Interdisciplinary Science Letters 交叉科学快报, 2026, 10(6), 1575-1581
Published Online November 2026 in Hans. https://www.hanspub.org/journal/isl
https://doi.org/10.12677/isl.2026.106183

Hans汉斯

高控制型家庭教育影响大学生学业选择的作用机制及教育支持路径研究

——基于医教协同视角的高校心理育人实践分析

陈　鑫

上海工程技术大学航空运输学院(飞行学院)，上海

收稿日期：2026年10月17日；录用日期：2026年11月12日；发布日期：2026年11月19日

摘　要

家庭教育方式不仅影响学生的情绪适应，也会介入其学业选择与发展决策。本文以高校心理育人实践中的匿名化个案为材料，将“高控制型家庭教育”作为对具体互动方式的描述，结合自我分化理论与自我决定理论，分析家庭压力如何与大学生自主性困境相互作用。研究发现：经济支持中止的可能性、情感否定与单向决策，可能使学生难以表达真实意愿；长期关系压力还可能被学生内化为“内在父亲声音”，伴随内疚、回避和学业功能下降。基于此，文章提出“早期识别－协同评估－自主支持－家庭沟通－持续跟踪”的教育支持路径，并将认知重构、情绪对话、协商式家校沟通与风险转介纳入具体环节。本文旨在为高校学生工作者、心理咨询师和教育管理者处理家庭冲突相关的学业与心理困扰提供可操作的参考；个案材料仅支持情境性的机制解释，不能据此推断一般因果关系。

关键词

高控制型家庭教育，学业选择，医教协同，自我分化，心理育人

A Study on the Mechanisms through Which High-Control Parenting Influences College Students’ Academic Choices and Pathways for Educational Support

—An Analysis of Psychological Education Practices in Higher Education from the Perspective of Medical-Educational Collaboration

Xin Chen

School of Air Transportation (School of Flight), Shanghai University of Engineering Science, Shanghai

文章引用: 陈鑫. 高控制型家庭教育影响大学生学业选择的作用机制及教育支持路径研究[J]. 交叉科学快报, 2026, 10(6): 1575-1581. DOI: 10.12677/isl.2026.106183

Received: October 17, 2026; accepted: November 12, 2026; published: November 19, 2026

Abstract

Family education not only influences students' emotional adjustment but also intervenes in their academic choices and decision-making. Drawing on anonymized case studies from psychological education practices in higher education, this paper uses "high-control family education" to describe specific interactions. By integrating self-differentiation theory and self-determination theory, it analyzes how family pressure interacts with college students' autonomy. The study found that the possibility of economic support being withdrawn, emotional rejection, and one-sided decision-making may make it difficult for students to express their true intentions; relational pressure may also be internalized by students as an "internal father's voice," accompanied by guilt, avoidance, and academic decline. Based on these findings, the paper proposes an educational support pathway of "early identification - collaborative assessment - autonomy support - family communication - follow-up," incorporating cognitive restructuring, emotional dialogue, negotiated home-school communication, and risk referral into specific stages. This paper aims to provide practical guidance for college student affairs staff, psychological counselors, and educational administrators in addressing academic and psychological distress related to family conflicts; the case materials serve only to support contextual explanations of mechanisms and should not be used to infer general causal relationships.

Keywords

Highly Controlling Family Upbringing, Academic Choices, Medical-Educational Collaboration, Self-Differentiation, Psychological Education

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

大学阶段是个体从家庭依附走向自主发展的关键时期。学生需要在专业认同、学业投入、职业想象和家庭期待之间不断协调，其自主选择能力既是个人发展的核心变量，也是高校教育管理与心理育人的重要议题。现实中，一些学生的学业困难并非单纯源于学习能力不足，还与家庭教育方式、亲子协商模式和选择责任分配有关。当家庭以高度介入的方式参与学生的发展决策时，学生可能出现长期犹豫、行动迟滞、情绪低落和学业功能下降等表现。

既有研究使用“心理控制”描述引发内疚、以关爱表达施加条件、贬低自主判断等教养行为，并讨论其与自主性受挫及内化问题的关联[1]-[5]。本文仅在界定文献概念时使用该术语，不据此评价具体父母的人格或动机。从自我决定理论看，持续的外部压力可能使自主需要难以满足；从鲍文家庭系统理论看，自我分化不足的个体可能难以在亲密关系压力下维持清晰立场。当学生在复读、转专业或是否继续就读等节点与家庭意见不同时，家庭意见还可能成为学生自我评价的一部分[6]。

目前相关研究多从家庭教养方式与心理健康的相关关系展开，对高校教育场域中“家庭高强度介入如何转化为学业选择困境”“学校如何在医教协同框架下支持学生恢复自主性”等问题讨论仍显不足。本文尝试将学生发展决策置于家庭教育、学校支持和医学评估共同作用的系统中加以分析，旨在提炼高控制型

家庭互动影响学业选择的可能机制，并提出可供高校学生工作和心理育人实践参考的教育支持路径。

2. 研究设计

2.1. 研究问题

本文围绕三个问题展开：第一，高控制型家庭互动通过何种方式影响大学生的学业选择；第二，学生在重大选择中表现出的无力感、回避行为和学业功能下降，如何与家庭压力的内化过程相关联；第三，高校在医教协同背景下可以通过哪些教育支持环节帮助学生恢复自主决策能力。

2.2. 资料来源与伦理处理

研究资料来源于高校心理育人实践中的匿名化工作记录，包括学生访谈记录、辅导员日常观察记录、心理测评结果、家校沟通记录以及校外医学评估反馈[7]。材料涉及的学生信息已进行去标识化处理，文中仅保留与教育研究问题直接相关的事实线索。研究分析坚持不标签化、不病理化和最小必要呈现原则，重点讨论家庭教育方式与学校支持机制，而非呈现个人隐私细节。

2.3. 分析框架

本文采用“家庭高控制互动–自主需要受挫–学业选择困境–教育支持修复”的分析框架。家庭高控制互动主要指经济支持、情感评价和关系期待被用于影响子女选择的具体过程；自主需要受挫表现为学生难以确认自身意愿，并以他人评价替代自我判断[8]；学业选择困境表现为持续迟疑、缺课、低投入和回避；教育支持修复则指学校、家庭和医疗资源在各自专业边界内协同，为学生提供风险评估、关系支持、价值澄清和责任承担的条件。该框架用于组织个案解释，并非预设各环节必然构成单向因果链。

2.4. 理论基础与中国文化情境

自我分化是鲍文家庭系统理论的核心概念，强调个体在亲密关系及情绪压力下既能维持联结，又能区分自己的想法、感受与立场[9]。它并非要求学生与家庭疏离，也不以是否顺从家人为高低标准。本案中，学生能够说出复读愿望，却难以在预期的亲子分歧中保持表达，因而可从关系压力下的自我边界来理解；这一解释仍需与一般性的经济依赖和情绪症状区分。

自我决定理论区分自主、胜任与关系三种基本心理需要，并区分由外部奖惩、内疚或羞愧推动的受控调节，与出于认同或兴趣的自主调节[10]。在本案中，经济支持条件涉及现实约束，担忧失去认可则涉及关系需要；两者可能共同影响学生对入学方案的认同。理论应用不能把家庭支持等同于无限放任，而应考察家人是否解释理由、倾听学生意见、共同讨论可承担的后果。

中国文化情境中的亲子联结、孝道期待与家庭资源共同承担，使“自主”与“关系维系”并非必然对立。相关中国学生研究提示，父母自主支持、家庭控制行为及孝道观念与学业动机的关联需要结合具体关系情境分析[11]。因此，本文以“高控制型家庭互动”描述可观察的沟通与决策方式；“专制型教养”“心理控制”仅在对应文献时作为既有学术术语使用，不用于给某一家庭作整体性价值判断。

2.5. 实践情境

典型材料显示，学生在高考失利后曾明确表达复读意愿，但其家庭中的主要决策者以经济支持中止等方式否定该选择，并要求其按既定安排入学。进入大学后，学生长期处于“继续就读并不甘心、重新选择又不敢承担冲突”的矛盾状态，出现迟到、缺课、课堂昏睡、课外长期卧床、周末回避回家等表现。心理测评提示其抑郁、焦虑水平处于中度范围，校外医学评估排除重性精神障碍后，学校形成辅导员日常关注、心理辅导员专业支持、医学资源评估建议、家庭沟通配合的协同工作框架。

3. 研究发现

3.1. 高控制型家庭互动压缩学生的真实选择空间

材料显示，家庭重大事项主要由父亲决定，母亲较少参与公开协商，学生也缺少平等表达意见的机会。这种相对单向的决策方式，与学生对复读意愿虽明确却难以付诸行动的表现同时出现。尤其在家庭提出可能中止经济支持时，学生不得不把学业兴趣、亲子关系和现实生活资源放在同一选择中权衡。依照自我决定理论，这一情境可能使自主需要与安全感同时受到牵动；但个案材料尚不足以判断家庭成员的全部动机，也不能将学生后续学业困难全部归因于家庭互动。

学生能够表达“不甘心”“想重新证明自己”等个人愿望，却在行动中反复等待父亲认可；预判家庭反对时，又倾向于压抑意愿、拖延决定。这里可观察到的并非简单的“缺乏主见”，而是外部支持条件与关系期待共同影响选择的过程。自我决定理论区分自主选择与受压力驱动的行为调节：即便学生最终按家庭方案入学，若其理由主要是避免内疚或关系紧张，仍可能缺乏对该选择的认同。这一解释与其入学后的低投入相吻合，但还需在后续访谈中排查专业兴趣、学习能力等其他因素。

3.2. 外部控制向内部控制转化，形成“内在父亲声音”

材料中值得关注的现象，是学生逐渐意识到阻碍其选择的不只是现实中的父亲，还有长期互动中形成的“内在父亲声音”。学生反复预判“父亲一定不会同意”“我不能自己决定”，并担忧表达不同意见会失去父亲的关爱或支持。这里的“内在父亲声音”是学生对自我批评性想法的经验性比喻，并非临床意义上的幻听，也不能据此推定父亲实际会中断关系。即使现实中出现协商空间，这类预期仍可能使学生先行否定自己的选择，并产生无力感和自责感。

从自我决定理论看，“内在父亲声音”与内摄调节相近：外部要求被部分吸收，但行动仍主要受内疚、羞愧或维系认可的压力推动。从自我分化理论看，它又提示学生在关系紧张时难以同时保持情感联结与独立判断。两种理论的关注点不同：前者解释行为动机的内化质量，后者解释关系压力下的自我边界。“内在父亲声音”可作为连接两者的个案分析概念，但其存在与强度仍需通过学生叙述、行为变化和多次访谈加以检验，不能被当作独立诊断。现有研究关于情绪调节困难和完美主义的发现[3]-[5]，也提示应考虑替代或并行机制。

3.3. 学业困扰具有情绪、行为与关系三重表现

从教育研究视角看，该类学业困扰不宜被简单归因为学习态度问题。材料中的学生仍表达升学愿望，却同时出现缺课、课堂低唤醒、生活节律紊乱和社交退缩，并报告委屈、愤怒、焦虑与疲惫。这些线索与自主需要受挫、关系压力下立场难以维持的理论解释相互呼应；但情绪症状、专业适配和校园适应亦可能独立影响学业功能，需结合专业评估持续辨别。学校应将这些行为视为进一步了解处境的信号，而非直接推断其家庭成因。

因此，高校识别此类学生时，应避免只依据缺勤、成绩或课堂状态作纪律化判断。更有效的做法，是追问行为背后的发展任务：学生是否正处于重大选择节点，是否长期缺少家庭协商空间，是否把父母评价内化为自我否定，是否因关系压力而无法承担选择后果。只有把学业行为放回学生发展系统中理解，学校支持才可能从管理性干预转向发展性支持。

3.4. 医教协同提供了恢复自主性的外部支架

医教协同的价值首先体现在边界划定。医学评估帮助学校判断学生当前情绪困扰的风险水平，排除需要优先处理的重性障碍，并为睡眠、躯体症状等问题提供专业建议。学校由此获得较清晰的工作边界：

既不把学生问题简单医学化，也不在风险未明时贸然推动家庭冲突升级。

其次，学校支持为学生提供了不同于原有家庭互动的沟通体验。辅导员持续关注其日常状态，心理辅导员在专业会谈中引导学生区分“父亲的意见”“自己预想的父亲评价”和“自己的需要”，以检验“内在父亲声音”是否确实影响具体决定。若学生能够说出不同意见、比较现实后果并尝试小范围表达，可作为自主性逐步恢复的过程指标。家校沟通的目的不是代替学生说服家长，而是在征得学生同意并评估风险后，为其与家庭成员开展较安全的协商创造条件。

4. 教育支持路径

4.1. 从学业异常中识别家庭教育影响

高校辅导员和任课教师发现迟到、缺课、低投入和生活节律异常时，可将学生近期的重大学业选择及家庭沟通情况纳入初步了解。访谈中可使用开放式问题，如“你最希望的选择是什么”“你担心向家人表达后会发生什么”“有哪些现实条件需要一起考虑”，并留意“我不能”“不敢”“他一定不同意”等反复出现的说法。这些语言只提示有必要进一步了解，不宜单独作为家庭互动问题的判断依据；如伴随明显情绪风险，应按校内流程转介专业人员。

4.2. 建立分层协同的工作流程

对情绪困扰明显、伴随躯体不适或睡眠问题的学生，学校应及时启动分层协同：辅导员负责日常联系和课堂信息整合；心理辅导员负责专业评估、情绪支持与自主性工作；校外医疗资源负责必要的风险评估和医学建议；家庭在学生知情同意及安全评估基础上参与沟通。各方只共享完成支持所需的最少信息，并约定联系人、转介条件与复盘时间。若出现自伤风险或功能明显恶化，应优先启动危机处置和医疗转介。

4.3. 以价值澄清促进自主决策能力

针对前文呈现的“内在父亲声音”及灾难化预期，自主支持不能只停留在一般性的价值澄清。心理辅导员可在专业评估和学生同意的前提下，运用认知重构：记录“表达不同意见就会失去支持”等自动化想法，分别核对支持与反对证据，形成更符合事实的替代解释，再从低风险的小决定开始练习表达。对适宜的学生，可在专业会谈中尝试空椅子技术，让“预想中的父亲评价”与“自己的需要”分别得到表达，帮助其识别情绪、澄清边界；该技术不等于鼓动现实中的亲子对抗。教育者还应与学生制作学业方案表，逐项比较继续就读、转专业或其他路径的时间、费用、制度条件与责任，避免把某一种结果预设为唯一正确答案。

4.4. 家校沟通应从控制转向协商

结合本案中“复读意愿明确、担忧经济支持变化、入学后适应困难”的线索，家校沟通可分三步开展。首先，单独与学生确认其希望传达的内容、不能披露的隐私及会谈目标，并评估沟通是否可能加重冲突；其次，征得同意后向家长反馈可观察的在校状态，询问其对费用、时间和风险的具体担忧，避免给家长贴标签；最后，邀请双方围绕“事实–担忧–可选方案–各自承担的责任”逐项协商。例如，可比较继续就读并设置一个评估期、申请转专业或按规定规划其他路径的条件，由学生先陈述理由，家长再说明可提供的支持范围。学校可帮助核对政策和资源，并记录后续复谈安排，不代替任何一方作决定。

4.5. 建立后续跟踪与发展支持

学生作出选择后，学校支持仍需持续。若学生继续就读，可围绕课程出勤、学习节律、专业认同和

情绪状态设置阶段性目标；若学生选择转换发展路径，则需提供程序指导、心理状态跟踪和资源链接。辅导员与心理辅导员可约定短期复访及必要的后续评估，观察学生是否能更清楚地陈述自己的理由、与家人协商现实条件并稳定执行计划。若症状加重或风险升高，应及时调整支持强度并转介医疗资源。

4.6. 实践挑战与应对策略

上述路径在实践中可能面临三类困难。其一，家长担忧学校干预家庭事务，或将学生的不同意见理解为拒绝承担责任；学校宜从共同关心的学习状态与现实条件切入，先确认各方关切，再逐步推进协商。其二，学生可能既希望获得支持又担心谈话内容被转告家人；工作人员应事先说明保密边界，未经同意不披露访谈细节，但遇到明确安全风险时按规范启动必要处置。其三，辅导员、心理中心与医疗资源的职责和时间安排可能不一致；学校可指定协调人，使用最小必要的信息共享和书面转介记录，定期复盘学生状态与方案执行情况。

对路径效果的判断也不宜只看是否留校或是否与家长达成一致。可同时观察学生的出勤与生活节律、情绪风险、自主表达能力、对方案后果的理解以及亲子沟通的安全程度。如果家庭沟通导致症状加重，应暂停推进、重新评估风险，并优先保证专业支持与学生安全。

5. 讨论

本文将学业选择困境放在家庭互动、学生动机与高校支持系统的交汇处理解。个案中，家庭对复读方案的不同意见、经济支持条件和学生对关系变化的担忧，与其后续学业适应困难同时出现。自我决定理论有助于解释其为何虽按既定方案入学却缺少投入，自我分化理论则有助于解释其为何在有表达意愿时仍难以坚持立场。两种解释与案例材料相互支持，但不能排除专业匹配、情绪症状及其他生活事件的影响。

医教协同并不是把教育问题医学化，而是在风险评估、情绪支持和发展指导之间建立更稳妥的工作结构。医学资源提供风险识别和症状处理的专业边界，学校教育资源则承担学生发展、关系沟通和自主能力培育的任务。两者结合，能够避免两种偏差：一种是把所有情绪困扰都视为思想态度问题，另一种是把学生发展选择完全交给医学诊断解释。

本文的现实意义在于回应高校中值得重视的一类困境：学生在家庭期待与个人发展之间承受压力，进而出现学业自主性不足、情绪困扰或决策停滞。对高校学生工作者而言，文章提供了从学业异常识别关系压力、再转介专业支持的线索；对心理咨询师而言，提供了将“内在父亲声音”转化为可讨论、可检验的想法的干预思路；对教育管理者而言，提示需建立辅导员、心理中心、校外医疗资源与家庭之间有边界的协同流程。面对因家庭冲突而出现的学业与心理问题，这一路径可作为分层干预的实践参考，其效果仍有待后续评估。

需要说明的是，本文基于匿名化典型材料进行机制分析，结论主要用于解释相似教育情境和提炼实践路径，不能替代大样本实证研究。材料主要来自学校工作视角，缺少家庭成员的完整叙述，也难以区分家庭互动、情绪症状与学业表现的先后作用。后续研究可采用多案例比较、追踪访谈与多方资料互证，检验高控制型家庭互动、自主需要满足、自我分化水平及学业选择质量之间的关系，并评估教育支持路径的适用条件。

6. 结论

高控制型家庭互动影响大学生学业选择的一个可能机制，是外部要求逐渐进入学生的自我评价，使其在关系安全、现实资源与个人愿望之间难以作出自主且可承担的决定。高校教育支持应从单纯处理学业行为转向理解学生的发展处境，通过专业评估、自主支持、审慎的家校沟通和持续跟踪，帮助学生澄

清需要、比较方案并承担选择责任。本文提出的机制与路径来自典型实践材料，有助于提升高校心理育人与学生发展指导的针对性，但仍需在更多情境中检验。

参考文献

[1] 赵悦月, 崔天宇. 大学生自我分化与亲密恐惧的关系[J]. 中国心理学前沿, 2025, 7(5): 15-16.

[2] Hunter, H., Baumgardner, M., Kelner, W.C., Mullins, Z., Sullivan, J., Glovak, S.N., *et al*. (2025) An Examination of Maternal Parenting Profiles and Concurrent Effects on College Student Symptoms of Anxiety and Depression. *Journal of Child and Family Studies*, **34**, 824-838. https://doi.org/10.1007/s10826-025-03023-0

[3] Wei, S.Q., Teo, T., Malpique, A. and Lausen, A. (2022) Parental Autonomy Support, Parental Psychological Control and Chinese University Students' Behavior Regulation: The Mediating Role of Basic Psychological Needs. *Frontiers in Psychology*, **12**, Article 735570. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.735570

[4] Chen, K., Awan, A.U.R. and Chen, T. (2025) Parental Psychological Control and Depression in University Students: The Chain Mediating Role of Self-Compassion and Emotion Regulation Difficulties. *Behavioral Sciences*, **15**, Article 1726. https://doi.org/10.3390/bs15121726

[5] Wu, R.H., Lan, J.J. and Yu, W. (2026) Parental Psychological Control, Socially Prescribed Perfectionism, Depression, and Suicidal Ideation among University Students: A Chain Mediation Model. *BMC Psychology*, **14**, Article No. 165. https://doi.org/10.1186/s40359-025-03868-6

[6] 寇彧, 孙道凯. 父母心理控制对青少年成长适应的影响机制及干预策略[J]. 基础教育参考, 2026(2): 3-15.

[7] Yan, C.S., Qian, M. and Sun, T. (2026) Parental Rearing Styles and Academic Self-Handicapping among Chinese University Students: The Mediating Role of Academic Self-Efficacy. *Acta Psychologica*, **262**, Article ID: 105997. https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2025.105997

[8] 杜晓琳, 董慧中, 樊晓阳, 吴明霞. 团体辅导提高大学生自我分化水平的有效性研究[J]. 内蒙古师范大学学报(教育科学版), 2011, 24(7): 66-69.

[9] Bowen, M. (1978) Family Therapy in Clinical Practice. Jason Aronson.

[10] Ryan, R.M. and Deci, E.L. (2000) Self-Determination Theory and the Facilitation of Intrinsic Motivation, Social Development, and Well-Being. *American Psychologist*, **55**, 68-78. https://doi.org/10.1037/0003-066x.55.1.68

[11] Guo, M., Wang, L., Day, J. and Chen, Y. (2021) The Relations of Parental Autonomy Support, Parental Control, and Filial Piety to Chinese Adolescents' Academic Autonomous Motivation: A Mediation Model. *Frontiers in Psychology*, **12**, Article 724675. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.724675