

家庭教养方式对中学生心理健康影响：身体欣赏的中介作用

郑可怡^{1*}, 刘进招², 袁艳兰³, 褚成静^{1#}

¹广东医科大学人文与管理学院应用心理学系, 广东 东莞

²东莞市企石中学, 广东 东莞

³东莞市常平中学, 广东 东莞

Email: #chcj2004@163.com

收稿日期: 2021年8月8日; 录用日期: 2021年9月1日; 发布日期: 2021年9月14日

摘要

目的: 探索家庭教养方式与身体欣赏对初中生心理健康的影响。方法: 采用方便取样, 在广东东莞地区选取963名在校初中生进行问卷星调查, 调查问卷含有一般人口学资料, 简易心理健康量表、家庭教养方式量表和身体欣赏量表等。结果: 1) 专制型教养方式和忽视型教养方式对Kessler10量表得分有显著正向预测作用($\beta = 0.098, \beta = 0.272, p < 0.05$), 民主型教养方式对Kessler10量表得分有显著负向预测作用($\beta = -0.214, p < 0.001$); 2) 身体欣赏在专制型和忽视型的教养方式与初中生心理健康之间起部分中介作用。结论: 家庭教养方式、身体欣赏与心理健康关系密切, 专制型和忽视型的家庭教养方式可以直接影响心理健康, 身体欣赏起到了中介作用。

关键词

初中生, 家庭教养方式, 身体欣赏, 心理健康

The Effect of Parenting Style on Middle School Students' Mental Health: The Mediating Role of Body Appreciation

Keyi Zheng^{1*}, Jinzhao Liu², Yanlan Yuan³, Chengjing Chu^{1#}

¹Department of Applied Psychology, College of Humanities and Management, Guangdong Medical University, Dongguan Guangdong

²Dongguan Qishi Middle School, Dongguan Guangdong

*第一作者。

#通讯作者。

文章引用: 郑可怡, 刘进招, 袁艳兰, 褚成静(2021). 家庭教养方式对中学生心理健康影响: 身体欣赏的中介作用. 心理学进展, 11(9), 2092-2102. DOI: 10.12677/ap.2021.119237

³Dongguan Changping Middle School, Dongguan Guangdong
Email: #chchj2004@163.com

Received: Aug. 8th, 2021; accepted: Sep. 1st, 2021; published: Sep. 14th, 2021

Abstract

Objective: To explore the effect of parenting style and body appreciation on mental health in middle school students. **Methods:** The sample included 963 students of middle schools in Dongguan area of Guangdong Province. The questionnaire included general demographic data, Kessler 10 Scale, Parenting Style Questionnaire and The Cantonese version of the BAS-2 Scale. **Results:** 1) Autocratic and neglected upbringing had significant positive predictive effect on Kessler 10 score ($\beta = 0.098$, $\beta = 0.272$, $p < 0.05$), democratic upbringing had a significant negative effect on Kessler 10 score ($\beta = -0.214$, $p < 0.001$); 2) Body appreciation partially mediated the relationship between autocratic and neglected education and mental health of middle school students. **Conclusion:** Parenting style, body appreciation are closely related to mental health, autocratic and neglected upbringing can directly affect mental health, and body appreciation plays an intermediary role.

Keywords

Middle School Students, Parenting Style, Body Appreciation, Mental Health

Copyright © 2021 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

中学生正处于身心发展的关键阶段，心理健康问题不容忽视。有研究表明，77.9%的中学生存在心理健康水平较低和适应不良问题(张敏, 王振勇, 2001)。国内外的众多研究表明家庭教养方式是影响中学生心理健康的重要因素之一。父母教养方式主要是指父母在抚养子女的日常活动中所表现出来的一种对待孩子的固定的行为模式和行为倾向(龚艺华, 2007)，国内一般将父母教养方式分为民主型、专制型、溺爱型和忽视型四种类型(Steinberg et al., 2010)。父母的不良教养方式对青少年的心理健康存在显著的消极影响(钱铭怡, 肖广兰, 1998)，导致心理健康问题出现的可能性的增加(杨莲清, 1998)，为青少年的心理障碍、神经症问题提供了病前心理基础(郭蕾, 葛操, 2005)。

身体欣赏指的是个体对自己的身体持积极评价态度，能接纳身体的不完美，尊重自己的身体，同时关注身体功能，拒绝接受媒体理想身体信息，从而保护身体(Avalos et al., 2005)。有研究表明，父母的教养方式是孩子未来对身体态度的重要预测因素(Raque-Bogdan et al., 2016)。低水平的身体欣赏会导致个体对自己的形象不满从而进行节食减肥、过度整形(刘莹莹, 2013)，使个体的心理健康水平降低，产生自卑和体像焦虑、外貌焦虑(Fardouly et al., 2015)。中介分析可以更好地阐释家庭教养方式对心理健康的作用机制，不良的家庭教养方式可能通过降低身体欣赏水平进而降低心理健康水平。

身体欣赏属于研究新兴领域，理论框架并未完全成熟且国内的研究对象多集中于大学生，内容主要为研究身体欣赏与社交网站体像比较(李美玲, 徐兰兰, 2020)、外表社会压力(马敬华等, 2020)、完美主

义(毕丹, 2017)、自然联结(种玉春, 2019)等之间的关系, 而未曾对中学生开展过调查研究。为进一步探究中学生心理健康影响因素, 为身体欣赏发展扩充理论框架, 本研究对初中生的家庭教养方式、身体欣赏和心理健康进行测量, 构建一个中介模型探讨家庭教养方式与初中生心理健康的关系, 考察身体欣赏在二者关系间的中介作用。

2. 对象与方法

2.1. 研究对象

采用方便取样, 在广东东莞地区选取 963 名在校初中生进行问卷星调查, 学生通过手机扫描二维码填写问卷, 共发放 963 份问卷, 回收有效问卷 621 份, 有效率为 64.5%, 其中被试年龄介于 12~17 岁之间, 男生 322 人, 女生 299 人; 城市 139 人, 小镇/县城 246 人, 农村 236 人; 独生子女 82 人, 非独生子女 539 人; 单亲家庭 37 人, 非单亲家庭 584 人。

2.2. 研究工具

2.2.1. 一般资料问卷

自编问卷, 内容为人口学资料: 性别、年龄、家庭居住地、是否为独生子女、是否为单亲家庭、人际关系状况、家庭经济状况、学习成绩状况(附录 1)。

2.2.2. 父母教养方式量表

采用由龚艺华编制的父母教养方式量表, 该量表共 40 个条目, 由 4 个维度构成, 分别为专制型教养方式、民主型教养方式、溺爱型教养方式和忽视型教养方式(龚艺华, 2005)。该量表采用 1~5 级评分, 把被试在四个维度上的得分分别相加, 被试哪个维度得分较高, 则表明其父母的教养方式越倾向于该维度。本研究中, 该量表的 Cronbach's α 系数为 0.74(附录 2)。

2.2.3. 身体欣赏量表

采用 Avalos 等人于 2005 年编制并由香港中文大学 Ng 等人修订的标准中国版本的身体欣赏量表(Swami & Ng, 2015)。该量表共 10 个项目, 采用 5 点计分。该量表用于评估个体对自己身体的欣赏水平, 量表分数越高, 代表个体身体欣赏程度越高。本研究中, 该量表的 Cronbach's α 系数为 0.89(附录 3)。

2.2.4. 简易心理健康量表

采用由 Kessler 和 Mroczek 所编制 Kessler10 (K10)量表, 该量表共 10 个条目, 对被试过去一个月的焦虑及压力水平的心理状况进行评价(Kessler & Mroczek, 1992)。该量表采用 1~5 级评分, 总分由各项得分相加所得。根据 K10 总分值将个体心理健康状况分为四个等级: 10~19 分(1 级, 患心理疾病的危险性低), 20~24 分(2 级, 患心理疾患的危险性较低), 25~29 分(3 级, 患心理疾患的危险性较高), 30~50 分(4 级, 患心理疾患的危险性高)。本研究中, 该量表的 Cronbach's α 系数为 0.92(附录 4)。

2.3. 统计方法

用 spss19.0 对数据进行统计分析, 包括描述性统计分析、t 检验、方差分析、相关分析、线性回归、中介效应检验, 显著性水平设定为 $p < 0.05$ 。

3. 结果

3.1. 共同方法偏差检验

采用 Herman 单因素方法检验。把三个问卷共 60 个项目纳入因子分析, 结果得出, 总共提取出 12

个主成分,第一个主成分解释总体变异 21.95%, 低于 40% 的标准。因此本研究不存在共同方法偏差问题。

3.2. 家庭教养方式、身体欣赏、心理健康的描述性统计分析

本次调查结果得出,在家庭教养方式量表中,专制型、民主型、溺爱型与忽视型的得分分别为(25.11 ± 7.05)分、(39.03 ± 6.41)分、(26.2 ± 4.60)分和(19.56 ± 6.28)分;身体欣赏量表的得分为(36.46 ± 8.34)分。简易心理健康状况量表的得分为(22.05 ± 8.18)分。女生的 K10 得分高于男生($t = -2.37, p < 0.05$);单亲家庭的学生 K10 得分高于非单亲家庭的学生($t = 3.94, p < 0.05$);人际关系状况、家庭经济状况、学习成绩状况在心理健康上差异显著($F = 26.92, F = 3.61, F = 5.33, p < 0.05$)。家庭居住地和是否独生子女在心理健康上差异不显著($F = 0.33, t = -0.54, p > 0.05$)。性别在身体欣赏上的差异不显著($t = 1.436; p > 0.05$)。

3.3. 家庭教养方式、身体欣赏、心理健康的相关分析

身体欣赏与专制型教养方式显著负相关,与民主型、溺爱型和忽视型教养方式均显著正相关;K10 得分与民主型教养方式显著负相关,与专制型教养方式和忽视型教养方式均显著正相关,和溺爱型教养方式相关不显著。身体欣赏与 K10 得分显著负相关。具体见表 1。

Table 1. Correlation analysis of parenting style, physical appreciation and mental health

表 1. 家庭教养方式、身体欣赏、心理健康的相关分析

	身体欣赏	心理健康
专制型	-0.146***	0.381***
民主型	0.415***	-0.456***
溺爱型	0.092*	0.077
忽视型	0.228***	-0.234***

* $p < 0.05$, ** $p < 0.01$, *** $p < 0.001$ (下同)。

3.4. 家庭教养方式与心理健康的回归分析

以 K10 得分为因变量,专制型、民主型与忽视型三种教养方式作为自变量进行多重线性回归分析。结果显示,在控制了人口学变量后,专制型教养方式和忽视型教养方式对 K10 得分有显著正向预测作用($\beta = 0.098, \beta = 0.272, p < 0.05$),民主型教养方式对 K10 得分有显著负向预测作用($\beta = -0.214, p < 0.001$)。这说明,在民主型教养方式下成长的初中生心理健康水平较高,在专制型教养方式和忽视型教养方式下成长的初中生心理健康水平较低。具体见表 2。

Table 2. Regression analysis of parenting style, physical appreciation and mental health

表 2. 家庭教养方式、身体欣赏、心理健康的回归分析

模型	B	标准误差	标准系数	t	Sig.	共线性统计量	
						容差	VIF
	24.469	3.366		7.270	0.000		
女	1.411	0.562	0.086	2.511	0.012	0.925	1.081
单亲否	-2.969	1.164	-0.086	-2.552	0.011	0.962	1.040
人际一般	1.573	0.643	0.086	2.447	0.015	0.892	1.121

Continued

人际较差	8.430	1.882	0.153	4.478	0.000	0.935	1.070
家庭经济中等	-0.161	0.839	-0.007	-0.192	0.848	0.773	1.294
家庭经济较差	0.469	1.716	0.010	0.273	0.785	0.758	1.318
成绩一般	0.106	0.643	0.006	0.164	0.869	0.734	1.362
成绩较差	0.089	0.962	0.004	0.093	0.926	0.711	1.407
专制型总分	0.113	0.050	0.098	2.261	0.024	0.586	1.706
民主型总分	-0.273	0.053	-0.214	-5.163	0.000	0.638	1.567
忽视型总分	0.354	0.059	0.272	5.996	0.000	0.532	1.881

因变量：心理健康总分。

3.5. 身体欣赏在家庭教养方式与心理健康之间的路径分析

根据变量间相关分析结果，考虑身体欣赏可能在家庭教养方式与心理健康中起到中介作用。以专制型、民主型与忽视型三种教养方式分别为自变量，K10 得分为因变量，以身体欣赏为中介变量，分别进行路径分析。如表所示，专制型教养方式、忽视型教养方式对 K10 得分的主效应显著($\beta = 0.38, \beta = 0.48, p < 0.001$)，中介变量身体欣赏加入后，专制型教养方式、忽视型教养方式对 K10 得分的主效应显著($\beta = 0.36, \beta = 0.45, p < 0.001$)；民主型教养方式对 K10 得分的主效应显著($\beta = 0.46, p < 0.001$)，中介变量身体欣赏加入后，民主型教养方式对 K10 得分的主效应显著($\beta = 0.43, p < 0.001$)，但身体欣赏对 K10 得分不显著($\beta = 0.05, p > 0.05$)。因此身体欣赏在专制型和忽视型的家庭教养方式与心理健康之间具有部分中介的作用，对民主型教养方式不存在中介效应。结果说明专制型和忽视型的家庭教养方式不仅可以直接影响心理健康，还可以通过身体欣赏间接对心理健康产生影响，具体见表 3。

Table 3. Path analysis of body appreciation between parenting style and mental health

表 3. 身体欣赏在家庭教养方式与心理健康之间的路径分析

变量	a		b		c	
	模型 1	模型 2	模型 1	模型 2	模型 1	模型 2
专制型	0.38***	0.36***	\	\	\	\
民主型	\	\	-0.46***	-0.43***	\	\
忽视型	\	\	\	\	0.48***	0.45***
身体欣赏	\	-0.18***	\	-0.05	\	-0.13***

a: 专制型教养方式和心理健康的路径分析；b: 民主型教养方式和心理健康的路径分析；c: 忽视型教养方式和心理健康的路径分析。

从图 1 可以看出，专制型教养方式与心理健康的标准化路径系数为 0.381 ($p < 0.001$)，这表明专制型教养方式对 K10 得分具有显著的正向影响；身体欣赏与 K10 得分的标准化路径系数为-0.182 ($p < 0.001$)，表明身体欣赏对 K10 得分具有显著的负向影响；专制型教养方式通过身体欣赏的部分中介作用对心理健康产生影响，这一路径的间接效应为 0.065 (0.355×0.182)。忽视型教养方式与心理健康的标准化路径系数为 0.478 ($p < 0.001$)，这表明忽视型教养方式对 K10 得分具有显著的正向影响；身体欣赏与心理健康的标准化路径系数为-0.132 ($p < 0.001$)，表明身体欣赏对 K10 得分具有显著的负向影响；专制型教养方式通过身体欣赏的部分中介作用对心理健康产生影响，这一路径的间接效应为 0.059 (0.448×0.132)。

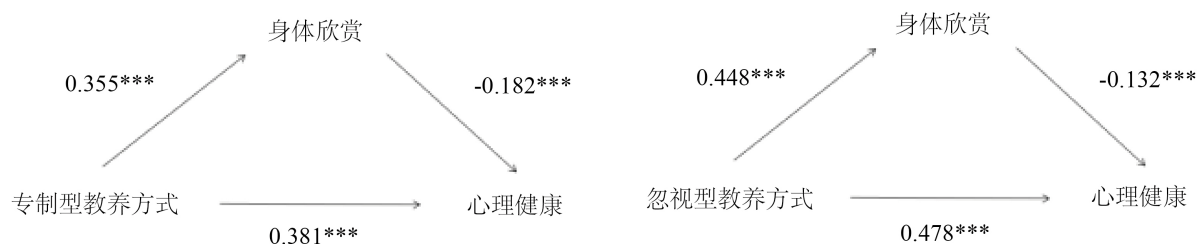


Figure 1. Path coefficient diagram

图 1. 路径系数图

4. 讨论

本研究发现,从总体水平上,本研究中的初中生心理健康状况并不理想。专制型、忽视型的教养方式下成长的初中生的心理健康水平较低,与前人的研究相符(全文,刘洁,2013;崔哲,张建新,2005)。父母是孩子最亲近的人,家庭是孩子生活的重要场所,良好的家庭教养方式才能为孩子的心理健康奠定基石。初中生中女生、单亲家庭、人际关系较差、家庭经济状况较差和学习成绩较差的个体,心理健康水平更低,这与前人的研究一致(李婷等,2020)。这可能是由于处于青春期的女生相较于男生更容易把感觉指向内部从而更有可能引发抑郁(崔丽霞等,2012),单亲家庭的社会支持比较薄弱和家庭经济状况较差容易引发个体的偏执与自卑(邱丽煌,2020)。学习压力和人际关系是当前中学生焦虑的两大来源(李玉霞,2013),成绩落后带来的挫败感和人际困扰产生的孤独感都可能导致初中生产生适应不良问题(黄文树,2020)。研究表明,父母消极的教养方式,如严厉的惩罚、过分的拒绝和否认、过度的干涉和保护会使孩子自尊心降低,从而导致自卑(宋耀武,李宝芬,2005),本研究结果与之一致,专制型教养方式的初中生的身体欣赏水平比其余三种教养方式都要更低,这说明在高控制型的专制型教育方式下,父母有着严格的要求与苛责,而初中生正处于青春期,自我意识正在发展,父母对孩子的观点和态度的不尊重会使其对自身的评价产生消极影响,从而不能正面积地欣赏自己的身体。

本研究还发现,身体欣赏在专制型和忽视型的教养方式与初中生心理健康之间起部分中介作用:一方面,专制型和忽视型的教养方式会直接影响心理健康。另一方面,专制型和忽视型的教养方式会通过身体欣赏间接影响心理健康。这一结果的原因可能在于专制型的教养方式下的父母对孩子缺乏尊重,高控制和高要求使孩子的性格变得胆小和自尊心下降而自卑(谢言梅,2006),对于自身的观点、态度等怯于表达,无法正确认识自我以及以正面积的角度看待自己的身体和体像外貌,从而导致焦虑现象频繁出现,心理健康水平下降;在忽视型的教养方式下父母对孩子投入时间少并且持否定态度(葛爱荣,杜钟建,2015),对于孩子情感上的需求漠不关心(郭敏,2020),孩子成长过程中对于被鼓励被欣赏的渴望也遭到了忽视,从而导致难以发展出自己全面的欣赏和接纳。而父母对孩子的身材给予的积极评价和无条件接受可以让他们形成正面的身体形象(Wood-Barcalow et al., 2010),身体欣赏水平的提升也能降低身体羞耻内疚水平。这提示着,想要提高初中生心理健康水平就不可忽视家庭教养方式这一重要因素,学校应有义务对家长进行正确良好的教养方式宣传教育,身体欣赏可作为一个新的概念向家长引入,倡导家长对青春期孩子身体与体像外貌给予积极正面的评价,从而提高其自身对身体欣赏水平,有利于孩子心理健康的发展。

5. 结论

本研究通过问卷调查的方法说明了家庭教养方式和身体欣赏水平对初中生的心理健康水平的影响,发现身体欣赏在专制型和忽视型的教养方式与初中生心理健康之间起部分中介作用。身体欣赏作为当今

积极心理学研究的一项重要内容越来越被重视,本研究补充和发展了国内在这方面对青少年领域的开拓。在国家卫健委决策部署的儿童青少年心理健康行动的背景下, 研究结果启发着家长应承担做好孩子的第一任老师的责任, 以正确、开放、民主的家庭教养方式为孩子心理健康建立良好环境; 学校可以以家庭教育为起点, 重视影响学生心理健康的多方面因素, 与家长携手促进青少年的心理健康; 社会各界应共同引导青少年树立正确的审美观, 使其不被社会上单一苛刻的身材外貌评判标准所裹挟, 能够做到悦纳自我并建立良好的自信心。

参考文献

- 毕丹(2017). *完美主义、身体欣赏与身体羞耻内疚的关系研究*. 硕士学位论文, 哈尔滨: 哈尔滨工程大学.
- 崔丽霞, 史光远, 张玉静, 于园(2012). 青少年抑郁综合认知模型及其性别差异. *心理学报*, 44(11), 1501-1514.
- 崔哲, 张建新(2005). 中学生家庭教养模式及应对方式与其心理健康的关系. *中国临床心理学杂志*, (2), 180-182.
- 葛爱荣, 杜钟建(2015). 初中生家庭教养方式对其心理健康发展的影响研究. *佳木斯职业学院学报*, (5), 189+191.
- 龚艺华(2005). *父母教养方式问卷的初步编制*. 硕士学位论文, 重庆: 西南师范大学.
- 龚艺华(2007). 大学生父母教养方式与成就动机的相关研究. *中国学校卫生*, (3), 278-279.
- 郭蕾, 葛操(2005). 高中生心理健康水平与父母教养方式的相关研究. *中国健康心理学杂志*, (1), 18-20.
- 郭敏(2020). 家庭教养方式对子女心理健康的影响. *内蒙古统计*, (5), 54-56.
- 黄文树(2020). *初中生人际困扰对孤独感的影响及干预研究*. 硕士学位论文, 重庆: 西南大学.
- 李美玲, 徐兰兰(2020). 社交网站体像比较与女大学生身体自尊——基于自我形体认知偏差的调节效应. *汕头大学学报(人文社会科学版)*, 36, 12-20+94.
- 李婷, 王宏, 刁华, 杨连建, 蒲杨, 金凤(2020). 初中生心理健康现状及其家庭影响因素. *中国健康心理学杂志*, 28(5), 746-752.
- 李玉霞(2013). 青少年抑郁、焦虑情绪与其相关因素. *中国健康心理学杂志*, 21(3), 415-417.
- 刘莹莹(2013). *大众媒体对女大学生身体意象的影响探析*. 硕士学位论文, 济宁: 曲阜师范大学.
- 马敬华, 王葵, 崔玉庆(2020). 外表社会压力与身体欣赏: 自悯的调节效应. *中国临床心理学杂志*, 28(5), 960-964.
- 钱铭怡, 肖广兰(1998). 青少年心理健康水平、自我效能、自尊与父母养育方式的相关研究. *心理科学*, 21(6), 553-555.
- 邱丽煌(2020). 单亲家庭教养方式对中生心理健康的影响: 认知重评的中介作用. *长春教育学院学报*, 36(4), 54-60.
- 宋耀武, 李宝芬(2005). 父母教养方式与中学生自尊的相关研究. *河北大学学报(哲学社会科学版)*, (2), 69-72.
- 全文, 刘洁(2013). 中学生心理健康水平与家庭教养方式关系研究. *兰州教育学院学报*, 29(3), 151-153.
- 谢言梅(2006). 家庭教养方式及其与子女心理健康关系研究述评. *大理学院学报(社会科学)*, (11), 81-84.
- 杨莲清(1998). 特区中小生亲子关系及其对心理健康的影响作用. *心理发展与教育*, (2), 17-20.
- 张敏, 王振勇(2001). 中学生心理健康状况的调查分析. *中国心理卫生杂志*, (4), 226-228.
- 种玉春(2019). *自然联结对大学生身体欣赏的影响*. 硕士学位论文, 烟台: 鲁东大学.
- Avalos, L., Tylka, T. L., & Wood-Barcalow, N. (2005). The Body Appreciation Scale: Development and Psychometric Evaluation. *Body Image*, 2, 285-297. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2005.06.002>
- Fardouly, J., Diedrichs, P. C., Vartanian, L. R. et al. (2015). Social Comparisons on Social Media: The Impact of Facebook on Young Women's Body Image Concerns and Mood. *Body Image*, 13, 38-45. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2014.12.002>
- Kessler, R., & Mroczek, D. (1992). *An Update of the Development of Mental Health Screening Scales for the US National Health Interview Study*. Survey Research Center of the Institute for Social Research, University of Michigan.
- Raque-Bogdan, T. L., Piontkowski, S., Hui, K. et al. (2016). Self-Compassion as a Mediator between Attachment Anxiety and Body Appreciation: An Exploratory Model. *Body Image*, 19, 28-36. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2016.08.001>
- Steinberg, L., Lamborn, S. D., Darling, N. et al. (2010). Over-Time Changes in Adjustment and Competence among Adolescents from Authoritative, Authoritarian, Indulgent, and Neglectful Families. *Child Development*, 65, 754-770. <https://doi.org/10.2307/1131416>
- Swami, V., & Ng, S. K. (2015). Factor Structure and Psychometric Properties of the Body Appreciation Scale-2 in Universi-

ty Students in Hong Kong. *Body Image*, 15, 68-71. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2015.06.004>

Wood-Barcalow, N. L., Tylka, T. L., & Augustus-Horvath, C. L. (2010). "But I Like My Body": Positive Body Image Characteristics and a Holistic Model for Young-Adult Women. *Body Image*, 7, 106-116. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2010.01.001>

附 录

1. 一般资料问卷

1. 您的性别:

男

女

2. 您的年龄是:

3. 您的家庭居住地:

城市

小镇/县城

农村

4. 您是否为独生子女:

是

否

5. 您是否为单亲家庭? (指仅由一位母亲或一位父亲来教养儿童的家庭。其成因主要是因夫妻离婚、分居或配偶一方死亡或出走。)

是

否

6. 您的人际关系状况是? (您的朋友多不多?)

良好

一般

较差

7. 您的家庭经济状况为?

良好

中等

较差

8. 您的学习成绩为?

良好

一般

较差

2. 父母教养方式量表

指导语: 请您认真阅读下面句子, 选择描述内容最符合您自身的选项。回答没有正确与错误之分,

每个问题只能选择一个答案，按照您的实际情况回答。1——非常不符合，2——比较不符合，3——不确定，4——比较符合，5——非常符合。

1. 父母制定许多规则并要求我严格遵守。
2. 我能从父母的言谈举止中感受到他们对我的爱。
3. 父母从来不允许我做一些其他孩子可以做的事情。
4. 父母总在忙自己的事情，不关心我。
5. 我觉得自己完全处于父母的控制之中。
6. 当我取得成功时，父母由衷地为我感到自豪。
7. 父母经常把我错误的责任归咎于别人。
8. 父母从不参加我的活动。
9. 没达到父母的要求，他们会大声责骂我。
10. 父母经常鼓励我要不断有所进步。
11. 父母经常让我做一些力所能及的家务事。
12. 无论我做对或做错，父母都会在别人面前夸奖我。
13. 父母从不知道我在做什么。
14. 父母常常把好吃的东西都留给我。
15. 大多数时候都是父母帮我做决定。
16. 我觉得父母是值得信赖的。
17. 父母很少允许我和别的孩子一起玩。
18. 父母从不知道我在什么地方。
19. 父母经常窥探我的隐私。
20. 在制定家中的规则时，父母会征求我的意见。
21. 虽然父母允许我做点事情，却总是过分担心。
22. 父母从不要求我该做什么和不该做什么。
23. 父母对我的行为举止都有严格的要求。
24. 父母允许我独立去完成某些事情。
25. 父母会满足我的所有要求。
26. 父母从不知道我和什么人在一起。
27. 即使犯了很小的错误父母都会严厉惩罚我。
28. 我觉得容易与我的父母沟通。
29. 在家里父母从不让我做家务。
30. 我觉得父母像陌生人一样。
31. 父母常常和我一起出去游玩。
32. 父母给我很多的零花钱。
33. 在家里我经常感到孤单。
34. 我觉得父母干涉我所做的每一件事。
35. 当我碰到不顺心的事时，父母会安慰我。
36. 我觉得父母想方设法哄我开心。

37. 我生病时父母不带我去医院。
38. 父母只允许我与很优秀的同伴交往。
39. 每天父母早出晚归很少和我说话。
40. 任何事情父母都不允许我和他们争辩。

3. 身体欣赏量表

指导语：请您认真阅读下面句子，选择描述内容最符合您自身的选项。其中，1 代表“从来没有”，2 代表“偶尔”，3 代表“有时”，4 代表“经常”，5 代表“总是”。

1. 我尊重自己的身体。
2. 我觉得我的身材还不错。
3. 我觉得我的身材有些地方还算不错。
4. 我对我的身材抱有正面的态度。
5. 我关注我的身体所需。
6. 我喜欢我的身体。
7. 我欣赏我自己所拥有的独特和不同的体型。
8. 我用正面的态度来对待我的身体。例如，抬高头和对人微笑。
9. 我安逸于自己的体型。
10. 虽然我不像媒体上的人物那么吸引人，但我仍然觉得自己美丽。

4. 简易心理健康量表

指导语：请您认真阅读下面句子，选择描述内容最符合您自身的选项。该量表共有 10 个条目，是对您过去 4 周内的心理状况进行调查，请您如实填写每个条目。打分方式：选项中 5 代表所有时间，4 代表大部分时间，3 代表有些时候，2 代表偶尔，1 代表几乎没有。

1. 您是否经常无缘无故感到劳累？
2. 您是否经常感到紧张？
3. 您是否经常紧张的没有什么事情可以使您平静下来？
4. 您是否经常感到无助？
5. 您是否经常感到休息不好且很不安？
6. 您是否经常感到坐立不安？
7. 您是否经常感到沮丧？
8. 您是否经常感到任何事情都很困难？
9. 您是否经常感到任何事情都不能激起您的兴趣？
10. 您是否经常感到没有什么价值？