

亲子关系与社会支持对中学生心理健康的影响

——基于调节效应和中介效应的分析

吴晓琴

中共台江县委党校，贵州 黔东南

收稿日期：2023年12月24日；录用日期：2024年1月22日；发布日期：2024年1月29日

摘要

本文基于“中国教育追踪调查”(CEPS) 2014年七、九年级两个同期群为调查样本，旨在探讨在中学阶段，家庭亲子关系与社会支持对中学生心理健康之间的关系。研究发现：亲子关系和社会支持均能显著影响中学生的心理健康，亲子关系和社会支持均能正向预测中学生的心理健康；其中，父子关系对青少年心理健康的影响大于母子关系的影响，并且来自家庭外部的支持如朋辈支持与家庭内部给予中学生的支持在亲子关系与其心理健康之间的逻辑作用并不一致，出现了显著差异。

关键词

亲子关系，社会支持，心理健康

The Effects of Parent-Child Relationships and Social Support on the Mental Health of Middle School Students

—Analysis Based on Moderating and Mediating Effects

Xiaoqin Wu

Party School of CPC Taijiang County Committee, Qiandongnan Guizhou

Received: Dec. 24th, 2023; accepted: Jan. 22nd, 2024; published: Jan. 29th, 2024

Abstract

This paper is based on the China Education Panel Survey (CEPS) 2014 survey sample of two cohorts of seventh and ninth graders, and aims to explore the relationship between family par-

ent-child relationship and social support on the mental health of secondary school students. The study found that both parent-child relationship and social support can significantly affect the mental health of secondary school students, and both parent-child relationship and social support can positively predict the mental health of secondary school students; among them, the father-child relationship has a greater impact on the mental health of adolescents than the mother-child relationship, and the support from outside the family, such as peer support, and the support given to secondary school students from within the family do not have the same logistic role in the relationship between parent-child relationship and their mental health, which is consistent and significant differences emerged.

Keywords

Parent-Child Relationship, Social Support, Mental Health

Copyright © 2024 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

生态系统理论认为个体毕生发展都处于一系列相互嵌套、交互影响的环境系统[1]。该理论十分强调影响个体的一系列环境系统的近端过程，着眼于个体与其所处近端环境之间的循环相互作用，例如亲子关系、亲子互动和社会支持等。其中，亲子关系作为家庭生态系统的重要组成部分，颇受关注，目前已经广泛应用于青少年、中学生、大学生等心理健康问题的研究，也衍生了不少研究从家庭和学校来论证亲子关系和社会支持对中学生心理健康的影响，也有不少探讨社会支持的结构成分研究以试图了解社会支持对个体的身心健康的作用路径。但尽管如此，亲子关系作为中学生最基本的保护系统如何通过影响家庭内外所获得的支持来保护青少年的心理健康尚未明确，因此，本研究拟考察亲子关系与不同类型社会支持在心理健康之间的影响路径。

2. 文献综述与研究假设

(一) 亲子关系与中学生心理健康

以个体为圆心扩散开来的诸多环境系中良好的亲子关系与个体的情感功能和适应能力均存在密切联系[2]。亲子关系是由家庭成员中的父母和子女的互动所建立的定义已然就决定了它是个体最早接触的社会关系[3]，无论是个体的人格发展，还是社会认知、心理健康等都会受其影响[4]；良好的家庭关系是孩子健康发展的必要保障，生活在高质量亲子关系的家庭中的孩子心理健康问题会显著低于生活在低质量亲子关系的家庭中的孩子，而诸如亲子冲突等消极的亲子关系往往会导致孩子高水平的焦虑、抑郁等心理健康问题[5]。生活中亲子关系质量不好的家庭中的孩子往往很容易出现校园欺凌、网络成瘾、冒险行为、逆反心理与行为适应等多种问题[6]。冲突型亲子关系家庭中孩子的网络成瘾显著高于依恋型青少年的网络成瘾倾向；针对罪犯犯罪的研究认为罪犯幼年时期往往都与父母存在着不愉快亲子关系；[7]这些研究几乎都论证了不良的亲子关系是导致青少年品行障碍、精神错乱、自杀及犯罪倾向等心理健康或心理问题的重要来源[8]。另外，不良亲子关系还是孩子冒险行为的重要预测因素，改善亲子关系自然也就能够预防和干预孩子在生活与社会中存在的冒险行为[9]。可见，在生态系统理论中，亲子关系作为孩子发展的重要外部资源对其心理健康具有重要影响。因此我们有理由相信良好家庭关系有利于促进青少年

心理健康[4]；但值得注意的是，亲子关系作为外在环境因素，是如何通过影响内在心理因素来保护青少年的心理健康，目前探讨较少。因此本文除了探讨亲子关系对中学生心理健康的影响之外，还将探讨亲子关系是如何发挥外部环境的作用来影响中学生的心理健康。

(二) 社会支持与中学生心理健康

社会支持是个体从其所拥有的社会关系中获得的精神上和物质上的支持，良好的社会支持有助于个体身心健康的发展，反之则会损害个体的身心健康[10]。理论上关于社会支持主要有主效应模型和缓冲器模型；其中，主效应模型一致认为社会支持具有普遍的增益作用，即社会支持给个体的生活提供了可预测性和稳定性以及自我价值的确定性[11]。参与社会网络可能会直接产生积极的心理状态，如归属感、安全感等，很多传统意义上定义的生活事件实际上是社会关系的断裂，如离婚、丧失亲人等，这一假设在社会孤独者与高社会支持者身上都得到了证实；例如孩子从父母、老师和同辈群体处获得的社会支持越多，出现心理健康问题的可能性就越低。缓冲器模型理论则认为社会支持往往以间接方式调节个体的身心健康，例如朋辈支持可缓冲农民工随迁子女人际敏感性对其排斥知觉的正向影响，还可以降低人际敏感性通过排斥知觉对心理健康的负面影响[12]；亲子关系通过社会支持和心理素质的单独中介作用与链式中介作用对中学生心理健康产生影响[13]。尽管这些研究存在差异，但主要还是验证了社会支持的主效应，将社会支持作为“缓冲剂”影响个体的心理健康的研究极为有限，而作为一种支持性资源或支持性行为，无论家庭还是学校，对维持中学生良好的心理健康水平具有重要意义，而目前对社会支持的定义是一种混合使用的定义，或单独使用某一种特定的社会支持，并没有将不同类型的社会支持放在同一框架下使用。对此，本研究将社会支持细化为家庭支持、学校支持和朋辈支持，探析这三种类型的社会支持在亲子关系与中学生心理健康之间的影响路径。

(三) 本文的研究框架

在缓冲器模型理论中，它已经探讨了对心理健康的中介作用机制，但它仍然是在讨论诸如压力、心理素质等因素如何传导至个体的心理健康，但是笔者认为目前对社会支持和心理健康的影响，并没有探讨据不同类型的社会支持作为亲子关系与中学生心理健康的影响机制。良好的亲子关系是孩子成长中习得基本知识、技能、行为及价值观的重要来源。不仅满足能个人成长与发展中的物质需求，同时也能够满足精神上的需求，还有利于促使孩子成功地发展各种社会人际关系，是影响其身心发展的重要来源。因此，在家庭生态系统中建立积极的亲子关系有助于提升中学生心理健康，减少抑郁症等心理问题，塑造健康的亲子关系有利于降低家庭成员身患抑郁、焦虑的可能性[3]。可见，亲子关系在家庭成员的努力和帮助下既能够改善原本的亲子关系，也能帮助孩子形成较高的心理健康水平。但值得一提的是，来自家庭成员的支持与帮助在亲子关系与孩子的心理健康之间的作用路径是不明确的。笔者猜想来自家庭成员的支持和帮助在亲子关系与孩子的心理健康之间起着重要的桥梁作用，对此提出研究假设 H1：**亲子关系和家庭给予的支持均对中学生心理健康水平产生显著的正向影响，并且家庭支持在亲子关系与中学生心理健康之间起着重要的中介作用。**

中学生除了属于家庭，还无法脱离学校。在学校这个系统中，教师和同学往往是参与中学生身心发展的重要因子。根据压力缓冲模型，个体因重大压力导致的消极情绪能被来自环境中的社会支持有效缓解。面临日渐加重的学业压力，初中生难免会产生负面情绪，此时来自父母的鼓励和陪伴可以有效缓解压力事件导致的心理健康隐患，进而保护他们的情绪和心理健康[14]。中学生在家庭和学校所获得的支持和帮助也同样如此，当中学生不能从父母处得到适合的社会支持时，他可以转向自己的教师或者同伴，从他处寻求适当的帮助[15]，以往依赖家庭、依赖父母的行为也开始慢慢转移到接受教育的学校和收获除亲情之外的其他亲密情感的群体，他们从同学、教师甚至朋友处所获得的支持和帮助一定程度上代替了

家庭给予的帮助和支持。但在这个过程中，中学生从家庭获得的支持到学校系统中就转化成了从同学、朋友处获得的朋辈支持和从教师处获得的学校支持，这两种来自家庭外部的支持对调节影响亲子关系与中学生心理健康是不明确的。对此提出研究假设 H2：朋辈支持和学校支持对中学生心理健康水平具有显著正向影响；并且这两种来自家庭外部支持在亲子关系与青少年心理健康之间起调节作用。

3. 数据分析与方法

(一) 数据来源

本文所使用数据来源于中国教育追踪调查(China Education Panel Study, 简称 CEPS) 2013~2014 年基准数据，该项调查涉及全国 112 所学校、438 个班级、约 2 万名学生作为调查样本，本研究所使用的学生数据包含七年级和九年级学生共 19,487 个样本，本文将两个年级所有学生样本均纳入了数据分析，由于部分样本某些选项存在缺失，因此数据分析中在软件分析默认状态下有效样本并不一致。

(二) 变量选取

1. 被解释变量

本文对心理健康的测量主要采用中国教育追踪调查编制的测量中学生心理健康量表。该量表共 5 题，包含沮丧、抑郁、不快乐、生活没有意思、悲伤等五个方面，采用 5 点计分，分值越高心理健康水平越高，分数越低，表示心理健康水平越差。通过因子分析发现(见图 1)，结果表明，使用该量表衡量中学生心理健康是可靠的(Cronbach's $\alpha = 0.86$)，表示本文操作化的“测量中学生心理健康”这个变量适合进行因子分析。

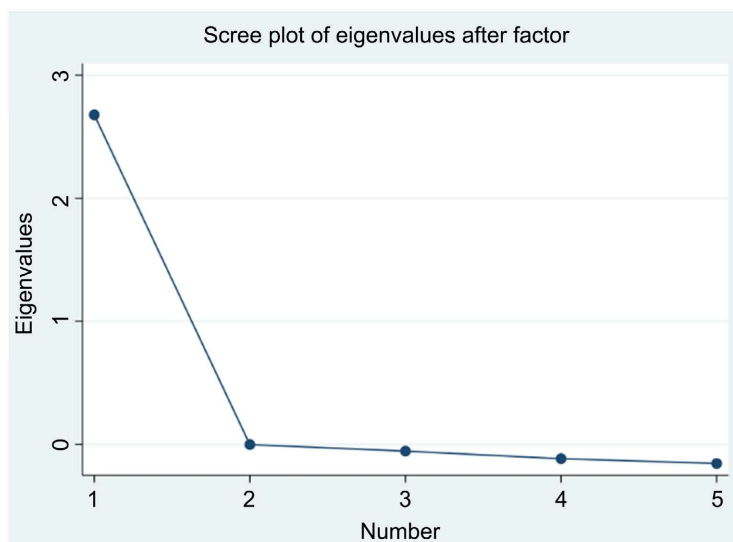


Figure 1. Dependent variable factor analysis gravel plot

图 1. 因变量因子分析碎石图

2. 解释变量

1) 控制变量

本研究主要针对的初中教育阶段中七、九年纪的学生。如表 1 所示，将访问对象的性别和年龄作为控制变量。

2) 亲子关系

从以往的研究来看，亲子关系主要涵盖父子关系和母子关系个方面，本文使用的亲子关系变量来源

于问卷中“你的父母是否经常与你讨论学校发生的事情、你朋友的关系、你与老师的关系、你的心情”等四个问题，该题目为“从不”、“偶尔”、“经常”，笔者其依次计 1~3，对父子关系、母子关系的测量则由四个题目相加所得，得分越高，表示父子、母子关系越好。

3) 社会支持

本次分析社会支持主要分为朋辈支持、家庭支持和学校支持三个类型。对应问卷中“当你想跟人聊天、遇到麻烦以及需要帮忙时”、“当你遇到麻烦时”和“当你需要帮忙时”，回答选项对应“同学、好朋友，父母，某个亲戚，学校教师和无人可找”等五个类别。本文对社会支持的分类与大多学者的研究类似，将选项通过计分相加进行分类，其中，将选项中同学、好朋友归类为同辈支持，父母和亲戚归类为家庭支持，而教师则归属为学校支持。在分析的过程中，这些分类数据被转化为了计分型数值型变量，分值越高，所获得的支持越多。

(三) 数据分析方法

本文的分析均基于 Stata16.0 进行。首先采用多元线性回归方程模型来分析父子、母子关系和朋辈支持、家庭支持、学校支持对青少年心理健康的影响，具体的表达式如下：

$$Y = \beta_0 + \beta_1 X_1 + \beta_2 X_2 + \beta_3 X_3 + \dots + \beta_n X_n + \varepsilon_n \quad (2.1)$$

其中， Y 为被解释变量，即中学的心理健康得分， X 泛指研究中所涉及到的所有自变量，也包括核心解释变量； β_0 为常数项； $\beta_0 \dots \beta_n$ 即是自变量计算过程中的系数值。然后用调节效应进一步探讨在朋辈支持和学校支持的调节作用下中学生的心理健康水平，具体表达如下：

$$Y = \hat{\beta}_0 + \hat{\beta}_1 X + \hat{\beta}_2 M + \hat{\beta}_3 MX + e \quad (2.2)$$

其中， Y 为被解释变量， $\hat{\beta}_1 X$ 为中心化后的亲子关系； $\hat{\beta}_2 M$ 为中心化后的朋辈支持和学校支持； $\hat{\beta}_3 MX$ 为调节变量即亲子关系和朋辈支持、学校支持的交互项。 e 为随机误差项。最后用中介效应进一步探讨在家庭支持影响下中学生心理健康水平，具体表达如下：

$$Y = cX + e_1 \quad (2.3)$$

$$M = aX + e_2 \quad (2.4)$$

$$Y = c'X + bM + e_3 \quad (2.5)$$

其中，被解释变量不变， M 为中介变量，中学生所获得的家庭支持， X 为自变量，对应亲子关系(父子、母子关系和的均值)；系数 a 代表自变量作用于中介变量的效应，系数 b 则表示中介变量作用于因变量的效应； c' 则为直接效应，代表在控制中介变量后，自变量作用于因变量的效应，也就是自变量和因变量之间的直接效应。中介效应分析重在检验间接效应是否存在以及它在总效应中的占比，体现中介效应的作用程度； e 为随机误差项。

4. 数据分析结果

(一) 描述性统计和相关分析

对各主要变量进行描述性统计和相关分析，结果如表 1 所示。中学生心理健康得分较高。从样本占比来看，其中女生占比 49.03%，男生占比 50.97%，男女比例相对平衡。将性别、年龄以及亲子关系中的两个子量表、社会支持、心理素质和心理健康一起进行 Pearson 分析，结果如表 1 所示。学生的性别、年龄与心理健康是负相关关系($p < 0.01$)，父子关系、母子关系、家庭支持、学校支持以及社会支持与心理健康，两两之间呈显著正相关($p < 0.01$)，朋辈支持与其心理健康则为负相关($p < 0.01$)。

Table 1. Table of descriptive statistics and correlation analysis results for each major variable**表 1.** 各主要变量描述性统计和相关分析结果表

变量名称	Mean	Std. Dev.	Coef	p
心理健康	19.57	4.11		心理健康得分(数值型)
性别	男	13.61	-0.173*	p < 0.01***
	女	8.13		
年龄	13.52	1.24	-0.086*	p < 0.01***
父子关系	9.49	2.91	0.236*	p < 0.01***
母子关系	10.63	2.88	0.221*	p < 0.01***
亲子关系 ^①	10.06	2.89	0.22*	p < 0.01***
朋辈支持	1.81	0.98	-0.064*	p < 0.01***
家庭支持	0.93	0.92	0.156*	p < 0.01***
学校支持	0.11	0.35	0.045*	p < 0.01***

表注: p-values in brackets: * p < 0.05, *** p < 0.01; ^①表示父子、母子关系均值, 用于路径分析。

(二) 回归结果分析

1. 亲子关系与心理健康

表 2 显示了家庭关系和社会支持对中学生心理健康状况的影响。模型 1 为基础模型, 即只有控制变量情况下的结果。为了避免统计偏误而对所有统计模型进行共线性诊断, 结果显示各个变量的方差膨胀因子(VIF)均小于 10, 说明自变量不存在多重共线性。

为了分析父子关系、母子关系对中学生心理健康的影响, 本文建立了模型 2 (表 2)。从模型结果来看, 家庭关系对心理健康的影响显著, 父子关系、母子关系均对中学生的心理健康存在显著正向影响(p < 0.01)。因此研究假设 H1 得到验证, 亲子关系的确能正向预测青少年的心理健康水平。在模型中我们还发现父子关系对中学生心理健康的影响($\beta = 1.039$)系数值较大与于母子关系带来的影响($\beta = 1.003$), 并且随着核心自变量的纳入, 这种影响扩大趋势愈加明显, 可见父、母子关系对子女的身心健康有明显差异。

Table 2. Regression analysis table for influencing adolescent mental health**表 2.** 影响青少年心理健康回归分析表

变量名称	模型 1	模型 2	模型 3
性别(女)	0.265*** [0.000]	0.278*** [0.000]	0.408*** [0.000]
年龄	-0.394*** [0.000]	-0.321*** [0.000]	-0.314*** [0.000]
父子关系		1.039*** [0.000]	0.890*** [0.000]
母子关系		1.003*** [0.000]	0.770*** [0.000]
朋辈支持			1.372*** [0.000]
家庭支持			1.714*** [0.000]

续表

学校支持			1.679*** [0.000]
cons	24.780*** [0.000]	17.689*** [0.000]	14.287*** [0.000]
N	18,185	17,774	17,679
R ²	0.015	0.085	0.118

表注：p-values in brackets; * p < 0.05, *** p < 0.01。

2. 社会支持与心理健康

为了探究三种不同的社会支持，即朋辈支持、家庭支持和学校支持对中学生心理健康的影响，本文建立了模型 3。模型 3 结果显示：朋辈群的支持有利于提升青少年心理健康水平($\beta = 1.372$)，学校支持对中学生心理健康的影响同样也是正向的($\beta = 1.679$)，可见，这两种来自家庭外部的社会支持在控制变量相同的前提下均能正向预测中学生的心理健康。家庭支持与来自家庭外部的社会支持一样，均有利于提升中学生心理健康($\beta = 1.714$)。这为大多数中学生的生活和学习提供了可预测性、稳定性以及自我价值的确定性。由此可见研究假设 H1 更加明确指出了家庭内外的两种支持在回归模型中存在的系数差异和对缓解中学生心理健康问题的作用。

(三) 朋辈、学校支持调节机制

本研究依据中学生所获得的朋辈支持和学校支持，分别是模型 4、模型 5。模型中性别、年龄、为控制变量，将朋辈、学校支持与亲子关系的交互项 a、b 分别纳入回归模型，模型中的核心解释变量和调节变量依次做了去中心化处理。另外，需要交代的是，为了模型结果简明可观，本文将回归模型中父子关系和母子关系两个变量相加取均值作为本文调节效应和中介效应中亲子关系的测量。

Table 3. Reconciliation effects analysis table

表 3. 调节效应分析表

变量名称	模型 4	模型 5
性别(女)	0.297*** [0.000]	0.264*** [0.000]
年龄	-0.325*** [0.000]	-0.319*** [0.000]
亲子关系	2.286*** [0.000]	2.223*** [0.000]
朋辈支持	-0.073** [0.017]	
交互项 a	-0.372*** [0.000]	
学校支持		0.288*** [0.001]
交互项 b		-0.090 [0.658]

续表

cons	23.792*** [0.000]	23.765*** [0.000]
N	17979	18076
R ²	0.083	0.081

表注: p-values in brackets; * p < 0.05, *** p < 0.01。

表 3 结果显示: 首先, 以朋辈支持为调节变量的模型 4 显示, 整个模型是具有统计学意义并且其调节效应显著($p < 0.001$); 亲子关系对孩子心理健康的影响与回归模型结果一致, 为正向影响($p < 0.01$), 朋辈支持在调节模型中发生了显著的负向变化($\beta = -0.073$), 并且交互项 a ($\beta = -0.372$)与模型 4 中方向一致, 均为负向影响, 可见中学生所获得的朋辈支持越多越不利于调节亲子关系对青少年的心理健康的作用。其次, 以学校支持为调节变量的模型 5 表明: 亲子关系对孩子的心理健康是有利的或正向的($p < 0.01$), 学校支持或教师支持对其心理健康同样是正向的($p < 0.01$), 但将学校支持作为调节变量分析发现, 学校支持调节作用并不显著($p > 0.05$)。尽管学生从学校教师则所获得的学校支持在亲子关系与其心理健康之间的调节作用并未得到验证, 但来自家庭外的朋辈支持的负向调节作用得到了证明, 研究假设 H2 得到部分证实。

(四) 家庭支持的中介机制

为探究家庭支持在亲子关系与中学生心理健康之间影响路径, 本文通过中介效应来探讨三者之间的关系, 分析结果如表 4 所示: 在中介效应分析和检验中, 主要运用 Hayes 和 Preacher 的非参数百分位 Bootstrap (重复取样设定为 1000 次, $\alpha = 0.05$)来检验各维度的社会支持在亲子关系与心理健康之间的中介效应。回归结果已经表明亲子关系和和家庭支持对青少年心理健康影响显著, 但亲子关系是如何通过家庭支持来影响孩子心理健康的, 这个影响路径还有待验证。

Table 4. Standardized Bootstrap mediation effects test table for the mediating role of family support

表 4. 家庭支持中介作用的标准化的 Bootstrap 中介效应检验表

影响路径	Observed		Bootstrap		Normal-based		c/c'
	Coef.	Std.Err.	z	p	[95%Conf.Interval]		
间接效应	0.205	0.017	12.000	0.000	0.169	0.238	
直接效应	2.033	0.070	29.130	0.000	1.902	2.180	9.2%
总效应	2.238	0.063	35.750	0.000	2.115	2.361	

表注: ① p-values in brackets; * p < 0.05, *** p < 0.01; ② Proportion of total effect that is mediated: (c/c')。

从表 4 家庭支持的中介效应分析来看, 95%置信区间均不包括 0, 可见家庭支持在亲子关系与中学生心理健康之间呈正向的部分中介效应。从家庭支持的间接效应和总效应的占比为 9.2%, 即亲子关系在家庭支持的中介作用下, 能正向预测孩子的心理健康, 也就是说中学生从父母处所获得的社会支持既有助于他们提升亲子关系的亲密性, 也能缓解其提升他们的心理健康水平, 可见研究假设 H1 中, 家庭支持的中介作用得到验证。

5. 研究结论与讨论

(一) 讨论

通过对亲子关系、社会支持与中学生心理健康的关系及其内在心理机制的分析发现: 第一、父子关

系、母子关系与中学生心理健康水平之间呈显著正相关,父子关系、母子关系能正向预测中学生心理健康水平,与前人的研究一致。良好的亲子关系往往意味着幸福和睦的家庭,和睦的家庭中孩子与父母往往能进行舒适的、积极的、有效的情感交流[16],而这种积极有效的亲子沟通往往有助于父母了解子女的近期状况,子女同时能向父母倾诉自己的困扰并寻求意见和帮助,亲子间的联系更加紧密,子女从父母处得到更多的物质和精神上的支持[17][18]。同时良好的亲子关系有助于孩子人格的发展,帮助他们在其他渠道的社会支持的获取和利用,借助这些支持和收获来应对自身面临的困境,从而降低焦虑抑郁等负面情绪,减少心理健康问题的产生,并且父子关系对于孩子心理健康的影响是大于母子关系。在中学阶段,父亲在子女心中的地位可能更高,对于子女的成长和发展有着更大的影响[18]。主流观点认为这主要是由于我国传统家庭中父母亲在家庭中扮演的角色不同而导致的。在父权主义浓厚的中国家庭,传统教育思想仍然浓厚,父亲的威严往往更能影响孩子的发展轨迹,而母亲与子女的关系与父亲相比更加亲近,沟通较多相应的冲突也多,相处时间较多进而增加亲子关系之间的摩擦进而影响其心理健康。

第二、社会支持有利于青少年心理健康,这与以往的研究结论一致。学校和家庭作为青少年日常生活中最为重要的两大生活场域,不仅为青少年提供了适应未来工作和生活所必备的知识和技能,也同时为他们建立同伴关系和发展友谊提供了一个相对制度化的社会交往空间[19]。对于中学生而言,父母、亲人提供的生活照料与照顾以及经济支持、情感维系等都是维护健康的重要条件,家庭内部的支持可以缓解中学生在社会化过程中的学习压力、情感等多种压力,不仅增强了家庭的凝聚力和关爱,也缓解了中学生和不利于心理健康的负面消极情绪。而当他们身处家庭外部,诸如学校等场所,青少年无法从父母处得到适合的社会支持时就会转向自己的教师(学校)、同伴处寻求适当的帮助。在中学阶段,朋辈群体是中学生在学习和生活中互动密切的群体,因此朋辈支持也是他们获取支持和帮助的重要来源,它不仅能够直接舒缓中学生在成长过程中产生的紧张情绪和心理压力,而且充满关爱的外部环境也更能维持相对轻松的环境氛围,使中学生获得持续的健康发展。

第三、调节效应分析发现,中学生所获得的来自家庭内外部的两种支持在亲子关系与其心理健康之间的影响路径出现了显著差异,这也是本文的重要发现:一方面,来自家庭外部的社会支持在中学生亲子关系与其心理健康发展之间呈负向调节作用,对中学生的心理健康有积极影响,它在亲子关系与心理健康之间起负向调节作用。这与以往社会支持发挥的中介、链式中介作用出现了明显的差异。以往的研究认为个体所得到的社会支持在亲子关系与其心理健康之间戳伤自我管理信念,伤害自尊和自信、自我不信任,以及那种具有无助感、性别混乱等问题的进而影响其心理健康。本文研究进一步论证了社会支持的积极作用,它能够缓解压力事件对个体健康的影响,保护个体免遭压力的破坏,但其在亲子关系与中学生心理健康之间,当中学生在家庭或父母处得到的帮助不足或亲子关系不良时,社会支持才会发挥积极作用,当家庭或与父母的关系已经有助于缓解中学生在中学阶段心理健康困扰时,社会支持的在这个过程中调节作用比不上家庭中亲子关系所带来的影响。

另一方面,尽管研究朋辈群体对青少年心理健康的研究较多,但以往的研究并没有将朋辈支持明确指出,并且分析朋辈支持对中学生的亲子关系与心理健康的调节作用研究极为有限,大部分研究肯定朋辈群体的积极作用,认为良好的同伴关系能缓解与父母的不良关系带来的消极影响[20];但本文的研究则认为中学阶段的朋辈群体对亲子关系与其心理健康的影响则是负向的调节作用。在中学阶段的社会化过程中,中学生已经开始有了独立的思想和人格,其心智也正在走向成熟,人生观和世界观也越来越趋理性和成熟,无论是分析问题还是解决问题的能力都在显著增强。这个阶段家庭仍然是个体社会化的主要场所,亲子关系的影响仍然在持续。他们社会化的场所已经逐渐从家庭转移到了学校,这就导致了客观上中学生由于社会化的进程而减少了对家庭和父母的依赖,增加了对学校教师或同学的日常接触,由于家庭背景、经济基础、文化习俗等诸多方面存在差异,他们要在多元化的社会环境中实现自我,不仅需

要理性的外部支持，更需要充分的自我心理调节和行为斧正。在此过程中尽管能够得到同辈的帮助，但也正是由于同辈群体同质化较强，他们对各类现象看法就比较相似，尤其是当他们获得的充足的朋辈支持后，加上青春期受生理因素以及社会化的进程等影响，亲子关系对自我心理调节的影响就与朋辈群体给予的支持、帮助就出现了分化，这也就导致了不少中学生会逐渐疏远家庭、减少对父母的直接依赖，再加上中学生青春期的叛逆心理从而更加远离家庭，亲近更加亲近朋辈群体。

第四，家庭支持在亲子关系与中学生心理健康的中介作用显著，家庭内部给予孩子的支持和帮助更有利于维持良好的亲子关系，进而提升中学生心理健康。以往的研究大多都在论述积极有效的亲子沟通有助于父母了解子女的近期状况，子女同时能向父母倾诉自己的困扰并寻求意见和帮助，亲子间的联系更加紧密，子女从父母处得到更多的支持[20]。但并没有研究确切的支出改善亲子关系对中学生心理健康的影响路径，本文数据分析表明：家庭成员，尤其是父母给予孩子的帮助和支持既能改善、增进孩子与家庭成员的亲密关系，同时还能缓解中学生在社会化过程中遭受不利于健康成长的心理问题。

(二) 研究结论

第一、父子关系和母子关系这两种亲子关系均能正向预测中学生心理健康，但相比母子关系，父子关系对中学生心理健康的影响更加显著。第二、社会支持同样有利于维持中学生心理健康，其中，学校支持和家庭支持还在亲子关系与中学生心理健康问题之间有调节作用，而家庭支持在亲子关系与其心理健康的之间则起到重要的中介作用。

(三) 研究启示

本文利用 CEPS 数据揭示了亲子关系在社会支持的调节作用下中学生心理健康的内在心理机制，根据研究结论对我们的启示有：

1) 亲子关系有利于促进中学生的身心健康，而中学生往往也能凭借健康的亲子关系获得健康的心理水平，因此在中学生成长过程中，父母任意一方都不能缺席，尤其是父亲的角色在中学生成长的过程中影响深远；父母不仅要维持良好的夫妻关系，还应该维持与孩子之间的良好关系，只有通过亲子关系营造的轻松、愉悦的家庭关键才更有利于孩子的身心健康发展。

2) 中学生往往能借助家庭外部给予的社会支持和家庭成员提供的支持来应对自身面临的困境，从而降低焦虑抑郁等负面情绪，减少心理健康问题的产生。因此，无论是家庭、学校，教师，及时给予中学生适当的帮助和支持均有助于他们健康成长。

3) 在亲子关系与社会支持对中学生心理健康影响三者之间，中学生从家庭内外获得的两种支持发挥的作用并不一致，因此这就告诉我们不可混为一谈。来自家庭外部的朋辈支持作为中学生人际关系交往中的一种类似于“心理咨询”的支持或帮助，的确有助于和中学生之间的沟通与协助，这种有意识的帮扶和互助也影响这青少年的身心向着积极、健康的方向发展，因此充分发挥朋辈群体的积极作用，不但可以使之获得心理支持、安慰和慰藉，还有利于他们更好地成长成才，但在协调朋辈群体与亲子关系对心理健康的影响时，则应该避免过多的朋辈群体，尤其是在青春期阶段，青少年从朋辈群体中获得过量的朋辈支持并不利于协调亲子关系与中学生身心健康的关系。这个阶段的孩子并未完全脱离家庭，因此父母在维持与孩子的亲密关系时，更应该关注中学生身边的同辈群体对他带来的影响或作用，唯有此才能避免中学生在与父母之间的关系和与朋辈群体之间的关系出现分化，进而影响孩子的身心发展。而家庭支持是改善中学生心理健康问题的有益补充，也是他们获得身心健康发展的核心保障，不容忽视。

(四) 研究意义与局限

本研究揭示了亲子关系和中学生心理健康的内在心理机制，也深化了亲子关系和中学生心理健康的研究，并且样本量充足，信度、效度良好。但也有局限之处：首先，本文对亲子关系的测量只是从学生主观层面分析，并且极为有限的论证了微观层面的社会支持和狭义上的亲子关系对特定的青少年群体心

理健康的影响, 因此在今后关于青少年心理健康的研究中, 可以深化的研究方向是从青少年所获得的物质层面的社会支持以及更加客观的亲子关系的测量继续挖掘。其次, 本研究采取横向数据进行多种调节效应分析, 尽管模型结果显著, 但并不能坐实变量间的因果关系。值得注意的是, 目前并没有研究利用面板数据来分析近年来心理健康变化的趋势和时代背景下的影响因素, 这也是未来研究中可以拓展和深化的方向。

参考文献

- [1] Hazel, N.A., Oppenheimer, C.W., Technow, J.R., *et al.* (2014) Parent Relationship Quality Buffers against the Effect of Peer Stressors on Depressive Symptoms from Middle Childhood to Adolescence. *Journal of Developmental Psychology*, **50**, 2115-2123. <https://doi.org/10.1037/a0037192>
- [2] 黄时华, 蔡枫霞, 范昕. 初中生亲子关系和学校适应:情绪调节自我效能感的中介作用//中国心理学会. 第十五届全国心理学学术会议. 2012年卷. 2012: 570-571.
- [3] Billings, A.G. and Moos, R.H. (1982) Family Environment and Adaptation: A Clinically Applicable Typology. *American Journal of Family Therapy*, **10**, 26-39. <https://doi.org/10.1080/01926188208250445>
- [4] 俞国良, 周雪梅. 青春期亲子冲突及其相关因素[J]. 北京师范大学学报(社会科学版), 2003(6): 33-39.
- [5] 肖雪, 刘丽莎, 徐良苑. 父母冲突、亲子关系与青少年抑郁的关系:独生与非独生的调节作用[J]. 心理发展与教育, 2017, 33(4): 468-476.
- [6] Weymouth, B.B., Buehler, C., Zhou, N. and Henson, R.A. (2016) A Meta-Analysis of Parent-Adolescent Conflict: Disagreement, Hostility, and Youth Maladjustment. *Journal of Family Theory & Review*, **8**, 95-110. <https://doi.org/10.1111/jftr.12126>
- [7] 姜子成. 儿童亲子关系冲突的研究[J]. 现代交际, 2012(10): 21.
- [8] Shek, D.T.L. (1997) Family Environment and Adolescent Psychological Well-Being School Adjustment and Problem Behavior: A Pioneer Study in a Chinese Context. *Journal of Genetic Psychology*, **1**, 113-118. <https://doi.org/10.1080/00221329709596656>
- [9] 吴云龙, 毛小霞, 田录梅. 亲子关系与青少年冒险行为的关系: 自控力的中介作用[J]. 中国临床心理学杂志, 2017, 25(2): 367-370.
- [10] Stafford, M., Kuh, D.L., Gale, C.R., *et al.* (2016) Parent-Child Relationships and Offspring's Positive Mental Wellbeing from Adolescence to Early Older Age. *The Journal of Positive Psychology*, **11**, 326-337. <https://doi.org/10.1080/17439760.2015.1081971>
- [11] 刘晓, 黄希庭. 社会支持及其对心理健康的作用机制[J]. 心理研究, 2010, 3(1): 3-8+15.
- [12] 万金, 周雯馨, 胡灵芝. 农民工随迁子女人际敏感性对心理健康的影响: 排斥知觉与朋辈支持的作用[J]. 中国特殊教育, 2021(8): 58-64.
- [13] 王旭, 刘衍玲, 林杰. 亲子关系对中学生心理健康的影响: 社会支持和心理素质的链式中介作用[J]. 心理发展与教育, 2022, 38(2): 263-271.
- [14] 杨会芹, 刘晖, 周宁. 社会支持在城市流动儿童生活事件与心理健康关系中的调节效应[J]. 中国临床心理学杂志, 2016, 24(6): 1120-1122.
- [15] Carolyn, G. (2010) Conceptualization and Measurement of Coping during Adolescence: A Review of the Literature. *Journal of Nursing Scholarship*, **42**, 166-185. <https://doi.org/10.1111/j.1547-5069.2009.01327.x>
- [16] Gauze, C., Bukowski, W.M., Aquan-Assee, J., *et al.* (1996) Interactions between Family Environment and Friendship and Associations with Self-Perceived Well-Being during Early Adolescence. *Child Development*, **67**, 2201-2216. <https://doi.org/10.2307/1131618>
- [17] Alipour, A. (2006) The Relationship of Social Support with Immune Parameters in Healthy Individuals: Assessment of the Main Effect Model. *Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology*, **2**, 134-149.
- [18] Crean, H.F. (2004) Social Support, Conflict Major Life Stressors, and Adaptive Coping Strategies in Latino Middle School Students: An Integrative Model. *Journal of Adolescent Research*, **19**, 657-676. <https://doi.org/10.1177/0743558403260018>
- [19] 张帆. 家庭背景、班级情境与青少年的跨群体交往[J]. 社会, 2022, 42(1): 180-211.
- [20] 徐杰, 张越, 詹文琦. 亲子沟通对青少年社会适应的影响:社会支持的中介作用[J]. 中国健康心理学杂志, 2016, 24(1): 65-68.