

父母元情绪理念对小学生社会适应影响的研究综述

刘晶*, 戴欢*

济南大学教育与心理科学学院, 山东 济南

收稿日期: 2022年4月14日; 录用日期: 2022年5月19日; 发布日期: 2022年5月26日

摘要

西方学者戈特曼(Gottman)受元认知研究启发提出的父母元情绪理念近几年受到国内外学者的关注, 指父母对子女以及自己的各种情绪反应的认知、理解、反应和感受。父母是孩子的第一任老师, 父母元情绪理念作为一种家庭情绪教育理念, 通过家庭环境, 直接影响到小学生的社会适应。综合国内外的实证研究, 从父母元情绪理念的概念、类型与测量; 社会适应的概念及测量, 来分析和论述父母元情绪理念与小学生社会适应的关系。

关键词

父母元情绪理念, 社会适应, 关系, 影响

A Review of the Influence of Parental Meta Emotion Concept on Pupils' Social Adjustment

Jing Liu*, Huan Dai*

The School of Education and Psychological Sciences, Jinan University, Jinan Shandong

Received: Apr. 14th, 2022; accepted: May 19th, 2022; published: May 26th, 2022

Abstract

The concept of parental meta emotion proposed by Gottman, a western scholar inspired by meta-cognitive research, has attracted the attention of scholars at home and abroad in recent years. It refers to the cognition, understanding, reaction and feeling of parents to their children and their

*共一作者。

own emotional reactions. Parents are the first teachers of their children. As a family emotional education concept, parents' meta emotion concept directly affects the social adaptation of primary school students through the family environment. By comprehensive empirical research at home and abroad, from the concept, type and measurement of parental meta emotion concept, the concept and measurement of social adaptation, the relationship between parents' meta emotional concept and primary school students' social adaptation is analyzed and discussed.

Keywords

Parents' Concept of Meta Emotion, Social Adaptation, Relationship, Influence

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. 父母元情绪理念的概念、类型与测量

(一) 父母元情绪理念的概念

西方学者戈特曼(Gottman et al., 1996)等人受到元认知等有关研究的影响, 提出元情绪这一概念。元认知, 是个体对自己的注意、记忆、思维等认知活动的认知。元情绪是指面对某种情绪所产生的情绪或感受。父母元情绪理念是一系列有关情绪有组织看法和观念, 是父母面对自我和儿童情绪表现时所产生的一组情绪、行为、态度与理念等思维模式。自父母元情绪理念的提出, 许多研究者对父母元情绪理念进行了深入的探讨。目前, 研究者基本上认为父母元情绪理念与其他教养理念一样, 影响个体的心理发展和社会适应。但与一般教养理念不同的是, 父母元情绪理念为情绪领域所特有(Eisenberg et al., 1998)(叶光辉, 胡台丽, 许木柱, 2002)且对教养结果的作用方式不同。通常情况下, 作为一种教养理念, 父母在与儿童青少年互动过程中, 呈现出独特的态度和行为模式, 它并不直接影响教养结果, 但却能营造某中情绪氛围, 潜移默化地让儿童倾向于接受或者拒绝父母的教养行为。而父母元情绪理念则可能直接影响教养结果(梁宗保, 严嘉新, 张光珍, 2020)。也有一些学者质疑上述观点, 如(Cowan, 1996)质疑父母的元情绪理念是否只有有效养育的作用, 是否仅仅是简单的情感性养育方式, 并对其做了增值贡献。(Katz et al., 1999)等人对结构和预测有效性做了量化分析以回应上述质疑, 并提出关注元情绪的“元”的内涵的建议。(叶光辉, 郑欣佩, 杨永瑞, 2004)认为, 父母元情绪理念是父母对自身和子女的情绪的感知、了解、评价和处理, 能够直觉性的感受到自身或子女表现出的情绪反应背后最真实的目的或需求, 是主要照顾者自身在特定情境下进行适当情绪表达或作为引导或教授其他个体处理情绪流露的重要依据。

(二) 父母元情绪理念的分类及测量

根据国内外学者的研究以及父母对儿童不同情绪反应的理解, 将父母元情绪理念进行了分类, 在父母元情绪理念的基本概念已形成共识的基础上, 许多研究者尝试发展各类测量工具对父母元情绪理念的结构进行探讨。

(Gottman et al., 1996)等人探讨了元情绪理念的要素。他们编制了《元情绪访谈》评价元情绪的要素。《元情绪访谈》是一种半结构访谈, 主要聚焦父母如何对自己和子女的情绪进行反应, 例如父母的意识、调节消极情绪的策略等。他们发现在应对负面情绪上, 父母之间的反应存在显著的差异, 这种差异主要是由于父母在对自我或者子女的情绪的敏感性不同以及对情绪反应的教养态度不同导致的。基于情绪觉

察和情绪教导两个维度, 父母元情绪理念主要包括情绪教导理念和情绪摒除理念。前者指父母对儿童情绪觉知的敏感程度, 通常能够以恰当的方式接纳和帮助孩子区别情绪感受; 后者是一种消极的父母情绪理念, 通常试图消除消极情绪, 采用回避、注意转移或者惩罚等方式减少孩子消极的情绪反应, 使孩子感受到消极情绪应该被排斥。(Gottman et al., 1996)等人提出的两种类型的父母元情绪理念的前提是父母卷入了来自自己或孩子的消极情绪, 但一些父母可能并未卷入到负性情绪中。(Katz et al., 1999)等人基于此, 编制了《元情绪访谈(修订版)》来探讨元情绪理念的类型。他们发现, 父母元情绪理念还存在一种情绪紊乱理念类型。情绪紊乱理念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。台湾学者(叶光辉, 郑欣佩, 杨永瑞, 2004)等人通过访谈和自然观察实验法, 认为亲子互动的差异主要表现在觉察、接受、沟通、原因、处理和教导等, 基于此项研究结果, 他们发现除了情绪教导、情绪摒除、情绪紊乱三种类型的父母元情绪理念外, 还有一种情绪不干涉理念, 即指父母对孩子的消极情绪反应无特别的态度和意向, 放任孩子自由表达任何情绪而不予干涉或反应。这种情绪不干涉理念在中国父母身上更为常见。

2. 社会适应的概念与测量

(一) 社会适应的概念

对于社会适应这一概念, 学术界并未达成一致的看法。斯宾塞最早提出“社会适应”这一概念(陈会昌, 1995), 他认为个体可以通过顺应、同化和遵从等实现对生活内在与外在关系的自主调试。在国外, 一些学者将社会适应理解为个体作为人类, 应当保持独立和承担的社会责任的一种机能(邹泓, 余益兵, 周晖, 刘艳, 2012)。一些学者则把社会适应当作一种心理过程, 是个体改变自己的行为方式以达到与环境平衡相处的过程(Hannum & Dvorak, 2004)。在我国, (戴斌荣, 柴江, 2011)等从对外和对内两个角度, 将社会适应理解为个体对外调节和对内控制的一种能力。不同的研究者对社会适应的定义各不相同。美国智力落后协会(Mahoney & Bergman, 2002)对适应行为的定义为“个体达到人们期望与其年龄和所处文化团体相适应的个人独立和社会责任标准的有效性和程度”。

我国学者(朱智贤, 1989)认为个体社会适应指“个体对现存的社会生活方式、行为准则以及道德规范的接受过程”。采用此种视角的学者还有我国台湾心理学家(张春兴, 1991), 他认为个体社会适应指“个体不断地接受学习或修正各种的社会行为和生活方式, 以求符合社会的标准与规范, 最终与社会环境维持一种和谐的关系”。

笔者综合各类学者对于社会适应的看法, 发现社会适应包含两个方面的特征: 一是个体自身与外在环境保持外在的和谐, 二是个体心理保持内在的平衡, 内在平衡和外在和谐两者之间相互联系紧密。

(二) 社会适应的内容与测量

由于对社会适应的概念, 各个学者所持观点不同, 使得对社会适应的衡量标准也不尽相同。国外最早开始研究社会适应, 其中较为典型的社会适应的研究者及其测量方式如下:

社会适应包含的内容非常丰富, 具有不同的内容结构。(Crick & Dodge, 1994)等人将社会适应归纳为三个方面: 与同伴交往程度, 表现出适应性、有能力的社会行为的程度以及抑制厌恶、能力不足行为的程度。他们认为可以通过儿童被同伴接纳的程度、儿童对同伴的攻击性程度、儿童在同伴互动中退缩的程度三个指标来考察儿童的社会适应状况。(Chen & French, 2008)将社会适应分为积极社会适应和消极社会适应: 积极适应行为一般包括社交主动、敏感合作、受同伴欢迎等亲社会行为; 消极适应行为一般包括愤怒攻击、违纪、焦虑、退缩等适应不良行为问题。社会主动性和行为控制是儿童社会能力的两个主要方面。(Jackson & Tisak, 2001)认为, 亲社会行为就是人们在社会交往中所表现出的谦让、帮助、合作、分享。甚至为了他人利益而做出自我牺牲的一切有助于社会和谐的行为及趋向。所以帮助、合作、分享、

安慰、捐赠、谦让等常被作为典型的亲社会行为进行研究。(Kim & Lee, 2015)认为幼儿的自我控制可以很好地解释其社会能力,在个体为了达到社会所期望的发展目标,需要不断地学习或修正自身的行为表现和生活方式。在此过程中,个体需要控制自己的行为,使之更加符合社会规范和期望,因此自我控制无疑是良好的社会适应中的一项必备技能。Gunzberg (Judge, 1978)提出从四个方面测量社会适应,这四个指标分别是:自理能力、沟通能力、社会化以及职业能力。这也是被当前大多数研究者借鉴最多的一个测量理论。此外,针对智力落后儿童,美国智力落后协会(Lambert, 1981)专门制定了社会适应行为量表,该量表主要针对3~17岁的儿童青少年。量表分为两个部分:一部分测量个体日常事务处理的能力,主要针对其处理事务的独立性和责任心进行测量;另一个部分测量与个体人格和行为有关的不适应性行为。Achenbach等人总结了大量的儿童精神科临床实践,制定了《儿童行为检测量表》(苏林雁,李雪荣,罗学荣,万国斌,杨志伟,1998),该量表从儿童的情绪、行为和社会能力三个角度,对个体的社会适应进行了测量。该量表在我国也得到了广泛的应用。

在我国,研究者对于社会适应的研究,大多数根据国外研究的测量或依照本土实际情况,自行拟定。例如,我国在国外《儿童行为检测量表》的基础上进行本土化修订,编制成《Child Behavior Checklist (CBCL) 家长用表-中国修订版》,主要测量儿童的社交能力和行为问题。这一量表在我国应用较广。(姚树桥,龚耀先,1993)等人制定了针对3~12岁儿童的《儿童适应行为评定量表》,(王永丽,林崇德,俞国良,2005)编制的“儿童社会适应量表”用于评估小学生社会适应发展状况。(陈伟民,桑标,2002)将自我控制归纳为克制一个优势反应而执行一个劣势反应的能力。自我控制是个体对自身心理和行为的主动掌控,儿童自我控制能力培养则是儿童社会化重要目标之一。自我控制能力不仅在早期儿童心理发展中占据重要地位,同时也对个体今后的发展产生深远影响,有研究证明如果在自我控制方面得分较高,预示着儿童社会适应良好,会拥有更理想的人际关系。

3. 父母元情绪理念与社会适应的关系

相关学者的研究表明父母的元情绪理念直接影响儿童社会适应,且这种影响在许多国家都得到了证实。例如,加拿大研究者(Lunkenheimer, Shields, & Cortina, 2007)通过对一些家庭的研究,发现母亲的情绪教导理念得分较高的家庭,其儿童的亲社会行为也更多。持情绪教导理念的父母,他们的孩子在遇到激惹性情境时,表现出更灵活的交往策略和社交能力(Katz et al., 2008)。欧洲一些学者的研究则表明,持有情绪摒除理念的父母,他们的孩子表现为更多的非适应性行为,且与情绪摒除理念正相关。(Gottman et al., 1996)的实证研究显示,父母的情绪教导理念与儿童三年后的外化问题行为关系密切,也与儿童的内化行为问题呈负相关。(Eisenberg et al., 1998)等人认为,父母的情绪教养目标或理念会引发不同的情绪社会化行为,而情绪社会化行为导致儿童不同的情绪唤醒水平,进而对情绪做出不同反应,最后影响到儿童的社会能力,在每一个过程中都会受到儿童气质等因素的调节。Denham (Denham & Queenan, 2003)等人提出,父母的情绪社会化行为首先会影响儿童的情绪理解和表达等情绪能力,而情绪能力进一步影响儿童的社会行为。Lagacé (Lagacé & Coplan, 2005)采用母亲情绪风格问卷和元情绪访谈对加拿大童年早期儿童的研究发现,在情绪教导理念上得分较高的父母,其孩子表现出了更多的亲社会行为。支持了父母元情绪理念对儿童社会适应的直接作用关系。(Lunkenheimer, Shields, & Cortina, 2007)等对欧洲中西部低收入人群体进行家庭叙事任务研究发现,父母情绪摒除理念则与儿童不良的适应性行为显著相关。

在我国,除了发现情绪教导理念和情绪摒除理念与上述类同的结果外,还对情绪紊乱理念和情绪不干涉理念进行了探究。他们发现,持有情绪紊乱理念或情绪不干涉理念的父母,儿童呈现更多的外显问题和社会适应不良问题(衡书鹏,2014)。胡瑞(胡瑞,梁宗保,张光珍,邓慧华,2017)等采用追踪设计对459名儿童的父母进行调查,考察父母元情绪、情绪反应与儿童社会适应的复杂作用关系。结果表明:

在控制前测儿童社会适应后, 1) 母亲的鼓励表达在情绪教导和儿童的违纪攻击、害羞焦虑, 父亲的情感关注在情绪教导和儿童的违纪攻击之间起中介作用; 2) 父母的关注在情绪教导和儿童违纪攻击之间起中介作用。

梁宗保(梁宗保, 张光珍, 陈会昌, 张萍, 2012)等认为父母元情绪理念对社会适应的影响, 其作用可以归结为: 父母持有不同的元情绪理念, 使得他们在亲子互动中表现出不同的情绪社会化行为, 进而影响到家庭的氛围。一般来说, 父母持有情绪教导理念, 在家庭中会更加积极表达情绪, 对儿童的消极情绪有更多的接纳, 形成积极的家庭氛围。在积极氛围中成长的儿童, 对社会规则也能更好的内化, 表现为良好的社会适应性。相反, 经常接受父母负性情绪表达的儿童, 他们则表现为更多适应不良。

4. 结论和展望

综上所述, 通过对文献的总结和思考, 发现虽然关于父母元情绪理论的研究较多, 但还存在一些问题:

首先, 许多研究虽然表明, 父母元情绪理念作为一种教养方式, 对儿童的情绪能力、学业投入及成绩、社会关系及心理健康水平等都有重大的影响, 但大多数研究关注的是母亲元情绪理念对儿童的影响, 对父亲元情绪理念与儿童发展的关系关注不足。父亲作为家庭的重要角色, 对儿童的影响举足轻重, 父亲的元情绪理念如何影响儿童值得探讨。

其次, 父母元情绪理念最初分为情绪教导理念和情绪摒除理念, 后来研究者进一步探讨, 补充了父母情绪紊乱和情绪不干涉理念。现有研究者对情绪教导和情绪摒除理念进行了较多关注, 但对父母情绪紊乱和情绪不干涉理念的研究较少, 且结果比较零散, 特别是情绪不干涉理念, 在西方国家研究更少, 但这一理念在很多中国家长身上很常见。

最后, 研究表明, 教养方式对儿童社会适应有直接的影响, 也有间接的影响。父母元情绪理念作为一种教养方式, 对儿童社会适应的影响已经被大量的实证研究所支持。

父母对自身和子女情绪反应所持的认知态度或理念, 决定了其在儿童情绪社会化过程中的情绪反应、教养行为。在对近 30 年国内外研究梳理的基础上, 从情绪教养视角分析了父母元情绪理念的内涵演变, 其在儿童社会化过程中的影响机制、年龄效应、调节因素及元情绪训练干预等。关于父母元情绪理念的研究, 未来还需在国内加大本土化研究, 发展多样化测量方法, 在拓展研究内容的基础上完善理论研究, 进而探索教育培养的实践干预, 改善父母元情绪理念以促进儿童健康的社会适应。

参考文献

- 陈会昌(1995). *中国学前教育百科全书, 心理发展卷*. 沈阳出版社.
- 陈伟民, 桑标(2002). 儿童自我控制研究述评. *心理科学进展*, (1), 6.
- 戴斌荣, 柴江(2011). 大学生社会适应性问卷的初步编制. *心理与行为研究*, 9(3), 202-208.
- 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+67.
- 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, 严嘉新, 张光珍(2020). 父母元情绪理念与儿童社会适应: 父母情绪反应的中介作用. *心理科学*, 43(3), 608-614.
- 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.
- 苏林雁, 李雪荣, 罗学荣, 万国斌, 杨志伟(1998). Achenbach 儿童行为量表的再标准化及效度检验. *中国心理卫生杂志*, 12(2), 4-6, 63.

- 王永丽, 林崇德, 俞国良(2005). 儿童社会生活适应量表的编制与应用. *心理发展与教育*, 21(1), 109-114.
- 姚树桥, 龚耀先(1993). 儿童适应行为评定量表的编制及城乡区域性常模的制定. *心理科学*, 16(1), 38-42.
- 叶光辉, 胡台丽, 许木柱(2002). 父母的后设情绪理念类型及测量(pp. 267-297). 台北: 台北中央研究院民族学研究所.
- 叶光辉, 郑欣佩, 杨永瑞(2004). 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.
- 张春兴(1991). *现代心理学*. 台湾东华书局.
- 朱智贤(1989). *心理学大辞典*. 北京师范大学出版社.
- 邹泓, 余益兵, 周晖, 刘艳(2012). 中学生社会适应状况评估的理论模型建构与验证. *北京师范大学学报(社会科学版)*, (1), 65-72.
- Chen, X., & French, D. C. (2008). Children's Social Competence in Cultural Context. *Annual Review of Psychology*, 59, 591-616. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.59.103006.093606>
- Cowan, P. A. (1996). Meta-Thoughts on the Role of Meta-Emotion in Children's Development: Comment on Gottman *et al.* *Journal of Family Psychology*, 10, 277-283. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.10.3.277>
- Crick, N. R., & Dodge, K. A. (1994). A Review and Reformulation of Social Information-Processing Mechanisms in Children's Social Adjustment. *Psychological Bulletin*, 115, 74. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.115.1.74>
- Denham, S. A., Blair, K. A., DeMulder, E., Levitas, J., Sawyer, K., Auerbach-Major, S., & Queenan, P. (2003). Preschool Emotional Competence: Pathway to Social Competence? *Child Development*, 74, 238-256. <https://doi.org/10.1111/1467-8624.00533>
- Eisenberg, N., Cumberland, A., & Spinrad, T. L. (1998). Parental Socialization of Emotion. *Psychological Inquiry*, 9, 241-273. https://doi.org/10.1207/s15327965pli0904_1
- Gottman, J. M., Katz, L. et al. (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>
- Hannum, J. W., & Dvorak, D. M. (2004). Effects of Family Conflict, Divorce, and Attachment Patterns on the Psychological Distress and Social Adjustment of College Freshmen. *Journal of College Student Development*, 45, 27-42. <https://doi.org/10.1353/csd.2004.0008>
- Jackson, M., & Tisak, M. S. (2001). Is Prosocial Behaviour a Good Thing? Developmental Changes in Children's Evaluations of Helping, Sharing, Cooperating, and Comforting. *British Journal of Developmental Psychology*, 19, 349-367. <https://doi.org/10.1348/026151001166146>
- Judge, C. (1978). "Experiments in the Rehabilitation of the Mentally Handicapped", HC Gunzberg. 336 Pages. Butterworth London (Pds. 5.00 UK). *Children Australia*, 3, 79. <https://doi.org/10.1017/S0312897000066640>
- 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. <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 M. J. Cox, & J. Brooks-Gunn (Eds.), *Conflict and Cohesion in Families: Causes and Consequences* (pp. 131-165). Lawrence Erlbaum.
- Kim, Y. S., & Lee, S. (2015). The Effects of General Characteristics, Maternal Parenting Behaviors and Children's Self-Control Ability on the Social Competence of Children. *Korean Journal of Child Studies*, 36, 163-185. <https://doi.org/10.5723/KJCS.2015.36.1.163>
- 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>
- Lambert, N. (1981). *Diagnostic and Technical Manual of AAMD ABS, School Edition* (pp. 2-3). CTB/McGraw Hill.
- 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>
- Mahoney, J. L., & Bergman, L. R. (2002). Conceptual and Methodological Considerations in a Developmental Approach to the Study of Positive Adaptation. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 23, 195-217. [https://doi.org/10.1016/S0193-3973\(02\)00104-1](https://doi.org/10.1016/S0193-3973(02)00104-1)