

## 小学生亲子关系对心理韧性的影响： 自尊的中介作用

吴安仪

广西师范大学教育学部，桂林

**摘要** | 为探究小学生心理韧性的影响因素及其作用机制，并考察自尊的中介作用，本研究采用亲子亲密度量表、青少年心理韧性量表和自尊量表对广东省362名小学生进行调查。结果发现：亲子关系、自尊和心理韧性三者之间均呈显著正相关；亲子关系能够正向预测小学生心理韧性；自尊在亲子关系对心理韧性的影响路径中起中介作用。亲密的亲子关系和高水平的自尊能够提升小学生的心理韧性，亲子关系也能通过影响小学生的自尊提升其心理韧性。

**关键词** | 亲子关系；自尊；心理韧性；小学生

Copyright © 2026 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/>



小学生处在身心发展迅速的时期，尤其是心理还不成熟，当他们身边出现重大的负性环境刺激时，容易造成重大的心理创伤，严重时可能导致心理疾患（朱清等，2012），这一特点值得我们对小学生面临困境时的应对能力进行研究。心理韧性指的是个体在面临某些负面事件时，能良好适应的能力（Luthans et al., 2007），其能够帮助个体迅速恢复原先的平衡状态、努力战胜面临的逆境（Linnenluecke, 2017）。研究表明，心理韧性可以提高充足的资源，以帮助小学生更好地调节负面情绪、修正认知，从而适应事情所产生的不良结果的出现（王永，王振宏，2013；杨雪岭等，2014）。另外，心理韧性能提高个体的幸福感，对其身心健康也有主要影响（陈双艺，仇剑崑，2021；González-Carrasco, 2016）；席居哲等，2015）。因此，本研究对小学生的心理韧性进行研究。

生态系统理论指出，个体会与环境产生相互作用，对个体的各方面发展会产生影响，家庭属于微观环境，对学生直接造成影响（Bronfenbrenner & Morris, 2006）。亲子关系建立在家庭血缘的基础之上，家长与孩子之间相互影响（张晓等，2008）。研究表明，良好的亲子关系能提升孩子的心理韧性水平（Lu et al., 2017），而不良的亲子关系，如家庭冲突多等，会使孩子的心理韧性受损，难以应对负面影响（范航等，2018）。也有研究表明，亲子亲合可以正向预测心理韧性（卢永彪等，2021）。所以，本研究认为，亲子关系会影响学生的心理韧性。

依据生态系统理论，作为微观系统的家庭会直接影响个体心理特质（李羽萱等，2019），家庭有助于个体养成健康人格，自尊是人格的主要因素（朱志红等，2011），自然受到家庭环境的影响。有研究表明，家庭

作者简介：吴安仪，广西师范大学教育学部硕士研究生，研究方向：基础心理学。

文章引用：吴安仪. (2026). 小学生亲子关系对心理韧性的影响：自尊的中介作用. *中国心理学前沿*, 8(3), 368–372.

<https://doi.org/10.35534/pc.0803057>

亲密度与自尊呈正相关(郭治斌, 林丽华, 2018)。认知易感模型认为, 在家庭中, 个体遭遇的不愉快经历对个体会产生极其不良影响, 个体容易对自己产生负面的认知, 降低自尊水平(Beck, 1987)。自尊是指个体的自我评估, 维持可通过与周围人的社交关系。自尊会影响个体在面临困境时的适应性行为(Hong et al., 2019), 自尊水平高的人能抵御压力(Buckingham et al., 2012), 其体现了对自我的尊重, 当满足心理需求时, 个体会更容易找到面对困难的应对措施, 更容易恢复(杜屏, 张言平, 2021), 故自尊也会影响个体的心理韧性。又有研究表明, 自尊在亲子关系影响复原力的途径中起中介作用(杜屏, 张言平, 2021; Tian et al., 2018), 因此, 本研究预测自尊在亲子关系对心理韧性的影响中起中介作用。

综上, 本研究拟考察亲子关系、自尊和小学生心理韧性三者之间的关系。本研究提出的假设如下: (1) 亲子关系能够正向预测小学生的心理韧性。(2) 自尊在亲子关系和心理韧性的关系中起中介作用。

## 1 对象与方法

### 1.1 对象

采用整群抽样法, 选取广东省共362名小学生进行施测, 其中男生194人(53.59%), 女生168人(46.41%); 四年级149人(41.16%), 五年级141人(38.95%), 六年级72人(19.89%)。

### 1.2 研究工具

#### 1.2.1 亲子关系密度量表

采用Buchanan等人(Buchanan et al., 1991)编制的亲子关系密度量表, 该量表共9个项目, 分别对个体的父子关系与母子关系进行评估, 采用五点计分法, 得分越高表

明个体与父母的关系越紧密, 亲子关系越好。在本研究中, 该量表的Cronbach's  $\alpha$  系数为0.92, 父子分量表和母子分量表的Cronbach's  $\alpha$  系数分别为0.93和0.89。

#### 1.2.2 自尊量表

采用中文版 Rosenberg 自尊量表(汪向东等, 1999), 该量表共10个项目, 采用四点计分, 得分越高表明个体的自尊水平越高。在本研究中, 该量表的Cronbach's  $\alpha$  系数为0.86。

#### 1.2.3 心理韧性量表

采用胡月琴和甘怡群(胡月琴, 甘怡群, 2008)编制的青少年心理韧性量表, 该量表共27个项目, 包括目标专注、情绪控制、积极认知、家庭支持和人际协助5个因子, 采用五点计分, 得分越高表明个体的心理韧性水平越高。在本研究中, 该量表的Cronbach's  $\alpha$  系数为0.86。

### 1.3 统计分析

采用 SPSS 23.0 进行数据分析, 采用 PROCESS 2.16.3 分析本研究的中介作用。

#### 1.4 共同方法偏差检验

采用 Harman 单因素方差检验进行共同方法偏差的检验(周浩, 龙立荣, 2004), 结果发现, 有12个特征值大于1的因子, 其中第1个因子解释的变异量为27.18%, 小于40%的临界标准, 表明本研究没有明显的共同方法偏差问题。

## 2 结果

### 2.1 亲子关系、自尊和小学生心理韧性的相关分析

表1呈现各变量的平均数、标准差及相关分析结果。结果表明: 亲子关系、自尊和心理韧性三者之间呈显著正相关关系( $p < 0.001$ )。

表1 相关系数表( $r$ 值,  $n=362$ )

Table 1 Correlation coefficients ( $r$  values,  $n = 362$ )

变量	亲子关系	自尊	心理韧性
亲子关系	1.00		
自尊	0.56***	1.00	
心理韧性	0.65***	0.72***	1.00

注: \*\*\* $p < 0.001$ 。

### 2.2 亲子关系对心理韧性的影响: 自尊的中介作用

为探讨自尊在亲子关系和心理韧性之间的中介作用, 使用 Hayes (Hayes, 2015) 编制的 PROCESS 2.16.3 中的 Model 4 检验自尊在亲子关系与心理韧性中的中介效应。结果如表2、表3所示, 亲子关系对心理韧性的预测作用显著( $\beta = 0.645, t = 16.029, p < 0.001$ ); 当放入中介变量后, 亲子关系对心理韧性的预测作用依然显著

( $\beta = 0.353, t = 8.722, p < 0.001$ ); 亲子关系对自尊的预测作用显著( $\beta = 0.564, t = 12.974, p < 0.001$ ); 自尊对心理韧性的正向预测作用也显著( $\beta = 0.518, t = 12.791, p < 0.001$ )。由表3知, 直接效应和中介效应的 Bootstrap 95% 置信区间的上限和下限都没有包含0, 表明亲子关系不仅能够直接影响小学生的心理韧性, 而且能够通过自尊的中介作用影响心理韧性。

表2 自尊在亲子关系对心理韧性影响路径上的中介效应检验

Table 2 Test of the mediating effect of self-esteem on the influence path of parent-child relationship on psychological resilience

变量	心理韧性		自尊		心理韧性	
	$\beta$	$t$	$\beta$	$t$	$\beta$	$t$
亲子关系	0.645	16.029***	0.564***	12.974***	0.353	8.722***
自尊					0.518	12.791***
$R^2$	0.416		0.319		0.599	
$F$	256.933***		168.325***		163.608***	

注：\*\*\* $p < 0.001$ 。

表3 总效应、直接效应及中介效应分解表

Table 3 Decomposition of total effect, direct effect, and mediating effect

效应类型	Effect	BootSE	BootLLCI	BootULCI	效应占比
总效应	0.705	0.047	0.613	0.797	
直接效应	0.386	0.046	0.295	0.477	54.75%
间接效应	0.319	0.037	0.248	0.396	45.25%

### 3 讨论

#### 3.1 亲子关系与小学生心理韧性的关系

本研究发现，亲子关系能够正向预测小学生心理韧性，这与以往研究一致（马胜男等，2022）。生态系统理论为解释这一结果提供了重要的理论框架。该理论指出，个体与环境相互作用，对个体的发展产生影响，家庭在系统划分为最内层的微观系统，亲子关系作为系统中的微观环境变量，对小学生的个体发展影响最直接、最重大。亲子关系作为家庭微观系统的核心要素，不仅是儿童最早建立的社会关系，更是其探索外部世界、形成自我认知和情绪调节能力的安全基地。家庭亲密度越高，父母更能通过情感温暖和积极回应，为孩子营造一个稳定、安全的成长环境，孩子也更能感受到父母的无条件接纳与支持，从父母处获得情感支持与心理能量，在遭遇困境时能采取积极的应对方式，快速调节自身心理状态以适应负性事件带来的影响（卢永彪等，2021）。

#### 3.2 自尊的中介作用

本研究发现，亲子关系不仅能够直接正向预测小学生心理韧性，还能够通过自尊的中介作用间接预测其心理韧性，这与研究假设一致（杜屏，张言平，2021）。依据生态系统理论，家庭作为个体成长所处的微观系统，是个体人格形成与发展的重要环境载体，也影响了个体健康人格的养成（李羽萱等，2019）。良好的亲子关系，往往伴随着高频的情感交流、积极的互动回应以及稳定的情感支持。在这样的家庭氛围里成长的小学生，能持续获得父母的肯定与接纳，进而慢慢形成了积极的自我认知，也建立起了较高的自我评估与价值认同（郭治斌，林丽华，2018）。认知易感模型进一步阐释

了亲子关系与自尊之间的内在作用逻辑。该模型指出，个体的自我认知会受到家庭环境中负性经历的显著影响。个体在家庭里遭遇亲子冲突、情感忽视、否定指责等负性经历时，容易对自我产生负性认知和消极评价，这会大大降低他们的自尊水平（Beck，1987），还会使其产生自我怀疑、自我否定的消极心理；反之，当个体处于亲子关系和谐的家庭环境中时，能持续感知自身价值与被爱的体验，进而也更容易形成积极的自我认知，拥有较高的自尊水平。高自尊水平的小学生，会对自我形成稳定且积极的价值判断，也能充分认可自身的能力与价值。这种自我肯定的心理状态，不仅能有效满足他们归属感、价值感等核心心理需求，还能让他们在面对学习生活中的挫折、压力以及各种外部风险时，拥有更强的心理承受能力和自我调节能力。他们会更倾向于用积极的心态面对困难，主动采取有效的应对策略去解决问题，而非陷入消极逃避的心理状态，进而在持续的压力应对与挫折体验中，逐步提升自身的心理韧性水平（杜屏，张言平，2021），更好地适应各种环境变化与挑战。

### 4 研究启示与不足

本研究在考察亲子关系与小学生心理韧性的关系的基础上，进一步探讨了亲子关系如何通过自尊影响小学生的心理韧性。研究结果说明，亲子关系不仅可以直接预测小学生的心理韧性，也可以通过自尊间接影响小学生的心理韧性。

本研究结果对于提升小学生的自尊以及心理韧性水平有一定的启示意义。第一，家长应意识到自己与孩子的关系会严重影响到他们的心理韧性水平，应努力给孩子一个良好的家庭环境。家长可以通过与孩子的交流

加深与孩子的情感联结，让孩子感受到家长对自己的爱，进而认同自己的价值，更有信心应对困难；第二，教师应协助家长构建和谐亲子关系，小学生的成长是家长、教师以及学校共同合作的结果，三方应共同提升小学生的自尊水平以及心理韧性水平，促使其在遇到困难时学会有效应对；第三，学校在平常的教学活动安排中，要注重提升学生的自尊和心理韧性水平，可通过开展自尊与心理韧性专题讲座、黑板报、校园报等形式，让学生了解面对困境时可以采用的应对策略，提高学生应对负性事件的信心与能力。

本研究有一些不足的地方。首先，本研究采用问卷调查的方法，由被试自己填写，调查结果部分受被试主观性影响，在今后的研究中，可以采用两种以上的调查方法来收集数据；其次，本研究只选用了自尊一个中介变量，可能存在其他个人特质类的变量也是亲子关系与心理韧性的中介变量，在今后的研究中，可以考虑在其他模型中继续探讨亲子关系对心理韧性的影响机制；最后，本研究的研究对象为广东省的高年级小学生，样本来源较单一，代表性较差，在今后的研究中，应扩大样本取样区域，确保样本更具代表性，数据结果更真实可信。

## 5 结论

- (1) 亲子关系越好的小学生，心理韧性水平越高；
- (2) 亲密的亲子关系能够提升小学生的心理韧性，亲子关系也能通过影响小学生的自尊提升其心理韧性。

## 参考文献

- [1] 朱清, 范方, 郑裕鸿, 等. (2012). *中国临床心理学杂志*, 4, 194-197.
- [2] Luthans F, Avolio B J, Avey J B, et al. (2007). Positive psychological capital: Measurement and relationship with performance and satisfaction. *Personnel Psychology*, 60 (3), 541-572.
- [3] Linnenluecke M K. (2017). Resilience in business and management research: A review of influential publications and a research agenda. *International Journal of Management Reviews*, 19 (1), 4-30.
- [4] 王永, 王振宏. (2013). 大学生的心理韧性及其与积极情绪、幸福感的关系. *心理发展与教育*, 29 (1), 94-100.
- [5] 杨雪岭, 冯现刚, 崔梓天. (2014). 大学生的留守经历与心理韧性、心理病理症状. *中国心理卫生杂志*, 28 (3), 227-233.
- [6] 陈双艺, 仇剑崧. (2021). 心理韧性的研究进展. *上海交通大学学报(医学版)*, 41 (10), 1397-1400.
- [7] Gonz á lez-Carrasco M. (2016). Review of the book A contextualized approach: Briefs in well-being and quality of life research, by S. Exenberger & B. Juen. *Applied Research in Quality of Life*, 11, 317-319.
- [8] 席居哲, 曾也恬, 左志宏. (2015). 中国心理弹性思想探源. *中国临床心理学杂志*, 23 (3), 555-559.
- [9] Bronfenbrenner U & Morris P. (2006). In W Damon & R M. Lerner (Eds.), *Handbook of child psychology: Theoretical models of human development* (pp. 993-1028).
- [10] 张晓, 陈会昌, 张桂芳, 周博芳, 吴巍. (2008). 亲子关系与问题行为的动态相互作用模型: 对儿童早期的追踪研究. *心理学报*, 5, 571-582.
- [11] Lu C, Yuan L, Lin W, et al. (2017). Depression and resilience mediates the effect of family function on quality of life of the elderly. *Archives of Gerontology and Geriatrics*, 71, 34-42.
- [12] 范航, 朱转, 苗灵童, 刘燊, 张林. (2018). 父母婚姻冲突对青少年抑郁情绪的影响: 一个有调节的中介模型. *心理发展与教育*, 34 (4), 481-488.
- [13] 卢永彪, 文苏蕾, 王雅, 等. (2021). 父母情绪智力对流动儿童心理韧性的影响: 亲子亲合与自尊的中介作用. *中国临床心理学杂志*, 29 (4), 834-837, 853.
- [14] 李羽萱, 柴晓运, 刘勤学, 林丹华. (2019). 童年期心理虐待经历与大学生手机成瘾: 自尊和心理弹性的作用. *中国临床心理学杂志*, 27 (3), 506-509, 514.
- [15] 朱志红, 孙配贞, 郑雪, 王宣承. (2011). 高职生父母教养方式与生命意义: 自尊的中介作用. *中国心理卫生杂志*, 25 (9), 695-699.
- [16] 郭治斌, 林丽华. (2018). 青少年自尊、家庭亲密度及逆反心理的关系研究. *福建医科大学学报(社会科学版)*, 19 (1), 25-28, 2.
- [17] Beck A T. (1987). Cognitive model of depression. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 1, 5-37.
- [18] Hong W, Liu R D, Ding Y, et al. (2019). Parents' phubbing and problematic mobile phone use: The roles of the parent-child relationship and children's self-esteem. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 22 (12), 779-786.
- [19] Buckingham J T, Weber A M & Sypher A K. (2012). Self-esteem and self-perpetuating effects of threat on contingencies of self-worth. *Self and Identity*, 11 (3), 360-385.
- [20] 杜屏, 张言平. (2021). 亲子关系和家庭学习环境对初中生复原力的影响研究. *教育学报*, 16 (4), 82-94.
- [21] Tian L, Liu L & Shan N. (2018). Parent-child relationships and resilience among Chinese adolescents: The mediating role of self-esteem. *Frontiers in Psychology*, 9, 1-11.
- [22] Buchanan C M, Maccoby E E & Dornbusch S M. (1991). Caught between parents: Adolescents' experience in divorced homes. *Child Development*, 62 (5), 1008-1029.

- [23] 汪向东, 王希林, 马弘. (1999). *心理卫生评定量表手册*. 中国心理卫生杂志社.
- [24] 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.
- [25] 周浩, 龙立荣. (2004). 共同方法偏差的统计检验与控制方法. *心理科学进展*, 6, 942-950.
- [26] Hayes A F. (2015). An index and test of linear moderated mediation. *Multivariate Behavioral Research*, 50 (1), 1-22.
- [27] 马胜男, 张迪, 李义安. (2022). 亲子关系对高中生生活满意度的影响: 心理韧性和时间管理自我监控的链式中介效应. *心理月刊*, 17(15), 25-27, 35.

## The Impact of Parent-child Relationships on Primary School Students' Psychological Resilience: The Mediating Role of Self-esteem

Wu Anyi

*Faculty of Education, Guangxi Normal University, Guilin*

**Abstract:** To explore the influencing factors of primary school students' psychological resilience and its mechanism of action, and to examine the mediating role of self-esteem, this study surveyed 362 primary school students in Guangdong Province using the Parent-Child Intimacy Scale, the Adolescent Psychological Resilience Scale, and the Self-Esteem Scale. The results showed that: there were significant positive correlations among parent-child relationship, self-esteem, and psychological resilience; the parent-child relationship could positively predict primary school students' psychological resilience; and self-esteem played a mediating role in the effect of parent-child relationship on psychological resilience. A close parent-child relationship and high level of self-esteem can enhance primary school students' psychological resilience, and the parent-child relationship can also improve their psychological resilience by influencing their self-esteem.

**Key words:** Parent-child relationship; Self-esteem; Psychological resilience; Elementary school students