

# 家庭教育与儿童心理健康研究

刘畅

沧州市运河区利民小学

**[摘要]**作为一名有经验的班主任而言,学校不算是孩子人生路上的第一所学校,而家庭才是名副其实的第一所学校,这所学校办得好坏直接关系到孩子身心能否健康发展。家庭教育方式、思想行为、意识习惯、情感态度等对孩子个性的导向作用是十分明显的。良好的家庭教育环境既为儿童社会性发展奠定基础,也对儿童心理健康的发展和稳定产生重要的影响。从某种意义上说,孩子将来走什么路,做什么人,能否成为社会有用之才,都与其所受的家庭教育息息相关。

**[关键词]**家庭教育; 儿童心理健康; 教育方法

**[DOI]** 10.12252/j.issn.2096-627X.2020.02.1725

随着我国社会的急剧变化,生活节奏的不断加快,家庭结构、养育方式也随之改变。独生子女在我国儿童中的比例逐年增加,独特的家庭教育环境,客观上给独生子女带来了一系列的影响,不同程度地增加了儿童成长过程中的紧张因素,导致儿童的心理问题较以前明显增多。

有人说,孩子是一块神奇的土地,种上思想的种子,就会获得行为的收获;播种上行为的种子,就会获得习惯的收获;播种上习惯的种子,就会获得品德的收获;播种上品德的种子,就会获得前途和为人的收获。怎样教育孩子,让孩子健康快乐地成长是每一位父母和老师所关心的问题。

我们的周围有许多这样的学生:他们有的性格懦弱、孤僻,缺乏进取心,意志薄弱,没有自制力,胆小怕事,沉默寡言,做事没有信心,心理欠缺,怀疑同学看不起他;有的专门找别人的缺点,讥笑别人,从不思考自己的短处;有的凡事都关。下面我根据自己多年从教的经验,来谈谈家庭教育对学生的影响。

## 一、家庭影响儿童心理健康的因素

### (一) 家庭生活氛围

和谐的家庭氛围有利于形成最佳的亲子关系,并促进儿童的心理健康发展。一个健康的家庭,需要用爱来营造。爱的教育是父母对孩子进行的最有效的教育。爱孩子是父母的天性,儿童最需要的心理营养素就是“爱”。作为父母,需努力给孩子营造爱的氛围。家庭成员之间互相尊重爱护、以礼相待,为人处世通情达理,家庭氛围安定和睦、融洽温暖、民主平等、愉快快乐,这样才能给孩子留下和谐完整的印象,给孩子以信任感、安全感和幸福感。

促进儿童的心理健康发展,还要多与孩子沟通,做孩子的知心朋友。父母要把孩子作为平等的人,而不是把孩子看作是一个“缩小了的成人”(捷克教育家夸美纽斯语),尊重孩子的爱好,关心孩子的兴趣、能力和志趣,和孩子一起游戏一起学习,共享经验和成果,增进父母和孩子之间的感情和相互了解。在教育过程中采取有效的“赏识教育”和“挫折教育”模式,让孩子在父母的鼓励与引导下,勇于探索追求,体验成功,增强自信。良好的家庭氛围,可使孩子形成活泼好奇、开朗大方、诚实谦逊的品格。

### (二) 父母的教养态度和教育方式

父母是孩子的第一任老师,是孩子学习的榜样,父母的教养态度和教育方法是直接地影响孩子的行为和心理,儿童

良好的行为习惯固然是父母教育的结果,但儿童个性的缺陷不良的行为习惯也是父母所造成的。

良好的家庭心理环境应该为幼儿营造爱的氛围,其核心是对幼儿人格的尊重与友爱。爱是儿童的基本心理需要,也是造就儿童健全人格的关键因素,然而,对孩子的尊重不等于放纵,关爱更不等于溺爱,这两者之间的关系如何权衡取决于父母的教育方式及对子女的教养态度。现在许多家长都热衷于替孩子们做他们能做的事,实际上这样会使孩子失去实践的机会。例:妈妈对明明说:“儿子,你是妈妈唯一的宝贝,是我的一切,妈妈愿意为你做最大的牺牲。”结果,明明4岁了,妈妈还是整天喂他吃饭,给他穿衣穿鞋。明明上幼儿园了,他却这也不会做,那也不愿学,而妈妈还是一如既往地替他做事,渐渐地会使明明感到自己不如别人,他将面临一个陌生的世界,而逃避应负的责任,使他缺乏责任心和自信心。那么,父母怎么样的教育方式和教养态度才能有助于形成儿童的健康心理呢?日本性格心理学家诧摩武俊的研究证明:专制型家长要求孩子必须一切听从家长,用权力和强制性的训练使孩子听命,信奉“棒头底下出孝子”“不打不成器”,其实,长期在父母的高压政策下的孩子易形成幼稚、依赖、神经质的心理,他们的独立性和自主性较差,有些幼儿可能变得更加依赖无助,有些则可能变得更加反抗、暴烈。溺爱型家庭中父母对孩子的爱缺乏理智和分寸,过度包容孩子的行为和要求,致使孩子易形成任性、幼稚、反抗、神经质等心理特征。

1. 放任型家庭中父母往往认为“树大自然直”,对孩子漠不关心,放任自流,养成孩子冷酷、攻击、情绪不安等心理,但这些孩子的创造力和社会性发展较好。严厉型家庭中家长对孩子寄予过高的期望,认为必须全力以赴保证孩子的学业,为此无视儿童的独立性与自主性,设置许多清规戒律,并过多和过早地对孩子施行正规学业教育。清华大学四年级学生刘海洋数次将火碱、硫酸倒向北京动物园饲养的狗熊身上和嘴里,致使5只国家珍稀保护动物——狗熊遭到不同程度的严重伤害。作为一名名牌大学的“高材生”,又受过良好的高等教育,他的行为能用“好奇”来简单解释吗?其实,在刘海洋仅两个月大时,其父母就离异了,刘海洋由母亲抚养成人,在这个单亲家庭中,母亲过于注重儿子的学业,盼望儿子早日成才,而忽视了儿子的心理需求,长期不

平衡的心理需求形成了刘海洋的不健康心理，刘海洋对狗熊的伤害行为，恰恰表明他缺乏同情心，冷酷，没有社会责任感，缺乏应有的公德和法律意识。父母不恰当的教养态度导致的后果是多么不堪设想啊！

2. 在民主型家庭中，家长平等地对待、尊重孩子，家长与孩子能相互交流各自的看法，对孩子不成熟的行为进行限制，并坚持正确的观点，使平等尊重与适当限制相结合，有利于儿童独立性、自信心与能动性的养成，具有直爽、亲切、爱社交、能与人合作、讲友谊、爱探索等特点。因此，父母要爱孩子，理解孩子，并用合理、科学的教养方式和教养态度来对待孩子。民主权威型的教养态度是比较可取的教养态度，父母只有充分尊重孩子，从孩子的生理、心理特点，个性差异出发，因材施教，这样才有可能达到你所期望的教育效果，有利于儿童身心健康发展。

### （三）家庭结构的变化

家庭结构变化表现在单亲家庭不断出现，家庭结构的稳定性正在动摇，再婚率不断上升，伴随而来的是家庭的解体与重构。家庭结构的变化，父母的离异，首当其冲使儿童的心理受到伤害，家庭的破裂使儿童赖以生存的家庭乐园一下子被破坏，家庭给予儿童内心的安全感和归属感一下子消失伴随而来的却是失去父或母，甚至失去双亲的痛苦，孩子成了父母的争夺对象，出气筒，或父母倾诉的对象或仲裁者，有时却又成了双亲遗弃的物品，这些都给孩子心灵以极大的创伤，使孩子容易形成变态心理和怪僻性格，也很容易走上犯罪道路，他们爱亲生父母，很难与继父母相处，因此，他们或结伙离家出走，或宁可流落街头也不回家，甚至打架、偷、抢，以发泄内心的情绪。这都严重阻碍着孩子健康心理的发展。有人曾对1095名儿童的家庭结构与其心理健康的关系进行调查，结果发现：生活在不完整家庭中（双亲一方或双方由于死亡、离婚等原因而造成的一方或双方不在的家庭）的孩子，有心理健康问题者占13.8%，而完整家庭中有问题的孩子只占0.2%，充分说明健全完整的家庭结构对儿童的心理健康发展有着良好的作用。而父母离异，家庭破裂，使儿童赖以生存的家庭乐园一下子被破坏。破裂的家庭结构使父母无力教育自己的孩子，给儿童带来了过分紧张的生活气氛和感情冲突。家庭缺乏温暖和关怀，致使他们失去了生活目标，容易形成变态心理和怪僻性格，如多疑、孤僻、冷漠、心神不宁或神经质、心理变态及反社会行为。

### （四）父母自身的素质

父母自身素质包括文化素质和心理状态。父母是孩子的第一任教师，也是终身教师。父母的思想作风、待人接物、赏罚褒贬等方面都会给孩子留下深刻的印痕，并潜移默化地影响着儿童的心理成熟和健康发展。很多研究成果都表明父母的文化素质与子女的心理健康有较大关系。一般说来，若父母的文化素质高，教育水平相对较高，他们用自己的知识和强烈的求知欲去影响和教育子女，培养他们顽强的进取精

神，同时在学习上也给予较好的指导。相反，文化素质较低的家长管教水平也相对低，他们中一部分人受到“金钱万能”论的影响，在外不择手段地赚钱，在家用钱刺激孩子学习。更有甚者，不仅自己不学习，而且不关心子女的学习，甚至只顾自己的娱乐而影响孩子的学习。就心理素质而言，父母对孩子影响最大的是行为和与之密切相关的心理状态，而不是言辞说教，因为儿童生活在一种与父母心理神奇的融洽、感应和参与的状态之中。他们对父母内心的重大变化经常有迅速的反应，父母的心理障碍也会毫无例外地投射到孩子的心灵上。孩子在心理上甚至生理上的某些病态，往往可以在其父母的精神状态中找到原因。

## 二、良好家庭教育环境的创设

家庭成员相互尊重、理解、信任和关心是治家、教子的基本条件。家庭和谐的关键是居于核心地位的父母双方。因此，有责任感的家长为了家庭的幸福和子女成才，有必要认真研究家庭教育环境与儿童心理健康的知识，创设良好的家庭教育环境以促进幼儿的心理健康。

### （一）民主的家庭作风

作为父母要尊重儿童的独立人格，作风民主、和蔼可亲，这对幼儿身心的健康成长将产生极为有利而深刻的影响。在家庭生活中，父母对子女既是长辈，也是教师和朋友，切忌把社会角色带进家门；要学会理解和尊重子女，站在子女的角度，才能发现他们的内心世界。千万不能按家长自己的主观意志随心所欲、拔苗助长；家庭内出现矛盾和分歧时，切忌急躁、粗暴，尽可能热心肠、冷处理，把复杂的问题简单化。

### （二）务实的家庭行为

儿童对于一种家庭教育环境的心理承受能力表现在他对家庭成员（主要是父母）形象的适应和接受，父母在家庭生活中扮演的角色最直接地影响着儿童的心理健康。因而父母时刻要意识到身旁有一双天真无瑕的眼睛在瞅着自己，在生活和工作中处处以身作则，凡要求孩子做到的，自己首先做到，多示范，少说教。

### （三）乐观的家庭行为

父母乐观、镇定、愉快的情趣对孩子可以产生巨大的感染力，父母应自觉克制来自各方面的烦恼、伤感和忧郁，控制自己的不良性格，以乐观向上的精神风貌让孩子感到家庭是温馨安全的。另外，家庭中的物质环境和心理气氛也应充分考虑其教育的影响。目前有些家长对家庭陈设、衣着服饰、吃喝娱乐等十分注重，对孩子的身心健康却漠然处之，这是万万不可的，任何一位家长都不应低估这种“潜移默化”的巨大力量。

## 参考文献：

[1] 石苒. 家庭教育与儿童心理健康 [J]. 速读 (上旬), 2018, (2): 18.