

2025 年 家庭教育需求及发展趋势

白 皮 书

并购家 免费行业报告网

IPOIPO.CN 每日更新 不用注册会员 无广告 永久免费

目 录

摘要..... 1

第一章 政策背景..... 1

第二章 家庭教育现状分析..... 3

第三章 家庭教育需求洞察 13

第四章 家庭教育趋势发展..... 20

第五章 策略建议..... 22

第六章 结论与展望..... 25

摘要

本白皮书基于对全国 53548 个家庭开展的大规模调研，深入剖析了当前我国家庭教育的现状、核心挑战及未来需求。调研显示，当代家长普遍重视家庭教育，教育观念趋于科学民主，但普遍面临“时间不足、方法缺失、支持薄弱”的现实困境。母亲仍是家庭教育的主力，父母共同负责孩子的生活和成长的比例有所上升，父亲的角色仍有待加强；家长学习意愿强烈，数字化工具成为重要的学习渠道；亲子关系整体良好，但孩子的学习动力、身心健康以及电子产品管理是普遍痛点。未来，家庭教育支持体系需向“社区化、数字化、专业化、家庭整体化”方向演进。

第一章 政策背景

1.1 《中华人民共和国家庭教育促进法》实施：家庭教育纳入国家治理体系

2022 年 1 月 1 日正式施行的《中华人民共和国家庭教育促进法》，首次以法律形式明确家庭教育的核心任务、家长责任及国家支持框架，推动家庭教育从“家事”上升为“国事”。该法规定：

家庭责任上，父母或其他监护人需承担主体责任，树立“家庭是第一课堂、家长是第一任老师”的意识。

国家支持方面，教育部设立了家庭教育司，负责统筹政策制定与资金分配工作；省级政府则建立了家庭教育指导服务中心，承担师资培训与质量监测职责。

在社会协同方面，明确要求学校每学期至少开展 2 次家庭教育指导活动，教师需完成每年 40 学时的专项培训；同时，鼓励企业设立“家庭教育假”，参照江苏省的试点政策，员工每年可申请 3 天假期用于参与家校活动。

1.2 教联体协同育人：多维度保驾护航

2022 年 4 月，由全国妇联、教育部等 11 个部门联合印发了《关于指导推进家庭教育的五年规划（2021—2025 年）》。该规划确立了“十四五”时期家庭教育发展的根本目标，包括构建覆盖城乡的家庭教育指导服务体系、健全学校家庭社会协同育人机制，以及促进儿童健康成长。明确到 2025 年，家庭教育立德树人理念更加深入人心，制度体系更加完善，各类家庭教育指导服务阵地数量明显增加，稳定规范专业的指导服务队伍基本建立，公共服务资源供给更加充分，覆盖城乡、公平优质、均衡发展的家庭教育指导服务体系逐步完善。

2023 年 1 月 17 日，由教育部等十三部门联合发布了《关于健全学校家庭社会协同育人机制的意见》。旨在健全学校家庭社会协同育人机制，明确了总体要求、学校的主导作用、家长的主体责任等内容。总体要求提出，到“十四五”时期末，政府对协同育人工作的统筹领导将更有力，制度体系基本健全，学校积极主导、家庭主动尽责、社会有效支持的协同育人机制将更加完善；到 2035 年，形成定位清晰、机制健全、联动紧密、科学高效的协同育人机制。

2024 年 9 月，教育部等十七部门联合印发《家校社协同育人“教联体”工作方案》（简称《方案》），推动建立以“教联体”为载体的协同育人机制，凝聚育人合力，为少年儿童身心健康成长创造有利条件。“教联体”是以中小学生学习健康快乐成长为目标、以学校为圆心、以区域为主体、以资源为纽带，促进家校社有效协同的一种工作方式。通过整合与学生全面发展、健康成长、安全管护等育人责任有关的各类主体，明确各自职责任务，搭建常态化育人平台和活动载体。

1.3 地方立法配套：进一步细化实施细则

2025 年，《中华人民共和国家庭教育促进法》的落地执行进入深化阶段，多地密集出台配套地方性法规，标志着顶层设计与地方实践相结合的法治框架初

步成型。

《云南省家庭教育促进条例》（2025 年 5 月 1 日施行）：重点关注留守儿童家庭，细化外出务工父母的家庭教育责任，体现了对特殊群体的精准关怀。

《广东省家庭教育促进条例》（2025 年 5 月 1 日施行）：强调父母共同责任，并明确禁止家庭暴力，推动家庭教育方式的科学化与文明化。

《北京市推进中小学人工智能教育工作方案（2025—2027 年）》自 2025 年秋季学期起在全市中小学全面实施，旨在加快建成具有首都特色的中小学人工智能教育体系与模式，推动 AI 技术与基础教育深度融合。通过多层次、递进式的培养体系，系统培育学生的人工智能素养，包括人工智能意识与思维能力、人工智能应用与创新能力、人工智能伦理与社会责任三个方面。

2025 年 5 月 28 日，北京市《关于促进未成年人网络素养家庭教育的指引》由北京互联网法院发布。针对未成年人用网突出问题，如不良信息影响、网络沉迷、非理性消费等，提出 23 项具体建议，包括建立家庭网络使用“公约”、设置“未成年人模式”、完善电子证据保存等，全方位构建家庭教育防护网。针对家长“不会管”的难题，给出诸多解决方案，如隐私保护措施筑社交安全屏障、支付场景下谨慎使用免密支付、遭遇网络欺凌时开启“一键防护功能”等。

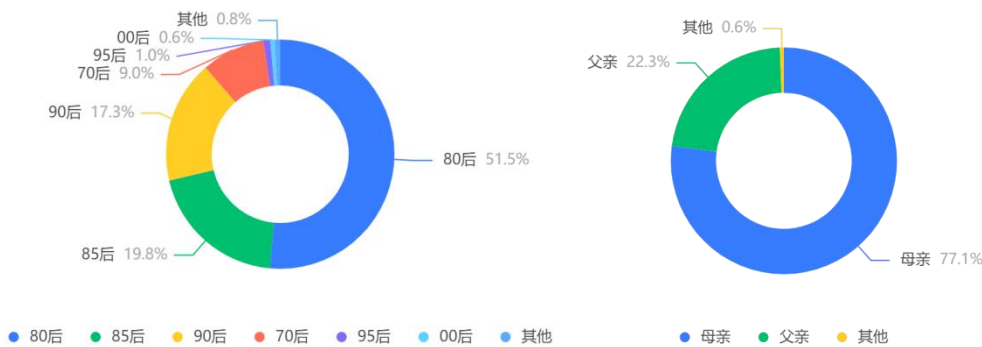
这些地方性法规的共同着力点在于：明确家庭主体责任、强化政府支持职能、细化家校社协同机制、关注网络发展态势、关注特殊群体诉求，为本次调研揭示的家庭需求提供了坚实的政策支撑。

第二章 家庭教育现状分析

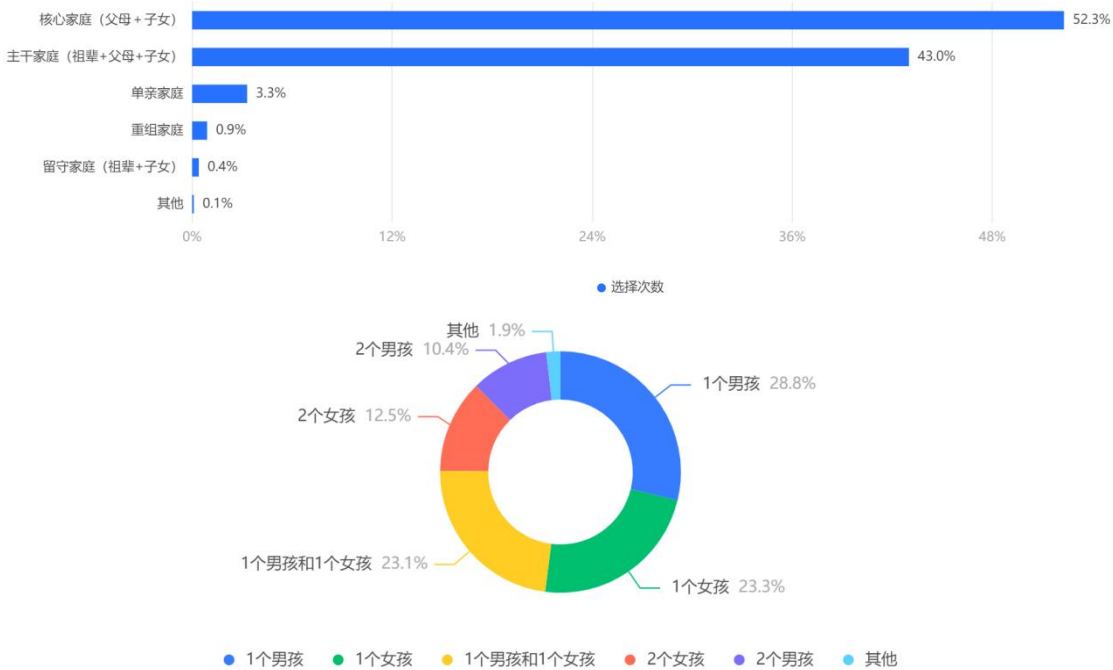
2.1 家长画像

调研数据显示，77.1%的问卷由母亲填写，其中 51.5%为“80 后”，52.2%

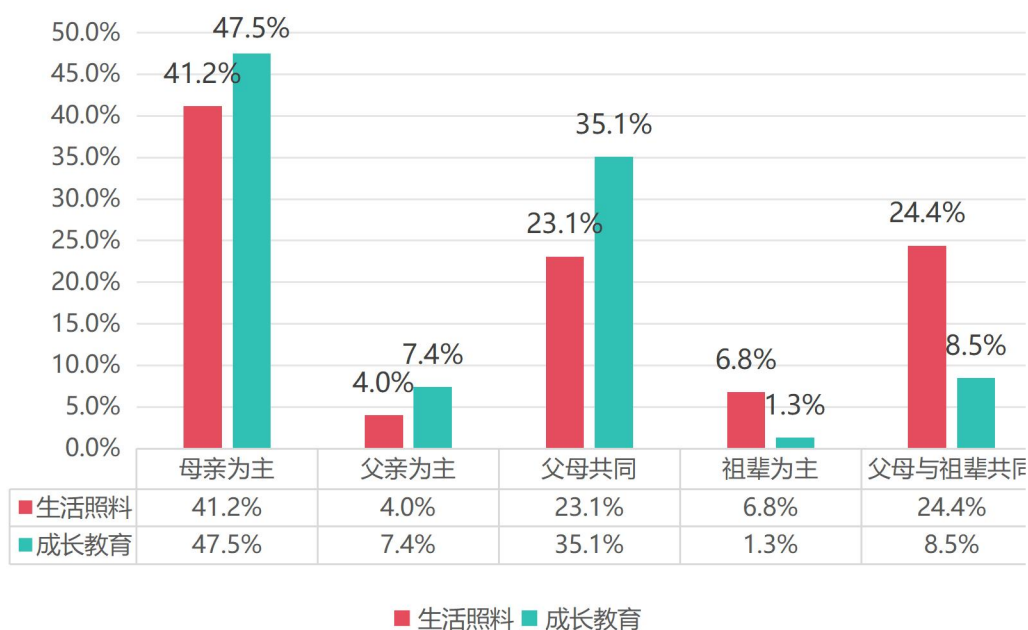
拥有本科及以上学历。这表明，中青年、高学历母亲是当前家庭教育决策与执行的核心人群。



核心与主干家庭并重，独生子家庭与二胎家庭数量近乎齐平。核心家庭（52.3%）和三代同堂的主干家庭（43%）是主要形态。子女数量上，独生子女家庭占 52.1%，二胎家庭占 46%。



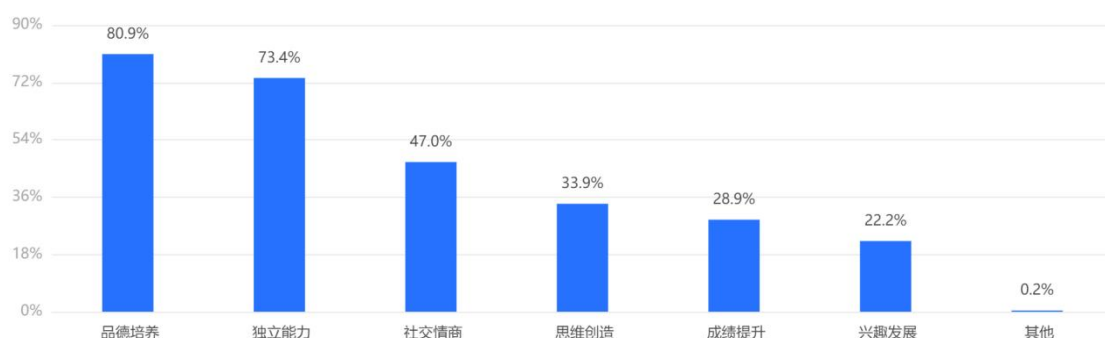
照料与教育责任分工上以母亲承担为主，其他家庭成员积极参与。在孩子的日常生活照料方面，母亲主导占 41.2%，父母共同参与占 23.1%，祖辈与父母共同参与占 24.4%。在成长教育方面，以母亲为主导占 47.5%，接近半数，父母共同主导教育占 35.1%。父亲参与度较低，祖辈在育儿中扮演重要辅助角色。



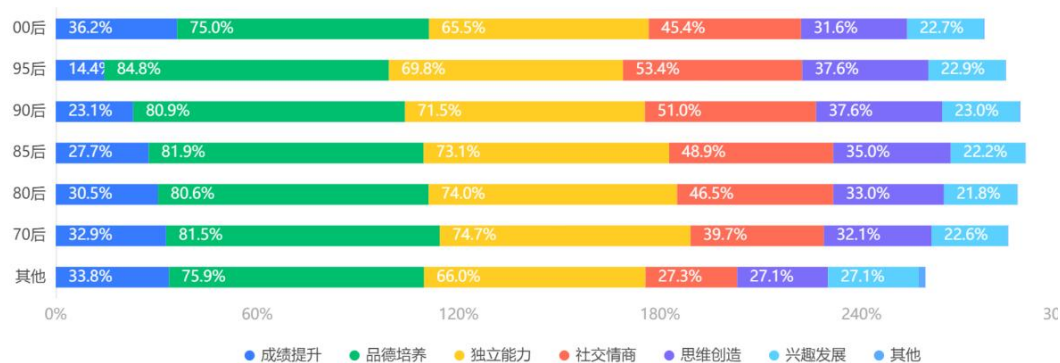
2.2 教育方式与亲子关系

2.2.1 教育观念升级：从“育分”到“育人”

当被问及“家庭教育应当重点培养孩子的什么能力”时，家长的选择清晰地指向了孩子的品德培养（80.9%）与独立能力（73.4%），这一结果与《中华人民共和国家庭教育促进法》中强调的“立德树人”根本任务高度契合，反映了社会主流教育观念的积极转变。

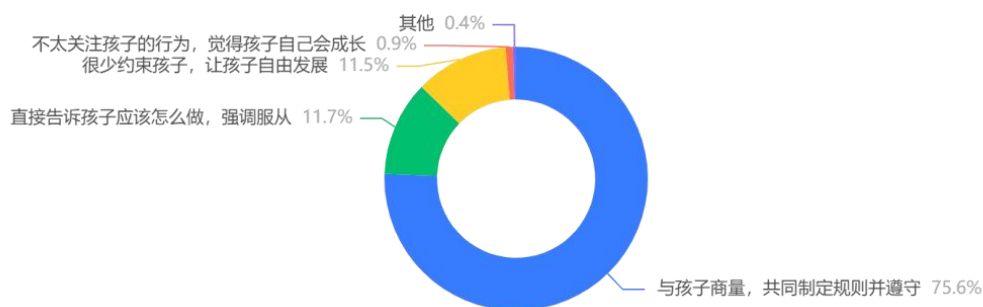


代际教育理念差异逐步凸显，90后家长更倾向于让孩子自由发展，关注孩子的社交情商和思维创造力；80后家长仍以分数为导向，但调研数据显示，最关注孩子学习分数的群体是00后家长，有36.2%选择培养“成绩提升”。



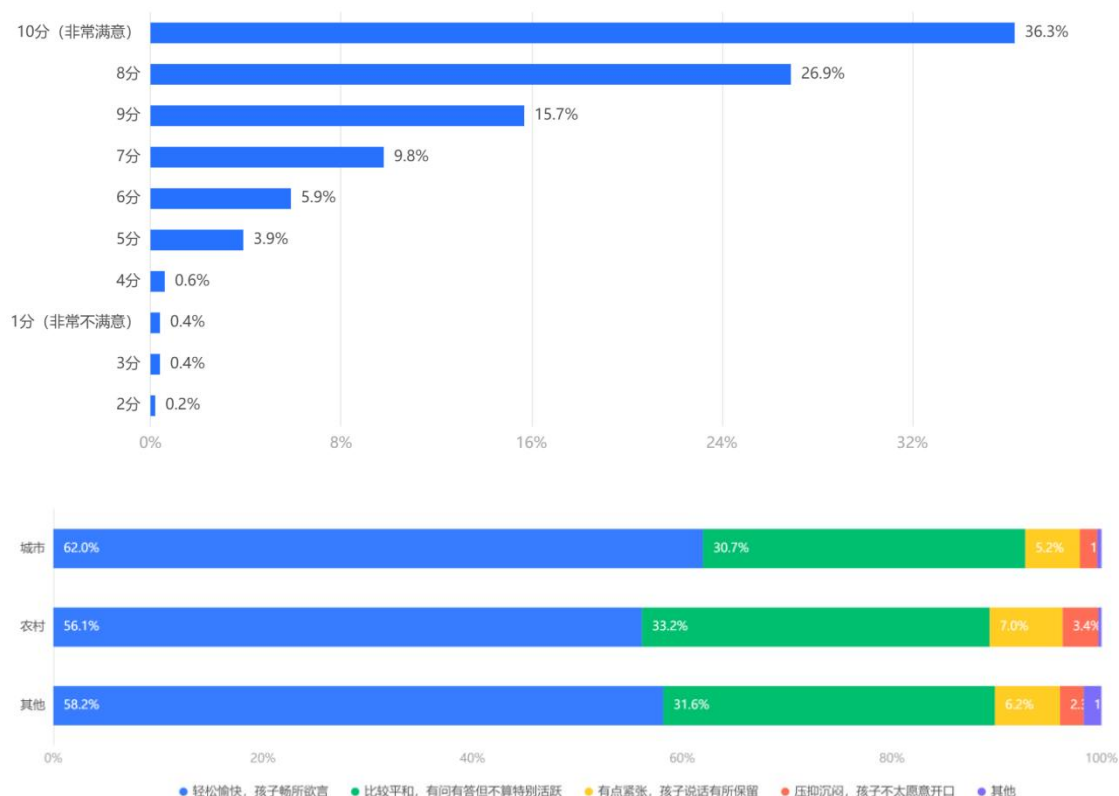
2.2.2 教育方式现代化：民主型教养方式普及

约 75.57% 的家长表示，他们在日常生活中采用“与孩子商量，共同制定规则并遵守”的教育方式。这种民主型教养方式的普及，是现代家庭教育文明进步的重要标志。

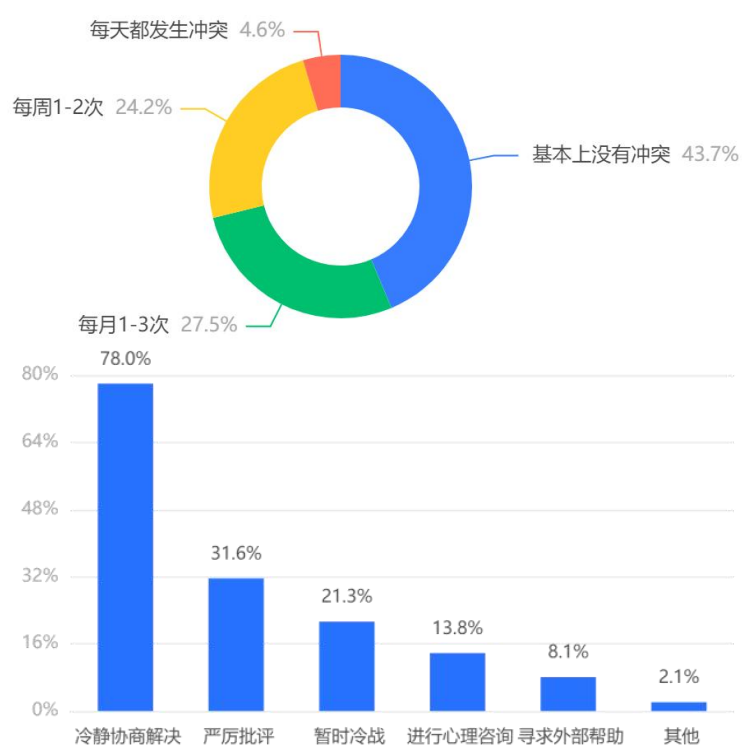


2.2.3 亲子关系与沟通：整体和谐，挑战犹存

亲子关系平均满意度达 8.5 分（10 分制），约 78.9% 的家长对亲子关系的满意度在 8 分及以上。约六成（60.2%）的家庭沟通氛围“轻松愉快”，同时仍有 8% 的家长认为家庭气氛有点紧张，甚至压抑沉闷。其中，城市家庭“轻松愉快”比例高于农村。数据显示，当代家庭亲子关系整体呈现和谐态势，但深层挑战依然存在。



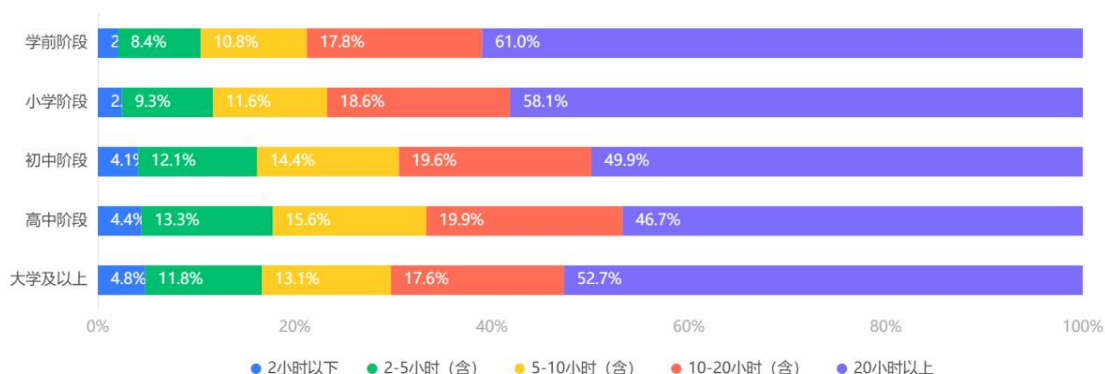
尽管 43.7%的家庭“基本上没有冲突”，但仍有 24.2%的家庭每周会发生 1-2 次激烈冲突。在冲突处理方式上, 78.00%的家长选择'冷静协商解决', 31.6%的家长采取'严厉批评'的方式。



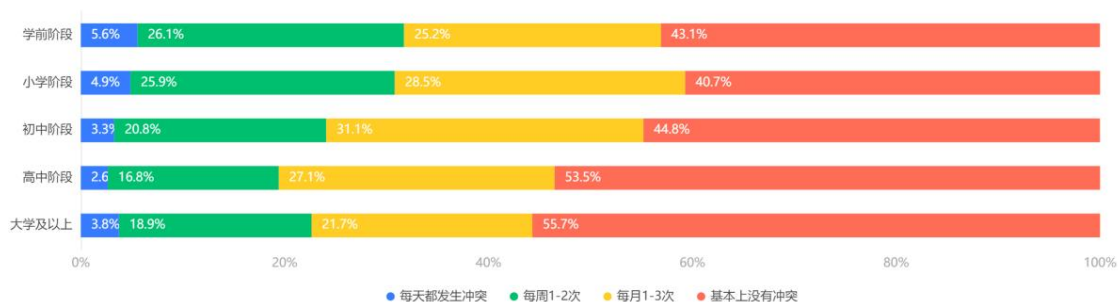


2.2.4 亲子关系与孩子成长：身心发展与教育阶段变化的阶段性规律

低龄阶段（学前、小学）孩子依赖性强，家长以‘全时/高频陪伴’为主（每周20小时以上占比超58%）；中学阶段（初中、高中）孩子自主性增强且学业压力达到峰值，陪伴时间呈现‘从集中到分散’的特征（每周20小时以上占比下降，中间区间占比上升）；大学及以上阶段孩子独立且空间分离，陪伴时间呈现‘两极分化’特征（要么极少，要么集中于假期或本地上学期间）。



学前阶段亲子冲突整体较少，“基本上没有冲突”接近半数，小学阶段与学前相似，但“每月冲突”比例上升，初中是“每月冲突”的高峰期，之后随孩子成熟或学业阶段变化，每月冲突逐步减少。



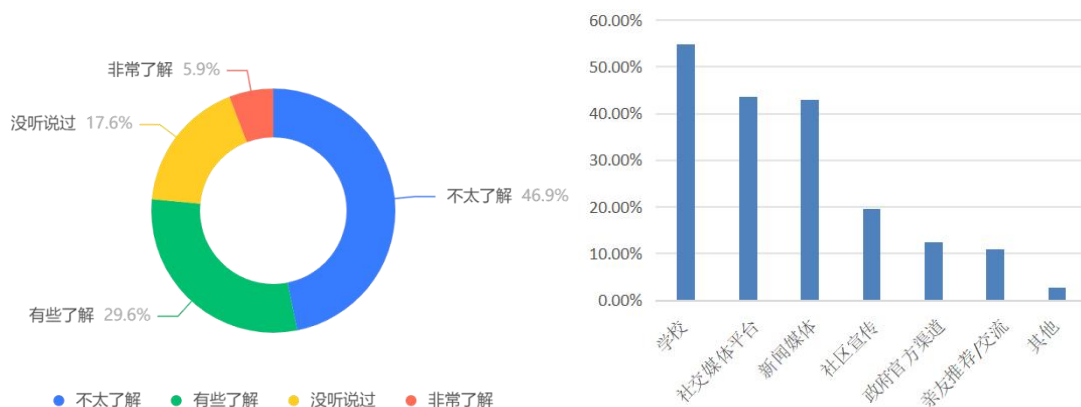
这一现象表明，学前和小学阶段孩子依赖性强，亲子冲突较少且以‘非原则性问题’为主（如生活习惯），家长需注重陪伴式引导。初中时期面临青春期和学业压力叠加，亲子容易因为“自主权与学业规划”问题每月爆发冲突，家长需尊重边界+共情沟通。高中学业高压下，亲子更聚焦“目标协同”，冲突频率显



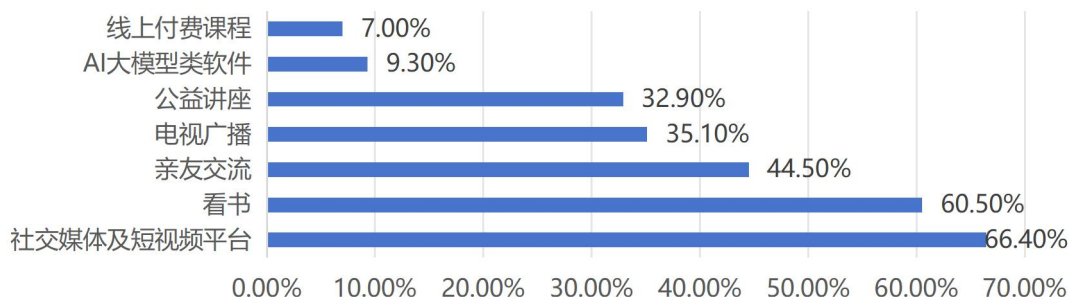
著降低，“基本无冲突”成为主流现象，家长需信任支持+适度放手。大学及以上孩子独立性凸显，亲子互动转向“平等伙伴关系”，偶发冲突源于“代际观念差”，家长需以朋友身份开展平等对话。

2.3 政策认知与学习意愿

调研家长对《中华人民共和国家庭教育促进法》总体认知程度偏低，超六成家长表示“不太了解”或“没听说过”，“非常了解”的深度认知群体仅占 5.9%。



其中，学校是家长获取法律信息占比最高的渠道，远超其他选项。这体现了学校在家庭教育法治宣传中承担核心角色——通过家长会、校内活动等形式，系统性向家长传递法律知识，成为家长了解该法的首要阵地。社交媒体平台（43.7%）、新闻媒体（42.9%）依托广泛传播性与权威性成为重要宣传渠道。社区宣传（19.6%）、政府官方渠道（12.5%）推动法律知识渗透到家庭生活场景。这种渠道分布既反映了“学校主导+社会协同”的家庭教育普法逻辑，也体现数字化时代家长信息获取“线上线下融合”的趋势。





社交媒体与短视频平台的占比最高，达 66.4%。这类平台具有信息传播迅速、内容形式多样的特点，能够满足家长“碎片化学习”的需求，是当前获取家庭教育知识最主要的途径。看书作为传统学习方式，占比 60.5%，其知识系统性、深度性仍受家长认可，是构建家庭教育认知体系的重要渠道。亲友交流（44.5%）、电视广播（35.1%）与公益讲座（32.9%）为辅助渠道。新兴技术与付费模式，例如 AI 大模型类软件（9.3%）与付费课程（7%）待发展中。这反映出家长选择学习途径时，主要考量“便捷性、实用性、权威性”三大要素。

2.4 教育投入与资源利用

2.4.1 对家庭教育的重视程度

各教育层级家长均以“比较重视”为主导态度（占比 54%-63%），说明中国家长普遍认同家庭教育的重要性。教育程度越高，投入意愿越强“非常重视”占比随教育程度提升而递增，越倾向于“高强度投入”和“主动干预”。“初中及以下”学历家长中，“比较重视”占比最高（62.6%），远超“非常重视”（25.5%），暗示该群体虽认同教育价值，但可能受时间、经济等现实因素制约，难以投入更多资源。

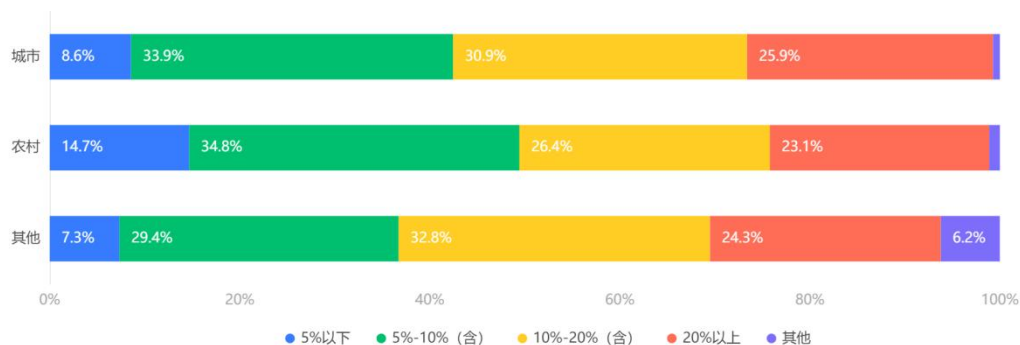


2.4.2 对家庭教育的投入程度

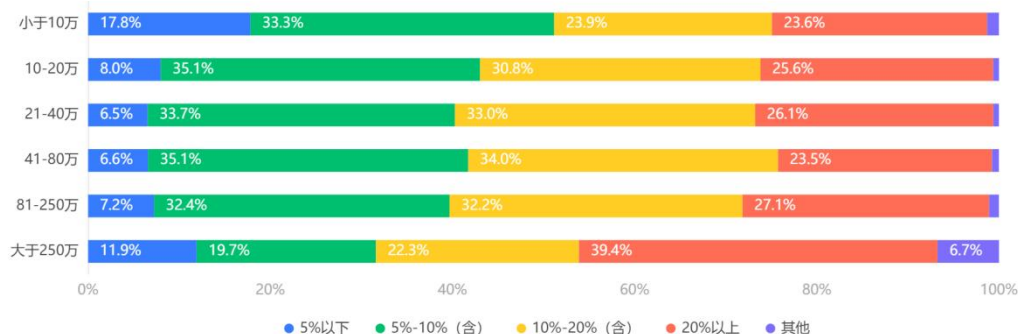
在子女教育投入方面，城市以“中高比例投入”为主，反映出经济实力支撑



下的“精英教育”倾向；农村地区则以“中低比例投入”为主，兼顾经济限制与教育期望，呈现出“普惠型教育”的特征。城乡经济发展水平、教育资源分布以及教育理念的差异，共同形成了投入比例的分层格局。



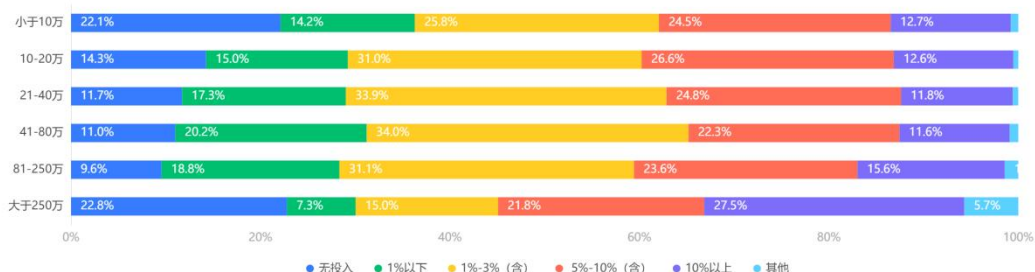
从收入水平上分析，大部分以“适度投入”为核心，低收入家庭因经济压力呈现分散化，中等收入家庭则形成集中偏好，子女教育占家庭年收入“10-20%”占比最高（平均约 33.5%）；高收入群体（> 250 万）以“两极分化”为核心，资源充裕与理念差异导致“超比例投入”和“低比例投入”并存，且投入模式更具复杂性。这种分化本质反映了“家庭经济基础”与“教育投资理念”的交互作用——经济约束、资源分配优先级、对“教育回报”的认知差异，共同塑造了不同收入层级家长的投入比例选择。



在家长自身教育学习的投入上，占家庭年收入 1%-3%（含）是各收入段的“主流选择”（高收入段除外），这反映出多数家庭对家长教育学习的投入逻辑是适度参与、量力而行。高收入段两极分化加剧，无投入占 22.8%，10%以上



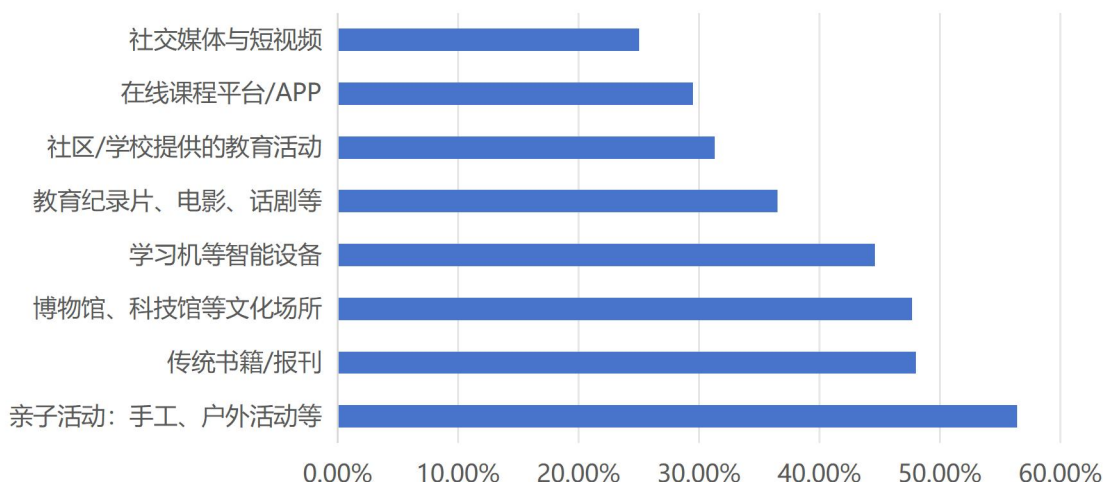
占 27.5%。这些特征，一方面受经济能力的制约，低收入家庭呈现出“无投入”的无奈之态，高收入家庭则彰显出“高比例投入”的雄厚底气；另一方面，又受教育理念的驱动，家长们对自我成长与教育均予以高度重视。



2.4.3 教育资源利用

(1) 线下互动类：亲子关系与实践体验优先

亲子游戏、手工、户外活动以 56.5% 的占比位居首位，这一数据充分体现了家长对亲子互动性的高度重视，他们正积极践行着“寓教于乐”的教育理念。博物馆、科技馆等文化场所占比 47.7%，表明家长深度利用社会化教育资源。



(2) 传承与新兴：传统学习与数字化工具并重

传统书籍阅读以 48% 的比例，担当着知识传递的经典载体角色，它是线下自主学习的“基础性工具”，彰显着人们对深度阅读和文化遗产的执着坚守。数字化媒体工具，诸如学习类 APP/网站及在线课程平台（占比 29.5%）、教育类



影视作品（占比 36.5%）等，宛如一个个知识的宝库，为孩子们提供着碎片化、个性化的学习资源，精准地满足着他们自主学习、专项提升、兴趣拓展的多元需求，生动地反映出互联网对教育资源的“普惠性重构”，让优质内容近在咫尺、触手可及。

（3）集体与社会类：生态化教育网络

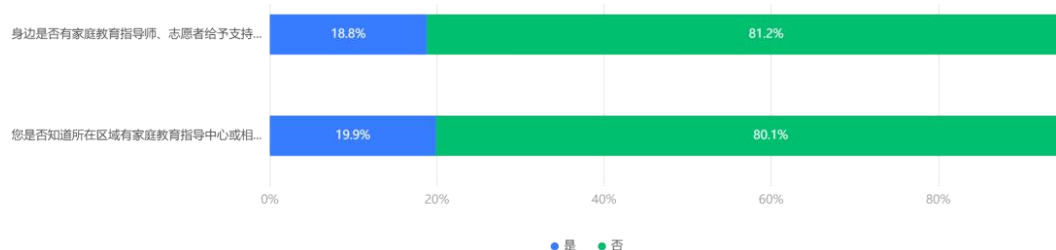
社区/学校组织的教育类活动以 31.1% 的比例，依托社区与学校的强大组织力，引领家长带着孩子踊跃参与亲子课堂、主题活动等。这类资源兼具专业性与社交性，既助力孩子在合作中提升社交技能，又为家长提供育儿经验，属于“教育生态的协同资源”。25% 的家长借助抖音、小红书等平台获取育儿经验、筛选教育内容，这一现象体现了数字时代“育儿社交化”的趋势。

家长对资源工具的选择兼具多元化与时代性，既重视“亲子互动”的情感价值，也追求“知识效率”的工具属性。简言之，当代家长正通过整合线上线下、传统与新兴、个体与集体的资源，构建“个性化、场景化、生态化”的子女教育与亲子活动模式。

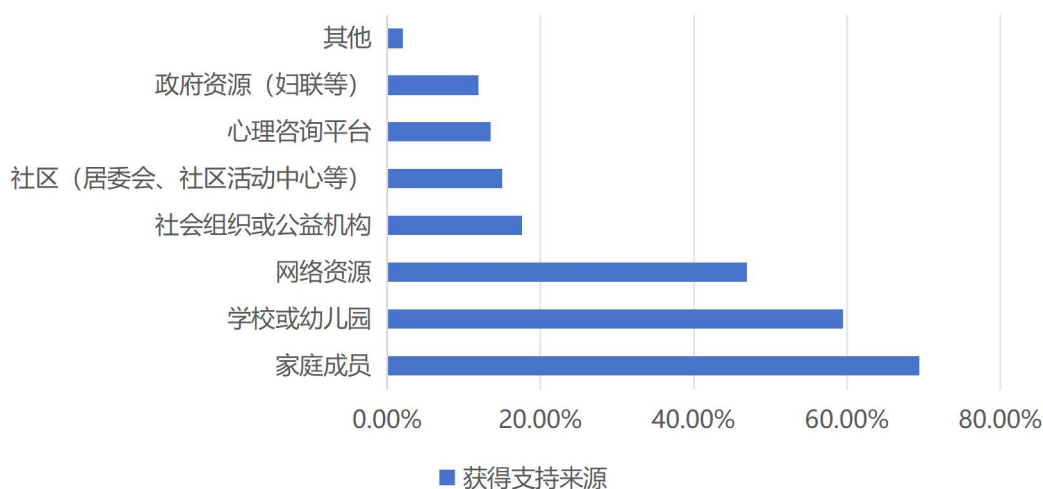
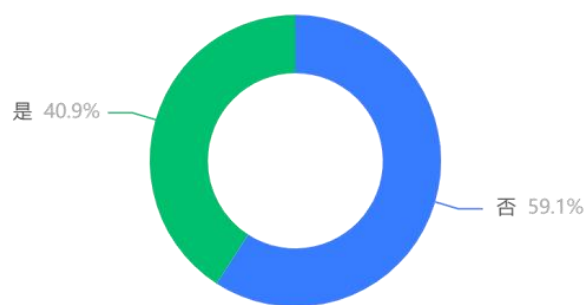
第三章 家庭教育需求洞察

3.1 服务需求缺口

多数受访者表示，身边缺乏家庭教育指导师和志愿者的支持，且对所在区域家庭教育指导中心或相关机构的知晓率较低，这反映出家庭教育指导资源在普及程度和公众认知方面仍有提升空间。

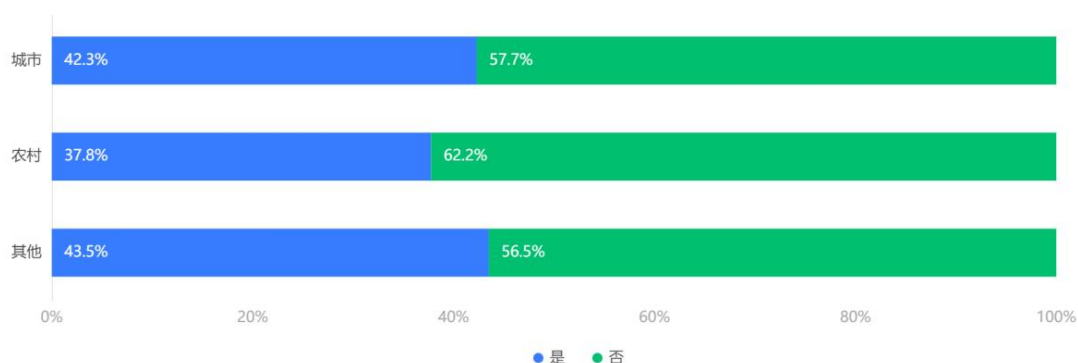


59.1%的家长在面临家庭教育难题时，能够通过某种途径获取支持。同时，近四成家长遇到问题时缺乏有效的外部支持渠道。这反映出家庭教育支持体系已初步覆盖部分群体，说明社会、学校、家庭层面的“协同育人”机制已在一定程度上落地，为家长提供了资源支撑。



但家庭教育支持体系仍存在不均衡性，存在覆盖盲区，资源分配失衡。可能源于城乡与区域间家庭教育服务资源差距显著，家长对现有资源了解不足；同时，社区虽开设讲座但宣传力度不够，服务形式较为单一，缺乏实操指导，导致家长参与后获得感不强。另一方面，家庭结构发生变化，核心家庭增多，亲属互助网

络弱化，传统“亲友支持”渠道逐渐萎缩。



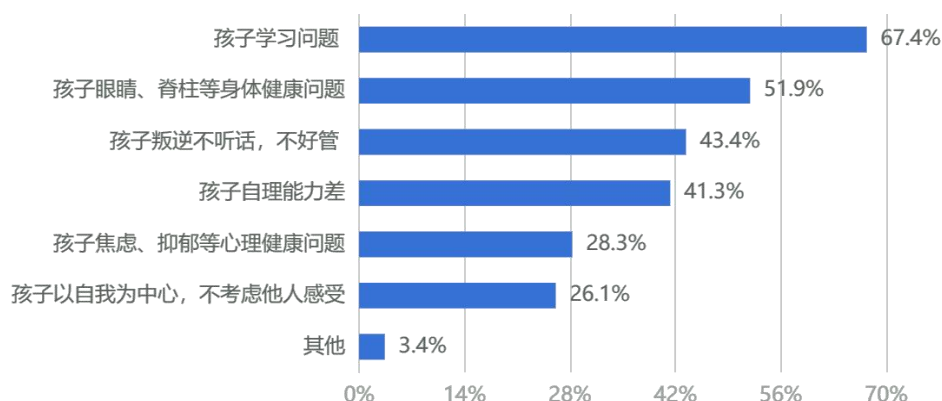
3.2 服务内容与形式需求

3.2.1 子女教育核心痛点：学业压力与全面发展失衡

调研数据显示，学习问题居首（67.4%），体现应试教育评价体系下，家长对“升学竞争”的焦虑传导至日常教育，导致“鸡娃”现象普遍。

身体健康隐患凸显（51.9%），视力、脊柱问题占比超半数，反映电子设备使用泛滥与久坐学习模式对儿童身体的负面影响。家长虽重视健康，但常因学业压力压缩运动时间，形成“重智轻体”困局。

心理与行为问题备受关注，其中叛逆与自理能力弱的问题分别占 43.4%和 41.3%，这体现了青春期亲子冲突的加剧，以及家长过度保护或控制导致孩子独立性不足的现状。心理健康隐性危机逐渐显现（28.3%），焦虑、抑郁等问题已受到家长的广泛关注。

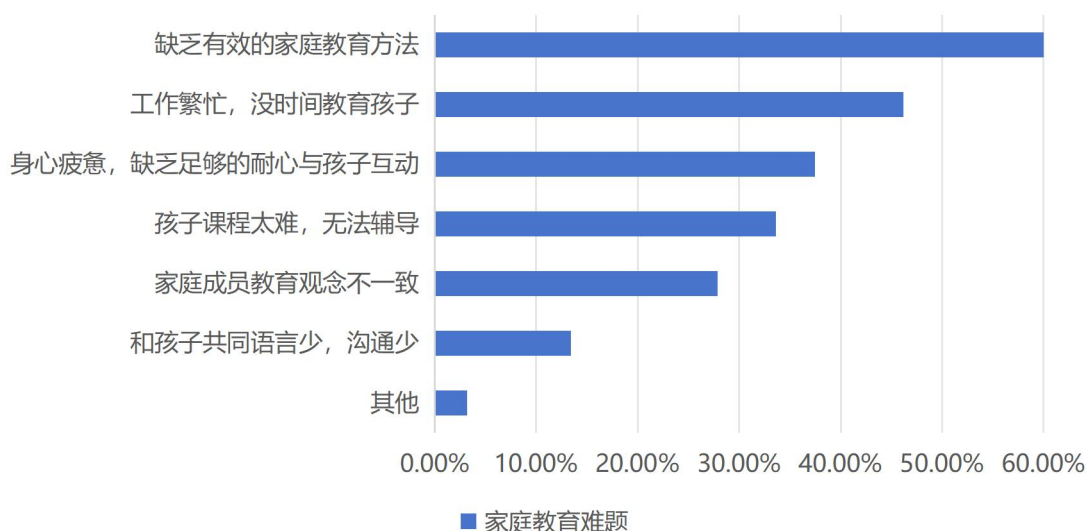


3.2.2 家庭教育核心困境：方法缺失与资源局限

教育方法匮乏（60.25%），缺乏科学指导。家长依赖经验或碎片化知识（如短视频），缺乏系统性教育策略。

时间与精力不足（占比 46.20%）以及家庭协同失效（占比 27.90%），成为双职工家庭面临的突出问题。双职工家庭陷入困境，工作压力不断挤占教育投入的时间和精力，部分家长无奈之下，只能将教育责任转移至祖辈或校外机构。家庭内部存在教育观念分歧，具体表现为父母与祖辈、夫妻之间教育目标不一致，进而导致规则执行混乱。

家长面临着知识储备（占比 33.64%）与代际沟通（占比 13.45%）方面的双重挑战。亲子互动质量受到家长教育能力以及代际文化差异的双重限制，部分家庭因此陷入了“想教却不会教、会教却不亲近”的困境。



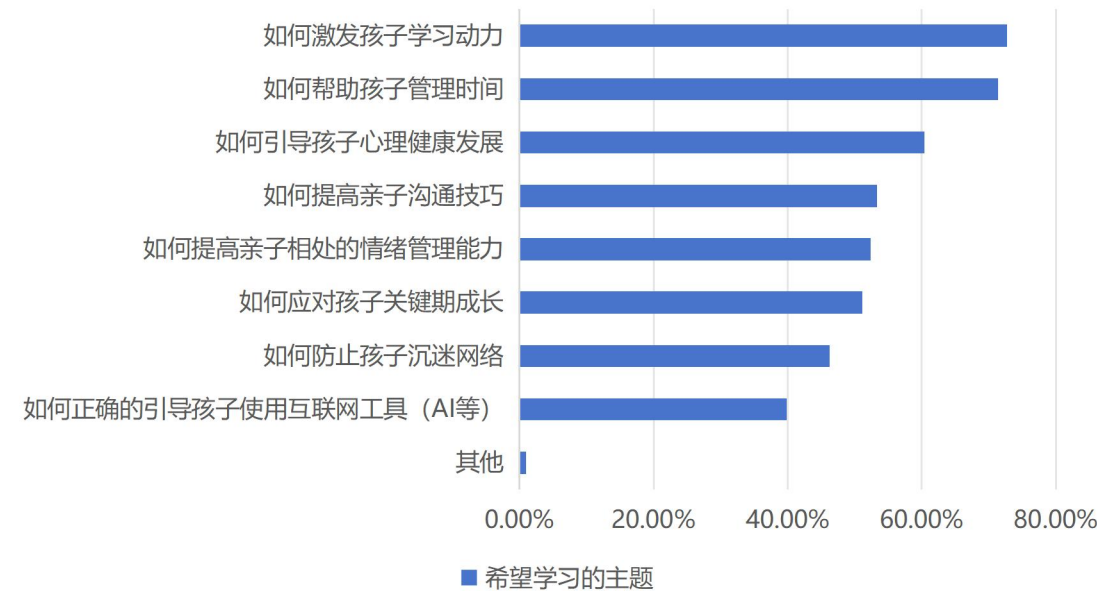
3.2.3 家庭教育指导需求：学业与成长双焦点

学业能力的培养成为家长关注的核心痛点。激发学习动力（72.72%）与管理时间（71.34%）占比最高，凸显家长对学业成果的重视。

心理健康与亲子关系逐渐成为家长们新兴的关注点。心理健康发展（60.37%）与情绪管理能力（52.39%）需求上升，反映家长逐渐意识到心理健康的重要性，

但缺乏系统指导方法。

家长对于关键期成长应对（占比 51.16%）以及“防止沉迷网络”（占比 46.24%）的需求，反映出他们对青春期教育与数字化挑战的焦虑。

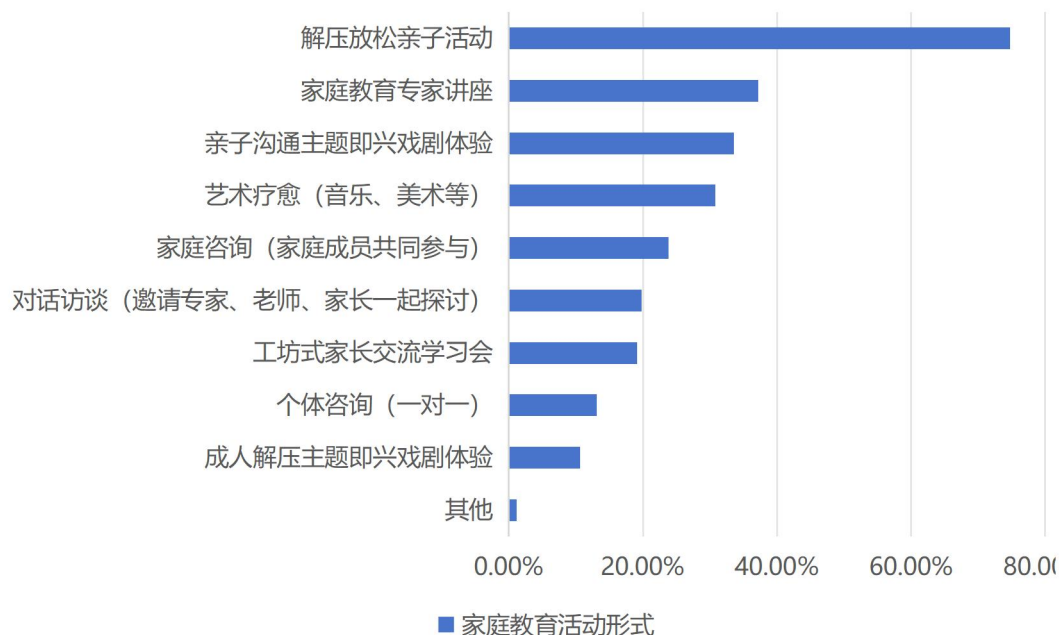


3.2.4 家长活动偏好：情感联结与实用导向并存

解压放松类活动最受家长欢迎（占比 74.77%）。家长在教育焦虑与生活压力下，亟需通过减压亲子互动缓解自身情绪，同时希望改善亲子关系。与“如何提高亲子相处的情绪管理能力”（52.39%）需求高度相关，反映家长意识到情绪管理对亲子互动的重要性。

专家讲座与专业指导需求突出。家庭教育专家讲座（37.21%）与培训内容需求的“如何激发学习动力”（72.72%）、“管理时间”（71.34%）需求直接对应，显示家长对科学教育方法的渴求。

新兴形式与个体咨询的选择率偏低。即兴戏剧体验（33.57%）、艺术疗愈（30.82%）、个体咨询（13.14%）的选择率，反映出家长对新兴形式和心理服务的认知不足，或资源可及性较差。



3.3 数字化时代矛盾与需求

3.3.1 技术工具普及与数字鸿沟并存的矛盾

随着 AI 大模型等技术的普及，超过半数的家长已经能够接触到在线教育平台、AI 大模型类软件 and 智能设备等工具。然而，技术的快速迭代与家庭教育能力提升之间的差距导致家长面临“工具易得、方法难学”的困境。

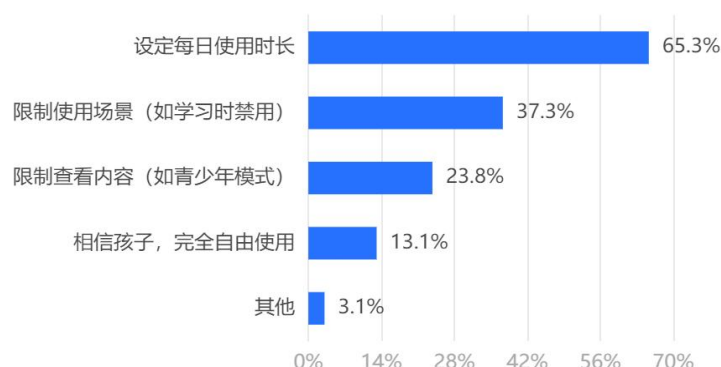
3.3.2 科学教育理念与经验依赖的冲突

60%的家长认为“缺乏有效教育方法”，但仅有 37%的家长选择专家讲座，而 67%的家长则通过社交媒体及短视频平台学习家庭教育知识，这反映出家长对系统化指导的渴望与碎片化知识获取之间的矛盾。部分家长依赖短视频等非权威渠道获取育儿知识，易陷入“伪科学”陷阱。

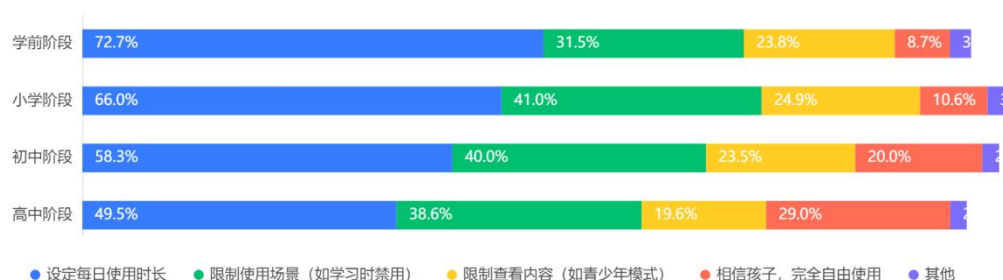
3.3.3 自主探索与风险管控的失衡

随着互联网的普及与信息技术的迅猛发展，互联网已深度融入未成年人的日常生活，成为他们认识和了解世界的重要窗口。家长既期望孩子借助数字技术培养创造力，又担忧其网络沉迷与隐私泄露问题。同时，家长选择正确引导 AI 工

具使用的需求（39.86%）低于“防止沉迷网络”的需求（46.24%），这表明家长更关注风险防范而非技术赋能，可能与 AI 教育资源的成熟度不足有关。



设定每日使用时长是各阶段家长最普遍采用的管理方式，约 65.3%的家长选择此方法来管理孩子的电子产品使用，其中学前阶段孩子的家长占比最高（72.7%）。家长对孩子电子设备的管理方式随学龄增长呈现出“从强约束向适度放权”的变化趋势，然而，“设定时长”和“限制场景/内容”始终是主流管理手段，“信任完全自由”的比例虽随年龄增长有所上升，但整体占比仍低于约束类方式。在学前阶段，选择完全信任孩子、让其自由使用电子设备的家长占比最低，但仍有 8.7%；而在小学和初中阶段，分别有 10.6%和 20%的家长完全信任孩子，给予他们自由使用手机的机会。

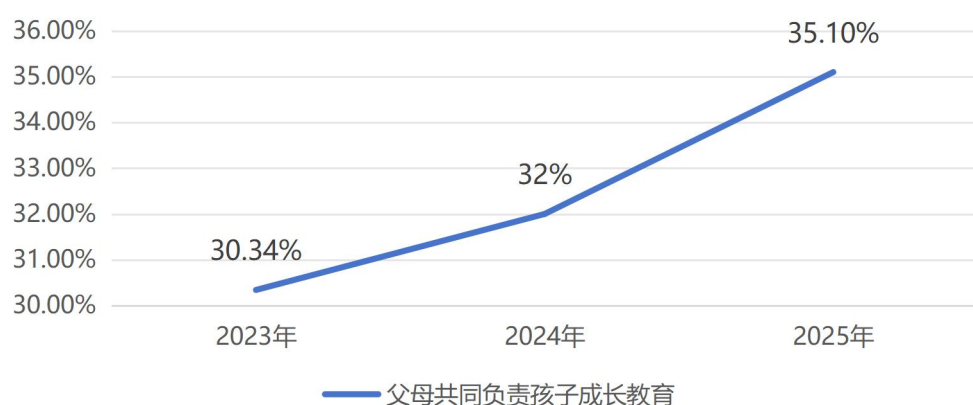


在网络拓展未成年人学习、生活空间，丰富未成年人精神文化生活的同时，也带来了诸多风险。部分家长对未成年人网络使用风险的认识尚显不足，对未成年人不良网络行为未能及时引导与干预，其网络素养与法治意识亟待加强。

第四章 家庭教育趋势发展

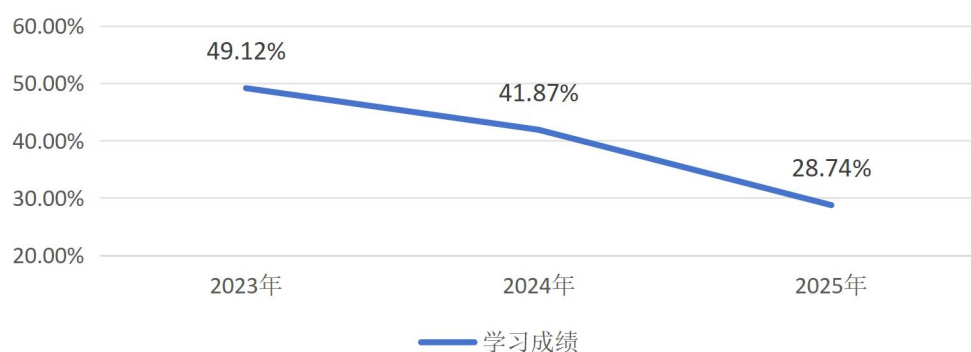
4.1 家庭育儿责任分配与理念的社会变迁

2023 至 2025 年间，“父母共同负责孩子成长教育”的比例持续攀升，且增速有加快之势。越来越多的家庭认可“父母共育”对孩子成长的重要价值，父亲参与育儿的角色意识显著增强。同时，社会环境更多地给予“父职参与”的支持、育儿类内容（书籍/课程）的普及等，促使家庭更重视“共同养育”模式。



4.2 教育理念更新与家庭教育问题矛盾

家长最重视的前三项能力为：品德培养（80.96%）、独立能力（73.30%）、社交情商（47.09%），成绩提升仅排在第五位（28.74%）。同时，近三年的调研数据显示，重视成绩培养的家长逐年下降。反映出家庭教育目标从应试能力向综合素养转变。与此同时，如何激发学习动力（72.72%）与管理时间（71.34%）依旧是大多数家长最关注的问题。

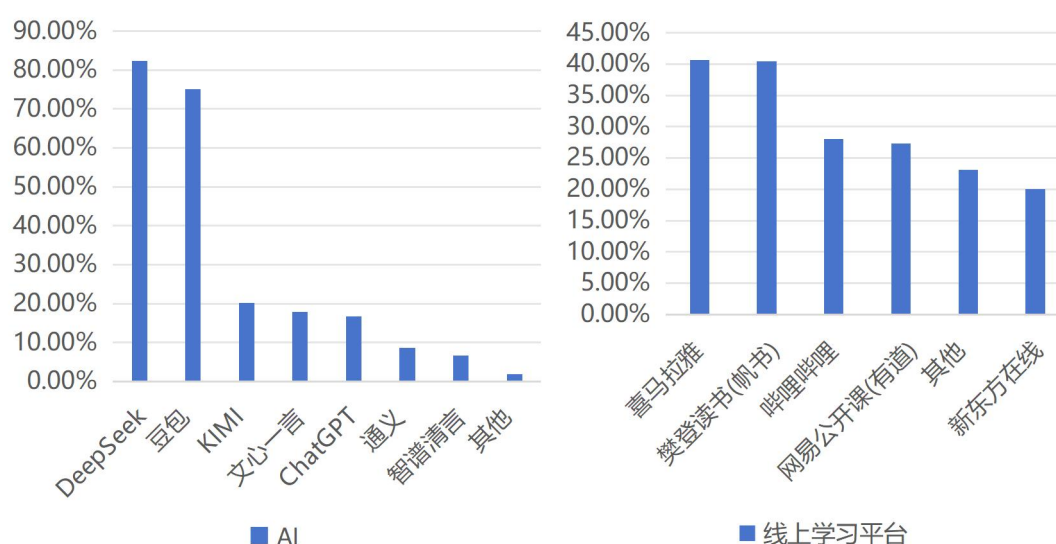


这种看似矛盾的现象，实则折射出社会文化对家庭教育目标的多元影响。

一方面，随着教育理念的进步，家长开始认识到品德培养、创新能力、社交技能等综合素质对孩子未来发展的重要性，不再单纯以分数论英雄。他们鼓励孩子参与社会实践，培养兴趣爱好，以实现全面发展。另一方面，应试教育的现实压力依旧存在，升学竞争激烈，导致家长在重视能力培养的同时，难以完全摆脱对学习成绩的过度关注。这种转变反映了社会文化对家庭教育期望的逐步提高，即期望培养出既有扎实学识，又具备良好品德与社会适应能力的下一代。

4.3 技术驱动的教育变革

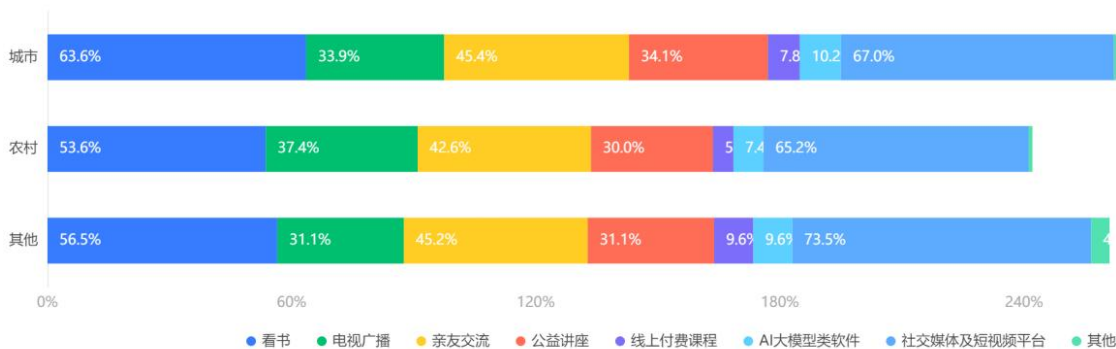
AI 技术在家庭教育中的应用场景日益丰富，DeepSeek（82.34%）和豆包（75.09%）成为家长首选 AI 教育辅助工具。部分 AI 产品已具备多模态交互能力，既能通过语音对话解答学科疑问，又能以虚拟形象开展角色扮演游戏，在寓教于乐中培养社交能力。社交媒体及短视频平台（66.53%）成为家长获取教育知识的主要途径。



技术赋能带来教育模式创新，喜马拉雅、帆书等知识付费类平台也逐渐被家长所接受。随着知识付费行业用户规模的持续增长，以及内容形式的日益丰富，

包括音频、视频、在线课程等多种类型，知识付费平台成功构建了“专家-机构-家长”的垂直服务体系。年付费用户规模逐年上升，课程品类也从传统的学科辅导扩展至亲子沟通、儿童心理等 20 余个细分领域。

但技术渗透也引发新挑战。算法推荐机制所形成的“信息茧房”效应，可能致使家长接收的教育资讯过度聚焦于特定领域，进而忽视孩子的全面发展需求，并引发焦虑情绪。部分 AI 教育产品存在数据滥用的风险，不少家长都曾遇到过学习数据被用于精准营销的情形。技术依赖现象逐渐显现，部分家长可能过度依赖智能设备导致亲子互动质量下降。



尽管人工智能技术在教育领域的应用日益广泛，但城乡数字鸿沟依然存在。农村地区在 AI 教育工具的使用上，由于数字素养的差异，其使用率相较于城市地区仍然较低。

第五章 策略建议

5.1 对家长的建议：转变角色，成为“成长型合伙人”

面对教育理念转型与现实挑战，家长可以主动调整角色，从传统的“管理者”向“引导者”和“合伙人”转变。

(1) 重视品德与能力，降低分数焦虑

数据表明，家长已高度认同“品德培养”（80.96%）和“独立能力”（73.30%）

的核心地位。建议家长在实践中将这一理念落到实处，通过家务分工、项目制亲子活动（如共同策划一次家庭旅行）等方式，在日常生活中培养孩子的责任感、韧性与解决问题的能力。

（2）提升情绪管理与亲子沟通质量

尽管亲子关系满意度较高（8.5/10），但每周发生冲突的家庭仍占 24.37%。家长可主动学习“非暴力沟通”技巧，在冲突中优先采用“冷静协商”的方式（78.00%），尽量避免“严厉批评”（31.55%）。家长可借助“家长教育服务”公众号、优质书籍等资源，学习情绪管理方法，共同营造“轻松愉快”（60.16%）的家庭氛围。

（3）善用数字工具，实现“优质陪伴”

在管理电子产品时，家长可超越单纯的“限制”（65.53%），转而注重“引导与共创”。例如，家长可与孩子一起使用 AI 工具（如 DeepSeek）探索知识，或共同挑选有营养的教育纪录片（36.40%）观看并展开讨论。将屏幕时间转化为高质量的互动学习时间，同时把握屏幕总时长管理，保护孩子视力等。

（4）主动构建支持网络，避免“孤军奋战”

数据显示，59.09%的家长缺乏求助渠道。建议家长主动通过社区微信群、学校家委会、家长社群（如“家教工委”）等平台，与其他家庭建立联系，分享经验，形成互助支持小组，携手应对教育难题。

5.2 对家庭教育工作者的建议：提供精准化、场景化支持

家庭教育工作者是连接家庭、学校与社区的关键纽带，其服务应更具针对性与可及性。

（1）设计以“问题导向”为核心的指导内容与活动

家长最大的需求集中于“激发学习动力”(72.72%)、“时间管理”(71.34%)和“心理健康”(60.37%)。工作者可以围绕这些核心痛点,开发系列工作坊、案例教学课,提供具体、可操作的方法论,而非空泛的理论。

(2) 创新服务形式,提升参与度与体验感

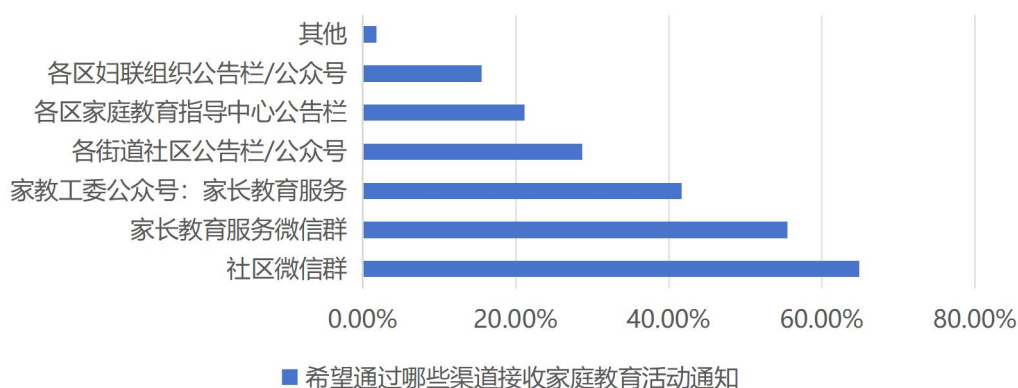
数据显示,家长对“解压放松亲子活动”(74.77%)和“即兴戏剧体验”(33.57%)等形式最为欢迎。工作者可大力开展体验式、互动式、疗愈式活动,将教育理念融入游戏与艺术之中,降低参与门槛,提升实效。

(3) 重点关注父亲与祖辈的教养参与

数据显示,母亲仍是教育领域的主力军(47.44%)。工作者可有意设计鼓励父亲参与的活动(如“父子挑战赛”),并为承担养育责任的祖辈提供隔代教育指导,以促进家庭成员间教育观念的统一与实践的协同。

(4) 打造线上线下融合的支持体系

以“社区微信群”(64.84%)和公众号(41.66%)作为主要信息渠道,搭建线上答疑与资源分享平台。同时,结合线下社区指导中心,提供“个体咨询”(13.14%)和“家庭咨询”(23.85%)服务,形成服务闭环,解决服务“最后一公里”问题。



5.3 对政策制定与执行者的建议: 构建普惠性、系统性的支持生态

政策层面需要从宏观布局，将《中华人民共和国家庭教育促进法》从文本转化为每个家庭可感可及的服务。

(1) 强力推动《中华人民共和国家庭教育促进法》与“教联体”的普法与落地

针对多数家长对该法“不太了解”（46.87%）或“没听说过”（17.63%）的情况，政策执行者应联合学校、社区、媒体，开展大规模且生动化的普法宣传活动，建立“家校社政”协同机制，明确各方权责，并将相关工作纳入考核体系。

(2) 夯实基层服务网络，实现资源公平可及

仅有 19.85%的家长知晓所在区域设有家庭教育指导中心。政策应重点在街道、社区层面普遍设立实体化服务站点，配备专业指导员或链接专业资源，构建“15 分钟家庭教育服务圈”，并特别加强对农村（30.84%）及薄弱地区的资源倾斜。

(3) 支持专业人才培养与数字化工具开发

加大对家庭教育指导师、社工等专业人才的培养力度，并购买相关服务，同时建立家庭教育服务认证体系。同时，规范在线教育平台资质，鼓励开发专业 AI 工具，让家长使用便捷的、合规可靠的 AI 家庭教育辅助工具和官方知识库，为家庭提供标准化、个性化的科学指导。

第六章 结论与展望

本白皮书通过对全国 53548 个样本展开系统调研，全面展现了 2025 年中国家庭教育整体面貌。调研结果显示，我国家庭教育正处于理念转型与实践探索的关键时期，呈现出理念趋新、方式趋民主、资源趋多元、需求趋精准的总体特点，同时也面临着支持体系不完善、家长能力欠缺、城乡区域发展不均衡等现

实难题。

6.1 主要结论

尽管家长普遍认同“品德为先、能力为重”的教育理念，并开始重视孩子的全面发展。但在实践中，学业竞争压力仍然难以摆脱，导致“重智轻德”和“高分焦虑”现象依然普遍存在。

母亲仍是育儿主力，父亲与祖辈的作用有待提升。家庭教育责任仍高度集中在母亲身上，父亲参与度较低，但父母共同育儿的比重近三年连续上升。祖辈在协同育儿中发挥重要辅助作用但缺乏系统支持。

亲子关系总体良好，但沟通与处理冲突的能力有待提高。亲子关系满意度较高，然而冲突频率和管理方式暴露出家长在情绪管理和有效沟通方面存在能力不足。

支持体系已初步构建，但覆盖范围不广、渗透程度不深。多数家长在遇到教育难题时缺乏有效求助途径，基层家庭教育指导服务的知晓度和可及性亟待提升。家庭教育已从“私人领域”转变为“社会公共事务”，需要多方协同治理。

数字化工具虽已普及，但其应用水平却参差不齐。AI 大模型、短视频社交平台等工具已成为家长学习与孩子教育的重要载体，然而也带来了信息茧房、虚假信息以及亲子互动质量下降等新挑战。

6.2 未来展望

面向“十四五”收官与 2035 教育现代化目标，中国家庭教育的发展将呈现以下趋势：

支持体系将迈向“生态化”：随着“教联体”机制的深入实施，家校社政的协同合作将更加紧密，以社区为枢纽的家庭教育服务圈将逐步构建，形成覆盖城

乡、普惠共享的支持体系。

家长角色将加速迈向“专业化”：家长不再仅仅扮演“养育者”的角色，而是需要持续学习的“教育合伙人”。系统化、实操性的家长教育课程与认证体系有望建立，推动家长教养能力整体提升。

技术赋能将更加“深度融合”：AI 大模型、虚拟现实等技术将进一步个性化、场景化地嵌入家庭教育全过程，从“工具辅助”升级为“认知伙伴”，但同时亟须建立相应的数字伦理与隐私保护规范。

教育评价将趋向“综合化”：随着社会对人才定义的拓宽，家庭教育的目标将更加强调核心素养与心理健康，推动形成“多元成功”的社会共识，逐步缓解家庭的应试焦虑。

6.3 结语

家庭教育是“国事”，更是每个家庭的“心事”。推动家庭教育高质量发展，不仅需要家长转变观念、提升能力，更需要全社会构建起一个法治完善、专业支撑、技术赋能、情感联结的协同育人新生态。我们深信，通过政策的引导、专业的家庭教育指导服务，以及家庭实践共同努力，每一个孩子都能在更加科学、温暖的家庭环境中健康成长，成为担当民族复兴大任的时代新人。