

积极心理学对现代家庭教育目标启示与路径重构

贺百悦

(上海市格致中学, 上海 200001)

摘要: 家庭教育作为个体成长发展的基础性教育场域, 其目标设定与实践路径直接关乎儿童的身心健康与全面发展, 在整个教育体系中占据着不可替代的地位。积极心理学以聚焦个体优势、培育积极情绪为核心要义, 为破解现代家庭教育发展困境提供了科学的理论支撑与实践指引, 对优化家庭教育目标、重构教育路径具有重要的现实意义。基于此, 文章立足积极心理学的核心理念, 系统剖析了现代家庭教育目标的现实发展状况, 深入阐释了积极心理学融入家庭教育的实践价值, 重点探究了积极心理学对家庭教育目标优化的启示方向, 最终构建了契合儿童成长需求的家庭教育实践路径, 旨在为推动家庭教育高质量发展、培育健全人格的个体提供有益参考。

关键词: 积极心理学; 家庭教育; 启示

中图分类号: G78

文献标识码: A

文章编号: 3006-001X (2025) 04-0011-10

DOI: 10.62022/FETR.issn3006-001X.2025.04.002

The Inspiration and Path Reconstruction of Modern Family Education Goals from Positive Psychology

Baiyue He

(Shanghai Gezhi High School, Shanghai 200001)

Abstract: As a fundamental educational field for individual growth and development, family education's goal setting and practical path are directly related to children's physical and mental health and comprehensive development, and occupy an irreplaceable position in the entire education system. Positive psychology focuses on individual strengths and cultivates positive emotions, providing scientific theoretical support and practical guidance for solving the development dilemma of modern family education. It has important practical significance for optimizing family education goals and reconstructing education paths. Based on this, the article is based on the core concept of positive psychology, systematically analyzes the current development status of modern family education goals, deeply elaborates on the practical value of integrating positive psychology into family education, focuses on exploring the inspiration direction of positive psychology for optimizing family education goals, and ultimately constructs a family education practice path that meets the needs of children's growth, aiming to provide useful references for promoting the high-quality development of family education and cultivating individuals with sound personalities.

Keywords: positive psychology; family education; revelation

随着社会发展水平的不断提升, 家庭教育在个体成长过程中的作用愈发凸显, 现代家庭教育的目标定位与实践路径也面临着新的发展要求。家庭教育作为儿童成长的基础性教育场域, 其目标设定直接关系到儿童的身心发展质量、人格完善程度以及终身发展潜力。积极心理学以聚焦个体优势发掘、幸福感培养、积极情绪构建为核心, 为现代家庭教育目标的优化升级与路径的科学重构提供了全新的理论视角与实践框架。将积极心理学理念系统融入现代家庭教育实践, 能够为家庭教育注入新的活力, 推动家庭教育从传统模式向更加科学、完善的方向发展, 最终实现儿童全面、健康、幸福成长的教育目标。

一、积极心理学的核心理念

(一) 聚焦个体优势与幸福感的培养

积极心理学将研究重心放在个体积极品质与优势潜能的发掘与培养上, 认为每个个体都具备独特的优势特质与发展潜能, 心理学研究的核心任务之一便是帮助个体识别、发挥自身优势, 实现自我价值提升。积极心理学主张, 个体的发展不仅仅是克服心理障碍、弥补缺陷, 更重要的是通过优势的发挥获得持续的幸福感和成就感。幸福感的培养是积极心理学的核心目标之一, 积极心理学认为幸福感并非单一的情绪体验, 而是由积极情绪、投入、人际关系、意义与成就等多维度要素构成的综合心理状态, 这些要素

作者简介: 贺百悦, 硕士, 一级教师, 研究方向为积极心理学应用与家庭教育实践。

相互作用、相互促进,共同支撑个体的幸福体验。在个体成长过程中,优势的发掘与发挥能够为幸福感的提升提供坚实基础,个体通过将自身优势应用于日常学习、生活与社交活动中,能够获得更多的积极体验,增强自我认同感与归属感,进而提升整体幸福水平。积极心理学强调,无论是在教育实践还是日常生活中,都应注重引导个体关注自身优势,通过针对性的培养与训练,让个体在发挥优势的过程中实现自我成长与幸福感提升。

在具体实践层面,积极心理学主张采用多元化的优势发掘方法,充分关注个体的独特性与差异性,避免采用统一的评价标准衡量所有个体。不同个体在性格特质、兴趣爱好、能力禀赋等方面存在显著差异,其优势潜能的表现形式也各不相同。有的个体可能具备较强的逻辑思维优势,有的个体则在语言表达、艺术创作、人际交往等方面展现出突出特质。积极心理学强调,教育者与家长应具备敏锐的观察能力,通过日常观察、实践活动参与、多元化评价等方式,精准识别个体的优势领域,为个体优势的培养提供针对性的支持与引导。同时,积极心理学认为幸福感的培养是一个持续的过程,需要个体在日常学习与生活中不断积累积极体验,通过设定合理的目标、实现阶段性成就、构建良好的人际关系等方式,逐步提升自身的幸福感知能力。

(二) 强调积极情绪与心理韧性的构建

积极情绪的培育是积极心理学的重要核心理念之一,积极心理学认为积极情绪能够对个体的认知、行为与身心发展产生深远的积极影响。积极情绪包括愉悦、快乐、满足、感恩、希望等多种情绪状态,这些情绪能够拓宽个体的认知视野,提升个体的思维灵活性与创造力,增强个体的人际交往能力,同时还能够对个体的身心健康产生积极的保护作用。积极情绪的积累能够帮助个体构建起强大的心理资源,让个体在面对生活中的各种挑战与压力时,具备更强的适应能力与调节能力。积极心理学强调,积极情绪并非与生俱来的固定特质,而是可以通过后天的培养与训练逐步提升的,个体可以通过主动参与愉悦的活动、建立积极的人际关系、培养感恩之心等方式,主动培育自身的积极情绪。

心理韧性作为个体应对逆境、压力与挫折的重要心理品质,也是积极心理学重点关注的核心内容之一。积极心理学认为,心理韧性是个体在面对困难与挑战时,能够保持心理平衡、主动调整心态、积极寻求解决方案并实现自我成长的能力。心理韧性并非少数人具备的特殊品质,而是每个个体都具备的潜在能力,通过科学的培养与训练,

个体的心理韧性能够得到显著提升。积极心理学主张,心理韧性的培养需要注重个体积极品质的塑造,如乐观的心态、坚定的信念、良好的情绪调节能力、较强的人际交往能力等,这些积极品质能够为心理韧性的构建提供重要支撑。在实践过程中,应注重引导个体正确认识挫折与困难,将其视为成长与进步的契机,而非无法克服的障碍,通过逐步积累应对困难的经验,提升自身的心理韧性水平。同时,积极的社会支持系统,如家庭、学校、同伴等提供的支持与帮助,也能够为个体心理韧性的培养提供重要保障。

二、现代家庭教育目标的现实困境

(一) 侧重学业成绩的单一化倾向

当前,现代家庭教育目标设定存在过度关注学业成绩的单一化倾向,影响了目标的全面性与科学性。在多种社会因素影响下,部分家长将学业成绩作为衡量儿童发展的主要标准,投入较多家庭资源与精力用于学业辅导和成绩提升,相对忽视了儿童在品德修养、兴趣爱好、身心健康、社会交往等其他领域的发展需求。这种单一化导向使得家庭教育功能有所窄化,难以充分发挥其在促进儿童全面发展中的基础作用。

在这种单一化目标导向下,儿童的学习压力有所增加,部分儿童可能出现学习倦怠、情绪焦虑等情况,对身心健康成长产生不利影响。不少家长为帮助儿童在学业竞争中取得较好表现,从幼儿阶段便安排较多学科辅导课程与学习任务,压缩了儿童自由玩耍、探索兴趣、发展个性的时间与空间。这一做法在一定程度上违背了儿童身心发展规律,还可能降低儿童的学习兴趣,影响内在学习动机的培养。同时,单一化的学业导向可能导致儿童综合素质发展不均衡,部分学业优异的儿童在品德修养、人际交往、情绪调节、实践能力等方面存在不足,难以适配未来社会对人才综合素质的要求。此外,过度关注学业成绩还可能让家庭氛围变得紧张,家长与儿童的互动多围绕学业展开,缺乏情感层面的深度沟通,不利于和谐亲子关系的建立。

(二) 对心理需求与情感支持的关注不足

现代家庭教育目标在实践过程中,还存在忽视儿童心理需求与情感支持的问题,使得家庭教育对儿童心理健康发展的支撑作用未能充分发挥。部分家长在家庭教育中,更注重满足儿童的物质需求和提升学业成绩,对儿童的心理状态、情绪变化与情感需求关注不足,未能及时提供必要的情感支持与心理疏导。儿童成长过程中,难免会遇到学习压力带来的焦虑、人际交往中的矛盾、自我认知的困

感等心理与情绪问题，这些都需要家长的关注与合理引导。

忽视儿童心理需求与情感支持的家庭教育模式，可能导致儿童的心理问题无法及时得到解决，进而影响其心理健康发展与人格完善。部分长期缺乏情感支持与心理疏导的儿童，可能出现情绪调节能力较弱、自我认同感不足、人际交往困难等情况，严重时还可能产生更明显的心理困扰。同时，缺乏情感支持的家庭环境，难以让儿童充分感受到温暖与关爱，不利于其安全感与归属感的培养，而这两者是儿童身心健康成长的重要基础，对终身发展具有重要支撑作用。此外，这一问题还会影响亲子关系的和谐，家长与儿童之间缺乏有效情感沟通，会拉大彼此的心理距离，让家长难以准确把握儿童的内心想法与发展需求，进而降低家庭教育的针对性与有效性。

三、积极心理学融入家庭教育的实践价值

（一）有助于儿童心理健康与人格完善

积极心理学融入家庭教育实践，能够为儿童心理健康发展与人格完善提供科学的支持与引导，具有重要的实践价值。积极心理学聚焦个体积极情绪的培养与心理韧性的构建，能够帮助家长树立科学的心理健康教育理念，引导家长更加关注儿童的心理状态与情绪需求，及时为儿童提供必要的情感支持与心理疏导。在积极心理学理念的指导下，家长能够学会采用科学的方法培育儿童的积极情绪，帮助儿童建立起有效的情绪调节机制，让儿童能够更好地应对成长过程中出现的各种情绪问题。同时，积极心理学强调个体优势的发掘与培养，能够引导家长关注儿童的独特性与差异性，精准识别儿童的优势潜能，为儿童优势的发展提供针对性的支持。通过优势的培养与发挥，儿童能够获得更多的积极体验，增强自我认同感与自信心，进而促进人格的完善。积极心理学还注重心理韧性的培养，能够帮助家长引导儿童正确认识挫折与困难，培养儿童乐观的心态与坚定的信念，让儿童在面对挑战时具备更强的适应能力与应对能力。这些积极品质的培养，能够为儿童的心理健康发展奠定坚实基础，促进儿童形成健全的人格，为儿童的终身发展提供重要保障。

（二）有助于家庭关系和谐与代际沟通

积极心理学的融入能够有效促进家庭关系的和谐发展，提升代际沟通的质量与效果。积极心理学强调积极人际关系的构建，认为良好的人际关系是个体幸福体验的重要组成部分。在家庭教育实践中，积极心理学理念能够引导家长树立平等、尊重的亲子沟通理念，注重与儿童之间

的情感交流与互动。家长能够学会采用积极的沟通策略，如积极倾听、真诚赞美、共情理解等，与儿童建立起相互信任、相互尊重的亲子关系。在积极心理学理念的指导下，家庭互动模式会更加注重情感联结的构建，家长与儿童之间的互动不再仅仅围绕学业成绩展开，而是会拓展到日常生活的各个领域，如共同参与兴趣活动、分享生活感悟、探讨成长困惑等。这些积极的互动能够增强亲子之间的情感联结，让儿童感受到家庭的温暖与关爱，同时也能够让家长更好地了解儿童的内心想法与发展需求。良好的代际沟通能够有效减少亲子之间的矛盾与冲突，促进家庭氛围的和谐融洽。和谐的家庭氛围又能够为儿童的成长提供良好的环境支持，进一步提升家庭教育的效果，形成家庭教育的良性循环。

（三）有助于社会教育生态的良性发展

积极心理学融入家庭教育实践，不仅能够提升家庭教育的质量，还能够对社会教育生态的良性发展产生积极的推动作用。家庭教育作为教育生态系统的重要组成部分，其发展质量直接影响着整个教育生态系统的平衡与完善。积极心理学理念指导下的家庭教育，能够培养出更多具备积极品质、健全人格、较强适应能力的儿童，这些儿童能够更好地适应学校教育与社会生活，为社会教育生态的优化提供重要的个体基础。同时，积极心理学融入家庭教育的实践过程，能够推动家长教育理念的更新与教育能力的提升。家长作为家庭教育的核心实施者，其教育理念与教育能力的提升能够带动家庭教育整体水平的提高。随着越来越多的家庭采用积极心理学理念开展家庭教育，会逐渐形成重视儿童全面发展、关注儿童心理健康、注重亲子和谐互动的良好社会氛围。这种良好的社会氛围能够对学校教育与社会教育产生积极的影响，推动学校教育与社会教育进一步关注个体的积极品质培养与幸福感提升，促进教育生态系统各组成部分之间的协同发展，最终实现社会教育生态的良性循环与可持续发展。

四、积极心理学对家庭教育目标的启示

（一）从“问题矫正”到“优势发展”的目标转向

1.挖掘儿童内在潜能与独特性：积极心理学的核心要义之一在于坚信每个个体都蕴藏着独特的内在潜能与优势特质，这一核心理念为家庭教育目标的优化提供了方向性指引，启示家庭教育需实现从“问题矫正”到“优势发展”的根本性转向，将深度挖掘儿童内在潜能与独特性作为家庭教育的核心目标之一。积极心理学视角下，家长应牢固

树立“每个儿童都有优势，每个儿童都能成才”的科学教育理念，将更多精力投入到儿童优势的发掘与培养中。具体而言，家长应具备敏锐的观察意识与耐心，通过学习中的表现观察、兴趣活动中的参与状态、家庭生活中的行为细节以及多元化的实践探索活动等多种途径，精准识别儿童在性格禀赋、能力特长、兴趣爱好等方面的独特潜能。不同儿童的潜能表现形式存在显著差异，有的儿童可能在逻辑推理、数学运算等理性思维领域展现出突出潜能，面对复杂的数理问题能够快速找到解题思路；有的儿童则可能在语言表达、文学创作等语言领域具备优势，能够流畅地组织语言、生动地表达想法；还有的儿童可能在艺术创作、动手实践、人际交往等领域拥有独特天赋，在绘画、手工、团队协作中表现出超出同龄人的能力。家长必须充分尊重儿童的这种独特性，坚决避免采用统一的评价标准与发展模式要求所有儿童，而是要根据儿童的潜能特点与发展需求，为儿童量身定制针对性的发展支持方案，比如为具备艺术天赋的儿童提供专业的艺术启蒙资源，为擅长逻辑思维的儿童创造参与科创活动的机会，让儿童在充分发挥自身潜能的过程中不断获得成就感，实现自我成长与价值提升，逐步形成自信、阳光的心理状态。

2.培养自主性与创造性思维：积极心理学明确指出，自主性与创造性思维是个体不可或缺积极品质，这两种品质能够为个体的终身发展提供持续的动力，对个体适应社会发展、实现自我突破具有不可替代的重要意义。这一理念深刻启示家庭教育目标应将培养儿童的自主性与创造性思维置于重要位置，通过科学的教育引导，助力儿童形成独立、自主的人格与创新型思维模式。积极心理学视角下，家长应主动为儿童预留足够的自主空间与选择机会，让儿童在自主决策、自主实践、自主探索的过程中逐步提升自主能力。例如，在儿童的学习计划制定环节，家长可以引导儿童结合自身的学习情况与兴趣爱好，自主规划每日的学习任务与时间分配，家长仅作为引导者提供必要的建议；在兴趣活动选择方面，家长应尊重儿童的自主意愿，让儿童自主选择喜欢的兴趣班或活动项目，而不是盲目跟风为儿童报各类补习班；在日常生活安排中，鼓励儿童自主完成整理房间、规划零花钱等事务，培养儿童的自我管理与自我规划能力。同时，创造性思维的培养需要宽松、自由的思维环境作为支撑，家长应注重为儿童营造开放、包容的家庭氛围，鼓励儿童大胆想象、勇于突破常规，不局限于既定的答案与思维模式。在日常学习与生活中，家长可以通过提出开放性问题的方式引导儿童多角度思考，比如

面对一道数学题，鼓励儿童探索多种解题方法；在阅读故事后，引导儿童思考不同的故事结局。此外，家长还应积极支持儿童的创新尝试，即使儿童的尝试没有达到预期效果，也应给予充分的肯定与鼓励，帮助儿童分析问题所在，保护儿童的创新热情，让儿童在不断探索与尝试中激发创造性思维潜能，学会用创新的方式解决学习与生活中遇到的各类问题，逐步提升自身的创新能力。

（二）从“结果导向”到“过程赋能”的价值重构

1.重视积极体验与成长型思维：积极心理学研究表明，积极体验是个体幸福感提升与自我成长的重要基础，个体在成长过程中积累的每一次积极体验，都能成为推动其持续发展的心理动力；而成长型思维则能够帮助个体正确认识自身能力的发展性，更好地应对成长过程中的各类挑战，实现自我突破与提升。这一重要研究结论启示家庭教育目标应实现从“结果导向”到“过程赋能”的价值重构，将重视儿童的积极体验积累与成长型思维培养作为家庭教育的核心目标之一。积极心理学视角下，家长应将教育重心从关注结果转向赋能过程，更加注重儿童在学习与成长过程中的积极体验。例如，在儿童完成学习任务的过程中，家长应密切关注儿童的努力付出、方法探索与进步变化，即使儿童最终的任务完成效果未达预期，只要儿童在过程中付出了努力、取得了微小的进步，就应给予充分的肯定与鼓励，让儿童在过程中感受到自身的价值，获得成就感与满足感；在儿童参与实践活动时，家长应关注儿童在活动中的参与状态、团队协作表现与能力提升，引导儿童感受实践过程中的乐趣与收获，而非仅仅关注活动的最终成果。同时，家长应将成长型思维的培养贯穿于家庭教育的全过程，通过日常的沟通与引导，帮助儿童正确认识自身能力的发展性，让儿童明白能力并非一成不变的固定特质，而是可以通过后天的努力不断提升的。当儿童遭遇挫折与困难时，家长应引导儿童将其视为成长与进步的契机，而非无法跨越的失败，帮助儿童分析挫折背后的原因，总结经验教训，鼓励儿童以积极的心态面对挑战、勇于克服困难，逐步培养儿童积极面对挑战、坚韧不拔的心理品质。

2.构建支持性家庭互动模式：积极心理学高度重视积极人际关系对个体发展的重要作用，认为良好的人际关系能够为个体的心理健康发展提供重要保障，是个体获得幸福感的重要来源。在家庭教育场景中，亲子关系作为儿童接触到的第一种人际关系，其质量直接影响儿童的身心发展。这一理念启示家庭教育目标应注重构建支持性的家庭互动模式，通过积极、健康的亲子互动，为儿童的成长提供温

暖、安全的环境支持。积极心理学视角下，家长应采用平等、尊重、包容的互动方式与儿童进行沟通与交流。在家庭互动过程中，家长应主动放下权威姿态，认真倾听儿童的内心想法与情感需求，不随意否定儿童的观点，不强迫儿童按照自己的意愿行事，给予儿童充分的理解与支持；同时，家长应主动与儿童分享自己的生活感悟、工作经历与情绪状态，促进亲子之间的情感共鸣，让儿童感受到家长的真诚与亲近。此外，家长还可以通过组织多样化的家庭集体活动，如家庭旅行、亲子游戏、共同烹饪等，或者安排共同完成家庭任务，如打扫卫生、整理庭院等，增强家庭成员之间的互动与协作，让儿童在参与活动的过程中感受到家庭的温暖与凝聚力。通过构建支持性的家庭互动模式，能够营造出和谐、温馨的家庭氛围，让儿童在充满爱的环境中获得情感滋养，逐步增强自身的安全感与归属感，同时也能提升儿童的人际交往能力，为其未来的社会适应奠定坚实基础。

（三）从“被动适应”到“主动成长”的动机激发

1.培养内在动机与自我驱动力：积极心理学认为，内在动机是个体主动成长的核心动力，相较于外部奖励或压力等外部动机，内在动机能够更持久、更有效地推动个体自觉地追求自我提升与发展，实现终身成长。这一理念为家庭教育目标的优化提供了重要指引，启示家庭教育应实现从“被动适应”到“主动成长”的转向，将培养儿童的内在动机与自我驱动力作为重要目标。积极心理学视角下，家长应摒弃这种依赖外部驱动的教育方式，注重激发儿童的内在学习兴趣与成长意愿，让儿童从内心深处产生学习与成长的动力。具体而言，家长应深入了解儿童的兴趣爱好与发展需求，根据儿童的兴趣特点为其提供丰富的学习资源与实践机会，让儿童在兴趣的驱动下主动参与学习与探索。例如，若儿童对自然科学感兴趣，家长可以为其购买相关的科普书籍、带其参观科技馆、鼓励其参与科学实验活动等，让儿童在探索自然奥秘的过程中感受学习的乐趣；若儿童对文学创作感兴趣，家长可以引导其阅读经典文学作品、参与写作社团、鼓励其进行文学创作等，让儿童在文字表达中获得成就感。同时，家长应注重引导儿童认识到学习与成长的深层意义与价值，帮助儿童建立起与自身发展紧密相关的学习目标，让儿童明白学习不仅仅是为了获得优异的成绩，更是为了提升自身的能力、实现自我价值、丰富生活体验、提升生活质量，从而从根本上激发儿童的自我驱动力，推动儿童主动规划成长路径、积极参与学习与实践，实现自主、持续的成长。

2.鼓励儿童设定个性化发展目标：积极心理学强调个体的独特性与差异性，认为每个个体都有其独特的发展节奏、潜能特点与发展需求，不存在放之四海而皆准的发展模式。这一理念启示家庭教育目标应充分尊重儿童的个体差异，鼓励儿童设定个性化的发展目标，让目标成为推动儿童主动成长的有效指引。积极心理学视角下，家长应引导儿童根据自身的兴趣爱好、能力水平、发展需求与成长节奏，制定符合自身实际的个性化发展目标。在目标设定过程中，家长不应直接替儿童做决定，而是作为引导者与支持者，为儿童提供必要的指导与建议。例如，家长可以帮助儿童梳理自身的优势与不足，引导儿童思考自己的成长愿景，将长远的成长愿景分解为具体、可行、可衡量的短期小目标，让儿童在逐步实现小目标的过程中不断获得成就感，进一步增强主动成长的动力。同时，家长应充分尊重儿童的目标选择，理解儿童的发展节奏，鼓励儿童根据自身的成长变化与实际情况，及时调整发展目标，让个性化发展目标始终与自身发展相适配，持续为儿童的主动成长提供清晰的指引。例如，若儿童在实现某个小目标的过程中发现自身兴趣发生了变化，或者目标设定超出了自身能力范围，家长应引导儿童理性分析，支持儿童对目标进行合理调整，确保目标始终能够激发儿童的成长动力。

（四）从“孤立培养”到“生态化教育”的视野拓展

1.关注家庭、学校、社会的协同影响：积极心理学认为，个体的发展并非孤立的过程，而是在家庭、学校、社会等多元环境的协同作用下实现的，多元环境之间的良性互动与有机融合，能够为个体的成长提供全方位的支持。这一理念启示家庭教育目标应实现从“孤立培养”到“生态化教育”的视野拓展，充分关注家庭、学校、社会三者的协同影响，构建一体化的教育生态系统。积极心理学视角下，家长应树立生态化的教育理念，主动加强与学校的沟通与合作。家长应定期与学校老师保持联系，及时了解儿童在学校的学习状态、人际交往情况与能力发展水平，积极配合学校开展各类教育教学活动，主动参与学校组织的家长课堂、亲子活动等，与学校共同探讨适合儿童的教育方案，形成家校教育合力。同时，家长应充分认识到社会教育对儿童发展的重要价值，注重引导儿童正确认识社会环境，为儿童提供更多接触社会、了解社会的机会。例如，鼓励儿童参与社区志愿服务、参观各类社会场馆、参与社会公益活动等，让儿童在社会实践中了解社会规则、提升社会适应能力、增强社会认知。通过构建家庭、学校、社会协同联动的教育生态系统，能够为儿童的成长营造良好的环

境氛围,整合各类教育资源,为儿童的全面、健康发展提供全方位的支持。

2.培养儿童的社会责任感与利他行为:积极心理学认为,社会责任感与利他行为是个体积极品质的重要组成部分,具备强烈社会责任感与良好利他行为的个体,能够更好地融入社会、与他人和谐相处,同时也能在帮助他人、贡献社会的过程中获得更高层次的幸福感与成就感,这对个体的社会适应与终身发展具有重要意义。这一理念启示家庭教育目标应注重培养儿童的社会责任感与利他行为,让儿童成为具备良好社会素养、能够为社会发展贡献力量的个体。在家庭教育实践中,家长应充分发挥言传身教的重要作用,在日常生活中主动向儿童传递关爱他人、帮助他人、奉献社会的价值观。例如,家长在日常相处中主动关心邻里、帮助有需要的人,在参与公益活动时带上儿童,让儿童在潜移默化中受到影响,逐步形成关爱他人、奉献社会的意识。同时,家长应根据儿童的年龄特点与能力水平,鼓励儿童参与力所能及的公益活动与志愿服务活动,如为贫困地区儿童捐赠书籍、参与社区环境整治活动、帮助老人解决生活中的小困难等。在儿童参与这些活动的过程中,家长应引导儿童关注活动带来的积极影响,让儿童亲身体验帮助他人、贡献社会带来的成就感与满足感,进一步强化儿童的社会责任感与利他意识。此外,家长还可以通过讲述身边的好人好事、阅读相关的故事书籍等方式,为儿童树立榜样,引导儿童学习榜样的行为,逐步将社会责任感与利他意识内化为自身的行为准则,在日常生活中主动践行关爱他人、帮助他人的行为,成长为适应社会发展需求、具备良好社会素养的个体。

五、积极心理学视角下家庭教育路径的重构

(一) 家庭氛围的积极营造

1.建立基于信任与尊重的亲子关系:积极心理学认为,安全、包容的人际环境是个体积极品质培育的重要前提,而基于信任与尊重的亲子关系正是营造积极家庭氛围的核心基础,更是积极心理学理念在家庭教育实践中落地生根的关键载体。因此,家长首先需要完成教养观念的根本性转变,真正将儿童视为具有独立人格、独特思想的个体,从内心深处尊重儿童的人格尊严、想法观点与自主选择。在日常相处过程中,家长应主动放下权威姿态,与儿童建立平等的沟通互动关系,在儿童表达内心诉求时,做到专注倾听、耐心回应,不随意打断儿童的话语,不轻易否定儿童的想法,更不强迫儿童按照家长的意愿行事。当儿童

出现错误或不当行为时,家长需摒弃指责、批评、打骂等负面应对方式,以理解、包容的心态与儿童开展沟通,先耐心倾听儿童的解释,了解行为背后的原因与初衷,再结合具体情况帮助儿童分析问题本质,引导儿童主动认识到自身行为的不当之处,并自主探索改正错误的方法。同时,家长应注重自身言行的一致性,严格遵守对儿童的每一个承诺,做到言出必行、行出必果,让儿童在长期的相处中感受到家长的真诚与可靠,逐步建立起对家长的充分信任。这种基于信任与尊重的亲子关系,能够让儿童在家庭中获得足够的安全感与自由感,敢于表达真实想法、勇于尝试新的事物,为积极家庭氛围的营造奠定坚实、稳固的基础。

2.通过积极反馈强化正向行为:积极反馈作为积极心理学中强化个体正向行为的核心方法,是激活儿童内在成长动力、营造积极家庭氛围的有效手段,其核心逻辑与积极心理学中积极情绪培养、优势发展的核心理念高度契合。儿童在成长过程中,对自身行为的认知与判断尚未完全成熟,家长的反馈方式直接影响儿童的自我认知与行为导向。因此,家长应树立“正向关注”的意识,主动关注儿童的日常行为表现,敏锐捕捉儿童的正向行为,这些正向行为既包括学习领域的认真完成作业、主动探索新知识、勇于攻克学习难题等,也包括生活领域的主动帮助他人、自觉整理个人物品、勇于承认错误、积极参与家庭劳动等。在给予积极反馈时,家长需注重反馈的具体性与真诚性,避免使用“你真棒”“你真厉害”等空泛的表扬话语,而是聚焦儿童行为的过程与努力付出,进行精准反馈。例如,当儿童认真完成一幅绘画作品时,家长可以具体指出:“你在绘画过程中非常专注,不仅认真搭配了色彩,让画面变得很和谐,还加入了自己独特的创意,把小兔子画得特别生动,能看出你在这幅作品上付出了很多心思”,这种具体的反馈能够让儿童清晰地认识到自身哪些行为是值得肯定的,增强儿童的自我认同感与自信心。同时,积极反馈需要保持持续性与及时性,在儿童做出正向行为后及时给予肯定,能够让儿童快速将行为与积极体验建立关联,从而引导儿童继续保持并强化正向行为,逐步形成良好的行为习惯。长期坚持下去,家庭中会逐渐形成“正向互动—积极反馈—行为强化”的良性循环,让家庭氛围更加积极向上、充满正能量。

3.创造充满情感支持与安全感的家庭环境:积极心理学强调,个体的身心健康发展离不开充满情感支持的环境滋养,而充满情感支持与安全感的家庭环境,是儿童积极心理品质培育的重要土壤,更是积极家庭氛围营造的核心内

容，能够为儿童的身心健康成长提供全方位的保障。情感支持并非简单的物质满足，而是家长对儿童情感需求的精准回应与主动呵护。在日常家庭生活中，家长应主动向儿童传递关爱与温暖，通过拥抱、鼓励的话语、高质量的陪伴等多种方式，让儿童清晰地感受到家庭的关爱。例如，在儿童放学回家后，主动询问儿童的校园生活与情绪状态；在儿童取得小成就时，与儿童共同分享喜悦；在儿童遇到挫折时，给予及时的安慰与鼓励。当儿童面临学习压力、人际交往矛盾、自我认知困惑等问题而出现情绪低落时，家长应成为儿童最坚实的情感后盾，耐心倾听儿童的烦恼与焦虑，给予儿童充分的理解与共情，帮助儿童梳理情绪、缓解心理压力，让儿童明确知道“家庭永远是自己可以依靠的港湾”。同时，家庭的稳定与和谐是儿童安全感建立的重要保障，家长应主动维护家庭关系的和谐，减少家庭冲突与矛盾的发生。若家庭中不可避免地出现矛盾，家长应采用理性、平和的方式沟通解决，避免在儿童面前发生激烈的争吵、指责，更不能将矛盾的矛头指向儿童，防止儿童因家庭冲突产生恐惧、焦虑等负面情绪，影响安全感的建立。这种充满情感支持与安全感的家庭环境，能够让儿童在成长过程中始终保持自信、乐观的心态，敢于面对成长道路上的各种挑战与困难。

（二）教育方式的适应性调整

1.以鼓励替代批评的沟通策略：积极心理学认为，个体的成长动力源于积极的心理体验，而以鼓励替代批评的沟通策略，正是积极心理学理念在家庭教育沟通场景中的具体应用，能够有效化解亲子沟通中的矛盾冲突，提升亲子沟通的质量与效率，为家庭教育的顺利推进扫清障碍。因此，家长需要主动学习并运用鼓励式的沟通策略与儿童开展交流。在具体实践中，当儿童在学习或生活中出现问题时，家长应遵循“先理解、再引导”的原则，首先放下自身的负面情绪，耐心了解问题的具体情况，站在儿童的角度换位思考，理解儿童行为背后的原因与难处，让儿童感受到被尊重、被理解。随后，以鼓励的方式引导儿童认识问题、解决问题。例如，当儿童考试成绩不理想时，家长不应指责儿童“你怎么这么笨，又考这么差”，而是应该先肯定儿童的努力：“我知道你这次考试之前付出了很多努力，每天都认真复习到很晚，这种勤奋的态度值得肯定”，再引导儿童分析问题：“虽然这次成绩不太理想，但我们可以一起看看试卷，分析一下哪些题目是因为知识点没掌握，哪些是因为粗心大意，找到问题所在就能针对性地改进”，最后给予信心与鼓励：“只要我们找到改进的方法，

坚持努力，下次一定能取得进步”。这种鼓励式的沟通方式，能够有效缓解儿童的心理压力，减少抵触情绪，让儿童主动打开心扉，参与到问题解决的过程中，同时也能让儿童在沟通中感受到家长的支持与关爱，增强亲子间的情感联结。

2.引导儿童设定合理目标并管理情绪：积极心理学强调，个体的持续成长需要明确的目标指引与良好的情绪调节能力，引导儿童设定合理目标并管理情绪，是积极心理学视角下家庭教育方式适应性调整的重要内容，能够帮助儿童提升自我管理能力，促进身心全面发展。在目标设定方面，家长应摒弃“盲目攀比”“过高期待”的错误倾向，结合儿童的年龄特点、能力水平、兴趣爱好等实际情况，引导儿童设定具体、可行、可衡量的合理目标。若目标设定过高，容易让儿童因无法实现而产生挫败感；若目标设定过低，则难以激发儿童的成长动力。因此，家长可以引导儿童采用“分层设定”的方法，将长远的成长目标分解为多个具体的短期小目标，让儿童在逐步实现小目标的过程中不断获得成就感，积累成长动力，进而增强实现长远目标的信心。例如，若儿童的长远目标是提升数学成绩，家长可以引导儿童将其分解为“每周掌握1个数学知识点”“每天完成5道数学练习题”等短期小目标。在情绪管理方面，家长应认识到情绪管理能力是儿童核心素养的重要组成部分，主动承担起引导责任。首先，引导儿童认识不同的情绪类型，如开心、生气、悲伤、焦虑等，帮助儿童学会识别自身的情绪状态；其次，通过日常沟通、案例分析等方式，与儿童共同探讨不同情绪产生的原因，让儿童明白情绪产生的合理性；最后，向儿童分享科学的情绪调节方法，如深呼吸放松法、积极的心理暗示法、向他人倾诉法、通过运动释放情绪等，并引导儿童在实际生活中灵活运用。当儿童出现不良情绪时，家长应及时介入，引导儿童采用科学的方式调节情绪，避免情绪失控带来的不良影响。通过合理目标设定与情绪管理能力的培养，儿童能够更好地规划自身成长路径，从容应对学习与生活中的各种挑战。

3.通过“优势清单”帮助儿童认识自我：积极心理学的核心要义之一是发掘并发挥个体的优势特质，而通过“优势清单”帮助儿童认识自我，正是这一核心理念在家庭教育实践中的具体落地方式，能够帮助儿童精准识别自身优势，增强自我认同感与自信心，为优势的进一步发展奠定基础。因此，家长应转变关注焦点，主动引导儿童发现自身的优势。具体而言，家长可以与儿童共同参与“优势清

单”的制作过程,通过日常观察、回忆具体事例、征求老师或同伴的意见等多种途径,全面梳理儿童在性格、能力、兴趣、行为等多个领域的优势特质。例如,儿童在性格方面可能具备“乐于助人”“乐观开朗”“认真负责”等优势,在能力方面可能具备“善于思考”“动手能力强”“语言表达流畅”等优势,在行为方面可能具备“主动帮助他人”“自觉遵守规则”“勇于尝试新事物”等优势。在梳理过程中,家长应引导儿童回忆具体的事例,让儿童清晰地感知到自身优势的具体表现,例如,当梳理出“乐于助人”这一优势时,可以让儿童回忆“某天帮助同学解决了学习难题”“主动帮邻居奶奶拿东西”等具体事例,并将优势特质与具体事例一同记录在“优势清单”中。同时,家长应引导儿童定期回顾“优势清单”,在每周或每月的固定时间,与儿童一同翻阅清单,重温优势相关的具体事例,让儿童不断强化对自身优势的认知。当儿童面临学习困难、人际交往挫折或自我怀疑时,家长可以提醒儿童查看“优势清单”,让儿童从自身优势中汲取力量,增强克服困难的信心。通过“优势清单”的制作与持续回顾,儿童能够更加清晰、全面地认识自我,接纳自我,主动发挥自身优势,实现个性化成长。

(三) 亲子互动模式的创新设计

1.开展合作式活动增强情感联结:积极心理学认为,积极的人际互动是个体幸福感提升的重要来源,而开展合作式亲子活动,正是创新亲子互动模式、增强亲子情感联结的有效方式,其核心逻辑与积极心理学中积极人际关系构建的理念高度契合。因此,家长需要主动创新亲子互动模式,策划并参与各类合作式亲子活动,让亲子互动更加生动、有趣、有温度。合作式亲子活动的形式可以多样化,既可以是共同完成手工制作、一起烹饪美食、合作搭建模型等创意类活动,也可以是参与跑步、打球、骑行等体育锻炼类活动,还可以是共同打扫家庭卫生、整理庭院、规划家庭旅行等家庭事务类活动。在合作式活动开展过程中,家长应注重与儿童的分工协作,根据儿童的年龄与能力水平分配合适的任务,让儿童充分参与到活动中,例如,在共同烹饪美食时,可以让儿童负责食材清洗、简单切割等力所能及的任务。在活动过程中,家长与儿童需要相互配合、相互支持,共同解决活动中遇到的问题,如手工制作时零件拼接不上、烹饪时火候掌握不好等,在共同解决问题的过程中,加深对彼此能力与性格的了解。活动结束后,家长应与儿童共同回顾活动过程,分享活动中的收获与感悟,例如,一起讨论“这次活动中遇到了哪些困难,我们

是如何解决的”“通过这次活动,我发现你在XX方面很有能力”等,进一步增强亲子之间的情感共鸣。这种合作式的亲子活动,能够让家长与儿童在轻松愉快的氛围中增进交流、加深感情,有效提升亲子情感联结的紧密程度。

2.利用“积极日记”记录成长点滴:“积极日记”作为积极心理学中积累积极体验的经典方法,是创新亲子互动模式、培养儿童积极品质的重要途径,能够引导儿童关注生活中的积极面,积累积极心理体验,同时也能为亲子沟通提供丰富的素材。儿童的成长过程中充满了各种微小的进步与积极的瞬间,但这些瞬间往往容易被忽视。因此,家长可以引导儿童养成写“积极日记”的习惯,明确“积极日记”的记录方向,鼓励儿童每天记录生活中的积极事件、自身的进步变化、感受到的关爱与支持以及内心的愉悦感受等。例如,儿童可以记录“今天在课堂上主动回答问题,得到了老师的表扬,我很开心”“今天学会了系鞋带,这是我的新进步”“妈妈今天陪我看了我喜欢的动画片,我感受到了妈妈的爱”等。为了提升儿童的参与积极性,家长可以根据儿童的年龄特点调整记录形式,对于年龄较小、尚未具备独立书写能力的儿童,可以采用“口述+家长记录”的方式;对于具备书写能力的儿童,可以鼓励其自主书写,也可以搭配简单的图画。同时,家长应主动参与到“积极日记”的互动中,定期抽出固定时间与儿童一起回顾“积极日记”,与儿童交流日记中的内容,例如,询问儿童“记录这件开心的事情时,你心里是什么感觉呀”“这个进步是你努力得来的,你觉得自己哪里做得好”,通过交流进一步强化儿童的积极体验。此外,家长也可以参与到“积极日记”的记录中,将自己观察到的儿童的进步与优点记录下来,与儿童分享,让儿童感受到家长对自己的关注与肯定。通过“积极日记”的记录与回顾,儿童能够逐渐养成关注积极面的思维习惯,积累更多的积极体验,增强幸福感与自信心,同时也能让家长更全面地了解儿童的内心世界,促进亲子之间的深度沟通与交流。

3.定期家庭会议促进平等对话:定期家庭会议作为一种结构化的亲子互动形式,是创新亲子互动模式、促进家庭成员平等对话的有效方式,能够为家庭成员提供一个公开、透明的沟通平台,增强家庭成员之间的理解与信任。因此,家长可以与儿童共同约定定期召开家庭会议,明确会议的时间、频率与主要内容,例如,约定每周日晚上召开家庭会议,每次会议时长控制在30分钟~60分钟,会议内容可以包括近期家庭生活的总结与分享、家庭事务的讨论与安排、家庭成员之间的意见与建议、遇到的问题与解决方案

的探讨等。在家庭会议召开过程中,家长应主动营造平等、尊重、包容的沟通氛围,明确“每个家庭成员都有发言的权利,每个意见都值得被尊重”的原则。在发言顺序上,可以采用轮流发言的方式,让儿童优先表达自己的想法与观点,家长在倾听儿童发言时,要做到专注认真、不随意打断、不轻易否定,对于儿童提出的合理意见与建议,应积极采纳并落实,让儿童感受到自己在家庭中的重要性话语权。例如,在讨论家庭旅行计划时,可以让儿童主动提出想去的目的地与旅行方式,家长结合实际情况与儿童共同商议,最终确定合理的旅行计划。通过定期家庭会议,家庭成员之间能够实现有效的平等对话,及时解决家庭中存在的问题,化解潜在的矛盾冲突,增强家庭成员之间的理解与信任,营造和谐、融洽的家庭氛围。

(四) 家长角色的重新定位与能力提升

1.从“权威者”转向“支持者”与“引导者”:积极心理学强调,个体的成长需要自主探索与外部支持的有机结合,家长角色的重新定位是积极心理学视角下家庭教育路径重构的重要内容,家长只有从“权威者”角色转向“支持者”与“引导者”角色,才能更好地适配新时代家庭教育的发展需求,提升家庭教育的针对性与有效性。因此,家长首先需要完成角色认知的转变,明确“支持者”与“引导者”的核心职责。作为“支持者”,家长应在儿童的成长过程中提供全方位的支持保障,既包括学习资源、物质条件等物质层面的支持,也包括情感关怀、心理疏导等精神层面的支持。当儿童在学习中遇到困难时,及时为儿童提供必要的学习资料与辅导帮助;当儿童在生活中遭遇挫折时,给予儿童充分的情感安慰与心理支持,让儿童感受到坚实的后盾力量。作为“引导者”,家长应摒弃“包办代替”的错误做法,尊重儿童的自主探索权,通过科学的引导方式,帮助儿童树立正确的价值观、人生观与世界观。在儿童面临成长选择时,家长不应直接替儿童做决定,而是为儿童提供必要的信息参考与建议,帮助儿童分析不同选择的利弊得失,引导儿童结合自身实际做出符合自身发展需求的选择。例如,在儿童选择兴趣班时,家长可以为儿童介绍不同兴趣班的特点与发展前景,引导儿童根据自己的兴趣爱好做出选择。通过这种角色的重新定位,家长能够更好地尊重儿童的成长规律,激发儿童的内在成长动力,提升家庭教育的实际效果。

2.学习积极倾听与共情技术:积极倾听与共情能力是家长与儿童建立情感联结、实现有效沟通的核心能力,也是家长角色转变后必须具备的关键能力,学习并掌握积极倾

听与共情技术,能够帮助家长更好地走进儿童的内心世界,精准把握儿童的发展需求,为家庭教育提供更具针对性的支持。积极心理学认为,有效的倾听不仅是“听到”话语本身,更是“听懂”话语背后的情感与需求。因此,家长在学习积极倾听技术时,需要掌握三个核心要点:一是专注投入,在与儿童沟通时,放下手中的事务,保持眼神交流,通过点头、微笑等肢体语言向儿童传递关注;二是耐心倾听,不随意打断儿童的发言,给予儿童充分的表达时间;三是及时回应,在儿童发言结束后,通过复述、提问等方式确认自己对儿童话语的理解,例如,“我听到你说今天在学校和同学闹矛盾了,心里很不开心,对吗”。共情技术则要求家长能够站在儿童的角度,换位思考,理解儿童的情绪感受与内心想法。家长在学习共情技术时,需要学会放下自身的固有认知,真正走进儿童的世界,感受儿童的喜怒哀乐。例如,当儿童因为玩具被损坏而伤心哭泣时,家长不应说“这有什么好哭的,再给你买一个就行了”,而是应该共情儿童的感受:“我知道这个玩具是你最喜欢的,现在被损坏了,你肯定特别伤心,妈妈能理解你的心情”。家长可以通过学习相关的心理学书籍、参加专业的家庭教育培训、观看亲子沟通指导视频等多种方式,系统提升自身的积极倾听与共情能力,并在日常亲子沟通中主动运用这些技术,与儿童建立起深度的情感共鸣,让儿童愿意主动向家长倾诉内心的想法与感受,从而更准确地把握儿童的发展需求。

3.通过自我成长为儿童树立榜样:积极心理学强调,个体的成长是一个持续不断的过程,家长的自我成长不仅是自身发展的需求,更是家庭教育的重要组成部分。家长作为儿童成长过程中的第一任老师,其言行举止会对儿童产生潜移默化的深远影响,通过自我成长为更好的自己,能够为儿童树立积极的榜样,引导儿童养成良好的品质与行为习惯。因此,家长应树立终身学习的理念,将自我成长贯穿于家庭教育的全过程,不断提升自身的综合素质。在知识层面,家长可以主动学习家庭教育相关知识、积极心理学知识、儿童成长规律相关知识等,提升自身的教育认知水平;在能力层面,家长可以不断提升自身的情绪管理能力、人际交往能力、问题解决能力等,为儿童树立能力提升的榜样;在品德层面,家长应注重自身道德品质的培养,做到诚实守信、尊老爱幼、乐于助人、勇于承担责任等,通过日常言行向儿童传递正向的价值观。同时,家长应主动参与社会实践活动,不断丰富自身的人生阅历,拓宽自身的视野,以更积极、开放的心态面对生活中的各种

挑战。例如,家长可以利用业余时间学习一门新技能、阅读一本经典书籍、参与社区志愿服务等,这些自我成长的行为会被儿童看在眼里、记在心里,潜移默化地影响儿童的成长。儿童具有较强的模仿能力,当家长始终保持积极向上的成长状态时,儿童也会受到感染,主动养成主动学习、不断进步的良好习惯,实现家长与儿童的共同成长。

(五) 家校社协同育人机制的构建

1.强化家庭与学校的常态化协同:家庭与学校作为儿童教育过程中的核心主体,其协同配合的紧密程度直接影响教育实效,也是家校社协同育人机制的基础环节。家庭应主动打破与学校之间的沟通壁垒,建立常态化的沟通机制,除了传统的家长会、家访等形式,还可借助线上沟通平台,及时向学校反馈儿童在家的学习状态、生活习惯与情绪变化;同时积极参与学校组织的家庭教育指导沙龙、积极心理主题亲子活动、家长开放日等活动,深入了解学校的教育理念与教学安排,主动配合学校开展针对性的教育引导工作。学校则应发挥专业优势,主动搭建家校协同平台,定期为家长提供积极心理学相关的专题培训、教育案例分享会等,帮助家长提升运用积极心理学开展家庭教育的认知与实操能力;同时建立个性化的儿童发展反馈机制,将儿童在校的优势表现、成长进步及发展需求及时与家长同步,与家长共同分析儿童发展特点,制定贴合儿童实际的个性化教育方案,形成家校教育合力。

2.推动学校与社会的资源整合联动:学校作为教育资源的集聚平台,应主动加强与社会各界的合作,整合各类社会资源为家庭教育提供支撑,拓展教育实践场景。学校可联合社区、科技馆、博物馆、青少年活动中心等社会机构,共同开发积极心理主题的社会实践课程,如组织儿童参与社区志愿服务、开展科普探索实践活动、举办积极心理成长夏令营等,让儿童在实践中锤炼积极品质、提升社会适应能力。社会机构则应主动对接学校的教育需求,开放优质资源,为学校开展家庭教育指导、组织亲子实践活动提供场地、师资与专业支持。同时,学校可邀请社会领域的心理学专家、优秀家庭教育工作者等走进校园,通过讲座、座谈等形式,为家长与教师提供专业的积极心理学应用指导,推动积极心理学理念在家庭与学校教育中的深度融合。

3.构建家庭与社会的共育支持网络:社会层面应充分发挥资源整合与氛围营造作用,为家庭开展积极心理学导向的家庭教育提供多元化支持,构建全方位的共育支持网络。政府相关部门可牵头建设社区家庭教育指导中心,配备专业的家庭教育指导师与心理辅导员,为辖区内家长提供免费的咨询服务、专题培训与个性化指导,帮助家长解决家庭教育中的实际困惑。各类社会组织可积极开展公益性质的家庭教育服务活动,如举办积极亲子互动工作坊、编写发放积极心理学家庭教育指导手册、搭建线上家庭教育交流平台等,为家长提供便捷的学习与交流渠道。同时,社会媒体应积极发挥舆论引导作用,通过公益广告、专题报道等形式,广泛传播积极心理学理念与科学的家庭教育知识,营造重视儿童全面发展、关注家庭教育质量、支持家校社协同育人的良好社会氛围,为家庭教育路径的优化重构提供有利的外部环境。

六、结束语

积极心理学为现代家庭教育目标的优化与路径的重构提供了科学的理论支撑,在提升家庭教育质量、促进儿童全面健康成长方面占据重要地位。家长作为家庭教育的核心实施者,今后应积极践行积极心理学理念,通过营造积极化家庭氛围、调整适应性教育方式、设计创新型亲子互动模式、重新定位家长角色并构建家校社协同育人机制等策略,推动家庭教育目标从单一化、结果导向向多元化、过程赋能转变,进而提升儿童的心理健康水平、完善儿童人格,促进和谐亲子关系的构建,为儿童的终身发展提供强大的支撑力量,助力儿童成长为具备积极品质、适应社会发展需求的优秀个体。

参考文献:

- [1] 韩菲.积极心理学对家庭教育方式的启示[J].教育教学研究前沿, 2025, 3(11): 209-211.
- [2] 蔡君.家庭教育中培养青少年积极心理品质的策略探究[J].教育教学研究前沿, 2025, 3(08): 214-216.
- [3] 李江.积极心理学与家庭教育结合的思考[J].科学咨询, 2024(02): 242-245.
- [4] 龚春婷, 于敏章, 何雯雯, 等.积极心理学赋能家庭教育[J].家庭科技, 2023(02): 48-50.