

上海市家庭知识教育与儿童心理健康文献综述

李思豫, 杜生千秋, 冉 琴, 徐宇婕

上海工程技术大学管理学院, 上海

收稿日期: 2025年10月12日; 录用日期: 2025年11月12日; 发布日期: 2025年11月19日

摘 要

儿童心理健康是儿童全面发展的重要基石,同时家庭教育也在儿童个体成长与社会发展中占据关键地位。早有研究表明,家庭教育与儿童心理健康具有密不可分的联系。本文聚焦上海,综合研究1999至2024年在知网CNKI、Web of Science中已有文献,对家庭教育中全方位、深度影响儿童心理健康的各种因素,以及如何更好促进儿童心理健康的结论与建议进行梳理分析。该研究揭示家庭知识教育与儿童心理健康的地域关联,但仍存在文献时间差距过大和缺乏深度分析等不足。

关键词

儿童, 家庭知识教育, 儿童心理健康, 文献综述

Literature Review on Family Knowledge Education and Children's Mental Health in Shanghai

Siyu Li, Shengqianqiu Du, Qin Ran, Yujie Xu

School of Management, Shanghai University of Engineering Science, Shanghai

Received: October 12, 2025; accepted: November 12, 2025; published: November 19, 2025

Abstract

Children's mental health is a crucial cornerstone for their all-round development, while family education also plays a key role in children's individual growth and social development. Earlier studies have shown that family education is closely linked to children's mental health. Focusing on Shanghai, this paper comprehensively reviews the existing literature from CNKI and Web of Science between 1999 and 2024, systematically organizing and analyzing various factors in family education that exert an all-round and in-depth impact on children's mental health, as well as conclusions and suggestions on

how to better promote children's mental health. This study reveals the regional correlation between family knowledge education and children's mental health, but there are still shortcomings such as a large time gap in the literature and insufficient in-depth analysis.

Keywords

Children, Family Knowledge Education, Children's Mental Health, Literature Review

Copyright © 2025 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

在全面推进教育现代化、聚焦青少年全面发展的背景下，家庭知识教育与儿童心理健康紧密交织，二者间的关联呈现出深刻且多元的态势，其重要性不容小觑，对国家和社会的长远发展都有着非常重大的意义。上海作为经济发达的现代化大都市，其社会环境和经济，政策基础使其多年在家庭知识教育与儿童心理健康领域研究成果丰硕。本综述将综合知网 CNKI、Web of Science 已有文献研究进行系统梳理，从关联性的视角剖析上海市家庭知识教育对儿童心理发挥导向作用的影响因素以及学者们由此提出的各种结论与建议分析。

2. 核心概念定义与分析

第一，家庭知识教育是指知识教育在家庭这个核心场景里，主要监护人(多指父母)借助亲密的亲子关系和家庭特有的生活环境，在教给孩子学科知识、生活技能这些认知内容的同时，还融入对孩子生命完整性的呵护、道德榜样的塑造以及多方面能力成长的引导。通过亲子共同经历的生命体验、让孩子德行完善的心智培养以及对孩子天性的关爱这些实践方式，帮助孩子在实现人格上的自觉，成长为完整的人。它和单纯的学科知识灌输不一样，强调知识传递要和孩子的心理、道德、生命发展深度融合，依靠家庭的情感联系和生活场景，既给孩子打下知识学习的基础，又助力孩子成为具备仁、智、勇品格的完整个体。

第二，儿童年龄段心理需求与问题区分。幼儿期(1~3 岁)，此阶段儿童自我意识初步萌芽，同时也可能出现因需求未被理解或自主行为受限制而产生的情绪波动，易受家庭互动模式影响。

学龄前期(3~6 岁，幼儿园阶段)，儿童开始适应集体环境，面临入园分离焦虑、同伴交往冲突等挑战。部分家庭在知识教育中忽视社交与情绪引导，可能加剧儿童的适应困难，甚至出现抵触集体活动的心理倾向。

学龄期(6~11 岁，小学阶段)，随着学业压力增加，儿童易因成绩波动产生自我否定情绪。同时部分家庭存在高学历期待，使家庭知识教育过度侧重学科知识灌输，忽视情商、逆商培养，导致儿童承受较大心理压力，出现睡眠紊乱、情绪低落等问题。

第三，儿童心理问题与家庭知识教育的联系。儿童在不同年龄阶段呈现出差异化的心理健康问题与发展需求，这一客观特征使得家庭教育需针对性介入。而家长作为家庭教育的核心实施者，需通过科学引导帮助儿童维持健康心理状态。在上海家庭教育相关研究中，家庭知识教育作为家庭教育的重要组成部分，应进一步聚焦其对儿童心理健康的作用机制与影响路径，以更系统地揭示二者间的关联逻辑。

3. 关于家庭教育中影响儿童心理健康因素梳理

综合已有文献研究,发现家庭知识教育并非孤立的学习活动,而是通过教育方式、家长素养、家庭资源、特殊群体适配、家校社协同等五大维度,从直接作用到环境支撑再到外部调节,全方位深度影响儿童心理健康,各维度的作用逻辑与实证依据共同构成了二者关联的完整链条。以下结合文献观点展开分析与评注。

第一,教育方式维度是家庭知识教育与儿童心理健康最直接的影响方式,直接塑造儿童心理基础状态。教育理念的差异会导致儿童心理特质分化,研究表明,采用民主型教育方式的家长,尊重儿童想法并鼓励自主探索知识,能让儿童在学习建立自信心与情绪调节能力,心理问题发生率远低于溺爱型、否定型教育家庭[1]。在诸如 COVID-19 大流行等公共卫生事件期间,儿童的情绪和行为问题发生率增加,呼吁建立有针对性的心理预防与干预计划,指出家庭教育的“稳定性”比“强度”更重要[2]。当前研究指出了上海家庭育儿的矛盾——既存在“高期待下的学科灌输”误区,忽视情商、逆商培养,儿童因达不到父母期望而承受巨大心理压力[3]也有“惩罚性教育”的隐性问题。目前的实证数据不仅否定了“严管出好成绩”的传统认知,更提示教育方式需配套“正向引导”而非单纯禁止。

第二,家长素养是驱动二者关联的核心因素,决定家庭知识教育的质量方向,进而隐性影响儿童心理。当前研究突破了“家长素养 = 教育能力”的单一认知,明确了“情绪素养”是更基础的影响因素。孕期抑郁的长期效应,说明儿童心理保护需提前至“育儿准备阶段”,而非等孩子入学后再干预[3]。多位学者发现家长心理健康量表得分与儿童行为量表得分显著正相关[4]。对母婴队列研究显示,母亲孕期抑郁会通过早期知识启蒙中的冷漠敷衍,增加 2 岁儿童行为异常风险[3]。数据表明,当家长自身陷入焦虑,即便掌握再多辅导技巧,也难以传递积极教育信号,这提示后续儿童心理干预,需同步纳入“家长心理支持”,避免让家长成为“情绪传递的短板”。

第三,家庭资源是两者关联的基础保障,资源差异导致关联效果分化。当前呈现了上海家庭资源的“分层效应”,而显性资源(收入、课程)的差异易被察觉,研究表明拥有住房产权、父母学历高的儿童更易进公立校,心理适应得分显著高于民工学校儿童($d = 0.11 \sim 0.77$) [5]。针对而隐性资源(情感),每天亲子沟通充足的家长,儿童心理韧性得分显著更高,但上海超七成双职工家庭因工作繁忙,在知识教育中忽视情感沟通,即便投入大量时间辅导学科知识,儿童仍会因情感孤独出现心理缺口[6]。当下研究为双职工家庭提供了务实参考——无需追求“全天候辅导”,合理分配睡眠、运动与学习时间,反而能实现“知识教育”与“心理保护”的双赢,避免陷入“资源投入越多越好”的误区。

第四,特殊群体是典型例证,因家庭知识教育的特殊性困境,呈现出与普通家庭不同的关联特征。研究显示,低收入、无住房的流动家庭子女,心理问题率是高 SES 家庭的 2.1 倍[7]。外来务工人员家庭中,知识教育对心理的影响取决于风险因素与保护因素的博弈[8]。特殊儿童家庭中,多数家长对知识教育与心理支持的结合认知不足,仅关注基础生活技能培养,忽视心理需求[9]。这类研究的价值在于“打破平均化认知”——特殊群体的关联逻辑与普通家庭不同,流动家庭的核心痛点是“资源缺口 + 教育机会受限”,仅靠家庭积极引导难以弥补,需外部政策及机构的介入。

第五,“家-校-社”三方协同是调节关联效果的外部力量,能优化家庭知识教育实施效果,强化二者正向关联。社区支持方面,在学校开展家长课堂、社区提供教育资源的区域,家长教育能力提升明显,儿童心理问题发生率下降[6]。上海构建的“五位一体”心理健康教育体系,通过家长学校帮助家长更新教育观念,参与家长的儿童心理健康水平显著提升,政策引导与资源整合为二者正向关联提供了体系化保障,避免家庭单打独斗弱化关联效果[10]。而上海的实践案例为“家校社协同”提供了范本——协同的关键不是“多主体参与”,而是“体系化整合”。

4. 关于家庭教育中促进儿童心理健康结论与建议的梳理分析

以收集到的文献研究可以看出,学者们经过实地调查总结出了上海市家庭教育中影响儿童心理的各种因素,他们在分析数据后发现问题,并积极思考从各个方面讨论出了各种结论和建议,希望它们能在维护儿童心理健康方面发挥积极作用。

第一,培养儿童健康生活习惯。张云婷等人在通过广义加性模型(GAM)并进行了双目标优化样本数据分析后,得出在保障充足睡眠的同时,始终减少屏幕暴露时间,最好将额外时间分配给体育运动,这样最能保证儿童心理健康[11]。此结论在儿童时间分配上,从模糊建议到量化指标,解决家长时间分配上的实践困惑如体育锻炼多增加2小时,睡眠时间增至10小时。

第二,重视家长教育主体。凌芝莢通过对家长教育方法的调查后,最后强调一定要重视教育行为中的教育方法,一定常常剖析自己分析利弊,不断总结经验[12],最终形成符合自己儿童心理健康和生理特点的正确的教育方法。除了家长共同形成的教育方法,家长角色中特别是母亲,她们通常长期陪护在处于幼儿期和学龄前的儿童身边,这时她们的情绪和心理健康将对儿童心理发挥关键作用。李粉等人关注到这一问题,通过调研评估得出母亲孕期抑郁可能会增加儿童行为异常的发生风险[3]。他们强调应加强孕妇妊娠期间心理健康监测,以降低儿童行为问题发生,促进母婴健康。此调研结论聚集母亲情绪,推动家庭知识从儿童教育向家长(母亲)健康管理延伸。

第三,营造积极的养育环境。高越等人采用多阶段分层整群随机抽样方法和分析数据后表示养育环境越好,儿童发生社会心理问题的风险越小[7]。这启示在此后的家庭教育中,特别是学龄前期儿童,要注重教育质量如避免体罚,多增加外界接触和与家庭成员互动。除此以外,孙晓月等人通过调研表示较高的社会经济地位与儿童心理健康状况呈正相关[5],但可以通过积极参与儿童生活和监测心理状况调节两者之间的关系。此结论为低收入家庭提供“低成本可操作”的教养方案,同时孙晓月等人强调消极管教对上述关系没有显著中介作用。它们都为此后制定有效的养育技能计划和建立全面的家庭教育体系提供依据。

第四,有效应对特殊情况影响。学者在研究过程中,还注意到特殊时期如 COVID-19 居家隔离期间,由于活动受限、社交剥夺的隔离环境下,学龄前儿童情绪和行为问题的发生率有所增加,尤其是行为问题和同伴问题[2]。它提醒在未来公共卫生事件中,要建立针对学龄前儿童的有心理预防与干预计划。此外有研究恰好调研经历了疫情前后的学龄前儿童,通过追踪调查得出疫情期间家长自身的焦虑,压力情绪和混乱的家庭环境会对儿童心理健康产生负面影响[11]。它们填补了社会突发情况下儿童心理健康的研究空白,推动儿童心理健康保障从常规场景延伸至应急场景。

第五,研究结论评述。学者们的结论建议都对家庭知识教育有显著贡献,但同时也存在一定局限性,如大部分研究缺乏长期追踪,一定程度难以验证结论的可持续性效应;调查家庭中多基于核心家庭(父母双全),对单亲或祖辈特殊家庭适配性不足;变量控制上,疫情相关研究中,未排除学校的心理干预影响,学校会在线上开展心理疏导,存在高估家庭环境对儿童心理的负面影响的问题。

5. 结论与展望

文章以1999至2024年在知网CNKI、Web of Science发表的有关家庭知识教育与儿童心理健康相关的文献为研究对象,从关联性的视角剖析上海市家庭知识教育对儿童心理发挥导向作用的影响因素以及学者们由此提出的各种结论与建议分析进行系统性梳理和归纳。主要结论有:一是家庭因素影响儿童心理健康的常见因素。其中,教育方式维度是家庭知识教育与儿童心理健康最直接的影响方式,直接塑造儿童心理基础状态;家长素养也是不可或缺的,而特殊群体作为典型例证体现了家长素养是驱动二者关

联的核心因素，决定家庭知识教育的质量方向；与此同时家庭资源也起到了重要作用，是家庭教育与儿童健康之间的基础保障；“家-校-社”三方协同则是调节关联效果的外部力量，能优化家庭知识教育实施效果。

二是理论分析、实证研究、建模仿真和案例分析是常见的分析家庭知识教育与儿童心理健康影响因素的研究方法。其中，理论分析为研究提供了框架，实证研究通过数据支持了理论观点，建模仿真为促进儿童心理健康提供了新的思路，而案例分析则为具体实践提供了借鉴。

基于上述分析，本文认为在当代社会快速变迁的背景下，未来关于家庭教育知识与儿童心理健康关系的影响因素的研究仍需不断深化。具体而言，在研究内容方面，随着家庭结构与教育观念的演变，未来研究可进一步关注新型家庭形态、父母教育焦虑、新兴科技发展等现实情境，探索其对儿童心理发展的具体影响。在研究方法方面，应加强对新兴教育观念与实践的实证检验，尤其关注那些融合了心理辅导、数字化工具等元素的家庭教育方式。此外，在案例分析方面，可引入范围更广的全国的案例，提炼具有参考价值的实践经验。需要说明的是，尽管本文力求系统梳理家庭教育知识对儿童心理健康的因素，但由于文献获取范围与时效所限，未必能完全涵盖该领域的所有最新成果，特别是在一些发展迅速的前沿方向。

基金项目

2025 年上海工程技术大学大学生创新创业训练计划项目资助。

参考文献

- [1] 周旭. 上海市小学家庭教育指导的现状调查及问题分析[D]: [硕士学位论文]. 上海: 华东师范大学, 2007.
- [2] Ma, C., Jiang, L., Chu, L., Zhang, C., Tian, Y., Chen, J., *et al.* (2022) Mental Health Problems of Preschool Children during the COVID-19 Home Quarantine: A Cross-Sectional Study in Shanghai, China. *Frontiers in Psychology*, **13**, Article 1032244. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1032244>
- [3] Li, F., Tian, Y.P., Liu, X.M., Xia, R.L., Jin, L.M., Sun, X.W., Song, X.X., Yuan, W. and Liang, H. (2018) A Prospective Cohort Study on the Relationship between Maternal Prenatal Depressive Symptoms and Children's Behavioral Problems at 2 Years Old. *Chinese Journal of Epidemiology*, **39**, 455-459.
- [4] 高峰, 汪玲. 上海市中小学学生心理健康与家长心理健康关系的研究[J]. 中国心理卫生杂志, 1999(1): 45.
- [5] Sun, X., Chui, E.W.T., Chen, J. and Fu, Y. (2019) School Adaptation of Migrant Children in Shanghai: Accessing Educational Resources and Developing Relations. *Journal of Child and Family Studies*, **29**, 1745-1756. <https://doi.org/10.1007/s10826-019-01608-0>
- [6] 何芳. 家庭教育指导需求与社区支持现状——基于对上海 1000 名家长的调查[J]. 上海城市管理, 2024, 33(4): 2-10.
- [7] 高越, 张云婷, 赵瑾, 等. 上海市入园儿童心理健康状况及影响因素研究[J]. 中国儿童保健杂志, 2021, 29(1): 28-32.
- [8] 黄浦芳. 家庭教育对儿童心理健康的影响[J]. 中国学校卫生, 2023, 44(3): 485.
- [9] 姚璐璐. 上海市特殊儿童家长参与子女早期教育情况的调查及影响因素研究[D]: [硕士学位论文]. 上海: 华东师范大学, 2009.
- [10] 孙红. 夯实“五位一体”，助力家校协同育人——上海市加强家庭教育工作的实践探索[J]. 现代教学, 2019(22): 9-11.
- [11] Zhang, Y., Zhao, J., Yu, Z., Zhang, D., Wu, S., Zhang, Y., *et al.* (2024) Changes in Home Environment, Lifestyles, and Mental Health among Preschoolers Who Experienced Lockdown during the First Wave of COVID-19 in Shanghai. *Children and Youth Services Review*, **161**, Article ID: 107654. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2024.107654>
- [12] 凌芝萸. 上海市市区幼儿家长教育方法调查[J]. 上海教育科研, 1992(6): 52-54.