

亲子互动视角下儿童心理成长发展研究

段知夏

(上海市家庭教育研究中心, 上海 200020)

摘要: 儿童心理成长在个体身心发展体系中占据基础性地位, 是个体形成健全人格、稳定情绪与良好社会适应能力的重要前提。亲子互动作为儿童接触最早、持续时间最长、影响最深远的人际交往形式, 是儿童心理成长的重要环境支撑, 对儿童的认知发展、情感建构、行为养成、人格塑造等多个方面均具有不可替代的意义。本文以亲子互动视角为切入点, 聚焦儿童心理成长的核心维度, 系统分析亲子互动的主要类型、具体表现及其对儿童心理成长各方面的积极影响, 梳理当前亲子互动实践中存在的不足, 提出具有针对性、可操作性的亲子互动优化策略, 为促进儿童心理全面健康成长提供实践指导与理论参考, 助力儿童形成健全人格、稳定情绪与良好的社会适应能力。

关键词: 亲子互动; 儿童心理成长; 认知发展; 情感建构; 人格塑造; 行为养成

中图分类号: B844.1

文献标识码: A

文章编号: 3006-001X (2025) 08-0010-11

DOI: 10.62022/FETR.issn3006-001X.2025.08.002

Research on the Psychological Growth and Development of Children from the Perspective of Parent Child Interaction

Duan Zhixia

(Shanghai Family Education Research Center, Shanghai 200020)

Abstract: The psychological growth of children occupies a fundamental position in the individual's physical and mental development system, and is an important prerequisite for individuals to form a sound personality, stable emotions, and good social adaptability. Parent child interaction, as the earliest, longest lasting, and most far-reaching form of interpersonal communication that children come into contact with, is an important environmental support for their psychological growth. It has irreplaceable significance for children's cognitive development, emotional construction, behavior development, personality shaping, and other aspects. This article takes the perspective of parent-child interaction as the starting point, focusing on the core dimensions of children's psychological growth. It systematically analyzes the main types, specific manifestations, and positive impacts of parent-child interaction on various aspects of children's psychological growth, sorts out the shortcomings in current parent-child interaction practice, and proposes targeted and operable optimization strategies for parent-child interaction. It provides practical guidance and theoretical reference for promoting children's comprehensive and healthy psychological growth, and helps children form a sound personality, stable emotions, and good social adaptability.

Keywords: parent-child interaction; child psychological growth; cognitive development; emotional construction; personality shaping; behavioral development

一、亲子互动的核心内涵与主要类型

(一) 亲子互动的核心内涵

亲子互动是指家长与儿童之间基于情感联结, 在日常生活中发生的、具有双向性的言语沟通、行为互动与情感交流活动, 是亲子关系得以维系和发展的重要载体, 也是儿童心理成长过程中最直接的外部影响因素。亲子互动的核心本质是双向的情感传递与行为反馈, 并非家长对儿童的单向引导或管控, 而是家长与儿童之间相互理解、相互回应、相互影响的动态过程。在亲子互动中, 家长作为互动的主导者之一, 其言谈举止、互动方式、情感表达会直

接作用于儿童的心理发展; 同时, 儿童的行为表现、情绪反应、认知反馈也会反过来影响家长的互动行为与教育方式, 形成双向循环的互动机制。

亲子互动贯穿于儿童成长的全过程, 从婴幼儿时期的肢体安抚、语言交流, 到童年时期的游戏陪伴、学习引导, 再到青少年时期的情感沟通、观念交流, 不同阶段的亲子互动具有不同的特点与重点, 但始终以情感联结为核心, 以促进儿童心理成长为潜在目标。优质的亲子互动能够为儿童营造安全、温暖、包容的心理环境, 让儿童在互动中获得安全感、归属感与价值感, 逐步形成健全的心理品质; 而科学合理的亲子互动方式, 能够贴合儿童不同阶段的心理

作者简介: 段知夏, 硕士, 助理研究员, 研究方向为家庭亲子心理共育。

理发展特点，精准满足孩童的心理需求，为孩童心理成长提供有力支撑。

亲子互动的核心要素包括互动主体、互动内容、互动方式与互动氛围四个方面。互动主体即家长与孩童，两者的角色定位与参与态度直接决定亲子互动的质量，家长的耐心、细心与责任心，孩童的主动参与积极回应，是构建良好亲子互动的基础；互动内容涵盖日常生活照料、游戏娱乐、学习指导、情感沟通、规则教育等多个方面，不同内容的互动对孩童心理成长的影响各有侧重；互动方式分为言语互动与非言语互动，言语互动包括鼓励、引导、倾听、讲解等，非言语互动包括拥抱、抚摸、眼神交流、表情反馈等，两种互动方式相互补充，共同构成完整的亲子互动过程；互动氛围是亲子互动的重要环境保障，温暖、民主、包容的互动氛围，能够让孩童放下心理戒备，主动参与互动中，而和谐的互动氛围也能进一步强化亲子情感联结，为孩童心理成长营造良好的环境。

需要明确的是，亲子互动并非简单的“陪伴”，而是具有目的性、针对性的互动行为，其核心目标是促进孩童心理全面健康成长，帮助孩童逐步形成良好的认知能力、稳定的情绪状态、健全的人格品质与良好的行为习惯。在亲子互动过程中，家长需注重互动的质量而非数量，注重双向沟通而非单向灌输，注重情感传递而非形式化陪伴，让亲子互动真正成为孩童心理成长的“养分”，助力孩童在互动中实现心理的逐步成熟与完善。

（二）亲子互动的主要类型

根据亲子互动的内容、方式与侧重点不同，可将亲子互动划分为多个类型，不同类型的亲子互动对孩童心理成长的影响各有侧重，共同作用于孩童的心理发展过程。结合孩童心理成长的核心需求，主要可分为情感交流型、游戏互动型、学习引导型、规则教育型与生活照料型五种核心类型，各类亲子互动相互关联、相互补充，共同构成完整的亲子互动体系。

1.情感交流型亲子互动。情感交流型亲子互动是指以情感传递与情感回应为核心的互动形式，是亲子互动中最基础、最重要的类型，也是维系亲子情感联结的核心方式。这类互动主要表现为家长与孩童之间的情绪分享、情感表达、心理倾诉与理解回应，其核心目的是满足孩童的情感需求，帮助孩童建立安全感与归属感，培养孩童的情绪感知与表达能力。

在日常生活中，情感交流型亲子互动的形式多种多样，例如家长主动询问孩童的心情的变化，倾听孩童的烦恼与

喜悦，对孩童的情绪给予积极的回应与共情；孩童主动向家长分享自己的所见所闻、所思所想，表达自己的情绪感受，寻求家长的理解与支持；家长在孩童遇到困难、产生负面情绪时，给予安慰、鼓励与陪伴，帮助孩童缓解情绪压力，引导孩童正确表达情绪。此外，非言语层面的情感交流也属于此类互动，如家长的拥抱、抚摸、眼神鼓励，孩童的撒娇、依偎等，这些互动形式能够更直接地传递情感，强化亲子之间的情感联结。

情感交流型亲子互动对孩童心理成长的影响尤为深远，能够帮助孩童建立安全的依恋关系，让孩童在成长过程中感受到被爱、被理解、被尊重，从而形成积极乐观的人生态度。同时，这类互动能够培养孩童的情绪识别能力与情绪表达能力，让孩童学会感知自己与他人的情绪，学会用合理的方式表达自己的情绪，避免情绪压抑或失控，为孩童情绪心理的健康发展奠定基础。

2.游戏互动型亲子互动。游戏互动型亲子互动是指以游戏为载体，家长与孩童共同参与、相互配合完成游戏活动的互动形式，是贴合孩童年龄特点、深受孩童喜爱的互动类型，尤其适用于幼儿阶段与童年阶段的孩童。这类互动的核心目的是通过游戏的形式，促进孩童的认知发展、动手能力、合作能力与创造力，同时强化亲子情感联结，让孩童在快乐中实现心理成长。

游戏互动型亲子互动的形式丰富多样，可根据孩童的年龄特点与兴趣爱好选择合适的游戏类型。对于幼儿阶段的孩童，可选择角色扮演游戏、积木游戏、拼图游戏、亲子阅读游戏等，这类游戏能够锻炼孩童的观察力、记忆力、动手能力与想象力，同时让孩童在互动中学会倾听与配合；对于童年阶段的孩童，可选择户外游戏、球类游戏、益智游戏、手工游戏等，这类游戏能够培养孩童的合作意识、竞争意识与解决问题的能力，同时让孩童在户外活动中释放压力，促进身心协调发展。在游戏互动过程中，家长需放下成人的身份，以平等的姿态参与游戏，尊重孩童的游戏意愿，配合孩童的游戏节奏，避免过度干预或指挥，让孩童在游戏中获得成就感与快乐。

游戏互动型亲子互动不仅能够促进孩童的认知发展与能力提升，还能强化亲子之间的情感联结，让家长更深入地了解孩童的性格特点、兴趣爱好与心理需求，同时让孩童在与家长的互动中感受到陪伴与关爱，增强自信心与归属感。此外，这类互动还能培养孩童的规则意识，让孩童在游戏中学会遵守规则、尊重他人，为孩童后续的社会适应奠定基础。

3.学习引导型亲子互动。学习引导型亲子互动是指以帮助孩童掌握知识、培养学习能力、养成良好学习习惯为核心的互动形式,主要适用于童年阶段与青少年阶段的孩童。这类互动的核心目的是引导孩童树立正确的学习观念,培养孩童的学习兴趣与学习能力,帮助孩童解决学习中遇到的困难,让孩童在学习过程中获得成就感,促进认知心理的健康发展。

学习引导型亲子互动的形式主要包括家长陪伴孩童完成作业、引导孩童预习与复习、与孩童共同探讨学习中的问题、鼓励孩童自主学习与探索等。在互动过程中,家长需注重引导而非包办代替,注重培养孩童的自主学习能力而非单纯的知识灌输。例如,在孩童完成作业时,家长可陪伴在旁,当孩童遇到困难时,给予适当的提示与引导,帮助孩童自主找到解决问题的方法;在日常学习中,家长可与孩童共同制订学习计划,引导孩童养成规律学习的习惯;在孩童取得进步时,给予及时的鼓励与肯定,增强孩童的学习自信心;在孩童学习遇到挫折时,给予安慰与支持,引导孩童正确看待挫折,培养坚韧的学习品质。

学习引导型亲子互动能够有效促进孩童的认知发展,帮助孩童掌握科学的学习方法,培养良好的学习习惯,同时让孩童在学习过程中感受到家长的支持与关爱,增强学习的动力与信心。此外,这类互动还能培养孩童的专注力、思维能力与解决问题的能力,为孩童后续的学习与发展奠定坚实的基础,促进孩童认知心理的逐步成熟。

4.规则教育型亲子互动。规则教育型亲子互动是指以培养孩童的规则意识、责任意识与良好行为习惯为核心的互动形式,贯穿于孩童成长的全过程,是促进孩童社会适应能力发展的重要互动类型。这类互动的核心目的是通过明确的规则引导,让孩童学会遵守规则、尊重他人、承担责任,养成良好的行为习惯,为孩童后续的人际交往与社会适应奠定基础。

规则教育型亲子互动的形式主要包括家长与孩童共同制定家庭规则、引导孩童遵守规则、对孩童的行为进行正向引导与反馈、让孩童承担相应的家庭责任等。在互动过程中,家长需坚持公平、公正的原则,规则的制定需贴合孩童的年龄特点与认知水平,让孩童能够理解并接受;在规则执行过程中,家长需以身作则,率先遵守规则,为孩童树立良好的榜样;当孩童遵守规则时,给予及时的鼓励与肯定,强化孩童的良好行为;当孩童违反规则时,给予耐心的引导与教育,让孩童认识到自己的错误,明白违反规则的后果,主动改正错误。

规则教育型亲子互动能够帮助孩童树立正确的规则意识与责任意识,让孩童学会约束自己的行为,尊重他人的权益,同时培养孩童的自我管理能力与自律能力。这类互动还能让孩童明白行为与后果之间的联系,学会对自己的行为负责,逐步养成良好的行为习惯,促进孩童社会适应心理的健康发展,让孩童能够更好地融入集体、适应社会。

5.生活照料型亲子互动。生活照料型亲子互动是指以满足孩童的日常生活需求、培养孩童的生活自理能力为核心的互动形式,是亲子互动中最基础、最频繁的类型,贯穿于孩童成长的各个阶段。这类互动的核心目的是通过日常生活照料,让孩童感受到家长的关爱与呵护,同时培养孩童的生活自理能力、独立意识与责任意识,促进孩童身心的全面发展。

生活照料型亲子互动的形式主要包括家长为孩童提供饮食、起居、穿衣、卫生等方面的照料,同时引导孩童参与日常生活劳动中,培养孩童的生活自理能力。例如,在幼儿阶段,家长可引导孩童自己穿衣、吃饭、整理玩具;在童年阶段,家长可引导孩童承担力所能及的家庭劳动,如打扫房间、洗碗、整理书包等;在青少年阶段,家长可引导孩童自主安排自己的日常生活,学会照顾自己的饮食起居,培养独立生活的能力。在照料过程中,家长需注重引导与培养,而非包办代替,让孩童在实践中逐步提升生活自理能力,增强独立意识与责任意识。

生活照料型亲子互动不仅能够满足孩童的日常生活需求,保障孩童的身体健康,还能让孩童在互动中感受到家长的关爱与呵护,增强安全感与归属感。同时,这类互动能够培养孩童的生活自理能力与独立意识,让孩童学会独立面对生活中的问题,承担相应的责任,为孩童后续的独立生活与社会适应奠定基础,促进孩童心理的成熟与完善。

二、亲子互动与孩童心理成长的关联分析

(一) 亲子互动对孩童认知发展的积极影响

认知发展是孩童心理成长的核心内容之一,主要包括观察力、记忆力、思维能力、想象力、注意力等多个方面的发展,是孩童认识世界、适应世界的基础。亲子互动作为孩童最早接触的人际交往形式,能够为孩童认知发展提供丰富的刺激与引导,对孩童认知能力的提升具有重要的促进作用,是孩童认知发展的重要支撑。

在婴幼儿阶段,亲子互动是促进孩童认知发展的主要途径。家长通过与孩童的肢体互动、语言交流、感官刺激等方式,能够激发孩童的认知兴趣,促进孩童的感官发育

与语言发展。例如，家长在陪伴婴幼儿时，通过抚摸、拥抱等肢体互动，能够让孩童感受到外界的刺激，促进孩童的触觉发育；通过说话、唱歌、讲故事等语言互动，能够丰富孩童的语言储备，促进孩童的语言理解与表达能力发展；通过引导孩童观察周围的事物、认识颜色、形状、声音等，能够培养孩童的观察力与注意力，激发孩童的认知好奇心。

在童年阶段，亲子互动对孩童认知发展的促进作用更加明显。家长通过游戏互动、学习引导等方式，能够进一步提升孩童的认知能力，培养孩童的思维能力和创造力。例如，在亲子游戏中，拼图游戏能够培养孩童的观察力、记忆力与动手能力，角色扮演游戏能够培养孩童的想象力与思维能力，益智游戏能够培养孩童的逻辑思维能力与解决问题的能力；在学习引导互动中，家长引导孩童预习、复习、探讨学习问题，能够帮助孩童掌握科学的学习方法，提升学习能力，同时培养孩童的专注力与思维能力。此外，家长与孩童共同参与户外活动、参观体验等活动，能够拓宽孩童的视野，丰富孩童的认知经验，促进孩童认知能力的全面提升。

在青少年阶段，亲子互动对孩童认知发展的影响主要体现在思维能力的成熟与认知观念的完善上。家长通过与孩童的交流探讨，引导孩童思考人生、看待问题，能够帮助孩童形成正确的认知观念，培养孩童的批判性思维能力与辩证思维能力。例如，家长与孩童共同探讨生活中的问题、社会中的现象，引导孩童从不同角度看待问题，能够让孩童学会全面、客观地认识事物，提升思维的深度与广度；在学习引导互动中，家长引导孩童自主学习、自主探索，能够培养孩童的自主认知能力与创新能力，助力孩童认知心理的逐步成熟。

需要注意的是，不同类型的亲子互动对孩童认知发展的影响各有侧重，情感交流型互动能够激发孩童的认知兴趣，游戏互动型互动能够提升孩童的动手能力与想象力，学习引导型互动能够提升孩童的学习能力与思维能力，规则教育型互动能够培养孩童的逻辑思维能力与规则意识，生活照料型互动能够培养孩童的观察力与实践能力。各类亲子互动相互配合，共同促进孩童认知能力的全面发展，为孩童心理成长奠定坚实的认知基础。

（二）亲子互动对孩童情感心理发展的积极影响

情感心理发展是孩童心理成长的重要组成部分，主要包括情绪识别、情绪表达、情绪调节、情感联结等方面的发展，直接影响孩童的心理健康与人际关系质量。亲子互

动作为孩童情感体验的主要来源，能够为孩童情感心理发展提供温暖的环境与有力的支撑，对孩童情感心理的健康发展具有不可替代的作用。

亲子互动能够帮助孩童建立安全的依恋关系，这是孩童情感心理健康发展的基础。依恋关系是孩童与家长之间形成的一种亲密的情感联结，是孩童安全感、归属感的重要来源。在亲子互动过程中，家长的陪伴、安慰、鼓励与回应，能够让孩童感受到被爱、被理解、被尊重，从而建立起安全的依恋关系。具有安全依恋关系的孩童，能够更自信、更乐观地面对生活中的困难与挫折，能够更好地表达自己的情绪，能够与他人建立良好的人际关系。

亲子互动能够培养孩童的情绪识别与表达能力。情绪识别能力是指孩童能够感知自己与他人情绪的能力，情绪表达能力是指孩童能够用合理的方式表达自己情绪的能力，这两种能力是孩童情感心理发展的重要内容。在亲子互动过程中，家长通过与孩童的情感交流，引导孩童感知自己的情绪变化，识别他人的情绪状态，同时鼓励孩童用语言、表情、动作等方式表达自己的情绪，能够有效培养孩童的情绪识别与表达能力。例如，当孩童感到开心时，家长给予积极的回应与分享，让孩童学会表达喜悦；当孩童感到难过时，家长给予安慰与理解，引导孩童表达自己的烦恼，让孩童学会用合理的方式释放负面情绪。

亲子互动能够帮助孩童提升情绪调节能力。情绪调节能力是指孩童能够自主控制、调节自己情绪的能力，是孩童心理健康的重要标志。在亲子互动过程中，当孩童产生负面情绪时，家长通过耐心地引导、安慰与鼓励，帮助孩童分析情绪产生的原因，引导孩童用合理的方式缓解情绪压力，能够逐步提升孩童的情绪调节能力。例如，当孩童因为玩具被抢而哭闹时，家长可以引导孩童冷静下来，表达自己的感受，同时引导孩童学会协商、分享，从而缓解负面情绪；当孩童面临学习挫折时，家长可以给予安慰与鼓励，引导孩童正确看待挫折，调整心态，从而调节自己的情绪。

亲子互动能够强化孩童的情感联结，培养孩童的爱心与同理心。在亲子互动过程中，家长的关爱与呵护能够让孩童感受到温暖，从而学会关爱他人、理解他人，培养同理心。例如，家长在日常生活中关心孩童的需求，照顾孩童的生活，能够让孩童学会关心他人；家长在与孩童的互动中，引导孩童换位思考，理解他人的感受，能够培养孩童的同理心。同时，亲子之间的情感交流能够让孩童感受到亲情的温暖，增强情感联结，让孩童在成长过程中始终

有坚实的情感支撑,促进情感心理的健康发展。

(三) 亲子互动对儿童人格发展的积极影响

人格发展是儿童心理成长的核心目标之一,健全的人格是儿童适应社会、实现人生价值的重要基础。人格的形成与发展受到多种因素的影响,其中亲子互动作为儿童成长过程中最直接、最持久的影响因素,对儿童人格的形成与发展具有决定性的作用,能够帮助儿童逐步形成积极、健康、健全的人格品质。

亲子互动能够培养儿童的自信心与自我价值感。自信心与自我价值感是健全人格的重要组成部分,是儿童面对生活、学习与人际交往的重要心理支撑。在亲子互动过程中,家长的鼓励、肯定与认可,能够让儿童感受到自己的价值,增强自信心。例如,当儿童完成一件小事、取得一些进步时,家长给予及时的鼓励与肯定,能够让儿童感受到自己的能力,增强自我价值感;当儿童遇到困难与挫折时,家长给予支持与鼓励,引导儿童勇敢面对,能够让儿童逐步建立自信心,形成坚韧不拔的人格品质。

亲子互动能够培养儿童的独立性与自主性。独立性与自主性是健全人格的重要标志,能够帮助儿童在成长过程中自主面对问题、解决问题,逐步实现独立生活。在亲子互动过程中,家长通过引导与培养,让儿童参与到日常生活劳动、学习与决策中,能够培养儿童的独立性与自主性。例如,在生活照料互动中,家长引导儿童自己穿衣、吃饭、整理玩具,培养儿童的生活自理能力;在学习引导互动中,家长引导儿童自主学习、自主探索,培养儿童的自主学习能力;在家庭决策中,家长适当征求儿童的意见,让儿童参与其中,培养儿童的决策能力与自主性。

亲子互动能够培养儿童的责任感与担当精神。责任感与担当精神是健全人格的重要组成部分,能够让儿童学会对自己的行为负责、对他人负责、对家庭负责。在亲子互动过程中,家长通过规则教育、生活照料等互动形式,引导儿童承担相应的责任,能够培养儿童的责任感与担当精神。例如,在规则教育互动中,家长引导儿童遵守规则,对自己的行为负责;在生活照料互动中,家长引导儿童承担力所能及的家庭劳动,培养儿童的家庭责任感;当儿童犯错时,家长引导儿童认识错误、改正错误,让儿童学会承担自己行为的后果,培养担当精神。

亲子互动能够培养儿童的乐观开朗与友善待人的品格。乐观开朗的性格能够让儿童更好地面对生活中的困难与挫折,友善待人能够让儿童与他人建立良好的人际关系,这两种品质都是健全人格的重要内容。在亲子互动过

程中,家长的乐观态度、友善行为能够为儿童树立良好的榜样,同时家长通过情感交流、游戏互动等方式,引导儿童保持积极乐观的心态,学会友善待人、乐于助人。例如,家长在日常生活中保持乐观开朗的心态,积极面对生活中的问题,能够影响儿童形成乐观的性格;家长引导儿童与他人分享玩具、帮助他人,能够培养儿童友善待人的品质。

此外,亲子互动还能够帮助儿童形成正确的价值观与人生观,引导儿童树立积极向上的人生态度,促进儿童人格的全面、健康发展,让儿童逐步成长为具有健全人格的个体。

(四) 亲子互动对儿童行为习惯发展的积极影响

行为习惯是儿童心理成长的重要外在表现,良好的行为习惯能够促进儿童的心理健康发展,帮助儿童更好地适应社会,而不良的行为习惯则会影响儿童的学习、生活与人际交往,阻碍儿童的心理成长。亲子互动作为儿童行为习惯养成的重要途径,能够通过正向引导、榜样示范等方式,帮助儿童养成良好的行为习惯,纠正不良的行为倾向。

亲子互动能够帮助儿童养成良好的生活习惯。生活习惯包括饮食、起居、卫生、劳动等方面的习惯,是儿童日常生活的重要组成部分,良好的生活习惯能够保障儿童的身体健康,促进儿童的心理成长。在生活照料型亲子互动中,家长通过引导与培养,让儿童养成规律的作息习惯、健康的饮食习惯、良好的卫生习惯与劳动习惯。例如,家长引导儿童按时起床、按时睡觉,养成规律的作息;引导儿童不挑食、不偏食,养成健康的饮食习惯;引导儿童勤洗手、勤洗澡、整理自己的物品,养成良好的卫生习惯;引导儿童承担力所能及的家庭劳动,养成爱劳动的习惯。

亲子互动能够帮助儿童养成良好的学习习惯。学习习惯包括专注学习、主动学习、认真完成作业、勤于思考等方面的习惯,是儿童学习能力发展的重要保障,良好的学习习惯能够帮助儿童提升学习效率,培养学习兴趣,促进认知心理的发展。在学习引导型亲子互动中,家长通过陪伴、引导与鼓励,帮助儿童养成良好的学习习惯。例如,家长陪伴儿童完成作业,引导儿童专注学习,培养专注力;引导儿童主动预习、复习,养成主动学习的习惯;鼓励儿童勤于思考、乐于探索,养成善于思考的习惯;引导儿童整理书包、做好学习计划,养成有条理的学习习惯。

亲子互动能够帮助儿童养成良好的人际交往习惯。人际交往习惯包括尊重他人、礼貌待人、乐于助人、学会分享、懂得合作等方面的习惯,是儿童社会适应能力发展的重要基础,良好的人际交往习惯能够让儿童与他人建立良

好的人际关系,促进情感心理的健康发展。在情感交流型、游戏互动型亲子互动中,家长通过引导与示范,帮助孩童养成良好的人际交往习惯。例如,家长引导孩童尊重他人的意见、礼貌待人,养成尊重他人的习惯;引导孩童与他人分享玩具、分享快乐,养成分享的习惯;引导孩童在游戏中与他人合作、相互配合,养成合作的习惯;引导孩童乐于助人,养成帮助他人的习惯。

亲子互动能够帮助孩童纠正不良的行为倾向。在孩童成长过程中,难免会出现一些不良的行为倾向,如挑食、偏食、拖延、任性、自私等,这些不良行为倾向如果不及时纠正,会影响孩童的心理成长与社会适应。在亲子互动过程中,家长通过耐心的引导、正向的教育,帮助孩童认识到自己的不良行为,逐步纠正不良行为倾向。例如,当孩童出现挑食、偏食的行为时,家长通过引导、示范,让孩童认识到均衡饮食的重要性,逐步纠正挑食、偏食的习惯;当孩童出现拖延的行为时,家长引导孩童制订计划、合理安排时间,逐步纠正拖延的习惯;当孩童出现任性、自私的行为时,家长引导孩童换位思考、懂得分享,逐步纠正任性、自私的行为倾向。

(五) 亲子互动对孩童社会适应能力发展的积极影响

社会适应能力是孩童心理成长的重要内容,是孩童能够顺利融入集体、适应社会生活的重要保障,主要包括人际交往能力、规则意识、责任意识、解决问题的能力等多个方面。亲子互动作为孩童社会适应能力培养的重要途径,能够通过多种互动形式,帮助孩童提升社会适应能力,为孩童后续的社会生活奠定基础。

亲子互动能够提升孩童的人际交往能力。人际交往能力是社会适应能力的核心,能够让孩童与他人建立良好的人际关系,顺利融入集体。在亲子互动过程中,家长通过与孩童的沟通交流、游戏互动等方式,引导孩童学会倾听、学会表达、学会尊重、学会合作,逐步提升人际交往能力。例如,在情感交流型互动中,家长引导孩童学会倾听他人的意见、表达自己的想法,提升沟通表达能力;在游戏互动型互动中,家长引导孩童与他人合作、相互配合,提升合作能力;在规则教育型互动中,家长引导孩童尊重他人、遵守规则,提升与人相处的能力。此外,家长还可以通过带孩童参与户外活动、与其他家庭互动等方式,让孩童有更多的机会与他人交往,积累人际交往经验,进一步提升人际交往能力。

亲子互动能够培养孩童的规则意识,帮助孩童适应社会规则。社会规则是社会生活的重要准则,只有遵守社会

规则,才能顺利融入社会生活。在规则教育型亲子互动中,家长通过与孩童共同制订家庭规则、引导孩童遵守规则,让孩童明白规则的重要性,逐步养成遵守规则的习惯,培养规则意识。例如,家长与孩童共同制定家庭作息规则、卫生规则、行为规则等,引导孩童严格遵守,让孩童在家庭生活中学会遵守规则;在日常生活中,家长引导孩童遵守公共秩序、尊重他人权益,让孩童逐步适应社会规则,为后续融入社会生活奠定基础。

亲子互动能够提升孩童解决问题的能力。解决问题的能力是社会适应能力的重要组成部分,能够让孩童在面对生活中的困难与挑战时,自主找到解决问题的方法,顺利适应社会生活。在亲子互动过程中,家长通过引导孩童面对问题、分析问题、解决问题,逐步提升孩童解决问题的能力。例如,在学习引导型互动中,家长引导孩童解决学习中遇到的问题,培养孩童分析问题、解决问题的能力;在游戏互动型互动中,家长引导孩童在游戏中面对困难、克服困难,提升解决问题的能力;在日常生活中,家长引导孩童面对生活中的小问题,如玩具损坏、与同伴发生矛盾等,让孩童自主思考、自主解决,进一步提升解决问题的能力。

亲子互动能够培养孩童的责任意识,帮助孩童学会承担社会责任。责任意识是社会适应能力的重要内容,能够让孩童学会对自己、对他人、对社会负责,顺利融入社会生活。在规则教育型、生活照料型亲子互动中,家长引导孩童承担相应的责任,培养孩童的责任意识。例如,家长引导孩童承担力所能及的家庭劳动,培养家庭责任感;引导孩童遵守规则、对自己的行为负责,培养自我责任意识;引导孩童帮助他人、关爱他人,培养社会责任意识。通过这些互动,让孩童逐步认识到自己的责任,学会承担责任,为后续融入社会、承担社会责任奠定基础。

三、当前亲子互动实践中的不足

(一) 亲子互动质量有待提高

当前,部分家长虽然能够抽出时间陪伴孩童,开展亲子互动,但互动质量有待提高,形式化陪伴的现象较为普遍。许多家长将“陪伴”等同于“亲子互动”,认为只要陪在孩童身边,就是开展了亲子互动,却忽视了互动的双向性与针对性,缺乏与孩童的有效沟通与情感交流,导致亲子互动流于形式,无法真正满足孩童的心理需求,难以对孩童心理成长产生积极的促进作用。

在日常亲子互动中,部分家长存在“一边陪伴,一边

做自己的事”的情况,例如,家长陪孩童玩耍时,一直低头看手机、处理工作,没有真正参与到孩童的活动中,没有与孩童进行有效的沟通与互动;部分家长在与孩童互动时,缺乏耐心,往往敷衍了事,对孩童的提问、需求与情绪反馈没有给予及时的回应,导致孩童感受到被忽视,无法获得安全感与归属感;还有部分家长的互动方式较为单一,始终采用同一种互动形式,缺乏创新性与针对性,无法贴合孩童不同阶段的心理发展特点与兴趣爱好,难以激发孩童的参与积极性,影响亲子互动的质量。

(二) 亲子互动方式有待优化

亲子互动方式的科学性直接影响亲子互动的质量与效果,当前部分家长的亲子互动方式有待优化,缺乏科学的引导方法,难以贴合孩童的心理发展特点,甚至可能对孩童的心理成长产生不利影响。

部分家长在亲子互动中存在“单向灌输”的现象,将自己的想法、观点与要求强行灌输给孩童,忽视了孩童的主体地位,没有充分尊重孩童的意愿与需求,缺乏与孩童的双向沟通与交流。例如,在学习引导型互动中,家长一味地要求孩童按照自己的方法学习,不允许孩童有自己的想法与做法;在规则教育型互动中,家长一味地制定规则、要求孩童遵守,没有与孩童共同探讨规则的合理性,没有引导孩童理解规则的意义,导致孩童产生抵触情绪,难以自觉遵守规则。

部分家长在亲子互动中缺乏正确的鼓励与引导方法,要么过度溺爱,要么过度严厉。过度溺爱的家长,在亲子互动中对孩童的要求百依百顺,缺乏规则教育与责任培养,导致孩童形成任性、自私、依赖等不良人格倾向;过度严厉的家长,在亲子互动中对孩童的要求过于严格,缺乏耐心与包容,经常批评、指责孩童,甚至体罚孩童,导致孩童产生负面情绪,影响孩童的心理健康发展。

(三) 亲子互动时间有待保障

充足的互动时间与合理的互动频率是保障亲子互动质量的基础,当前部分家长由于工作繁忙、生活压力大等原因,缺乏足够的时间陪伴孩童,亲子互动的难以保障,互动频率不足,无法满足孩童的心理需求,影响亲子情感联结与孩童的心理成长。

许多家长将大量的时间与精力投入到工作中,每天陪伴孩童的时间非常有限,甚至部分家长长期出差、加班,与孩童相处的时间极少,无法开展有效的亲子互动;部分家长虽然每天能够陪伴孩童,但由于身心疲惫,没有足够

的精力与孩童进行互动,导致亲子互动的频率不足,互动质量不高;还有部分家长缺乏亲子互动的意识,没有认识到亲子互动对孩童心理成长的重要意义,主动开展亲子互动的积极性不高,导致亲子互动的频率远远达不到孩童心理发展的需求。

(四) 家长自身素养有待提升

家长作为亲子互动的主导者,其自身的素养、言谈举止对亲子互动的质量与孩童的心理成长具有重要的影响。当前部分家长的自身素养有待提升,缺乏科学的教育理念与亲子互动技巧,言谈举止不够规范,示范作用发挥不足,难以给孩童树立良好的榜样,影响亲子互动的效果与孩童的心理成长。

部分家长缺乏科学的教育理念,对亲子互动的重要性认识不足,没有树立正确的亲子观与教育观,认为亲子互动只是“陪孩童玩”,忽视了亲子互动对孩童心理成长的促进作用;部分家长缺乏亲子互动技巧,不知道如何与孩童进行有效的沟通与互动,不知道如何根据孩童的心理发展特点选择合适的互动方式,导致亲子互动效果不佳;还有部分家长缺乏情绪管理能力,在日常生活中容易出现情绪失控的情况,经常在孩童面前发脾气、抱怨,甚至争吵,给孩童的心理带来负面影响,影响孩童的情绪心理发展。

(五) 亲子互动的针对性有待加强

每个孩童的性格特点、兴趣爱好、心理发展水平都存在差异,具有不同的个性化需求,亲子互动需要贴合孩童的个性化需求,才能达到良好的效果。当前部分家长的亲子互动缺乏针对性,没有充分考虑孩童的个性化需求,难以满足不同孩童的心理发展需求,影响亲子互动的效果。

部分家长在开展亲子互动时,没有充分了解孩童的性格特点与兴趣爱好,盲目选择互动形式,导致孩童对亲子互动缺乏兴趣,无法主动参与到互动中。例如,性格内向、安静的孩童,不喜欢过于喧闹的户外游戏,而家长却强行带孩童参与,导致孩童产生抵触情绪;性格外向、活泼的孩童,喜欢互动性强、趣味性强的游戏,而家长却选择过于安静、枯燥的互动形式,无法满足孩童的需求。

部分家长没有充分考虑孩童的心理发展水平,互动内容与互动方式超出或低于孩童的认知能力,导致孩童无法理解与参与。例如,对认知能力较低的幼儿,家长选择过于复杂的学习类互动,导致孩童无法掌握,产生挫败感;对认知能力较强的青少年,家长选择过于简单的游戏类互动,无法满足孩童的心理需求,导致孩童对亲子互动失去兴趣。

四、亲子互动视角下促进孩童心理成长的优化策略

(一) 提升亲子互动质量

提升亲子互动质量是促进孩童心理成长的核心，家长需注重互动的双向性、针对性与实效性，让亲子互动真正成为孩童心理成长的“养分”。家长要树立正确的亲子互动理念，认识到亲子互动的核心是情感传递与双向沟通，而非单纯的“陪伴”，将更多的精力投入到互动中，与孩童进行有效的沟通与情感交流，满足孩童的心理需求。

在亲子互动过程中，家长要放下手机、放下工作，全身心投入到与孩童的互动中，专注陪伴孩童，认真倾听孩童的想法、需求与情绪反馈，给予及时的回应与共情。例如，在陪孩童玩耍时，家长要主动参与到孩童的游戏中，与孩童一起互动、一起欢笑，了解孩童的兴趣爱好与心理状态；在与孩童交流时，家长要耐心倾听，不打断、不敷衍，尊重孩童的想法与感受，与孩童平等对话，让孩童感受到被理解、被尊重。同时，家长要注重互动的过程，而非结果，关注孩童在互动中的体验与成长，而非单纯的成绩或输赢，让孩童在互动中获得快乐与成就感。

此外，家长要丰富互动形式，根据孩童的年龄特点与兴趣爱好，选择多样化的互动方式，提升互动的趣味性与针对性，激发孩童的参与积极性。例如，针对幼儿阶段的孩童，可选择角色扮演、积木、亲子阅读等互动形式；针对童年阶段的孩童，可选择户外游戏、益智游戏、手工制作等互动形式；针对青少年阶段的孩童，可选择交流探讨、兴趣培养、社会实践等互动形式。通过多样化的互动形式，让亲子互动更具吸引力，提升互动质量，促进孩童心理成长。

提升亲子互动质量，能够让孩童在互动中获得安全感、归属感与价值感，强化亲子情感联结，同时促进孩童的认知发展、情感心理发展、人格发展与行为习惯发展，为孩童心理全面健康成长提供有力支撑。

(二) 优化亲子互动方式

优化亲子互动方式，采用科学的引导方法，是提升亲子互动效果、促进孩童心理成长的关键。家长要树立“双向沟通”的理念，充分尊重孩童的主体地位，关注孩童的意愿与需求，与孩童进行平等、民主的互动，让孩童主动参与到互动中，发挥孩童的主观能动性。

家长要掌握正确的鼓励与引导方法，避免过度溺爱与过度严厉，采用“正向引导、积极鼓励”的方式，关注孩童的进步与优点，及时给予鼓励与肯定，增强孩童的自信

心与自我价值感。例如，当孩童完成一件小事、取得一些进步时，家长要及时给予表扬与鼓励，肯定孩童的努力与付出；当孩童遇到困难与挫折时，家长要给予安慰与支持，引导孩童分析问题、解决问题，鼓励孩童勇敢面对挫折，培养坚韧的品质；当孩童出现不良行为时，家长要耐心引导，帮助孩童认识错误、改正错误，而非批评、指责或体罚。

同时，家长要加强对孩童心理发展特点的学习与了解，根据孩童不同阶段的心理发展特点与认知水平，选择合适的互动方式与互动内容，提升互动的针对性与实效性。例如，幼儿阶段的孩童以具体形象思维为主，家长可选择直观、形象、趣味性强的互动形式，注重感官刺激与语言发展；童年阶段的孩童以抽象逻辑思维萌芽为主，家长可选择益智、合作类的互动形式，注重思维能力与合作能力的培养；青少年阶段的孩童自我意识增强，家长可选择交流探讨、自主探索类的互动形式，注重情感沟通与自主能力的培养。

优化亲子互动方式，能够让亲子互动更贴合孩童的心理发展特点与需求，激发孩童的参与积极性，提升互动效果，同时帮助孩童形成正确的认知观念、稳定的情绪状态、健全的人格品质与良好的行为习惯，促进孩童心理全面健康成长。

(三) 保障亲子互动时间

充足的互动时间与合理的互动频率是保障亲子互动质量的基础，家长要合理安排时间，保障亲子互动的质量，提高互动频率，满足孩童的心理需求，强化亲子情感联结，促进孩童心理成长。

家长要树立亲子互动的意识，认识到亲子互动对孩童心理成长的重要意义，主动抽出时间陪伴孩童，将亲子互动纳入日常生活计划中，合理安排工作与生活，避免因工作繁忙而忽视亲子互动。例如，家长可每天抽出1—2小时的时间，陪伴孩童玩耍、学习、交流，开展亲子互动；每周安排1—2次全家一起的户外活动或家庭聚会，增加亲子相处的时间，强化亲子情感联结。同时，家长要注重互动的规律性，保持稳定的互动频率，让孩童形成良好的心理预期，感受到家长的关爱与陪伴。

对于工作繁忙、经常出差的家长，要充分运用碎片化时间，开展灵活多样的亲子互动，例如，通过视频通话、语音聊天等方式，与孩童保持沟通与交流，了解孩童的心理状态与成长情况，给予孩童情感支持与引导；在出差回来后，抽出专门的时间陪伴孩童，弥补缺失的亲子互动时间。此外，家长要注重互动的质量，即使互动时间有限，

也要全身心投入,与孩童进行有效的沟通与互动,确保互动的实效性。

保障亲子互动时间,能够让家长及时了解孩童的心理需求、情绪变化与成长状况,及时给予孩童情感支持与引导,强化亲子情感联结,让孩童获得安全感与归属感,同时促进孩童的情感心理、人格发展与社会适应能力发展,为孩童心理全面健康成长提供时间保障。

(四) 提升家长自身素养

家长自身的素养直接影响亲子互动的质量与孩童的心理成长,家长要注重提升自身素养,树立正确的教育理念,掌握科学的亲子互动技巧,规范自身的言谈举止,充分发挥示范作用,为孩童树立良好的榜样,促进孩童心理成长。

家长要加强学习,主动学习科学的教育理念与亲子互动技巧,了解孩童心理发展的特点与规律,提升自身的教育能力与亲子互动能力。例如,家长可通过阅读教育类书籍、观看教育类视频、参加亲子教育讲座等方式,学习科学的亲子互动方法,掌握与孩童沟通、引导孩童的技巧;同时,家长要注重自我反思,及时总结亲子互动中的经验与不足,不断优化互动方式,提升互动质量。此外,家长要提升自身的情绪管理能力,学会控制自己的情绪,在日常生活中保持平和、乐观的心态,避免在孩童面前发脾气、抱怨,为孩童营造温暖、和谐的互动氛围。

家长要规范自身的言谈举止,养成良好的行为习惯,充分发挥示范作用,给孩童树立良好的榜样。例如,家长要自觉远离手机、电脑等电子产品,养成阅读、运动等良好的生活习惯;家长要诚实守信、礼貌待人、乐于助人,为孩童树立正确的行为榜样;家长要尊重他人、包容他人,引导孩童学会尊重与包容。通过自身的言谈举止,潜移默化地影响孩童,帮助孩童养成良好的行为习惯,形成健全的人格品质。

提升家长自身素养,充分发挥示范作用,能够让家长更好地开展亲子互动,提升互动质量,同时为孩童树立良好的榜样,引导孩童形成正确的价值观、人生观与行为习惯,促进孩童心理全面健康成长。

(五) 增强亲子互动的针对性

增强亲子互动的针对性,满足孩童的个性化需求,是提升亲子互动效果、促进孩童心理成长的重要保障。家长要充分了解孩童的性格特点、兴趣爱好、心理发展水平与个性化需求,结合孩童的具体情况,开展针对性的亲子互动,让亲子互动更贴合孩童的需求,发挥最大的作用。

家长要加强与孩童的沟通与交流,深入了解孩童的内

心想法、兴趣爱好与心理需求,关注孩童的情绪变化与成长状况,准确把握孩童的个性化特点。例如,家长可通过日常聊天、游戏互动、观察等方式,了解孩童的性格是内向还是外向,兴趣爱好是绘画还是音乐,心理需求是需要更多的情感陪伴还是更多的鼓励与肯定。根据孩童的个性化特点,选择合适的互动形式与互动内容,激发孩童的参与积极性。例如,对于性格内向、安静的孩童,可选择亲子阅读、手工制作等安静的互动形式,注重情感交流与陪伴;对于性格外向、活泼的孩童,可选择户外游戏、球类游戏等互动性强的形式,注重合作能力与动手能力的培养;对于缺乏安全感的孩童,可增加情感交流型互动,给予更多的拥抱、安慰与鼓励,增强孩童的安全感。

同时,家长要根据孩童的心理发展水平,调整互动内容与互动方式,确保互动内容与互动方式贴合孩童的认知能力,让孩童能够理解与参与。例如,对于认知能力较低的幼儿,可选择直观、形象、简单的互动内容,注重感官刺激与语言发展;对于认知能力较强的青少年,可选择复杂、深入的互动内容,注重思维能力与自主能力的培养。此外,家长要关注孩童的个性化心理需求,针对孩童的具体需求,开展针对性的互动,帮助孩童解决心理困惑,促进孩童心理成长。

增强亲子互动的针对性,满足孩童个性化需求,能够让亲子互动更贴合孩童的心理发展特点与需求,充分激发孩童的主观能动性,让孩童在互动中获得快乐与成长,同时促进孩童认知、情感、人格、行为习惯等方面的全面发展,实现孩童心理的健康成长。

(六) 搭建亲子互动平台

搭建亲子互动平台,丰富亲子互动内容,能够为家长与孩童提供更多的互动机会,提升亲子互动的趣味性 with 实效性,促进孩童心理成长。家长要主动搭建亲子互动平台,结合孩童的年龄特点与兴趣爱好,丰富亲子互动内容,让亲子互动更加多样化、常态化。

家长可搭建家庭互动平台,营造良好的家庭互动氛围,开展多样化的家庭互动活动,例如,家庭读书会、家庭手工节、家庭运动会等,让家长与孩童在活动中互动、交流、成长;家长可搭建户外互动平台,带孩童走出家门,参与户外活动,例如,公园散步、郊外野餐、亲子徒步等,让孩童在亲近自然的过程中,与家长开展互动,同时释放压力,促进身心协调发展;家长可搭建兴趣互动平台,结合孩童的兴趣爱好,开展针对性的兴趣互动活动,例如,孩童喜欢绘画,家长可与孩童一起绘画、举办小型画展;孩

童喜欢音乐，家长可与儿童一起唱歌、演奏乐器，让儿童在兴趣活动中，与家长建立更深厚的情感联结，同时培养兴趣爱好，促进心理成长。

此外，家长可运用各类社会资源，搭建更多的亲子互动平台，例如，参加社区举办的亲子活动、亲子公益活动等，让家长与儿童在参与活动的过程中，不仅能够开展亲子互动，还能接触更多的人，积累人际交往经验，提升社会适应能力。同时，家长要注重互动内容的创新性，不断丰富互动内容，避免互动形式单一、枯燥，激发儿童的参与积极性，提升亲子互动的效果。

搭建亲子互动平台，丰富亲子互动内容，能够为家长与儿童提供更多的互动机会，让亲子互动更加多样化、常态化，同时提升亲子互动的趣味性、实效性，强化亲子情感联结，促进儿童认知、情感、人格、行为习惯与社会适应能力的全面发展，助力儿童心理健康成长。

（七）注重亲子互动中的情感传递

情感传递是亲子互动的核心，注重亲子互动中的情感传递，强化亲子情感联结，能够为儿童心理成长提供温暖的情感支撑，促进儿童情感心理的健康发展。家长要将情感传递融入到亲子互动的全过程，让儿童在互动中感受到被爱、被理解、被尊重，增强安全感与归属感。

在亲子互动过程中，家长要注重情感的表达与回应，主动向儿童表达自己的爱与关心，例如，通过拥抱、抚摸、亲吻等非言语方式，向儿童传递温暖与爱意；通过语言表达，告诉儿童“爸爸妈妈爱你”，让儿童明确感受到家长的爱。同时，家长要及时回应当儿童的情感需求，当儿童表达自己的情绪、烦恼与喜悦时，家长要给予共情与理解，让儿童感受到被重视、被关心。例如，当儿童感到难过时，家长要给予安慰与陪伴，告诉儿童“爸爸妈妈一直陪着你”；当儿童感到开心时，家长要与儿童一起分享快乐，强化儿童的积极情绪。

家长要注重营造温暖、和谐、民主的互动氛围，让儿童在轻松、愉悦的环境中开展互动，放下心理戒备，主动表达自己的内心想法与情绪感受。在互动过程中，家长要尊重儿童的意见与感受，不强迫儿童做不喜欢的事情，不否定儿童的情绪表达，让儿童感受到被尊重、被接纳。例如，当儿童表达自己的想法与家长的意见不一致时，家长不要急于否定，而是耐心倾听儿童的想法，与儿童平等探讨，尊重儿童的选择，让儿童感受到自己的话语权被重视；当儿童产生负面情绪时，家长不要指责、批评，而是给予同情与理解，引导儿童合理释放情绪，让儿童感受到被关

爱、被包容。

此外，家长要注重在日常小事中传递情感，让情感传递融入到亲子互动的每一个细节中。例如，在儿童生病时，家长悉心照料、陪伴左右，让儿童感受到家人的温暖；在儿童取得进步时，家长真心为儿童感到高兴，给予真诚的鼓励与肯定；在儿童遇到困难时，家长坚定地站在儿童身边，给予支持与帮助，让儿童感受到坚实的情感支撑。同时，家长要注重亲子之间的情感共鸣，主动分享自己的情绪与想法，让儿童了解家长的内心世界，拉近亲子之间的心理距离，强化亲子情感联结。

注重亲子互动中的情感传递，强化亲子情感联结，能够让儿童在温暖、友爱的环境中成长，获得充足的安全感与归属感，逐步形成积极乐观的情绪状态与健全的人格品质。同时，深厚的亲子情感联结能够让亲子互动更加顺畅、有效，让家长更深入地了解儿童的心理需求，更好地开展针对性的亲子互动，为儿童心理全面健康成长提供坚实的情感保障。

（八）强化亲子互动中的规则意识

规则意识与自律能力是儿童心理成长的重要组成部分，也是儿童社会适应能力的核心基础。在亲子互动中强化规则意识，培养儿童的自律能力，能够帮助儿童学会约束自己的行为，尊重他人的权益，养成良好的行为习惯，促进儿童心理的成熟与完善。家长要将规则教育融入到各类亲子互动中，让儿童在互动中理解规则、遵守规则，逐步培养自律能力。

家长要与儿童共同制定合理的规则，结合儿童的年龄特点与认知水平，制定明确、具体、可操作的家庭规则，让儿童能够理解规则的意义与要求，主动参与规则的制定过程中，增强儿童对规则的认同感与遵守意愿。例如，在制定家庭作息规则、卫生规则、行为规则时，家长可征求儿童的意见，与儿童一起协商，确定合理的规则内容与执行方式，让儿童感受到自己是家庭的一员，增强责任意识。同时，规则的制定要公平、公正，兼顾家长与儿童的需求，避免过于严苛或宽松，确保规则的可行性。

在亲子互动过程中，家长要严格执行规定，以身作则，率先遵守规则，为儿童树立良好的榜样。例如，家长制定了“晚上9点睡觉”的规则，自己就要按时睡觉，不熬夜，让儿童感受到规则的严肃性；家长制定了“饭前洗手”的规则，自己就要带头执行，引导儿童养成良好的卫生习惯。当儿童遵守规则时，家长要及时给予鼓励与肯定，强化儿童的良好行为；当儿童违反规则时，家长要耐心引导，让

孩童认识到自己的错误,明白违反规则的后果,主动改正错误,不迁就、不纵容。

此外,家长要注重在互动中引导孩童自我约束、自我管理,逐步培养孩童的自律能力。例如,在游戏互动中,引导孩童遵守游戏规则,自觉约束自己的行为,不要赖、不任性;在学习引导互动中,引导孩童遵守学习计划,自主安排学习时间,培养自主学习的自律能力;在生活照料互动中,引导孩童遵守生活规则,自主完成自己的事情,培养生活自理的自律能力。通过长期的引导与培养,让孩童逐步形成自我约束、自我管理的能力,养成良好的行为习惯。

强化亲子互动中的规则意识,培养孩童自律能力,能够帮助孩童树立正确的规则观念,学会尊重规则、遵守规则,同时提升自我管理能力与自律能力,养成良好的行为习惯。这不仅能够促进孩童心理的健康成长,还能为孩童后续的人际交往与社会适应奠定坚实的基础,让孩童能够更好地融入集体、适应社会生活。

(九) 引导亲子互动中的挫折教育

挫折是孩童成长过程中不可避免的经历,挫折教育是促进孩童心理成长、培养坚韧品质的重要途径。在亲子互动中融入挫折教育,能够帮助孩童正确看待挫折、勇敢面对挫折、学会克服挫折,逐步培养坚韧不拔的人格品质,提升心理承受能力,为孩童后续的成长与发展奠定基础。家长要注重在亲子互动中引导孩童经历挫折、应对挫折,让孩童在挫折中成长、在挫折中进步。

家长要转变观念,允许孩童在亲子互动中经历适当的挫折,不包办代替、不过度干预,让孩童有机会自主面对困难、解决问题。例如,在游戏互动中,允许孩童经历失败,不急于帮助孩童完成游戏、不刻意让孩童赢,让孩童在失败中学会反思、学会总结;在学习引导互动中,允许孩童遇到困难,不急于给出答案、不包办代替,引导孩童自主思考、自主解决,让孩童在克服困难的过程中提升能力、磨练意志。

在孩童遇到挫折时,家长要给予及时的情感支持与正确的引导,帮助孩童正确看待挫折,缓解挫折带来的负面情绪。例如,当孩童在游戏中失败、感到沮丧时,家长要给予安慰与鼓励,告诉孩童“失败不可怕,重要的是我们从中学会了什么”,引导孩童分析失败的原因,总结经验教训,鼓励孩童再次尝试;当孩童在学习中遇到困难、产生退缩情绪时,家长要给予支持与引导,告诉孩童“困难是暂时的,只要我们坚持努力,就一定能够克服”,引导孩童逐步克服困难,培养坚韧的品质。

此外,家长要注重在互动中为孩童树立面对挫折、克服困难的榜样,通过自身的言谈举止影响孩童。例如,家长在面对工作、生活中的困难与挫折时,保持积极乐观的心态,勇敢面对、努力克服,让孩童感受到坚韧不拔的精神;在亲子互动中,家长可分享自己克服挫折的经历,让孩童从中受到启发,学会如何应对挫折。同时,家长要注重对孩童的挫折承受能力进行循序渐进地培养,根据孩童的年龄特点与心理发展水平,逐步增加挫折的难度,让孩童在不断克服挫折的过程中,提升心理承受能力与坚韧品质。

引导亲子互动中的挫折教育,培养孩童坚韧品质,能够帮助孩童正确看待挫折、勇敢面对挫折,提升心理承受能力与解决问题的能力,逐步形成坚韧不拔的人格品质。这不仅能够促进孩童心理的健康成长,还能让孩童在后续的成长过程中,更好地应对生活、学习中的各种困难与挑战,实现人生的长远发展。

五、结束语

亲子互动作为孩童成长过程中最直接、最持久、最具影响力的人际交往形式,在孩童心理成长过程中占据着不可替代的重要地位,是促进孩童认知发展、情感心理发展、人格发展、行为习惯发展与社会适应能力发展的核心支撑,直接关系到孩童心理的全面健康成长,影响孩童一生的发展轨迹。家长作为亲子互动的主导者,应主动树立科学的亲子互动理念,优化互动方式,保障充足的互动时间,不断提升自身素养,结合孩童的个性化需求开展针对性的亲子互动,注重互动中的情感传递与规则教育,融入挫折教育,让亲子互动真正成为孩童心理成长的“养分”,助力孩童实现心理的全面健康成长,成长为积极、健康、向上的个体,同时也能推动亲子关系的和谐发展,为孩童营造温暖、友爱的成长环境。

参考文献:

- [1] 陈莹轩.浅议音乐教育对农村留守儿童心理健康发展的作用及途径[J].戏剧之家, 2015(15): 196-197.
- [2] 李海波.环境与儿童成长略论[J].吉林教育, 2014(Z1): 25.
- [3] 刘青.论童话对儿童心理成长的意义[D].上海:上海外国语大学, 2013.
- [4] 白静.论童话对儿童心理发展的价值[D].郑州:河南大学, 2007.
- [5] 李玲, 南姣鹏, 解亚雯.农村留守儿童心理健康现状分析研究[J].教育进展学刊, 2026, 3(01): 22-24.
- [6] 高卓娅, 孙蕾.多维度视角下课程思政融入学前儿童发展心理学教学策略研究[J].教育思想理论研究, 2024, 2(02): 24-26.