

# 大学生恋爱压力现状及其与母亲教养方式关系的研究

吴斯尧

重庆师范大学教育科学学院, 重庆

收稿日期: 2023年9月11日; 录用日期: 2023年11月8日; 发布日期: 2023年11月15日

## 摘要

从青春期踏入成年早期, 大学生身心发展逐渐趋于成熟, 许多异性之间会由于相互吸引而产生爱情, 发展出恋爱关系。由于多方因素影响, 大学生在恋爱中体验到的不仅有愉悦, 也有压力。为了解大学生恋爱压力现状及其与母亲教养方式的关系, 本研究采用简式父母教养方式问卷及大学生恋爱压力问卷, 以403名大学生为被试, 采用SPSS 26.0统计软件对问卷收回数据进行统计分析, 调查大学生恋爱压力的现状, 分析其在各人口学变量上的差异, 探究当前大学生恋爱压力与母亲教养方式之间的关系, 以为减轻大学生恋爱压力提供依据。结果表明: 1) 大学生的恋爱压力整体上偏低, 在居住地、是否为独生子女、恋爱状况上存在显著差异。2) 大学生的母亲教养方式中三个维度均与恋爱压力有显著正相关。

## 关键词

大学生, 恋爱压力, 母亲教养方式

## A Study on the Current Situation of College Students' Psychological Pressure on Love and Its Relationship with Their Maternal Styles

Siyao Wu

School of Educational Sciences, Chongqing Normal University, Chongqing

Received: Sep. 11<sup>th</sup>, 2023; accepted: Nov. 8<sup>th</sup>, 2023; published: Nov. 15<sup>th</sup>, 2023

## Abstract

From adolescence to early adulthood, college students gradually mature in their physical and mental development. Many individuals are attracted to each other and develop romantic relationships. However, college students experience not only pleasure but also pressure in romantic relationships due to various factors. In order to understand the current situation of college students' psychological pressure on love and its relationship with maternal styles, this study used s-EMBU-C and the questionnaire of college students' love stress. A total of 403 college students were surveyed, and the collected data was statistically analyzed using SPSS 26.0. The study aimed to investigate the current situation of psychological pressure on love, analyze the differences in demographic variables, and explore the relationship between psychological pressure on love and maternal styles in order to provide a basis for reducing college students' psychological pressure on love. The results indicated that: 1) College students' overall psychological pressure on love is generally low, but significant differences exist in terms of place of residence, whether they are only children, and their relationship status. 2) All three dimensions of college students' maternal styles are significantly positively correlated with psychological pressure on love.

## Keywords

College Students, Psychological Pressure on Love, Maternal Styles

Copyright © 2023 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

家庭是承载个体心理发展的重要场所，每个个体不仅在一生的时间里都与家庭成员保持着紧密的联系，家庭环境中存在的种种因素也会对其产生直接或间接的影响，所以，家庭环境在个体成长过程中的重要性不可忽略。其中，影响个体成长和心理发展的重要因素之一是父母的教养方式。

父母教养方式是指在养育过程中对孩子的情感态度以及所表现出的与教养有关的行为，是父母营造的情感氛围的集合，作为重要抚养者，其教养方式对子女的成长和心理发展产生了极为重要的影响。虽然父母与孩子共同组建成一个家庭，但孩子对母亲的感受往往与父亲不同。母亲的教养方式带来的观念与行为偏向于传递给孩子更多关心爱护、理解接纳，这使孩子更加信任与依赖母亲(丁梦媛等, 2017)。因此，母亲教养方式是母亲养育子女的一种特殊情感氛围，它对母亲与子女之间的亲子关系及子女的心理发展有重要影响。

恋爱心理是大学生心理健康课程的一部分，在大学生心理健康研究中有着不可或缺的地位，其中，恋爱压力是每个大学生都面临的课题，是众多压力源之一。恋爱压力的定义在学术界没有完全统一，本文将多项研究结合，大学生恋爱压力的定义为：大学生在恋爱过程中，自身能力无法应付恋爱中出现的各种问题和冲突，因此而出现的生理和心理上的痛苦、忧郁等状态(腰秀平, 2006)。已有研究表明，目前近一半的大学生对其恋爱关系有困惑的心理(宋迎秋, 曾雅丽, 姜峰, 2007)。许多大学生由于无法正确处理恋爱关系中的压力和问题，影响到了自己的心理健康，出现了如焦虑、抑郁、人际交往困难、学业下降等现象。母亲教养方式对大学生在恋爱关系中的选择与表现等有着重要的影响，已有研究证实，将大学生恋爱压力总分与父母教养方式中的情感温暖与理解维度进行相关分析，结果表

明大学生恋爱压力与父亲该维度的行为表现无相关，而与母亲教养中该维度的行为表现有显著相关，这表明母亲在某方面对大学生恋爱压力产生了更大的影响(张雷等, 2018)。研究大学的母亲教养方式与恋爱压力的关系，对如何开展大学生的心理健康教育课堂有理论意义，可以丰富其课程体系；还有助于让大学生对自己的恋爱心理有更深入的了解，在现实层面上帮助大学生解决在恋爱关系中的矛盾与问题，使自身心理健康发展。

## 2. 研究方法

### 2.1. 研究对象

本研究以大学生群体为研究对象，采用问卷星的形式进行网络取样。调查问卷共发出了 481 份，收回了 434 份，回收率是 90.23%。去除在答案中明显有迹可循而非依据实况作答的无效问卷，共收到有效问卷 403 份，整体问卷的有效率为 92.86%。被试基本情况分布如表 1 所示。

Table 1. Basic distribution of research objects

表 1. 研究对象情况的基本分布

变量	类型	人数	百分比
性别	男	147	36.48
	女	256	63.52
是否为独生子女	独生子女	214	53.10
	非独生子女	189	46.90
居住地	城镇	255	63.28
	农村	148	36.72
恋爱状况	恋爱中	143	35.48
	曾经恋爱过	130	32.26
	从未恋爱过	130	32.26

### 2.2. 研究工具

#### 2.2.1. 简式父母教养方式问卷

采用蒋奖 2010 年修订的《父母教养方式问卷》(蒋奖等, 2010)，共含有 21 个题目，将教养方式分为三个维度：情感温暖、拒绝、过度保护，计分方法为 4 点计分法。本研究的 Cronbach's  $\alpha$  系数为 0.46。该问卷为自陈式问卷，分为父亲教养方式、母亲教养方式两个子问卷，分别用同样的题目测量父母各自的教养方式。在本研究中采用母亲教养方式分问卷，要求被试根据自己在母亲教养方式中的感知进行回答。

#### 2.2.2. 大学生恋爱压力问卷

采用汤芙蓉 2009 年编制的《大学生恋爱压力问卷》(汤芙蓉, 2009)，共含有 54 道题目，其中包括了六个维度，分别是：性压力、学业压力、伴侣压力、失恋相关压力、异性压力以及家庭压力。该问卷的计分方法为 5 级计分法，内部一致性信度是 0.911，本研究的 Cronbach's  $\alpha$  系数为 0.94。

### 2.3. 数据处理

采用 SPSS 26.0 进行数据整理和分析。

### 3. 研究结果

#### 3.1. 大学生恋爱压力现状调查

**Table 2.** The score of each scale

**表 2.** 各量表得分情况

	最小值	最大值	均值	标准差
伴侣压力	1.00	5.00	2.07	0.84
学业压力	1.00	5.00	1.90	0.93
家庭压力	1.00	5.00	1.90	0.91
性压力	1.00	5.00	1.87	0.88
异性压力	1.00	5.00	2.15	1.03
失恋相关压力	1.00	5.00	2.00	0.92
恋爱压力总分	1.00	5.00	1.98	0.81

大学生恋爱压力的各个维度及其总分的均值都低于中等临界值,说明大学生恋爱压力得分处于中等偏下水平,多数大学生恋爱压力偏低。其中,伴侣分量表分值最大,性分量表分值最小。

#### 3.2. 大学生恋爱压力在性别上的差异

为了探究大学生的恋爱压力在性别上是否有差异,利用独立样本  $t$  检验对大学生的恋爱压力进行统计分析,结果如表 3 所示。

**Table 3.** Gender difference analysis of college students' psychological pressure on love ( $M \pm SD$ )

**表 3.** 大学生恋爱压力的性别差异分析( $M \pm SD$ )

	男	女	$t$
伴侣压力	2.02 $\pm$ 0.73	2.11 $\pm$ 0.89	-1.05
学业压力	1.93 $\pm$ 0.83	1.89 $\pm$ 0.98	0.39
家庭压力	1.82 $\pm$ 0.80	1.94 $\pm$ 0.96	-1.33
性压力	1.96 $\pm$ 0.75	1.81 $\pm$ 0.94	1.75
异性压力	2.04 $\pm$ 0.96	2.22 $\pm$ 1.06	-1.70
失恋相关压力	2.00 $\pm$ 0.85	2.00 $\pm$ 0.96	0.067
恋爱压力总分	1.97 $\pm$ 0.71	1.99 $\pm$ 0.86	-0.28

在性别因素上,大学生恋爱压力无显著差异。

#### 3.3. 大学生恋爱压力独生与非独生上的差异

为了探究大学生的恋爱压力在独生与非独生上是否有差异,利用独立样本  $t$  检验对大学生的恋爱压力进行统计分析,结果如表 4 所示。

**Table 4.** Statistical analysis of the differences between college students' psychological pressure on love between only and non-only children ( $M \pm SD$ )

**表 4.** 恋爱压力在独生与非独生上差异统计分析( $M \pm SD$ )

	独生子女	非独生子女	$t$
伴侣压力	1.98 $\pm$ 0.72	2.12 $\pm$ 0.94	-2.32*
学业压力	1.83 $\pm$ 0.85	1.99 $\pm$ 1.01	-1.75
家庭压力	1.79 $\pm$ 0.78	2.02 $\pm$ 1.02	-2.52*
性压力	1.80 $\pm$ 0.72	1.94 $\pm$ 1.02	-1.65

Continued

异性压力	1.97 ± 0.93	2.36 ± 1.09	-3.83 <sup>***</sup>
失恋相关压力	1.87 ± 0.80	2.12 ± 1.02	-2.73 <sup>**</sup>
恋爱压力总分	1.88 ± 0.67	2.10 ± 0.93	-2.69 <sup>**</sup>

注: \* $P < 0.05$ , \*\* $P < 0.01$ , \*\*\* $P < 0.001$ 。

在独生子女因素上, 大学生恋爱压力中的伴侣、家庭、异性、失恋相关分量表分值以及恋爱压力总分有差异, 独生子女得分明显低于非独生子女得分, 在其他维度上无显著差异。

### 3.4. 大学生恋爱压力在居住地上的差异

为了探究大学生的恋爱压力在居住地上是否有差异, 利用独立样本  $t$  检验对大学生的恋爱压力进行统计分析, 结果如表 5 所示。

Table 5. Difference analysis of psychological pressure on lovein residence ( $M \pm SD$ )

表 5. 恋爱压力在居住地上的差异分析( $M \pm SD$ )

	城镇	农村	$t$
伴侣压力	1.94 ± 0.67	2.31 ± 1.03	-4.44 <sup>***</sup>
学业	1.74 ± 0.76	2.18 ± 1.11	-4.69 <sup>***</sup>
家庭	1.73 ± 0.73	2.18 ± 1.10	-4.86 <sup>***</sup>
性	1.72 ± 0.67	2.13 ± 1.10	-4.60 <sup>***</sup>
异性	1.96 ± 0.92	2.49 ± 1.10	-5.19 <sup>***</sup>
失恋相关	1.85 ± 0.75	2.24 ± 1.11	-4.263 <sup>***</sup>
恋爱压力总分	1.83 ± 0.61	2.25 ± 1.01	-5.15 <sup>***</sup>

注: \* $P < 0.05$ , \*\* $P < 0.01$ , \*\*\* $P < 0.001$ 。

大学生恋爱压力中每个分量表分值在居住地因素上有显著差异, 居住在农村的大学生分值明显更高。

### 3.5. 大学生恋爱压力在恋爱状况上的差异

为了探究大学生的恋爱压力在恋爱状况上是否有差异, 利用独立样本  $t$  检验对大学生的恋爱压力进行统计分析, 结果如表 6 所示。

Table 6. Difference analysis of psychological pressure on lovein relationship status ( $M \pm SD$ )

表 6. 恋爱压力在恋爱状况上的差异分析( $M \pm SD$ )

	恋爱状况	$M \pm SD$	$F$	LSD
伴侣压力	恋爱中	1.92 ± 0.68	4.06 <sup>*</sup>	① < ②, ③
	曾经恋爱过	2.20 ± 0.60		
	从未恋爱过	2.12 ± 1.12		
学业压力	恋爱中	1.70 ± 0.70	5.86 <sup>**</sup>	① < ②, ③
	曾经恋爱过	1.95 ± 0.77		
	从未恋爱过	2.08 ± 1.22		
家庭压力	恋爱中	1.80 ± 0.78	2.27	
	曾经恋爱过	1.88 ± 0.68		
	从未恋爱过	2.03 ± 1.18		
性压力	恋爱中	1.79 ± 0.67	1.014	
	曾经恋爱过	1.88 ± 0.69		
	从未恋爱过	1.94 ± 1.19		

Continued

异性压力	恋爱中	1.72 ± 0.83	22.105 <sup>***</sup>	① < ②, ③
	曾经恋爱过	2.32 ± 0.84		
	从未恋爱过	2.45 ± 1.22		
失恋相关压力	恋爱中	1.78 ± 0.73	6.30 <sup>**</sup>	① < ②, ③
	曾经恋爱过	2.15 ± 0.73		
	从未恋爱过	2.06 ± 1.19		
恋爱压力总分	恋爱中	1.81 ± 0.62	5.26 <sup>**</sup>	① < ②, ③
	曾经恋爱过	2.07 ± 0.56		
	从未恋爱过	2.09 ± 1.12		

注：“①”代表恋爱中，“②”代表曾经恋爱过，“③”代表从未恋爱过。<sup>\*</sup> $P < 0.05$ ，<sup>\*\*</sup> $P < 0.01$ ，<sup>\*\*\*</sup> $P < 0.001$ 。

大学生恋爱压力中的学业、伴侣、异性、失恋相关这四个维度上，其分量表分值在恋爱状况因素上有显著差异，恋爱压力总分也有显著差异；在性压力、家庭压力这两个分量表的分值上无显著差异。通过事后多重比较(LSD)的数据可知，存在显著差异的所有维度均呈现了同样的结果，即恋爱中的大学生的恋爱压力显著低于曾经恋爱过和从未恋爱过的大学生。

### 3.6. 母亲教养方式与恋爱压力的相关研究

为了探究大学生母亲教养方式与恋爱压力之间的关系，对其进行相关分析，结果表 7。

**Table 7.** Analysis of correlation between psychological pressure on love and maternal styles

**表 7.** 母亲教养方式与恋爱压力的相关分析

	拒绝	情感温暖	过度保护
伴侣压力	0.53 <sup>***</sup>	0.25 <sup>***</sup>	0.51 <sup>***</sup>
学业压力	0.55 <sup>***</sup>	0.21 <sup>***</sup>	0.51 <sup>***</sup>
家庭压力	0.60 <sup>**</sup>	0.17 <sup>**</sup>	0.58 <sup>**</sup>
性压力	0.59 <sup>***</sup>	0.23 <sup>***</sup>	0.51 <sup>***</sup>
异性压力	0.54 <sup>***</sup>	0.12 <sup>*</sup>	0.44 <sup>***</sup>
失恋相关压力	0.55 <sup>***</sup>	0.20 <sup>***</sup>	0.50 <sup>***</sup>
恋爱压力总分	0.62 <sup>**</sup>	0.23 <sup>**</sup>	0.57 <sup>**</sup>

注：<sup>\*</sup> $P < 0.05$ ，<sup>\*\*</sup> $P < 0.01$ ，<sup>\*\*\*</sup> $P < 0.001$ 。

结果表明，大学生母亲教养方式的三个维度得分与其在恋爱压力得分之间有着极其显著的正相关关系，即大学生在母亲教养方式的三个维度中得分越高，其在恋爱关系中体验到的各项压力也更大。

## 4. 讨论

### 4.1. 大学生恋爱压力总体状况

本研究表明大学生在总体上呈现较低程度的恋爱压力。大学处于成年初期，其恋爱经验不丰富，对恋爱的看法及其价值观还在逐渐形成之中，对爱情本身的认识还不成熟，恋爱并不是他们不可或缺的生活事件，对恋爱中的各种现实因素感受还不那么明显，在恋爱压力量表中的总得分较低。

通过本研究的数据结果可知，大学生在恋爱压力中得分最高的三个分量表为：异性压力、伴侣压力、失恋相关压力，已有研究表明，大学生恋爱压力中得分最高的前三分别是：伴侣压力、失恋相关压力以及家庭压力，本研究的结果与前人研究结果基本相同。

## 4.2. 恋爱压力在各人口学变量上存在不同方面、不同程度的差异

在大学生是否为独生子女因素上,其恋爱压力得分有显著差异。非独生子女的总分及四个分量表的分值显著高于独生子女的得分。这可能是由于非独生子女家庭结构的特殊性,导致非独生子女在成长过程中懂得考虑更多因素,不能独占家庭资源,这种观念的影响会持续到恋爱关系中,导致非独生子女会更早地考虑到现实因素,在恋爱关系中的压力会更大。

在居住地因素上,大学生恋爱压力所有维度的得分均有显著差异。结果显示,居住于城市的大学生在各方面的恋爱压力得分上都低于农村大学生。居住地不同导致成长环境不同,大学生成长环境中的许多因素会对其心理和亲密关系产生影响,其中包括社会文化、学校及家庭等因素。在农村生活的大学生更能深刻地体会到生活的艰辛和不易,农村家庭对大学生子女普遍有较高的期望,期盼子女以读书来改变生活水平,相比城镇大学生,农村大学生对家庭经济状况和父母的期望背负着更沉重的压力,在恋爱中无法完全按照自己的想法进行活动,需要考虑多种现实因素,包括家庭的经济情况、未来发展、父母的期许等。由于经济和观念的差异,成长并生活在农村的大学生会有更大的恋爱压力。

对于恋爱状况不同的大学生,其在恋爱压力上的得分存在显著差异,存在差异的维度除总分外,还包括学业、失恋相关、伴侣和异性压力,且结果均为恋爱中的大学生在这四个维度上的压力都显著小于曾经恋爱过或从未恋爱过的大学生。有研究表明,影响大学生恋爱压力的因素之一是大学生自身的恋爱状况和恋爱经历,正在恋爱中的大学生与异性建立了亲密关系,不会只关注与异性交往中的冲突,恋爱压力反而会较小,而曾经恋爱过的大学生可能因为经历过失恋及其他与异性交往的负性情感体验,对爱情持有怀疑态度(蔡茂华, 2008),或将恋爱挫折进行错误归因,对自己有不客观的评价,从而产生自卑心理,因此会感到较大的恋爱压力;对于从未恋爱过的大学生来说,第一,由于当前社会有着较宽松的文化环境,大学生的婚恋观受到外来文化的影响,传统婚恋观遭受挑战,部分从未有过恋爱经历的大学生存在一定的恋爱虚荣心(王方, 2014),在大学生群体里,同伴的恋爱经历会影响到未恋爱大学生的恋爱观,没有伴侣的大学生显得更加孤独(李同归, 加藤和生, 2006),恋爱虚荣心和孤独感会对没有恋爱经历的大学生造成一定的恋爱压力;第二,由于人际交往技能的欠缺和社会经验的缺乏,没有过恋爱经历的大学生不懂如何与异性交往,可能产生一定的畏难情绪,而实际交往技巧也掌握不佳,更加增大了他们的压力。这两点都是导致其恋爱压力增强的原因。

## 4.3. 大学生母亲教养方式与恋爱压力的关系

在以往的研究中,常把父亲与母亲的教养方式作为一个整体来看待,但在一个家庭中,父母之间的教养风格在特征上有所差异,其对子女的影响也不尽相同,单独考察母亲教养方式对子女发展的影响是有必要的。近年来,揭示母亲教养方式与子女心理健康之间关系的研究逐渐增多,母亲教养方式不仅与子女的心理存在显著的相关关系(赵国香, 2011),还有可能对子女的负面情绪产生影响。研究表明,母亲教养方式不仅可以预测大学生的自杀意念,还会通过自尊和挫折承受力共同影响自杀意念(徐梦洋等, 2021)。

母亲是子女的重要抚养者,母婴关系实验已证明,儿童幼时与母亲之间的依恋关系会影响到今后的人际关系和心理健康的发展,母亲的教养方式会伴随着个体成长并对其产生不可忽略的影响。根据荣格的发展心理学理论,在大学时期,恋爱是个体要完成的重要课题。恋爱关系和母子关系皆属于个体重要的亲密关系,母亲的教养方式会影响到大学生恋爱观的形成、发展和恋爱行为,其中就包括大学生的恋爱压力。

已有研究显示,在大学生群体中,母亲教养方式中情感温暖维度、理解维度的得分与恋爱压力得分成正比,即母亲在教养方式中的理解与情感温暖行为反而会增加大学生的恋爱压力(帅煜滕, 2014),本研

究得出的结论与此相同。有研究者认为这是由于在得到母亲足够的情感温暖和理解环境下成长的大学生,其获得的关爱偏多,抗压能力较弱,自尊心较强,遇到恋爱中的挫折和问题时容易产生更多的困惑(帅煜滕, 2014);也有研究者认为,在情感温暖方面,母亲会对子女的生活和情感问题有更多的关心,而经常的关心会导致大学生感到自己仍未独立,其恋爱压力更大。在人们的常识中会自然而然地认为,母亲给予足够的情感温暖会减轻子女的压力。但恋爱是一项特殊的个人事件,母亲对子女恋爱的过于关心可能会适得其反,让子女感到束缚或让子女无法独立解决情感问题,因此造成更大的恋爱压力。一个人与母亲之间的依恋关系会对自己与伴侣间的依恋关系产生潜移默化的影响,习惯了母亲对自己过度的情感关怀,可能会将这种相处模式投射到自己的伴侣身上,导致自己对伴侣产生过度的关怀和过高的情感依赖,从而增大了恋爱压力中的伴侣、异性、性等由于人际关系和亲密关系交往而产生的压力。

母亲教养方式中拒绝维度得分越高,即代表母亲对子女的拒绝行为表现得越多,大学生所感受到的恋爱压力越大,这与前人的研究结果相符(谢念湘, 2018)。子女在成长过程中与母亲的交往会影响到自身的人际关系,直至大学期间,母亲教养方式对其都会产生直接或间接的影响,其中就包括了恋爱关系。母亲对子女冷漠或拒绝的态度,都会在无形中增加子女的恋爱压力,母亲对子女的拒绝行为越多,子女体验到的负性情绪越多,子女在与他人的交往过程中所感受到的压力也越大,对子女的心情及生活会产生一定程度的影响。母亲与子女的关系不仅会影响子女在人际交往中的表现,其依恋状态对亲密关系的交往也会造成影响。受到母亲太多的拒绝行为,子女有可能会丧失一些人际交往中的自信心,从而在与伴侣交往中产生更大的压力。

大学生在母亲教养方式的过度保护维度的得分与恋爱压力得分呈正比。母亲对子女的过度保护过多,会导致子女感受到母亲的太多关注,家庭成员之间的界限感低于常态,子女缺少个人空间,这会让孩子感受到更大的压力。母亲的过度保护行为会让子女缺乏独立处理事物的能力,在人际交往中遇到问题时也无从下手,从而会影响到亲密关系的建立。受到过度保护的子女处理问题的能力和抗压能力都更弱,他们更习惯于去寻找依靠,而不是独立解决,在恋爱关系中,过分的依赖和不独立的行事风格会对双方带来交往中的压力。除此之外,一个缺乏处理问题能力、不够独立的人也会在遇到学业、家庭方面的困难时难以解决,陷入困境。所以,在面对恋爱困惑时,他们无法采取合理方法进行正确解决,会感受到更强的恋爱压力。

综上所述,大学生母亲教养方式中各个维度与其自身的恋爱压力都产生了显著正相关。

## 5. 建议

通过本研究可知大学生母亲教养方式对其恋爱压力有一定程度的影响,对如何适当减轻大学生恋爱压力,正确引导大学生恋爱价值观建议如下:

- 1) 在大学生心理健康教育课程中设置恋爱专题。学校教育应承担起培养大学生健康恋爱观的责任,将恋爱话题融入课堂,运用多种教学手段,减轻大学生潜在的压力。
- 2) 提升高校心理教师的心理咨询能力。高校心理教师除了教学,还需对个别学生进行心理咨询,应灵活运用多种咨询技巧,用合适的方式带领学生自我成长。
- 3) 加强家校联系,关注学生家庭状况及人际问题。高校辅导员应定时关注学生心理健康状态,必要时加强家校之间的联系,预防因各种人际关系而引发的学生心理问题。

## 参考文献

- 蔡茂华(2008). 当代大学生恋爱压力状况的调查与分析. *学校党建与思想教育(上半月)*, (8), 49-51.
- 丁梦媛, 方燕玉, 倪军, 冷玥, 邓慧华(2017). 大学生母亲教养方式、共情与亲社会行为的关系. *中国健康心理学杂志*,



25(4), 528-531

蒋奖, 鲁峥嵘, 蒋苾菁, 许燕(2010). 简式父母教养方式问卷中文版的初步修订. *心理发展与教育*, 26(1), 94-99.

李同归, 加藤和生(2006). 成人依恋的测量: 亲密关系经历量表(ECR)中文版. *心理学报*, 38(3), 399-406.

帅煜朦(2014). *当代大学生家庭教养方式、成人依恋与恋爱压力的关系研究*. 硕士学位论文, 成都: 四川师范大学.

宋迎秋, 曾雅丽, 姜峰(2007). 大学生恋爱与情感问题应对方式分析与探究. *中国健康心理学杂志*, 15(10), 946-948.

汤芙蓉(2009). *大学生恋爱压力问卷的修编及其现状特点研究*. 硕士学位论文, 重庆: 西南大学.

王方(2014). *大学生恋爱心理压力与其成人依恋、应对方式的研究*. 硕士学位论文, 新乡: 新乡医学院.

谢念湘(2018). 大学生家庭教养方式、应对方式对恋爱心理压力的影响研究. *牡丹江师范学院学报(哲学社会科学版)*, (5), 132-137.

徐梦洋, 晁相玉, 李莹丽(2021). 父母教养方式对大学生自杀意念的影响机制. *心理月刊*, 5(17), 1-6.

腰秀平(2006). *大学生恋爱压力测量工具及其发展特点研究*. 硕士学位论文, 重庆: 西南大学.

张雷, 马嫵, 倪娜, 张廷建(2018). 大学生父母教养方式与其恋爱心理压力研究. *包头医学院学报*, 34(7), 78-80.

赵国香, 张睿, 张一鸣, 荆春霞, 杨光, 王声湧, 等(2011). 母亲教养方式与高中生自杀意念关系. *中国公共卫生*, 27(1), 86-87.