

父母积极教养方式对心理弹性的影响：自尊和心理控制源的中介作用

李佳佳 赵立平

保定幼儿师范高等专科学校

DOI:10.12238/er.v8i5.6026

摘要: 本文探讨父母积极教养方式对高职大学生心理弹性的影响以及自尊和心理控制源在其中的作用机制。采用父母教养方式量表、自尊量表、心理控制源量表及心理弹性量表对522名高职大学生进行调查。结果: 父母积极教养方式、自尊、心理控制源和心理弹性之间两两相关; 父母积极教养方式正向影响心理弹性; 自尊、心理控制源在父母积极教养方式与心理弹性之间的独立中介和链式中介作用均显著。

关键词: 父母积极教养方式; 自尊; 心理控制源; 心理弹性

The Influence of Positive Parenting on Psychological Resilience: The Mediating Roles of Self-Esteem and Locus of Control

Jiajia Li, Liping Zhao

Baoding Preschool Teachers College

Abstract: This study explores the influence of positive parenting on psychological resilience in vocational college students, with a particular focus on the mediating roles of self-esteem and locus of control. A total of 522 vocational college students were surveyed using the Parenting Styles Questionnaire, Self-Esteem Scale, Locus of Control Scale, and Psychological Resilience Scale. The results indicated significant correlations among positive parenting, self-esteem, locus of control, and psychological resilience. Positive parenting was found to exert a direct positive effect on psychological resilience. Moreover, both self-esteem and locus of control independently mediated the relationship between positive parenting and psychological resilience, and a significant sequential mediation effect was also observed.

Keywords: positive parenting, self-esteem, locus of control, psychological resilience

引言

随着高校毕业生数量逐年上涨,而就业岗位的增长速度却明显滞后。新质生产力的发展催生一批新产业、新业态、新模式,给高职大学生的学习、就业、生活等带来日益严峻的就业压力和挑战。同时,在就业过程中,学历歧视、性别歧视等现象仍然时有发生,严重增加了高职大学生的就业难度和心理负担。一些高职大学生在“就业难”的压力之下,出现情绪抑郁、懒散被动、思想消极、人际关系淡漠等各种消极心态,患有浮躁、抱怨、焦虑、抑郁等情绪问题的风险也大大增加。因此,亟需改变高职大学生对自身的不合理认知,认清就业形势,从而提高其对复杂社会的适应能力。

心理弹性即个体在面对压力情境时,能够快速恢复并维持适应性反应的能力^[1]。研究指出,父母积极教养方式对提升青少年的心理弹性具有明显效果^[2]。作为子女发展过程中的一种保护性与支持性因素,积极教养方式指的是亲子之间

形成的一种充满关怀与支持的良好关系^[3]。父母以理解、包容和接纳等温馨方式相处,会增加子女内心的安全感,使其勇敢面对挑战,这种教养方式能够有效提升其心理弹性。基于此提出 H1: 父母积极教养方式正向影响高职大学生心理弹性。

自尊是个体通过与外部环境的互动来获得的一种对自我的认识与评价^[4]。家庭是个体成长的过程中最早接触的环境,父母是其最为亲密且影响深远的重要他人,对子女自尊的形成和发展扮演着关键角色。研究发现,持有民主型教养方式的父母往往会子女表现出更多的尊重与理解,子女的自尊水平通常能够得到较好的发展^[5]。当个体面对挫折时,自尊作为个体内部的保护性因素将会被激发出来,心理弹性水平得以提升进而摆脱困境^[6]。基于此提出 H2: 父母积极教养方式通过自尊对高职大学生心理弹性产生影响。

心理控制源是指个体对于自身行为或发生事件结果所

持有的普遍认识，涵盖内控和外控两方面，其与心理弹性具有显著的关联性^[7]。个体在积极教养方式下更倾向于高内控性^[8]。在面对困难与挑战时，个体往往展现出积极向上的乐观心态和较高的心理弹性，能够坚韧不拔地应对各种逆境。基于此提出 H3：父母积极教养方式通过心理控制源对高职大学生心理弹性产生影响。

研究表明，自尊与心理控制源在外部刺激影响个人内心及身体反应的过程中，发挥着中介变量的作用^[9]。父母积极教养方式为个体成长提供了一个温馨的氛围，激发个体较高的自尊水平，有助于个体形成积极的自我评价，使个体对事情的结果持有内控性归因，将事件结果归结为自己的能力与努力。基于此提出 H4：自尊与心理控制源在父母积极教养方式对高职大学生心理弹性的影响中起到链式中介作用。研究模型见图 1：

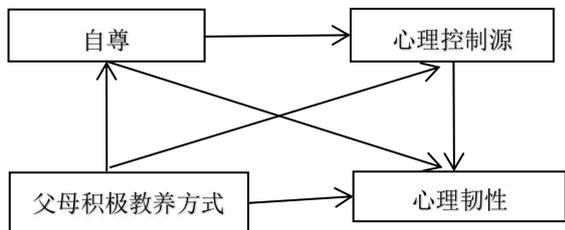


图 1 研究模型

一、研究方法

(一) 研究对象

采用方便取样法，对河北省某高职院校在校大学生进行调查，共发放 522 份问卷，为保证回收数据结果的科学性，剔除漏选、未完整作答、作答时间过短或过长、规律作答等无效问卷，最终确定有效问卷 485 份，回收有效率为 92.91%。

(二) 研究工具

1. 简式父母教养方式量表

采用蒋奖等^[10]修订的简式父母教养方式量表的积极教

养方式，共 14 题，维度包括父、母亲情感温暖，采用 Likert 4 点计分，量表各维度得分越高，表示相应的教养方式越强，该量表 Cronbach's α 为 0.88。

2. 心理弹性量表

采用胡月琴等^[11]编制的青少年心理弹性量表，共 27 题，维度包括人际协助、目标关注、家庭支持、情绪控制和积极认知，采用 Likert5 点计分，得分越高表明个体心理弹性越好。该量表 Cronbach's α 为 0.87。

3. 自尊量表

采用 Rosenberg^[12]编制的自尊量表中文版，共 10 题，包含正向与反向计分各 5 题，不区分维度，采用 Likert 4 级计分，得分越高表明个体自尊水平越高。该量表 Cronbach's α 为 0.85。

4. 心理控制源量表

采用 Rotter^[13]编制的内-外心理控制源量表，由 23 个项目和 6 个插入项目构成，插入项不予计分。每个条目包含内-外控两种陈述，若被试选择外控性陈述，则对该项计 1 分，反之不计分。得分范围为 0 (极端内控)~23 分 (极端外控)，该量表 Cronbach's α 为 0.72。

(三) 数据处理

采用 SPSS 26.0 以及 Bootstrap 方法 (5000 次抽样) 进行数据分析。将各变量所有条目进行因子分析，结果显示：第一个因子能解释总方差 20.37% 的变异量，小于 40% 的临界标准，表明本研究共同方法偏差并不明显。

二、研究结果

(一) 描述性统计与相关分析

各变量间均呈显著相关关系。其中，父母积极教养方式、自尊、心理弹性三者呈显著正相关，这三者与心理控制源均呈显著负相关。结果见表 1。

表 1 描述性统计与相关分析

	M±SD	1	2	3	4
1 积极教养方式	19.27±4.52	1			
2 自尊	28.31±4.15	0.41***	1		
3 心理控制源	11.72±3.40	-0.21***	-0.20***	1	
4 心理弹性	86.37±14.86	0.56***	0.62***	-0.32***	1

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

(二) 链式中介效应检验

将父母积极教养方式作为自变量，心理弹性作为因变量，自尊和心理控制源作为中介变量进行分析。结果见表 2 和 3。积极教养方式正向预测自尊；当积极教养方式和自尊共同作为预测变量时，均能反向预测心理控制源；当积极教养方式、

自尊和心理控制源共同作为预测变量时，积极教养方式和自尊能正向预测心理弹性，心理控制源则反向预测心理弹性。积极教养方式到心理弹性的直接效应、总中介效应的置信区间均不包含 0，说明以自尊、心理控制源为中介变量的链式中介效应成立，总中介效应占总效应比例为 39.29%。

表2 回归分析结果

回归方程		整体拟合系数			回归系数显著性	
结果变量	预测变量	R	R ²	F	β	t
自尊	积极教养方式	0.41	0.17	97.71***	0.41	9.89***
心理控制源	积极教养方式	0.24	0.06	15.00***	-0.15	-3.16**
	自尊				-0.14	-2.79**
心理弹性	积极教养方式	0.72	0.52	176.24***	0.34	0.73***
	自尊				0.45	13.03***
	心理控制源				-0.16	-4.97***

表3 中介效应分析

路径	效应值	Boot95% CI 置信区间	占比
积极教养方式→自尊→心理弹性	0.18	[0.14, 0.23]	32.14%
积极教养方式→心理控制源→心理弹性	0.03	[0.01, 0.05]	5.36%
积极教养方式→自尊→心理控制源→心理弹性	0.01	[0.01, 0.02]	1.79%
直接效应	0.34	[0.27, 0.41]	
总效应	0.56	[0.48, 0.63]	
总中介效应	0.22	[0.17, 0.27]	39.29%

三、讨论

(一) 父母积极教养方式对心理弹性的直接影响

父母积极教养方式正向预测高职大学生心理弹性, H1得到了验证。父母积极教养方式包括情感温暖、关注陪伴、鼓励支持等, 有助于子女获得更多的自我效能感, 使他们养成坚毅的性格, 勇于探索自我和挑战困难, 帮助他们勇敢面对挫折和战胜困难。这种积极教养方式会影响到子女与环境的互动过程中, 使其自身形成一种社会适应模式, 直接提升其心理弹性及抗挫能力。

(二) 自尊和心理控制源的独立中介作用

父母积极教养方式能通过自尊和心理控制源的单独中介作用对高职大学生的心理弹性产生影响, H2、H3得到了验证。一方面, 积极教养方式通过自尊对心理弹性产生影响。父母的情感温暖更易提升个体的自尊水平, 并使个体对自己产生较为适宜评价。在遇到困境时, 认为自己有能力解决问题, 心理弹性水平较高。另一方面, 积极教养方式还通过心理控制源间接影响心理弹性。积极教养方式下, 子女心理的内控性会更加明显。父母的情感支持使子女形成较高的自我效能感。内控性的个体会从自身考虑成败得失, 既不会因为取得成就而沾沾自喜, 也不会因为遭遇挫折而意志消沉, 心

理弹性水平较高。

(三) 自尊与心理控制源的链式中介作用

自尊与心理控制源在父母积极教养方式与心理弹性之间起链式中介作用。积极教养方式有助于个体内在保护性因素的发展, 提高个体自尊水平, 高自尊伴随着高内控性, 这使得个体对事件结果都归因于自己的能力或者努力, 也认为自己能通过努力或谋划来控制事件结果的好坏, 心理弹性水平也较高。因而, 个体既能适应当下的环境, 也能对未来保持平和心态, 有较高心理弹性水平。

综上, 本研究为提升高职大学生心理弹性提供如下建议。家庭方面, 营造温馨的家庭氛围, 给予更多的情感支持, 倾听子女的心声, 放手让孩子独立成长。学校方面, 利用心理健康课程, 引导学生正确面对压力, 定期开展心理评估和团体辅导, 用好心理咨询中心, 加强家校沟通。总之, 引导高职大学生形成恰当的自我认知, 与父母、朋友保持良好的沟通, 必要时寻求专业心理咨询。

[参考文献]

- [1]Efolke C.Resilience (republished)[J].Ecology and society,2016,21(4):30.
- [2]李永占.父母教养方式对高中生学习投入的影响机制

研究[J].中国临床心理学杂志,2018,26(5):997-1001.

[3]刘拓等.父母积极教养方式对中学生应对方式的影响:社会支持、自我效能感的中介作用 [J].心理与行为研究,2021,19(4):507-514.

[4]Kellgy H H. The processes of causal attribution [J].American Psychologist,1973,28 (02):107.

[5]侯艳飞等.医学生家庭功能与自尊在父母教养方式与生活满意度间的中介作用[J].中国学校卫生,2018,39(1):71-75.

[6]Schmeichel, B.J., Gailliot et al. Resilience and perceived self-efficacy in life skills from early to late adolescence[J]. International Journal of Adolescence and Youth, 2020, 25(1): 882-890.

[7]郭萍等.抑郁症患者的生活方式与心理控制源特征研究[J].中国健康教育,2013,29(1):45-47.

[8]刘阳,陈鹏.初中生归因方式与心理弹性的关系研究[J].教育导刊,2016(11):40-43.

[9]李大林等.生活事件对初中生抑郁的影响:自尊和反

刍思维的链式中介作用[J].心理发展与教育,2019,35(3):352-359.

[10]蒋奖等.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(1):94-99.

[11]胡月琴,甘怡群.青少年心理弹性量表的编制和效度验证[J].心理学报.2008,40(8):902-912.

[12]DU H,LI X,ChI P. Psychometric properties of the relational self-esteem scale in a community-based sample in China[J].European Journal of Psychological Assessment,2018,34(3):154-161.

[13]ROTTER J B.Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement[J].Psychol Monogr,1966,80(1):1-28.

作者简介:

李佳佳(1985-),女,汉族,河北省高碑店市人,研究生,讲师。研究方向:心理健康教育、发展心理学。

赵立平(1983-),女,汉族,河北省定州市人,研究生,讲师。研究方向:心理教育、家庭教育。