

# 父母心理控制研究述评：前因变量分析

张怡然\*, 刘路遥, 朱海娟#

山东中医药大学健康学院, 山东 济南

收稿日期: 2022年6月8日; 录用日期: 2022年7月6日; 发布日期: 2022年7月15日

## 摘要

部分父母在养育孩子的过程中表现出消极教养行为, 心理控制便是不利于孩子发展的消极养育方式之一。本文阐述了父母心理控制的定义, 并对父母心理控制与行为控制进行区分; 总结了父母心理控制这一养育方式易对孩子的成长产生消极影响, 具体表现在孩子的内化问题与外化问题两方面; 正是由于当心理控制掺杂于父母之爱中时, 可能对孩子的发展产生不可逆的阻碍作用, 多项研究围绕父母心理控制展开并发现, 父母个性特征、分离焦虑、压力及负性情绪、育儿观念、文化差异以及子女的行为等因素均为影响父母使用心理控制策略的前因变量。

## 关键词

父母心理控制, 前因变量分析, 父母个性特征, 育儿观念

# Review of Parental Psychological Control Research: Antecedent Variable Analysis

Yiran Zhang\*, Luyao Liu, Haijuan Zhu#

College of Health Sciences, Shandong University of Traditional Chinese Medicine, Jinan Shandong

Received: Jun. 8<sup>th</sup>, 2022; accepted: Jul. 6<sup>th</sup>, 2022; published: Jul. 15<sup>th</sup>, 2022

## Abstract

Some parents show negative parenting behavior in the process of raising children, and psychological control is one of the negative parenting ways that is not conducive to the development of children. This paper expounds the definition of parental psychological control, and distinguishes parental psychological control from behavioral control. It is concluded that parental psychological control, a parenting style, is likely to have a negative impact on children's growth, which is mani-

\*第一作者。

#通讯作者。

fested in two aspects: children's internalization and externalization. Because when psychological control doping in parental love may cause irreversible block to the development of children, a number of studies focused on parental psychological control and found that: parental personality characteristics, separation anxiety, stress and negative emotions, parenting concepts, cultural differences, children's behavior and other factors were antecedent variables affecting the use of psychological control strategies by parents.

## Keywords

Parental Psychological Control, Antecedent Variable Analysis, Parental Personality Characteristics, Parenting Concept

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. 父母心理控制的概念

### 1.1. 父母心理控制的定义

Barber 将父母心理控制定义为父母对儿童的情感和需求较少做积极反应, 抑制儿童独立表达和自主性的一种社会化压力, 具体而言是指父母对孩子思想、感情和依恋的侵入与操纵(Barber, 1996)。父母心理控制可通过多种养育行为呈现: 爱的收回、负罪感诱导、观点无效化。爱的收回是指父母对孩子的关心、关注与爱取决于孩子是否达到了父母的标准(例如, 若孩子没有按照父母的想法做某事, 父母则威胁孩子要收回爱); 负罪感诱导是指父母通过引起孩子的愧疚向子女施加负罪感及压力, 迫使孩子服从要求(例如, 父母不断强调自己的付出与牺牲); 观点无效化是指父母限制孩子自由地表达思想和感情, 否定孩子的感受(例如, 当孩子表达自身感受时父母打断、批评孩子)。虽然父母心理控制通常没有爆发式的强烈情感或公开的敌意(例如, 大喊大叫、侮辱), 是一种相当隐蔽的控制类型, 但此种育儿方式会干扰、抑制儿童的心理发展, 对孩子而言是一种持续性的消极体验。Barber 对心理控制的描述较为系统、全面, 此后学者多采用这一定义开展对该研究领域的探索。

### 1.2. 父母心理控制与父母行为控制的区别

父母常采用的控制型教养方式包括心理控制与行为控制两种, 二者具有不同的侧重点: 父母心理控制侧重于控制孩子的情绪、意识方面; 父母行为控制则侧重于构建、规范孩子的行为(Barber, Olsen, & Shagle, 1994)。

父母采用心理控制时, 运用一些侵入性、抑制性的隐蔽策略向孩子施加压力, 试图控制孩子的内心体验(Soenens & Vansteenkiste, 2010), 其特点是对孩子的需求没有反应; 父母行为控制是指父母通过采取与孩子沟通规则、明确界限、制定纪律等方式监督孩子的行为, 并不断进行规范和调整(Rogers, Padilla-Walker, McLean et al., 2020)。正是由于父母行为控制与父母心理控制间的区别, 使得二者对儿童发展产生不同的影响: 父母行为控制通过不断规范、调整孩子的社会行为, 为儿童提供了一套明确的恰当行为指南, 在一定层面上保护了儿童免受外化行为的影响; 而父母心理控制则与儿童的内化问题相关, 侵犯儿童的自主性, 干扰儿童自我意识的建立(Soenens & Vansteenkiste, 2010)。

虽然父母心理控制与父母行为控制侧重点各有不同, 但二者在部分情境下没有明确的界限, 可同时

出现在养育方式中。父母可通过采用心理控制的手段来调整孩子的行为，部分行为控制策略也会影响孩子的想法和感受。当父母所采用的行为控制方式伴随着育儿压力的传达时，例如体罚或以收回权利的名义威胁孩子，此时的父母行为控制与父母心理控制具备共同的中心特征——压力和胁迫(Soenens & Vansteenkiste, 2010)。

## 2. 父母心理控制对个体发展的影响

父母心理控制是孩子青春期早期的一个关键压力源，这种侵入性的养育方式可破坏孩子的自主性，对儿童诸多方面的发展起负面作用，并且这种不良影响的作用是持久的，甚至可一直延续到成年(Loeb, Kansky, Tan et al., 2020)。具体而言，父母心理控制对个体发展的影响表现在内化问题 and 外化问题两方面。

### 2.1. 内化问题

在内化问题方面，首先，父母心理控制可导致儿童的焦虑水平上升，有研究发现家庭中母亲越倾向采用心理控制这一养育方式，其子女越容易表现出更多的焦虑症状(Deng, Bi, & Zhao, 2021)；其次，有研究发现母亲心理控制——情感控制这一因子与儿童的无助感呈正相关，即母亲爱的回收、负罪感诱导行为与孩子无助感的增加有关(Jang & Lee, 2021)；此外，有研究认为，成长于父母采用心理控制型养育方式家庭中的青少年，可能由于青春期缺乏否定父母评判、羞辱的能力而逐渐将这类信息内化并形成一种信念体系：认为自己确实毫无价值，今后的人生也无法取得多大成就。这种内化可能对青少年自我概念产生负面影响，进而影响孩子共情能力的发展(Choe, Lee, & Read, 2019)；最后，高水平的父母心理控制还预示着较低的情绪调节能力和自尊水平。

### 2.2. 外化问题

除内化问题外，父母过度使用心理控制还可能导致孩子表现出更多外化问题。高程度的父母心理控制易阻碍青少年对自主性、能力和亲缘性的体验，被父母挫败的青少年会通过自我控制的释放补偿情感需求，从而导致攻击行为(McClain, Manring, Frazer et al., 2020)、网络失范行为(Hsieh, 2020)等外化行为的增加(Bai, Liu, & Xiang, 2020)。有研究发现，父母心理控制可能导致亲子关系质量下降(Xu, Bullock, Yang et al., 2020)；孩子在青春期早期感知到的父母心理控制可能负面塑造他们对亲密关系的期望(Loeb, Kansky, Tan et al., 2020)。

## 3. 父母心理控制的前因变量分析

正是由于父母心理控制对个体成长发展易造成系列负面影响，使得学者不断探寻父母心理控制的前因变量。研究发现，父母的个性特征(Soenens, Vansteenkiste, & Luyten, 2010)、分离焦虑(Soenens & Vansteenkiste, 2010)、压力及负性情绪(Scharf & Goldner, 2018)、育儿观念(Shek, 2006)、文化差异(Wuyts, Chen, Vansteenkiste et al., 2015)以及子女的行为(Gao, Bullock, & Liu, 2021)等因素均会影响父母心理控制策略的使用。

### 3.1. 父母个性特征对父母心理控制策略使用的影响

在众多父母个性特征中，消极完美主义与成就导向型父母心理控制关系密切(Soenens & Vansteenkiste, 2010)。具有消极完美主义特征的父母过度关注“犯错误”，并极力避免失败，他们在生活中以高标准要求自己，认为失败对自我价值而言是一种威胁。此类型的父母正如他们强迫自己臻于完美一样，也会采取同样严苛的方式对待自己的孩子——要求孩子追求完美并取得高水平成就。此时心理控制就成为父母强加这些标准的手段，比如父母批判性地评估孩子的行为，当孩子没有达到父母期望或表现得

够理想时，父母通过引发内疚、收回爱的方式对孩子进行心理控制，迫使孩子达到他们的成就标准。

### 3.2. 分离焦虑对父母心理控制策略使用的影响

高水平的分离焦虑与依赖型父母心理控制有关，父母通过控制型教养方式向孩子施压，要求与孩子保持紧密的情感联系(Scharf & Goldner, 2018)。“分离焦虑”的父母认为：孩子独立能力的提高意味着他们即将与父母分离。在高分离焦虑的驱使下，父母无法忍受孩子日益增长的独立性以及随之带来的分离感，并认为孩子在自主性和独立性方面的尝试威胁着亲子关系，因此他们采用心理控制的策略对孩子进行限制。根据家庭系统理论，灵活的亲子界限对孩子的毕生发展具有重要作用(Scharf & Goldner, 2018)，然而这种父母极端“分离焦虑”的家庭特点正是成员间缺乏人际界限，父母使用心理控制将孩子“禁锢”在严格定义的家庭范围内，迫使孩子在身体上、情感上和父母保持密切距离，不允许儿童拥有自己的生活和经历，阻碍了孩子健康个体化的发展(Soenens, Vansteenkiste, & Luyten, 2010)。

### 3.3. 压力及负性情绪对父母心理控制策略使用的影响

研究者认为，高压力的外部生活环境是控制型育儿的强有力预测因素(Scharf & Goldner, 2018)。充满压力的生活和经济困难消耗父母的应对资源，给父母带来沉重的负担，在此情境下，他们感到无助、不知所措，并难以找到更具建设性和适应性的策略以应对孩子的日常行为。例如，社会经济地位较低的父母倾向于给孩子设立不切实际的目标，将孩子与同龄人进行横向比较并过度批评孩子的错误(Xu, Xia, & Pang, 2021)。长期的压力环境促使父母在亲子互动中采取心理控制的手段，父母需要通过控制孩子的情感和行为这一方式来保护孩子免受压力环境所带来的风险，使孩子远离麻烦。另外，压力事件下父母的压力体验剧增，压力环境所产生的紧迫感也可能导致父母对孩子采取更多的心理控制。

此外，诱发父母使用心理控制育儿策略的这种不堪重负感，有时不一定来自真实或客观的外部压力源，也可能来自父母内部的因素。父母心理控制的使用与他们的负性情绪有关。在某一天内父母报告的负性情绪越多，其当天使用的心理控制水平越高，消极情绪所带来的痛苦可能是父母在育儿过程中使用心理控制的一个风险因素(Aunola, Viljaranta, & Tolvanen, 2017)。高水平的消极情绪而并非低水平的积极情绪与父母心理控制的使用相关，即相较于积极情绪的匮乏，消极情绪的高涨更能反映出父母的痛苦程度及心理控制水平。负性情绪所带来的焦虑和压力，可能使父母没有足够的心理资源去思考那些或许更合适的育儿策略，同时，负性情绪水平较高的父母倾向采取更消极的视角观察、解释孩子的行为，进一步强化父母心理控制的使用。

### 3.4. 育儿观念对父母心理控制策略使用的影响

研究发现，父母对传统育儿观念的认同影响着心理控制策略的使用，二者呈正相关关系，即越信奉传统育儿观念的父母，在育儿实践中越倾向采用心理控制的策略(Shek, 2006)。“夫孝，德之本也，教之所由生也。”(《孝经·开宗明义章》)，可见“孝”在传统观念中具有重要地位。有研究认为传统育儿观念强调等级，强调孝敬父母；教导孩子对父母应绝对服从与依赖；甚至有些育儿观念具有严厉、过度惩罚孩子的倾向(例如“棍棒底下出孝子”)。这种育儿观念影响着父母对孩子使用情感控制、行为控制的偏好(Chen, Zhu, Yu et al., 2020)。父母受此影响更倾向于干预、监督孩子的行为；更依赖于通过利用主张权威、爱的收回等方式引导孩子遵守父母制定的规则，迫使孩子服从父母权威。

### 3.5. 文化差异对父母心理控制策略使用的影响

研究发现父母心理控制的使用策略具有跨文化差异，我国父母在养育过程中更频繁地使用心理控制，原因之一在于本土的“面子”文化——若孩子在学业和事业上取得成功，父母则“最有面子”，即这部



分父母认为他们的自我价值与孩子的表现有关。当父母持有“以孩子的成功或失败来衡量自我价值”这种认知信念时，他们会将心理控制作为培养“成功孩子”的捷径。此外，有些父母将孩子视为自己的一部分，把自己未实现的梦想投射到孩子身上，要求孩子达成他们未完成的抱负。例如，父母引导孩子所学习的特长或爱好，可能是父母本身未达成的愿望，父母试图通过心理控制引导孩子替自己弥补内心的遗憾(Wuyts, Chen, Vansteenkiste et al., 2015)。

### 3.6. 子女的行为对父母心理控制策略使用的影响

子女的行为对家庭内的育儿实践产生重要影响，儿童的一些不良行为表现促使父母采取消极的教养方式，比如心理控制。研究发现，情感或行为失调的青少年更有可能引发父母使用心理控制这一养育方式，例如青少年的抑郁症状预测母亲心理控制水平上升；那些具有高攻击性水平的青少年容易引起亲子冲突，进而导致其父母更倾向采用心理控制作为管教子女的手段(Steeger & Gondoli, 2013)。随着青少年年龄的增长及其自主性、情绪控制能力的提高，母亲报告的心理控制水平(包括爱的收回、内疚诱导和羞耻感等方式)下降，父母对孩子的影响力逐渐减弱(Rogers, Memmott-Elison, Padilla-Walker et al., 2019)。可见，除父母自身因素外，孩子的行为也影响着父母对养育方式的选择。

## 4. 小结

弗洛姆认为，爱是一种能力，一门艺术。为人父母是一个需要自身不断提高的过程，父母应不断反思、学习如何向孩子表达爱；如何维系良好的亲子关系；如何以更恰当的养育方式对待孩子。本文从父母心理控制这一养育方式入手，阐述了父母心理控制对个体发展的影响，总结了前人关于父母心理控制前因变量的探索，有助于进一步加深对该养育方式的了解，帮助父母将自己对孩子的关怀与爱转化为更恰当的教养技巧。

## 致 谢

感谢朱海娟副教授对文章的指导。

## 参考文献

- Aunola, K., Viljaranta, J., & Tolvanen, A. (2017). Does Daily Distress Make Parents Prone to Using Psychologically Controlling Parenting? *International Journal of Behavioral Development, 41*, 405-414. <https://doi.org/10.1177/0165025416658555>
- Bai, L., Liu, Y., & Xiang, S. (2020). Associations between Parental Psychological Control and Externalizing Problems: The Roles of Need Frustration and Self-Control. *Journal of Child and Family Studies, 29*, 3071-3079. <https://doi.org/10.1007/s10826-020-01810-5>
- Barber, B. K. (1996). Parental Psychological Control: Revisiting a Neglected Construct. *Child Development, 67*, 3296-3319. <https://doi.org/10.2307/1131780>
- Barber, B. K., Olsen, J. E., & Shagle, S. C. (1994). Associations between Parental Psychological and Behavioral Control and Youth Internalized and Externalized Behaviors. *Child Development, 65*, 1120-1136. <https://doi.org/10.2307/1131309>
- Chen, Y., Zhu, J., Yu, C., Wang, M., Zhu, Y., & Zhang, W. (2020). The Explanatory Mechanism of Child Impulsivity in the Bidirectional Associations between Parental Psychological Control and Child Physical Aggression. *Journal of Child and Family Studies, 29*, 2039-2050. <https://doi.org/10.1007/s10826-019-01650-y>
- Choe, S. Y., Lee, J. O., & Read, S. J. (2019). Self-Concept as a Mechanism through which Parental Psychological Control Impairs Empathy Development from Adolescence to Emerging Adulthood. *Review of Social Development, 29*, 713-731. <https://doi.org/10.1111/sode.12431>
- Deng, N., Bi, H., & Zhao, J. (2021). Maternal Psychological Control and Rural Left-Behind Children's Anxiety: The Moderating Role of Externalizing Problem Behavior and Teacher Support. *Frontiers in Psychology, 12*, Article ID: 624372. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.624372>
- Gao, D., Bullock, A., & Liu, J. (2021). Cross-Lagged Panel Analyses of Maternal Psychological Control and Young Ado-

- lescents' Emotion Regulation. *Journal of Adolescence*, 87, 52-62. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2021.01.001>
- Hsieh, Y. (2020). Parental Psychological Control and Adolescent Cyberbullying Victimization and Perpetration: The Mediating Roles of Avoidance Motivation and Revenge Motivation. *Asia Pacific Journal of Social Work and Development*, 30, 212-226. <https://doi.org/10.1080/02185385.2020.1776153>
- Jang, Y., & Lee, K. (2021). The Effect of Mothers' Anxiety, Psychological Control, and Attention to Academic Achievement on Korean Early Childhood Children's Helplessness. *Child Indicators Research*, 14, 1157-1174. <https://doi.org/10.1007/s12187-020-09781-1>
- Loeb, E. L., Kansky, J., Tan, J. S., Costello, M. A., & Allen, J. P. (2020). Perceived Psychological Control in Early Adolescence Predicts Lower Levels of Adaptation into Mid-Adulthood. *Child Development*, 92, e158-e172. <https://doi.org/10.1111/cdev.13377>
- McClain, C. M., Manring, S., Frazer, A. L., Christian Elledge, L., & Fite, P. J. (2020). The Moderating Effects of Child-Perceived Parental Psychological Control on the Association between Functions of Aggression and Peer Victimization in Elementary School Children. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 42, 281-295. <https://doi.org/10.1007/s10862-019-09771-w>
- Rogers, A. A., Memmott-Elison, M. K., Padilla-Walker, L. M., & Byon, J. (2019). Perceived Parental Psychological Control Predicts Intra-individual Decrements in Self-Regulation throughout Adolescence. *Developmental Psychology*, 55, 2352-2364. <https://doi.org/10.1037/dev0000818>
- Rogers, A. A., Padilla-Walker, L. M., McLean, R. D., & Hurst, J. L. (2020). Trajectories of Perceived Parental Psychological Control across Adolescence and Implications for the Development of Depressive and Anxiety Symptoms. *Journal of Youth and Adolescence*, 49, 136-149. <https://doi.org/10.1007/s10964-019-01070-7>
- Scharf, M., & Goldner, L. (2018). "If You Really Love Me, You Will Do/Be...": Parental Psychological Control and Its Implications for Children's Adjustment. *Developmental Review*, 49, 16-30. <https://doi.org/10.1016/j.dr.2018.07.002>
- Shek, D. T. L. (2006). Assessment of Perceived Parental Psychological Control in Chinese Adolescents in Hong Kong. *Research on Social Work Practice*, 16, 382-391. <https://doi.org/10.1177/1049731506286231>
- Soenens, B., & Vansteenkiste, M. (2010). A Theoretical Upgrade of the Concept of Parental Psychological Control: Proposing New Insights on the Basis of Self-Determination Theory. *Developmental Review*, 30, 74-99. <https://doi.org/10.1016/j.dr.2009.11.001>
- Soenens, B., Vansteenkiste, M., & Luyten, P. (2010). Toward a Domain-Specific Approach to the Study of Parental Psychological Control: Distinguishing between Dependency-Oriented and Achievement Oriented Psychological Control. *Journal of Personality*, 78, 217-256. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2009.00614.x>
- Steeger, C. M., & Gondoli, D. M. (2013). Mother-Adolescent Conflict as a Mediator between Adolescent Problem Behaviors and Maternal Psychological Control. *Developmental Psychology*, 49, 804-814. <https://doi.org/10.1037/a0028599>
- Wuyts, D., Chen, B., Vansteenkiste, M., & Soenen, B. (2015). Social Pressure and Unfulfilled Dreams among Chinese and Belgian Parents: Two Roads to Controlling Parenting via Child-Invested Contingent Self-Esteem. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 46, 1150-1168. <https://doi.org/10.1177/0022022115603125>
- Xu, G., Bullock, A., Yang, P., & Liu, J. (2020). Psychological Control and Internalizing Problems: The Mediating Role of Mother-Child Relationship Quality. *Parenting: Science and Practice*, 21, 108-117. <https://doi.org/10.1080/15295192.2020.1831295>
- Xu, X., Xia, M., & Pang, W. (2021). Family Socioeconomic Status and Chinese High School Students' Test Anxiety: Serial Mediating Role of Parental Psychological Control, Learning resources, and Student Academic Self-Efficacy. *Scandinavian Journal of Psychology*, 62, 689-698. <https://doi.org/10.1111/sjop.12750>