

家长学校主题式课程的建构与实践探索

——以重庆市L学校为例

王 卫, 张雨晗*

重庆市第六十六中学校, 重庆

收稿日期: 2026年6月1日; 录用日期: 2026年7月23日; 发布日期: 2026年7月31日

摘 要

《中华人民共和国家庭教育促进法》的实施, 要求家长学校从经验分享型模式向系统化、科学化的课程育人体系转型。重庆市L学校以家长需求调查为逻辑起点, 围绕“学业指导”、“情绪管理”、“亲子沟通”三大核心主题, 建构了“基石课程-支柱课程-实践课程”三层一体的主题式课程体系, 并探索出“线上通讯讲座-线下小班工作坊-微课定向推送”三维联动的实施路径。实践表明, 该课程体系在提升家长科学育儿能力、改善亲子关系、促进教师专业成长方面取得显著成效。主题式家长课程形成了可推广的课程样本, 为家校社协同育人提供了可操作的课程化路径参考。

关键词

家长学校, 主题式课程, 课程建构

The Construction and Practical Exploration of Thematic Courses in Parent Schools

—Taking L School in Chongqing as an Example

Wei Wang, Yuhan Zhang*

No. 66 Middle School, Chongqing

Received: June 1, 2026; accepted: July 23, 2026; published: July 31, 2026

Abstract

The implementation of the “Law on the Promotion of Family Education” requires parent schools to shift from an experience-sharing model to a systematic and scientific curriculum education system.

*通讯作者。

Taking the survey of parents' demands as the logical starting point, L School in Chongqing has constructed a three-layer thematic curriculum system of "cornerstone courses-pillar courses-practical courses" around the three core themes of "academic guidance", "emotional management", and "parent-child communication", and explored a three-dimensional interactive implementation path of "online general education lectures, offline small-class workshops, micro-lesson targeted push". Practice has shown that this curriculum system has achieved remarkable results in enhancing parents' scientific parenting abilities, improving parent-child relationships, and promoting teachers' professional growth. Thematic parent courses form replicable course samples, providing operational course-based path references for collaborative education among families, schools, and communities.

Keywords

Parent School, Thematic Course, Curriculum 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

《全国家庭教育状况调查报告》显示,当前我国家长普遍具有强烈的教育子女意愿,但缺乏系统的家庭教育知识与科学认知[1]。《中华人民共和国家庭教育促进法》¹(以下简称《家庭教育促进法》)明确强调“家庭教育、学校教育、社会教育紧密结合、协调一致”,这赋予学校主导的家长学校以新的使命:从零散的经验分享转向系统化、科学化的课程育人。在此背景下,提升家长教育素质和家庭教育专业化是今后家庭教育发展的必然趋势[2]。因此,如何开发并实施一套既符合法规精神,又切实满足家长现实需求的课程体系,成为推动家校社协同育人的关键课题。

2. 家长学校课程实施的现实困境

近年来,学界在家长课程的内容构建、实施路径与评价机制方面进行了有益探索。有研究提出建立“意义自主、注重实效”的幼儿园家长课程体系[3];有学者依据学生年级段特点构建层级化课程内容[4];也有研究主张采用“通识+拓展”的模块化结构[5],或设计涵盖目标、内容、实施与效果的四维评价框架[6]。然而,审视现有实践,仍存在以下三方面突出问题。

课程内容泛化,缺乏需求针对性:多数家长学校追求内容的全面覆盖,涉及幼儿启蒙、学业辅导、心理关怀、安全保护等多个模块,呈现出“内容泛化”特征。这种基于标准化设计的课程,容易陷入“覆盖即全面”的误区,未能依据家长实际需求的优先级进行甄选与整合,导致核心内容深度不足、次要内容比重过高,难以真正回应不同家庭的差异化指导需求。家长在庞杂的内容中往往感到“什么都学了,什么都没学会”。

课程实施脱节,缺乏实践转化力:突出表现为理论讲授与实践应用之间的断裂。家长普遍反映,虽参与多场专家讲座,但面对具体家庭教育困境(如作业拖拉、手机依赖、情绪对抗等)时仍无从下手。传统线下集中授课模式受时间与空间限制较大,加之家长群体在时间精力、认知水平等方面存在客观差异,课程参与度与学习深度普遍不足。单向灌输式的指导难以激发家长的主动思考与行为改变。

¹http://www.npc.gov.cn/npc/c2/c30834/202110/t20211023_314286.html

课程评价表浅, 缺乏持续优化机制: 现有评价多侧重出勤率、即时满意度等表层指标, 存在“重形式轻实效、重结果轻过程”的倾向。激励机制建设薄弱, 较少有学校将课程学习与优秀家长评选等长效激励制度相结合。更为关键的是, 针对家长教育行为是否发生积极转变、亲子关系是否得到实质改善等深层效果的评价体系尚不完善, 致使课程质量缺乏持续优化的科学依据。

上述困境的根源在于: 家长学校课程的建构缺乏对家长真实需求的系统把握, 课程内容与实施方式未能以家长的核心关切为中心进行组织。为此, 重庆市 L 学校尝试以需求调查为起点, 建构一套主题聚焦、层次清晰、实施灵活的主题式家长课程体系。

3. 主题式家长课程的整体架构

3.1. 案例学校概况

重庆市 L 学校为一所公立完全中学, 涵盖初中与高中两个学段, 现有在校学生 1600 余人, 教职工 160 余人。学校地处重庆市主城区, 生源以本地户籍居民子女为主, 其中多子女家庭占比达 59.19%, 家长受教育程度以高中至本科为主, 家庭教育需求呈现多元化特征。

在经费保障方面, 学校以课题为依托, 将家长学校课程建设纳入年度预算, 为课程开发、资源库建设等提供经费支持。师资团队由 13 名核心成员组成, 包括 2 名专职心理教师、6 名资深班主任及 5 名德育干部。课程启动前, 学校多次组织召开专题研讨会, 围绕课程设计理念、实施策略与家校沟通方法进行集中研讨与经验交流, 以确保课程实施的方向一致性与专业性。

3.2. 逻辑起点: 基于家长需求的调查

在课程体系建构前期, 学校面向全体家长开展家庭教育需求问卷调查, 共回收有效问卷 1056 份, 对学生家长的家庭教育观念问卷、亲子关系问卷、父母需求调查以及社会人口学资料进行评估调查。调查结果显示, 家长最关心的三大主题依次为: 学业指导(占比 90.34%)、情绪管理(占比 76.33%)与亲子沟通(占比 69.6%)。在开放性问题的回答中, 高频关键词包括“如何提高孩子学习主动性”、“孩子发脾气时怎么办”、“怎么和孩子有效沟通”、“手机使用管理”等。这一结果清晰地表明, 家长的需求高度聚焦于可操作、可落地的具体问题, 而非泛化的教育理念。基于此, 学校确立了“以需求定主题、以主题统内容”的课程建构逻辑, 将三大主题作为课程体系的核心支柱, 并围绕它们进行系统化的目标设定、内容组织与实施设计。

3.3. 主题式课程的目标体系

学校以“幸福家庭”为核心理念, 确立家长学校课程的总体目标: 培养具有科学育儿认知、有效教育能力和积极情感连接能力的家长, 最终打造父母与子女共同成长的幸福成长型家庭。

第一层: 认知更新目标。帮助家长掌握《家庭教育促进法》的核心精神、儿童身心发展的基本规律、不同学段学生的成长特点与关键任务, 建立科学的育儿观与教育期待。该层次对应基石课程。

第二层: 能力转化目标。围绕学业指导、情绪管理、亲子沟通三大主题, 帮助家长学得具体、可操作的教育策略与方法, 并能在真实家庭情境中加以运用。该层次对应支柱课程。

第三层: 情境应用目标。针对家庭教育中的高频棘手问题(如手机管理、作业拖拉、抗挫力培养等), 帮助家长形成快速识别问题、选择策略并灵活应对的能力, 实现教育行为的即时性与情境适配性。该层次对应实践课程。

三个层次目标之间形成“认知→能力→应用”的进阶逻辑, 确保家长的学习过程既有理论根基, 又有实践抓手。

3.4. 主题式课程内容架构

基于上述目标设计,学校建构了“基石课程-支柱课程-实践课程”三位一体课程体系框架(见图 1),并开发了一套覆盖理念、能力、场景三个层级的 30 节课程。

模块	性质与目标	形式	核心内容	
第一模块：公共基础 (政策与理论基石)	必修、普及型。帮助家长准确理解《家庭教育促进法》的核心要义与家庭责任,掌握儿童青少年身心发展的基本规律与特点,确立尊重儿童、依法带娃、科学育儿的核心价值观。	线上(讲座)	《家庭教育促进法》实施背景下如何“依法带娃”	
			《家庭教育促进法》背景下:家庭在“家校衔接”中的责任与角色	
			读懂青春期的“变”与“常”——初高中阶段孩子身心发展规律与应对	
第二模块：主题深化 (主题式系列课程)	系统、连贯型。引导家长系统学习并初步掌握在“学业指导”、“情绪管理”与“亲子沟通”三大核心领域的核心知识与关键技能。能够运用相关策略与方法,分析并尝试解决日常养育中遇到的典型问题。	线下(沙龙、亲子工作坊)	学业指导	第一讲:《习惯养成知多少》
				第二讲:《习惯养成巧沟通》
				第三讲:《习惯养成有妙招》
				第四讲:《习惯养成要碰撞》
			亲子沟通	第一讲:《解码青春期沟通》
				第二讲:《解锁对话力技巧》
				第三讲:《突破沟通瓶颈》
				第一讲:《你好,情绪》
			情绪管理	第二讲:《情绪的“译”术》
				第三讲:《情绪的“表”术》
				第四讲:《家庭能量补给站》
第三模块：专题场景 (热点与情境应对)	选修、时效型。支持家长将通识理念与主题技能,应用于“手机管理”、“学习动力激发”等具体、复杂的真实教育场景。能够根据自身家庭实际情况,选择并尝试运用课程提供的工具与策略,有效应对个性化、情境化的挑战。	线上(微课)	学业指导	《孩子学习动力激发秘籍》
				《孩子作业拖拉克服计策》
				《孩子学习目标制定策略》
				《孩子阅读兴趣激发密匙》
				《孩子成绩分析实用妙招》
			亲子沟通	《早恋迷雾,家长的应对之策》
				《成就时刻,家长的回应之计》
				《挫折面前,家长的鼓励秘籍》
				《沉迷手机,家长的对话艺术》
				《同学矛盾,家长共情引导》
				《亲子矛盾,和谐沟通之道》
			情绪管理	《孩子压力疏导秘籍》
				《孩子失控安抚技术》
				《孩子韧性培养策略》
				《孩子自残困境导航》
				《家长情绪成长指南》

Figure 1. Framework of the thematic parenting course system

图 1. 主题式家长课程体系框架

基石课程：面向全体家长的通识模块，本模块旨在为全校家长奠定统一的知识基础与价值共识，解决“为何做”与“应何为”的问题。共设 3 节必修课程，每节时长约 60 分钟。

《家庭教育促进法》实施背景下如何“依法带娃”：讲解法律对家庭责任、国家支持、社会协同的规定，明确家长的法定责任与权利。

《家庭教育促进法》背景下家庭在“家校衔接”中的责任与角色：澄清“快乐教育等于放任”等常见误区，树立基于证据的育儿观。

读懂青春期的“变”与“常”：分学段介绍儿童认知、情感、社会性发展的典型特征与教育启示。

支柱课程：以三大主题为核心的系统化学习模块，本模块是课程体系的主体部分，围绕调查确定的三大需求主题进行系统化教学设计。每个主题下设 3~4 节课程，共 11 节，每节时长约 90 分钟。课程内容强调“原理 + 策略 + 案例”的结构。

学业指导主题(4 节课程)：良好的学习习惯如何形成；如何与孩子沟通习惯问题；怎样帮助孩子建立良好的习惯；在互动和交流中碰撞出学习习惯制定的秘籍。

情绪管理主题(4 节课程)：何为情绪：情绪的本质及其对人的影响；帮助孩子识别、表达与调节负面情绪的具体方法；家长自身的情绪管理策略；如何稳定家庭系统中的情绪氛围。

亲子沟通主题(3 节课程)：青春期孩子的沟通特点与应对；非暴力沟通：用“我信息”代替“你信息”，减少冲突对抗；亲子冲突发生后的沟通步骤与信任重建。

上述课程内容均配有真实案例、角色扮演脚本与家庭练习任务，强调“学以致用”。

实践课程：以场景为导向的微课资源库，本模块作为主题式课程的灵活补充，将支柱课程中的原理与方法置于具体教育情境中，开发为独立微课(每节 10~15 分钟)。其功能是为家长提供即时可用、情境适配的策略工具箱。

目前已建成涵盖 16 个高频问题的校本化数字资源库，典型微课主题包括：“孩子一写作业就拖拉，怎么办？”“孩子说‘我不想上学了’，该如何回应？”“孩子考试没考好，家长第一句话该说什么？”“孩子沉迷手机游戏，如何制定家庭契约？”“孩子被老师批评后情绪低落，家长如何疏导？”“两个孩子发生冲突，家长该不该介入？”“孩子输不起、抗挫力差，怎么引导？”等。

4. 主题式课程的实施路径

为确保三层课程内容能够有效落地，学校构建了“线上通识讲座 - 线下小班工作坊 - 微课定向推送”三维联动的实施机制。

针对基石课程内容，学校采用线上直播讲座形式，由课题组成员(包括学校心理教师、资深班主任及外聘家庭教育专家)讲授通识内容。每场讲座结束后设置在线问答环节，解答家长的共性疑惑，讲座视频通过各年级班级群统一发布与推送。该路径以较低成本实现全员覆盖，统一认知基线，为后续深度学习奠定共同的知识基础。

针对三大支柱课程，学校采用“主题发布、家长自选、小班授课”的运作模式。每学期初发布课程主题菜单，家长根据自身需求与困惑自愿报名。每期工作坊招募约 30 名有强烈学习意愿的家长，组建固定的学习共同体。工作坊的核心理念是“做中学、练中悟”。这种小班、互动、持续跟进的方式，显著区别于传统的“听讲座、记笔记”模式，家长通过演练“体验”方法、通过练习“内化”方法。

针对实践课程模块，学校建设校本化家庭教育“数字资源库”，将 16 个高频问题的微课按主题分类存储于学校微信公众号平台。班主任通过日常家校沟通(如电话、家访、面谈)了解班级中个别家庭面临的突出问题时，可从资源库中调取相应微课，通过班级群或私信方式进行定向推荐。这种“精准滴灌”式的支持，使课程服务从“学校主导的集中安排”转向“家长主动探索与教师辅助推荐相结合”的个性化模式。每节微课包含“问题情境再现 - 核心策略讲解 - 操作步骤演示 - 常见误区提醒”四个环节，配套教案、PPT 与教学视频。

5. 效果与讨论

经过 2 年的完整实施，学校对课程效果进行了系统评估。

亲子关系显著改善：在课程实施前后，采用《亲子关系量表》(该量表在本研究样本中的内部一致型系数为家长版 0.87、孩子版 0.91)对参与亲子沟通课程工作坊的家长和孩子($N = 15$)进行前后测对比。数据显示，参加亲子工作坊后，家长与子女的亲子关系总分及各维度得分均较前测有显著提升($t_{\text{家长}} = 4.33$, $p < 0.001$; $t_{\text{孩子}} = 7.26$, $p < 0.001$)。这一结果证实，以情绪识别与表达为核心、强调亲子共同参与和情境体验的工作坊，能有效拉近亲子情感距离，提升沟通效率，缓解日常冲突。家庭系统互动视角指出，家长的学习并非孤立的知识获取，而是在一个支持性、结构化的互动场景中，当孩子作为共同参与者时，家长能够在真实互动中即时运用沟通、共情等技巧，并直接观察孩子的反应，从而加速技能的内化与迁移[7]。

家长教育能力明显提升：课程结束后的家长访谈显示，绝大多数家长表示“在面对孩子的情绪爆发时，能比课程前更冷静、更有方法”，家长在课程结束后也表示“成功运用课程中学到的方法解决了一个具体家庭教育问题”。家长教育水平的提升可从社会支持理论的视角加以阐释。该理论认为，个体的适应行为与心理福祉有赖于来自正式与非正式支持网络的资源[8]。在本研究中，家长获得的支持是多层次的：工作坊中固定学习共同体的同伴互助构成横向支持，教师的专业指导构成纵向支持，而微课资源库则提供了“随取随用”的工具性支持。特别是小班工作坊所形成的“学习共同体”，使家长在分享困惑、交流经验的过程中获得了情感认同与集体效能感，这种同伴支持显著降低了家长在尝试新方法时的孤独感与焦虑感。正是这种多源、多层次的社会支持网络，促成了家长从“知道”到“做到”的行为转化。

教师专业素质同步成长：参与课程开发与实施的 12 名教师(包括心理教师、班主任、学校中干等)在家校沟通、课程设计、案例分析、工作坊带领等方面的专业能力得到系统锻炼。其中 3 名教师后续独立开发了新的微课主题，5 名教师在学校德育论坛上分享了家庭教育指导经验，初步形成了一支稳定的家庭教育指导师资队伍。

家长满意度与参与度：课程整体满意度调查显示，95%以上的家长表示“满意”或“非常满意”，主题式课程工作坊报名参与率达 90%以上。本研究以覆盖全校的家长需求调查为起点，将家长最关切的学业指导、情绪管理、亲子沟通三大主题确立为课程体系的核心支柱，使课程内容与家长真实需求之间形成精准映射。这一逻辑起点确保了课程的相关性与家长的参与动机。此外，区别于单一的讲座模式或纯线上学习模式。其中，亲子工作坊的“学习共同体”设计借鉴了团体动力学原理，通过固定成员的持续互动与同伴支持，促进了家长从“被动听讲”到“主动练习”的角色转变。

6. 反思与改进方向

在课程实施过程中，学校也遇到了一些实际困难。

首先，数字化课程资源平台尚未建立。本研究原设想的“线上资源库点单”模式尚未完全实现。后续应着力建设一个简单、易用的校本家长教育线上平台，实现专题微课、学习资源的系统化归档与智能推送，推动服务模式从“教师推荐”转向“家长自主点单”，进一步提升课程服务的精准度与便捷性。

其次，课程效果评估上存在局限。其一，受研究条件和实施周期的限制，亲子关系量表的评估样本仅为参与工作坊的 15 组家庭，样本量较小，且未设置对照组，因果推论的强度受限。未来研究应在条件允许时扩大样本规模，引入对照组，以更严谨地检验课程效果。其二，受追踪周期所限，课程对家庭系统的长期影响未能充分揭示，后续可开展为期半年至一年的追踪研究，深入考察课程效果的维持与深化机制[9]。

最后，细分群体的针对性有待提升。当前课程的分众设计仍可深化。后续可开发面向“父亲参与”、“隔代教养”、“二孩家庭”等特定群体的专题模块或支持小组，使课程体系更具包容性与针对性，更好

回应不同家庭类型的差异化需求^[10]。

基金项目

本文系重庆市教育科学“十四五”规划一般课题“《家庭教育促进法》实施背景下家长学校主题式课程开发与实践研究”(课题批准号: K22YG104419)、重庆市2022年度家校社共育专项一般课题“基于标准的家长课程开发与实施研究”(课题批准号: JXPY22038)的研究成果。

参考文献

- [1] 缪剑峰. 探索中小学家长学校课程的系统多元构建——从《中小学家长学校课程体系建设》项目的实施谈起[J]. 福建教育, 2017(26): 36-39.
- [2] 张笑予, 祁占勇, 穆敏娟. 新时代家长学校治理的价值意蕴与实践逻辑[J]. 当代教育科学, 2021(10): 58-67.
- [3] 郑巍, 张琦, 余梦圆. 家长学校课程一体化的建构与实践探索——以上海市 S 学校为例[J]. 上海教育科研, 2025(12): 72-78.
- [4] 盖玉凤. 意自主 重实效——浅谈幼儿园家长学校的课程开展[J]. 当代家庭教育, 2021(20): 29-30.
- [5] 李妮, 韩笑. 小学生家长成长课程的构建与实践[J]. 江苏教育, 2022(8): 46-49.
- [6] 洪明. 学校家长教育课程建设的基本构想[J]. 中国教育学刊, 2021(3): 14-18.
- [7] 周敏. 亲子互动对儿童发展的影响[J]. 好家长, 2024(43): 82-83.
- [8] 俞国红. 社会支持视角下老年群体跨越“数字鸿沟”的困境与对策研究[J]. 大众标准化, 2022(22): 94-95, 98.
- [9] 毛利丹. 中小学家长学校课堂建设的转型: 家长的视角[J]. 教育测量与评价, 2023(4): 14-28.
- [10] 边玉芳. 家庭教育指导服务体系: 读懂孩子与走出中国式育儿悖论[J]. 探索与争鸣, 2021(5): 19-22.