

孤独症儿童父母教养效能感的影响因素及干预策略研究

刘哲 蒋臻

安徽大学哲学学院, 安徽 合肥 230039

摘要: 孤独症是起病于婴幼儿期的神经发育障碍, 核心特征为社交沟通障碍、兴趣狭窄及重复刻板行为, 病程迁延、干预周期长, 对儿童成长与家庭功能影响显著。父母教养效能感是父母对自身教养能力的认知与信心, 直接决定教养行为的科学性和持续性, 进而影响孤独症儿童干预效果、社会适应能力及家庭生活质量。当前, 孤独症儿童父母普遍承受高教养压力、效能感偏低, 既阻碍儿童康复, 也易引发自身心理问题与家庭关系紧张。本研究系统分析影响孤独症儿童父母教养效能感的核心因素, 多维度提出可行干预策略, 为提升父母教养能力、优化康复环境、完善支持体系提供理论与实践参考。

关键词: 孤独症儿童; 父母教养效能感; 影响因素; 干预策略

0 引言

孤独症发病率逐年上升, 已成为突出的公共卫生与社会问题, 其儿童康复干预具有专业性强、周期长、成本高的特点, 父母作为核心照顾者与干预参与者, 教养效能感至关重要。教养效能感源于班杜拉自我效能感理论, 是父母对自身教养能力与影响子女发展的主观判断和信心体验。相较于普通儿童父母, 孤独症儿童父母需承担更多照料、行为矫正及专业干预相关责任, 长期处于高压状态, 其教养效能感更易受影响而偏低, 进而引发教养焦虑、不当教养行为, 阻碍儿童康复与身心健康。提升这一效能感是缓解父母压力、推动儿童康复融入社会的关键, 当前相关研究虽有成果, 但存在影响因素分析不系统、干预策略针对性不足等问题, 基于此, 本文聚焦其影响因素与干预策略展开研究, 为相关实践提供参考。

1 孤独症儿童教养的特殊性与父母教养效能感的独特性

1.1 孤独症儿童教养的核心特殊性

孤独症儿童教养的特殊性, 主要体现在教养目标、教养难度与教养要求三个核心层面。不同于普通儿童以身心健康、智力发展和社会适应为核心的教养目标, 孤独症儿童的教养目标更具针对性与层次性, 首要任务是缓解社交沟通障碍、兴趣狭窄等核心症状, 再逐步培养其生活自理、情绪管理能力, 最终助力其融入社会, 对父母教养能力提出更高要求。教养难度上, 孤独症儿童行为不可预测, 部分存在情绪失控、自伤等问题, 对环境和规则变化敏感, 且康复进程缓慢、个体差异明显, 需长期结合专业干预与家庭教养, 易让父母产生挫折感, 增加教养负担^[1]。教养要求上, 需极强的专业性,

父母既要承担生活照料责任, 还需掌握孤独症病理知识、行为干预等专业技能, 配合专业机构开展家庭干预, 其科学性、专业性与持续性直接影响儿童康复效果。

1.2 孤独症儿童父母教养效能感的鲜明独特性

基于孤独症儿童教养的特殊性, 其父母的教养效能感呈现出区别于普通儿童父母的鲜明独特性, 主要体现在三个方面。一是关联性更强, 其效能感不仅与自身教养能力相关, 更与儿童核心症状、康复进展深度绑定, 儿童的微小进步或退步, 都会直接影响父母对自身教养能力的认知与信心。二是不稳定性更高, 受教养过程中各类因素影响易出现波动, 儿童康复顺利则教养信心提升, 若症状反复、遭遇教养挫折或缺乏支持, 效能感会快速下降, 波动幅度远大于普通儿童父母。三是影响范围更广, 相较于普通儿童父母, 其效能感不仅关乎儿童康复效果与生活质量, 还会影响自身心理健康、家庭关系和谐, 甚至决定家庭对儿童干预的投入意愿与坚持程度, 因此提升其效能感兼具家庭与社会价值。

2 孤独症儿童父母教养效能感的影响因素

2.1 儿童自身特征

孤独症儿童的症状严重程度、行为问题及康复进展, 是影响父母教养效能感最直接的因素。症状严重的儿童, 社交沟通障碍、重复刻板行为及情绪行为问题更为明显, 增加了父母的教养难度与心理负担, 长期应对挫折且看不到康复进展, 会让父母逐渐丧失教养信心, 导致效能感下降。反之, 症状较轻、康复进展较快的儿童, 能在父母引导下改善社交与行为能力, 这种积极反馈会增强父母对自身教养能力

的认可,提升效能感^[2]。此外,儿童性别与年龄也有影响,男性儿童行为问题更突出,父母干预精力投入更多,效能感相对更低;年龄较大且未有效干预的儿童,症状易固化,也会降低父母教养效能感。

2.2 父母个体特质

父母个体特质的差异,决定其应对教养压力、处理教养问题的能力与心态,进而影响教养效能感水平。文化程度与认知水平是重要影响因素,文化程度较高的父母,更善于通过多种渠道获取孤独症相关知识与教养技巧,能更科学地应对儿童问题,易获得教养成就感,效能感相对更高。心理状态同样关键,孤独症儿童父母长期承受高教养压力,易产生焦虑、抑郁等负面情绪,消耗心理能量、影响理性判断,降低教养信心;而良好的自我调节、抗压能力与乐观心态,能帮助其应对挫折、调整状态,维持较高的教养效能感。

2.3 家庭内部因素

家庭作为教养核心场景,其结构、氛围与经济状况,对孤独症儿童父母教养效能感影响显著。家庭结构上,核心家庭中父母需独自承担教养责任,缺乏长辈支持,长期高负荷易导致效能感偏低;联合或扩展家庭中,长辈参与照料与教养,可分担父母压力、提升其效能感。家庭氛围直接影响教养心态,和谐支持的氛围能增强父母教养信心,紧张冲突的氛围则会加剧压力、降低教养积极性。经济状况同样关键,孤独症儿童干预需大量资金,经济困难家庭难以承担高昂费用,父母因无力提供充足康复支持产生自责感,进而降低教养效能感。

2.4 社会支持体系

社会支持是缓解父母教养压力、提升教养效能感的重要外部力量,其完善程度直接影响孤独症儿童父母的教养体验与信心,主要分为正式与非正式两类。正式社会支持包括政府政策、专业机构及医疗保障等,当前相关政策仍不完善,医疗保障覆盖面窄、报销比例低,专业康复机构数量不足、分布不均、水平参差不齐,难以满足家庭需求,专业指导缺失会降低父母教养效能感^[3]。非正式社会支持涵盖亲友、邻里及同伴支持,亲友的理解帮助可缓解心理压力,邻里包容与同伴经验分享能增强父母信心,反之,缺乏有效社会支持、长期孤立无援,会加剧压力并降低教养效能感。

3 提升孤独症儿童父母教养效能感的干预策略

提升孤独症儿童父母教养效能感,需要立足其影响因素,从儿童、父母、家庭、社会四个维度协同发力,构建全方位、多层次的干预

体系,通过针对性的措施,缓解父母教养压力,增强父母教养能力,提升其教养信心,为孤独症儿童的康复与成长提供有力保障。

3.1 聚焦儿童康复,强化积极反馈

儿童的康复进展是提升父母教养效能感的核心动力,需立足儿童自身特征,制定个性化康复干预方案,强化康复过程中的积极反馈,让父母看到儿童的进步,增强其教养信心。针对不同症状严重程度、不同年龄的孤独症儿童,联合专业康复师、医生,制定个性化的康复训练计划,重点关注儿童的社交沟通能力、行为矫正与情绪管理能力的提升,确保康复训练的科学性与针对性。

在康复训练过程中,及时记录儿童的每一点进步,无论是社交能力的微小提升、行为问题的减少,还是情绪的稳定,都及时反馈给父母,让父母清晰感受到自身教养行为与康复训练的有效性。同时,引导父母关注儿童的个体差异,尊重儿童的康复节奏,避免因急于求成而产生焦虑情绪,帮助父母在陪伴儿童康复的过程中,逐步积累教养经验,提升教养信心。此外,针对孤独症儿童各类行为问题,需为父母提供具体、可操作的干预技巧指导,帮助其掌握科学应对方法,精准处理儿童行为异常、情绪失控等各类突发情况。有效减少父母在教养过程中的无力感与挫折感,增强其应对教养难题的底气,进而强化教养信心,为提升整体教养效能感奠定实践基础。

3.2 关注父母需求,提升个体素养

父母的个体素养与心理状态,是决定教养效能感的关键,需聚焦父母的核心需求,通过多种方式提升其综合素养,缓解负面情绪,增强其应对教养压力的能力。开展针对性的专业培训,围绕孤独症相关知识、科学教养技巧、行为干预方法等内容,邀请专业康复师、心理学家、儿科医生进行授课,帮助父母系统掌握教养知识与技能,提升其科学教养能力。培训形式可采用线上线下相结合的方式,线下开展面对面教学、案例分析、实操演练,线上提供课程回放、答疑解惑,方便父母随时学习。

加强父母的心理干预与支持,建立孤独症儿童父母心理疏导机制,定期开展心理辅导活动、团体咨询活动,为父母提供情感宣泄的渠道,帮助其缓解焦虑、抑郁等负面情绪。引导父母学会自我调节,传授情绪管理技巧、压力应对方法,鼓励父母培养自身兴趣爱好,合理分配时间与精力,在照顾儿童的同时,关注自身身心健康。建立父母互助小组,为孤独症儿童家庭父母搭建交流平台,促进不同家庭父母分享教养经验、倾诉心路历程。小组内相互支持、彼此鼓励,让父母感受到共鸣与陪伴,摆脱孤

立无援的困境,帮助其汲取他人经验,增强应对教养困难的信心与归属感,为提升自身教养效能感提供情感与实践支撑^[4]。

3.3 优化家庭环境,强化内部支持

和谐的家庭环境与有力的内部支持,是提升父母教养效能感的重要保障,需引导家庭优化结构、营造良好氛围,强化家庭内部的相互支持。引导家庭成员树立正确的孤独症认知,消除对孤独症儿童的误解与歧视,明确家庭成员在教养过程中的责任与分工,鼓励长辈积极参与儿童的照料与教养,为父母提供必要的帮助与分担,缓解父母的教养压力。

加强夫妻之间的沟通与支持,引导夫妻双方相互理解、相互包容,共同面对教养过程中的困难与挑战,避免相互指责、推诿责任。鼓励夫妻双方定期交流教养心得、分享心理感受,共同探讨教养过程中遇到的问题,形成教养合力。同时,引导家庭合理规划经济支出,积极利用各类帮扶政策,缓解经济压力,避免因经济问题影响父母的教养信心。营造民主、平等、温暖的氛围,给予孤独症儿童充分的关心与爱护,既能为儿童成长筑牢情感根基,也能让父母在温馨和谐的家庭环境中获得温暖与支持,缓解教养疲惫,进而激发教养积极性,提升自身教养效能感,为孤独症儿童康复提供有力的家庭支撑。

3.4 完善社会支持,筑牢外部保障

完善的社会支持体系,能够为孤独症儿童父母提供有力的外部支撑,缓解其教养压力,提升其教养效能感,需从政策、专业、社会层面发力,构建全方位的社会支持网络。加强政策保障,完善针对孤独症儿童的相关法律法规与政策措施,扩大医疗保障覆盖面,提高干预

训练费用的报销比例,减轻家庭经济负担。加大对专业康复机构的扶持力度,增加康复机构数量、优化分布布局,提升康复机构的专业水平与服务质量,为孤独症儿童家庭提供便捷、专业的康复服务。

强化专业支持,建立专业康复师、心理学家、社工与孤独症儿童家庭的对接机制,为父母提供一对一的教养指导与咨询服务,及时解决其教养过程中遇到的问题。鼓励高校、科研机构加强孤独症相关研究,探索科学有效的教养方法与干预策略,为父母提供理论支持与实践指导^[5]。加强社会宣传与引导,通过媒体、网络、社区等渠道,普及孤独症相关知识,消除社会对孤独症儿童及家庭的误解与歧视,营造包容、理解、支持的社会氛围。鼓励企业、社会组织、志愿者参与孤独症儿童帮扶工作,为孤独症儿童家庭提供物质支持、情感慰藉与实际帮助,让父母感受到社会的温暖与关怀,增强其应对教养困难的信心。

4 结语

孤独症儿童父母教养效能感受儿童自身特征、父母个体特质、家庭内部因素及社会支持体系的综合影响,直接关系到儿童康复效果、家庭生活质量与社会适应能力。提升这一效能感,需立足各影响因素,从儿童康复、父母提升、家庭优化、社会支持四个维度协同发力,通过个性化康复、专业培训、环境优化、支持完善等针对性措施,缓解父母压力、增强教养能力。未来需深化影响机制研究,结合实际制定更具针对性的干预策略,强化多方协同合作,构建全方位支持体系,助力父母提升教养效能感,推动孤独症儿童更好康复、融入社会。

参考文献:

- [1] 杨文纯,赵睿婕,彭凤玲.孤独症儿童指称产出与理解:特征、影响因素及研究展望[J].西安外国语大学学报,2024,32(04):30-35.
- [2] 吴贵芊,顾曼,李晓雨,等.穿越荆棘:孤独症儿童父母的养育压力研究述评[J].现代特殊教育,2024,(10):36-45.
- [3] 赵雅琴,朱瑞,张月,等.家长介入的孤独症儿童社交沟通疗法个案研究[J].教育观察,2024,13(30):119-123.
- [4] 李丹,陈嘉鑫,黄雅萍,等.同伴共同活动在孤独症儿童社交行为干预中的应用[J].中国特殊教育,2024,(09):70-78.
- [5] 汤兆云,刘科成.我国孤独症儿童群体的社会现状、现实困境与优化治理[J].深圳大学学报(人文社会科学版),2023,40(06):90-99.

作者简介:刘哲(1998.04—),男,汉族,陕西省安康市,硕士研究生,研究方向:发展与教育心理学。

蒋臻(2002.10—),女,汉族,安徽省淮北市,硕士研究生,研究方向:组织与管理心理学。