

©湖南省自然科学基金项目“基于老年人口异质性的农村社区养老服务供需精准匹配研究”（项目编号：2020JJ4320）

# 家校社协同模式下中学生心理健康教育的路径探索 ——基于生态系统理论

刘梦琪

青少年心理健康教育是促进学生全面发展、和谐发展的重要途径，需要家庭、学校、社会的共同努力。基于生态系统理论的视角，从不同层级分析家校社协同模式在中学生心理健康教育生态系统中面临的现实困境，并提出针对性的实践策略，以期有效提升中学生的心理健康水平，为其学业和个人成长奠定坚实基础。

随着“双减”政策的实施，学生逐渐解脱于繁重的课程压力和课外辅导，这为他们减轻压抑、焦虑等负面情绪提供了机会，也为推进心理健康教育提供了良好的契机。在此背景下，如何高效开展青少年心理健康教育成为了当前教育领域的紧迫课题。2021年7月，教育部办公厅发布《关于加强学生心理健康管理工作的通知》，强调了学校、家庭和社会在提升学生心理健康素养上的关键作用和教育合力。家校社协同育人机制凭借其资源整合和全方位关注的优势，为促进学生身心健康、营造良好的教育生态提供了有效的支持和保障。基于此，本文力求从心理育人的角度出发，以尤·布朗芬布伦纳的生态系统理论为框架，聚焦家庭、学校和社会在心理健康教育中的角色与责任，并分析各主体间错综复杂的相互关系，以期为家校社协同推进青少年心理健康教育探索新的路径。

## 家校社协同推进青少年心理健康教育的理论阐述

在推进青少年心理健康教育“一体化”的过程中，从割裂式教育管理向家校社协同式育人的过渡是提升青少年心理健康水平的关键议题，也是促进高质量教育改革的重要抓手。生态系统理论提供了一个较为系统的理论框架，用以理解家庭、学校、社会及其相互作用对学生心理健康和发展轨迹的影响。<sup>[1]</sup>生态系统本指在自然界的一定空间内，生物与环境的统一整体以及这二者在一定时间内的动态平衡。在此基础上，尤·布朗芬布伦纳提出了生态系统理论，强调个体的发展会受到不同层面环境系统的交互影响。

生态系统主要包括微系统、中系统、外系统以及宏系统。微系统是指个体直接接触和参与的系统，比如家庭、学校以及社区等，是个体日常生活的核心环境，对个体心理发展的影响最为直接和密切。中系统是微系统中各种因素的交互作用，家庭、学校和社会之间的互动和合作也是促进青少年全面发展的重要途径。各方协调一致的教育目标、家校之间及时有效的信息沟通、社会力量的积极参与等都是改善学生心理健康状况，预防和化解心理危机的关键因素，这些交互作用有助于个体的心理发展实现最优化。外系统包括个体并未直接参与但对其发展产生影响的系统，外部环境的影响会通过微系统传递给个体。例如，父母的工作模式、父母与他人的相处模式、自身童年的留守经历等，都会潜移默化地影响青少年的身心状态和心理品质，既可能成为青少年在日后面对挫折时的保护性因素，也可能阻碍其积极成长。宏系统是更大规模的社会系统，包括文化、制度、法律、政治体系等，形成了一个更广泛的意识形态框架，影响着个体的价值观、行为模式等方面。例如，积极向上的社会价值观、文化传统、健康的社会心态等都是促进青少年心理健康发展的保障力量，为家校社协同育人提供了宏观指导。上述不同系统之间通过相互联系，形成了一个复杂的生态系统。

## 生态系统理论视角下家校社协同模式 在青少年心理健康教育中面临的现实困境

### （一）微观困境

作为青少年成长环境中的三大基础力量，家庭、学