

父母心理控制对青少年抑郁情绪的影响： 核心自我评价的中介作用

杨霞琳 杨一帆

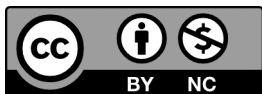
西南民族大学教育学与心理学学院，成都

摘要 | 为了解父母心理控制对青少年抑郁情绪的影响及其机制，本研究采用父母心理控制问卷、核心自我评价问卷和流调中心抑郁量表对803名青少年进行测量。结果表明：父母心理控制正向预测青少年抑郁情绪；核心自我评价在父母心理控制与抑郁情绪之间起完全中介作用。

关键词 | 父母心理控制；核心自我评价；抑郁情绪；青少年

Copyright © 2024 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/>



1 引言

青春期是人对社会、情感和认知快速发展的关键时期，青少年自我意识、独立意识逐渐增强，但自我能力发展不完善，日常生活、学习中可能出现心理问题。抑郁情绪则是较为常见的心理问题之一^[1,2]。青少年对自身存在产生认识和概念，开始主动对生活和学习进行求知和探索，但由于生理和心理均在快速成长中，难免会出现一些脆弱和冲突心理，导致抑郁、焦虑在青少年群体中多发，并引发许多不良情绪和问题行为，例如抽烟酗酒、长时间的心情低落等^[3]。相关资料显示，国内青少年抑郁发病率在6.2%~64.8%^[4]。青少年抑郁情绪不仅会给青少年带来一系列心理问题，如焦虑、人际交往退缩，甚至自杀等，还会增加其成年期抑郁障碍的风险^[5]。2023年4月，教育部等17个部门印发《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）》，将加强学生心理健康工作上升到国家战略高度。抑郁症已经成为中国青少年健康成长的巨大威胁，青少年抑郁症不仅是一个医学、心理问题，同时也是一个不可回避的社会问题。

通讯作者：杨霞琳，西南民族大学学生，研究方向：心理咨询。

文章引用：杨霞琳，杨一帆. 父母心理控制对青少年抑郁情绪的影响：核心自我评价的中介作用[J]. 中国心理学前沿, 2024, 6(3): 312-318.

<https://doi.org/10.35534/pc.0603035>

1.1 父母心理控制与抑郁情绪

父母心理控制 (Parental Psychological Control) 概念起源于贝克 (Becker) 对于父母管教方式的研究, 将父母的教育方式分成了爱与敌意和专制两个维度, 但未将父母心理控制作为一个独立变量予以讨论。研究者谢弗 (Schaefer) 最早正式提出了父母心理控制概念, 将父母心理控制定义为父母通过言语引发孩子愧疚等情绪感受, 从而控制儿童, 改变儿童认知的行为^[6]。有研究者认为, 父母心理控制是通过压制子女、收回自己的爱并使子女内疚等方式, 控制孩子的思维、情感和表现, 扼杀孩子心理自主, 逼迫子女遵从自己的教养方式^[7]。诸多著作的结论都表明父母心理控制会引发青少年抑郁^[8]。父母心理控制通常是通过中介变量导致青少年产生抑郁的, 比如父母心理控制促使青少年形成了消极的应对方式, 日积月累引发了抑郁情绪^[9]。父母心理控制也可能通过自尊、神经质水平、无法忍受不确定性、孤独感等中介变量影响个体的抑郁水平^[10], 有时父母心理控制也可能和父母的行为控制联合起来, 共同对孩子造成消极的影响, 增强孩子的抑郁情绪, 进而也引发一些外在的行为问题^[11]。基于以上文献, 提出假设 1: 父母心理控制正向预测青少年抑郁情绪。

1.2 核心自我评价的中介作用

研究表明, 父母教养方式对核心自我评价具有显著的预测作用, 在相处的过程中, 父母给予子女的温暖理解越多, 子女的核心自我评价得分越高, 反之, 否认、过度保护、拒绝、惩罚等消极的教养方式会影响子女人格各因素的发展, 进而导致其核心自我评价水平较低。雷希等人认为核心自我评价是影响个体抑郁的认知因素^[12]。研究结果表明, 低核心自我评价者容易出现抑郁, 高核心自我评价者因为情绪调控能力完备, 较少体验到压力、害怕和紧张等负面情绪^[13]。因此, 核心自我评价可能是父母心理控制影响抑郁产生与发展的关键易感因素。基于以上文献, 提出假设 2: 父母心理控制通过核心自我评价影响青少年抑郁情绪, 综上, 构建了包含上述变量的中介效应模型, 如图 1 所示。

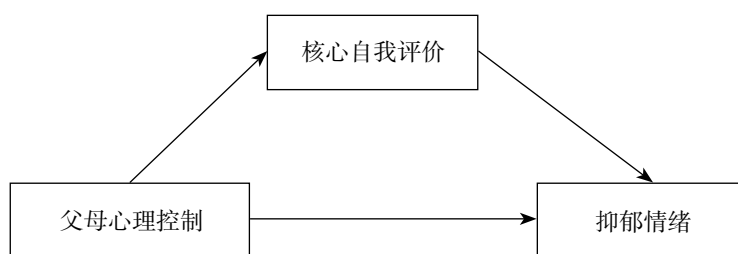


图 1 中介效应模型

Figure 1 Mediation effect model

2 研究方法

2.1 研究对象

本文选取四川、广东等地 3 所中学的青少年作为研究对象, 采取随机抽样的方式, 对初一至高二共

910名学生进行问卷调查。剔除漏答，按照固定规律作答的问卷后107份、有效问卷为803份，问卷回收有效率为88.24%，其中男生357人，女生446人。

2.2 研究工具

(1) 父母心理控制量表

采用王(Wang, 2007)修订的父母心理控制问卷,该量表共有18个题目,采用了5级计分,包含三个维度,即引发子女内疚感、爱的撤回、权力和专断。总分越高说明孩子感受到的父母心理控制感越强。本研究中,量表的内部一致性系数均为0.90。

(2) 核心自我评价

采用杜建政、张翔等于2012年对其进行翻译编制的中文版,该量表一共10道题目,单一维度,共5级评分,以总分反映个体的自我评价水平,总分越高则核心自我评价水平越高。本研究中,量表的内部一致性系数均为0.82。

(3) 流调中心抑郁量表

使用由我国学者陈祉妍等人(2009)修订的流调中心抑郁量表检测青少年的抑郁情况。该量表共有20题,每道题4点计分,共有四个维度,包括抑郁情绪、积极情绪、躯体症状与活动迟滞、人际。以16分作为是否存在抑郁的临界分数,所得总分越高说明抑郁水平越高。本研究中,量表内部一致性系数均为0.92。

2.3 数据收集与统计分析

采用SPSS 25.0进行共同方法偏差检验、描述性统计分析与相关分析,采用PROCESS宏程序进行中介效应分析,采用Bootstrap法进行中介效应的显著性检验。

3 结果

3.1 共同方法偏差

由于本研究采用问卷调查的方式,所得数据可能存在共同方法偏差。因此采用Harman单因素因子分析法来检验数据是否存在共同方法偏差。结果显示,特征根大于1的因子共9个,且第一个因子方差解释率为27.05%(小于40%),故在本次研究中,数据不存在严重的共同方法偏差。

3.2 描述统计及相关关系

表1为各主要变量的平均数、标准差与相关系数。由表1可知,父母心理控制与抑郁情绪呈显著正相关,与核心自我评价呈负相关;核心自我评价与抑郁情绪呈负相关。

表 1 研究变量的描述统计与相关分析 (n=803)

Table 1 Descriptive statistics and correlation analysis of study variables (n=803)

| 变量 | \bar{x} | <i>s</i> | 父母心理控制 | 核心自我评价 | 抑郁情绪 |
|--------|-----------|----------|---------|--------|------|
| 父母心理控制 | 48.01 | 14.23 | 1 | | |
| 核心自我评价 | 24.23 | 6.53 | -0.43** | 1 | |
| 抑郁情绪 | 23.35 | 10.91 | 0.43** | 0.69** | 1 |

注：* $p < 0.05$ ，** $p < 0.01$ 。

表 2 核心自我评价在父母心理控制与抑郁情绪之间的中介效应 (n=803)

Table 2 The mediating effect of core self-evaluation on parental psychological control and depressive mood (n=803)

| 变量 (n=803) | 模型 1 | | 模型 2 | | 模型 3 | |
|------------|-----------|----------|-----------|-----------|-----------|-----------|
| | β | <i>t</i> | β | <i>t</i> | β | <i>t</i> |
| 父母心理控制 | 0.328 | 13.39*** | -0.197 | -13.47*** | 0.121 | 5.74*** |
| 核心自我评价 | | | | | -1.05 | -22.66*** |
| R^2 | 0.183 | | 0.184 | | 0.50 | |
| <i>F</i> | 179.33*** | | 181.49*** | | 403.79*** | |

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

为检验核心自我评价在父母心理控制与抑郁之间的关系，采用温忠麟等学者提出的研究方法，对三者进行中介效应分析^[14]。并且采用逐步层次回归的方法分析核心自我评价的中介效应，即分别将父母心理控制、核心自我评价两个变量纳入方程之中。

通过表 2 的分析结果可以看出，父母心理控制对抑郁的回归方程显著 ($\beta = 0.328$, $p < 0.001$)，说明父母心理控制对抑郁有着正向的预测作用；父母心理控制与抑郁 ($\beta = 0.121$, $p < 0.001$)、核心自我评价与抑郁 ($\beta = -1.05$, $p < 0.001$) 之间的回归显著，说明三者之间存在中介效应。将核心自我评价变量纳入方程后心理控制对抑郁的影响依然显著，说明青少年核心自我评价在父母心理控制与抑郁之间存在部分中介的作用。

4 讨论

4.1 父母心理控制对青少年抑郁情绪的影响

研究证实，父母心理控制可以正向预测抑郁，即父母心理控制越高，抑郁越高，这与以往研究结果一致^[15]。父母通过使用引发负罪感、羞辱感和收回对孩子的爱等操控策略，激活了孩子体内的压力，并影响了孩子的行为。孩子出于避免内疚感和羞辱感、守住父母对自己的爱的愿望，不得不遵从父母的意愿行事。而父母的这些意愿与自己内心真正需求是相悖的，长此以往，孩子容易形成对父母的过度忠诚和对自我需求的过度压抑。而这种长期的压抑或者内心冲突，阻碍了青少年建立安全、稳定、积极的

自我意识，影响了青少年的自主发展，从而使青少年面临抑郁的风险^[16]。父母心理控制水平高的父母常以严厉的态度或命令的方式去要求孩子，希望孩子遵从自己的要求。青少年为了避免被父母指责，失去父母的关爱，不得不遵守父母的要求，但这些与青少年的自主发展的需求相矛盾。父母的心理控制导致青少年无法实现自己的需要和愿望，最终导致抑郁情绪的发生^[17]。

4.2 核心自我评价的中介效应分析

父母心理控制负向预测核心自我评价，这与以往研究一致^[18]。研究表明，父母心理控制作为消极的教养方式，通过对子女日积月累的影响，使其逐渐内化成一个相对稳定、消极的自我概念^[19]。父母心理控制导致子女基本心理需求受阻^[20]，自我价值感受抑，会降低子女的核心自我评价。心理控制型的父母通常对子女的能力持否定的信念，个体难以拥有较高的自我效能感和控制点，不相信自己能够顺利完成各项任务且掌控自己的人生，通常表现出更多的不安全感、消极认知，相应的核心自我评价偏低。消极的自我评价可能会通过降低一个人处理抑郁抑制性线索的能力来提升抑郁的易感性，如对他人关心的怀疑，对社会支持性感知的降低。研究发现那些具有高核心自我评价的人表现出高接近气质和低回避气质。这表明具有高核心自我评价（即对其自我价值的积极看法，高水平的自我效能感）的个体可能对积极刺激敏感，并对消极刺激有弹性。这些结果推断出个体的核心自我评价决定了他们如何评估和解释刺激，这可能反过来影响他们的认知、行为和情绪^[21]。

4.3 对青少年抑郁情绪的干预

家庭不仅是学生最初接触的场所，也是他们生活中最关键的部分，父母对孩子的性格塑造和情感波动有着深远的影响。因此，在家庭教育中应该重视对儿童进行良好教养的教育。对于孩子的成长，最有意义的教育方法应该是理智和民主的，父母应该理解、尊重并关心孩子。当父母与孩子进行沟通时，要尽量采用平等、信任和鼓励的态度。在这样的教育方法中，孩子们展现出了更强的爱心、自信和责任感。家长有责任引导孩子去探索学习各种知识，并通过培养良好的学习习惯来增加他们在学习过程中的自我效能感，从而逐步培养孩子的自信和对未来的期望。家长应该更加肯定孩子所取得的成就，并通过合适的奖励制度来培养孩子的适应能力。鼓励孩子树立正确的目标，使孩子能够有一个明确的方向。还应该教导孩子们如何去了解和评估自己，特别是如何评价自己的能力和价值观。要让孩子学会正确评价自身，了解自身存在哪些优势与不足。教导他们识别自身的长处和短处，并认识到不能简单地肯定或否定自己的长处和短处。再次，还要学会在日常生活中进行自我教育与反思，从而提高自身的综合素质。在了解自己的旅程中，辩证地吸收和接受他人的评价，确保我们既能深入了解他人，同时也能不断地加深对自己的了解。

5 结论

- (1) 父母心理控制正向预测青少年抑郁情绪。
- (2) 核心自我评价在父母心理控制对青少年抑郁情绪的影响中起完全中介作用。

参考文献

- [1] Miller L, Campo J V. Depression in adolescents [J]. *N Engl JMed*, 2021, 385 (5): 445-449.
- [2] Hazell P. Updates in treatment of depression in children and adolescents [J]. *Curr Opin Psychiatry*, 2021, 34 (6): 593-599.
- [3] 杨洋. 青少年早期情绪调节困难发展轨迹及其与自杀意念的动态关系 [C] //教育部人文社会科学重点研究基地天津师范大学心理与行为研究院, 天津师范大学心理学部, 国民心理健康评估与促进协同创新中心. 第二十三届全国心理学学术会议摘要集(上). 2021: 80-82.
- [4] 丘依雯, 娄熠雪, 雷怡. 青少年抑郁: 基于社会支持的视角 [J]. *心理发展与教育*, 2021, 37 (2): 288-297.
- [5] G F H McLeod, L J Horwood, D M Fergusson. Adolescent depression, adult mental health and psychosocial outcomes at 30 and 35 years [J]. *Psychological Medicine*, 2016, 46 (7): 1401-1412.
- [6] Schaefer E S. Children's Reports of Parental Behavior: An Inventory [J]. *Child Development*, 1965 (36): 413-424.
- [7] Wang QianPomerantz Eva M, Chen Huichang. The role of parents' control in early adolescents' psychological functioning: a longitudinal investigation in the United States and China [J]. *Child development*, 2007, 78 (5): 1592-1610.
- [8] 赖雪芬. 父母心理控制与青少年抑郁的关系: 一个有调节的中介模型 [J]. *心理发展与教育*, 2014, 30 (3): 293-302.
- [9] 赵桐, 刘晓飞. 父母心理控制与青少年抑郁水平: 应对方式的中介作用 [J]. *中小学心理健康教育*, 2018 (19): 11-14.
- [10] 李京. 父母心理控制如何影响青少年抑郁 [J]. *心理月刊*, 2018 (9): 30.
- [11] Barber B K, Olsen J E, Shagle S C. Associations between parental psychological and behavioral control and youth internalized and externalized behaviors [J]. *Child Development*, 1994, 65 (4): 1120-1136.
- [12] 雷希, 王敬群, 张苑, 等. 核心自我评价对大学生抑郁的影响: 应对方式和人际关系困扰的链式中介作用 [J]. *中国临床心理学杂志*, 2018 (4): 808-810, 830.
- [13] 任志洪, 江光荣, 叶一舵. 班级环境与青少年抑郁的关系: 核心自我评价的中介与调节作用 [J]. *心理科学*, 2011, 34 (5): 1106-1112.
- [14] 温忠麟, 张雷, 侯杰泰, 等. 中介效应检验程序及其应用 [J]. *心理学报*, 2004 (5): 614-620.
- [15] 尼格拉·阿合买提江, 夏冰, 闫昱文, 等. 父母控制对青少年抑郁的直接和间接效应 [J]. *中国临床心理学杂志*, 2015 (3): 494-497.
- [16] Naik A R, Sundaramoorthy J. The relationship between locus of control and depression among college students of Gulbarga city [J]. *Indian Journal of Positive Psychology*, 2016, 7 (5): 465-470.
- [17] Soenens B, Vansteenkiste M, Luyten P. Toward a domain-specific approach to the study of parental psychological control: distinguishing between dependency-oriented and achievement-oriented psychological control [J]. *J Pers*, 2010, 78 (1): 217-256.
- [18] 蔡荣. 青少年父母心理控制与多元幸福感的关系: 核心自我评价的中介作用及干预研究 [D]. 武汉: 华中师范大学, 2021.
- [19] 罗云, 陈爱红, 王振宏. 父母教养方式与中学生学业倦怠的关系: 自我概念的中介作用 [J]. *心理发展与教育*, 2016, 32 (1): 65-72.

- [20] 夏敏, 梁宗保. 父母的心理与行为控制在儿童社会适应中的作用 [J] . 心理研究, 2016, 9 (6) : 81-87.
- [21] Chen Xinyin. Aggression, peer relationships, and depression in Chinese children: a multiwave longitudinal study [J] . Journal of child psychology and psychiatry, and allied disciplines, 2012, 53 (12) : 1233-1241.

The Influence of Parental Psychological Control on Depressive Mood in Adolescents: The Mediating Role of Core Self-evaluation

Yang Yanlin Yang Yifan

School of Education and Psychology, Southwest University for Nationalities, Chengdu

Abstract: In order to understand the influence of parental psychological control on adolescent depression and its mechanism, 803 adolescents were measured by parental psychological control questionnaire, core self-assessment questionnaire and drift center depression scale. The results showed that parental psychological control positively predicted adolescent depression; Core self-evaluation plays a complete mediating role between parental psychological control and depressive mood.

Key words: Parental psychological control; Core self-assessment; Depressive mood; Teenager