

父母低头行为与中学生心理韧性的关系： 感恩的中介作用

熊孝娟

苏州科技大学教育学院，苏州

摘要 | 目的：分析中学生的父母低头行为、感恩与心理韧性三者之间的相互关系，并探索感恩在父母低头行为与心理韧性之间的中介作用。方法：采用父母低头行为量表、青少年感恩量表、青少年心理韧性量表对安徽、江苏、湖南三省的1337名中学生进行调查。结果：（1）相关分析结果显示，中学生父母低头行为与心理韧性之间存在显著负相关（ $r=-0.40, p<0.01$ ），与感恩之间存在显著负相关（ $r=-0.14, p<0.01$ ）；感恩与心理韧性之间存在显著正相关（ $r=0.44, p<0.01$ ）。（2）中介分析表明，感恩在父母低头行为和中学生心理韧性之间起到了部分中介作用，占总效应的15.00%。结论：父母低头行为不仅直接影响中学生的心理韧性，还能通过降低中学生的感恩水平来间接削弱心理韧性。

关键词 | 父母低头行为；心理韧性；感恩；中学生

Copyright © 2025 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/>



父母低头行为（Parental Phubbing）是指在亲子互动过程中，父母因过度专注于智能手机或其他移动电子设备，导致对子女的关注缺失和情感忽视的行为现象（丁倩等，2019）。随着中国移动互联网的快速发展，智能手机已成为日常生活必需品。据中国互联网络信息中心（CNNIC）第56次统计报告（2025年）显示，我国网民规模达11.23亿，普及率79.7%，由此催生了“低头行为”。智能手机的普及使低头行为成为现代家庭互动的普遍现象。作为青少年成长过程中的关键影响，父母的日常行为模式对其子女的心理社会发展具有深远影响。当父母过度使用手机时，他们对子女情感需求的回应频率和质量显著下降，导致青少年产生被拒绝感和低自我价值感（申昕苑，2022）。长期的情感忽视还会损害青少年的情绪调节能力，使其更难应对日常压力（Stockdale et al., 2018）。父母低头行为对青少年心理发展的影响不容忽视，需要引起家庭和学校的高度重视，通过科学的教育

干预和心理支持，可以有效促进青少年的全面发展。

作为积极心理学领域的核心概念，心理韧性（Resilience）的定义历经“特质论”“结果论”到“过程论”的演进。目前学界普遍认可其为个体在困境中表现出的积极心理适应特征，包括灵活调动资源、有效应对压力并实现成长的能力（Roeser & Eccles, 1998）。尽管心理韧性的概念存在不同视角，但心理韧性具有两个核心特征：一是心理韧性具有典型的逆境依赖性，这意味着它并非在真空状态下产生，而是需要在具体的压力情境或挑战中被激活和展现。正如弹簧需要外力作用才能展现其弹性一样。二是积极适应导向。个体不仅能够抵御逆境的负面影响，更重要的是，成功的应对经历往往能够促进心理功能的提升和成长。即经过压力事件后，个体的心理更具坚韧性。对于处于“心理断乳期”的中学生而言，心理韧性具有不可替代的发展价值。中学生面临学业竞争、同伴关系波动、自我认同构建等多

作者简介：熊孝娟，苏州科技大学教育学院心理健康教育专业在读研究生。

文章引用：熊孝娟. (2025). 父母低头行为与中学生心理韧性的关系：感恩的中介作用. *中国心理学前沿*, 7(10), 1249-1254.

<https://doi.org/10.35534/pc.0710203>

重压力，心理韧性既能缓冲压力事件对心理健康的冲击，又能帮助其在困境中积累成长经验。已有研究证实，高心理韧性青少年表现出更佳的情绪理解能力和表达技巧，这使他们能够建立更高质量的同伴关系（余晓霞，2017）；同时，心理韧性在学业压力与学业倦怠之间起中介作用（Al-Awad, 2024）。学业压力并非直接导致倦怠，而是通过削弱个体的心理韧性资源产生影响。正因如此，《全面加强和改进新时代学生心理健康工作专项行动计划（2023—2025年）》明确将心理韧性作为预防心理问题的核心保护因素，还强调健全家校社协同育人机制。生态系统理论强调，家庭是个体发展的微观系统，父母与孩子的互动质量影响着青少年的发展水平。家庭中的情感关怀与正性情绪对心理韧性具有显著促进作用。安全的亲子依恋、积极的教养方式以及和谐的家庭氛围都是韧性的重要保护性因素。社会学习理论指出，父母作为子女重要榜样，若因专注手机回避亲子沟通，子女会在感受情感忽视的同时，习得逃避等负面行为模式，面对挫折时更易受影响。基于此，提出假设1：父母低头行为是影响中学生心理韧性水平的重要因素。

感恩是一种生活积极面向的关注与珍视的生活取向（McCullough et al., 2002）。已有研究证明感恩与抑郁症状呈显著负相关，并能缓冲压力对心理健康的负面影响。高感恩青少年的抑郁增长率比低感恩组低（阿云娜，2024）。感恩作为积极心理学的核心研究主题之一，使个体在面对逆境时更容易发现潜在的意义和价值，从而将挑战转化为成长机会。这种正向的思维模式不仅增强了个体的适应能力，还提升了其对周围支持系统的感知敏锐度，使他们更善于识别和利用来自他人的帮助与资源，形成一个持续增强心理韧性的良性循环。凌霄等人（凌霄，潘之瑶，2023）在对高中生的研究中指出，青少年的感恩水平与韧性水平之间显著正相关。拓宽-建构理论强调积极情绪能够拓宽个体的即时思维行动资源库，并帮助建构持久的个人资源（Fredrickson, 2001）。具体来说，积极情绪不仅能够扩展个体的认知范围与思想行为储备，而且能够促进增强个体的认知灵活性，建构持久的个体与社会资源。感恩作为其中一种，同样具有此功能。感恩水平较高的人，能更容易感知到周围他人如父母、朋友等给予自己的关心与帮助，也更容易向周围他人表达自己内心的感恩之情，推动自身产生更多的积极情绪与亲社会行为，并进一步构建更为广泛持久的个体与社会资源（心理韧性）。基于此，提出假设2：感恩是影响中学生心理韧性水平的重要因素。

青少年的心理韧性与其所处家庭系统质量密切相关（周宏儒，2021）。当父母过度使用电子设备时，子女往往会感知到较低的家庭支持，这种感知到的情感忽视会显著影响其应对压力的能力。已有实证研究揭示了：父母低头行为不仅直接降低亲子互动质量（Błachnio, 2024），还会通过削弱家庭功能间接影响青少年的适应

能力（Pivetta et al., 2024）。亲子互动模式同样是感恩品质形成的重要影响因素。家庭教养方式尤为关键，民主型教养方式能促进感恩特质的发展，而过度溺爱或拒绝型教养则会削弱感恩意识（梁晓亮等，2022）。根据依恋理论，安全依恋作为感恩发展的基础，良好的亲子依恋会通过提升心理资本和感恩水平来促进初中生的亲社会行为发展（刘佳蕾，2020）。而父母低头行为会显著削弱亲子依恋质量。当父母过度使用手机时，会减少与子女的情感互动，导致亲子依恋关系受损。这种依恋不安全的状态使青少年更难获得对自我价值的肯定和对他人支持的认可，进行难以形成感恩。基于此，提出假设3：感恩可能是父母低头行为影响中学生心理韧性的中介变量。综上所述，本研究采用问卷调查搜集数据，从实证研究角度探讨中学生心理韧性的影响因素及作用机制，重点探讨感恩在父母低头行为影响中学生心理韧性中所起的中介作用，以期为有针对性地提高中学生心理韧性提供数据支撑和干预依据。

1 对象与方法

1.1 对象

采取整群抽样的方法，选取安徽省、江苏省、湖南省部分中学共1337名中学生，以班级为单位进行问卷调查，回收有效问卷1337份（有效回收率89.13%）。有效被试具体构成为：初中生748人（55.9%），高中生589人（44.1%）。女生576人（43.1%），男生761人（56.9%）。

1.2 方法

（1）青少年心理韧性量表由胡月琴和甘怡群（胡月琴，甘怡群，2008）编制，一共有27道题目，分为个人力和支持力。包括5个因子，个人维度包括目标专注、情绪控制、积极认知三个因子。支持力维度包括家庭支持和人际协助两个因子。采用的是5点计分制，维度得分越高，说明该项心理韧性水平越高。本研究中该量表的Cronbach's α 系数为0.897，个人力维度Cronbach's α 系数为0.856，支持力维度Cronbach's α 系数为0.833。

（2）青少年感恩量表由喻承甫开发（喻承甫等，2011）。该量表包含25个题项，涵盖五维度：父母/亲人、老师、朋友、祖国/社会和自然环境。采用7级Likert评分（1=完全不同意，7=完全同意）。总分越高表示感恩水平越高。在青少年样本中，该量表展现出较高的信度和效度。本研究中总量表的Cronbach's α 系数0.971，各维度Cronbach's α 系数介于0.902~0.938之间。

（3）父母低头行为量表由丁倩等人（丁倩等，2020）选择我国青少年群体为被试进行改编和修订。量表共9个题目，单维度，其中，题目7为反向题。采用五点计分，1~5分别表示“完全不符合”到“完全符合”。将反向题正向化处理后，计算所有项目的总分或

均分，分数越高表明父母低头行为越严重。该问卷在青少年群体中的信效度良好。本研究中该量表的Cronbach's α 系数为0.851。

1.3 统计处理

使用SPSS 26.0对收集的问卷数据进行处理和分析。分析方法包括相关分析和Bootstrap方法检验感恩在父母低头行为与心理韧性之间的中介作用。

2 结果

2.1 共同方法偏差检验

采用Harman单因素检验方法对收集的数据进行共同方法偏差检测。通过未旋转的探索性因素分析，结果显示有10个特征值大于1的公共因子，其中第一个因子的解释率为28.864%，远低于40%的临界标准，表明本研究的数据不存在严重的共同方法偏差问题。

2.2 各变量的描述统计及相关分析

为探究中学生父母低头行为、感恩、心理韧性的整体情况，采用描述统计和单样本 t 检验，如表1所示。结果显示中学生父母低头行为总体平均分为2.71分，标准差为0.76。采用单样本 t 检验，发现父母低头行为均分显著低于理论值3 ($t=-14.10, p<0.001$)，处于中等偏下水平。中学生感恩总体平均分为5.92分，标准差为1.09。采用单样本 t 检验，发现感恩整体均分显著高于理论值4 ($t=64.46, p<0.001$)，说明中学生的感恩水平整体较高。感恩的五个维度均分也均显著高于理论值。中学生心理韧性的均分为3.45，标准差为0.61。采用单样本 t 检验，结果表明中学生心理韧性的均分显著高于理论值3 ($t=27.06, p<0.001$)，说明样本群体的心理韧性处于中上水平。心理韧性的两个维度和五个因子的均分也均显著高于理论值。

表1 各研究变量及其维度的描述统计 (N=1337)

Table 1 Descriptive statistics of each research variable and its dimensions (N=1337)

项目	Min	Max	M	SD	t
父母低头行为均分	1.00	5.00	2.71	0.76	-14.10***
感恩均分	1.00	7.00	5.92	1.09	64.46***
感恩父母/ 亲人	1.00	7.00	6.08	1.18	64.43***

表3 感恩的中介效应检验 (N=1337)

Table 3 Mediating effect test of gratitude (N=1337)

结果变量	预测变量	R	R ²	F	β	Boot LLCI	Boot ULCI	t
心理韧性	父母低头行为	0.42	0.18	36.19	-0.40	-0.36	-0.28	-15.56***
感恩	父母低头	0.22	0.05	8.23***	-0.15	-0.29	-0.13	-5.34***
心理韧性	感恩	0.57	0.33	71.28	0.39	0.20	0.25	17.01***
	父母低头				-0.34	-0.31	-0.24	-14.52***

注：*** $p<0.001$ ，** $p<0.01$ ，* $p<0.05$ 。

续表

项目	Min	Max	M	SD	t
感恩老师	1.00	7.00	5.87	1.22	56.12***
感恩朋友	1.00	7.00	5.61	1.33	44.22***
感恩祖国/ 社会	1.00	7.00	6.14	1.16	69.55***
感恩自然	1.00	7.00	5.87	1.34	51.26***
心理韧性均分	1.48	5.00	3.45	0.61	27.06***
个人力	1.20	5.00	3.44	0.65	24.98***
目标专注	1.00	5.00	3.60	0.79	27.68***
情绪控制	1.00	5.00	3.07	0.90	3.02**
积极认知	1.00	5.00	3.80	0.81	36.34***
支持力	1.25	5.00	3.46	0.72	23.37***
家庭支持	1.00	5.00	3.60	0.79	27.84***
人际协助	1.00	5.00	3.31	0.89	12.91***

注：*** $p<0.001$ ，** $p<0.01$ ，* $p<0.05$ 。

对父母低头行为、感恩、心理韧性进行Pearson积差相关分析，结果如表2所示。三个变量两两之间均存在显著的相关关系。父母低头行为能显著负向预测中学生的心理韧性。这为进行中介效应检验提供了基础。

表2 父母低头行为、感恩、心理韧性的相关分析 (N=1337)

Table 2 Correlation analysis of parental phubbing, gratitude, and resilience (N=1337)

	父母低头行为	感恩
父母低头行为		
感恩	-0.14**	
心理韧性	-0.40**	0.44**

注：*** $p<0.001$ ，** $p<0.01$ ，* $p<0.05$ 。

2.3 感恩在父母低头行为和心理韧性间的中介效应检验

为探讨父母低头行为对心理韧性的显著负向影响的内在机制，在研究中进一步引入感恩作为中介变量代入结构方程模型。通过采用SPSS宏程序Process中的模型4进行中介效应的检验，根据Hayes提供的Bootstrap的方法来验证分析感恩在父母低头行为与心理韧性间的中介作用，结果如表3所示。

采用偏差校正的百分位Bootstrap法（5000次）进行中介效应检验。结果如表4所示，感恩在其中起到了部分中介作用，中介效应量为-0.06，95%置信区间为[-0.09，-0.03]，区间不包含0，中介效应占比为15.00%。父母低头行为对心理韧性的直接效应显著，效应值为-0.34，95%置信区间为[-0.31，-0.24]，区间不包含0，直接效应占比85.00%。

表4 直接效应、间接效应和总效应表

Table 4 Table of direct effects, indirect effects, and total effects

	效应值	Boot SE	Boot CI 下限	Boot CI 上限	相对效应值
总效应	-0.40	0.02	-0.36	-0.28	
直接效应	-0.34	0.02	-0.31	-0.24	85.00%
间接效应	-0.06	0.01	-0.09	-0.03	15.00%

注：*** $p < 0.001$ ，** $p < 0.01$ ，* $p < 0.05$ 。

根据上述中介作用检验结果，绘制感恩在父母低头行为和心理韧性之间的中介模型路径图，如图1所示。

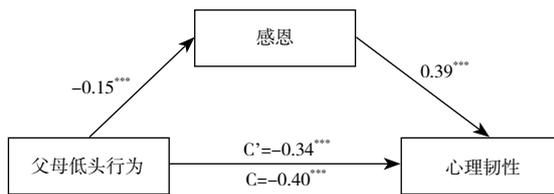


图1 感恩在父母低头行为和心理韧性之间的中介作用

Figure 1 The mediating role of gratitude between parental phubbing and resilience

3 讨论

本研究针对中学生展开，探讨了父母低头行为在预测中学生心理韧性中的直接和间接作用，特别关注了感恩在其中的作用机制。研究表明，即使在控制了人口统计学变量的情况下，父母低头行为不仅直接影响中学生的心理韧性，还通过感恩产生了间接效应。

3.1 中学生父母低头行为、感恩和心理韧性的整体现状

本研究结果显示，中学生的父母低头行为处于中等偏下水平，感恩和心理韧性均处于中等偏上水平。这说明本次调查的中学生整体状态较好，但仍有三点值得关注。一是父母低头行为在家庭所在地存在差异，目前生活在城市家庭的中学生感知到的父母低头行为水平显著高于生活在乡镇家庭的中学生。这可能是由于城市文化更具多元性与开放性，父母接触到的育儿理念更丰富，强调给孩子自主空间，但在实践中，这种空间有时会被电子设备使用替代。而乡镇地区文化相对传统，亲

子互动模式更偏向于面对面的交流与陪伴，注重直接的互动，电子设备使用对亲子互动的干扰相对较小，孩子感知到的父母低头行为也就更少（余欣榕，2014）。其次，感恩在性别上也存在差异，女生的感恩水平显著高于男生。女生更为感性，同理心与情绪依赖性强，常分享内心、寻求帮助，对他人善意更敏感；而男性被赋予“独立坚强”的期待，为获尊重地位，较少接受他人的帮助，易对感恩有负面认知（燕展，2019）。同时，不管是学校还是家庭教育，在感恩教导中对女生的情感引导更细致，也强化了女生的感恩倾向。最后，高中生的心理韧性水平显著高于初中生，这可能是由于高中生相较于初中生，经历更多学业与生活挑战，应对经验积累更丰富，且认知成熟度更高。

3.2 中学生父母低头行为、感恩、心理韧性的相关关系

本研究结果显示，父母低头行为与中学生心理韧性呈显著负相关，即父母低头行为越频繁，中学生心理韧性水平越低，这一结果印证了假设1的合理性。父母教养方式的质量对心理韧性发展至关重要（杨瑾璐，2024）。在高质量教养方式中，亲子间有着及时的情感回应和人际互动，更容易形成安全依恋，当孩子面临生活挑战与学习压力时，有着内在的家庭支持资源，这种资源正是面对压力的基础。当父母过度专注手机时，会挤占原本用于情感交流的时间与精力，导致亲子回应延迟。这种低质量教养一方面减少情感互动破坏安全亲子依恋的形成；另一方面，长期情感忽视降低子女对自身价值的认同，弱化其在逆境中主动调动资源、积极适应的意愿。

父母低头行为与中学生感恩水平存在显著负相关，即父母低头行为程度越深，中学生的感恩水平越低，与以往的研究一致（许春艳，谢笑春，2022）。感知他人善意、建立情感联结，是感恩形成的先决条件之一，而家庭作为青少年感恩培育的首要场域，父母通过教养互动传递的情感支持与积极回应，使子女感知到“被关怀、被重视”。高质量的亲子互动中，父母的主动关注与情感投入，能让子女切实体会到他人付出的价值，进而内化为感恩认知与情绪；当父母过度专注于电子设备时，降低对子女需求的回应效率，导致亲子间情感联结弱化。这种互动缺失使子女难以充分感知父母的关怀与付出，弱化其对善意的识别能力，最终抑制感恩的发展。

中学生的感恩与心理韧性之间存在显著的正相关关系，即感恩水平越高，心理韧性越强，这验证了假设2。从拓宽一建构理论的视角看，处于感恩状态的个体，更易以开放、灵活的视角看待困境，减少对负性信息的过度聚焦，这种认知灵活性使个体在面对压力时能生成更多应对策略，为有效应对逆境提供即时支持。同时感恩能强化个体对社会支持的感知与联结，构建稳定的人际

资源，这些也是抵御逆境的重要基础。

综上所述，父母低头行为不仅直接影响中学生心理韧性，还通过削弱感恩水平间接影响心理韧性。这一发现为未来在中学生中推广感恩教育和心理韧性培养提供了科学依据和实践方向。

3.3 感恩在父母低头行为与中学生心理韧性之间的中介作用

本研究结果显示，感恩在父母低头行为和心理韧性中发挥着部分中介作用，即父母低头行为越严重，中学生的感恩水平越低，进而导致其心理韧性水平下降，这一结果验证了假设3。感恩的发展依赖于高质量亲子互动传递的情感支持与善意感知，父母低头行为通过削弱亲子互动质量，减少中学生对他人关怀的感知机会，直接抑制感恩的形成；依据拓宽建构理论，感恩作为积极情绪，能拓宽认知范围、建构人际与内在心理资源，这些资源正是应对逆境、实现积极适应的核心基础，因此，感恩水平降低会削弱心理韧性的资源储备。

这一发现为中学生心理韧性培育提供了明确的干预方向。在家庭层面，父母需减少非必要电子设备使用，增加专注的亲子互动时间，通过日常情感交流强化子女的善意感知，为感恩培育创造条件；在学校层面，开设感恩主题课程，通过认知引导与体验活动，提升中学生对感恩的认知与实践能力，弥补家庭互动不足的影响；在家校协同层面，通过家长课堂普及父母低头行为的消极影响，指导家长掌握亲子互动技巧，形成“家庭培育感恩、学校强化感恩、家校共促心理韧性”的干预合力，切实提升中学生心理韧性水平。

综上所述，本研究通过构建中介模型，深入探讨了父母低头行为对中学生心理韧性的影响，并揭示了感恩在其中的中介作用机制。研究结果为提高中学生心理韧性水平提供了重要启示。特别是通过提升感恩特质的提高，可以有效地增强学生的心理韧性，进而促进其心理健康和学业成就。这些发现不仅为学校心理健康教育提供了理论支持，也为教育实践提供了具体而有针对性的策略和措施。

参考文献

[1] Al-Awad F A. (2024). Academic Burnout, Stress, and the Role of Resilience in a Sample of Saudi Arabian Medical Students. *Med Arch*, 78(1), 39–43.

[2] Błachnio A. (2024). *Parent and Child Screen Use and the Effects of Phubbing*. *J Pediatr*, (275), 114227.

[3] Fredrickson B L. (2001). The role of positive emotions in positive psychology. The broaden-and-build theory of positive emotions. *Am Psychol*, 56(3), 218–226.

[4] Mc Cullough, Emmons M E, Tsang R A, Personality J A J J o & Psychology S. (2002). The grateful disposition: A

conceptual and empirical topography.

[5] Pivetta E, Marino C, Bottesi G, Pastore M, Vieno A & Canale N. (2024). The influence of maternal and paternal phubbing on adolescents' problematic gaming: A two-wave mediation model. *Computers in Human Behavior*, (152), 108058.

[6] Roeser R W & Eccles J S. (1998). Adolescents' perceptions of middle school: Relation to longitudinal changes in academic and psychological adjustment. *Journal of Research on Adolescence*, 8(1), 123–158.

[7] Stockdale, L. A., Coyne, S. M., & Padilla-Walker, L. M. (2018). Parent and Child Technoference and socioemotional behavioral outcomes: A nationally representative study of 10- to 20-year-Old adolescents. *Computers in Human Behavior*, (88), 219–226.

[8] 阿云娜. (2024). 大学生感恩与抑郁的纵向关系：心理灵活性和领悟社会支持的中介作用. 取自 <https://link.cnki.net/doi/10.27230/d.cnki.gnmsu.2024.000846> Available from Cnki.

[9] 丁倩, 王兆琪, 张永欣. (2020). 父母低头行为量表在我国青少年群体中的初步修订. *中国临床心理学杂志*, 28(5), 942–945+896.

[10] 丁倩, 张永欣, 周宗奎. (2019). 父母低头族与中学生手机成瘾的关系：父母监控的调节作用. *中国特殊教育*, (1), 66–71.

[11] 胡月琴, 甘怡群. (2008). 青少年心理韧性量表的编制和效度验证. *心理学报*, (8), 902–912.

[12] 梁晓亮, 乔骊珠, 王晓一, 黄晓丽, 孙妍, 李薇, 于振剑. (2022). 父母教养方式对大学生感戴的影响：互惠倾向的中介作用. *中国健康心理学杂志*, 30(7), 1100–1106.

[13] 凌霄, 潘之瑶. (2023). 疫情后期武汉居家高中生感恩对学习投入的影响：心理韧性的中介作用. *卫生职业教育*, 41(3), 135–139.

[14] 刘佳蕾. (2020). 初中生亲子依恋与亲社会行为的关系. 取自 <https://link.cnki.net/doi/10.27036/d.cnki.ggxsu.2020.001413> Available from Cnki.

[15] 申昕苑. (2022). 父母低头行为与青少年核心自我评价的纵向关联：基本心理需要满足的中介作用. 取自 <https://link.cnki.net/doi/10.27011/d.cnki.gdbsu.2022.001521> Available from Cnki.

[16] 许春艳, 谢笑春. (2022). 父母低头行为对早期青少年亲社会行为的影响：一项追踪研究. Paper presented at the 第二十四届全国心理学学术会议, 新乡.

[17] 燕展. (2019). 新时代大学生感恩特点分析及对策研究. *长春教育学院学报*, 35(4), 34–36.

[18] 杨瑾瑛. (2024). 父母教养方式对高中生心理韧性的影响：链式中介作用. 取自 <https://link.cnki.net/doi/10.27284/d.cnki.gsxu.2024.002094> Available from Cnki.

- [19] 余晓霞. (2017). 中职生心理弹性、生活满意度与同伴关系的关系研究. 取自 https://kns.cnki.net/kcms2/article/abstract?v=RK2PMiCRJa2sk_vbkLOhtODr5QqdexZBu1d32nmZzZ2kWiyhXCgFVIlpQ8WGN59elh-XchPqHeZiGQiVe_Pp0EHpCqrWrPm54kH118P13Yniq3DHNxCVOW6bt-WX62mDyeHu27UU1V7qh_eZgezJJzrRo--YF9sTvqFhQk4HWG6bSE5Wz4kT9zNMD7cAilTj&uniplatform=NZKPT&language=CHS Available from Cnki.
- [20] 余欣榕. (2014). 农村家庭生活方式变迁下家长育儿观念现状研究. 取自 https://kns.cnki.net/kcms2/article/abstract?v=i9XsIIId0T10yK92-Ah0E-in7lv_64jPAiGCLh3R9m1x8A-CSONuqWXhg6SnViu1-yqRxUX_6f2aDdINwoInoxCQMIvFwp8www89hXPPKmMyxBsfdHdfuRxxLPvHFbVjJwN3_XBbrFs4UQPfHFIY09nr2dRx99d3wCjtSKepfAUB9JMRJJsle9TQJmi817Am_&uniplatform=NZKPT&language=CHS Available from Cnki.
- [21] 喻承甫, 吴慧婷, 刘国锐. (2011). 青少年感恩的现状研究. *中国健康心理学杂志*, 19(4), 444-446.
- [22] 周宏儒. (2021). 初中生家庭教养方式、自我效能感与心理韧性的关系研究. 取自 <https://link.cnki.net/doi/10.27103/d.cnki.ghebu.2021.001557> Available from Cnki.

The Relationship between Parental Phubbing and Resilience in Middle School Students: The Mediating Role of Gratitude

Xiong Xiaojuan

School of Education, Suzhou University of Science and Technology, Suzhou

Abstract: Objective: To analyze the interrelationships among parental phubbing, gratitude, and resilience among secondary school students, and to explore the mediating role of gratitude between parental phubbing and resilience. Methods: A survey was conducted on 1,337 secondary school students in Anhui, Jiangsu, and Hunan provinces using the Parental Phubbing Scale, Adolescent Gratitude Scale, and Adolescent Resilience Scale. Results: (1) Correlation analysis revealed a significant negative correlation between parental phubbing and resilience ($r=-0.40, p<0.01$), and a significant negative correlation between parental phubbing and gratitude ($r=-0.14, p<0.01$). Gratitude showed a significant positive correlation with resilience ($r=0.44, p<0.01$). (2) Mediation analysis indicated that gratitude partially mediated the relationship between parental phubbing and resilience among secondary school students, accounting for 15.00% of the total effect. Conclusion: Parental phubbing not only directly impacts resilience among secondary school students but also indirectly weakens it by reducing their levels of gratitude.

Key words: Parental phubbing; Resilience; Gratitude; Secondary school students