

# 家校社协同育人“教联体”背景下青少年身心健康促进机制构建与路径研究

安园园

天津科技大学轻工科学与工程学院, 天津

收稿日期: 2026年2月22日; 录用日期: 2026年3月18日; 发布日期: 2026年3月25日

## 摘要

为应对青少年体质健康下滑与心理问题高发的“双高”困境, 本研究聚焦家校社协同育人“教联体”模式, 结合全国及天津市实践, 剖析协同育人现实困境。研究基于理论分析与访谈, 提出心理韧性与感恩是“教联体”促进青少年身心健康的关键中介变量。进而构建了“多主体责任联动、资源整合共享、全周期培育渗透、文化氛围引领”四大核心机制, 并系统化提出强化学校主导、夯实家庭基础、激活社会参与、完善政府保障的实践路径, 旨在为“教联体”政策深化与实践推广提供兼具理论价值与区域适配性的参考。

## 关键词

家校社协同育人, 教联体, 青少年身心健康, 心理韧性, 机制构建

## Research on the Mechanism Construction and Pathways for Promoting Adolescent Physical and Mental Health under the Background of the Home-School-Society Collaborative Education “Educational Consortium”

Yuanyuan An

College of Light Industry Science and Engineering, Tianjin University of Science and Technology, Tianjin

Received: February 22, 2026; accepted: March 18, 2026; published: March 25, 2026

## Abstract

To address the dual challenges of declining physical health and rising psychological issues among adolescents, this study focuses on the Home-School-Society collaborative education model known as the “Educational Consortium”. By examining national practices and case studies from Tianjin, it analyzes the practical difficulties in collaborative education. Based on theoretical analysis and interviews, the research identifies psychological resilience and gratitude as key mediating variables through which the “Educational Consortium” promotes adolescent physical and mental health. Consequently, it constructs four core mechanisms: “Multi-agent Responsibility Linkage, Resource Integration and Sharing, Whole-cycle Cultivation and Infiltration, and Cultural Atmosphere Guidance”. It also systematically proposes practical pathways to strengthen school leadership, consolidate family foundations, activate social participation, and improve government safeguards. The aim is to provide theoretical insights and regionally adaptable references for deepening the “Educational Consortium” policy and its practical implementation.

## Keywords

Home-School-Society Collaborative Education, Educational Consortium, Adolescent Physical and Mental Health, Psychological Resilience, Mechanism Construction

Copyright © 2026 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

“少年强则国强”，青少年身心健康是实现中华民族伟大复兴的中国梦的重要基础，也是《健康中国 2030 规划纲要》[1]的核心关切。当前我国青少年身心健康呈现“双高”困境：体质层面，2023 年全国学生体质健康监测数据显示，青少年肥胖率较 2019 年上升 4.2 个百分点，近视率居高不下；心理层面，《心理健康蓝皮书：中国国民心理健康发展报告(2023~2024)》[2]指出，青少年抑郁检出率达 24.6%，焦虑症状发生率较疫情前上升 31.5%。

天津市青少年同样面临“体质 - 心理”双重负担，初中生超重率 24.6%、近视率 67.3%，均高于全国平均水平，中小学生心理问题低龄化趋势明显，心理危机发生数量较疫情前显著增加，暴露出学生抗挫折能力下降、家庭教育不到位、家校社协同育人不畅通等突出问题。

政策层面，2023 年教育部等十三部门印发《关于健全学校家庭社会协同育人机制的意见》[3]，明确学校主导、家庭主体、社会支持的育人格局；2024 年教育部等十七部门发布《家校社协同育人“教联体”工作方案》[4]，强调通过资源整合破解青少年身心健康突出问题。学界现有研究多以定量方法为主，缺乏对协同育人作用机制的深度质性挖掘，且对全国及区域层面的实践差异关注不足，未能充分结合“服务碎片化”“主体责任边界模糊”等共性问题展开分析。基于此，本研究结合全国及天津市的先进做法与现实问题，采用深度访谈法聚焦积极心理品质的中介效应，通过质性分析揭示家校社协同育人促进青少年身心健康的内在逻辑，为实践优化提供理论支撑。

## 2. 研究方法

本研究主要采用质性研究方法，旨在通过多元资料的综合分析探究“教联体”影响青少年身心健康

的实践逻辑与内在机理。研究基于对天津市部分教师、家长及社区工作人员的半结构化访谈，获取一线实践认知与困境反馈；同时，系统梳理国内外相关学术文献、政策文件以及全国和天津地区的实践案例报告，进行三角互证与比较分析。访谈资料、文献与政策文本共同构成研究分析的基础，为后续机制构建与路径探讨提供了实证与理论依据。

### 3. 家校社协同育人的实践探索、区域特色与现实困境

#### 3.1. 全国先进实践形态

**多元主体深度协同模式。**以北京市第十八中学时光学校为代表，构建了以班主任为枢纽，融合教师、家长、社会专家及心理工作者的“五位一体”协同团队。通过开发跨学科课程、开展“职业启蒙进校园”“馆校融创”等系列活动，实现了文化传承与实践创新能力培育的双重提升，家长参与度极高。

**数智赋能资源共享模式。**电子科技大学帮扶贵州岑巩四小，打造“互联网 + 家校社协同育人”平台，通过“两地三端”远程系统，使偏远地区学生能实时共享优质教育资源，有效缓解了地域间教育资源不均的难题。

**制度保障专业服务模式。**贵阳市实施“教子有方”工程，系统打造家庭教育指导服务队伍，并通过社区、学校、网络三类家长学校平台，实现了家庭教育指导的专业化与全覆盖。

#### 3.2. 天津市特色实践形态

天津市作为“教联体”建设先行区，形成了独具特色的实践体系。

**全域覆盖的组织网络。**全市 16 个区已实现区级“教联体”全覆盖，构建了“市 - 区 - 街镇 - 社区 - 学校”五级联动体系，社区家长学校覆盖率高达 99.5%，为协同育人奠定了坚实的组织基础[5]。

**专业赋能的人才支撑。**创新推行中小学心理教师和家庭教育指导教师“ABC 证”培训制度，累计培训超 2 万人，确保每校至少配备 1 名心理健康专员和 1 名家庭教育专员，并配套开发了系统化的指导教程与线上课程[6]。

**场景化融合的育人实践。**注重在社会生活场景中培育学生。例如，经济技术开发区第一中学的《稻之人》主题研学课程，整合国家级科研资源，让学生在实践中感悟科学精神与感恩品质；南开区建立“南心护苗”校园工作室，实现警校协同，共护学生安全与心理健康。

#### 3.3. 实践中的主要困境

尽管实践探索取得成效，但协同育人仍面临共性与个性挑战。

##### 1) 全国共性问题

**责权边界模糊。**家校社三方责任存在“错位”“缺位”或“越位”。部分家长将教育责任完全推给学校，而学校教师又常感家庭教育指导能力不足。

**资源整合低效。**优质社会教育资源(如场馆、专家)与学校需求对接不畅，城乡、校际间资源分布不均，协同活动容易流于形式化、浅层化。

**专业动力不足。**各方参与者普遍缺乏系统培训，且协同工作常被视作“额外负担”，缺乏有效的激励与考核机制，导致可持续性不强。

##### 2) 天津市个性化问题

顶层设计与基层落实存在落差。通过社区访谈，尽管天津构建了全覆盖的“教联体”体系，但 33% 的受访者反映“协同路径单一、频率低”，部分社区家长学校与学校家庭教育工作站存在“挂牌不运转”现象，农村地区的资源利用率不足 30%。

资源整合的深度与精准度不足。部分区的馆校共建、校社合作仍停留在参观、讲座等浅层次，缺乏像泰达一中那样的深度课程融合；根据教师访谈得知，针对留守儿童、单亲家庭等重点群体的个性化支持不足，城乡之间的心理教师专业水平、社区运动设施差距明显。

协同机制与育人共识尚未完全形成。家校社三方沟通仍以学业为主，关于心理培育与运动支持的协同讨论占比不足 25%；部分家长对“ABC 证”培训、线上指导资源知晓率低，79%的受访者认为经费、场地等保障不足制约了协同实效，家校互信与育人共识有待强化。

#### 4. 积极心理品质的关键中介作用：心理韧性与感恩

“教联体”模式的本质是构建一个多层次、系统化的社会支持网络。根据社会支持理论，来自家庭、学校、社区等多元主体的工具性、情感性与信息性支持，是个体应对外部压力、维持身心平衡的关键外部资源。本研究发现，“教联体”正是通过制度化的协同，将原本分散的支持力量整合为一股合力，为青少年提供了更持续、更全面的成长保障。

这一支持网络对青少年身心健康的影响，并非简单的直接作用，而是通过培育内在的积极心理品质——尤其是心理韧性与感恩来实现的，二者构成了关键的中介路径。

心理韧性：从支持到健康行为的转化器。心理韧性是个体在逆境中有效适应、恢复并获得成长的能力[7]。研究表明，高水平的心理韧性与更好的身体健康结果(如更高的运动参与度、更健康的生活习惯)显著相关[8]。“教联体”通过组织富有挑战性的社会实践、团队体育活动和挫折教育，为青少年提供了可控的“逆境体验”。例如，天津市北辰区推进的“体教互融”项目，学生在系统性训练中不仅提升了体能，更显著增强了坚持与抗压能力。访谈中一位体育教师指出：“参与过社区拓展活动的学生，在运动中的坚持性明显更强。”说明“教联体”提供的社会支持与挑战性场景，共同锻造了学生的心理韧性，而这种韧性直接转化为面对身体疲劳和坚持健康行为的心理资本，从而促进体质健康。

感恩：从感知支持到心理健康的调节器。感恩是对外界恩惠的认知与积极回馈的情感倾向。心理学实证研究证实，感恩能有效提升主观幸福感、生活满意度，降低抑郁和焦虑水平[9]。“教联体”通过创设“家长讲师团”“社会机构援助”“亲子感恩活动”等多元支持场景，有意识地引导青少年感知并理解来自家庭、学校和社会的付出与关爱。例如，天津泰达一中的“感恩午餐”环节，引导学生感恩食物背后的劳动者，学生反馈“更能理解付出，抱怨减少”。被激发的感恩之心具有多重心理调节功能：其一，它能增强个体的社会联结感和归属感，缓冲孤独与压力；其二，感恩促进积极的认知重评，使人更倾向于以积极视角看待困难；其三，感恩情绪与更高的亲社会行为动机相关，从而形成“接受支持 - 心怀感恩 - 回馈他人”的积极循环。因此，感恩是连接外部社会支持与内部心理健康的有效情感纽带。

综上，“教联体”促进青少年身心健康的逻辑链条可概括为：以制度化的协同构建系统社会支持网络→在支持与挑战并存的协同活动中培育心理韧性与感恩品质→心理韧性促进健康行为的坚持与体质改善，感恩则提升情感体验与心理调适能力→最终实现身心健康水平的协同提升。其中，心理韧性与感恩作为核心中介变量，将外部支持资源转化为个体内在的发展资产。

#### 5. “教联体”促进青少年身心健康的核心机制构建

基于上述实践分析与理论阐释，本研究构建以下四大核心机制，并以培育心理韧性与感恩品质为主线贯穿其中。

##### 5.1. 多主体责任联动机制：权责清晰，协同发力

**学校主导：**发挥枢纽与专业平台作用。将心理韧性训练、感恩教育融入课程与活动；建设专业师资

队伍与设施；建立健康与品质发展监测网络，牵头组织协同活动。

**家庭支撑：**筑牢情感基石与习惯养成基地。营造积极包容的家庭氛围，践行健康生活方式，通过亲子运动传递感恩价值观，积极参与“教联体”活动以提升养育能力。

**社会赋能：**提供多元场景与资源补给。社区打造实践场地与活动，企事业单位提供资源支持与职业体验，文化场馆开展研学项目，医疗机构提供专业服务，共同拓展育人边界。

**政府统筹：**强化政策保障与系统规划。出台专项政策，明确权责，保障投入，建立监督评估体系，推动资源均衡配置，为协同育人提供顶层设计与制度护航。

## 5.2. 资源整合共享机制：平台聚合，高效流通

**内容资源一体化。**整合学校的健康课程、家庭的实践任务、社会的体验项目，形成“知识传授 - 家庭实践 - 社会锤炼”的育人内容链，共同指向心理韧性与感恩的培育。

**服务资源共享化。**搭建线上线下一体化服务平台。线上共享心理测评工具、优质课程与咨询资源；线下建立“学校 - 社区 - 医院”服务转介与联动机制，提供无缝衔接的支持。

**载体资源共建化。**共同建设家长学校、社区青少年中心、实践基地等物理空间，并利用数字平台实现信息、数据与智慧的实时共享与共建。

## 5.3. 全周期培育渗透机制：阶段递进，精准干预

**预防阶段(前置关口)：**通过常态化科普与教育，提升全社会对身心健康及积极品质的认知，建立早期筛查与预警体系。

**培育阶段(核心环节)：**在学校课程、家庭生活、社会实践等全场景中，系统融入心理韧性挑战任务与感恩实践机会，实现健康素养与积极品质的同步提升。

**支持阶段(精准帮扶)：**针对已出现风险或品质短板的青少年，“教联体”联动制定个性化支持方案，提供“一人一策”的精准辅导与资源对接。

**恢复阶段(巩固回归)：**对经历身心健康危机的学生，家校社协同提供持续的学业调整、情感支持、专业康复与社会再融入帮助，巩固干预效果。

## 5.4. 文化氛围引领机制：价值涵养，生态滋养

**校园文化：**倡导“健康第一”“成长型思维”与“感恩文化”，通过主题活动、环境布置、榜样评选，营造重视全人发展的校园氛围。

**家庭文化：**引导家庭树立“健康优先”“情感联结”的价值观，减少焦虑与过度控制，通过健康作息、平等沟通与感恩仪式建设和谐家庭生态。

**社会文化：**媒体与社会组织积极传播多元成功观、互助精神与感恩事迹，营造包容、支持、正向的社会舆论环境，减轻青少年的社会性焦虑。

## 6. 创新实践路径

### 6.1. 强化学校主导，构建“课程 - 服务 - 队伍”系统化支持体系

**课程与活动创新。**开发融合身心健康教育与积极品质培育的校本课程与特色活动品牌，如天津科技大学推出的“阳光心理韵律操”形成可复制的活动品牌，在体育锻炼中锤炼学生心理韧性[10]，设计具有挑战性、实践性和感恩教育意义的项目式学习。

**服务平台赋能。**建设智能化的学生身心健康与品质发展数字档案及预警平台，实现精准识别、动态

跟踪与及时干预。

**专业队伍升级。**持续深化教师专业培训，并引入高校、医疗、社工等校外专业力量，形成专兼结合的指导团队。

## 6.2. 夯实家庭基础，优化“认知 - 氛围 - 协同”滋养性成长环境

**提升家长胜任力。**通过“教联体”家长学校、工作坊、线上课程等，系统提升家长在身心健康维护、心理韧性培养与感恩教育方面的知识与技能。

**建设健康家庭生态。**鼓励家庭制定并践行“家庭健康公约”，开展定期亲子运动、家庭会议与感恩分享，将积极品质培育融入日常生活。

**深化家校常态化协同。**建立定期、聚焦学生全面发展的家校沟通机制，鼓励家长委员会实质性参与学校相关规划，形成育人共同体。

## 6.3. 激活社会网络，拓展“场景 - 资源 - 舆论”支持性供给

**打造社区育人微阵地。**推动社区建设多功能运动角、心理健康服务点，并常态化组织面向家庭的社区活动，将支持服务送到“家门口”。

**激励社会力量深度参与。**建立激励机制，鼓励企业、场馆、社会组织以捐赠资源、提供实践岗位、开发公益项目等方式，深度参与“教联体”建设。

**营造良好社会舆论。**媒体应负责宣传报道科学理念与成功案例，营造有利于青少年健康成长的社会氛围。

## 6.4. 完善政府保障，健全“政策 - 资源 - 评估”可持续运行机制

**健全政策与标准体系。**出台更具操作性的“教联体”建设实施细则，明确各方权责、资源配置标准与专业人员资质要求。

**加大资源投入与统筹。**设立专项经费，优先保障薄弱地区与学校；统筹规划区域社会教育资源向所有学校公平开放。

**建立科学评估与督导制度。**构建以学生身心健康水平、积极心理品质发展为核心指标的“教联体”效能评估体系，并将结果与政策支持挂钩，形成良性循环。

# 7. 结论与展望

## 7.1. 研究结论

本研究认为，青少年身心健康促进必须转向系统治理模式。家校社协同育人“教联体”是破解当前“双高”困境、整合分散资源、优化育人生态的有效制度创新。其作用机理不仅在于多主体合作的形式，更在于通过协同活动，有效培育了青少年的心理韧性与感恩等积极心理品质，这些品质是促进体质健康与心理健康协同发展的关键内在中介变量。本研究构建的“责任联动、资源整合、全周期渗透、文化引领”四大机制及相应路径，为“教联体”从框架搭建走向内涵深化提供了系统化的行动蓝图。天津等地的实践表明，只要坚持系统思维、机制创新与精准施策，“教联体”完全能够在促进学生全面发展中发挥核心枢纽作用。

## 7.2. 未来展望

未来，“教联体”建设应在以下方向持续深化：

**深化数字赋能与循证研究。**利用大数据、AI 技术提升健康监测与风险预警的智能化水平，同时加强

对积极心理品质中介效应的纵向追踪与量化研究，为实践提供更坚实的科学依据。

**聚焦特殊群体与均衡发展。**构建针对留守儿童、困境儿童等群体的“教联体”特别支持网络，加大资源跨区域调配力度，切实缩小身心健康服务的城乡与校际差距。

**推动区域模式创新与适配性推广。**鼓励各地区基于自身基础与资源禀赋，探索“教联体”建设的特色模式，并加强跨区域经验交流与模式移植研究，推动“教联体”在全国范围内实现高质量、内涵式发展。

## 基金项目

本文为 2025 年度天津市家校社协同育人“教联体”研究专项课题的主要成果。

## 参考文献

- [1] 中华人民共和国国务院. 健康中国 2030 规划纲要[EB/OL]. [https://www.gov.cn/zhengce/2016-10/25/content\\_5124174.htm](https://www.gov.cn/zhengce/2016-10/25/content_5124174.htm), 2016-10-25.
- [2] 傅小兰, 等. 心理健康蓝皮书: 中国国民心理健康发展报告(2023-2024) [M]. 北京: 社会科学文献出版社, 2024.
- [3] 教育部等十三部门. 关于健全学校家庭社会协同育人机制的意见[EB/OL]. [http://www.moe.gov.cn/srcsite/A06/s3325/202301/t20230119\\_1039746.html](http://www.moe.gov.cn/srcsite/A06/s3325/202301/t20230119_1039746.html), 2023-01-17.
- [4] 教育部等十七部门. 家校社协同育人“教联体”工作方案[EB/OL]. [http://www.moe.gov.cn/jyb\\_xwfb/gzdt\\_gzdt/s5987/202411/t20241101\\_1160204.html](http://www.moe.gov.cn/jyb_xwfb/gzdt_gzdt/s5987/202411/t20241101_1160204.html), 2024-11-01.
- [5] 天津政务网. 我市 16 个区“教联体”全面成立\_[EB/OL]. [https://www.tj.gov.cn/sy/zwdt/bmdt/202411/t20241106\\_6772871.html](https://www.tj.gov.cn/sy/zwdt/bmdt/202411/t20241106_6772871.html), 2024-11-06.
- [6] 我市建设大中小学一体化“教联体” [EB/OL]. [https://jy.tj.gov.cn/JYXW/TJJY/202505/t20250513\\_6929621.html](https://jy.tj.gov.cn/JYXW/TJJY/202505/t20250513_6929621.html), 2025-05-13.
- [7] 窦媛, 乔东平. “家校社协同”视域下家庭教育指导服务体系顶层设计与实施策略[J]. 中国教育学刊, 2023(1): 34-39+74.
- [8] 吴重涵, 张俊. 制度化家校合作的内在动力、行动逻辑与实践路径——基于十年家校合作实验的回顾与反思[J]. 中国教育学刊, 2021(9): 68-75.
- [9] 彭敏, 黄莹. 家校社协同推进青少年心理健康教育: 问题审视与纾解路径——基于互动仪式链理论的分析[J]. 当代教育论坛, 2023(6): 96-104.
- [10] 大中小共舞“心韵操”, 共筑思政同心圆天津科技大学首套阳光心理韵律操《勇往直前》亮相阳光体育节[EB/OL]. <https://www.peopleapp.com/column/30049101347-500006266466>, 2025-05-18.