(Parker et al., 2021)。在社区建设上, Joanna Yang 以社区为基础的转化研究有能力确定和干预积极的健康成果,因此对高危青年群体的综合护理尤为重要(Carapia-Fierros & Tapia-Pancardo, 2021)。

### 3.2. 原生家庭对未成年人心理发展的影响

本文拟从情感依恋和安全感、自我认同和自尊心、情绪调节和情感表达、问题解决和应对技能等四个方面对未成年人的心理健康产生重要影响(Yang et al., 2018)。

#### 3.2.1. 情感依恋和安全感

原生家庭是孩子建立情感依恋和安全感的基础。一个稳定、爱护和关怀的家庭环境有助于孩子形成健康的情感依恋,使他们具有安全感。这种情感基础对青少年的心理健康至关重要,因为它是他们与他人建立亲密关系和信任的基础。

#### 3.2.2. 自我认同和自尊心

原生家庭对孩子的自我认同和自尊心有重要影响。父母的接纳、认可和支持有助于孩子建立积极的自我认同,增强自尊心。这对青少年的心理发展至关重要,因为它影响他们的自信心、价值感和目标设定。

#### 3.2.3. 情绪调节和情感表达

原生家庭教会孩子如何调节情绪和表达情感。家庭成员之间的情感交流方式,以及对情绪的表达和接纳程度,都会影响孩子的情绪调节能力。这对青少年的心理健康和人际关系非常重要,因为他们需要学会有效处理情绪,并与他人建立良好的情感联系。

#### 3.2.4. 问题解决和应对技能

原生家庭对孩子的问题解决能力和应对技能的培养也起到关键作用。家庭成员之间的互动方式、解决问题的策略以及应对挑战的态度,都会对孩子的问题解决能力和应对策略产生影响。这对青少年的心理韧性和适应能力非常重要。

## 4. 开展家庭心理健康教育的实践路向

### 4.1. 优化家长教养方式促进家长亲职教育

首先,家庭养育方式要与时俱进,家长是家庭教育的首要责任,家长的教育理念与行为也会受到家长的文化素养的影响。在提高国民文化素质的前提下,要持续强化家长本身的理论知识学习,提高个体的整体素质;通过学习优秀父母的教育经验,提升自己的为人之道,在自己的孩子心目中建立起一个崇

高的形象,就能让青少年从小就在潜移默化之中,逐渐形成对自己的正确身份。其次,在家庭关系方面,要构建和睦、稳固、互相尊重、以诚待人的婚姻关系;夫妻要和孩子之间要有一种平等关爱的亲子关系,对孩子的独立个性给予充分的尊重,家长要在家庭中找到一个合适的角色,明确教养子女是原生家庭父母的职责,最大限度地降低隔代教养的负面效果(李阿盈, 2008)。

每个家庭都有独特的环境,比如,倘若要研究高中陪读家庭,个案工作方法来介入家庭是很有必要的。个案服务的开展,效果显著,是在了解高中进城陪读家庭这一群体存在普遍性共识的基础上,而更加专注帮助个案家庭,去解决个性化问题。每个家庭的情况都是不同的,造成亲子冲突的原因可能是多样的,而且高中生时间是有限的,个案工作比小组工作更能照顾到学生的时间,通过改善错误认知、提升沟通能力来化解亲子冲突,努力从源头出发,从根本上避免冲突的再次发生,促进了亲子之间沟通的意愿,为后续改变错误认知和学习有效沟通服务奠定了基础,为亲子冲突的化解也起到了积极的作用。

#### 4.2. 遵循青春期心理发育特征推动多个家庭的交互

在家庭教育中,家长要充分理解个人发展规律和各个发展时期的任务,要注意时机、态度、内容和方式。在尊重个人差异的基础上,根据儿童在不同年龄、不同性别、不同阶段的心理特征和行为模式,制订出更适合的养育方法。给孩子创造一个安全、有爱心的家庭环境,细心观察,针对孩子的发展特征,做好学业目标的分解和时间管理。“读懂”自己的子女,主动与子女进行交流与沟通,在实践中不断摸索,寻找合适的与子女交往的途径与方式,力求掌握家庭教育的规律,切实提高家庭教育的实效。

首先,可以定期组织各类亲子活动,如户外探险、亲子运动会、手工制作等,让孩子们在轻松愉快的氛围中互动,增强家庭之间的联系。然后,鼓励家庭之间共享教育资源,如书籍、影片、教育游戏等。可以通过建立家庭互助群或线下交流会等方式,让家庭之间互相分享、学习和交流。接着,参与社区组织的各类活动,如文艺演出、公益志愿活动等。这不仅可以增强家庭对社区的归属感,还能让家庭之间有更多的互动机会。另外,根据地理位置或兴趣爱好等因素,将家庭分成若干小组,每个小组定期组织一些活动,如聚餐、出游等,促进家庭之间的交流与合作。邀请专业人士或经验丰富的家长,为其他家庭提供家庭教育方面的指导和帮助。通过分享经验和知识,增强家庭之间的联系和互动。鼓励家庭参与社会公益活动,如志愿者服务、捐款捐物等。这不仅可以培养孩子的社会责任感,还能让家庭之间有更多的互动机会。最后,在新媒体时代,利用社交媒体等线上平台,为家庭提供交流和互动的空间。可以创建专门的社区群组或论坛,让家庭之间分享日常生活、交流育儿经验等。

通过以上方法,可以创造更多机会让多个家庭之间进行互动和交流,增进彼此的了解和友谊。同时,这也有助于孩子们在成长过程中更好地适应社会和建立人际关系。

#### 4.3. 强化家庭教育观念引导提高家庭教育质量

在实践中,许多父母对家庭教育都有一定的认识,父母也没有接受过专业的家庭教育训练,家庭教育的内容也比较简单、随机、不确定,导致了青少年的家庭教育质量参差不齐,大部分家庭都有不同程度的养育焦虑。笔者认为,最重要的还是要回归于强化家庭教育观念(黄碧娥, 2021)在家长心中的地位,一是要在学校、社会等部门加强对家庭教育的宣传,让家长认识到家庭教育对孩子成长和未来的重要性(林启修, 2023),增强家长的责任感和使命感;另一方面,要在现实生活中加强对父母的针对性训练与引导,包括家庭教育理论、教育方法、沟通技巧等,提高家长的家庭教育能力和水平。让家庭教育的观念更加深入地融入到生活之中,让父母对孩子的教育方式得到更好的发展。加强“家校”协作,定期举办家长会、开放日等活动,加强与家长的沟通和交流,共同制定教育计划和方案;通过邀请父母参加学校的教育管理活动,使父母对孩子的教育有更多的标准,使他们对家庭教育有更强的责任感。

通过以上途径,可以强化家庭教育的地位,提高家长对家庭教育的重视程度和教育能力,促进孩子的全面发展和成长。同时,也可以推动社会各界对家庭教育的关注和支持,形成全社会共同关注家庭教育的新格局。

## 参考文献

- 黄碧娥(2021). 呵护孩子的心理健康要从家庭开始. *中小学心理健康教育*, (22), 78-80.
- 李阿盈(2008). *家庭教育对青少年成长的影响*. 硕士学位论文, 无锡: 江南大学.
- 李平(2014). “中小学生心理健康”状况研究与具体措施. *教育教学论坛*, (31), 200-201.
- 林启修(2023). 从家庭教育着力,提升青少年心理健康素养. *新华日报*, 2023-09-01(016).
- 刘梦琦, 苏洪立(2023). 家庭教育方式、家长教育认知现状及其对初中生学习品质的影响——基于 S 市 71074 名家长的调查. *少年儿童研究*, (3), 113-119.
- 孙春艳(2022). 新媒体时期青少年心理健康教育现状和对策. *心理月刊*, 17(18), 221-223.
- 唐宇, 崔轶, 周娜, 李玲(2023). 心理育人视角下高校心理档案建设的优化路径——基于生态系统理论的构想. *卫生职业教育*, 41(21), 5-9.
- 王易之(2023). 我国青少年心理健康教育现状及建议. *发展研究*, 40(9), 35-39.
- 徐航航(2017). 因诚致明因明致诚——道德认知发展理论为中学道德—心理教育带路. *中小学心理健康教育*, (20), 20-23.
- 杨平, 盛晓娟, 赵云珠(2020). “90 后”子女和父母双视角下的原生家庭关系研究. *当代青年研究*, (3), 40-45.
- Carapia-Fierros, P., & Tapia-Pancardo D. C. (2021). Innovative Techniques to Develop Educative Competitiveness in Adolescents' Mental Health: Importance in Nursing Training. *Health*, 13, 903-909. <https://doi.org/10.4236/health.2021.139069>
- Parker, B.L., Anderson, M., Batterham, P.J., Gayed, A., Subotic-Kerry, M., Achilles, M.R., Chakouch, C., Werner-Seidler, A.W.S., Whitton, A.E., & O'Dea, B. (2021). Examining the Preliminary Effectiveness and Acceptability of a Web-Based Training Program for Australian Secondary School Teachers: Pilot Study of the BEAM (Building Educators' Skills in Adolescent Mental Health) Program. *JMIR Mental Health*, 8, e29989. <https://doi.org/10.2196/preprints.29989>
- Yang, J., Lopez Cervera, R., Tye, S. J., Ekker, S. C., & Pierret, C. (2018). Adolescent Mental Health Education InSciEd Out: A Case Study of an Alternative Middle School Population. *Journal of Translational Medicine*, 16, Article No. 84. <https://doi.org/10.1186/s12967-018-1459-x>