

融合教育中家校沟通的理论模型与实践路径

樊沐含

北京教育科学研究院，北京

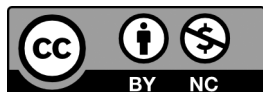
摘要 | 基于当下融合教育的普遍性、复杂性和挑战性，融合教育环境下的家校沟通是由学校或校外专业人员组织或主导的系统性教育与心理咨询。以家庭系统为主、学校系统为辅，其目的是帮助家校双方提升养育和教育能力，形成教育合力，缓解教育压力，促进在学习、人际交往、情绪和行为等方面有困难的学生更好地适应学校生活，在学校中获得切实的成长和进步，提升他们的归属感、成就感和幸福感。本文基于家庭系统理论、家庭功能理论，整合系统式家庭治疗、接纳承诺疗法等心理咨询实践技术，结合现实实践经验，建构了融合教育下家校沟通中的家庭系统“行为—价值—范围”理论模型和“启—承—转—合”实践路径，供教育实践者参考。

关键词 | 融合教育；家校沟通；实践路径；系统式心理咨询；接纳承诺疗法

Copyright © 2025 by author (s) and SciScan Publishing Limited

This article is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>



教育是一项需要家校协同的系统性工程。在这一大系统中，家庭和学校在沟通的过程中可能出现各种困难，而在普通学校的融合教育中，这一困难尤为突出。家庭作为社会运行的最小单位，一直是社会学、心理学研究的重要对象。在教育教学中，家庭更多被视作背景因素，但实践中却发现，家庭对学生的影响十分巨大。在当前的融合教育环境下，融合教育的对象不仅限于残疾学生，更多的是发育和发展失调、情绪和行为出现问题的学生，给学校和老师带来了极大的困难，而他们的教育更加需要家校协同。学校的主管校长、主任、资源老师、心理老师、班主任老师，或各级特殊教育研究与指导中心、心理学和教育学专家等专业支持者都可以作为家校沟通的组织者和主导者，以家庭系统为对象，学校和班级作为与家庭系统密切相关的系统，也

纳入工作范围，帮助学校与家庭建立良好的沟通关系，提升家庭的养育能力和学校的教育能力，减轻家校双方压力。

因此，从这一角度来讲，家校沟通就是双方基于学生在校生活中的生活、人际和学业适应问题进行教育咨询，共同探究学生学校适应中的困难及解决方法，基于现实需求，提升家长的养育技能、改善学校的教育教学，为学生提供良好的成长环境。由于家校沟通的特殊性，这种教育咨询往往是单次的、完整的，每次咨询就能够解决一个或多个问题，如有条件可进行多次咨询，循环解决问题。为了更好地阐述这一沟通过程，基于家庭系统理论、家庭功能理论，以及家庭系统治疗、接纳承诺疗法、叙事治疗等心理咨询方法，建构家校沟通的理论模型和实践路径。

基金项目：2023年北京市教育科学规划课题青年专项课题“家庭功能对孤独症谱系障碍学生发展的影响机制研究”（批号3002-0013）。

作者简介：樊沐含，博士，北京教育科学研究院，研究方向：特殊需要儿童心理与教育、融合教育、家庭咨询。

文章引用：樊沐含. 融合教育中家校沟通的理论模型与实践路径[J]. 中国心理学前沿, 2025, 7(2): 236-242.

<https://doi.org/10.35534/pc.0702037>

1 家校沟通的理论模型

1.1 家庭系统运行

20世纪中叶,随着工业化、城市化和女性解放运动的开展,传统的家庭结构逐渐被核心家庭取代,家庭角色和关系模式也发生了显著变化。社会学家和心理学家开始关注这些变化对家庭功能和个体心理健康的影响。与此同时,系统论在生物学、工程学和社会科学中得到广泛应用,强调事物的整体性、互动性和动态平衡。心理学和精神病学也逐渐从个体视角转换到系统视角,通过理解家庭这一复杂系统来理解个体的心理和行为。格雷戈里·贝特森(Gregory Bateson)等人创造性地引入控制论、系统论和信息论的概念,从家庭系统的视角看待个人问题,将个人的问题纳入系统中进行处理。^[1]

从内部来看,系统能够通过不断适应外部环境和调整内部要素之间的相互作用,进行自我组织、自我适应、自我优化和自我修复。系统内部的个体之间、子系统之间互相沟通、交互、影响,其模式又反过来影响整个系统的功能,系统通过各部分(个体或子系统)之间的信息交换来维持内部平衡,具有整体性、自组织性、互动性和动态平衡性,在受到扰动后,系统会产生新的运行模式,带来新的改变。^[2]从外部来看,任何系统在受到扰动时能够产生新的模式,这一“扰动”涉及两种类型,一种是独立于系统之外,对系统进行观察和控制的观察者,即一级控制;另一种是观察者融入系统,在内部对其进行影响,即二级控制。^[3]因此,不论是一级控制还是二级控制,任何的观察和干预都会影响系统,同时也受到系统的影响,而由于系统具备自组织功能,外部的扰动可以帮助运行不良的家庭系统产生新的运行模式,推动家庭功能得以健康发挥。

家庭系统中个体表现出的特征和行为是在互动过程中形成的,而这种互动的频率、深度和结果决定了家庭系统的边界。边界将系统与外界、子系统与子系统分隔开来,形成了一个子系统。家庭内部的子系统决定了家庭的结构,而这一结构在特定时期具有特定的意义,以便完成相应的任务。因此,子系统的边界是灵活的,个体在不同的子系统内会产生不同的交流和互动方式,包括沟通交流和情感反应。个体/子系统内部和之间的每一个行为都会产生关联效应。因此,家庭系统中的个体并非是独立的、定性的个体,而是个体信念、情感、行为等的集合,即交流和互动方式。在系统内,个体的信念、情感、行为都是对系统内其他交流和互动过程的反应,这种循环就是反应模式,这种反应模式是循环的而非线性的,因即为果,果复为因。而这些反应模式受既有的、既往的和既定的交流和互动方式影响,也就是说,家庭中不断重复循环的、代际传递的、被社会和文化广泛认可的交流和互动方式形成了自动化的反应模式。家庭中的反应模式不会只有一套,而什么时候选择

什么反应模式,就形成了家庭规则。

与此同时,从更大的时间范围来看,个体发展像一条条线,共同织就了家庭的发展周期,不同的家庭周期影响着家庭规则。而在更大的时间和空间跨度上,家庭发展历史中各位家庭成员的行为方式、情感表达、核心信念和价值观,以及家庭面对压力或危机时的应对方式,会通过遗传、观察、互动和教育等代际传递给下一代,未处理的情感创伤或冲突也可能通过代际传递影响后代。代际传递和社会文化共同作用于家庭系统中的各个部分,而家庭系统治疗通过识别和改变这些模式,帮助家庭打破负面循环,促进健康互动。^[4]

因此,家庭系统包括五层要素。其中,家庭中个体之间的互动方式(下文简称交互方式)是家庭系统中的第一层,也是最显化、最容易观察到的部分。长期的交互方式形成了家庭系统的第二层,即各个子系统的反应模式,由于系统中子系统的边界灵活多变,因此反应模式也是根据具体的情境而变化的,这种变化的规律就是家庭规则。放眼更大的场域,家庭规则又受到家庭所处的周期影响,每个周期的应对方式又受到代际传递的影响,同时它们都处在社会文化的大框架下。

1.2 家庭功能发挥

家庭作为社会的最小运行单位,担负着经济、政治、生育教育和情感交流等社会功能。家庭功能相关理论主要有结果取向和过程取向。结果取向理论认为家庭功能的评价应该关注家庭功能运行最终所展现的结果,然后依据结果的优良程度对家庭进行分类;而过程取向理论认为家庭是一个有机的整体,家庭功能实现过程中的每一个环节都关系着家庭成员的身心健康。仅仅把家庭分为不同类型是片面的,无法对家庭成员的个体身心发展和家庭功能水平的提升起到任何实质性作用。因此,要从家庭完成生活事件的角度出发了解家庭功能的整体情况,评价家庭满足家庭成员生理性需求、心理性需求和社会性需求的过程。^[5,6]

在结果取向的代表性理论中,奥尔森(Olson)家庭环状模型将家庭功能分为亲密度、适应性和沟通三个维度。亲密度指家庭成员之间的情感和心理距离,以及相处的时间长短、空间距离、兴趣爱好的一致程度、相互包容程度和决策方式等;适应性是家庭作为一个系统为了应对外界压力所能做出的适应性改变;家庭沟通则用于测量家庭成员之间能否进行良好的互动和信息表达。^[7]比弗(Beavers)的家庭系统模型从家庭在关系结构、反应灵活性等方面的特征,以及家庭成员的交往风格两个角度来评价家庭功能的发挥结果。^[8]

在过程取向的理论中,埃普斯坦(Epstein)等人认为家庭的基本功能是为家庭成员生理、心理、社会性等方面的健康发展提供一定的环境条件,为实现这些基本功能,家庭系统必须完成问题解决、沟通、角色分工、情感反应、情感卷入、行为控制等一系列任务。^[9]斯

金纳（Skinner）的家庭过程模型提出了评价家庭功能的七个维度：任务完成、角色扮演、沟通、情感表达、参与、控制、价值观和行为规范，并从个体、相互关系和家庭系统整体3个水平对家庭功能进行评价。^[10]

此外，家庭功能是家庭系统运行的过程和结果，包含着运行的结构和规律，二者分别决定了家庭系统的行动风格和价值取向，运行的结构是个体的角色与分工及其完成角色和分工的方式，这种方式决定了个体扮演什么样的角色、负责哪些家庭事务，以及在这种角色和分工下如何与人相处、自我调节、如何生活等。运行的规律是家庭整体的意识形态，即家庭信念，是家庭内部个体对外界事物、信息的组织和架构方式，以及对他人这种组织和架构方式的理解，共同建构了家庭的意识形态，决定了家庭的运行规律和个体的认知基础。^[4]

1.3 家校沟通的理论模型

人是社会性动物，依赖关系而活，因此个体的感受和行为都需要放在环境中进行讨论和观察。对于孩子来说，这一环境从亲子关系、家庭关系、班级关系、学校、社区到社会逐渐递增，不同系统的影响是相互叠加的。交叠影响域理论提出，每个个体的成长环境和客观

条件很难改变，但家庭、学校和社区的主动努力、协同合作能够在很大程度上克服不利影响，促进孩子身心成长、改善家校合作关系、提升家长教养技能、提高学校的教学和管理效能等，都具有积极作用。^[11]

在家校沟通的过程中，基本原则是将所有人和问题都放在系统中进行考虑。整合家庭系统理论和家庭功能理论的各项要素可以发现，家庭的角色和分工方式（即家庭内在关系结构）受制于家庭当前所处的周期，同时决定了个体之间的交互方式和反应模式，影响了家庭中的沟通、情感、参与、控制等功能，以及家庭成员之间的亲密度和交往方式。家庭信念包含和引导着家庭规则和代际传递，同时也受社会文化的影响，涉及价值观、行为规范等家庭功能。上述两类家庭系统和家庭功能要素共同决定了家庭任务的完成和问题的解决，这两项事务直接影响家庭整体的适应性和反应灵活性。因此，可以从行为、价值和范围三个维度来分析家庭成员的心理和行为模式，其中，行为维度代表该要素对家庭成员之间沟通、交流、互动等行为模式的影响深度；价值维度代表该要素对家庭成员潜移默化的观念、想法、情感、态度和价值观等心理模式的影响深度；范围维度则代表该要素囊括的时间和空间范围。

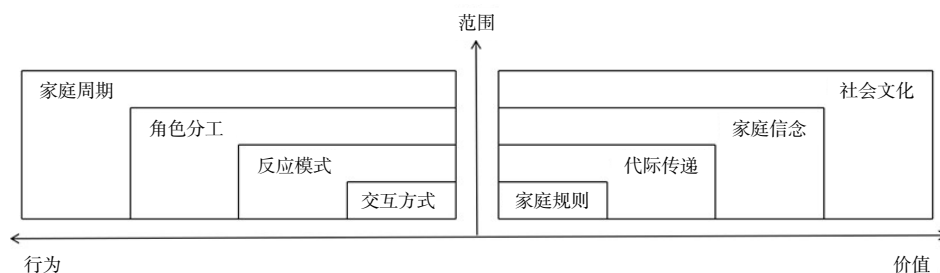


图1 家庭系统“行为—价值—范围”理论模型

Figure 1 “Behavior-Value-Scope” theoretical model of family system

行为维度按照系统的范围依次为个体之间的交流和互动方式，这种交互方式不断重复、互为因果产生的相对稳定的反应模式，家庭整体的角色分工，以及基于目前家庭所在周期产生的家庭成员之间的关系、沟通和分工模式。价值维度按照范围依次为家庭目前默认的规则，家庭中潜在的信念，基于遗传、教养等代际传递产生的行为、情感、信念、关系动态、未解决的情感和应对机制等心理模式，以及更大范围的社会文化环境。

因此，在家校沟通工作中，如果有条件，可以将家庭成员，甚至相关领导、教师、同学都邀请进来，如果条件有限，也可以从与现有人员沟通的过程中尽量充分了解孩子的生活环境。主导沟通的相关人员应当着眼于家庭系统的各个要素，通过分析行为模式和功能、探索解决方法、资源和优势，引入新的信念、情感 and 行

为，帮助学生、家长或老师打破原有的认知、情绪和行为反应模式，帮助他们在日常生活中形成新的应对方式，促进家庭功能的健康发挥，利用自身力量实现改变。

2 家校沟通的实践路径

学生的问题行为与家庭应对不良互为因果，高效的家校沟通能够促进家庭成为有弹性、适应良好的家庭。从心理咨询角度来讲，家校沟通是一次认知行为取向的单次家庭系统咨询，为了更好地实践家校沟通，基于认知行为和家庭系统咨询理论，建立家校沟通“启—承—转—合”的单次咨询模式。^[12]其中，“启”的阶段是以接纳、中立的态度与家庭、学校或家庭和学校（下文简称家校系统，代表以家庭系统为主、学校系统为辅的

沟通对象)建立良好的沟通关系,先融入这个“家校系统”,积累背景资料,为后续的推进打下基础;“承”是在建立了良好关系的基础上,分析家校系统围绕孩子的问题所形成的互动方式和反应模式,进行假设和验证;“转”是以温和而坚定的态度,在假设获得验证的基础上,将分析的结果呈现给家校系统,促进他们的改变;“合”的阶段是给出解决方案,督促行动,并给予持续、专业的支持,促进解决方案落地。^[4, 13-16]

2.1 启:接纳且中立

第一个阶段是“启”。在这一阶段,家庭和孩子带着问题来到学校咨询室,首先要明确家校沟通的目标,通过接纳理解、中立好奇的态度与家校系统建立良好的沟通关系。在此基础上尽可能挖掘更为丰富、客观的背景信息和资源优势,为后续的问题解决提供资料库。

(1) 明确目标,建立关系

在家校沟通的过程中,家庭和学校作为教育中的重要场域,首先要明确家校沟通的目标,不是追究谁的责任,而是共同寻找方法、解决问题。家庭和学校共同的目的感能够推动问题解决。家校沟通的目的是通过专业的教育知识和经验,赋能家校双方,提升养育和教育能力,同时引发双方对问题的正确认知和积极态度,把握沟通的方向,聚焦问题解决。特殊学生的家长和老师面临着比普通学生家长、老师更大的压力。人在面对压力时,常常会深究问题的前因后果,而不是去解决问题。但家庭、学校及其中的个体组成了复杂体系,复杂体系下的问题无法用简单的线性因果来解释,任何一个问题都不是个体或者线性的问题,而是整个系统的问题。在实践中,过多地探究问题本身并不能明确原因和责任,反而会导致各方对立、剑拔弩张,不利于问题解决。因此,问题本身不是重点,重点是解决问题的思路和方法。

在建立关系部分,要构建良好的沟通生态,使相关人员都能够卸下防御、直面问题、承担责任,在此基础上统一战线,互相支持、合作,共同为孩子创造健康成长的环境。在描述问题时,每个人都会基于自己的视角进行叙事,这样的描述是观点和态度的集合,是事实的一部分但不是全部事实。在系统中,一切都是循环因果的,而系统本身又存在于更大的时间和空间中,问题行为应当被视为过去或当前试图解决问题的尝试,而非缺陷。因此,为了形成这种生态,首先要秉持上述的问题解决视角,其次要注意保持客观、中立的态度,以提供安全、友好、接纳的沟通环境。通过共情、理解和认可,提升每个个体表达和参与的动力。在这个过程中,可以通过观察、提问、描述等方式试探和了解个体表层的情绪和深层的情感、关于自身和关系的想法和观点,以及彼此之间的依恋模式。也可以通过表演的方式,让家庭表演出反复出现的互动场景,探究系统中个体与个体、子系统与子系统的“交互方式”,评估各子系统的

边界是否过分僵化、疏离,或过度亲密、彼此卷入,亲密有度、边界清晰的关系才是健康的。

(2) 细化背景,挖掘资源

建立起良好的关系后,就可以与每个个体、子系统建立多边联盟,即站在不同视角对各个角色的成员进行询问,与沟通中的每个个体都建立良好、通畅的沟通模式,允许他们发表自己真实的看法和情绪,对他们的观点都保持理解和好奇,但不加以附和。系统式家庭咨询认为,一个人的行为只有在特定的生活关系和生活背景下才有意义,对一个人行为的分析和理解必须放在他们的生活情境、人际关系中进行,关系对人的生存、健康和克服困难、创伤至关重要。通过与孩子、家长和教师的沟通,明确不同角色对问题的认知和看法,观察和了解各项背景资料,包括家庭当前的规则、所处的周期,以及家庭所秉持的信念和长期以来代际传递的相处习惯、处世哲学、情感态度等,尽量使用开放性的问题,用中立的视角把事件描述完整。

探索问题的同时也要挖掘资源,资源包括家校系统内部的优势和外部的支持,这一策略可以帮助家庭转变视角、建立信心,从而更好地接纳和解决问题。“一叶障目,不见泰山”,人脑在压力状态下,会产生战斗、逃跑或僵化的反应,与问题形成认知融合,无法看到事物的全貌,不能客观、理性地分析和解决问题,更看不到现有的支持和优势。因此,在明确目标、建立关系、细化背景的基础上,要尽可能地询问优势和支撑,如“有没有好的一面?”“有没有例外的时候?”“如果你是×××,会怎么做?”“谁可以帮助你?”等。不必纠结于问题细节的询问,而是将目光放在例外、成功的事情上,使被问题困住的孩子、家长和老师,去关注他们生活中每一个微小的成功。

2.2 承:觉察与反思

“承”的阶段,是基于上一阶段确立的目标、建立的关系、挖掘的背景和资源,通过与孩子、家长和老师共同探索问题中的模式,呈现并使他们意识到以往应对策略的无效性,通过价值引导和策略验证激发改变的動力。

(1) 假设模式,验证模式

从家庭视角来看,他们所遇到的困难只是特定的问题或互动,但从家庭系统角度来看,每组互动都有开始与结束的模式,“反应模式”是系统问题解决的核心。模式基于交互方式,又受到家庭规则、家庭周期、代际传递、角色分工、家庭信念等因素的影响。所有的行为都是有功能的,可能是表达需求、博取关注,可能是获取认同或资源,可能是逃避困难、适应环境,也可能是自我调节、解决问题。因此,在分析时要关注行为的前因后果,通过观察和询问对家庭的反应模式和作用机制进行假设,同时不断评估反应模式是否具备灵活性和适应性,如果不具备,应该从哪里着手提升。

通过一个一个小行为的分析，我们可以有各种假设，将这些行为串联起来，就能够发现系统中不断重复的反应模式。在观察和沟通时，首先要家校双方一起澄清，反复出现的行为是什么，也就是本次家校沟通的重点；随后明确当问题行为出现时，周围人的行为反应是什么；其次，在众多的互动行为中，寻找围绕症状的有序的典型行为模式，即家庭的反应模式；最后，明确在反复存在的反应模式中，某个成员的行为具有什么意义。当行为不断重复出现，我们就可以将这个行为看作“需要在情境（也就是反应模式）中观察的对象”，便具有了意义，该行为就会固着，通过这一流程，即可验证上述假设。^[17]

（2）探索解法，激发改变

任何事物都有两面性，问题的解法往往就隐藏在问题中。根据上述步骤中获取的背景和资源，基于对家庭中交互方式的观察和反应模式的发现，用中立的视角把关于问题的故事描述完整，关注家庭、班级中每一个个体的现状对交互方式的影响，同时将这个系统放在学校、社会、时代等更大背景中进行考量，综合分析当前不断重复的反应模式的固着点，创造性地找出解决方案。家校系统本身，以及系统和周围环境之间存在着许多相互作用和影响的过程，因此，我们要以循环模式为出发点，不是一味地探究孤立的问题，而是置身这些循环之中，并利用它们来解决问题。

在激发改变的步骤中，可以直接点破模式，让家校系统看到之前的模式如何强化了问题，结合家庭系统的价值取向激发改变，通过呈现和提问激发每个人的反思和觉察。在这一部分，可以通过问题引导、直接告知、故事隐喻等方式，将围绕问题产生的交互方式、反应模式，以及与之相关的其他家庭要素对问题和家庭长期以来的相处模式的影响机制，呈现并使他们意识到以往应对策略对于价值的无效性，并通过行为实验和反馈来亲身体验新策略的有效性，激发他们在认知与行为层面的改变意愿。同时要注意，在已经建立了良好沟通关系的基础上，根据家校沟通的场合进行解释，确保家庭和学校都感到安全和被尊重；帮助分析孩子的现状和未来可能的后果，激发改变的愿望，推动他们改变；根据家校系统主观上的期待和客观上的教育目标，即价值取向，吸引他们改变。

2.3 转：温和而坚定

在“转”的阶段，正式帮助家校系统解决问题。首先，要帮助他们提升自身的觉察能力，意识到自己可能是在逃避问题，而问题本身并非关键所在，真正的问题在于其与问题之间的关系（也就是逃避问题的行为）。引导他们意识到直面、接纳困难和情绪，放松头脑、接触当下、回归现实，才能够真正解决问题。

（1）接纳现实，提升觉察

对于存在适应困难、问题行为的学生家长而言，

问题迟迟得不到解决，往往源于情绪和情感上对问题的不接纳，认知和想法与问题相融合，应对方式为“战斗”“逃跑”或“僵化”，被焦虑、紧张、恐惧、抑郁等情绪包围。对痛苦的不接纳以及不与接纳事物的对抗都会诱发更大的痛苦，让人们将精力集中在对抗痛苦、拒绝承认现实中，导致头脑僵化，脱离当下的现实环境，失去理性判断和解决问题的能力。因此，通过引导他们直面痛苦的情绪，接纳现实情况，帮助家长与不良情绪脱离，与问题拉开距离，放下头脑中的内耗，回到当下的现实情境，将精力放在解决问题和积极生活中。鼓励家庭直面现实，并告知直面现实的意义，通过温和的态度，让家庭意识到问题不是关键，关键的在于他们与问题过度融合的关系。^[18]

在上一阶段，我们已经将问题相关的模式完整地呈现给家长，这一阶段要做的是提升家长对自己、家庭和相关系统的觉察能力。从个体角度来看，个体对自身行为和感受缺少觉察，会导致人生课题不断重复、历史不断重演，产生深刻的失控感而不自知。^[19]不断扩大觉察，能够帮助他们加深对问题的认识和理解，积极探索解决问题的策略，增强对现实的控制感。从整个家庭角度来看，提升家庭对问题的觉察能力，能够帮助他们提升对问题的认识、分析和解决问题的能力。以中立、客观的态度，直接反映某个个体的情绪情感、个体之间的互动过程，帮助其他个体觉察和理解他人的感受、行为，家庭中情绪和行为的产生、发展、结束过程，以及家校系统之间合作不利的关键点。

（2）积极赋义，重构叙事

在这一阶段，家校系统已经能够接纳问题，情绪得到了放松。此时同样可以通过问题引导、直接告知、故事隐喻等方式，将“启—挖掘资源”阶段获取的优势和支持呈现家校系统，帮助他们看到问题的积极功能。对于外部支持，要尽力拓展他们的视野，提醒他们看到坏事好的一面，看到问题之外的资源；对于内部的优势要帮助他们发现自己的能力和潜力，在描述问题时能筛选出可贵、可爱、独特或值得关注的地方，迅速发现他们善意的动机、积极的变化、建设性的尝试，充分关注、利用和提升他们的能力，让他们相信自己的力量，能够自我救助，这样的沟通才是事半功倍的。沟通的目标不是直接解决问题，而是培养他们解决问题的勇气、自我价值以及能力。

人类是语言动物，语言能够帮助人类建立内心的秩序，但同时象征性的语言或符号能够诱发切实的感受和想法，如果语言建立的规则过分僵化，就会降低个体的心理灵活性，而良好的心理灵活性可以帮助人们调整状态，放松僵化的头脑，敏锐地觉察现实情况，应对不断变化的情境。^[20]从叙事心理治疗的角度来讲，人们对自身和事物的认知表现在他们如何讲述自己的人生故事，但同时这样的人生故事也会影响他们对自己和事物的解

读,也就是叙事。^[21]重构叙事就是用新的视角和方法将现有的事件解构、重组,赋予新的意义。从不同角度对同一件事情进行叙述,会产生不同的效果。当前的的问题很大程度上是之前解决问题的失败尝试,通过重新讲述系统解决问题的故事,转变观念、坚定态度,给他们底气。

2.4 合:行动和支持

最后在“合”的阶段,进一步明确家校系统的价值取向,基于此共同探索有效的解决方案,并给予持续、专业的支持,帮助他们渡过难关。

(1) 知行合一,共商解法

“知是行之始,行是知之成”,价值是感受、想法和行为的方向盘,价值取向的行动意味着去探索并实践自己的生活意义和价值所在。^[16]通过前面对情绪的接纳、与想法的解离、觉察能力的提升,家校系统已经回到了当下的现实中,最后就是要去实现家校系统,尤其是学生家庭的价值,基于价值取向进行行动。要做到知行合一,首先要通过分析资料、直接询问等方法获取明确家校系统的价值,明确家庭最在意的、最重视的事物,引导他们按照自己的价值选择解法,才能够有效执行。

经过上述沟通步骤,已经建立了良好的沟通生态,收集了足够的资料和资源,通过沟通和观察探索了家庭的互动模式,提升了整个家校系统的接纳和觉察能力,让他们能够重新讲述系统解决问题的故事,建立了信心、明确了价值。在这一阶段,需要学校、老师或专业支持者根据自己的专业判断,为家庭和学校提供解决问题的新方法、新思路,共同商议教育方案,确保方案切实可行,并通过假设、预演等方式进行验证。

(2) 总结反馈,持续支持

家校沟通的目的是促进整个家庭系统的觉察和思考,帮助自救。每个家庭、学生、学校和班级都有不同的情况,在实践过程中要根据实际情况调整沟通技术和侧重点。在沟通的最后阶段,学校或校外的专业支持者一方面要及时总结经验教训,另一方面要在后续的方案实施过程中根据反馈调整策略。反馈要具备及时性、具体性和双向性。及时性意味着反馈应当在行为或事件发生后尽快提供,保障信息准确、具有时效性,帮助家校系统实践方案,增强信心和动力;具体性是指反馈内容要涉及具体的行为和情境,避免主观臆断,确保认知和行动符合改进的方向,操作过程具体、可行;双向性则要求学校和家庭双方互通信息,及时确认孩子的情况,确保双方方向一致、彼此信赖、互相支持,促进教育方案落地。

持续的支持包括提供专业帮助、建立支持网络、促进终身成长。专业帮助是指作为独立于家庭的第三方,要用客观、中立、专业的态度帮助家庭应对情绪、识别问题本质、找到解决方法、提供应对策略。建立和维护

支持网络是指鼓励家校系统建立积极的社交关系和支持网络,提供情感支持、信息支持和实际帮助,使其在面对困难时能够获得有效的资源和帮助,从而增强系统应对危机的能力。^[22]最后是促进个人成长和康复,一次好的家校沟通不仅帮助家庭和学校处理当前的问题,还致力于促进系统的成长和康复,学校或专业支持者通过提供应对策略、完善社会功能、提升自身能力,帮助家庭和学校在遇到危机时做出更健康的选择,并建立持久的成长和疗愈之路。

综上所述,家校沟通是一项涉及角色较多、背景较为复杂的工作。家庭作为学生发展的第一责任人,围绕学生的重点问题,以家校沟通为契机,对家庭系统进行分析 and 咨询,能够帮助家庭持续提升应对能力,改善家庭系统环境,为班级和学校减轻教育压力,同时形成家校联盟,为学生在融合环境中适宜、有效、幸福、持续地发展提供助力,让每一位学生的人生都绽放光彩。在具体的实施过程中,需要各级各类专业支持人员不断完善自身理论与技术,积累实践经验,提升理论高度,为融合教育环境下家庭和学校系统的良性运作提供助力。

参考文献

- [1] Wolman B B, Stricker G, Framo J, et al. Handbook of Family and Marital Therapy [M]. Springer US, 1983.
- [2] 常绍舜. 系统科学方法概论 [M]. 中国政法大学出版社, 2004.
- [3] 李恒威, 肖云龙. 自创生理论40年:回顾和思考 [J]. 西北师大学报(社会科学版), 2018, 55(1): 12.
- [4] 里韦特, 斯特里特. 家庭治疗:100个关键点与技巧 [M]. 化学工业出版社, 2017.
- [5] 方晓义, 徐洁, 孙莉, 等. 家庭功能:理论、影响因素及其与青少年社会适应的关系 [J]. 心理科学进展, 2004(4): 544-553.
- [6] 陈瑾. 家庭功能对生命意义感的影响:反刍思维与安全感的链式中介作用 [D]. 四川师范大学, 2022.
- [7] Olson D H. Circumplex Model of Marital and Family Systems [J]. Journal of Family Therapy, 2000, 22(2): 144-167.
- [8] Beavers W R, Hampson R. The Beavers Systems Model of Family Functioning [J]. Journal of Family Therapy, 2000, 22(2): 128-143.
- [9] Miller I W, Ryan C E. The McMaster Approach to Families: theory, assessment, treatment and research [J]. Journal of Family Therapy, 2000(22): 168-189.
- [10] Skinner H, Steinhauer P. Family Assessment Measure

- and Process Model of Family Functioning [J]. Journal of Family Therapy, 2000, 22 (2): 190–210.
- [11] 张俊, 吴重涵, 王梅雾, 等. 面向实践的家校合作指导理论——交叠影响域理论综述 [J]. 教育学术月刊, 2019 (5): 10.
- [12] Difan Wang, Bingyan Lin, Shuangxi Zhang, et al. Effectiveness of an Internet-Based Self-Help Acceptance and Commitment Therapy Program on Medical Students' Mental Well-Being: Follow-Up Randomized Controlled Trial [J]. Journal of Medical Internet Research, 2024 (26): e50664.
- [13] 威廉·M平索夫. 整合系统治疗——解决个人, 伴侣和家庭问题的心理治疗元构架 [M]. 兰菁, 等译. 北京: 中国轻工业出版社, 2023.
- [14] 史汶, 弗里斯泽尔. 系统式咨询与家庭治疗 [M]. 上海社会科学院出版社, 2021.
- [15] 祝卓宏, 陈玥, 王大成. “启-承-转-合” ACT单次咨询模型及实践案例报告 [J]. 心理咨询理论与实践, 2025, 7 (1): 31–42.
- [16] 海斯, 史密斯. 跳出头脑, 融入生活: 心理健康新概念ACT [M]. 重庆大学出版社, 2019.
- [17] 张琴, 咎飞. 功能性行为评估——行为评估方法的新发展 [J]. 中国特殊教育, 2006 (11): 5.
- [18] 赖雄, 陈盈, 何厚建, 等. 接纳承诺疗法灵活六边形解读 [J]. 医学与哲学, 2018, 39 (12): 64–66.
- [19] 陈继文, 郭永玉. 人格心理学中的潜意识研究 [J]. 湖南师范大学教育科学学报, 2004, 3 (1): 5.
- [20] 王敬, 何厚健, 胡茂荣. 接纳与承诺疗法的功能性语境主义解读 [J]. 医学与哲学: A, 2016, 37 (8): 3.
- [21] 尤娜, 叶浩生. 叙事心理治疗的后现代视角 [J]. 心理学探新, 2005, 25 (3): 5.
- [22] 董志文, 李嵩义, 黄栋祥, 等. 融合生家长社会支持量表之编制分析 [J]. 心理学进展, 2017, 7 (9): 10.

Theoretical Model and Practical Pathways of Home-school Communication in Inclusive Education

Fan Shuhan

Beijing Academy of Educational Sciences, Beijing

Abstract: Given the universality, complexity and difficulties of inclusive education, the home-school communication in the inclusive education environment is a systematic educational/psychological counseling organized or led by schools or professionals outside the school. It focuses on the family system as the main part and the school system as the auxiliary part. The purpose is to help both home and school sides enhance their parenting and educational abilities, form the educational synergy, alleviate educational pressure, and promote students with difficulties in learning, interpersonal communication, emotions and behaviors to better adapt to school life and achieve practical growth and progress in school, and enhance their sense of belonging, achievement and happiness. Based on the family system theory and family function theory, this paper integrates practical counseling techniques such as systematic family therapy and acceptance and commitment therapy, combines real-life practical experience, and constructs a “behavior-value-range” theoretical model and “initiate-accept-transfer-cooperate” practical path for home-school communication in inclusive education, providing reference for educational practitioners.

Key words: Inclusive education; Home-school communication; Practical path; Systemic counseling; Acceptance and commitment therapy