

The Influence of Parental Psychological Control on the Fear of Junior High School Students' Negative Evaluation and Its Countermeasures

Ao Jia Changjie Zhang

Zhejiang University of Technology, Hangzhou, Zhejiang, 310023, China

Abstract

Language is a social tool, and voice is the external representation of language and has its social nature. Related research shows that Yi ITo understand parents' psychological control the influence degree of the fear of negative evaluation in junior high school students, analysis of self-differentiation and the mediation effect of self-construct, the negative fear scale, parents' mental control scale, self-differentiation questionnaire and self-construct scale to survey 936 junior middle school students, the results found that junior high school students parents psychological control and negative fear, differentiation, construct relevant significantly; the psychological control of mothers in junior high school has a significant positive predictive effect on their negative evaluation fear. The self-differentiation of junior high school students has a partial mediating effect on the relationship between parental psychological control and negative evaluation fear. Self-construct has mediating effect on the relationship between parental psychological control and negative evaluation of fear. Self - differentiation and self - construct have dual mediating effects on the relationship between parental psychological control and negative evaluation of fear. This indicates that parental psychological control has a direct effect on the negative evaluation fear of junior high school students, and also indirectly affects the negative evaluation fear level through self-differentiation and self-construction.

Keywords

junior high school students; parental psychological control; negative assessment of fear; self-differentiation; self-construct

父母心理控制对初中生负面评价恐惧的影响及对策研究

贾傲 张常洁

浙江工业大学教育技术与科学学院, 中国·浙江 杭州 310023

摘要

在初中生教育中父母的情绪影响起到关键作用, 为了解父母心理控制对初中生负面评价恐惧的影响程度, 分析自我分化以及自我构念的中介效应, 采用负面评价恐惧量表、父母心理控制量表、自我分化问卷以及自我构念量表对936名初中生进行调查, 结果发现, 初中生父母心理控制与负面评价恐惧、自我分化、自我构念相关显著; 初中生母亲心理控制对其负面评价恐惧起到显著正向预测作用; 初中生自我分化在父母心理控制与负面评价恐惧的关系中具有部分中介效应; 自我构念在父母心理控制与负面评价恐惧的关系中具有中介效应; 自我分化与自我构念在父母心理控制与负面评价恐惧的关系中具有双重中介效应。这说明父母心理控制对初中生负面评价恐惧有直接影响, 也通过自我分化与自我构念而间接影响负面评价恐惧水平。

关键词

初中生教育; 父母心理控制; 负面评价恐惧; 自我分化; 自我构念

1 引言

负面评价恐惧是个体在与他人接触的过程中, 对他人给出的负面的评价感到烦恼, 以及预期他人会对自己产生负面评价, 并因此感到害怕焦虑^[1]。负面评价恐惧与社交焦虑关系密切, 常被认为是影响社交焦虑的核心因素。社交焦虑认知行为模型认为社交焦虑的核心特征就是负面评价恐惧, 即感知到他人的负面评价可能会导致个体的社交焦虑, 社交焦

虑就是对这些情境的综合反应^[1]。Chorpita 和 Barlow (1988) 指出, 父母的教养方式是影响小学生焦虑(包括负面评价恐惧)的关键因素, Selda (2009) 等人也发现大学生对父母的严厉、监督的感知可以预测其负面评价恐惧的发展^[2]。

父母心理控制本质上是一种忽略子女情感需求和心理需要, 操纵子女情感的控制方式, 这种情感交流方式会使个体较难察觉他人情绪, 缺乏对情绪感受的适应性调节。当子女感受到父母通过负性批评或者撤回对自己的关心时, 子女倾

向于对自己进行责备,并对批评或夸大父母表达的负性情绪,容易养成消极的认知情绪调节策略。依据认知理论,个体采用越多的自我责备、灾难化或反刍思维等消极认知调节策略,其抑郁症状就愈加严重。在父母教养方式分化中,父母的心理控制属于消极的教养风格,因此父母的心理程度越高,其子女越可能产生高水平的负面评价恐惧。研究表明,父母控制可能是影响儿童、青少年焦虑最为重要的教养行为之一^[1]。Chorpita 和 Barlow (1988) 指出,父母的教养方式是影响小学生焦虑(包括负面评价恐惧)的关键因素^[4]。

自我分化是个体在压力情境下,灵活地调整理智与情绪,采取适当的人际互动方式,进而维持独立和联系的平衡的能力。良好的自我分化意味着个体能够在个人层面平衡理智与情绪,在人际层面找到并维持自主和情感联结之间的一个最佳的平衡状态。Nichols 和 Schwartz 的研究也显示低自我分化个体在面对社交情景中可能存在的负面评价时通常有更多的情绪反应,对他人经常采用情感断绝或融合^[5]。

Markus 和 Kitayama 率先提出自我构念是指个体在不同的特定文化背景下从自我与他人关系这一角度来理解、认知自我的方式^[6]。自我构念包括两种类型:独立型自我构念与互依型自我构念。独立型自我构念个体通常愿意明确地表达自己的内心感受以及想法,并乐于展示自己所拥有的能力;其次,个体认为每个人都是独立并且独特的,因此注重创造自身独有的价值并努力实现自己的目标;互依型自我构念个体十分注重社会角色与身份地位等一些社会性特征;其次,个体更倾向与他人迂回、委婉的沟通与交往,并根据不同的场合及环境表达适当的想法做出适当的行为。潘志然、崔红(2004)研究表明,独立自我构念水平能够减少个体对与他人关系的过分关注和敏感,这更利于自我分化良好的个体在认知层面降低对负面评价的恐惧^[7]。

探讨父母心理控制与青少年负面评价恐惧之间的双向关系,可以从家庭系统的角度研究父母心理控制程度对青少年人际交往问题以及社交焦虑的影响,同时考察子女反应和情绪体验对父母调整教育方式和教养态度是否存在影响,从源头上预防父母高心理控制,进而改变家庭成员之间的互动方式以及为改善家庭关系的质量,对父母的教养方式提供一定理论依据和参考。

综上所述,本研究希望通过对父母心理控制与初中生负面评价恐惧的影响机制进行探索,探究个体自我分化程度对

初中生社交焦虑的影响程度,同时分析自我分化是否在父母心理控制与初中生负面评价恐惧的影响机制起到中介效应,以及研究自我构念类型与三者之间的交互影响方式,摸清作用路径,为初中生自我探索以及人际交往提供可行建议,同时为学校的健康心理建设提供实证研究。

2 研究方法

2.1 研究对象

采用方便抽样法,对中国广东、浙江、山西、四川等省内多所初中的 936 名初中生进行问卷调查,有效率为 85.1%。其中女生 502 人,男生 434 人。

2.2 研究工具

2.2.1 负面评价恐惧问卷

负面评价恐惧问卷采用由 Waston 和 Friend 编制,陈祉妍修订的简明负面评价恐惧量表,修订之后对中学生群体进行施策,在中学生群体中具有良好的信效度。采用 5 点计分,共 12 道题,得分越高则负面评价恐惧水平越高。本研究中,其克隆巴赫 α 系数为 0.819,量表信度较高,验证性因素分析结果表明问卷的结构效度较好,KMO 值为 0.840。

2.2.2 父母心理控制问卷

父母心理控制问卷采用 Wang 等人(2007)结合中国中学生的特点编制的父母控制问卷中文版,使用其中的心理控制分量表。共 18 道题目,分为三个维度:内疚引导、爱的收回、权力专断。采用 5 点计分,分数越高表示父母心理控制水平越高。本研究中,其克隆巴赫 α 系数为 0.921, KMO 值为 0.939。

2.2.3 自我分化问卷

自我分化问卷采用由吴煜辉(2008)修订的中国版《自我分化问卷》,该问卷在大学生群体和青少年群体中均有良好的信效度。自我分化问卷共有 27 道题,只有 5 道题是反向项目,结果分数越高,被试的自我分化水平越高。该量表包括四个维度:与人融合、自我位置、情绪反应性、情感断绝。在本研究中,该量表的内部一致性信度为 0.854,分半信度为 0.86, KMO 值为 0.893,具有较好的信效度。

2.2.4 自我构念量表

自我构念量表(SCS)是 Singelis(1994)在 Markus 等人所提出的自我构念理论基础上所编制的,王裕豪等对 SCS 量表进行了中文翻译,量表包括独立自我与互依自我两个维度,每个维度包含 15 个题目。该量表为 7 级评分,分值越

高表示个体独立自我或互依自我倾向越大。SCS具有良好的信效度,在本研究中,独立型和互依型自我构念分量表的Cronbacha α系数分别为0.76与0.80。

2.3 程序及数据处理

采用班级团体施测的方式进行,在被试同意参与调查后,发放问卷,指导被试认真阅读指导语后正式开始测试。测试时间约30分钟,被试填写完毕后由主试当场回收问卷。所有有效收录数据均采用spss23.0统计软件进行分析。

3 研究结果

3.1 父母心理控制、自我分化以及自我构念对负面评价恐惧的回归分析

表2 父母心理控制自我分化、自我构念对负面评价恐惧的回归分析

预测变量	R ²	调整后R ²	F	Beta	t
母亲心理控制	0.05	0.04	14.16***	0.21	3.84***
自我分化	0.13	0.13	70.66***	0.37	11.49***
互依自我构念	0.04	0.03	11.26	0.15	4.67***
独立自我构念	0.02	0.01	5.29*	0.07	1.99*
自我构念	0.03	0.03	8.95***	0.13	3.85***

为进一步父母心理控制、自我分化以及自我构念对负面评价恐惧的预测作用,以负面评价恐惧为因变量,分别以父母心理控制、自我分化以及自我构念为自变量,采用强行进入法进行回归分析。结果显示,母亲心理控制的(β=0.21, F=14.16)对负面评价恐惧有正向预测作用,自我分化(β=0.37, F=11.49)以及自我构念(β=0.13, F=3.85)对负面评价恐惧均有显著影响。

3.2 自我分化与自我构念的双重中介作用

表3 直接效应与间接效应检验

模型路径	标准化的间接效应值	标准误SE	95%	
			下限	上限
父母心理控制—负面评价恐惧	0.1261	0.0172	0.0939	0.1610
父母心理控制—自我分化—负面评价恐惧	0.1103	0.0162	0.0800	0.1439
父母心理控制—自我构念—负面评价恐惧	0.0158	0.0059	0.0057	0.0287

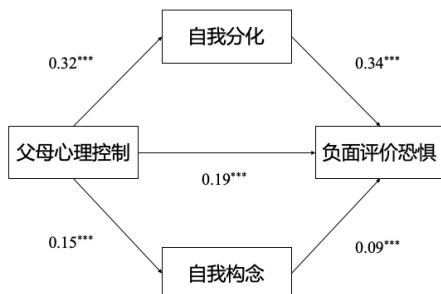


图1 双重中介模型

为考查自我分化与自我构念在父母心理控制对负面评价恐惧的影响过程中起到怎样的作用,进行中介效应检验。按照陈瑞等人^[13]提出的中介效应分析程序,参照Hayes^[14]提出的Bootstrap方法,采用SPSS宏程序PROCESS的模型4,对自我分化与自我构念进行中介效应检验,Bootstrap样本量选择5000,在95%置信区间下,结果显示,置信区间均未包含(自我分化:LLCI=0.08,ULCI=0.144;自我构念:LLCI=0.006,ULCI=0.029),表明自我分化与自我构念的中介效应显著,且中介效应大小分别为0.11,0.02。另外,控制中介变量后,自变量父母心理控制对因变量负面评价恐惧的直接效应也显著(LLCI=0.094,ULCI=0.161)。因此,自我分化与自我构念在父母心理控制对负面评价恐惧的影响中发挥部分中介作用。

4 讨论

本研究发现,初中生父母心理控制及其各个维度与负面评价恐惧均呈显著相关,这与以往的研究结果一致^[8-10],也验证了本研究的假设。父母心理控制总体以各个维度与自我分化总体及其情感断绝、情绪适应性和与他人融合分维度均呈现显著相关,在自我位置维度仅与母亲心理控制以及母亲爱的收回维度呈显著相关,这与以往的结果一致^[11]。负面评价恐惧与自我构念各维度均呈现显著相关,这与以往的研究结果一致^[12-13]。

独立性自我构念的个体通常愿意明确地表达自己的内心感受以及想法,并乐于展示自己所拥有的能力,能够坦率地与他人沟通,并依据自己内心真实的感受去做出相应的行为,对于来自他人的负面评价感知程度较低。而互依型的个体更重视融入群体之间,更倾向于与他人迂回、委婉的沟通与交往,但有时会过度担忧与他人的联系,当自己的意见与他人意见不一时,会产生一种自我威胁感,个体通常会尽量认同他人减少自身的紧张情绪,因此,互依型的个体对来自他人或潜在的负面评价敏感性更高,负面评价恐惧水平也会更高。

高自我分化的个体能够较好地处理人际关系,在亲密关系中能够与他人保持适当的情感距离,不易受到他人情绪的影响,遵从自身感觉,坚持自己的观点,较少受让他人等外界因素影响,面对人际矛盾也有成熟的应对方式,因此较少感受到来自他人或潜在的负面评价。而低自我分化的个体自

身情绪不稳定,在人际交往过程中易受到他人情绪影响,在亲密关系中注重他人的认可和赞美,为了获得认同感会过度依赖他人,自我边界模糊,在面对人际交往过程中的压力时,通常会采用极端的手段,要么期待他人帮忙解决,要么就是回避问题,在高焦虑的社交场合中会感受到更多的负面评价,个体通常希望逃离场合缓解自己的压力。而在处理人际关系矛盾时,自分化个体如果拥有较高自主性,会以牺牲人际联系为代价采用情感断绝的方式缓解自己的焦虑情绪。

高心理控制的父母通过影响初中生自我分化程度,使其在社交场合中感知到更多的负面评价,引发焦虑情绪和逃避行为,对个体的心理适应和社交适应十分不利。同时,过多的心理控制行为对初中生正常的心理健康发展不利,子女受到父母的过多保护和干扰,容易使个体在社会化的过程中觉察情绪困难,对情绪缺乏相应的调节,自我分化水平降低,易被外界环境刺激情绪,在亲密关系中无法保持自身的独立,对外界的负面评价更敏感而采取逃避行为,导致个体人际关系不良。

而自我构念是个体在成长过程中对自身逐步探索形成自我定义,是个体与外界人、事物相互作用的一个动态学习过程。高心理控制的父母会对子女的心理和行为过度干涉,不仅限制子女自我意志的发展,自身的教育模式与人际处理方式会逐渐内化为子女自身的行为模式,高互依型自我构念的个体在人际关系中也更倾向于依赖亲密关系个体,以他人的期望为自己的奋斗目标,遇到困难时也希望他人能够为自己做决定,个体自身的安全感来源于他人的认可和信任,甚至其自尊的提升都是源于他人的赞扬,反之如果没有他人的认可会感受失望、愧疚,长期处于负面情绪中,更加担心来自他人的负面评价。

自我分化与自我构念又是相互促进,相互包容的关系。独立型自我构念的个体能够在人际关系中保持良好的自我位置,不会与他人过度融合或依赖,在面对挫折和压力时也能较为理智的思考,自我分化水平较高的个体也较少的感受到外界的负面评价,对父母的心理控制行为能够做出适当反应。

5 结论

初中生母亲心理控制对其负面评价恐惧起到显著正向预测作用;初中生自我分化在父母心理控制与负面评价恐惧的关系中具有部分中介效应;自我构念在父母心理控制与负面

评价恐惧的关系中具有中介效应;自我分化与自我构念在父母心理控制与负面评价恐惧的关系中具有双重中介效应。

6 教育建议

(1) 父母要减少对孩子的心理控制行为,培养正确的教养态度。家庭是个体社会化进程的第一个学习环境,父母的教养方式对子女社会化和以后的人际交往有着极为关键的作用。父母的教育态度会对子女造成不同的影响。

(2) 培养子女独立解决问题的能力,提升其自我分化水平,减少社交焦虑在与做子女进行交流时,父母尽量去尊重和理解子女的想法和行为,做到换位思考,站在他们的角度看问题,尝试去理解他们行为背后的心理原因,而不是一味地以自己过去的人生经验去强制引导或替他们做决定。

(3) 倡导无条件的积极关注,帮助子女树立积极的自我构念,父母在家庭教育中对子女进行无条件的积极关注和爱的回应,让子女感受到父母是真正关系他和爱护她的,家庭成员的支持可以培养子女独立表达自己想法,感受来自他人和环境的善意,降低社会环境中负面评价的感知度,对子女心理健康发展有重要影响。

参考文献

- [1] Heimberg, R. G., Brozovich, F. A., & Rapee, R. M. (2010). A cognitive behavioral model of social anxiety disorder: Update and extension. In S. G. Hofmann & P. M. DiBartolo (Eds.), *Social anxiety: Clinical, developmental, and social perspectives* (pp. 395-422). Amsterdam; Boston: Elsevier.
- [2] 陈祉妍. 中学生负面评价恐惧与考试焦虑的相关性[J]. 中国心理卫生杂志, 2002(12), 855-857
- [3] McLeod, B. D., Wood, J. J., & Weisz, J. R. (2007). Examining the association between parenting and childhood anxiety: A meta-analysis. *Clinical Psychology Review*, 27, 155 - 172
- [4] Chorpita, B. F., & Barlow, D. (1988). The development of anxiety: the role of control in the early environment. *Psychological bulletin*, 124(1), 3.
- [5] Nichols, M. P., & Schwartz, R. C. (2000). *Family therapy: concepts and methods* (5th ed.). Boston: Allyn & Bacon.
- [6] Markus HR, Kitayama S. Culture and the self: Implications for cognition, emotion, and motivation[J]. *Psychological review*.

- 1991,98(2):224.
- [7] 潘志然,崔红.独立性 with 依赖型自我:Markus 等的自我结构研究[J].心理与行为研究,2004,2(2):465-468.
- [8] Schleider,J.L.,Ve lez,C.E.,Krause,E.D.&Gillham,J.(2014). Perceived psychological control and anxiety in early adolescents: The mediating role of attributional style. *Cognitive Therapy and Research*,38(1),71-81.
- [9] 杨梅.高中生父母心理控制与社交焦虑的关系:自我分化的中介作用[D].山西大学,2015.
- [10] Loukas A, Paulos S K, Robinson S. Early Adolescent Social and Overt Aggression: Examining the Roles of Social Anxiety and Maternal Psychological Control. *Journal of Youth and Adolescence*, 2005, 34(4),335-345.
- [11] 李爽,毕重增,黄丽.反思自我评价对自信的影响:关系型自我构念的调节作用[J].心理科学,2014,37(2):400-404.
- [12] 丁倩,周宗奎,张永欣.大学生社交网站使用与依赖:积极自我呈现的中介效应与关系型自我构念的调节效应[J].心理发展与教育,2016,32(6),683-690.
- [13] 陈瑞,郑毓煌,刘文静.中介效应分析:原理,程序,Bootstrap方法及其应用[J].营销科学学报,2013,9(4):120-35.
- [14] Hayes A F. *Process: A Versatile Computational Tool For Observed Variable Mediation, Moderation, And Conditional Process Modeling* [M]. Kansas: University Of Kansas, 2012.