

生态系统理论视角下青少年心理健康教育的家校协同策略

何润秋¹ 陈建俏²

1. 北京化工大学学生工作办公室心理健康教育与咨询中心, 北京;

2. 对外经济贸易大学学生工作部心理健康教育中心, 北京

摘要 | 在新时代背景下, 家校协同育人已经成为社会共识, 探索并优化家校协同机制以促进青少年心理健康教育, 既迫切又重要。通过深入了解当前家校协同现状, 发现家校两个系统之间合作仍存在四个主要困境: 家校认知不统一、协同机制不完善、协同平台不健全和协同时段不连贯。借鉴生态系统理论的启示, 针对困境成因, 提出四条改进家校协同机制的策略: 赋能家长, 提升家长心理健康教育的意识和能力; 明确分工, 理清各方主体责任; 完善平台, 建立长期双向信任; 学段接力, 推进家校共育一体化进程。

关键词 | 生态系统; 青少年; 心理健康教育; 家校协同

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/>



近年来, 青少年精神心理问题的发生率逐年上升, 且低龄化趋势日益明显。在步入大学之前的青少年阶段, 许多精神心理问题就已出现, 大学生“带病入学”的情况已不少见。个体心理发展是随年龄逐渐演进的连续过程, 每个阶段的心理发展水平都会影响后续阶段的心理发展水平。中学阶段未及时干预的心理问题, 到大学阶段会成为潜在风险, 若形成心理危机, 将对学生个人和家庭造成难以挽回的后果。党的十八大以来, 党中央高度重视学生心理健康教育。2021年, 我国首部关于家庭教育的专门立法《中华人民共和国家庭教育促进法》出台, 提出“家庭是第一个课堂、家长是第一任老师, 父母或者其他监护人承担对未成年人实施家庭教育

的主体责任”, 标志着重视家庭教育上升至国家层面。2023年1月, 教育部等十三部门发布《关于健全学校家庭社会协同育人机制的意见》(以下简称《意见》); 2023年4月, 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)》的通知, 强调“健全多部门联动和学校、家庭、社会协同育人机制, 聚焦学生心理健康的核心要素、关键领域和重点环节”。协同育人已经成为共识, 而其中家校协同是基础内核。探索并优化家校协同机制以促进青少年心理健康教育, 成为新时代心理健康教育的重要命题。本文将从生态系统理论的视角, 剖析青少年心理健康教育家校协同机制存在的困境, 并提出新时代家校

基金项目: 2024年度北京市大中小学思想政治教育一体化研究项目“一体化视角下大学促进中学心理健康教育的家校协作实践研究”(项目编号: XXSZ2024ZC06)。

通讯作者: 陈建俏, 女, 对外经济贸易大学学生工作部心理健康教师, 讲师, 硕士研究生, 研究方向: 高校心理健康教育。

文章引用: 何润秋, 陈建俏. 生态系统理论视角下青少年心理健康教育的家校协同策略[J]. 教育研讨, 2025, 7(8): 851-855.

<https://doi.org/10.35534/es.0708161>

协同有效促进青少年心理健康发展的策略建议。

1 家校协同机制存在的困境

2019年,世界卫生组织和联合国儿童基金会共同发布的数据显示,全球青少年出现心理健康问题的比例为20%,大约有一半的青少年在14岁前就出现过心理问题。这一数据表明,多数心理健康问题首次发生在中学甚至更早的小学阶段,而这一阶段家庭对青少年人格健全和心理发展具有重大影响,早期心理创伤、家庭重大变故、亲子关系紧张等情况,均为青少年心理健康发展的不利因素^[1]。家庭是青少年心理健康教育不可或缺的重要场域,对个体心理健康成长具有不可替代的作用。家庭与学校分别对应教育的私人领域和公共领域。近年来,由于国家和社会对青少年心理健康的重视程度逐渐提高,公共领域的学校心理健康教育正在加强,然而涉及私人领域的家庭教育仍是薄弱环节。家庭和学校两个系统之间泾渭分明,分工不同,教育的目标和焦点也各有侧重,教育理念与教育形式相对独立,二者的协同缺乏一致性与连续性。

1.1 家校对心理健康教育的认知不统一

近年来,国家和社会高度重视青少年心理健康教育,在大中小各学段加强心理健康教育专业力量和资源投入,将青少年心理健康置于国家战略层面。各类学校也将心理健康教育作为立德树人和人才培养的重要一环,其目标在于促进学生全面发展和健康成长,培育自尊自信、理性平和、积极向上的健康心态,实现心理素质与思想道德素质、科学文化素质的协调发展,培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人。而人格发展与德性培育的起点是家庭教育,家庭的情感氛围、教养风格、家庭关系及父母的言行举止,深深地影响着个体的自我意识和心理品质。家庭教育可以帮助子女健康成长、适应社会并实现自身的潜能价值。因此,在教育目标层面,学校与家庭具有天然的一致性,这也是家校协同的基石。

然而实践中发现,家长关注的重点往往集中于子女的学业表现、成就获得、生涯发展等现实外在体现,却相对忽视子女在发展过程中的心理需求和心理品质等主观内在体验。部分家长对心理健康还不够重视或缺乏相关知识方法,不理解子女的心理健康发展特点与需求,教育方式不当,缺乏有效的亲子沟通,难以提供及时有效的心理支持。部分家长对心理疾病有较强的病耻感,讳疾忌医或担心心理问题会影响孩子的学业或就业^[2]。基于以上情况,家庭在青少年心理健康发展中无法充分发挥积极作用,与学校的协同也存在认知层面的一致,参与家校协同的动力与效能较低。

1.2 家校协同机制不完善

在认知统一的前提下,家校协同还需要建立明确

清晰的组织机构和分工协同机制。目前很多学校并未建立家校协同的统筹机构,也缺乏家校协同的制度。家校之间的沟通与合作往往是阶段性或事务性的,比如在入学阶段或学生出现异常情况时才进行联系,难以建立持续、稳定的信任与合作关系^[3]。

在学校内部,家校协同缺少责任主体和顶层设计,通常仅存在于班主任、辅导员、心理教师与家长个体之间,没有专门的机构(如家长合作委员会或家长学校等)负责维护与家长的关系;同时也缺少专门人员与家长联系。家校之间的联系往往是临时、分散、非持续性的,且常常由学校发起,服务于学生的教育管理,而教育管理者却往往缺少家校合作的培训、考核与激励机制,导致教育管理者在合作中心力不足,影响合作效果。在学校与家庭之间,家庭对于学校教育缺少话语权,主体性地位较弱,在学生出现问题时,家长往往比较依赖学校的资源和干预,同时也容易回避家庭的责任,形成家庭的责任缺位。

1.3 家校协同平台不健全

学校教育与家庭教育的方式存在天然区别,学校主要通过课程与实践等精心设计的结构化教育措施开展,而家庭则主要通过日常互动与言传身教影响孩子;学校教育需要关注学生群体的特点,符合学生群体的需求,而家庭教育则是更具特异性和个体化,每个家庭系统的运作方式各不相同。家校协同需要在学校教育和家庭教育的不同模式之间搭建平台和桥梁,才能整合家校的优势和资源,打造家校协同的平台。

当前,学校面向学生的心理健康教育工作渠道,主要包括课程讲座、心理测评及咨询服务、心理危机预防及实践活动,而面向家长的协同育人渠道,仅有新生家长会、家长讲座及在危机干预过程中与家长合作等,以应急沟通为主,发展支持性的交流较少^[4]。交流多限于线上,平台的缺乏导致家校之间沟通不及时、信息不对称,尚未搭建起有效、健全的家校合作平台。家长难以参与到学校主导的心理健康教育工作过程中,学校也对家庭系统缺乏深入了解,导致心理健康教育工作缺乏针对性。

1.4 家校协同时段不连贯

不同教育学段之间缺乏连续性与一致性。大学与中小学在教育理念、模式、机制、资源、队伍等方面存在较大差异,导致心理健康教育缺乏整合性和系统性。中学阶段是建立和推动家校协同的关键阶段,但囿于学业压力、师资力量等因素,家长、学生及部分教师缺乏足够重视,对心理问题的识别与干预能力薄弱,在处理学生心理健康问题方面存在短板;大学阶段的心理健康教育资源和模式相较于中学更加成熟规范,然而随着个体自主性的发展成熟,已错过家庭干预的最佳时机。中学阶段和大学阶段在家校协作提升心理健康教育方面缺乏

沟通衔接,资源与需求错位、内容重复或要素不全,降低了家校协同的教育效率和效能。

2 生态系统理论对家校协同机制的启示

美国心理学家布朗芬布伦纳的生态系统理论提出了个体心理发展的模型,该理论强调个体嵌套于相互影响的一系列环境系统,个体发展是在与周围环境相互作用中实现的,因此人的发展与环境紧密相关,不能割裂看待。这些环境系统分为4个层次,由小到大分别为微观系统、中间系统、外层系统和宏观系统,对个体的发展影响从直接到间接^[5]。微观系统是学生活动的直接环境,如家庭、学校(宿舍、班级、学院、党团组织、学校各管理服务部门)、社会机构(如医院、实习单位等),对学生的身心健康有着最直接的影响。例如,家庭氛围为学生的心理复原力奠定基础;学校的教育理念和培养机制也会对学生的发展产生直接影响。中间系统指微观主体之间相互作用的过程和效果,如家校联动、同伴交往、社会机构与家庭的互动等。生态系统中的各主体之间一致、顺畅的互动会推动个体的发展;反之,若各主体之间无法形成有效的沟通合作,甚至相互割裂、冲突,则会阻碍个体的发展。外层系统是指那些学生未直接参与但对他们的发展产生影响的系统,如教育管理部门、大众传媒、职业环境等。宏观系统指的是文化、亚文化、社会、自然、政治和历史等,影响着系统中的所有元素。如教育资源和教育观念会对学生的个性发展产生促进或制约的作用;区域文化、社会经济水平、性别角色习俗等,也会影响其个性发展。以学生个体为圆心,各个系统以同心圆呈现,如图1所示。

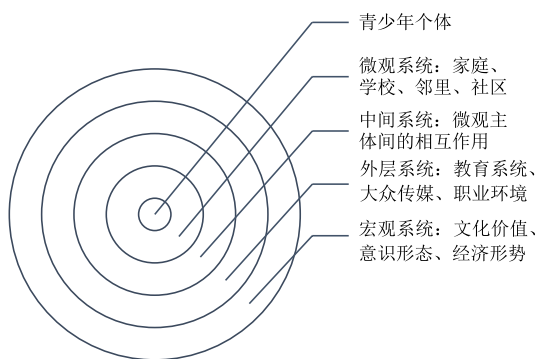


图1 生态系统理论图

Figure 1 The ecological system theory illustration

该理论强调将时间作为纵轴,即所有层级的系统都会随着时间的推移而不断发生变化,引起环境变化的可能是人的主观能动性,也可能是外部因素,这被称作“生态转变”。每次转变都对应着学生人生发展的一个

阶段,如升学、就业、搬家、家庭成员的增加或减少等。这个时间系统对应着个体一生的重要发展节点、过渡与适应阶段。例如,家庭生命周期理论认为家庭系统本身具有生命周期,随着时间推演,家庭从组建到孩子的孕育和成长,再到孩子离家后,家庭结构持续地发生着变化。“孟母三迁”的故事同样在讲述,根据孩子成长中不断变化的需求,孟母主动选择适当的环境,以便使家庭和学校及社区环境之间发生积极的“生态转变”,从而为孩子提供积极的环境支持。在现实生活中,家庭也会为了不同阶段孩子发展与养育的需求,而扩大或缩小家庭规模,调整家庭生活的重心、资源和精力的分配等。因此随着孩子进入学校、升学、就业,家庭中的其他成员也在不断地接受教育、适应不同阶段的环境变化,亲子关系、家校关系也都随之调整,环境系统处于不断地发展变化中。

3 家校协同促进青少年心理健康教育的策略

“父母之爱子,则为之计深远”,自古以来父母对子女的爱,就包含着对子女长期发展的关切和重视。而在经济飞速发展、科技日新月异的当今社会,“望子成龙,望女成凤”也是大多数父母最朴素的愿望。家长要在不断变化迭代的环境中,一边调整自身适应社会,一边帮助孩子成长成才,最终成为人格健全且对社会有价值、有贡献的人,其中的挑战不言而喻。家庭作为青少年发展微观系统中的重要主体,家庭教育的理念和方法是家校协同的重要基础。

3.1 赋能家长,提升家庭心理健康意识与能力

《意见》提出“强化家庭是第一个课堂、家长是第一任老师的责任意识……要树立科学家庭教育观念,遵循素质教育理念和未成年人身心发展规律,注重培养子女良好思想品德、行为习惯和健康身心,促进其全面发展”。不同学段的学校教育各有侧重,而家庭对青少年人格的影响持续贯穿其各个发展阶段。根据生态系统理论的“环境连续性”对个体的保护原则,家校协同要在各个学段通过持续的培训、支持、赋能,强化家长的教育主体责任意识,普及心理健康知识和科学教育理念。小学生的生活环境从家庭过渡到学校,家长需要帮助孩子发展其社会性心理品质,学习集体行为规范;小学生发展任务之一是获得“勤奋感”,家长在关注孩子学习行为和结果时,还要注意培养孩子努力过程中的胜任感和效能感,鼓励其通过自身努力获得成功。中学生是自我意识发展的第二个飞跃期,独立性越来越明显,需要探索并形成自我认同感,但对家人的情感依赖依然持续^[6];中学阶段家长则需要帮助孩子从微观系统扩展到中间系统(如同伴关系互动),再到外层系统(如社会实践场馆等),鼓励孩子探索环境,协调人际关系,建

立积极情绪和正向价值观。大学生面临学业、恋爱、职业选择等人生重大课题，且他们的自我体验更加内省和深刻，独立性更强，这个阶段家长则应更加尊重孩子的自我决定，并在其重大节点提供陪伴和情绪支持，鼓励孩子将自身发展与社会发展结合，在良好的人际互动与合作中确立自己的奋斗目标。具备良好责任意识和能力的家长，能够了解并尊重不同发展阶段孩子的成长特点和需要，结合生态系统微观、中观和宏观形势，为孩子提供与阶段匹配、有利于其全面发展的环境，充分发挥家庭对个体发展的积极作用。

3.2 明确分工，理清各方主体责任

《意见》的主要目标是：到“十四五”时期末，政府对学校家庭社会协同育人工作的统筹领导更加有力，制度体系基本建立健全，“学校积极主导、家庭主动尽责、社会有效协同”的责任机制更加完善。基于生态系统理论，家校协同需要建立系统化的管理架构和权责清晰的教育共同体。政府政策法规和社会文化理念，是影响家校协同机制的宏观因素，政府的统筹应将《家庭教育促进法》落实到位，将家庭教育指导服务纳入城乡公共服务体系，明确家庭教育指导的牵头负责部门，完善配套支持政策，推动家庭教育服务机构的落地和发展，保障服务的实施和开展。教育部门应研究制定家校协同的实施细则，明确学校层面家校协同的机构设置、师资配备、质量检测、资源保障等方面内容，将家校协同纳入学校工作计划。学校承担专业指导、平台建设、学生心理服务的职责，家长承担主动参与培训、日常观察反馈、情感关怀和共同决策的职责。

3.3 完善平台，建立长期双向信任

基于生态系统理论强调中间系统的双向动态平衡原则，家庭与学校的协同需要创建一个信息互通、资源共享、灵活响应、沟通闭环的合作平台与机制。例如建立家校协同委员会，成员由家长代表、学校教师代表、心理专家、家庭教育指导专家、社工、精神科医生组成，根据学生本阶段心理发展特点，设计家庭教育培训课程、工作坊，提供家庭养育、亲子互动等实用评估工具，定期开展多方会商研讨，将家长纳入培训、预防、干预、追踪等重要节点。建设信息沟通平台，多时点动态收集家长的意见、需求和对学情况的反馈，回应家长关切的与学生身心健康相关议题；除线上平台外，定期举办线下活动，如家长讲座、学校开放日、家长接待日，邀请家长参与校园心理健康宣传与实践活，充分发掘并发挥家长群体的资源，将家校互动作为校园文化的组成部分，构建家校育人共同体。将家校互动嵌入学校心理育人日常，实现双向良性交互，建立长期信任与合作关系，使家长有充足的渠道和形式共同参与构建校园心理育人形态。

3.4 学段接力，推进一体化进程

家校协同服务于青少年健康成长，而根据生态系统理论“生态转变”和“时序连贯”的理念，家校协同机制也需要在跨越不同学段的生态转变中保持连续性与一致性，并根据不同阶段的青少年心理发展需要分阶段渐近开展。在幼小阶段，孩子对家庭较为依赖，家长与学校互动较为频繁，家长普遍能够认识到自己对孩子生活的各个方面都具有较大的影响力，家校协同应侧重于科学教育理念和心理健康常识的普及，为家长提供专业资源和支持，帮助家长与孩子建立安全、积极、融洽的亲子关系；在中学阶段，青少年自我意识迅速发展，独立与依赖并存，且同伴关系的影响力越来越大，家校协同的重点则应侧重于帮助家长掌握良好的沟通和情绪支持方式，学习提供更多的自主性支持，以应对青春期的学业压力、人际冲突和情绪起伏；同时还应通过科普，降低家庭对心理疾病的病耻感，增强家长的求助意识，为青少年潜在的心理问题提供及时有效的专业帮扶。大学阶段，孩子进入成年期，往往开始异地求学的集体生活，许多家长由于空间距离和对成年期子女的责任认知变化，主观或客观上忽视家校协同的重要性。此阶段家校协同应在尊重成年期学生的独立性和隐私保护的前提下，主动建立与家长持续的沟通渠道，获得家长的信任，收集之前阶段学生心理发展相关的重要信息，并继续为家长提供与成年期子女相处的心理健康知识与技能培训，在学生学业、人际、升学、就业等重要节点，帮助家长陪伴孩子顺利过渡，实现家校共育的目标。

参考文献

- [1] 冯蓉, 吴悦悦. 高校心理育人家校社协同的现实挑战与实践路径[J]. 学校党建与思想教育, 2024(8): 84-86.
- [2] 王艺. 高校心理健康教育家校协同育人机制的困境与策略[J]. 教育理论与实践, 2024, 44(3): 34-37.
- [3] 顾国梅, 张莉莉. 基于家校合作的大学生心理健康教育困境及路径研究[J]. 长春师范大学学报, 2023, 42(1): 148-151.
- [4] 于跃进, 李安瑶. 生态系统理论视域下高校心理育人家校社协同机制构建研究[J]. 学校党建与思想教育, 2025(12): 84-87.
- [5] 陈建俏, 鲁萍. 生态系统理论视角下高校心理危机干预探析——构建“四纵五横”心理危机联动网[J]. 北京教育(德育), 2023(11): 72-75.
- [6] 俞国良, 张亚利. 大中小幼心理健康教育一体化: 人格的视角[J]. 教育研究, 2020, 41(6): 125-133.

Home-school Collaboration Strategies for Adolescent Mental Health Education from the Ecological System Theory Perspective

He Runqiu¹ Chen Jianqiao²

1. *Mental Health Education and Counseling Center, Student Affairs Office, Beijing University of Chemical Technology, Beijing;*

2. *Mental Health Education Center, Student Affairs Department, University of International Business and Economics, Beijing*

Abstract: In the context of the new era, home-school collaborative education has become a social consensus. Exploring and optimizing home-school collaboration mechanisms to promote adolescent mental health education is urgent and important. By thoroughly investigating the current state of home-school collaboration, four major challenges in the cooperation between the two systems have been identified: inconsistent perceptions between homes and schools, incomplete collaboration mechanisms, inadequate collaboration platforms, and incoherent collaboration timelines. Drawing inspiration from ecological system theory, four strategies are proposed to address the causes of these challenges and improve home-school collaboration mechanisms: empowering parents to enhance their awareness and capabilities in mental health education; clarifying roles and responsibilities among all parties; improving platforms to establish long-term mutual trust; and fostering a seamless transition between educational stages to advance the integrated educational process in home-school collaboration.

Key words: Ecological system; Adolescent; Mental health education; Home-school collaboration