

## 消极父母教养方式对大学生抑郁的影响： 自我控制和反刍思维的链式中介作用

陈伟嘉 陈昌文

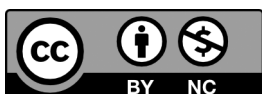
汕尾职业技术学院，汕尾

**摘要** | 目的：本研究基于生态系统理论，探讨消极父母教养方式对大学生抑郁的影响，以及自我控制与反刍思维在这一影响中的中介作用。方法：采用简式消极父母教养方式量表、抑郁症筛查量表、自我控制量表中文版和反刍思维量表中文版对广东省汕尾市的385位大学生进行了调查。结果：描述性分析结果显示，大学生的抑郁处于偏下水平（ $M=4.82$ ， $SD=4.63$ ）；皮尔逊相关分析结果表明，消极父母教养方式、抑郁、自我控制和反刍思维两两间存在显著的正相关关系（ $r=0.370$ ， $-0.275$ ， $0.365$ ， $-0.502$ ， $0.759$ ， $-0.527$ ； $p<0.001$ ）；回归分析结果显示，消极父母教养方式能显著正向预测大学生的抑郁情绪（ $\beta=0.088$ ， $t=2.549$ ， $p<0.05$ ）；中介效应分析进一步表明，自我控制与反刍思维在消极父母教养方式对大学生抑郁的影响中起部分链式中介作用，中介效应值为0.242，占总效应的76.10%。结论：消极父母教养方式不仅能直接作用于大学生抑郁，还能通过影响自我控制，进而影响其反刍思维，最终加剧抑郁情绪。本研究结论为改善和优化大学生心理健康状况提供了新的理论视角和策略方向，也为高校推进大学生心理健康教育提供了实质性的路径指导和实施支持。

**关键词** | 消极父母教养方式；抑郁；自我控制；反刍思维；大学生

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

抑郁，一种常见的消极情绪，其影响不仅体现在生理与心理层面的症状，如兴趣缺失、睡眠与饮食失调<sup>[1]</sup>，还影响着学生的学业表现和未来职业生涯<sup>[2]</sup>。在大学这一由青少年向成年过渡的关键阶段，学生群体需面临学业压力、人际关系困扰、自我认同危机等多重挑战，这些挑战共同构成了巨大的心理压力，增加其罹患抑郁的风险。据一项Meta分析显示，中国大学生的抑郁症状检出率高达24.71%<sup>[3]</sup>，

通讯作者：陈昌文，汕尾职业技术学院海洋学院副教授，研究方向：职业教育、应用统计。

文章引用：陈伟嘉，陈昌文. 消极父母教养方式对大学生抑郁的影响：自我控制和反刍思维的链式中介作用 [J]. 中国心理学前沿, 2024, 6 (9): 1784-1794.

<https://doi.org/10.35534/pc.0609198>

这一数据凸显了当前大学生群体抑郁问题的严峻性，警示社会各界需高度重视并采取有效干预，以维护大学生心理健康。因此，深入探究引发大学生抑郁的关键风险因素及其保护性因素，具有重要的现实意义与理论价值。

在探究抑郁成因的诸多要素中，亲子关系是不可忽视的关键因素之一。生态系统理论<sup>[4]</sup>强调了个体与其所处环境之间的相互作用，特别是家庭环境作为最内层的微系统，对个体发展具有深远的影响。在这一理论框架下，亲子关系作为家庭环境的核心要素，直接关乎个体的情感功能、适应能力，以及心理健康水平。以往研究表明，正向的亲子互动能够促进个体的情感发展，增强社会适应力，反之，不良的亲子关系则显著提升了个体罹患抑郁的风险<sup>[5, 6]</sup>。此外，抑郁进化理论<sup>[7]</sup>和自伤功能理论<sup>[8]</sup>提供了独特视角，指出在不利的社交环境下，个体可能采取抑郁等情绪状态作为策略，以寻求外界的关注与援助。特别是在亲子关系中，父母行为的不足（如忽视或缺乏关怀）与过度（如严格控制）均被视为青少年心理健康问题的重要诱因<sup>[9]</sup>。进一步地，父母教养方式，作为父母在养育子女过程中通过言语表达和非言语表达传递给子女的观念、态度、情感和行为模式的集合体<sup>[10]</sup>，其深刻影响着子女的心理发展轨迹。多项研究表明<sup>[11-13]</sup>，消极教养方式显著增加大学生抑郁情绪和自杀意念的风险。因此，本研究提出假设H1：消极的父母教养方式影响大学生的抑郁情绪。

自我控制是指个体为了符合社会规范和实现长远目标而抑制和调节自身冲动的能力<sup>[14]</sup>。社会化进化理论认为，个体通过自我调节来适应社会环境，这一过程中涉及了对不同行为模式的习得与运用。这些行为模式在很大程度上，是可以透过父母的教养方式得到有效引导的<sup>[15]</sup>。父母教养方式通过影响个体将外部规则内化为自身行为准则的过程，间接促进了其自我控制能力的形成与发展<sup>[16]</sup>。同时，依恋理论认为，有效的教养方式能够促进个体执行功能系统的发展，进而提升个体的自我控制能力<sup>[17]</sup>。具体而言，消极的父母教养方式（如惩罚、忽视）可能削弱青少年的自我控制能力，而积极的教养方式（如支持、鼓励）则有助于提升自我控制<sup>[18]</sup>。此外，自我控制作为个体应对环境压力、实现长远目标的重要能力，对个体的社会适应和心理健康具有积极影响<sup>[19, 20]</sup>。多项研究表明，自我控制在防止抑郁中起重要作用<sup>[21-23]</sup>。因此，本研究提出假设H2：自我控制在父母教养方式与抑郁之间起中介作用。

反刍思维是一种特定的心理认知加工方式，它表现为个体在遭遇如学业失败、人际冲突、生活受挫等负性生活事件后，无法迅速从事件的负面影响中解脱出来，而是反复陷入对“为何此事发生”或“我为何如此痛苦”等消极情绪的思考之中<sup>[24]</sup>。这种对消极情绪和负面事件的过度反刍，往往导致个体过度关注自身的消极感受和信念，从而抑制了积极行动的动力，降低了解决问题的效率，并进一步耗损了个人意志力和适应能力。大学生正处于身心发展的关键阶段，随着生活刺激事件的增多和自我意识的不断发展，他们不可避免地会面临各种负性生活事件。在这些压力情境下，反刍思维更容易被激活，对心理健康构成威胁<sup>[25]</sup>。而父母教养方式作为影响个体认知发展的重要因素，其作用不容忽视。研究表明，父母过度保护或虐待的行为模式，可能会使个体在成年后难以有效应对负性事件，从而更容易形成反刍思维<sup>[24]</sup>；父母对学生儿童期的过分控制，也被发现与青少年的反刍思维呈正相关<sup>[26]</sup>。因此，本研究提出假设H3：反刍思维在父母教养方式与抑郁之间起中介作用。

此外，自我控制能力较高的个体往往能更有效地将注意力集中在目标相关信息上，从而有效屏

蔽反刍思维等干扰性思维<sup>[27]</sup>。相反，自我控制能力较弱的个体对未来感到更强烈的失控感<sup>[28]</sup>，难以有效管理和抑制不合理的信念，进而增加了反刍思维的风险<sup>[29]</sup>。登森（Denson）等人的实验研究<sup>[30]</sup>进一步验证，提高自我控制可以有效抑制反刍思维。基于以上分析，本文推测父母教养方式越消极，个体的自我控制能力可能越低，从而更容易形成反刍思维，并最终导致抑郁情绪。因此，本研究提出假设H4：自我控制和反刍思维在消极父母教养方式和大学生抑郁关系中起链式中介作用。

综上所述，本文对消极父母教养方式与大学生抑郁之间的关联及其潜在的作用机制进行探讨。重点检验自我控制和反刍思维在其中的中介效应，以期为理解大学生抑郁的成因和干预策略提供新的理论支撑和实践指导。

## 2 对象与方法

### 2.1 对象

本研究采用整群抽样的方法，选取广东省某专科高校学生为被试，通过课程授课教师在各个班级内引导学生使用问卷星平台进行在线问卷填写。在施测前向所有被试详细说明了本研究的目的、意义，以及作答的具体要求。共收集到了402份问卷，并依据以下两个标准对问卷数据进行了筛选与剔除：（1）问卷填写时间明显过短；（2）小时候父亲或母亲非健在。剔除无效问卷后，最终获得有效问卷385份。在有效问卷中，男生335名，占87.0%，女生50名，占13.0%；生源地为农村的大学生283人，占73.5%，生源地为城市的大学生102人，占26.5%。

### 2.2 测量工具

#### 2.2.1 简式消极父母教养方式量表

本研究采用蒋奖等人在2010年修订的简式父母教养方式量表（short-egna minnen av barndoms uppfostran, s-EMBU-C）<sup>[31]</sup>中的拒绝和过度保护分量表对大学生感知到的消极父母教养方式进行测量，包括父亲版和母亲版，各有14个条目（如“父/母亲常常在我不知道的情况下对我大发脾气”）。采用4点计分方式，1代表“从不”，2代表“偶尔”，3代表“经常”，4代表“总是”，得分越高表明父母的教养方式越消极。本研究中父亲消极教养方式分量表的Cronbach's  $\alpha$ 系数为0.817，母亲消极教养方式分量表的Cronbach's  $\alpha$ 系数为0.856。

#### 2.2.2 抑郁症筛查量表

采用由哥伦比亚大学在20世纪90年代依据DSM-IV抑郁症的9项症状标准编写出的九条目自我测试工具（patient health questionnaire-9, PHQ-9）<sup>[32]</sup>对大学生抑郁严重度进行评估。该量表共有9个条目，采用4点计分方式，1代表“没有”，2代表“有几天”，3代表“一半以上的时间”，4代表“几乎每天”，得分越高，抑郁状况越严重。本研究中该量表的Cronbach's  $\alpha$ 系数为0.877。

#### 2.2.3 自我控制量表中文简版

采用由昂格（Unger）等人在2016年修订的自我控制量表中文简版（brief self-control scale,

SCS13) [33] 对大学生自我控制能力进行评估。该量表共有13个条目,采用5点计分的方式,1代表“完全不符合”,5代表“完全符合”,得分越高,自我控制能力越高。本研究中该量表的Cronbach's  $\alpha$  系数为0.757。

### 2.2.4 反刍思维量表中文版

采用由韩秀和杨宏飞在2009年修订的反刍思维量表中文版(ruminative responses scale-chinese version, RRS-CV) [34] 对大学生反刍思维水平进行评估。它由22个项目组成,包含症状反刍、反省深思和强迫冥想三个维度。采用4点计分方式,1代表“从不”,2代表“偶尔”,3代表“经常”,4代表“总是”,得分越高,表明个体反刍思维越严重。本研究中该量表的Cronbach's  $\alpha$  系数为0.956。

## 2.3 统计处理

运用SPSS 19.0统计分析软件,采用Pearson相关法深入分析了四个核心变量之间的相关性,进一步通过Bootstrap方法验证了中介效应的存在,并借助回归分析确定了中介作用的具体回归方程参数。

## 3 结果

### 3.1 消极父母教养方式、抑郁、自我控制和反刍思维的相关分析

对大学生的消极父母教养方式、抑郁、自我控制和反刍思维四个变量做相关分析。结果发现,消极父母教养方式、抑郁、自我控制和反刍思维两两之间存在显著的正相关关系( $r=0.370, -0.275, 0.365, -0.502, 0.759, -0.527; p<0.001$ ),详情如表1所示。通过描述性分析结果发现,大学生的抑郁状况处于偏下水平( $M=4.82, SD=4.63$ )。在本次调查中,无抑郁(0~4分)的学生占比56.10%,轻度抑郁(5~9分)占比31.17%,中度抑郁(10~14分)占比9.61%,中重度抑郁(15~19分)占比1.82%,重度抑郁(20~27分)占比1.30%。

表1 消极父母教养方式、抑郁、自我控制和反刍思维的相关关系

Table 1 Correlation between negative parenting styles, depression, self-control, and rumination

<i>M</i> (SD)	1	2	3	4
1. 消极父母教养方式	22.24 (5.40)	-		
2. 自我控制	30.42 (7.105)	-0.275***	-	
3. 反刍思维	14.84 (11.42)	0.365***	-0.502***	-
4. 抑郁	4.82 (4.63)	0.370***	-0.527***	0.759***

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

### 3.2 自我控制和反刍思维在消极父母教养方式与抑郁之间的中介效应检验

使用海斯(Hayes)在2013年编制的PROCESS程序中的Model 6,检验自我控制和反刍思维在消极

父母教养方式与抑郁中的链式中介效应，抽样5000次。结果显示，消极父母教养方式对抑郁的直接效应值为0.076，其95%置信区间为 [ 0.011, 0.017 ]，由于区间不包含0，表明直接效应显著但接近零，可能受到其他中介路径的影响。进一步分析发现，自我控制作为单一中介的间接效应显著，其效应值为0.043，95%置信区间为 [ 0.021, 0.070 ]，不包含0；反刍思维同样作为单一中介的间接效应也显著，效应值为0.134，95%置信区间为 [ 0.079, 0.195 ]，同样不包含0。自我控制与反刍思维在消极父母教养方式与抑郁之间的链式中介效应也达到了显著性水平，效应值为0.065，95%置信区间为 [ 0.038, 0.098 ]，不包含0。汇总各项效应，消极父母教养方式对大学生抑郁的总效应为0.318，其中直接效应占总效应的23.90%，表明虽然直接路径存在，但其影响相对较小。自我控制作为单一中介的间接效应占总效应的13.52%，反刍思维作为单一中介的间接效应占总效应的42.14%，而链式中介效应则占总效应的20.44%。综上表明，自我控制与反刍思维在消极父母教养方式与抑郁中起部分中介作用。详情如表2所示。

表 2 自我控制和反刍思维在消极父母教养方式与大学生抑郁之间的中介效应检验

Table 2 Testing the mediating effects of self-control and rumination between negative parenting styles and depression among college students

路径	效应值	BootSE	BootLLCI	BootULCI
消极父母教养方式—抑郁（直接效应）	0.076	0.030	0.011	0.017
消极父母教养方式—自我控制—抑郁（单一中介效应）	0.043	0.012	0.021	0.070
消极父母教养方式—反刍思维—抑郁（单一中介效应）	0.134	0.029	0.079	0.195
消极父母教养方式—自我控制—反刍思维—抑郁（链式中介效应）	0.065	0.015	0.038	0.098

进一步通过回归分析深入评估模型中的回归方程参数。结果显示，消极父母教养方式对大学生自我控制具有显著的负向预测作用 ( $\beta = -0.275, t = -5.592, p < 0.001$ )；消极父母教养方式、自我控制均能够显著预测反刍思维 ( $\beta = 0.246, t = 5.555, p < 0.001$ ； $\beta = -0.434, t = -9.815, p < 0.001$ )；消极父母教养方式、自我控制、反刍思维均能够显著预测抑郁 ( $\beta = 0.088, t = 2.549, p < 0.05$ ； $\beta = -0.184, t = -4.952, p < 0.001$ ； $\beta = 0.634, t = 16.494, p < 0.001$ )。详情如表3所示，四者关系的中介模型图如图1所示。

表 3 模型变量间的回归分析

Table 3 Regression analysis among model variables

回归模型		整体综合指标			回归系数	
结果变量	预测变量	R	R <sup>2</sup>	F	$\beta$	t
自我控制	消极父母教养方式	0.275	0.075	31.267***	-0.275	-5.592***
反刍思维	消极父母教养方式	0.555	0.308	84.983***	0.246	5.555***
	自我控制				-0.434	-9.815***
抑郁	消极父母教养方式	0.781	0.611	199.089***	0.088	2.549*
	自我控制				-0.184	-4.952***
	反刍思维				0.634	16.494***

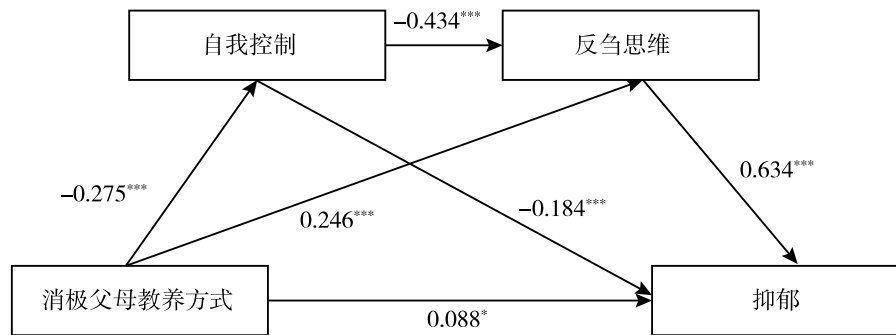


图1 自我控制和反刍思维在消极父母教养方式与抑郁间的中介模型

Figure 1 Mediation model of self-control and rumination between negative parenting styles and depression

## 4 讨论

本研究结果表明，消极父母教养方式能够对大学生的抑郁产生直接的影响，也能够通过自我控制和反刍思维的中介效应对抑郁产生间接影响。其中，中介效应应有三条路径：第一，自我控制的单独中介作用；第二，反刍思维的单独中介作用；第三，自我控制和反刍思维的链式中介作用。假设H1、H2、H3和H4都得以验证。

消极父母教养方式对大学生抑郁的直接效应显著。这一发现与先前多项研究结果相吻合<sup>[11-13]</sup>，说明在消极教养方式下成长起来的大学生更易感抑郁。这可能是因为积极的亲子关系能够显著提升孩子的主观幸福感<sup>[35]</sup>，促进亲社会行为的增加<sup>[36]</sup>，并有助于构建更为和谐的同伴关系和师生关系<sup>[35]</sup>，进而有效降低个体面临心理问题和障碍的风险。相反，父母对孩子的过度干涉与缺乏关怀，实质上是对儿童青少年内心情感和认知的一种忽视与否定，这种行为不仅阻碍了孩子情感的自由表达，还传递了一种拒绝的信号<sup>[37]</sup>。长此以往，这种教养方式会加剧亲子关系中的紧张与矛盾，促使孩子将更多情感内化，进而引发特质性的愤怒情绪。在这种环境下，青少年容易形成自我拒绝、自我否定的消极认知模式，他们开始质疑自己的价值与能力，逐渐构建起负向的自我认知框架。随着这种不良认知模式的固化，青少年在表达情感、理解自我情绪，以及调节情绪方面将面临重重困难，出现述情障碍和情绪调节功能受损的情况，进而显著增加其罹患抑郁情绪乃至发展为抑郁症的风险<sup>[37]</sup>。因此，消极的教养方式可能成为孩子心理问题的温床，不仅增加其问题行为<sup>[38]</sup>，还可能诱发情绪障碍乃至严重的心理疾病<sup>[39, 40]</sup>。鉴于此，为有效预防或解决大学生所面临的心理问题，促进其身心健康发展，相较于单纯增加教育资源投入，父母更应将重心放在构建和维护与子女之间的积极关系上。

本研究发现，自我控制在消极父母教养方式与抑郁之间起到中介作用。说明长期处于否定、控制或忽视等消极教养环境中的大学生，其自我控制能力往往发展受限，难以有效应对挑战和压力<sup>[16, 17]</sup>。而自我控制作为个体调节自身行为、情绪及冲动的重要心理资源<sup>[14]</sup>，其不足使得大学生在面对压力和挑战时缺乏有效的应对策略，进而增加了抑郁情绪的风险。此外，反刍思维是消极父母教养方式和抑郁之间的另一中介变量，揭示了消极教养方式通过影响认知风格间接加剧抑郁情绪的路径。这可能是因为拒绝与过度保护等消极的父母教养方式会促使子女在成长过程中模仿并内化父母的

不良心理与行为模式，逐步形成不健康的情绪应对策略，如反刍思维，而这种思维习惯导致个体在社交互动中倾向于过度且反复地思索事件的起因、负面的影响与结果，以至于在无意识中延长并放大了负性情绪的体验，难以有效摆脱负面情绪的束缚<sup>[41]</sup>。因此，消极的父母教养方式可间接加剧子女的抑郁风险。这两个中介作用验证了素质-压力模型，即外界压力（如消极教养方式）与个体内在易感性素质（如薄弱的自我控制、强烈的反刍思维）共同作用于心理问题的产生，同时验证了生态系统理论的观点，即个体的心理资源（如自我控制、反刍思维）与家庭环境（如父母教养方式）相互作用，共同塑造了个体的心理健康状态。

本研究还进一步揭示了消极父母教养方式对大学生抑郁的复杂影响路径，即通过自我控制和反刍思维的链式中介作用。具体而言，消极的父母教养方式显著削弱了大学生的自我控制能力，而自我控制能力的下降又促使个体更容易陷入反刍思维的困境，最终加剧了抑郁症状。说明长期处于消极教养环境中的大学生，其自我控制能力的不足，使他们在面对生活压力时更易陷入无助与抑郁，而反刍思维则作为“心理放大镜”，不仅延长了负性情绪的体验时间，还进一步放大了这种负面情绪的影响，形成恶性循环，最终加剧了抑郁症状。

综上所述，本研究深入剖析了大学生群体中，自我控制和反刍思维在消极父母教养方式与抑郁中具有部分链式中介作用，即消极父母教养方式不仅能够直接影响大学生抑郁，还能通过降低自我控制或诱发反刍思维作为间接途径，进一步加剧抑郁倾向。这一发现为理解家庭环境与个体心理健康之间的动态关系提供了新视角。

## 5 教育启示

本研究为高校心理健康教育工作提供了具体的策略性启示：一方面，可通过倡导并引导父母调整与优化其教养策略，以减少对大学生心理健康的负面影响；另一方面，聚焦于增强大学生的自我控制力并有效干预其反刍思维倾向，作为缓解抑郁情绪的有效路径。具体而言，策略分为三大方面。

### （1）强化家庭教育的积极作用

鉴于家庭环境，尤其是父母教养方式对学生心理健康的塑造作用，教育工作者可主动承担起引导者的角色，积极倡导正面、积极的家庭教育理念。通过举办定期的家长工作坊、线上研讨会及专题讲座，汇聚心理学、教育学领域的专家资源，为家长提供科学育儿知识的系统培训，并强化有效沟通技巧的传授。采用案例分析、角色扮演等互动式教学方法，使家长深刻认识到自身教养方式对孩子心理健康的深远影响，进而鼓励他们调整并优化教养策略，如增加正面激励、减少负面批评，强化情感支持与理解，以构建更加健康、和谐的亲子关系。同时，建立稳固的家校沟通桥梁，确保教育信息的即时传递与反馈，促进家校双方在学生心理健康教育上的紧密合作与协同努力。

### （2）强化学生自我控制力的培养

自我控制力作为个体应对压力与挑战的重要心理资源，其培养对于促进学生心理健康至关重要。高校应将自我控制力训练纳入心理健康教育的核心课程体系，通过理论讲授、实践演练、小组讨论等多种教学模式，帮助学生深刻理解自我控制的价值与意义，并掌握一系列有效的自我控制策略，如时间管理技巧、情绪调节方法、冲动抑制机制等。同时，教师应充分考虑学生的个体差异，实施个性化

的教学指导与反馈机制，以满足不同学生的需求与特点，助力他们逐步提升自我控制能力。此外，鼓励学生将所学技能应用于日常生活与学习中，形成稳定的自我控制习惯，为未来的成长与发展奠定坚实的心理基础。

### (3) 引导学生塑造积极的认知模式

反刍思维作为消极情绪的催化剂，其存在严重威胁着学生的心理健康。因此，高校应高度重视并积极引导学生建立积极的认知风格，以有效抵御反刍思维的侵扰。通过引入认知行为疗法、正念冥想、情绪聚焦疗法等先进的心理干预技术，帮助学生识别并挑战消极的思维模式，学会以更加客观、理性的态度审视问题与挑战。同时，建立心理支持小组，营造开放、包容的互助环境，让学生在相互鼓励与分享中增强自我认知与情绪调节能力。此外，鼓励学生广泛参与体育锻炼、艺术创作等多元化活动，以丰富精神世界、拓宽人生视野、培养健康的兴趣爱好，进而促进身心健康的全面发展与提升。

## 参考文献

- [1] Duffy M E, Twenge J M, Joiner T E. Trends in mood and anxiety symptoms and suicide-related outcomes among U. S. undergraduates, 2007—2018: Evidence from two national surveys [J]. *Journal of Adolescent Health*, 2019, 65 (5): 590-598.
- [2] Boyraz G, Horne S G, Owens A C, et al. Depressive symptomatology and college persistence among African American college students [J]. *Journal of General Psychology*, 2016, 143 (2): 144-160.
- [3] 王蜜源, 韩芳芳, 刘佳, 等. 大学生抑郁症状检出率及相关因素的meta分析 [J]. *中国心理卫生杂志*, 2020, 34 (12): 1041-1047.
- [4] Bronfenbrenner U. *The ecology of human development: Experiments by nature and design* [M]. Harvard University Press, 1979.
- [5] Hazel N A, Oppenheimer C W, Technow J R, et al. Parent relationship quality buffers against the effect of peer stressors on depressive symptoms from middle childhood to adolescence [J]. *Developmental Psychology*, 2014, 50 (8): 2115-2123.
- [6] Hammen C. Risk factors for depression: An autobiographical review [J]. *Annual Review of Clinical Psychology*, 2018 (14): 1-28.
- [7] Price J, Sloman L, Gardner R, et al. The social competition hypothesis of depression [J]. *The British Journal of Psychiatry*, 1994, 164 (3): 309-315.
- [8] Nock M K. Self-injury [J]. *Annual Review of Clinical Psychology*, 2010 (6): 339-363.
- [9] Goschin S, Briggs J, Blanco-Lutzen S, et al. Parental affectionless control and suicidality [J]. *Journal of Affective Disorders*, 2013, 151 (1): 1-6.
- [10] Darling N, Steinberg L. Parenting style as context: An integrative model [J]. *Psychological Bulletin*, 1993, 113 (3): 487-496.
- [11] 胡心怡, 常扬帆. 大学新生感知父母教养方式的潜在类别对心理健康的影响: 个体中心的追踪研究 [J]. *教育理论与实践*, 2023, 43 (27): 41-45.



- [12] 周晨, 沈剑飞, 顾雨婷, 等. 抑郁大学生自杀意念的影响因素: 基于网络分析的视角 [J]. 中国健康心理学杂志, 2020 (286): 806-809.
- [13] 汪飞. 大学生负性自动思维、父母教养方式对抑郁影响研究 [D]. 西南大学, 2019.
- [14] Meldrum R, Connolly G M, Flexon J, et al. Parental low self-control, family environments, and juvenile delinquency [J]. *International Journal of Offender Therapy and Comparative Criminology*, 2016, 60 (14): 1623-1644.
- [15] Belsky J, Steinberg L, Draper P. Childhood experience, interpersonal development, and reproductive strategy: An evolutionary theory of socialization [J]. *Child Development*, 1991, 62 (4): 647-670.
- [16] Li J B, Willems Y E, Stok F M, et al. Parenting and self-control across early to late adolescence: A three-level meta-analysis [J]. *Perspectives on Psychological Science*, 2019, 14 (6): 967-1005.
- [17] Masten A S. Ordinary Magic: Resilience in Development [J]. *American Psychologist*, 2014, 56 (3): 227-238.
- [18] Finkenauer C, Enaels, Baumeister R. Parenting behaviour and adolescent behavioural and emotional problems [J]. *The role of self-control International Journal of Behavioral Development*, 2005, 29 (1): 58-69.
- [19] Meldrum R. c. connolly G M, Flexon, Guerette R T. Parental low self-control, family environments, and juvenile delinquency [J]. *International Journal of Offender Therapy and Comparative Criminology*, 2016, 60 (14): 1623-1644.
- [20] Miler G E, Yu T, Chen E, et al. Self-control forecasts better psychosocial outcomes but faster epigenetic aging in low-SES youth [J]. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 2015, 112 (33): 10325-10330.
- [21] 许有云, 周宵, 刘亚鹏, 等. 学校氛围对青少年抑郁的影响: 自我控制的中介作用 [J]. 中国临床心理学杂志, 2014, 22 (5): 860-863.
- [22] 刘文俐, 蔡太生, 朱虹, 等. 抑郁、焦虑、压力与青少年情绪性进食的关系: 自我控制的中介作用 [J]. 中国临床心理学杂志, 2016, 24 (5): 841-843.
- [23] 陈健, 周丽华. 亲挫折思想与大学生抑郁焦虑压力的关系: 链式中介效应 [J]. 中国健康心理学杂志, 2024, 32 (4): 627-634.
- [24] Nolen-Hoeksema S, Wolfson A, Mumme D, et al. Helplessness in children of depressed and nondepressed mothers [J]. *Developmental Psychology*, 1995, 31 (3): 377-387.
- [25] 郭素然, 伍新. 反刍思维与心理健康 [J]. 中国心理卫生杂志, 2011, 25 (4): 314-318.
- [26] 许可. 父母教养方式对反刍思维的影响: 完美主义和自尊的作用 [D]. 赣南师范大学, 2019.
- [27] Hofmann W, Schmeichel B J, Baddeley A D. Executive functions and self-regulation [J]. *Trends in Cognitive Sciences*, 2012, 16 (3): 174-180.
- [28] Baumeister R F, Vohs K D, Tice D M. The strength model of self-control [J]. *Current Directions in Psychological Science*, 2007, 16 (6): 351-355.
- [29] Heatherton T F, Wagner D D. Cognitive neuroscience of self-regulation failure [J]. *Trends in Cognitive Sciences*, 2011, 15 (3): 132-139.
- [30] Denson T F, Pedersen W C, Friese M, et al. Understanding impulsive aggression: Angry rumination and

- reduced self-control capacity are mechanisms underlying the provocation-aggression relationship [J]. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 2011, 37 (6) : 850-862.
- [31] 蒋奖, 鲁峥嵘, 蒋苾菁, 等. 简式父母教养方式问卷中文版的初步修订 [J]. *心理发展与教育*, 2010, 26 (1) : 94-99.
- [32] Kroenke K, Spitzer R L, Williams J B. The PHQ-9: Validity of a Brief Depression Severity Measure [J]. *Journal of General Internal Medicine*, 2001 (16) : 606-613.
- [33] Unger A, Bi C, Xiao Y Y, et al. The revising of the tangney self-control scale for Chinese students [J]. *Psych Journal*, 2016, 5 (2) : 101-116.
- [34] 韩秀, 杨宏飞. Nolen-Hoeksema反刍思维量表在中国的试用 [J]. *中国临床心理学杂志*, 2009, 17 (5) : 549-551.
- [35] 张兴旭, 郭海英, 林丹华. 亲子、同伴、师生关系与青少年主观幸福感关系的研究 [J]. *心理发展与教育*, 2019, 35 (4) : 458-466.
- [36] 刘倩文, 王振宏. 亲子关系、感觉加工敏感性与COMT Val158Met多态性对学前儿童亲社会行为的交互影响 [J]. *心理学报*, 2023, 55 (5) : 711-725.
- [37] 吴元贞, 罗杰, 郑毅, 等. 儿童青少年抑郁情绪及自杀意念与父母教养方式及压力性生活事件的关联研究 [J]. *临床精神医学杂志*, 2024, 34 (3) : 211-214.
- [38] 高健, 高敏, 谭欣歌, 等. 母亲遭受家庭冷暴力对儿童早期多动行为的影响：亲子冲突与睡眠问题的链式中介作用 [J]. *中国特殊教育*, 2021 (1) : 75-82.
- [39] 范志宇, 吴岩. 亲子关系与农村留守儿童孤独感、抑郁：感恩的中介与调节作用 [J]. *心理发展与教育*, 2020, 36 (6) : 734-742.
- [40] 周敏娟, 姚立旗, 王韵芬, 等. 离异家庭青少年心理障碍干预效果的相关研究 [J]. *中国行为医学科学*, 2002 (4) : 85-87.
- [41] 秦瑶, 彭运石. 父母教养方式对初中生社交焦虑的影响：同伴接纳和反刍思维的链式中介作用 [J]. *心理发展与教育*, 2024, 40 (1) : 103-113.

# The Impact of Negative Parenting Styles on College Students' Depression: The Chain Mediating Role of Self-control and Rumination

Chen Weijia    Chen Changwen

*Shanwei Institute of Technology, Shanwei*

**Abstract:** Objective: This study aimed to explore the impact of negative parenting styles on depression among college students based on the ecosystem theory, and to investigate the mediating roles of self-control and rumination in this relationship. Method: A total of 385 college students in Shanwei City, Guangdong Province, were surveyed using the short-Egna Minnen av Barndoms Uppfostran, Patient Health Questionnaire-9, Self-Control Scale, and Ruminative Responses Scale-Chinese Version. Results: Descriptive analysis revealed that depression levels among college students were relatively low ( $M=4.82$ ,  $SD=4.63$ ). Pearson correlation analysis indicated significant positive correlations among negative parenting styles, depression, self-control, and rumination ( $r=0.370, -0.275, 0.365, -0.502, 0.759, -0.527$ ;  $p<0.001$ ). Regression analysis showed that negative parenting styles significantly positively predicted depression among college students ( $\beta=0.088, t=2.549, p<0.05$ ). Further mediation analysis demonstrated that self-control and rumination played a partial chain-mediating role in the influence of negative parenting styles on depression among college students, with a mediation effect size of 0.242, accounting for 76.10% of the total effect. Conclusion: Negative parenting styles not only directly affect depression among college students but also influence their rumination through affecting self-control, ultimately exacerbating depressive symptoms. The findings of this study provide new theoretical perspectives and strategic directions for improving and optimizing the mental health status of college students, and offer substantial guidance and implementation support for promoting mental health education in colleges and universities.

**Key words:** Negative parenting rearing styles; Depression; Self-control; Rumination; College students