

家庭教育焦虑对教育决策行为的影响研究 ——基于家长视角的实证分析

梁皓云

广州理工学院 人文与教育学院, 广东 广州 510540

DOI:10.61369/ETI.2026030012

摘 要 : 在教育竞争不断加剧的环境下, 家庭教育里的焦虑情绪逐步成为影响家长做教育决策的重要因素。本文通过问卷调查, 分析家庭教育焦虑怎样影响家长的教育决策行为。研究通过3317份家长的样本, 结合孩子学习表现、学习态度等变量, 用聚类分析和回归分析找出不同类型的家庭教育模式。研究结果显示, 家长的教育焦虑程度和他们做教育决策的行为存在显著关联。焦虑程度高的家长通常会更主动参与孩子的学习, 还会多投入教育资源。同时, 不同的家庭教育方式, 在参与孩子教育的程度和教育理念上有明显的差异。本文从家庭教育行为角度说明了教育焦虑影响教育决策的具体方式, 给理解家庭教育行为提供了新的实际数据支持, 也给家庭教育指导提供了参考。

关 键 词 : 教育焦虑; 教育决策; 教育行为

Research on the Impact of Family Education Anxiety on Educational Decision-Making Behaviors — Empirical Analysis from the Perspective of Parents

LIANG, HAO-YUN

College of Humanities and Education Guangzhou Institute of Science and Technology,
Guangzhou, Guangdong 510540

Abstract : As educational competition has become more intense, many parents have started to feel a growing sense of anxiety about their children's education. This anxiety is not just an emotional response—it often shapes how parents think about and make educational decisions. Based on a questionnaire survey of 3,317 parents, this study explores how these feelings of anxiety are connected to what parents actually do in practice. In the analysis, factors such as children's academic performance and learning attitudes are also taken into account, and methods like cluster analysis and regression are used to identify different patterns of family education. The findings point to a clear relationship between parents' anxiety levels and their decision-making behavior. Parents who feel more anxious tend to be more involved in their children's learning and are also more likely to put in additional resources. At the same time, families differ quite a bit in how they approach education—both in how much parents get involved and in what they believe is the “right” way to support their children. Looking at family education from this more everyday, behavioral perspective helps show how anxiety works its way into real decisions. The study adds empirical evidence to the discussion of family education and may also offer some useful reference points for thinking about how to guide parents in practice.

Keywords : educational anxiety; educational decision-making; educational behavior

近年来, 社会竞争的压力增加、教育资源分布不均等问题不断出现, 家庭在孩子教育里的作用也逐渐被更多人关注。家庭不光是孩子成长的第一个环境, 在很大程度上也影响着孩子的学习行为与发展方向。已有研究表明, 父母的教育观念以及日常教育方式会对孩子的学习及发展持续影^[1]。在教育场景中, 家长往往通过监督孩子学习、投入资源以及学习规划等方式参与子女教育, 这些行为在一定程度上影响了孩子的学习态度与学习习惯。

伴随着教育竞争日益激烈, 家长对孩子的教育关注度越来越高, 教育焦虑现象也越来越普遍。很多家长在孩子学习成绩、升学机会以及未来发展等问题上很容易产生焦虑和紧张情绪^[2]。已有的研究表明, 教育资源分配不公、升学竞争激烈和教育评价制度等原因, 都不同程度地增加了父母对孩子受教育成果的看重程度, 也让父母在教育方面更容易出现焦虑心态。

在这种情况下, 有些家长会通过增加教育投入、加强对孩子学习的监督或主动参与到孩子的学习过程来缓解焦虑。然而, 如果焦虑程度过高, 也可能改变家庭教育方式, 对孩子的学习态度与心理发展产生影响。研究发现, 家庭教育不仅影响孩子学业发展, 也和社会情感能力、心理成长有紧密联系^[3]。此外, 家庭教育的具体做法还会受到家庭经济条件、家长教育观念等因素影响, 都会在一定

程度上影响孩子学习压力与教育投入^[4]。与此同时，孩子学习表现也会反过来影响家长的教育行为。当孩子学习表现较好时，家长焦虑程度通常较低，而当成绩不理想时，家长往往更容易产生焦虑并加强学习干预。

总体来看，家庭教育焦虑、家庭教育方式和家庭教育决策行为之间存在密切联系。尽管过去学者的研究对家庭教育焦虑和家庭教育方式已进行了较多讨论，但从家长视角出发，对家庭教育决策行为做系统实证分析的研究较少。因此，本文基于调研数据，分析家庭教育焦虑对家庭教育决策行为带来什么影响，并试着区分出不同类型的家庭教育模式，进一步理解家庭教育行为的形成机制。

一、文献综述

（一）家庭教育焦虑研究

近年来，有关家庭教育焦虑的问题越来越引起教育社会学界及教育心理学界的重视。普遍来说，教育焦虑是指父母由于对子女的成长过程及其学业发展所持的不确定性态度产生的担心或者忧虑心理状态。伴随着教育竞争日益激烈，越来越多的父母感到育儿的压力，这种焦虑也成为很多家庭中的普遍现象。

过去已有许多研究从不同角度分析教育焦虑的形成原因。其中，教育资源分布不平均是大家认可的重要因素之一。当优质教育资源相对有限时，家长往往会通过增加教育投入帮孩子提高竞争能力，这种竞争压力在一定程度上容易加剧教育焦虑。同时，家长对阶层流动的预期及教育评价制度，也会强化家长对子女教育结果的关注，使教育焦虑有了一定程度的结构性特。此外，一些研究指出，家庭的社会经济情况和教育焦虑之间存在一定关联。家庭的经济条件、父母的教育理念及对孩子未来的期待都会影响家长在教育问题上的态度和行为方式，所以教育焦虑不只是个体层面的问题，还涉及教育生态和社会结构等问题。

（二）家庭教育方式研究

家长教育方式被视作影响学生学习行为及成长的重要因素。家庭作为儿童成长最早且最为重要的场所，在行为习惯养成、价值观念塑造、心理发育等方面均起到奠基作用。有研究指出，家庭环境和父母在教育活动中的参与度，都会对孩子的某些能力发展产生一定的长期性影响^[5]。

在家庭教育中，不同家庭往往采用不同的教育方式，例如严格型、支持型和放任型等。支持型家庭会更关注和孩子的交流以及情感上的支撑，能帮助培养孩子学习上的自主能力，而过度控制，则可能在一定程度上影响孩子的学习积极性。家庭教育方式不仅影响孩子的学习发展，也会在价值观建立、人格养成的过程中发挥重要作用。因此，家庭教育的方法在孩子成长有着非常重要的影响。

（三）家庭教育决策研究

家庭教育决策指家庭对子女进行教育而作出的一些具体决定，比如教育投资、学习时间分配及对子女的学习监管等。随着教育竞争程度不断提升，不同家庭间也呈现出一定的教育决策分化特征，有些家庭倾向于加大课外补习力度，有些家庭则更注重子女自由成长。所有这一切都将影响孩子在课堂上的表现。

家庭教育决策会受多种因素制约：如家庭经济状况、教育投资的成本、对孩子未来发展的预期等，在实际中父母往往面临着教育投资和预期收益之间的权衡。另外，父母的教育理念和教育焦虑也会影响其教育决策。高焦虑水平会促使父母采取更多投资

或者监督措施来提高孩子的学业表现以改善家庭教育结果。因此，研究教育焦虑对家庭教育决策的影响，有助于解释家庭教育行为。

二、研究设计

本文在问卷调研的基础上，利用回归模型实证分析家庭教育焦虑与教育决策行为的关系。调查的对象是基础教育阶段的学生父母，并根据孩子学习情况等作为背景变量来分析。问卷采用线上调查方式，共收到问卷24484份，其中有效的8606份，父母样本数为3317份。对收集到的数据进行处理，并剔除掉一些不符合本研究对象及无效问卷，从而保证了数据的真实性和有效性。

在研究方法上，首先通过描述性统计对样本的基本特征进行整理，从整体上了解家庭教育行为的大致情况；随后利用聚类分析划分不同类型的家庭教育模式，以呈现家长群体之间的差异；最后通过回归分析进一步探讨家庭教育焦虑与教育决策行为之间的关系。所有数据分析均使用SPSS 22.0完成。

本次调查共回收有效家长问卷3317份。样本基本特征见表1，其中小学阶段家长占63.3%，初中占21.6%，高中占15.1%；在城市分布方面，一线城市占16.4%，新一线城市占24.4%，二线城市占17.9%，三线城市占20.0%，四线及以下城市占21.3%。

表1 问卷样本特征

人口特征		百分比 (%)
小孩年级	小学	63.3
	初中	21.6
	高中	15.1
城市线级	一线城市	16.4
	新一线城市	24.4
	二线城市	17.9
	三线城市	20.0
	四线及以下	21.3

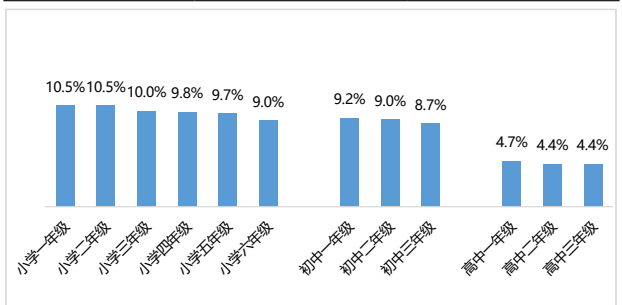


图1 加权后家长各年级比例分布情况

为提高样本代表性,本文依据2019年教育部公布的学生年级比例分布对样本结构进行了加权处理。加权后家长各年级比例分布情况如图1所示,整体与教育部公布的年级比例基本一致。

三、结果与分析

(一) 家庭教育类型分析

通过对家长样本的聚类分析可知,家长教育焦虑水平、参与模式及教育观念等方面的差异相对较大,在家庭教育类型上可分为四大较典型的家庭教育类型:第一类家庭教育焦虑水平高,该类家庭教育者十分重视孩子的学业成绩,并更加主动地参与到孩子学习中去,如常督促孩子的学习情况、协助制订学习方案,或是给孩子更多的学习资源。第二类家庭则较为注重学习计划性,在家庭教育上父母往往会依据孩子学习状况以及成长状态来对孩子学习做一些安排,并且也较关心学习方式及学习效率;第三类家庭属于教育参与度较低的家庭,此类家长较少地直接介入到孩子的学习过程中,而较多地依靠学校的教育或者课外补习班的教学。第四类家庭主要是注重孩子的学习兴趣和自主性,一般会让孩子自己安排自己的时间,有困难的时候家长再介入帮助孩子。

总体来看,不同类型的家庭在教育理念与教育行为方面呈现出明显差异,反映了家庭教育观念和教育参与方式的多样性。

(二) 教育焦虑与教育决策行为

家长的教育焦虑程度与其教育决策行为有一定的联系性,教育焦虑水平越高的家长往往对孩子的学习关注度越高,在教育决策上也更容易积极参与其中。这一类父母往往对孩子成绩的关注度较高,并且倾向采取加大学习投入、强化学习监管或者帮助孩子制定学习方案等方法让孩子取得更好的学习效果,在学习规划、学习时间管理、学习资源选取上也会介入较多。但从长期来看,父母过多地干涉孩子的学习过程,则可能会对孩子自主学习的能力有一定的影响。如果父母经常参与到学习当中,并且给孩子提供大量的帮助,则会让孩子在过程中过于依赖他人,缺乏自己动脑解决问题的能力。因此,在家庭教育里,需要在学习监督和自主发展之间找到合适的平衡。

(三) 家庭教育焦虑的影响机制分析

家庭的教育焦虑与父母对未来子女成长的不确定性相关联,在教育内卷化的环境中,很多父母都希望能增加教育投资来获得更多的发展空间,但是这种对未来发展不确定性也会带来教育焦虑。如果父母的教育焦虑水平较高,则很可能在子女教育中更为积极地进行干预,如加大教育投资或者严格监督孩子的学习活动,在短期内可能会促使孩子更加努力地学习,但过度干预反而会影响孩子学习的积极性。

此外,孩子学习上的表现也会对家长的教育做法产生一定的

影响。当孩子学习成绩较好时,家长对教育结果的预期一般比较稳定,因此焦虑程度相对较低;但当孩子的成绩不理想时,家长更容易产生焦虑情绪,并在教育决策中表现出更强的干预倾向。从以上我们发现,孩子学习表现和家长的受教育行为之间在一定程度上是相互影响^[6]。

四、研究结论与建议

本文基于问卷调查数据,分析家长的教育焦虑和他们在做教育决策时的行为之间的关联。研究结果显示,家长的教育焦虑会改变他们在教育过程中的参与方式,还会对教育投入和学习管理产生一定影响。总体来看,家庭教育焦虑和家庭教育决策之间存在明显关联,不同焦虑水平下,家长的教育行为也有着不同的表现。具体来说,这种影响主要表现在教育参与程度、家庭教育方式和家庭教育行为特征这几个方面。

(一) 家庭教育焦虑会影响家长的教育决策行为

研究发现,焦虑程度较高的父母关注子女学业成绩及升学率的程度较高,并且在子女的学习生活中会付出更多的精力如为子女规划学习目标、督促子女按时完成作业、加大对子女的教育投资等,但过度干预也会加重子女的学习负担。所以,在实际的家庭教育中,应该培养家长更为理性的教育理念,不要因焦虑而过多地干涉孩子的自主性学习的发展。

(二) 不同家庭教育方式存在差异

家长的家庭背景差异导致了家庭教育模式的不同,部分家庭对孩子学习过程和学习监管较为关注,也有部分家庭比较注重激发孩子学习兴趣及提高孩子学习能力。相对而言,支持性家庭教育对保持学生学习热情更为有利,长期严格管控不利于调动学生学习积极性。所以,在教育子女的过程中,应该更加注重对孩子学习能力和学习习惯的培养,在给予孩子必要的帮助的同时也应该给孩子留下自由发展的空间。

(三) 家庭教育行为具有差异性

研究结果显示,不同家庭对教育的投入程度、学习资料的选择范围以及学习过程中的监管模式均有所不同,这除了与家庭教育观念相关以外,还会受到孩子的学习情况、教育环境等因素的作用。因此,对于家庭教育行为的理解,应该考虑来自家庭、学校和社会环境多方面的影响作用。

综上所述,家庭教育焦虑在一定程度上会影响家长的教育行为及教育决策。为减轻家长在教育方面的焦虑感,可以采取家庭教育指导、家长课堂或者社区教育等形式,让家长更好地认识孩子成长规律的同时,还要进一步促进教育资源的合理配置,为了给各地区家庭带来更为均等的受教育的机会以优化家庭教育氛围,让家庭教育得到更为理性和健康的成长。

参考文献

- [1]王芳.今天如何做家长——对《家长家庭教育基本行为规范》的解读与运用[J].中华家教,2021(2):14-24.
[2]尹霞,纪江叶,石莉,等.家长教育焦虑现状及其影响因素分析——基于我国中东部5个省市家庭的调查数据[J].中华家教,2024(3):59-71.
[3]杜媛,毛亚庆.家庭教育中的社会情感学习模式与策略[J].中国校外教育,2021(3):24-30.
[4]许庆红,张晓倩.家庭社会经济地位、教育观念与中小学生学习负担[J].中国青年研究,2017(6):61-66,81.
[5]王宁.家庭教育对青少年道德品质的涵养研究[D].上海:上海外国语大学,2024.
[6]默子兴,高亮,付世水,等.家庭教育决策影响因素研究[J].中国集体经济,2009(24):28-30. DOI:10.3969/j.issn.1008-1283.2009.24.014.