

家庭生态系统与青少年心理社会发展的互动机制

——基于社会学视角的实证研究

王柯然¹, 张晓霞², 田智荣³, 韦东阳¹, 刘俸邑¹, 朱媛^{1*}

¹广西科技大学人文艺术与设计学院, 广西 柳州

²武都区城关中学, 甘肃 陇南

³广西科技大学经济与管理学院, 广西 柳州

收稿日期: 2025年6月26日; 录用日期: 2025年8月1日; 发布日期: 2025年8月15日

摘要

本论文基于生态系统理论, 系统剖析家庭生态系统各要素与青少年发展间的复杂互动关系。通过整合心理学、社会学、教育学等多学科研究成果, 深入探讨家庭结构、家庭氛围、教养方式、家庭关系等核心要素对青少年心理建构、行为塑造和社会适应能力的影响机制。结合国内外实证研究数据与典型案例, 揭示家庭生态系统与青少年发展的双向作用规律, 并从家庭建设、家长教育、社会支持等层面提出系统性培育路径, 旨在为促进青少年健康成长、优化家庭生态环境提供理论支撑与实践指导。

关键词

家庭生态系统, 青少年发展, 互动机制, 培育路径, 心理健康

The Interactive Mechanism between Family Ecosystem and Adolescent Psychosocial Development

—Empirical Research Based on Sociological Perspective

Keran Wang¹, Xiaoxia Zhang², Zhirong Tian³, Dongyang Wei¹, Fengyi Liu¹, Yuan Zhu^{1*}

¹College of Humanities, Arts and Design, Guangxi University of Science and Technology, Liuzhou Guangxi

²Wudu District Chengguan Middle School, Longnan Gansu

³School of Economics and Management, Guangxi University of Science and Technology, Liuzhou Guangxi

*通讯作者。

文章引用: 王柯然, 张晓霞, 田智荣, 韦东阳, 刘俸邑, 朱媛(2025). 家庭生态系统与青少年心理社会发展的互动机制. 心理学进展, 15(8), 196-201. DOI: 10.12677/ap.2025.158465

Abstract

This paper is based on ecosystem theory and systematically analyzes the complex interactive relationship between various elements of the family ecosystem and the development of adolescents. By integrating research results from multiple disciplines such as psychology, sociology, and education, this study explores in-depth the impact mechanisms of core elements such as family structure, family atmosphere, parenting styles, and family relationships on adolescent psychological construction, behavior shaping, and social adaptation ability. Based on empirical research data and typical cases both domestically and internationally, this study aims to reveal the bidirectional relationship between family ecosystems and adolescent development. A systematic cultivation path is proposed from the perspectives of family construction, parental education, and social support, with the aim of providing theoretical support and practical guidance for promoting the healthy growth of adolescents and optimizing the family ecological environment.

Keywords

Family Ecosystem, Adolescent Development, Interactive Mechanism, Cultivation Path, Mental Health

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

青少年时期(10~19岁)是个体从儿童向成人过渡的关键阶段,这一时期生理发育加速、心理结构重塑、社会角色开始转型,其发展状况对个体终身发展具有决定性影响。世界卫生组织发布的《青少年心理健康全球状况报告》显示,全球约10%~15%的青少年存在不同程度的心理健康问题,且这一比例在近十年呈持续上升趋势(段祥斐等, 2024)。家庭作为青少年社会化进程的首要场所,构成其成长的核心微系统。美国心理学家布朗芬布伦纳的生态系统理论强调,家庭环境通过直接作用与间接影响,全方位塑造青少年的认知、情感与行为模式。然而,在社会转型加速、家庭结构多元化、代际观念冲突加剧的背景下,家庭与青少年的互动关系面临新的挑战。深入探究家庭生态系统与青少年发展的内在联系,不仅有助于揭示青少年成长规律,更为破解青少年发展困境提供理论依据与实践方向。

2. 家庭生态系统核心要素对青少年发展的影响机制

(一) 家庭结构: 成长环境的结构性差异

家庭结构作为青少年成长的基础框架,其形态差异直接影响青少年的发展轨迹。传统核心家庭往往能为青少年提供更稳定的情感支持与教育资源协同。父母角色的互补性——父亲的规则引导与母亲的情感关怀形成的教育合力,有助于青少年建立清晰的行为规范与安全的情感依恋,这种结构性优势在多项家庭功能研究中得到证实(李岩等, 2024)。

单亲家庭青少年则较易面临情感支持不足与资源获取受限的双重挑战。单亲家长因生活压力产生的情绪状态,可能通过代际传递影响青少年的心理状态,而教育资源的相对匮乏也可能间接制约其发展空

间(郭雨等, 2016)。重组家庭的复杂性亲属关系常对青少年的身份认同构成考验。继父母与继子女间的情感磨合、原生家庭记忆的持续影响, 可能导致青少年出现阶段性的适应困难, 如社交退缩、角色定位模糊等, 相关研究表明这种适应过程需要家庭成员的长期协同努力。

农村留守儿童的隔代抚养模式存在显著局限性。祖辈往往在学业辅导能力上存在不足, 对青少年的行为监管也易出现疏漏, 长期亲子分离还可能弱化情感联结, 影响青少年的社会支持感知, 这与农村留守儿童成长环境的系统性研究结论相符(黄月胜, 陈丹, 2025)。

(二) 家庭氛围: 情感环境的隐性塑造

家庭氛围作为一种无形的情感环境, 对青少年的心理发展具有潜移默化的影响。

神经科学研究证实, 长期处于温馨家庭氛围中的青少年, 其大脑前额叶皮层发育更为完善, 这一区域负责情绪调节、决策制定等高级认知功能(王玉霞, 2015)。美国加州大学追踪研究发现, 在和谐家庭中成长的青少年, 抗压能力较同龄人提升 37%, 面对挫折时更倾向于采用积极应对策略, 家庭成员定期开展的“家庭会议”“亲子共读”等活动, 不仅增强情感联结, 还能通过榜样示范培养青少年的沟通能力与同理心(吉晖, 2019)。

家庭冲突对青少年的心理伤害具有累积效应。世界卫生组织研究表明, 每周目睹父母激烈争吵超过 3 次的青少年, 出现创伤后应激障碍(PTSD)症状的概率达 18.2% (戴莹莹等, 2024)。高冲突家庭中的青少年常处于“情感超载”状态, 表现为情绪波动剧烈、人际关系敏感。调查显示, 家庭冲突频繁的学生群体中, 63% 存在同伴交往障碍, 表现为攻击性强或过度回避, 长期暴露于冲突环境还会导致青少年产生“习得性无助”, 削弱其自我效能感(杨菁等, 2025)。

(三) 教养方式: 教育模式的差异化塑造

教养方式的差异深刻塑造着青少年的发展(杨雪, 宋佳殷, 2025)。

权威型教养方式强调规则与自主的平衡, 其核心特征是“高要求 - 高回应”。既为青少年设定明确的行为规范, 又给予其适当的自主空间, 有助于培养独立思考与自我管理能力和心理健康方面均表现更优。

专制型教养以绝对控制为特征, 表现为“高要求 - 低回应”, 往往忽视青少年的情感需求, 易导致其产生心理压抑、逆反心理或低自尊。这种教养方式可能削弱青少年的批判性思维能力, 甚至形成依赖型人格, 与家庭教养方式对青少年心理适应的负面影响研究一致。

溺爱型教养呈现“低要求 - 高回应”特征, 过度满足导致青少年出现社会化障碍。缺乏适当规则约束与挫折体验的青少年, 往往在生活技能、抗挫折能力上存在不足, 甚至形成自我中心倾向, 这与溺爱型教养对青少年社会适应能力的影响研究结论相符。

忽视型教养表现为“低要求 - 低回应”, 对青少年发展造成全方位损害。情感与教育投入的双重缺失, 可能导致青少年认知发展迟缓、道德判断能力不足, 甚至增加问题行为的发生风险, 相关研究证实忽视是青少年发展风险的重要诱因。

(四) 家庭关系: 情感纽带的深层作用

家庭关系主要包括亲子关系和夫妻关系, 对青少年的发展有着深远影响。

良好的亲子关系是青少年心理健康的重要保护因素。高质量亲子沟通可使青少年抑郁风险降低 42%, 积极的亲子互动通过“镜像神经元”机制(唐甜等, 2024), 帮助青少年发展共情能力和情绪调节技能。父母采用“积极倾听”策略, 如复述、共情回应, 能显著提升青少年的自我表达意愿和问题解决能力, 反之, 亲子冲突若长期未得到有效解决, 会导致青少年产生“情感脱离”, 表现为拒绝沟通、行为叛逆。

夫妻关系是家庭情感氛围的核心决定因素。婚姻满意度高的家庭, 其子女的情绪稳定性得分比婚姻冲突家庭高出 29% (陆曼遥等, 2024)。和谐的夫妻关系为青少年提供健康的情感互动模板, 影响其未来

亲密关系模式，父母相互尊重、共同承担家庭责任的行为，会使青少年形成“合作型”人际关系认知，相反，夫妻长期冷战或暴力冲突，会使青少年对婚姻产生恐惧和不信任。

3. 家庭生态系统与青少年发展的双向互动机制

家庭生态系统与青少年发展并非简单的单向影响，而是存在着复杂的双向互动关系(艾霞, 史园园, 2025)。一方面，家庭生态系统的各个要素为青少年的成长提供环境基础和发展动力，直接影响着青少年的心理和行为发展。良好的家庭氛围和科学的教养方式能够促进青少年积极心理品质的形成和良好行为习惯的养成，不良的家庭环境则可能导致青少年出现各种心理行为问题。

另一方面，青少年自身的发展变化也会反作用于家庭生态系统(曹素娴, 2024)。随着青少年身心的不断发展，其自我意识逐渐增强，对家庭环境和教育方式会有新的需求和期望。处于青春期的青少年渴望获得更多的自主权和独立性，若父母仍然采取过度控制的教养方式，必然会引发青少年的逆反心理，破坏和谐的亲子关系，进而影响家庭生态系统的平衡。此外，青少年在学校、社会中的经历和成长也会通过其行为表现和情绪状态反馈到家庭中，促使家庭做出相应的调整和改变。例如，当青少年在学校中取得优异成绩或获得重要奖项时，家庭氛围可能会变得更加积极和谐，父母也会更加认可和鼓励孩子；反之，当青少年在学校遇到挫折或困难，产生负面情绪时，家庭需要给予更多的支持和理解，帮助其解决问题。这种双向互动机制使得家庭生态系统和青少年发展处于动态的相互作用过程中，任何一方的变化都会引起另一方的相应调整。

4. 优化家庭生态系统，促进青少年健康发展

(一) 加强家庭建设，改善家庭环境

优化家庭生态系统，首先需要加强家庭建设，改善家庭环境。对于特殊家庭结构，如单亲家庭、重组家庭，家庭成员要积极调整心态，相互理解和支持，共同努力构建稳定和谐的家庭关系。

单亲家庭的家长需注重自身情绪管理，避免向孩子传递负面情绪，同时积极为孩子创造与其他家庭成员及同伴交往的机会，以弥补家庭结构缺失带来的影响(吴月, 2025)。重组家庭则要重视亲属关系的调适，继父母要以包容和耐心的态度与继子女建立情感联系，通过共同参与家庭活动、尊重彼此的生活习惯等方式，促进家庭融合。

在家庭氛围营造上，家庭成员之间要注重情感沟通，学会换位思考，尊重彼此的意见和感受。父母要减少家庭冲突，以平和理性的方式解决矛盾，为青少年创造温馨、和谐的家庭氛围。可以定期组织家庭聚会、开展家庭游戏等活动，增强家庭成员之间的互动和情感联结。此外，家庭还应注重文化建设，通过开展家庭阅读、文化活动等方式，丰富家庭精神生活，提升家庭文化素养，为青少年的成长提供良好的文化环境。

(二) 提升家长教育素养，优化家庭教育模式

提升家长教育素养，优化家庭教育模式是关键。家长作为孩子的第一任老师，其教育素养直接影响家庭教育质量。随着数字技术的普及，开发针对性的家庭教育 APP 成为提升家长教育能力、适配青少年发展需求的重要途径(何燕飞, 2025)。开发 APP 需以家庭生态系统对青少年发展的影响机制为核心，整合权威型教养方式的实践方法、不同家庭结构的适配策略及家庭冲突调解技巧，为家长提供便捷、专业的教育支持。

在成本上，初期研发成本预计 20~50 万元(含功能设计、专家内容录入)，年度维护费用预计 5~10 万元。核心功能免费需政府补贴，按覆盖 10 万用户计算，年均补贴约 15 万元(含服务器费用)。

在内容架构上，需要精确匹配家庭的生态需求。设置“教养方式指南”，以权威型教养为重点，提

供规则与自主平衡的具体方法(如叛逆期沟通话术);分设单亲、重组、留守儿童家庭等模块,推送情绪管理、亲属磨合、隔代教养辅助等针对性内容;加入家庭冲突调解工具(如争吵降温话术、案例解析)。

在功能设计上要尽量方便快捷,内置简短的教养风格测评,自动推送个性化内容。可以开发亲子互动任务库,如每日10分钟沟通话题,支持打卡记录,同时也可以开通专家在线答疑,有问题可以及时得到解决。

最后,开发家庭教育APP需要多方的协同推广。政府补贴确保核心功能免费,社区和学校引导家长使用,结合家长会分享APP使用经验,推动家长将线上知识转化为实践。

(三) 构建良好家庭关系,增强家庭凝聚力

构建良好家庭关系,增强家庭凝聚力同样不可或缺(陈虹,2024)。定期举办家庭聚会是强化情感联结、改善家庭关系的有效方式,能为青少年营造积极的情感环境,助力其心理与社会适应能力发展。在举办家庭聚会上,可以采取以下的策略来进行:

首先,可以按照家庭的结构来设计聚会的主题。核心家庭可开展“成长分享会”,让青少年与家长交流学业、社交中的困惑;单亲家庭可组织“亲子协作活动”,如蛋糕烘焙、短途徒步,同时也可以邀请亲友参与来弥补情感支持;重组家庭可安排“故事接龙”“家庭角色体验”,促进继亲关系磨合;留守儿童家庭可通过视频连线举办“云端聚会”,同步进行读书、做游戏等活动。

其次,设置情感互动的环节。设置“感恩时刻”,每人分享一件感谢家人的事;若有矛盾,加入“平和沟通”环节,参考家庭冲突调解方法,引导理性表达;结合“家庭会议”“亲子共读”等形式,培养青少年沟通能力与同理心。

最后,设立回忆机制。用照片、便签记录聚会亮点,每次结束后让青少年简单评价,根据反馈调整下次内容,保持聚会的吸引力与实效性,逐步增强家庭凝聚力。

(四) 整合社会资源,完善家庭支持体系

整合社会资源,完善家庭支持体系也是重要举措。优化家庭生态系统,促进青少年发展需要全社会的共同参与和支持。

政府应加大对家庭教育的投入,制定相关政策法规,规范家庭教育服务市场,为家庭提供专业的家庭教育指导和服务(刘学兰,姜桂芳,2025)。建立社区家庭教育服务中心,为家长提供心理咨询、教育咨询等服务,开展针对不同家庭需求的家庭教育培训项目。例如,可以设立家庭教育专项资金,用于支持社区家庭教育服务中心的建设和运营,开发适合不同年龄段青少年家庭的培训课程。

学校要加强与家庭的合作,建立家校沟通长效机制,定期开展家访、家长会等活动,及时了解学生的家庭情况和学习生活状况,与家长共同制定教育计划,形成家校教育合力(张青,2023)。可以利用现代信息技术,搭建家校沟通平台,实现信息的实时共享和互动交流。

此外,社会组织也应发挥自身优势,开展丰富多彩的家庭服务活动,如亲子公益活动、家庭文化节等,为家庭提供交流和学习的平台,营造有利于家庭建设和青少年成长的社会氛围(李淋漓,杨柯,2025)。鼓励社会组织参与家庭教育服务,通过购买服务等方式,引导专业机构为家庭提供个性化的教育支持。

5. 结论

家庭生态系统与青少年发展之间存在着紧密而复杂的联系,家庭结构、家庭氛围、教养方式、家庭关系等核心要素通过多维互动机制,全方位影响着青少年的心理建构、行为塑造和社会适应能力。同时,青少年的发展变化也在不断反作用于家庭生态系统,两者相互影响、相互塑造。为促进青少年健康成长,需要从家庭建设、家长教育、家庭关系构建和社会支持等多个层面入手,采取系统性的培育路径,优化家庭生态系统。这不仅需要家庭自身的努力,也需要学校、社区、政府和社会组织等各方力量的协同合

作,形成全社会共同关注青少年成长、支持家庭建设的良好局面。未来,随着社会的发展和研究的深入,家庭生态系统与青少年发展的关系将呈现更多新的特点和变化,需要持续开展相关研究,不断完善理论体系和实践策略,为青少年的健康成长保驾护航。

基金项目

1) 2023年度广西高校中青年教师科研基础能力提升项目“‘三孩’时代,女性再生育意愿及配套支持政策研究”(项目编号:2023KY0330)。

2) 广西科技大学博士基金项目“生育政策视角下妇女的再生育意愿影响因素——以中国广西和韩国釜山为例”(校科博21S20)。

3) 广西科技大学硕士研究生创新项目“社会工作视角下广西儿童友好型社区的建设路径研究”(项目编号:GKYC202513)。

参考文献

- 艾霞,史园园(2025). 家庭美育对青少年心理健康的影响. *黑龙江科学*, 16(7), 118-120.
- 曹素娴(2024). 以家庭为中心的心理教育对儿童青少年心理健康及父母养育压力的影响. 硕士学位论文,延安:延安大学.
- 陈虹(2024). 浅析家庭教育对青少年心理健康的影响. 见 商洛市关心下一代工作委员会,商洛市妇女联合会,商洛市关心下一代志愿者协会(编),*商洛市第二届家庭教育与家庭心理建设学术研讨会论文集*(pp. 179-182).
- 戴莹莹,温勇,宗占红(2024). 家庭环境对青少年心理健康的影响与性别差异. *校园心理*, 22(3), 203-212.
- 段祥斐,杨绍清,张李斌,等(2024). 家庭功能对青少年问题行为的影响:共情和感恩的纵向中介效应. *中国临床心理学杂志*, 32(6), 1292-1296+1286.
- 郭雨,刘堃,翟燕雪(2016). 离异家庭儿童青少年家庭教养方式与心理韧性相关性. *中国学校卫生*, 37(5), 701-703+707.
- 何燕飞(2025). 数智化技术手段在初中体育家庭作业管理中的运用. *中学教学参考*, (9), 55-58.
- 黄月胜,陈丹(2025). 家庭社会经济地位与留守儿童问题行为:父母教养方式与自尊的链式中介作用. *心理研究*, 18(2), 185-192.
- 吉晖(2019). 国外家庭教育环境与儿童语言能力发展研究. *教育评论*, (4), 161-166.
- 李淋漓,杨柯(2025). 以家庭为基础的人际关系心理疗法在青少年抑郁症患者中的应用效果. *心理月刊*, 20(7), 163-165.
- 李岩,李跃,李雨婷,等(2024). 家庭结构和教养方式对青少年抑郁情绪的影响. *心理学通讯*, 7(2), 138-143.
- 刘学兰,姜桂芳(2025). 学生厌学的心理成因及家庭教育策略. *新教师*, (2), 11-13.
- 陆曼遥,陈慧,杨智辉(2024). 父母冲突与青少年心理健康的关系:家庭复原力和心理安全感的链式中介作用. *中国临床心理学杂志*, 32(2), 457-462.
- 唐甜,王雨,巩芳颖,等(2024). 家庭教养方式与中国青少年积极发展的关系:系列元分析. *心理科学进展*, 32(8), 1302-1319.
- 王玉霞(2015). 儿童心理疾病与家庭教育方式的相关性研究. *中国医药指南*, 13(12), 279-280.
- 吴月(2025). 家校共育背景下儿童青少年心理健康问题及对策研究. *公关世界*, (6), 46-48.
- 杨菁,柳铭心,张兴利(2025). 家庭功能干预对中学生心理健康状况的影响. *中国学校卫生*, 46(1), 78-81.
- 杨雪,宋佳殷(2025). 家庭教养方式、亲子关系与青少年社会心理发展. *人口学刊*, 47(1), 78-93.
- 张青(2023). 青少年社会工作中家庭环境与学校环境的协同效应分析. 见 延安市教育学会(编),*第五届创新教育与发*