

父母教养与隔代教养对青少年心理健康的影响及干预策略优化研究

蔡思琴¹, 程钰莹¹, 江晨茜¹, 戴佳仪¹, 李邵涵²

¹中南林业科技大学前沿交叉学科学院, 湖南 长沙

²中南林业科技大学生命科学与技术学院, 湖南 长沙

收稿日期: 2025年4月8日; 录用日期: 2025年6月20日; 发布日期: 2025年6月30日

摘要

研究以福州为对象, 采用混合方法探究父母教养与隔代教养对青少年心理健康的差异化影响。通过166份有效问卷的定量分析与13份深度访谈的质性研究发现: 父母教养在情感支持与独立性培养上具优势, 隔代教养在文化传承与日常照料中发挥独特作用; 隔代教养与青少年自卑感、独立性显著相关($p < 0.05$), 沟通能力与内向程度起链式中介作用($\beta = -0.661, p < 0.001$)。研究提出“智联代际, 慧润心理”预防模型, 建议构建家庭协同教养平台、校园智慧检测系统、心理医疗数字档案及社会多元支持网络。未来研究可扩大样本量、控制多维度变量并深化质性分析, 为家庭教育模式优化提供理论与实践依据。

关键词

父母教养, 隔代教养, 青少年心理健康, 家庭教育策略

Research on the Influence of Parental Upbringing and Intergenerational Upbringing on Adolescent Mental Health and Optimization of Intervention Strategies

Siqin Cai¹, Yuying Cheng¹, Chenxi Jiang¹, Jiayi Dai¹, Shaohan Li²

¹School of Advanced Interdisciplinary Studies, Central South University of Forestry & Technology, Changsha Hunan

²College of Life Science and Technology, Central South University of Forestry & Technology, Changsha Hunan

Received: Apr. 8th, 2025; accepted: Jun. 20th, 2025; published: Jun. 30th, 2025

文章引用: 蔡思琴, 程钰莹, 江晨茜, 戴佳仪, 李邵涵. 父母教养与隔代教养对青少年心理健康的影响及干预策略优化研究[J]. 社会科学前沿, 2025, 14(6): 781-791. DOI: 10.12677/ass.2025.146569

Abstract

This study in Fuzhou, Fujian, uses mixed methods to explore the differential impacts of parental and intergenerational parenting on adolescent mental health. Through quantitative analysis of 166 valid questionnaires and qualitative research based on 13 in-depth interviews, the study finds that parental parenting has advantages in emotional support and independence cultivation, while intergenerational parenting plays a unique role in cultural inheritance and daily care. Intergenerational parenting is significantly correlated with adolescents' sense of inferiority and independence ($p < 0.05$), with communication ability and introversion having a chain mediating effect ($\beta = -0.661, p < 0.001$). The research proposes the "Intelligent Intergenerational Connection" prevention model, recommending family—campus—social integrated platforms. These initiatives aim to provide theoretical bases and practical paths for optimizing family education models and enhancing adolescent mental health. Future studies are advised to expand the sample size, control multi-dimensional variables (like peer relationships and school environment), and deepen qualitative analysis, thus contributing to more targeted interventions and policy-making in family education.

Keywords

Parental Upbringing, Intergenerational Upbringing (Grandparenting), Adolescent Mental Health, Family Education Strategies

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

1.1. 研究背景

在现代社会快速变迁下，家庭教育模式对青少年心理健康的影响，已成心理学与教育学研究重点。2025年全国两会，青少年心理健康问题备受代表委员热议。政府工作报告提出“普及心理健康教育”“健全社会心理服务体系和危机干预机制”，标志着心理健康议题上升为国家战略层面的社会治理任务。据中国老龄科研中心的调查显示，约有66.47%的老人参与照看孙辈，这一比例在农村地区更高[1]。隔代教养不仅是家庭教育的重要组成部分，也是社会变迁下的产物，其对青少年心理发展的影响受到了广泛关注。父母教养方式直接影响青少年的心理发展和社会适应能力，而隔代教养作为一种特殊的家庭教养模式，其对青少年的影响也日益受到关注。在“少子化”背景下，二孩家庭中隔代养育对父母教养压力的影响也成为研究的焦点[2]。

国内外学者对父母教养方式和隔代教养对青少年心理发展的影响进行了广泛研究。研究主要集中在以下几个方面：一是父母教养方式对青少年心理发展的影响，如权威型教养方式与青少年的积极发展[3]，以及放任型和专制型教养方式与青少年问题行为的关系[4]；二是隔代教养对青少年心理发展的影响，包括祖辈的经验和耐心对青少年的积极影响[5]，以及可能的溺爱和过时教育观念对青少年的消极影响[6]；三是父母教养与隔代教养的比较研究，探讨父母与祖辈在教养方式和价值观上的差异，以及这两种教养方式对青少年学业成就和心理健康的比较影响[7]。

尽管已有研究为我们理解父母教养和隔代教养的影响提供了宝贵的见解，但仍存在一些不足。在研

究设计上,多数研究采用横断面设计,缺乏纵向追踪研究[8],研究多集中于城市样本,缺乏对农村地区隔代教养的深入探讨[9]。在资料分析方法上,多数研究过度依赖问卷调查,缺乏定性研究方法的运用[10],忽视了文化多样性对教养方式和青少年发展的影响[11];在论证角度上,多数研究缺乏对父母教养和隔代教养交互作用的深入分析[12],未充分考虑家庭社会经济地位对教养方式和青少年发展的潜在影响[13]。

未来研究需从多维视角深入探讨父母及隔代教养的影响,采用纵向研究设计与定性分析结合的方法,探究家庭教育模式对青少年心理发展的作用。

1.2. 研究意义与目的

本研究选择福州市作为调研区域,基于两方面考量:其一,样本丰富性——2020年数据显示,福建省隔代教养青少年占比达23.7%(50万人),福州市在快速城市化进程中,父母外出务工现象普遍,催生大量留守儿童,其特殊家庭结构与教养方式对青少年心理健康的影响具有典型研究价值;其二,地域代表性与社会关注度——作为东南沿海省会城市,福州兼具独特区位特征与城乡发展差异,其教养模式探索可为同类地区提供经验参考,研究成果更易引发社会及政策层面关注,推动干预措施优化。

研究旨在通过定量与定性结合的方法,揭示父母教养与隔代教养对青少年心理健康的影响。目标涵盖:1)描述父母与隔代教养方式的现状及特征;2)比较两类教养模式对青少年心理健康的差异影响;3)考察学校环境、同伴关系、社交媒体等外部因素的潜在作用;4)通过统计分析识别心理健康影响因素的关联路径;5)基于研究结果提出精准干预策略与政策建议,为青少年心理健康促进提供实践路径。

2. 研究方法

2.1. 被试

本研究的被试包括两个群体,施测地点为福建省福州市。

(1)被试1:选取福州市城乡6~18岁青少年为对象,通过发放问卷比较不同教养模式对心理健康的影响。共发放问卷76份,有效回收67份(男41例,女26例)。

(2)被试2:招募不同经济条件、文化程度及年龄段的青少年父母与祖辈为对象,经培训的调查员现场指导并统一回收问卷,用于构建教养方式与心理健康的关联模型。共发放问卷123份,有效回收99份(男41例,女48例)。

2.2. 研究工具

定量工具:抑郁-焦虑-压力量表(DASS-21)、共同养育质量问卷(CQS)、自编教养影响量表(信度0.712~0.768)。定性工具:半结构式访谈提纲,运用Nvivo 11.0编码分析,最终形成3个核心主题。控制变量:新增同伴关系量表(CRS)、学校环境问卷(SEI),在结构方程模型中作为协变量纳入分析。

3. 研究结果

3.1. 定量分析

3.1.1. 信效度检验

为了确保数据的质量、有效性和说服力,本文在进行分析前对所需数据进行了信效度分析。通过计算Cronbach's alpha系数来评估信度,并通过探索性因子分析(EFA)来评估效度(见表1)。青少年和家长问卷得到Cronbach's alpha系数分别为0.712、0.768,KMO值分别为0.766、0.813,Bartlett球形检验的显著性分别为0.048、0.036,变量间存在较强的相关性,两组问卷具有研究的可靠性和效度,适合进行因子

分析。

Table 1. Results of the reliability and validity tests for 166 questionnaire data
表 1. 166 份问卷数据的信效度检验结果

检验方式	青少年问卷(<i>n</i> = 67)	家长问卷(<i>n</i> = 99)
Cronbach's alpha	0.712	0.768
KMO 取样適切性量数	0.766	0.813
Approx. Chi-Square	526.120	892.513
Bartlett's Test of Sphericity	df	520
	Sig.	0.036

3.1.2. 父母教养和隔代教养青少年心理健康情况差异性分析

对 67 份青少年问卷进行独立样本 *t* 检验(见表 2), 结果显示: 父母教养与隔代教养的青少年在自卑、独立性维度存在显著差异。这与 Baumrind 教养方式理论相符, 权威型教养利于积极发展。自卑维度上, 父母教养青少年较少感觉不如他人, 隔代教养青少年此感受更明显; 独立性维度上, 前者倾向合作, 后者更愿独自做事。此外, 两种教养模式在精神质、焦虑、决策维度无显著差异。

Table 2. Comparison of mental health status of adolescents under parental parenting and grandparental parenting (*n* = 67)
表 2. 父母教养和隔代教养青少年心理健康情况差异比较(*n* = 67)

变量	<i>M</i> ± <i>SD</i>		<i>t</i>	<i>p</i>
	父母教养(<i>N</i> = 30)	隔代教养(<i>N</i> = 37)		
精神质	1.63 ± 1.07	1.43 ± 0.83	-1.058	0.307
自卑	1.34 ± 1.09	3.94 ± 0.73	-1.543	0.004
决策	1.70 ± 1.09	1.63 ± 0.76	-1.482	0.097
焦虑	2.83 ± 1.21	3.17 ± 1.04	1.387	0.015
独立	2.10 ± 1.13	4.56 ± 0.86	2.951	0.006

注: **p* < 0.05, ***p* < 0.01, ****p* < 0.001, 下同。

3.1.3. 两种教养模式下影响青少年心理健康因素的描述性统计和相关分析

相关分析显示, 隔代教养与沟通能力和心理健康呈显著负相关(见表 3); 沟通能力与心理健康呈显著正相关, 与性格内向程度呈显著负相关。此外, 性别与沟通能力呈显著正相关, 因而在后续分析中将其作为控制变量处理。

3.1.4. 隔代教养影响青少年心理健康的链式中介效应检验

本研究运用结构方程模型(SEM)对链式中介效应进行检验, 该方法能够有效地控制测量误差。所有预测变量的方差膨胀因子(VIF)均低于 1.26, 表明多重共线性问题并不显著。

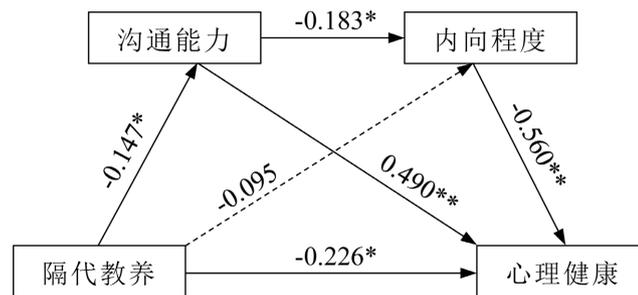
在控制性别的作用下, 隔代教养对青少年心理健康的总效应显著($\beta = -0.226, p = 0.036$)。其次, 在模型中加入中介变量沟通能力和社会化, 得到如图 1 所示的路径模型。结果发现, 模型拟合可接受: $\chi^2/df = 5.132, CFI = 0.985, TLI = 0.932, RMSEA = 0.065, SRMR = 0.036$ 。

Table 3. Results of descriptive statistics and correlation analysis of variables ($n = 99$)
表 3. 各变量的描述性统计和相关分析结果($n = 99$)

变量	<i>M</i>	<i>SD</i>	1	2	3	4
1. 性别						
2. 隔代教养	1.25	0.432	0.076			
3. 沟通能力	3.60	0.968	0.142*	-0.147*		
4. 内向程度	1.42	0.841	0.067	-0.095	-0.183*	
5. 心理健康	3.83	0.915	0.107	-0.226*	0.490**	-0.560**

注：性别为虚拟变量，男 = 1，女 = 0；**。在 0.01 级别(双尾)，相关性显著。*。在 0.05 级别(双尾)，相关性显著。

隔代教养显著负向预测沟通能力($\beta = -0.147, p < 0.001$)和心理健康($\beta = -0.226, p > 0.05$)，对内向程度($\beta = -0.095, p > 0.05$)预测不显著；沟通能力显著正向预测心理健康($\beta = 0.490, p < 0.001$)，显著负向预测内向程度($\beta = -0.183, p < 0.001$)；内向程度显著负向预测心理健康($\beta = -0.560, p < 0.001$)，见图 1。



注：虚线表示不显著的路径，所有路径均为标准化的路径回归系数；出于简洁目的，图中未显示控制变量对主要变量的路径系数。

Figure 1. The chain mediating effect model of the influence of grandparental parenting on the mental health of adolescents
图 1. 隔代教养影响青少年心理健康的链式中介效应模型

采用偏差校正非参数百分位 Bootstrap 检验中介效应的显著性，重复取样 1000 次，计算 95% 的置信区间，若置信区间不包含 0 则中介效应显著。结果显示(见表 4)，隔代教养→内向程度→心理健康、隔代教养→沟通能力→内向程度→心理健康这两条路径的 95% 置信区间均不包含 0，即内向程度在隔代教养和青少年心理健康间起独立中介作用，沟通能力在隔代教养和青少年心理健康间起链式中介作用。

Table 4. Bootstrap analysis of the significance test of the mediating effect
表 4. 对中介效应显著性检验的 Bootstrap 分析

路径	效应值	SE	95%置信区间	
			区间下限	区间上限
总间接效应	-0.661	0.199	-0.860	-0.462
隔代教养 → 沟通能力 → 心理健康	0.146	0.195	-0.049	0.341
隔代教养 → 内向程度 → 心理健康	-0.400	0.196	-0.596	-0.204
隔代教养 → 沟通能力 → 内向程度 → 心理健康	-0.057	0.041	0.016	0.098

3.1.5. 祖辈家长的基本情况调查

(1) 通过对青少年隔代教养的主要监护者、家庭教育实施者进行调查统计,发现祖辈家长的年龄大部分偏向高龄化:50岁以上的祖辈家长占81%(见图2)。祖辈家长的高龄化,能够对孩子进行教育的体力显然是不足的。

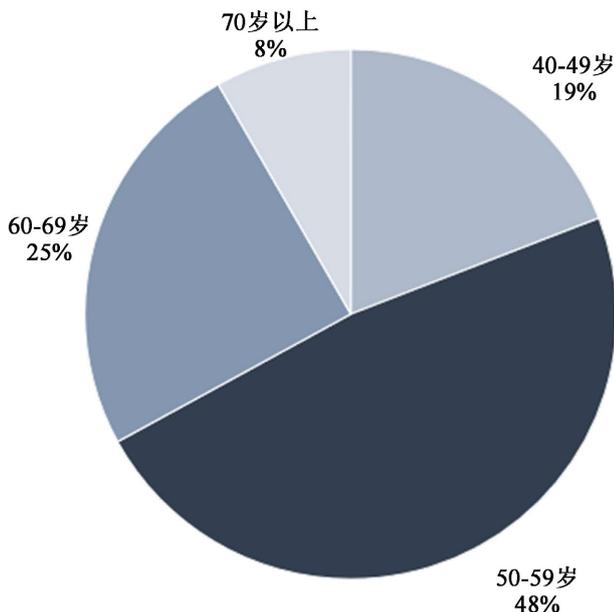


Figure 2. Distribution map of the ages of grandparental guardians
图2. 祖辈家长年龄分布图

(2) 本次调研对隔代教养家庭的四种教育方式统计显示,民主型占比56.57%居首,反映祖辈教育观念进步;溺爱型占19.19%,与祖辈过度疼爱孩子有关;专制型占15.15%,或因传统权威教育观念;忽视型仅9.09%,说明多数祖辈未放任不管。随时代发展,祖辈教育观念渐变,虽43.43%仍用溺爱或专制方式,但比例渐减,民主开放型成主流,这或与社会文化变迁、教育信息传播及年轻父母影响相关。

3.2. 定性分析

本研究对13位初中阶段青少年开展13次访谈,累计315分钟,形成5000字记录。经编码分析(初步86个编码),归纳3个核心主题。其中9名(69%)接受隔代教养,4名(31%)为直系教养。

3.2.1. 关键词视觉化: 揭示成长核心议题

与13位青少年的访谈分析中,通过Nvivo词频分析及词云(见图3)可见,“小学、学习、爷爷、奶奶”等为关键议题。“小学”“学习”高频出现凸显教育在青少年成长中的核心地位;“爷爷”“奶奶”显著体现隔代教养在家庭结构中的普遍性与影响力。同时,“父亲”角色缺失在访谈中突出,或指向家庭结构变迁与教养责任转移,可能对青少年性别角色认同、情绪稳定及社交能力产生影响。

3.2.2. 节点视觉化: 映射访谈焦点议题

通过Nvivo生成的节点图(见图4)显示,受访青少年及家庭核心议题中,“比较喜欢自己”高频出现,体现其对自我认知、个人成长与价值的重视。“年龄”“内向”“兴趣爱好”“教育方式”“给家长打分”等议题备受关注,分别反映青少年身心发展阶段、社交情感复杂性、个人潜能发掘、多主体成长影响及对家庭教育的期待与评价,凸显其成长中多维度的关注重点与内在诉求。



Figure 3. Word cloud diagram of interview results
图 3. 访谈结果词云图

给自己打分	教育方式	年龄	家庭组成情况
给家长打分	家庭情况	兴趣爱好	
母亲外出打工			印象最深的事
教育水平			

Figure 4. Compare the node diagrams according to the coding reference points.
图 4. 按编码参考点数比较节点图

3.2.3. 教养模式剖析：透视青少年成长的多维影响

采用个案式分析和主题式分析对 13 位青少年的访谈内容进行分析。研究人员在访谈结束后 24 h 内对访谈内容进行编码并建立独立文档，从访谈内容中可以得出以下 3 点情况。

(1) 隔代教养的正反效应

① 积极作用：隔代教养如何为成长助力

以具体案例为例，小张在隔代教养的环境中，得益于祖父母的精心辅导，学业上取得了显著的进步，并因此获得了极高的评价(各项评分均达到满分 10 分)。另一方面，小陈对绘画有着浓厚的兴趣，他的爷爷不仅提供了情感上的支持与认可，更以慈爱的方式陪伴他成长，同样赢得了满分的评价。

这些事例鲜明地展现了隔代教养在孩子成长过程中所发挥的正面作用，不仅在学业上提供了有力的关怀与指导，而且在情感上也给予了温暖的支持。这些都有力地证明了隔代教养在促进青少年全面发展中的不可或缺的地位。

② 潜在挑战：隔代教养面临的时代冲突

小翁的案例尤为突出，他的爷爷因打麻将和不当行为(打人)而被评分为0分，这反映了隔代教养中可能存在的教育缺失和不良示范问题。此外，小林的爷爷奶奶虽然付出了努力，但他们的啰嗦和批评方式并未得到孩子的完全认同，仅获得7分的评价，反映了隔代教育中过度干预或沟通方式不当的问题。

以上案例体现了传统教育方式(如缺乏有效监管和陪伴)与孩子成长需求的不匹配，进一步说明了传统教育方式在现代社会中的局限性和适应性挑战。

(2) 家庭环境的塑造力量

小钟和小严同处一个七口之家的隔代教养环境。小钟给自己学习打满分，认为能独立完成作业，但评价家长“脾气大”；小严给自身学习状况打6分，觉得有提升空间，给爷爷奶奶打8分。隔代教养的家庭背景下，成员的多样性和氛围的不同塑造了性格和社交技能的差异化表现：小严性格较为内向，而小钟则展现出更强的独立性和社交能力。这些差异与家庭的具体构成、成员间的互动，以及家长的情绪调节能力紧密相关。

从上可以看出，家庭结构是性格与社交的塑造者，家庭氛围是心理与行为的培养皿。家庭的结构、规模以及环境对青少年的社交能力和心理状态有着显著的影响。这些案例深刻揭示了家庭环境对于孩子行为习惯和心理健康的直接且深远的影响。

(3) 父母教养中的认知差异

以小施为例，他对自己学业表现有积极自我评价，认为自己勤奋且成绩优异，这源于对自身学习行为的内省。而其父母评价更严苛，觉得他成绩不错但学习态度不端、需监督，该评价基于对其行为的观察及外部标准内化，从社会比较理论看，家长可能将孩子与他人比较来形成评价。小郑也面临同样问题，父母对她的评分远低于其自我评价，她认为父母“听不进孩子的话”，父母对她有着高期望与严要求。

从上可以看出：内心自评是成长的自我镜像，家长他评是外在标尺。青少年自我评价与家长评价的鲜明对比是普遍现象，既体现其自我认识的独立性，也反映家长期望与孩子实际表现的差异。这种差异可能引发认知与沟通冲突，却也为家长理解引导孩子内心提供了契机。

4. 讨论

4.1. 研究价值

本研究在理论上拓宽了青少年心理健康研究视野，证实隔代教养对青少年心理健康的双重影响，发现性格内向和沟通能力的中介角色，为该领域研究搭建理论桥梁；实践中提供行动指南，提醒关注隔代教养可能引发的自卑、独立性缺乏及沟通不足等问题，强调提升沟通能力和减少内向倾向对心理健康的重要性；政策上为制定者提供参考，助力完善家庭教育指导政策，开发针对性干预措施，推动家庭教育科学化、个性化发展。

4.2. 问题背后的原因

在探讨父母教养和隔代教养对青少年心理健康水平的影响时，福建省福州市部分地区的调研揭示了一些关键问题背后的原因。以下是针对这些问题背后原因的深入分析：

(1) 成长需求的忽视

隔代教养影响青少年心理健康，原因包括：一是代际差异，祖辈与孙辈在价值观、生活方式、教育期望及科技适应能力等方面存在显著差异，导致祖辈难理解青少年需求，影响其情感与社交发展；二是资源限制，经济或健康问题使祖辈难提供必要物质与情感支持，不利青少年成长与心理健康；三是教育

观念，传统观念让祖辈重学业、轻情感社交及兴趣培养，致青少年相关成长需求未被满足。

(2) 安全感的缺失

隔代教养影响青少年心理健康，原因有三：一是父母角色缺失，父母因工作、分居等缺席，使孩子缺乏稳定依恋对象与情感支持，产生情感不安全感；二是情感交流不足，祖辈与孩子存在代际沟通差异或缺乏有效技巧，难建深入情感联系，致孩子被忽视，影响自尊与自我价值感；三是社会支持系统不足，社区和学校缺祖辈教育指导、青少年心理服务及社区参与机会，加剧青少年不安全感，影响整体福祉。

(3) 规则意识的缺乏

隔代教养中青少年规则意识缺乏，原因包括：一是教育方式偏宽容宠爱，祖辈疏于严格一致的纪律要求，致孩子难内化社会行为规范，影响规则尊重；二是家庭规则缺乏一致性，父母与祖辈对行为期望不一，使孩子困惑，干扰其对规则的理解与遵守；三是社会化过程受阻，家庭规则意识缺失影响孩子在学校和社会的适应，阻碍其对广泛社会规范的遵循，成为社会化障碍。

4.3. 对实际问题的启示

在探讨父母教养和隔代教养对青少年心理健康水平的影响时，福建省福州市部分地区的调研提供了宝贵的见解。

(1) 隔代教养的双重效应：传统与现代的交融。隔代教养对青少年成长有优势，但也面临传统与现代教育的冲突，需创新教育方式。家庭结构与氛围深刻影响青少年性格与心理健康，良好互动及家长情绪调节能力是关键。

(2) 教养模式的认知差异：自我与他评的桥梁。青少年自我评价与家长评价的差异需通过代际沟通协调，以促进全面发展。应整合祖辈经验与父母理念，创新教育模式，优化家庭支持性氛围，为青少年提供多元成长助力。

(3) 沟通技巧的提升策略：强化情感交流。通过培训增强祖辈与青少年的沟通能力，减少代际误解，构建和谐家庭关系；同时鼓励青少年表达自我，提升其自我认知与社交技能，促进家庭内外的有效交流，夯实心理健康基础。

5. 建议

本研究提出“智联代际，慧润心理”青少年心理健康预防模型，聚焦“预防优于治疗”，通过构建社会力量多方参与的全链条协作机制，提升心理问题早期识别率并减少极端事件。

5.1. 模型核心框架

“智联代际，慧润心理”青少年心理健康预防模型以“代际协同”为核心，以“预防-干预-赋能”为主线，构建“家、校、医、社”四位一体的支持体系，融合人工智能技术与家庭支持体系，从多元入口降低求助门槛，通过数据共享平台实现资源整合，重点预防教育过程中可能存在的心理健康隐患。

5.2. 实施路径

5.2.1. 构建家庭协同教养平台

为破解传统隔代教养困境，需构建“责任共担+技术赋能”的代际协同体系。创新“5+2”双轨教养机制，工作日由祖辈承担主要生活照料，父母通过智能日程系统远程制定教育规则；周末转为父母主导亲子互动，强化价值观引领与情感联结。配套开发“智慧祖辈”数字平台，通过短视频课程传授现代教育理念，运用AI模拟场景训练代际沟通技巧，并配备方言交互系统增强文化适配性。同步建立社区教养档案库，动态记录家庭分工数据、冲突解决方案及青少年心理发展轨迹，依托智能分析为每户家庭提

供个性化教养优化方案，形成“传统经验 + 科技赋能 + 社区支持”的立体化教养生态。

5.2.2. 开发校园智慧检测系统

针对“教育为青少年成长核心议题”的调研发现，需打造“监测 - 干预”一体化智能体系。一方面建立家校协同的双模态情绪预警机制，通过智能摄像头与可穿戴设备同步捕捉面部表情及脑电波变化，构建情绪波动预警模型，异常数据经家校共享平台实时推送；另一方面试点部署 AI 心理咨询矩阵，在校园及社区设置智能咨询终端，依托大数据分析提供定制化情绪疏导方案，同步开放虚拟匿名倾诉空间，专业心理咨询师结合 AI 建议制定个性化干预策略，形成“生理监测 - 心理疏导 - 家校联动”的闭环守护机制。

5.2.3. 搭建心理医疗数字档案

为破解隔代教养引发的青少年心理困境，需构建“医教协同 + 数字赋能”双轨干预体系。一方面以医校直通机制筑牢防护网，推动中小学心理辅导室全覆盖，联合三甲医院建立心理危机转诊绿色通道，通过专科就诊白名单制度、医保覆盖及困难家庭补贴，形成“预警 - 转介 - 干预”闭环；另一方面运用区块链打造心理健康数据共享平台，建立跨机构授权机制下的终身数字档案，实现学校测评、社区家庭记录与医院诊疗数据的互联互通，确保心理咨询、正念训练等干预过程全程留痕可追溯，同时严格落实 18 岁前数据全匿名保护，成年后经个人授权方可解密。该体系通过医疗资源下沉与数字技术赋能，既强化心理危机实时响应能力，又构建起全周期隐私保护屏障，为青少年心理健康保驾护航。

5.2.4. 创建社会多元支持网络

随着城镇化进程加快，研究提出构建“社会多元支持网络”助力青少年心理健康(见图 5)：打造社区智慧教养中心，配备 AR 互动学习舱与智能沙盘治疗区，建立“祖辈教育导师”制度，通过退休教师及心理咨询师定期开展非暴力沟通、情绪管理工坊，降低溺爱/专制教养比例；同时强化政策赋能，推动高校设立“数字家庭教育”专业培养复合型人才，将心理健康纳入老年大学必修课程并推行“数字祖辈”认证，对使用智能教养设备的家庭提供 30% 补贴，政府统一采购心理健康服务，形成“社区资源下沉 - 专业人才支撑 - 政策激励引导”的立体化支持体系。



Figure 5. The adolescent mental health prevention model of “Intergenerational Intelligence Connection and Psychological Nourishment”

图 5. “智联代际，慧润心理”青少年心理健康预防模型

6. 结论

本研究以福州市 166 名家长及青少年为对象, 采用问卷、访谈及实地调研等方法, 结合 EpiData 数据录入、SPSS 定量分析与 Nvivo 质性研究, 探究父母教养与隔代教养对青少年心理健康的影响。

研究发现: 两类教养模式下, 青少年自卑感与独立性存在显著差异, 隔代教养青少年自卑感更强、独立性倾向更突出; 隔代教养与性格内向呈正相关, 沟通能力与心理健康呈正相关, 性格内向与心理健康呈负相关, 揭示性格内向和沟通能力在隔代教养影响青少年心理健康过程中起中介作用; 祖辈家长以 50~59 岁为主, 民主型教育方式占比 56.57%, 居主导地位。

研究为理解不同教养模式对青少年心理健康的影响提供实证依据, 丰富了理论基础, 也为家庭教育实践及政策制定提供参考, 助力推动家庭教育科学化、个性化发展, 促进青少年心理健康与全面发展。

参考文献

- [1] 魏杨, 朱沈鸿, 黄陈园, 等. 隔代教养对儿童青少年心理发展影响的研究综述[J]. 山西青年, 2019(16): 34-35.
- [2] 王超, 张旖馨. “少子化”背景下二孩家庭隔代养育对父母教养压力的影响[J]. 陕西学前师范学院学报, 2024, 40(5): 83-95.
- [3] Steinberg, L., Lamborn, S.D., Dornbusch, S.M. and Darling, N. (1989) Impact of Parenting Practices on Adolescent Achievement: Authoritative Parenting, School Involvement, and Encouragement to Succeed. *Child Development*, **65**, 1244-1258.
- [4] Baumrind, D. (1991) The Influence of Parenting Style on Adolescent Competence and Substance Use. *The Journal of Early Adolescence*, **11**, 56-95. <https://doi.org/10.1177/0272431691111004>
- [5] 卢乐珍. 隔代教养的优势与弊端[J]. 家庭教育研究, 2004(3): 45-50.
- [6] 易云. 隔代教养对青少年心理发展的影响研究[J]. 心理科学, 2002, 25(2): 125-128.
- [7] 叶宝娟, 杨强, 胡竹菁. 感恩对青少年学业成就的影响: 有调节的中介效应[J]. 心理发展与教育, 2013(2): 192-199.
- [8] Huston, A.C. and Bentley, A.C. (2010) Human Development in Societal Context. *Annual Review of Psychology*, **61**, 411-437. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.093008.100442>
- [9] 陈传锋, 胡志刚, 韩布新. 隔代教养研究特点与趋势——基于中国知网文献的计量分析[J]. 湖州师范学院学报, 2021, 43(5): 26-33.
- [10] Farrant, K., Maybery, D. and Fletcher, R. (2012) The Role of Grandparents in Providing Support to Families with Young Children. *Journal of Family Studies*, **18**, 79-93.
- [11] Jia, N., Silverstein, M. and Wang, H. (2009) Parent-Grandparent Co-Residence and Psychological Well-Being among Older People in Rural China. *Journal of Family Issues*, **30**, 270-292.
- [12] Grubbs, J.B. and Exline, J.J. (2016) The Intergenerational Transmission of Forgiveness: Parent and Child Forgiveness of the Other as a Mediator of the Relationship between Parent and Grandparent Forgiveness. *Journal of Positive Psychology*, **11**, 1-11.
- [13] Conger, R.D., Conger, K.J. and Martin, M.J. (2010) The Family Stress Model: An Integrative approach. In Kerig, P.K. and Beauchaine, T.W., Eds., *Clinical Handbook of Child Psychological Disorders: A Step-by-Step Treatment Manual*, Routledge, 47-59.