

## 家庭教养方式对青少年积极心理品质影响及培养策略分析

于敏章 龚春婷 余红梅 李自为 何雯雯 张慧娟 胡 韬

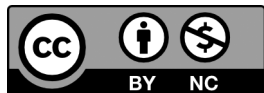
成都师范学院, 成都

**摘要** | 家庭教育指的是家庭直系长辈, 包括父母或其他监护人, 为了促进未成年人身心的健康发展, 对未成年人进行的思想道德、身体素质、社会生活技能、学业文化修养、行为习惯等方面的培养和引导。家庭教育以立德树人根本任务, 培育和践行社会主义核心价值观, 弘扬中华优秀传统文化、革命文化和社会主义先进文化, 促进未成年人健康成长。积极心理学在理论上对父母教育子女有重要的意义, 使家庭教育更加健康。与此同时, 家庭教育对子女形成积极的心理状态具有一定的反作用, 积极的家庭教育观念使子女的人格气质更加完善和谐, 反之, 消极的家庭观念会给子女的心理造成不可逆的负面影响。本文将从家庭教育的基本含义和积极心理学现阶段主要研究领域的理论出发, 将理论与实践相结合, 对实验数据进行分析, 从而使本文的研究结论变得更加科学。

**关键词** | 家庭教育; 青少年; 教养方式; 积极心理学; 心理品质

Copyright © 2024 by author (s) and SciScan Publishing Limited

This article is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/). <https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>



### 1 引言

积极的教育是什么? 积极教育指利用正向的方法、手段和想法来培养孩子形成良好的品行等。也就是说, 在积极的态势下, 从积极的角度看问题, 在达到正面教育的家庭中, 培养孩子自己的自信心, 形成健康的性格。《否定的父亲, 父亲》一书的作者郭忠平先生说, 家庭教育包括是两种教育手段, 一种是积极的教育手段, 如称赞、感谢、鼓励、补偿, 主要是传达肯定性的信息, 能够让孩子们积极地去, 向上提升; 另一种是消极的、否定的教育手段, 如批评、警告、指责、贬低、处罚。“x 应该小于或等于 -2”

基金项目: 四川省哲学社会科学重点研究基地·四川省基础教育研究中心2023年度科研项目“新高考背景下高中生生涯发展规划课程内容设计研究”(编号: JCJY2023-06); 教育部高等教育司2022年第二批产学合作协同育人项目“地方师范院校公共心理学课程教学改革实施路径探索”(编号: 221004092113353); 教育部高等教育司2022年国家大学生创新创业训练计划项目“基于积极心理学视角下的家庭教育的探究分析”(编号: 202214389019)的阶段性成果。

通讯作者: 胡韬, 成都师范学院教育与心理学院教授, 研究方向: 基础心理学及心理统计。

文章引用: 于敏章, 龚春婷, 余红梅, 等. 家庭教养方式对青少年积极心理品质影响及培养策略分析 [J]. 中国心理学前沿, 2024, 6 (3): 402-411.

<https://doi.org/10.35534/pc.0603045>

主要传达的是否定性信息，让孩子们产生忧郁、低沉等否定性的感情。教育孩子可以采取正面和负面不同的方法，从积极心理角度对其进行剖析，其着眼点应该是正面的方法。在对儿童进行教育时，正面方法所占比例超过80%，而负面方法所占比例低于20%。儿童的教育应该以称赞、鼓励、感谢等肯定性的方法为中心，完善否定性的方法。<sup>[1]</sup>父母可以通过明确的教育方向和强有力的执行方法进行家庭教育。

## 2 家庭教育

### 2.1 家庭教育的内涵及重要性

家庭教育是大教育的一个重要组成部分，又是学校教育和社会教育的重要组成部分。家庭教育始终伴随着儿童的发展，从儿童诞生之时甚至可以追溯到胚胎期便开始产生影响，婴幼儿时期的家庭教育在人的终身教育中发挥着重要的奠基作用。小学、初中、高中，家庭教育也一直作为学校教育不可分割的内容，并作为其主要的内容和拓展，其育人目的主要包括在儿童走向学校实行班级教学之前，保证孩子的身心健康发展，为孩子今后的校园生活奠定基础。著名心理专家郝滨老师曾说过：“家庭教育是人生整个教育的基础和起点。”诚然，家庭教育是对人影响最深的教育，它直接或者间接地影响着一个人的人生目标和价值观。

家庭教育是根据联合国教科文组织提出的21世纪青年应该具备的“四教”提出的，即学会学习、学会生存、学会成长、学会与人相处。<sup>[2]</sup>我国比较通俗的家庭教育的定义是学者赵玉林在2008年提出的，包括三种教育方式，即生存之道、做人之道和学习之道。“生存之道”以生命健康为核心，包括身体保健（Health）、心理健康（Happiness）和安全适应（Safety）三个主要方面；“做人之道”的中心是生命的价值观，它包含了生命的三个层面：生命的角色（书）、生命的人格（意）、生命中的自我完善（人际交往）；“学习之道”以生活智慧为基础，包括三个方面：学习素质（Learning）、综合素质（Literature）和独立专长（Special）。

家庭教育、学校教育、社会教育是教育的三大支柱。在现代中国，成人的世界观已经被颠覆，以家教为先导的世界观正在崩溃，以伦理为中心的世界观正在被摧毁，造成了世界观的失落和错位，这些问题亟需得到解决。家庭教育在教育过程中出现了各种问题，因此，应根据需要发展新的、适当的家庭教育模式。<sup>[3]</sup>家庭教育是人教养的起点和基础，正面的家庭教育对孩子的身心发展能够起到了良好的促进作用。

### 2.2 家庭教育类型

从家庭教育作用的角度来看，可以将其划分为积极教育与消极教育。不同形式的教育，其方法、效果各不相同。

积极的家庭教育原则有以下方面。

（1）平等原则。心理学家认为，亲子间的对等争论，不但可以显示出亲子间的相爱关系，而且可以使儿童建立自信心、辨别是非，发展孩子的想象与创新能力。要像对待自己一样对待自己的孩子。

（2）尊重原则。尊重是相互的，父母尊重孩子，孩子也会尊重父母。在此原则上沟通也很重要，

孩子的成长中不仅仅有物质上的需要，还有精神和情感上的需要。有些家长忽略了子女的情感需要，长此以往，孩子与父母的相处会越来越尴尬。

(3) 自由原则。许多家长对子女的管教十分严格，造成孩子不知感恩，性格极端。我们应该相信孩子的能力，给他们自由发展的空间。

(4) 统一原则。家庭的教育要和学校的教育融合在一起，要不然孩子们在教育环境中会茫然无措，无所适从。

(5) 榜样原则。父母是孩子最好的老师，父母做好榜样，就会在教育中赢得孩子的信任和尊重。

(6) 鼓励原则。很多家长都不懂得鼓励的对孩子的重要性，父母的认可会帮助孩子建立自信心，在家庭生活中应当多鼓励孩子。

随着孩子年龄的增长，教育方法也在不断变化。消极的教养方式包括以下方面。

(1) 过度保护。有些时候，因为家长太看重子女的需要，而忽略了受挫能力的培养，所以，尽管他们的先天生活环境很好，但他们的成长却是有限的。当孩子想跑或玩的时候，有些父母怕孩子受伤而阻止他们，在这种情况下，孩子会养成不动的习惯，身体会变得迟钝、虚弱，心智的发展也难免会受到影响，性格也会变得孤僻胆小，缺乏自信而无法独立面对困难。

(2) 过分纵容。许多家长都有过分纵容的问题，对子女的任何需求，不管是精神方面，还是物质方面，都会无条件地予以满足。若一个小孩总是事事顺心，那么他的受挫能力便得不到培养，反而会造成他性格上的孤僻、自大、任性、自私等。郝斌是一位著名的心理咨询师，他认为，父母应该更加重视子女的心理，要针对子女的个性特征，寻找适合孩子的教育方式，避免“简单粗暴”“过度溺爱”。

(3) 揠苗助长。有些父母忽略了孩子的成长发展规律，他们会让孩子很早就学会站立、走路、写字。这会导致孩子的身体和精神出现了严重的不平衡，从而带来发脾气、焦虑、冷漠、孤僻等问题，甚至拒绝学习，也不知道如何与他人和谐相处。

(4) 过度专制。总是对孩子大喊大叫，约束孩子的自由，否定孩子的想法，这样会让孩子长时间地惶恐不安，不敢表达自己，只知道许诺，会使他们丧失信心，迷失自我。不敢去做新的尝试。另外，孩子也会欺凌弱小的小孩来宣泄自己的不满。如此，孩子越大，越有可能对家长产生恨意，并将心中的恨意宣泄出去。

(5) 面孔严厉。孩子无法在严肃的交谈中感受到父母的爱，板着脸只会让孩子对父母望而却步。

(6) 忽视兴趣。有些家长认为孩子不需要培养什么兴趣爱好，如果有的话，父母也认为是理所当然的，并不会当着他人的面夸奖自己孩子的特长，有时候甚至会在不经意间对子女进行批评。事实上，父母对孩子的评价是孩子树立自身形象的依据，如果总是提及他的缺点，忽视他的兴趣，那么孩子就会对自己的能力产生怀疑，这不但会对他的自信心造成打击，还会使孩子缺乏上进心。

(7) 限制说话。孩子喜欢提问，当孩子提问过多时，有的家长会觉得烦，从而打断孩子，或者要求孩子安静。当别人质疑自己的孩子时，一些父母往往会替孩子发言。这种做法会让孩子失去练习表达自我的机会，从而会使孩子的自我表达能力变得很差，也会慢慢地不与父母交流，对孩子的表达能力造成了严重的负面影响，对孩子今后的社会交往也会产生很大的阻碍。

(8) 严苛挑剔。父母总爱找孩子的问题，常常拿孩子的缺点说三道四，言辞尖刻，以“笨拙”“没用”来评价，甚至当着众人责备孩子，孩子就觉得很没面子，自尊心受到很大伤害，性格也因此而变得孤僻、

内向、胆小、自卑。要知道，一个孩子的自尊心被伤害，需要花费很长的时间才能修复，有的甚至是一辈子都不会好起来的。若无法修复，孩子就会对父母产生敌意，不但不会尊敬父母，反而会想办法报复父母。

(9)情绪不受控制。家长心态不平衡，随便发脾气，容易对孩子造成难以弥补的伤害，致使性格扭曲，言行偏执。孩子会更加叛逆、不辨是非、没有责任感，或者会变得更加自闭，没有安全感，也更容易发脾气。

(10)低估孩子。父母不断质疑孩子的能力，会让孩子无法根据自己的想法做事。使他们不得不从“错误”中吸取教训，习惯依赖，习惯于被命令，更加没有了思考意识。

(11)部分概括。家长们用自己的主观情绪和期待来看待自己的孩子，他们会对孩子的发展做出自己的判断，他们会将自己的个性总结为孩子的一个特征，这样会对孩子的发展方向造成一定的限制。比如，有些父母会说“你又在害我”“总是这样”“一无是处”，这样的话，意思是说，你不能改变什么，这样就会使你觉得自己比别人坏。这样他们就不会去改正了。渐渐地，这个小孩会走上一条既定的、毫无价值的道路。这种绝对的态度，很可能会演变成一种偏见，这就会使家长们常常把责任推到自己的孩子身上，从而使他们与自己的孩子产生隔阂。

(12)态度冷漠。当父母对自己的孩子漠不关心时，孩子就会用各种各样的反抗来吸引父母的注意力，而这种反抗往往会把他们引入错误的道路。还有一种情况，就是孩子认为自己的父母对自己漠不关心，对自己的人生感到失望，于是就轻视自己的人格和生命。

(13)玩世不恭。儿童心理治疗师指出，孩子，尤其是年幼的孩子，最害怕来自父母的冷嘲热讽。他们很难理解，最亲近的父母怎么会说出这种表面上是恭维而实际上是贬低的“双关语”，即使父母觉得很有趣。

(14)绝对否定。责备孩子固然没错，但太过于“绝对”，只会让他有一种逆反的心态，从而不愿意接受责备。

(15)夸大。随着孩子年龄的增长，他们会逐渐意识到父母的话中有话，所以长大后，他们会对别人的评论或赞美产生怀疑。此外，习惯于听父母夸大夸奖的孩子，在进入社会后，往往只接受表扬，不听取意见，因此在生活中容易失败。

(16)人身攻击。刻薄的评价会被孩子认为是合理的，从而认可恶意的评价，逐渐变得自卑，进而丧失自尊心和自信心。

### 3 积极心理学的研究现状

#### 3.1 积极主观体验研究

积极情感是一种强调个体对过去、现在、未来等正面经验的积极态度。在处理过去方面，主要研究满足感等积极经验；在处理当下时，主要研究幸福、快乐等积极体验；在处理未来时，它主要研究积极的方面，诸如乐观和希望之类的经历。<sup>[4]</sup>

#### 3.2 积极人格特质研究

积极的个性特征是建立在人类自我管理、自我导向、自我适应的整体理论假定之上的。积极心理

学家认为,积极的人格特质主要是通过激发和强化个体实际和潜在的各种能力而形成的。根据积极心理学家的说法,发展这种性格的一个最好的方式就是让人们感受到更多的正面情感。随着积极心理学的发展,人格特质的研究范围会越来越广。自决是指个体能够做出适合自身发展的选择并坚持下去的能力。

积极心理学从三个方面研究自主人格特质的形成,即先天的学习、创造和好奇的天性是其形成的基础,这些与生俱来的本性,也必须以一定的社会价值观和外在的生活经历转化为自己的内在动机和价值。心理需要得到充分满足是其形成的条件,包括三种基本的心理需要:自主性、能力和交际。

### 3.3 积极社会环境研究

马斯洛、罗杰斯和其他学者都认为,如果一个儿童在和教师、同学、朋友的相处中得到了支持和认可,那么他就会获得更好的发展,更好地认识和接纳自己。相反,如果父母和权威人士不考虑孩子的观点,或者只在孩子符合某些标准时才提供爱的信息,那么孩子就容易出现不健康的情绪和行为模式。

不同的文化对于判断人们的生活满意度有着截然不同的标准。在崇尚个体主义的民族中,人们对快乐的感受被视为理所当然,而对快乐的感觉通常被视为对生活的满足感的一种表现。相比之下,集体主义文化中的人们倾向于根据一定的标准来判断自己的幸福,在评价生活时会考虑家人和朋友的社会取向。因此,在不同的文化中,人们认为与生活满意度相关的因素也不同,这可能是由于文化对人的价值观和目标的影响。

## 4 家庭教育与积极心理观的养成作用分析

### 4.1 研究方法

#### (1) 被试

四川省某中学学生进行年级随机抽取,选取其中100位学生,不限男女性别和成绩水平。

#### (2) 研究方法及内容

本次实验主要采取问卷调查法、统计数据进行分析。

学生问卷内容主要包括家庭氛围、学生身心发展状况和心理健康状况。问卷内容包括父母对自己的态度说明和自身心理状况,采用五级量表,选项分别为:很不符合、不符合、一般、符合、很符合。由第一部分问卷得出家庭氛围,家庭氛围分为三个维度,第一维度“家庭氛围0~2分”为差,第二维度“家庭氛围2~3分”为良,第三维度“家庭氛围3~5分”为优。家庭氛围分数越高,说明家庭教育方式越积极。第二部分是学生现阶段的学生身心发展状况、心理健康状况。

### 4.2 研究数据统计及分析

#### 4.2.1 家庭氛围占比

由100位同学的问卷分析得出,家庭氛围占比最多的是优,说明大部门家庭有着优良的家庭氛围,具体情况如表1所示。

表 1 家庭氛围情况占比表

Table 1 Table of the proportion of family atmosphere situation

家庭氛围分数	等级	占比
0 ~ 2分	差	8.82%
2 ~ 3分	良	43.01%
3 ~ 5分	优	48.17%

### 4.2.2 家庭氛围对学生行为习惯发展的影响

从图 1 中的数据中我们可以发现，家庭氛围级别越高，行为习惯优秀率越高。因此，我们可以得出结论，学生的家庭气氛越好，家庭教育方式越积极，他们就更易培养出自己的良好行为习惯，家庭氛围与良好行为习惯的培养呈正相关。

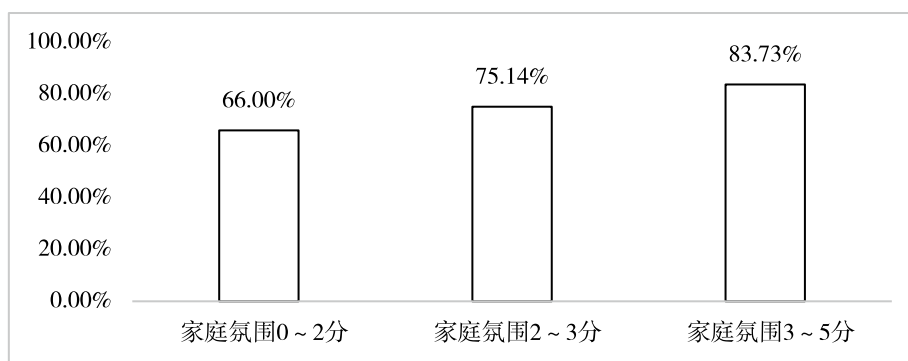


图 1 家庭氛围对学生行为习惯优秀率的影响

Figure 1 The influence of family atmosphere on the excellent rate of student behavior habits

### 4.2.3 家庭氛围对学生社交焦虑状况的影响

由图 2 数据可以看出，家庭氛围与社交焦虑问题成反比关系；较好的家庭环境会降低大学生的社会焦虑水平，也会降低他们的社会焦虑水平。

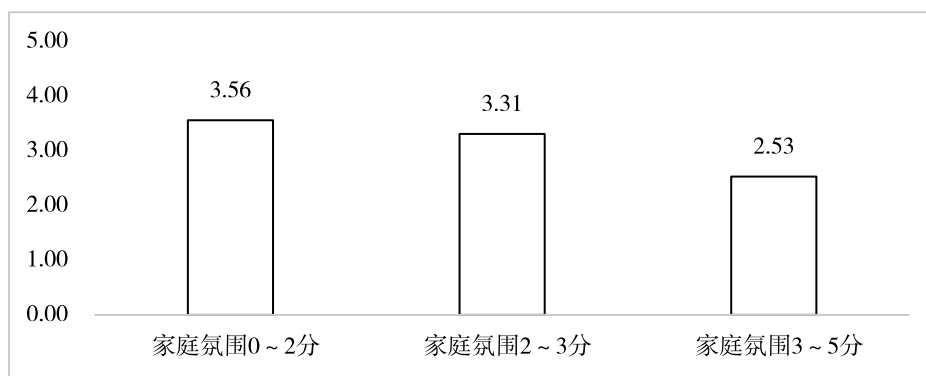


图 2 家庭氛围对学生社交焦虑的影响

Figure 2 The influence of family atmosphere on social anxiety among students

#### 4.2.4 家庭氛围对学生生活满意度和耐挫力的影响

由图3数据可以看出,家庭氛围与学生的生活满意程度和耐挫力成正比关系,这说明,家庭氛围越好,学生对生活的满意度就越高,自己的受挫接受能力就越强,心理承受能力就越好。

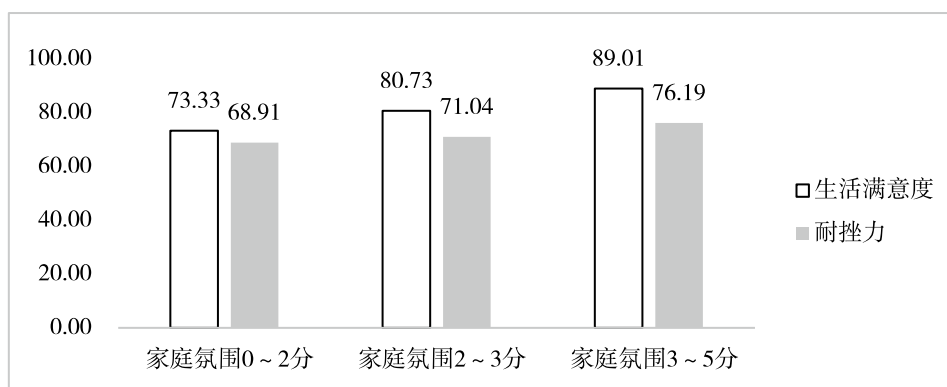


图3 家庭氛围对学生生活满意度及耐挫力的影响

Figure 3 The influence of family atmosphere on student life satisfaction and resilience

### 4.3 研究结论

家庭氛围可以体现出一个家庭的和睦程度,家庭成员间的和睦程度越高,家庭的气氛就会越好,这样对孩子的行为习惯、身心发展也会越有好处。

## 5 家庭教育对子女养成积极心理观的启示

### 5.1 结论

好的家庭气氛指的是家庭教育与正面的教育方法相结合,家庭教育可以形成正面的心理观点。良好的家庭教育对孩子的心理有积极的影响。每个孩子出生时都是一张白纸,在家庭中被微妙地触动。家庭对孩子的影响随时随地都存在。良好、温馨、民主、和谐的家庭教育,可以让孩子从小在爱的环境中得到熏陶,对世界的认知会变得阳光、积极、充满爱,心理上会有安全感。每个人的思想都会对外部评价做出反应,尤其是儿童。父母是孩子安全感的来源。经常被父母鼓励、表扬的孩子往往充满自信,活泼开朗,心理健康。不成功的家庭教育会对孩子的心理产生负面影响。“一个人的知识是否丰富,思想是否发达,良好的习惯养成与否,家庭教育要负全部责任”,孩子是父母的一面镜子,父母家庭教育的成败直接反映在孩子的心理健康上。单亲家庭、父母经常吵架的家庭、教育方式偏激的家庭,孩子出现心理问题的概率更高。中小學生正处于人格形成和心理发展的关键时期,与成年人相比,他们的心理更加敏感脆弱,容易受到外界因素的影响<sup>[5]</sup>。家庭的不完整很容易盖过孩子幼小的心灵,让孩子没有安全感;家庭关系紧张、经常争吵的家庭,也会让孩子坐立不安,容易出现自闭症,不愿与人交流;孩子在教育方式上总能用物质奖励让孩子取得好成绩,很容易对孩子的心理产生负面影响。

## 5.2 启示

离开说教，控制情绪，用情感教育感染孩子。对儿童的教育，应以言教为主，以情教为辅。有些家长整天照料、教育孩子，效果却不明显。为什么是这样？究其原因，简单枯燥的说教无法引起孩子心理上的共鸣，孩子无法理解，甚至会在内心滋生逆反情绪。这时候就需要对孩子进行情感教育。当孩子犯错时，训斥可能不如理解和宽容更能起到教育的效果。允许孩子犯错，但要督促其改正；当孩子受到委屈时，愤怒地追责可能还不如一个大大的拥抱。让孩子感受到父母永远是他坚强的后盾，所有的怨言都能烟消云散。

加强沟通，学会倾听和了解孩子内心的需求。在家庭教育的过程中，家长和子女的交流不顺畅是一个常见的现象，由此引发了许多问题。许多父母在工作的同时，要花费大量的金钱让他们孩子上各种各样的辅导班，或者让他们的祖父母带着他们，彼此之间的交流并不多。导致了許多“问题少年”与儿童的精神疾病。因此，父母要多与孩子接触，多与孩子沟通，时刻关注孩子的心理状态，才能及时地发现孩子的心理问题。为此，父母必须学会倾听。父母应该放下尊严，平等地与孩子沟通，让孩子把内心真实的想法告诉父母，父母也能听到他们心底的声音。在聆听中，把握幼儿的学习、生活状况，理解幼儿的内在需要。了解了这一点，父母才能真正做到因材施教，满足孩子的真实需求，让孩子获得满足感，实现身心的良性循环发展。

宽容为本，耐心等待，给孩子成长的时间。每个孩子都是不同的个体，成长发育的规律也不尽相同。有的孩子发育早，思维敏捷，听话懂事，记忆力极佳；而有的孩子发育晚，思维迟钝，好动调皮，记忆力差。这个时候，父母要有一个宽容的心态，不要急于求成，而是要耐心等待孩子慢慢长大。教孩子就像是“走蜗牛”一样，很难在短期之内达到预期的结果。但是请相信，每朵花都会绽放，只不过时间早晚的问题。望子成龙、望女成凤，父母太多的攀比和过高的期待会给孩子造成一种心理上的压力，这对孩子的健康成长不利。

从上述的家庭教育情况来看，现在的父母更加关注子女的教育问题。良好的家庭氛围、民主和谐的家庭关系、积极的亲子交流，都有利于孩子心灵的健康成长。但对于一些“问题青少年”来说，家庭问题导致性格孤僻、自闭症和学校疲劳也是父母应该注意和解决的重要方面。我们应该看到积极心理学理论在现代家庭教育中应用的益处和意义，同时注重科学运用积极心理学理论指导家庭教育。首先，家长要重视孩子的心理教育，关注孩子的心理变化和心理需求。其次，家长要注意沟通，尤其要加强亲子之间的沟通，增进情感沟通和互动。最后，父母应正确处理好子女和工作的关系。把工作外包，把自己的一生都投入到工作中，把孩子交给老人照顾，这些都应该被禁止。在此基础上，要加强对孩子的教育，应采取科学的、行之有效的教学方式。

总之，家庭教育对帮助孩子形成积极的心理面貌起着重要的作用，家庭教育中的榜样效应、认知学习效果和情感熏陶等影响因素也促进了孩子的心理健康。家庭教育要注重培养孩子的独立责任感和自我意识，把孩子培养成一个积极向上、具有强烈社会责任感和自我调节能力的个体。家庭教育奉行“言行结合”。在对行为意识和自我意识进行加强的理念下，对儿童进行正确的情感价值观和正确的生活态度的指导，从而使他们可以得到健康的心理发展，从而懂得经营自己的人生。此外，家庭教育强调和谐的行为、善行的表达和有效的沟通，能够促进儿童积极的情感发展和社交能力。如果我们可以将父母的教



育功能发挥到最大,与孩子进行交流,对他们的生活、学习情况进行全面地了解,不但可以及时地解决他们遇到的问题,还可以为他们提供有效的帮助。要形成一个好的思考习惯,保持好的情绪,从而真正地将儿童的正面的心理意识唤醒并培育起来。除此之外,家长要对孩子进行恰当的指导,帮助他们建立正确的心理观念,遵循正确的道德标准,让他们拥有强大的意志力,并且充满着激情,积极地去面对自己的未来。否则他们的孩子就会受到消极的影响,消极因素因素导致心理干扰,会严重影响孩子的成长。最后,家庭教育可以使孩子获得良好的心理发展,为孩子以后的进步和发展奠定基础,所以在孩子成长的过程中,家庭教育是不可忽视的。

## 参考文献

- [1] 于志山,孟丽娟,黄海红. 积极心理学视角下的家庭教育[J]. 家庭生活指南, 2021, 37(12): 175-177.
- [2] 马聪. 积极心理学引领下发展学生和家长“成长性思维”的调查问卷分析报告[J]. 现代职业教育, 2019(25): 156-157.
- [3] 卢丽含. 提升幸福感 释放正能量——积极心理学在家庭教育中的运用[J]. 名师在线, 2016(7): 79-82.
- [4] [爱尔兰]卡尔. 积极心理学(第二版)[M]. 丁丹,等译. 北京:中国轻工业出版社, 2013.
- [5] 周韵曦. 推进家庭教育学科高质量建设与发展[N]. 中国妇女报, 2022-12-26(6).

## Analysis of the Impact of Family Upbringing Methods on Positive Psychological Qualities of Adolescents and their Cultivation Strategies

Yu Minzhang Gong Chunting Yu Hongme Li Zi He Wenwen  
Zhang Huijuan Hu Tao

*School of Education and Psychology, Chengdu Normal University, Chengdu*

**Abstract:** Family education refers to the cultivation, guidance, and influence of ideological and moral values, physical literacy, social life skills, academic and cultural cultivation, and behavioral habits of minors by their immediate family elders, including parents or other guardians, in order to promote their comprehensive physical and psychological development. Family education takes moral education as its fundamental task, cultivates and practices socialist core values, promotes the excellent traditional culture, revolutionary culture, and advanced socialist culture of the Chinese nation, and promotes the healthy growth of minors. Positive psychology has important theoretical significance for parents to educate their children, making family education more healthy, harmonious, and perfect. At the same time, family education has a certain counter effect on children's development of positive psychological views. Positive family education concepts make children's personality more perfect and harmonious. Conversely, negative family concepts will have an irreversible reverse impact on the formation of children's psychological views. This article will start from the basic meaning of family education and the theory of the main research field of positive psychology at present, combine theory with practice, analyze experimental data, and make the research conclusions of this article more scientific.

**Key words:** Family education; Teenagers; Parenting style; Positive psychology; Psychological quality