

# 父母有条件关注影响青少年内化行为的机制分析

陈茜<sup>1</sup> 官晓峰<sup>2</sup> 秦业帆<sup>3</sup>

1. 曲阜师范大学, 曲阜;

2. 青岛市盲校, 青岛;

3. 泗水县第一中学, 济宁

**摘要** | 本研究通过文献资料法分析了父母有条件关注对儿童内化问题的影响机制。父母有条件关注通过侵犯孩子的隐私等三种机制直接对儿童的内化问题产生消极影响。同时, 父母有条件关注也通过损害儿童的情绪调节能力、提高其自尊权变性和完美主义倾向进而导致个体出现内化问题。

**关键词** | 有条件关注; 情绪调节; 自尊权变性; 完美主义; 内化问题

Copyright © 2021 by author (s) and SciScan Publishing Limited

This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



## 1 引言

随着年龄的增长, 青少年面临的问题越来越多, 而在此期间青少年更容易紧张, 情绪更不稳定<sup>[1, 2]</sup>, 大大增加了青少年出现内化问题的风险。以往研究发现, 青少年的内化问题不仅会对其学业发展和人际交往造成不可估量的负面影响<sup>[3]</sup>, 还可能导致青少年出现药物滥用、问题行为和自杀倾向<sup>[4]</sup>。对于孩子来说, 家庭是影响其发展的最重要环境之一。父母养育行为在青少年内化问题的发展、持续和减轻中起着至关重要的作用, 多达 8% 儿童抑郁 (当前和终生) 直接由不良的父母养育行为导致<sup>[5]</sup>。鉴于青少年内化问题的高发病率和对青少年产生的长期的负面影响, 大量研究已经考察了父母养育因素对儿童内化问题的影响, 本研究拟在以往研究的基础上, 考察父母有条件关注对青少年内化行为的影响机制。

通讯作者: 陈茜 (1996-), 女, 山东省泰安人, 硕士, 曲阜师范大学教育学院, 研究领域为家庭养育。

文章引用: 陈茜, 官晓峰, 秦业帆. 父母有条件关注影响青少年内化行为的机制分析 [J]. 中国心理学前沿, 2021, 3 (4): 329-335.

<https://doi.org/10.35534/pc.0304041>

## 2 父母条件关注的概念

父母有条件关注 (Parental Conditional regard) 是指父母通过操纵孩子的自我意识情感 (如内疚和羞耻等) 来诱导孩子按照自己的期望行事, 是一种侵入性的人际风格<sup>[6]</sup>, 通过将儿童对自身价值的感知与父母的期望联系起来<sup>[9]</sup>, 来实现控制孩子行为举止的目的。当孩子表现出特定的行为或特质时, 父母就会给予他们的孩子爱与关注; 当孩子没有表现出相应行为和特质时, 父母就会撤回他们的爱与关注<sup>[8]</sup>。研究者将父母有条件关注分为: 父母有条件积极关注—当孩子符合父母的期望时给予更多的关爱; 和父母有条件消极关注—当孩子不遵从父母的期望时, 撤回关爱<sup>[14]</sup>。大量研究表明, 父母有条件积极关注会让孩子产生内在强迫感, 孩子取得成功后容易自我膨胀, 失败后容易过分的自我贬低并产生羞耻感; 而父母有条件负面关注会导致孩子对父母产生怨恨情绪, 失败后容易自我贬低并产生羞耻感, 也会降低孩子的幸福感<sup>[8, 13]</sup>。

研究者认为父母有条件关注之所以具有控制性, 部分原因是由于父母有条件关注向儿童传递了一个信息: 父母之所以对孩子表达爱与关怀不是因为他们是孩子的父母, 而是因为孩子的行为方式符合父母的要求, 因此为了被父母接受, 孩子必须按照父母的命令行事<sup>[8]</sup>, 被父母有条件关注的孩子更有可能做出那些父母认为的对孩子自身有利的行为<sup>[10]</sup>。以往研究发现, 父母撤回爱 (即父母有条件关注的一种表现形式) 促进了儿童亲社会价值观的内化<sup>[7]</sup>。符号互动论提出, 自我由个体与社会的互动过程构成的, 是个体与社会互动过程的反射, 这意味着父母有条件关注会导致孩子有条件的自我评价, 并相应地根据这些评价调整自己的行为<sup>[8, 11]</sup>。值得注意的是, 父母有条件关注可能会让孩子认为父母的要求和标准是最重要的, 自己的想法无关紧要, 将符合父母的标准视为自己能力和自我价值的最高水平<sup>[12]</sup>。

## 3 父母有条件关注对儿童内化问题的直接影响

随着年龄的增长, 青少年会试图将自己和父母分离开来。很多时候青少年可能只是想在说出自己的感受之前理清事情的思绪, 或者有时他们可能被消极或负面情感淹没而无法谈论这些, 有条件关注孩子的父母可能会强迫孩子将自己隐藏的负面情绪表达出来<sup>[16]</sup>, 但个体情绪的敏感性极强且高度私人化<sup>[15]</sup>, 被迫向他人分享可能会让孩子觉得自己的隐私受到侵犯<sup>[15]</sup>, 进而提高其内化问题出现的风险。此外, 当个体将成功与他人的欣赏和判断联系在一起时, 更容易产生消极情绪<sup>[20]</sup>。被父母有条件关注的孩子知道自己并不是无条件的被父母爱着, 在这种情况下, 孩子可能会按照自己认为可以得到他人关爱的方式行事<sup>[17]</sup>。在这种情况下, 孩子可能会将这种行为规则内化, 孩子积极的行为就是个体内摄调节的结果, 但这一过程不仅会伴随一种内在强迫感, 也更容易产生消极情绪<sup>[8]</sup>。同时, 这样的行为只能带来短暂的满足, 孩子永远无法通过这种方式获得他们渴望的无条件的爱<sup>[8]</sup>, 孩子在经历失败或挫折后产生的消极情绪水平更高, 更容易出现焦虑、抑郁等内化问题。此外, 儿童出现不当行为后父母撤回爱会导致儿童产生焦虑情绪, 这种焦虑情绪可以在父母不在时抑制或纠正孩子的不当行为<sup>[10]</sup>, 但焦虑情绪的反复出现可能会提高青少年出现内化问题的风险。当青少年表达自身负面情绪时, 这些家长 (如, 积极有条件关注的家长) 可能会通过反对和撤回爱来让青少年抑制自身负面情绪<sup>[18]</sup>, 但这样的行为不仅会降低青少年的社交能力, 还可能会提高青少年出现心理问题的风险<sup>[19]</sup>。

## 4 父母有条件关注对儿童内化问题的间接影响

### 4.1 情绪调节的中介作用

家庭风险模型认为 (Risky Families Model), 危险的家庭养育环境会影响青少年情绪调节能力的发展, 在面对压力环境时青少年更容易选择逃避或抑制型应对策略, 进而提高其出现内化问题的风险<sup>[21]</sup>。情绪调节是指个体为了适应环境要求对情绪的强度、出现的时间进行有意识或无意识地调节的过程<sup>[22, 23]</sup>。以往研究发现, 父母养育行为对儿童情绪调节能力的发展起着重要作用<sup>[24]</sup>。部分家长认为个体应当避免对外界表达出自己的负面情绪<sup>[25]</sup>, 但父母对儿童情绪的拒绝和不接受会阻碍儿童情绪能力的发展<sup>[26]</sup>。此外, 负面或粗暴的父母养育行为会导致青少年出现高强度的情绪唤起并抑制其表达负面情绪的倾向<sup>[27]</sup>, 不利于儿童情绪调节能力的发展。同时, 青春期的到来标志着青少年面临的压力越来越多, 对外界环境的敏感性大大提高, 青少年在此期间出现情绪反应增加是个体成长中正常的一部分, 但其出现情绪失调的概率也大大提高<sup>[28]</sup>。Gottman 等人 (1996) 所定义的情绪摒除式的养育方式是一种会对孩子情绪能力发展起负面影响的父母养育行为, 而该养育行为与父母有条件关注的养育类似。<sup>[29]</sup>当父母通过有条件关注来抑制孩子表达负面情绪时, 可能会导致孩子至少三种特定情绪技能的发展受损: (1) 识别他人负面情绪的能力, (2) 识别自身负面情绪的能力, (3) 对他人负面情绪经历共情 (同情) 的能力<sup>[29]</sup>。而个体能有效察觉自己的情绪反应和功能的能力被称为情绪意识 (emotion awareness), 是有效情绪调节的先决条件<sup>[30]</sup>。换句话说, 父母有条件关注可能对青少年情绪调节能力造成消极影响, 导致青少年在面对困难或压力环境时更容易选择逃避或抑制型应对策略, 无法有效调节自身负面情绪, 更容易出现内化问题<sup>[21]</sup>。

### 4.2 青少年自尊心变性的中介作用

自尊心变性 (Self-esteem contingency) 是指个体的自我价值感依赖于外部或内部标准是否得到满足<sup>[31]</sup>, 即个体自尊随着外界事件的成败或是否满足自身标准而变化<sup>[32]</sup>, 与父母有条件关注 (是否得到父母的爱取决于是否满足父母的要求) 的环境类似, 孩子知道自己只有满足某些条件时才有价值 (得到关爱)<sup>[33]</sup>, 导致其自尊心变性提高。自尊心变性高的个体主动性更高, 也更渴望实现目标<sup>[34]</sup>, 但高自尊心变性个体认同自身价值需要满足某些特定标准<sup>[35]</sup>。成功可能会提高自尊心变性个体的自尊, 但失败时自尊下降的水平更高。没有人可以一直成功, 当个体自身标准得不到满足时, 其自我价值就得不到实现<sup>[36]</sup>, 提高其出现焦虑、抑郁等内化问题的风险。

### 4.3 青少年完美主义

完美主义是一种人格特质, 它影响个体如何设定和实现目标, 并影响个体的人生观<sup>[37, 38]</sup>。完美主义主要源于个体对被爱、被接受和被认可的渴望, 以及对被他人拒绝的恐惧<sup>[39]</sup>。无论是哪种完美主义者都会为自己设定过高的标准, 适应性完美主义者倾向于认识到自己的局限性, 并找到合适的应对方法<sup>[40]</sup>, 而非适应性完美主义者对失败和让别人失望非常恐惧, 更有可能以极端的方式思考<sup>[41]</sup>。同时, 非适应

性完美主义者更有可能对他们的失败进行内部归因,并将其过度泛化到他们生活的其他方面<sup>[43]</sup>。以往研究发现,非适应性完美主义通常出现在爱和欣赏是有条件的家庭环境中<sup>[43]</sup>。

由于接受、认可、支持和归属感在人际关系中占据的重要位置<sup>[39]</sup>,当父母只在孩子表现出某种行为时才表现出喜爱和欣赏的倾向时,孩子更需要父母的接受,也更重视父母的期望,因此他们更容易成为完美主义者<sup>[39, 44]</sup>。完美主义的孩子更希望得到父母的接受和认可,他们高度批判自己的言行,随时承受着自己可能会失败的恐惧,对父母也更容易产生怨恨情绪<sup>[45]</sup>。非适应性完美主义者并不缺少动力,但不切实际的目标让他们无法实现他人的期望<sup>[46]</sup>。在这种情况下,非适应性完美主义青少年可能会出现更高水平的抑郁、焦虑和自杀倾向<sup>[47]</sup>。

## 5 研究展望

本研究回顾了以往关于父母有条件关注和儿童内化问题的相关研究,分析了父母有条件关注对儿童内化问题的影响机制。总的来说,遭受父母有条件关注的孩子更有可能产生怨恨、焦虑等消极情绪。值得注意的是,父母的有条件关注无法真正满足孩子的需求,经历同等水平的失败或挫折后有可能产生更多的消极情绪,进而导致焦虑、抑郁等内化问题。此外,儿童的情绪调节能力、自尊心变性和完美主义也在父母有条件关注与儿童内化问题之间起中介作用。因此为了制定有效的干预措施,对父母有条件关注和青少年内化问题的内在机制进行探索是非常必要的。

## 参考文献

- [1] Dahl R E. Affect regulation, brain development, and behavioral/emotional health in adolescence [J]. CNS spectrums, 2001, 6 (1): 60-72.
- [2] Rosenblum G D, Lewis M. Emotional development in adolescence [J]. 2003.
- [3] Duggal S, Carlson E A, Sroufe L A, et al. Depressive symptomatology in childhood and adolescence [J]. Development and psychopathology, 2001, 13 (1): 143-164.
- [4] Ferdinand R F, Verhulst F C, Wiznitzer M. Continuity and change of self-reported problem behaviors from adolescence into young adulthood [J]. Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry, 1995, 34 (5): 680-690.
- [5] McLeod B D, Weisz J R, Wood J J. Examining the association between parenting and childhood depression: A meta-analysis [J]. Clinical psychology review, 2007, 27 (8): 986-1003.
- [6] Barber B K. Parental psychological control: Revisiting a neglected construct [J]. Child development, 1996, 67 (6): 3296-3319.
- [7] Sears R R, Maccoby E E, Levin H. Patterns of child rearing [J]. 1957.
- [8] Assor A, Roth G, Deci E L. The emotional costs of parents' conditional regard: A Self-Determination Theory analysis [J]. Journal of personality, 2004, 72 (1): 47-88.
- [9] Rogers C R. Clientcentered therapy. Boston: Houghton Mifflin [J]. RA Baron andamp; D. Byrne (1997). Social psychology (8th ed. ). USA: Allyn and Bacon, 1951.
- [10] Aronfreed J. Conduct and conscience: The socialization of internalized control over behavior [M]. Elsevier, 2013.

- [ 11 ] Mead G H. Mind, self and society [ M ] . University of Chicago Press: Chicago, 1934.
- [ 12 ] Hamachek D E. Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism [ J ] . Psychology: A Journal of Human Behavior, 1978.
- [ 13 ] Assor A, Tal K. When parents' affection depends on child's achievement: Parental conditional positive regard, self-aggrandizement, shame and coping in adolescents [ J ] . Journal of adolescence, 2012, 35 ( 2 ) : 249-260.
- [ 14 ] Assor A, Kanat-Maymon Y, Roth G. Parental conditional regard: Psychological costs and antecedents [ M ] . Human motivation and interpersonal relationships. Springer, Dordrecht, 2014: 215-237.
- [ 15 ] Roth G, Assor A. The costs of parental pressure to express emotions: Conditional regard and autonomy support as predictors of emotion regulation and intimacy [ J ] . Journal of adolescence, 2012, 35 ( 4 ) : 799-808.
- [ 16 ] Meeus W, Iedema J, Maassen G, et al. Separation-individuation revisited: On the interplay of parent-adolescent relations, identity and emotional adjustment in adolescence [ J ] . Journal of adolescence, 2005, 28 ( 1 ) : 89-106.
- [ 17 ] Miller A, Ward R T. Prisoners of childhood: The drama of the gifted child and the search for the true self [ M ] . Basic Books, 1981.
- [ 18 ] Israeli-Halevi M, Assor A, Roth G. Using maternal conditional positive regard to promote anxiety suppression in adolescents: A benign strategy? [ J ] . Parenting, 2015, 15 ( 3 ) : 187-206.
- [ 19 ] Krause E D, Mendelson T, Lynch T R. Childhood emotional invalidation and adult psychological distress: The mediating role of emotional inhibition [ J ] . Child abuse & neglect, 2003, 27 ( 2 ) : 199-213.
- [ 20 ] Shim S S, Wang C, Cassady J C. Emotional well-being: The role of social achievement goals and self-esteem [ J ] . Personality and Individual Differences, 2013, 55 ( 7 ) : 840-845.
- [ 21 ] Repetti R L, Taylor S E, Seeman T E. Risky families: family social environments and the mental and physical health of offspring [ J ] . Psychological bulletin, 2002, 128 ( 2 ) : 330-366.
- [ 22 ] Gratz K L, Roemer L. Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the difficulties in emotion regulation scale [ J ] . Journal of psychopathology and behavioral assessment, 2004, 26 ( 1 ) : 41-54. .
- [ 23 ] Gross J J, Muñoz R F. Emotion regulation and mental health [ J ] . Clinical psychology: Science and practice, 1995, 2 ( 2 ) : 151-164.
- [ 24 ] Buckholdt K E, Parra G R, Jobe-Shields L. Intergenerational transmission of emotion dysregulation through parental invalidation of emotions: Implications for adolescent internalizing and externalizing behaviors [ J ] . Journal of Child and Family Studies, 2014, 23 ( 2 ) : 324-332.
- [ 25 ] Gottman J M, Katz L F, Hooven C. Meta-emotion: How families communicate emotionally [ M ] . Routledge, 2013.
- [ 26 ] Saarni C, Campos J J, Camras L A, et al. Emotional development: Action, communication, and understanding [ J ] . Handbook of child psychology, 2007, 3.
- [ 27 ] Morris A S, Silk J S, Steinberg L, et al. The role of the family context in the development of emotion regulation [ J ] . Social development, 2007, 16 ( 2 ) : 361-388.
- [ 28 ] Spear L P. Heightened stress responsivity and emotional reactivity during pubertal maturation: Implications for psychopathology [ J ] . Development and psychopathology, 2009, 21 ( 1 ) : 87-97.
- [ 29 ] Roth G, Assor A. Parental conditional regard as a predictor of deficiencies in young children's capacities to



- respond to sad feelings [J]. *Infant and Child Development*, 2010, 19 (5) : 465–477.
- [30] Rieffe C, Oosterveld P, Miers A C, et al. Emotion awareness and internalising symptoms in children and adolescents: The Emotion Awareness Questionnaire revised [J]. *Personality and Individual Differences*, 2008, 45 (8) : 756–761.
- [31] Crocker J, Wolfe C T. Contingencies of self-worth [J]. *Psychological review*, 2001, 108 (3) : 593–623.
- [32] 王磊, 郑雪. 自尊权变性的概念, 性质和作用及其研究展望 [J]. *心理科学*, 2006, 29 (4) : 1013–1013.
- [33] Rogers C R. Client-centered therapy [J]. *American handbook of psychiatry*, 1959, 3: 183–200.
- [34] Lawrence J S, Williams A. Anxiety explains why people with domain-contingent self-worth underperform on ability-diagnostic tests [J]. *Journal of Research in Personality*, 2013, 47 (3) : 227–232.
- [35] Zeigler-Hill V, Stubbs W J, Madson M B. Fragile self-esteem and alcohol-related negative consequences among college student drinkers [J]. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 2013, 32 (5) : 546–567.
- [36] Burwell R A, Shirk S R. Self processes in adolescent depression: The role of self-worth contingencies [J]. *Journal of Research on Adolescence*, 2006, 16 (3) : 479–490.
- [37] Gilman R, Adams R, Nounopoulos A. The interpersonal relationships and social perceptions of adolescent perfectionists [J]. *Journal of research on adolescence*, 2011, 21 (2) : 505–511.
- [38] Rice K G, Ashby J S, Gilman R. Classifying adolescent perfectionists [J]. *Psychological assessment*, 2011, 23 (3) : 563–577.
- [39] Pamir Ç O. The Relationship between Students Perfectionism and Parental Rearing Behavior [J]. *Heath Psychology Journal*, 2005.
- [40] Flett G L, Druckman T, Hewitt P L, et al. Perfectionism, coping, social support, and depression in maltreated adolescents [J]. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 2012, 30 (2) : 118–131.
- [41] Gilman R, Ashby J S. Perfectionism [J]. 2006.
- [42] Neumeister K L S. Interpreting successes and failures: The influence of perfectionism on perspective [J]. *Journal for the Education of the Gifted*, 2004, 27 (4) : 311–335.
- [43] Hamachek D E. Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism [J]. *Psychology: A Journal of Human Behavior*, 1978.
- [44] Frost R O, Marten P, Lahart C, et al. The dimensions of perfectionism [J]. *Cognitive therapy and research*, 1990, 14 (5) : 449–468.
- [45] Mendi E, Eldeleklioğlu J. Parental conditional regard, subjective well-being and self-esteem: The mediating role of perfectionism [J]. *Psychology*, 2016, 7 (10) : 1276–1295.
- [46] Nounopoulos A, Ashby J S, Gilman R. Coping resources, perfectionism, and academic performance among adolescents [J]. *Psychology in the Schools*, 2006, 43 (5) : 613–622.
- [47] O'Connor R C, Rasmussen S, Hawton K. Predicting depression, anxiety and self-harm in adolescents: The role of perfectionism and acute life stress [J]. *Behaviour research and therapy*, 2010, 48 (1) : 52–59.

## Effects of Parental Conditional Regard on Adolescents' Internalizing Problem

Chen Xi<sup>1</sup> Guan Xiaofeng<sup>2</sup> Qin Yefan<sup>3</sup>

1. *Faculty of Education, Qufu Normal University, Qufu;*

2. *Qingdao School for the Blind, Qingdao;*

3. *Sishui NO.1 Middle School, Jining*

**Abstract:** This study analyzed the influence mechanism of parental conditional regard on adolescents' internalizing problem via literature review. Parental Conditional Regard has a direct positive effect on adolescents' internalizing problem by invading adolescents' privacy. Moreover, emotional regulation, contingencies of self-esteem and perfectionism could mediate the association between parental conditional regard and adolescents' internalizing problem.

**Key words:** Parental conditional regard; Emotional regulation; Contingencies of self-esteem; perfectionism; Adolescents' internalizing problem