

# 父母元情绪理念对儿童问题行为的影响

衣文珺

济南大学, 山东 济南

收稿日期: 2022年10月15日; 录用日期: 2022年11月17日; 发布日期: 2022年11月24日

## 摘要

父母元情绪理念是一系列有关情绪有组织的看法和观念, 是父母面对自我和儿童情绪表现时所产生的的一组情绪、行为、态度与理念等。学者们对父母元情绪理念对儿童问题行为的影响展开了研究, 多数研究结果表明父母元情绪理念能够显著预测儿童问题行为。同时以往的研究也存在缺少中介或调解因素、影响发生机制尚不明、研究维度单一等不足, 未来应拓展理论研究的广度、深度, 这对于父母元情绪理念理论的系统构建和应用价值的提升均有重要意义。

## 关键词

父母元情绪理念, 儿童问题行为

# The Influence of Parental Meta-Emotional Philosophy on Children's Problematic Behavior

Wenjun Yi

Jinan University, Jinan Shandong

Received: Oct. 15<sup>th</sup>, 2022; accepted: Nov. 17<sup>th</sup>, 2022; published: Nov. 24<sup>th</sup>, 2022

## Abstract

Parental meta-emotional philosophy is a series of organized views and concepts about emotions, which are a set of emotions, behaviors, attitudes and concepts generated by parents in the face of self and children's emotional performance. Scholars have studied the influence of parental meta-emotional philosophy on children's problematic behaviors, and most of the results show that parental meta-emotional philosophy can significantly predict children's problematic behaviors. At the same time, the previous research also has the lack of intermediary or mediation factors and

the mechanism of influence is not yet clear, the research dimension is single. The breadth and depth of theoretical research should be expanded in the future, which is of great significance for the systematic construction and application value of the theory of parental meta-emotional philosophy.

## Keywords

Parental Meta-Emotion Philosophy, Children's Problematic Behavior

Copyright © 2022 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

随着成长环境的日益复杂化, 儿童情绪及与情绪相关的行为问题受到持续性关注。家庭是儿童社会化的早期场所, 从父母情绪社会化角度探讨儿童社会适应已成为当前研究的热点。父母的情绪社会化是指父母与子女的交往过程中, 通过示范、教养等方式对儿童情绪表达、理解和调节能力, 以及所伴随的社会行为的塑造过程(梁宗保, 张光珍, 陈会昌, 张萍, 2012)。社会适应是儿童社会化结果的具体体现, 儿童的情绪问题、行为问题、同伴关系以及亲社会行为都是其适应能力的表现。作为影响父母情绪社会化的重要因素之一, 父母元情绪理念与儿童问题行为之间的关系成为近十几年的研究热点。本文将围绕元情绪理念的内涵、测量、其与儿童问题行为关系的已有研究成果及未来的研究展望等方面进行阐述。

## 2. 父母元情绪理念的研究现状

### 2.1. 父母元情绪理念的概念

Gottman 等人在元认知研究的启发下提出了元情绪的概念, 认为元情绪(Meta-emotion)是指面对某种情绪所产生的情绪或感受。父母元情绪理念(Parental metaemotion philosophy)是一系列有关情绪有组织的看法和观念, 是父母面对自我和儿童情绪表现时所产生的的一组情绪、行为、态度与理念等思维模式(Gottman, Katz, & Hooven, 1996)。

Eisenberg (1996)认为父母元情绪理念的提出标志着元情绪和家庭情绪社会化时代的到来, 同时也提出了自己的质疑: 父母元情绪理念是否仅为简单的情感性养育方式。Katz 等人从结构效度和预测效度两方面进行量化分析, 通过研究对上述质疑进行了回应, 提出要重点关注“元情绪”中“元”所代表的含义, 并认为父母元情绪理念是父母教养方式的一个单一维度(Katz, Gottman, & Hooven, 1996)。

我国台湾学者叶光辉的观点与 Gottman 等人的观点基本相一致, 他认为, “元情绪理念”是个体对情绪相关事物的各项执行功能, 包括对自己或他人各式情绪行为有一套特定的情绪反应、认识、理解、评估及运用, 具有觉知及指挥情绪运作的功能, 可以用来体察情绪行为的动机, 同时调整自己在特定情境下的情绪表现, 必要时还可以作为引导或教化他人如何处理情绪事件的重要依据。父母元情绪理念是指主要照顾者对于自己或子女的各种情绪所持的一套特定的情绪反应、认识、理解、评估及运用(叶光辉, 2002)。

后来的学者对父母元情绪理念界定大多与 Gottman 和叶光辉的概念相似。

## 2.2. 父母元情绪理念的理论基础

元情绪的“元”在心理学领域的运用可以回溯到哲学范畴，是指个体对自我的反思或自我证明悖论的思考(Nelson, 1996)，美国哲学家 Tarski 首次将其引入对自我意识的研究中。这不仅为元意识理论的结构提供了基础，也被心理学家用来构建元记忆、元认知等概念。Salovey 等以元意识和元认知理论为依据，在吸收当代情绪智力理论相关研究成果的基础上，于 1995 年提出“元情绪”的概念，认为元情绪是一种主体对自我情绪的觉察、体验和调控的能力。

元情绪理论的发展与情绪智力理论密切相关。由于国内外学者们对情绪智力的内涵和结构本身存在分歧，情绪智力的理论和实证研究的整合存在较大障碍。而在情绪智力理论研究基础上发展出来的“元情绪”概念，因其明确的对象性和可操作性成为实证研究者们渴望的研究对象。在借鉴情绪智力的研究成果之后，很多学者将情绪的自我意识、情绪的标准评价、情绪调节视为元层次水平的心理加工过程。

Mayer 和 Salovey (1997)认为情绪智力是指能够对情绪的感知、评价和表达准确把握的能力，为促进思维而接近和产生情绪情感的能力，理解情绪和情绪知识的能力，控制情绪并推动情绪和智力发展的能力。他们在此基础上进一步把情绪智力划分情绪觉察、情绪运用、情绪理解和情绪管理四个维度。基于情绪智力的理论基础和结构维度，Salovey 等编制了特质性元情绪量表(TMMS)，元情绪结构表现为三种成分即情绪注意、情绪辨别、情绪恢复。TMMS 作为情绪智力的一种测量工具，从实证角度给出了元情绪的理论结构。

Gottman 等人(1996)在关于父母如何对待孩子情绪的研究中提出了元情绪的概念，他认为如果说元认知是将自己的认知当作认知的对象，那么元情绪则将自己的情绪当作认知的对象，是人们对自己情绪产生的情绪(即初级情绪时的次级感受或情绪)的认知，是指个体对自我与他人情绪的一套有组织的感受与认知。

国内学者许远理也借鉴了情绪智力理论和元认知理论，认为他提出的内省情感智力的三要素与元认知结构中的三要素(元认知知识、元认知体验、元认知监控)是完全对应的，因此把内省情绪智力中的感知和体验能力、表达和评价能力、调节和控制能力作为建构元情绪理论的三个组成部分，提出元情绪就是一种主体对自我情绪的觉察、评价、描述与监察的能力，以及对其产生的原因、过程、结果进行反刍分析和调控的能力。

## 2.3. 父母元情绪理念的维度和测量

Gottman 等人(1996)编制了元情绪访谈来评价元情绪理念的各个要素。元情绪访谈是考察父母对自己和子女各种情绪反应的半结构访谈，具体的问题集中在被访谈者的意识、接纳和对自己消极情绪的调节，这些要素被用来表征元情绪理念的组成部分。Gottman 等人通过观察 4~5 岁学前儿童自然状态下的亲子互动，以及对父母进行半结构式的访谈，收集父母对悲伤、愤怒情绪的感受、表达和控制的观念及父母对儿童这些情绪的反应来测量父母元情绪理念。他们发现不同的父母在面对愤怒、悲伤等负面情绪的反应存在较大的差异，有的父母认为儿童出现消极情绪反应是增加亲子亲密关系的良机，应该接纳并引导儿童以社会接纳的方式宣泄情绪；有的父母认为儿童不应表现出负面情绪，应忽视或尽快压制。父母之所以在面对自身和子女情绪反应时表现出巨大差异，是因为父母在觉察自我或子女情绪时的敏感性和接纳性，以及对情绪反应的教养态度不同。因此，根据情绪觉察和教导两个维度区分出两种不同的父母元情绪理念，即情绪教导(Emotion-coaching)和情绪摒除(Emotion-dismissing)。情绪教导理念指父母对孩子情绪觉察敏感，了解孩子的各种情绪反应，接纳并帮助孩子正确指称情绪感受，与孩子共同解决情绪问题。情绪摒除理念指父母持消极情绪有害的观念，试图尽快改变或消除消极情绪，通过忽略、转移注意或惩罚等方式来消除孩子的消极情绪反应，并使孩子认识到消极情绪是应该被排斥的。Cowan (1996)推

测除了以上两种类型的元情绪理念之外可能还有更多的元情绪理念，他认为有些父母可能并未完全卷入自己和孩子的消极情绪，从而对消极情感不知所措，导致紊乱情况。

Katz 等人(Katz, Wilson, & Gottman, 1999)编制了元情绪访谈(修订版)来评价元情绪理念的内容，从父母对自己情绪的意识、调节，以及对孩子情绪的接受程度和训练等方面，进行严格的编码分析，结果证实了 Cowan 的推测。他们发现有些父母在面对自身或子女消极情绪反应时，会表现出情绪调节困难和紊乱，并将其命名为情绪紊乱理念(Emotion-dysfunction)，是指父母对自我或孩子的情绪感到手足无措，无法在短时间内调节平复。

叶光辉认为 Gottman 等人的研究仅就被访谈者的觉察、接受和对消极情绪的调节进行评估，还需进一步了解是否存在其它具有意义性的理念类型(叶光辉, 郑欣佩, 杨永端, 2005)。他通过对中国台湾北部 4~6 岁学前儿童父母的访谈及观察自然状态下亲子真实互动，从觉察、接受、沟通、原因、处理和教导等 6 个方面出现的特征差异，编制了父母元情绪理念量表。研究发现除情绪教导、情绪摒除、情绪紊乱三个维度外，中国父母有时候面对孩子的消极情绪并无特别的态度倾向，而是任由孩子自由表达而不做任何干涉或反应，并将其命名为情绪不干涉理念，并认为情绪不干涉也是中国父母比较常见的元情绪理念之一(叶光辉等, 2005)。在叶光辉所编制的父母元情绪理念量表中，共设置了 42 个题目，如：“我会引导孩子试着把生气的感觉说出来”、“孩子生气时我会直接纠正他”、“孩子生气时我很难控制自己的情绪”、“我不会在孩子生气的时候跟他讲话”等。根据父母的元情绪理念特征将其分为情绪教导、情绪摒除、情绪失控和情绪不干涉四种类型，该量表在国内相关研究中被普遍使用，被证明具有较高的信度和效度。

### 3. 父母元情绪理念与儿童问题行为关系的研究

父母元情绪理念对儿童问题行为存在着直接的影响。国内外研究显示，不同类型父母元情绪理念与儿童问题行为的关系不尽相同。

父母情绪教导理念得分较高时，其儿童表现出较好的情绪调节能力、有效的问题解决能力、良好的同伴交往能力和较少的健康问题(Gottman, Katz, & Hooven, 1996)，在面对同伴的攻击性行为时能使用较恰当的交往策略，表现出较强的社交能力(Katz et al., 2008)，这意味着他们更容易适应社会，会表现出更多的亲社会行为(Lagacé-Seguin & Coplan, 2005)。我国研究学者也发现，母亲情绪教导理念显著负向预测青少年内外化问题行为，父亲情绪教导理念显著负向预测青少年内化问题行为(何晓丽, 袁小龙, 胡铭, 周丽晨, 2020)。持有情绪教导理念的父母，其儿童表现出较好的社会能力和较少的行为问题，而且母亲持有的情绪教导理念越多，儿童呈现出的亲社会行为也越多(梁宗保等, 2016)。

父母情绪摒除理念与儿童不良的社会适应问题显著正相关(Dunsmore et al., 2016)。情绪摒除理念对儿童问题解决能力、社会能力、情绪能力等均有不良影响(Gottman, Katz, & Hooven, 1997)，父母持有的情绪摒除理念越多，儿童出现适应不良的情况也越多(Lunkenheimer, Shields, & Cortina, 2007)，如情绪摒除理念得分较高的母亲，其儿童的社会能力和行为调节相对较弱，且表现出较多的问题行为。国内研究也发现，母亲的情绪摒除理念能够负向预测幼儿的社会能力，正向预测幼儿的问题行为(梁宗保, 张光珍, 陈会昌, 2012)，但也有研究结论与上述不一致：父母的情绪摒除理念与青少年问题行为无显著相关(何晓丽, 袁小龙, 胡铭, 周丽晨, 2020)，这可能与我国社会文化因素有关。

父母情绪失控理念和情绪不干涉理念目前研究结果还比较零散。在对幼儿的研究中显示，母亲情绪失控理念与儿童的愤怒攻击行为和焦虑退缩行为显著正相关(梁宗保等, 2016)；父亲的情绪失控理念与儿童的外显问题显著正相关，而与其社会能力显著负相关(衡书鹏, 2014)。在对青少年的研究中也显示，母亲情绪失控理念显著正向预测青少年内外化问题行为，父亲情绪失控理念显著正向预测青少年外化问题

行为(何晓丽, 袁小龙, 胡铭, 周丽晨, 2020)。父母情绪不干涉理念也正向预测儿童的内外化问题行为(严嘉新, 2020), 如母亲情绪不干涉理念正向预测儿童后期的愤怒攻击、焦虑退缩等行为(梁宗保等, 2012; 2016)。但也有研究显示, 父亲情绪不干涉理念与青少年问题行为不相关, 这可能与在东方文化背景下, 母亲承担了主要的教养责任而父亲与孩子相处的时间较少有关(何晓丽, 袁小龙, 胡铭, 周丽晨, 2020)。

父母元情绪理念与儿童问题行为之间的关系除了直接影响外, 还会受到其他变量的影响。如有研究结果表明, 父母元情绪理念无法直接影响儿童的攻击行为, 但父母情绪教导理念可以通过提升个体的情绪调节能力进而减少儿童攻击行为(Ramsden & Hubbard, 2002)。Cunningham 等人(2009)证明父母元情绪理念可以通过影响青少年的情绪理解和情绪调节进而对个体内化和外化问题产生影响。还有研究发现母亲情绪教导理念和情绪摒除理念通过教养态度和青少年自身情绪调节能力对青少年忧郁产生间接作用(邱雅沂, 2005)。有学者认为, 父母元情绪理念可能会通过影响儿童的情绪能力, 进而作用于儿童的社会适应行为(梁宗保等, 2016)。此外, 儿童气质等因素在父母元情绪理念与儿童问题行为之间起着调节作用(胡瑞等, 2017)。

综合上述研究, 父母元情绪理念对儿童问题行为有着直接和间接的影响。我国关于父母元情绪理念与儿童问题行为间关系的探究还处于起步阶段, 如父母情绪失控理念和情绪不干涉理念与儿童问题行为的研究结果较少。

#### 4. 未来研究展望

父母元情绪理念及儿童问题行为的关系及其影响机制尚不明确, 中介变量和调节变量的研究有待进一步丰富。影响父母元情绪理念的因素研究极少, 虽然许多研究证实父母元情绪理念能够显著预测儿童问题行为, 但是父母所持有元情绪理念的影响变化机制尚不明确。关于父母元情绪理念各单一维度的研究较多, 各维度间的交互作用对儿童问题行为影响的研究还较少, 需要进一步探索。

#### 参考文献

- 何晓丽, 袁小龙, 胡铭, 周丽晨(2020). 父母元情绪理念与青少年问题行为: 迷走神经的调节作用. *心理学报*, 52(8), 971-981.
- 衡书鹏(2014). 父母情绪表达、情绪教导对儿童攻击行为的影响——情绪调节能力的中介作用. *信阳师范学院学报: 哲学社会科学版*, 34(5), 24-28.
- 胡瑞, 梁宗保, 张光珍, 邓慧华(2017). 情绪教养视角: 父母元情绪理念与儿童心理社会适应. *心理科学进展*, 25(4), 599-608.
- 梁宗保, 胡瑞, 张光珍, 邓慧华, 夏敏(2016). 母亲元情绪理念与学前儿童社会适应的相互作用. *心理发展与教育*, 32(4), 394-401.
- 梁宗保, 张光珍, 陈会昌, 张萍(2012). 父母元情绪理念、情绪表达与儿童社会能力的关系. *心理学报*, 44(2), 199-210.
- 邱雅沂. (2005). *母亲后设情绪理念、教养态度对青少年忧郁倾向的影响: 青少年情绪调节能力的角色*. 博士学位论文, 台北: 台湾师范大学.
- 严嘉新(2020). *从父母元情绪到儿童问题行为: 父母情绪社会化的中介作用*. 硕士学位论文, 南京: 东南大学.
- 叶光辉(2002). *父母的后设情绪理念类型及测量*.
- 叶光辉, 郑欣佩, 杨永瑞(2005). 母亲的后设情绪理念对国小子女依附倾向的影响. *中华心理学报*, 47(2), 181-195.
- Cowan, P. A. (1996). Meta-Thoughts on the Role of Meta Emotion in Children's Development: Comment on Gottman *et al.* (1996). *Journal of Family Psychology*, 10, 277-283. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.10.3.277>
- Cunningham, J. N., Kliewer, W., & Garner, P. W. (2009). Emotion Socialization, Child Emotion Understanding and Regulation, and Adjustment in Urban African American Families: Differential Associations across Child Gender. *Development and Psychopathology*, 21, 261-283. <https://doi.org/10.1017/S0954579409000157>
- Dunsmore, J. C., Booker, J. A., Ollendick, T. H., & Greene, R. W. (2016). Emotion Socialization in the Context of Risk and

- Psychopathology: Maternal Emotion Coaching Predicts Better Treatment Outcomes for Emotionally Labile Children with Oppositional Defiant Disorder. *Social Development*, 25, 8-26. <https://doi.org/10.1111/sode.12109>
- Eisenberg, N. (1996). Meta-Emotion and Socialization of Emotion in the Family—A Topic Whose Time Has Come: Comment on Gottman *et al.* *Journal of Family Psychology*, 10, 269-276. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.10.3.269>
- Gottman, J. M., Katz, L. F., & Hooven, C. (1996). Parental Meta-Emotion Philosophy and the Emotional Life of Families: Theoretical Models and Preliminary Data. *Journal of Family Psychology*, 10, 243-268. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.10.3.243>
- Gottman, J. M., Katz, L. F., & Hooven, C. (1997). *Meta-Emotion: How Families Communicate Emotionally*. Routledge.
- Katz, L. F., Gottman, J. M., & Hooven, C. (1996). Meta-Emotion Philosophy and Family Functioning: Reply to Cowan (1996) and Eisenberg (1996). *Journal of Family Psychology*, 10, 284-291. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.10.3.284>
- Katz, L. F., Hunter, E., & Klowden, A. (2008). Intimate Partner Violence and Children's Reaction to Peer Provocation: The Moderating Role of Emotion Coaching. *Journal of Family Psychology*, 22, 614-621. <https://doi.org/10.1037/a0012793>
- Katz, L. F., Wilson, B., & Gottman, J. M. (1999). Meta-Emotion Philosophy and Family Adjustment: Making an Emotional Connection. In *Conflict and Cohesion in Families* (pp. 145-180). Routledge.
- Lagacé-Séguin, D. G., & Coplan, R. J. (2005). Maternal Emotional Styles and Child Social Adjustment: Assessment, Correlates, Outcomes and Goodness of Fit in Early Childhood. *Social Development*, 14, 613-636. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9507.2005.00320.x>
- Lunkenheimer, E. S., Shields, A. M., & Cortina, K. S. (2007). Parental Emotion Coaching and Dismissing in Family Interaction. *Social Development*, 16, 232-248. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9507.2007.00382.x>
- Mayer, J. D., & Salovey, P. (1997). Emotional Intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, 9, 185-211. <https://doi.org/10.2190/DUGG-P24E-52WK-6CDG>
- Nelson, T. O. (1996). Consciousness and Metacognition. *American Psychologist*, 51, 102-116. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.51.2.102>
- Ramsden, S. R., & Hubbard, J. A. (2002). Family Expressiveness and Parental Emotion Coaching: Their Role in Children's Emotion Regulation and Aggression. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 30, 657-667. <https://doi.org/10.1023/A:1020819915881>