

扰动家庭互动模式 拓展家校合作空间

——乡村学校家校合作的策略探究

◎丁一杰(广东省广州开发区中学, 广州 510730)

摘要: 家校合作是家庭与学校以沟通为主, 相互配合, 合力育人的教育方式。当前, 乡村学校的家校合作困难重重, 家校合作的空间比较狭窄。乡村地区的家长教育方式千差万别, 对孩子的成长影响也程度不同, 留守、离异、丧偶、寄养等家庭情况更为复杂, 尤其是一些有不良互动模式的家庭, 对孩子的身心影响巨大。实践证明, 可以通过以家庭治疗为理论背景的家校合作方式扰动家庭互动模式, 突破乡村地区家校合作的局限, 拓展家校合作的空间。

关键词: 乡村学校; 家庭治疗; 家庭互动; 家校合作

中图分类号: G44 **文献标识码:** B **文章编号:** 1671-2684 (2023) 11-0059-04

一、引言

近年来, 青少年的心理问题越来越成为全社会关注的热点, 媒体关于青少年自杀、网瘾、弑亲、空心病等报道屡见不鲜。在我支教的乡村学校里, 不学习、不写作业、上课捣乱、早恋、孤僻不合群、一来上学就肚子疼、发烧等情况的学生几乎每个年级都有。作为一线心理教师, 静下心来抽丝剥茧, 寻找青少年诸多偏差行为背后的原因时, 总有一个原因会浮现出来, 那就是家庭问题。

20世纪50年代, 美国的精神分析师阿克曼等有一个奇怪的发现, 精神病院的住院病人经过一段时间的治疗后, 病情稳定或趋于好转, 但是当他们的家人来医院探视或出院回家(与医院同等剂量服药)后病情会出现波动甚至反复恶化。于是阿克曼首先把对个体病人的关注转向病人所在的家庭, 提出了家庭治疗这种新的治疗方法,

被称为心理咨询领域的第四势力。

家庭治疗的理论核心是系统观, 认为疾病或症状是家庭系统循环因果的产物, 以家庭动力系统为出发点, 关注家庭成员间的互动, 强调家庭的重要性, 治疗的关键是理解和扰动家庭互动模式。

家庭治疗中把呈现出问题的病人称为索引病人。青少年作为未成年人, 自我发展未完善, 和家人的边界没有完全分化, 受到家庭系统的影响很大, 经常成为家庭系统的索引病人。因此, 在与青少年工作时, 只是辅导单个孩子效果甚微, 干预重点在于探索孩子问题的形成、维持和功能意义, 找出家庭成员间不良的互动模式, 通过扰动家庭成员间的不良互动模式, 达到更好地解决问题的目的。

二、不良家庭互动模式对青少年的身心影响

家庭互动模式的权利之争表现在亲

注: 本文系广东省广州市教育研究院2022年度科研课题“以家庭治疗模式为载体促进乡村学校家校合作的实践研究”(2022xcjy08)的研究成果。

表1 常见的四种青少年索引病人

索引病人分类	情绪配偶	小大人	小恶魔	小病人
症状行为表现	作为父母情绪配偶的青少年多数生活在父母关系不和甚至破裂的家庭中，家庭关系三角化，孩子作为未成年人无法解决父母的困扰，逐渐被父母的问题吞噬，自我价值感低。	小大人通常生活在多灾多难的家庭中，他们显得乖巧懂事，但是内在却是一个假性自我。他们容易感到压抑自卑，为他人而活使他们总产生无意义感。	小恶魔是班级中最调皮捣蛋的青少年，他们通常生活在极端教养方式的家中，通过用攻击或者被动攻击的方式，做一些出格的行为来吸引他人的注意。	小病人通常生活在压抑指责的家庭中，他们内在的很多冲突无法通过言语化表达，只能通过躯体表达，表现为身体的各种不舒服，常见的有肠胃问题、发烧、过敏等。

表2 乡村学校家庭教养情况

因子	温暖陪伴	民主参与	体贴支持	循循善诱	言行不一	放任过失	信心不足
实际得分	5.35	4.22	4.70	5.81	3.40	3.56	2.81
常模均值	5.40	4.15	4.75	5.55	3.54	1.30	2.49
常模标准差	2.33	2.29	2.72	2.27	1.75	1.71	1.73
取值范围	0~8	0~8	0~8	0~8	0~8	0~8	0~8

子双方的关系控制上。培育性的控制是亲子双方承担各自责任，彼此信任，提供资源，而压制性控制是通过控制获得掌控感，引起对抗、焦虑、抑郁、躯体疾病等。常见的父母对孩子的控制包括过度呵护、精神PUA、家庭规则、代际派遣、育儿焦虑、双重束缚等。常见的孩子对父母的控制包括：用症状控制父母和家庭排列错位（孩子是家庭中的霸王）。

在不良的家庭互动模式运作下，青少年很容易成为家庭的索引病人，常见的四种青少年索引病人见表1。

三、乡村学校家庭教养方式现状调查

在乡村支教期间，我发现农村学校的家校合作尤其困难重重，乡村地区家长教育方式千差万别，留守、离异、丧偶、寄养等家庭情况更为复杂，对孩子的成长影响程度不同。尤其是一些有不良互动模式的家庭对孩子的身心影响巨大。

我对学校4~6年级全体学生进行心理普查，使用家庭环境问卷（PSDQ）全面调查乡村学校的家庭特征及家庭教养方式，共包括温暖陪伴、民主参与、体贴支持、循循善诱、言行不一、放任过失、信心不足等7个维度。据此了解学生的家庭教养情况，发现不良心理问题可能存在的家庭因素。调查结果见表2。

从数据中可以看出，乡村学校家长的教养方式中，民主参与、循循善诱、放任过失、信心不足分数高于常模，尤其是循循善诱、放任过失、信心不

足三个方面的家庭问题情况比较突出。

四、扰动家庭互动模式，拓展家校合作空间的策略

乡村地区家长受教育水平普遍偏低，不少家长外出打工，家里只有老人带孩子，家校合作的空间非常狭窄，寄养、离异、丧偶等情况更为复杂，因此不良家庭互动模式对孩子的身心成长十分不利。在调查中发现，乡村家庭在循循善诱、放任过失、信心不足三个教养方式问题上情况比较突出，说明家长与孩子的情感联结不够，更重视孩子物质的满足而缺乏对孩子精神的滋养，没有时间精力管教孩子，不重视孩子优势的培养，使得乡村孩子的自信心普遍偏低。

在这样的情况下，教师想要扰动家庭互动模式，拓展家校合作空间，在家校合作的框架中进行家庭会谈，帮助家庭面对自身存在的问题，需要掌握一定的方式方法。

（一）家校合作以解决问题为取向

首先，家校合作的目的是解决问题，不是以追责为导向。在家庭治疗的框架里面，家庭问题是循环因果的结果，不是哪一个家庭成员造成的，因此教师要能共情父母的困境和不容易。任何家庭出现偏差行为的孩子，父母都是很糟心的，教师不要批判指责家长，要充分尊重家长，与家长建立合作联盟。

（二）注意家校沟通中的立场中立

教师在与家庭会谈时，要注意教师的边界和

身份，避免陷入家庭问题的漩涡中。中立的立场还可以帮助家庭获得第三方视角，探讨解决问题的有效方法，帮助家庭调整养育方式，增进父母之间的合作。

（三）运用家庭会谈技巧，拓展家校合作空间

有时家庭会谈会陷入无话、尴尬的境地，尤其是受农村学校的家长本身文化水平的限制、领悟能力的差异，纯对话的会谈常常效果不佳。为了拓展家校合作的空间，可以借助一些会谈技巧和会谈工具（潜意识图卡、家庭格盘等）。

1. 会谈技巧的使用

在会谈中，教师可以应用一些提问技巧，达到有的放矢的效果。比如：

例外提问：“孩子什么时候完成作业效率比较高？”

奇迹性提问：“如果奇迹发生，你的问题没有了，会有什么不同？”

差异性提问：“你觉得爸爸妈妈谁更关心你一点？”

澄清性提问：“如果满分10分，你给你老公打几分？”

假设性提问：“如果你的邻居知道你家目前的情况，他们会怎么想？”

恶化极端提问：“你们可以再做些什么，让关系变得更糟糕？”

责任回归提问：“这次的冲突，你有什么做得不好的吗？”

资源取向提问：“你孩子身上有没有什么优点？”

指向未来提问：“假如你现在不上学，三个月后，你会是什么样子？”

循环提问：“你猜在你儿子眼中，你们的婚姻关系是怎么样的？”

2. 会谈工具的应用个案举例

我使用最多，发现效果最好的会谈工具是潜意识图卡，它可以快捷直观地反映家庭互动模式和家庭想要解决的问题。使用图卡时要注意，不要评判和解释，要让家庭成员的潜意识自由流淌。

小雨（化名），女，12岁，妈妈在她五年级时去

世，当时她没有特别悲伤的反应，爸爸长期外出打工，家里只有爷爷和弟弟。小雨一来学校就胃痛，脸色发白，满头冷汗，就医诊断发现没有胃病，老师和家长觉得孩子不像装的，不知怎么办才好。

这是典型的小病人案例，这个个案所在的家庭是丧亲的单亲留守家庭，由于当年妈妈去世时，家人认为孩子还小，没有让她参加妈妈的追悼仪式，因此小雨对妈妈的哀悼并没有完成。精神分析学派认为，未完成的哀悼对当事人的影响是持续的，会遮蔽她的自我，再加上爸爸长期外出打工，小雨缺乏父亲的关爱，加剧了她内心的冲突和不安安全感，这些无法言语化的潜意识冲突通过躯体的症状表现出来。特别引起注意的是，当年小雨的妈妈也是因为胃癌去世的，小雨胃痛的症状是有功能意义的，她在用疾病表达对妈妈的认同。

结合小雨的个案，具体辅导操作如下：

（1）家庭系统排列

让家长或孩子在卡片中挑选出可以代表家庭成员的图片，挑选成员的范围是与家庭关系密切的人。依据成员彼此的关系亲疏，将图卡排列出来，展示家庭的关系面貌。小雨挑出了妈妈、爸爸、爷爷、弟弟、自己五张牌，根据关系亲疏排列。我们发现，小雨居然和死去的妈妈的位置最近，而妈妈正是因为胃癌去世的，小雨躯体化的症状找到了答案。

（2）亲子相互理解

让孩子在卡牌中选择三张自己最喜欢和最不喜欢的图片，再选择三张最能表达心声的字卡。整个过程中，如果家长说得不对，孩子可以补充或纠正。在这个过程中可以促进亲子的沟通，效果非常突出。小雨挑出“孤独”“委屈”“愤怒”三张字卡，接着让父亲猜测孩子选择这些图卡和字卡的原因。小雨的父亲对孩子的“委屈”“委屈”“愤怒”都理解得不充分，小雨进行了补充。

（3）家庭问题得到解决

让家长或者孩子在最不喜欢的卡牌中选择一张最想解决的问题，将它作为目标牌，接着盲抽一张卡牌，让他们说出自己的自由联想，并指出这张卡牌如果提醒了一个可以解决问题的方法，大家猜会是什么。充分调动家庭成员的潜意识来解决问

题,相信本自具足,答案就在每个人自己的心中。鼓励家庭成员按照自己的潜意识的指引去行动。小雨选择一张大人牵孩子的图片作为目标牌,她盲抽了一张倒水的玻璃壶,经过自由联想,小雨说自己要把不开心说出来,不能憋着,她也不想这么难受,于是她主动预约了接下来的心理辅导。

五、与乡村地区家长开展家校合作的反思

在与乡村地区家长开展家校合作的时候,首要的不是给家庭提建议而是建立联盟关系,关系是第一位的,没有良好的家校关系,一切都是空谈。良好的家校联盟关系建立之后,如果家长有需求,教师可以提供一些专业的意见,比如提醒家长要重视家庭教育的力量,不断学习,经营好婚姻和家庭,活好自己,因为父母的生活幸福是给孩子最好的生命礼物。可以向家长推荐一些家庭教育的书籍、视频、微课、音频等学习资源。其次,提醒家长觉察并处理自己的未完成议题,比如自己的童年创伤、依恋模式、情绪管理、人际模式、强迫性重复的问题,不要把代际问题传递给孩子。再次提醒家长优化养育方式和沟通方式,多关注和回应孩子的情

绪,培养自己与孩子联结和爱的能力,做会共情的父母。最后重视培养孩子健全的人格,调整对孩子的不合理期待,能够承载焦虑和不确定性,不盲目从众,培养孩子的优势,发展孩子的长处,建立孩子的自信。

总之,乡村地区的学校完全可以在以家庭治疗为理论背景的框架下开展家校合作,依据乡村学校家庭教养方式的特殊性,有的放矢,因势利导,结合相应的会谈技巧和会谈工具的应用,找出家庭成员间不良的互动模式,通过扰动家庭成员间的不良互动模式不断拓展家校合作的空间,达到更好地解决问题的目的。

参考文献

- [1]迈克尔·尼克尔斯,西恩·戴维斯. 家庭治疗[M]. 方晓义婚姻家庭治疗课题组,译. 北京:北京师范大学出版社,2018.
- [2]马克·里伟特,埃迪·斯特里特. 家庭治疗100个关键点与技巧[M]. 蔺秀云,房超,何婷,译. 北京:化学工业出版社,2017.
- [3]莉·沃特斯. 优势教养[M]. 闫丛丛,译. 北京:中信出版集团,2018.

编辑/张国宪 终校/石雪

封面人物档案

宋冰冰,高级教师,山东师范大学教育硕士,国家二级心理咨询师,山东省潍坊市教育科学研究院心理健康教育教研员,山东省教育科学研究院心理健康教育兼职教研员,山东省“互联网+教师专业发展”工程心理健康教育研修指导专家,山东省家庭教育志愿服务总队专家,山东省心理健康教育研究会常务理事。曾获山东省首届高中心理健康教育优质课一等奖,山东省心理健康教育先进个人,山东省教育系统关工委先进工作者,山东省潍坊市立德树人标兵,山东省潍坊市“亲子共成长”工程先进个人,多项学生心理健康教育的研究成果获山东省、潍坊市教育教学成果奖。

从教22年来,宋老师一直工作在中小学心理健康教育一线、教研一线,为推动区域心理健康教育科学发展,提高中小学生学习心理素质脚踏实地、笃定前行。她注重引领教师专业成长,每年组织中小学心理健康教育教师培训,提高他们的基本理论、专业知识和操作技能水平。她带领潍坊市骨干心理健康教育教师,打造国家级、省级、市级心理健康教育优质课200多节,为潍坊市心理健康教育培养了一支业务精湛、团结奋进的核心团队。她注重心理健康教育阵地建设,指导创建市级中小学示范心理辅导室41个,心理健康教育特色学校国家级2所、省级11所、市级49所。

在理论研究方面,宋老师主编了《如何打造出色的孩子》,参编了《中小学心理健康教育的理论与实践》《学会学习》《心理健康》《心理健康教育》等中小学心理健康教育书籍10余册,发表了《学优生情绪调控指导策略》《校园暴力的家校干预策略及建议》等多篇论文,主持的山东省教育科学规划课题“普通高中学生学业压力变化状况监测与干预策略研究”、山东省教学科研课题“潍坊市中小学心理健康教育区域推进策略研究”及参与的2项省级课题先后顺利结题。

宋老师热心传播科学心理健康教育理念和知识,近年来为广大教师、学生、家长提供系列心理讲座和家庭教育指导报告100余场次,发挥了良好的辐射引领作用,为中小学生学习心理健康成长发挥了积极作用。