

# 青少年情绪敏感对共情的影响： 中介作用和调节作用

罗云<sup>1</sup> 郭昕<sup>2</sup>

(1.肇庆学院教育科学学院 广东肇庆 526163)

(2.佛山市顺德区均安镇星槎小学 广东佛山 528329)

**【摘要】** 目的：揭示情绪敏感性与自我情绪控制在同伴沟通对青少年共情影响的有调节的中介效应。方法：广东地区 1157 例初高中生为研究对象，采用父母与同伴依恋问卷中文版、情绪智力量表、道德敏感性问卷、人际反应指标问卷问卷对其进行问卷调查。结果：（1）在情绪敏感性对青少年共情的影响中自我情绪管理起到部分中介作用。（2）自我情绪管理的部分中介效应与情绪敏感性对共情的直接效应均受到了同伴沟通的调节。

**【关键词】** 青少年；情绪敏感性；共情；自我情绪管理；同伴沟通

**DOI:** 88888888888888888888888888888888

共情对于个体和社会的发展都具有非同寻常的重要意义和价值。从个体层面来说，共情有助于帮助个体与他人建立情感联系，抑制或减弱其攻击性，促进其亲社会行为和合作<sup>[1]</sup>。它是个体顺利适应社会的重要标志之一。从社会层面来说，共情被认为是促进社会中利他性行为的动机因素，有助于形成积极向上、和谐共赢的社会道德风气<sup>[2]</sup>。共情包括情绪共情和认知共情这两个心理过程<sup>[3]</sup>。情绪共情是一个自动的、应激的过程，在这一过程中，个体首先觉知到他人的情绪，而后自身也出现相应的情绪唤起，体现个体对他人的情绪所产生的分享或共鸣。这个概念与一个人的情绪敏感性密切相关，它指一个人对他人的情绪的警觉和脆弱程度。

沙赫特提出的情绪三要素理论认为情绪产生于来自环境的刺激、身体的生理转变以及对于认知的过程之间的交互作用，这一理论的重点是强调了认知过程对情绪进行管理和调控<sup>[4]</sup>。情绪的调节和管控是由 Daniel Goleman 最先提出，他认为个人有良好的能力来调节自己的情绪，并对生活中的压力事件作出适当的反应，适当地降级，并以积极的态度来调节消极的情绪。管理自己情绪的能力是一种心理特征，也是感知、监控和处理自己情绪的能力，以及识别和适当应对周围情况的能力<sup>[5]</sup>。由此本研究试着探讨情绪敏感性、共情与自我情绪管理的关系。

对于青少年来说，同伴关系是他们成长与发展中的重要课题，它是青少年社会化的一个关键影响因素，会对个体的各方面产生积极影响<sup>[6]</sup>，有研究表明同伴依恋能预测个体的共情能力，因此本研究将同伴依恋中的同伴沟通这一维度引入研究中，与情绪敏感性、共情和自我情绪管理共同构建一个有调节的中介模型（如图 1）。

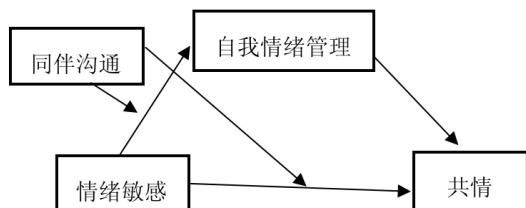


图 1 理论模型

## 1、方法

### 1.1 被试

本研究采用问卷调查法，以广东地区 1197 青少年为研究对象，共回收有效问卷 1157 份，男生 504 名，女生 653 名。

### 1.2 工具

#### 1.2.1 人际反应指标问卷 (IRI) [7]

人际反应指针量表 (Interpersonal Reactivity Index, IRI) 是在共情的两成分论被越来越多的学者接受后，由 Davis(1983) 在共情的多维理论建构的基础上所编制的共情能力测量工具，该量表包括观点采集、想象、个人忧伤和共情关注四个因子，从共情的认知与情感两个方面进行考察，用 1-5 计分，每个维度各有 7 道题，每个维度相加得到的总分越高，则共情能力越强。本研究的 Cronbach's  $\alpha$  系数是 0.83。

#### 1.2.2 父母与同伴依恋问卷中文版 (Inventory of Parent and Peer Attachment, IPPA) [8]

研究采用该问卷中的“同伴依恋”分量表对青少年的同伴依恋进行测量，量表包含 25 个题目，由 3 个维度组成分别是：同伴信任、同伴沟通、同伴疏离，本研究仅关注同伴沟通这一维度。该维度分为低、中、高、三个水平。同伴沟通的 Cronbach's  $\alpha$  系数为 0.89。

#### 1.2.3 情绪智力量表 [9]

该量表由斯科特编，王才康译，是一份自陈问卷，涵盖了 33 个题目，采用 5 点计分法，被试根据自身情况的选择数字（1= 很不符合，5= 很符合）。情绪智力是准确的感知、评估和表达情绪的能力（情绪感知）；对思维产生积极影响的情感能力（运用情绪促进思维）；理解情绪以及情绪认知的能力（理解情绪）；调控情绪和情绪智力发展的能力（调控情绪），5 级评分，得分越高，表明个体的情绪智力越高。本研究仅使用自我情绪管理这一重要维度。自我情绪管理的 Cronbach's  $\alpha$  系数为 0.82。

#### 1.2.4 中学生道德敏感性问卷

该问卷由杜飞月编写，其包含四大项目，分别由两个小项目组成，共涵盖了 35 个题目，采用 5 点记分。项目一“责任敏感性”包括宽容和责任归属；项目二“规范敏感性”由社会公德感和尊重他人组成；项目三“情绪敏感性”由情感传达和情感理解组成；项目四“人际敏感性”由处理人际关系差异和关心爱护他人组成。本研究仅关注情绪敏

感性这一大项目。中学生情绪敏感性的 Cronbach 's  $\alpha$  系数为 0.88。

### 1.3 数据处理

本研究采用问卷的方式,以问卷星为发布和收集问卷的工具,对广东肇庆的 1197 名青少年实施调查,部分被试未完成所有题目,这部分问卷为无效问卷,因此共回收有效问卷 1157 份,有效问卷占比达 96.66%,平均年龄  $16.11 \pm 0.97$  岁。其中,女生 653 人 ( $15.99 \pm 0.88$  岁),男生 504 人 ( $16.26 \pm 1.05$  岁)。本研究主要采用 SPSS26.0 以及 Hayes(2013)的 SPSS 宏程序 PROCESS 对数据进行整理分析。首先,使用 PROCESS 的模型 8 进行调节效应检验,再采用线性回归对自我情绪管理进行中介效应检验,本研究进行了共同方法偏差检验,该检验采用了 Harman 单因子检验法。检验结果显示,有 8 个特征值大于 1 的因子,且第一个因子解释的变异量为 28.02%,该结果低于 40% 的临界标准,结果表明共同方法偏差不明显。

## 2、结果与分析

### 2.1 各变量之间的相关分析

为初步探索情绪敏感、自我情绪管理、同伴沟通以及共情四个变量之间的关系,对这些变量进行了描述统计和相关分析。显示各变量之间均呈显著正相关。

### 2.2 青少年情绪敏感影响共情:有调节的中介效应检验

首先将所有变量进行统一的标准化处理,然后在严格控制性别变量的情况下进行调节的中介效应分析,本研究过程中的所有分析过程均采用 SPSS 宏程序 PROCESS 进行。采用偏差校正的百分位 Bootstrap 方法进行检验,并重复取样 5000 次,计算 95% 的置信区间。

第一步,先对简单中介模型进行检验。在有调节的中介模型中,简单中介模型是有调节的中介模型的基础,因此对其先进行检验。基于温忠麟和叶宝娟的理论,中介效应成立需要满足以下三个条件:(1)情绪敏感性对青少年共情的作用显著;(2)情绪敏感性对自我情绪管理的作用显著;(3)自我情绪管理对青少年共情的作用显著。先对自我情绪管理在情绪敏感性与青少年共情之间的中介作用通过 model4 进行检验。回归分析表明,各变量之间均呈显著正相关。具体表现为情绪敏感与青少年共情、同伴沟通及自我情绪管理均呈显著正相关 ( $p < 0.01$ );自我情绪管理与青少年共情呈显著正相关 ( $p < 0.01$ )。因此,自我情绪管理能力在情绪敏感性和青少年共情之间存在中介作用,中介模型成立。

第二步,同伴沟通在情绪敏感性与自我情绪管理之间的调节作用通过 SPSS 宏程序 PROCESS 的 Model1 进行检验,情绪敏感性和它的交互项能显著正向预测青少年共情 ( $\beta = -0.01$ ,  $t = -2.84$ ,  $p < 0.01$ ),且其与自我情绪管理以及情绪敏感性呈显著正相关,说明它在情绪敏感和自我情绪管理之间起到调节作用,即中介模型的前半段路径的调节作用成立。

第三步,对情绪敏感性、自我情绪管理、同伴沟通和青少年共情采用 SPSS 宏程序 PROCESS 的 Model8 进行有调节的中介模型检验。对 3 个回归方程的参数进行评估是有调节的中介模型检验成立的基础:

(1)情绪敏感性对青少年共情的总效应显著;

(2)情绪敏感性对自我情绪管理的预测作用显著,且其对共情的预测作用显著;

(3)同伴沟通对情绪敏感和共情之间的调节作用显著,且其对情绪敏感和自我情绪管理之间的调节作用显著。如果满足以上 3 个条件,则证明有调节的中介模型成立,该模型满足了以上 3 个条件,因此有调节的中介模型成立。

### 2.3 自我情绪管理的中介作用检验

本研究在控制性别的条件下,检验自我情绪管理在情绪敏

感和青少年共情中的中介作用。数据分析结果显示情绪敏感性对青少年共情有显著的正向预测作用 ( $\beta = 0.46$ ,  $p < 0.001$ ),情绪敏感性对自我情绪管理有显著的显著正向预测作用 ( $\beta = 0.06$ ,  $p < 0.001$ ),当情绪敏感性与自我情绪管理一同预测青少年共情时,在自我情绪管理对青少年共情的正向预测作用显著 ( $\beta = 1.26$ ,  $p < 0.001$ ),情绪敏感性对青少年共情仍然起到显著的正向预测作用 ( $\beta = 0.27$ ,  $p < 0.001$ )。研究结果表明,自我情绪管理在情绪敏感性和青少年共情之间起到部分中介作用,其中介效应是 0.57,95% 的 Bootstrap 置信区间为  $[0.46, 0.68]$ ,并且中介效应占总效应的 72.82%。

### 2.4 同伴沟通的调节作用检验

首先,检验同伴沟通在情绪敏感与自我情绪管理间的调节作用。分别将同伴沟通的得分按照平均数正负一个标准差分为高同伴沟通组以及低同伴沟通组两组,进行简单效应分析。其水平较低时 ( $M - 1SD$ ),情绪敏感性显著正向预测自我情绪管理;其水平较高时 ( $M + 1SD$ ),情绪敏感性也能正向预测自我情绪管理。

其次,检验同伴沟通在情绪敏感到青少年共情上的调节作用。把同伴沟通得分按照平均数正负一个标准差分为高、低两组,进行简单效应分析。其水平较低时 ( $M - 1SD$ ),情绪敏感性显著正向预测青少年共情。其水平较高时 ( $M + 1SD$ ),情绪敏感性对青少年共情的正向预测作用增强。之后又分析在不同同伴沟通水平下 ( $M - 1SD$ ;  $M$ ;  $M + 1SD$ ) 自我情绪管理在情绪敏感性与青少年共情之间的中介效应值及其 95% 置信区间 (表 4),得到的结果与简单效应分析的结果一致,自我情绪管理的在同伴沟通低水平下中介效应显著,且随着同伴沟通水平不断升高,自我情绪管理在情绪敏感性和青少年共情的中介效应也不断提高。

## 3、讨论

### 3.1 情绪敏感性对青少年共情的直接影响

研究表明,情绪敏感性是共情发展的重要前提。本研究结果也显示情绪敏感性对青少年共情有正向的预测作用,这与以往研究结果一致<sup>[11]</sup>。“狂暴期”、“反叛期”是青少年情绪发展面临的普遍现状,在这一阶段青少年的情绪起伏大,且情绪具有明显的完善程度低和恒定性差的特质。自上而下的共情通常最先由情绪感知触发,当个体通过外界环境刺激产生自身情绪的唤醒之后,才会触发共情行为,因此,情绪的感知力即情绪敏感性将是青少年共情产生的必要条件,此外,正确的感知自己和他人的情绪是青少年情感走向成熟的重要标志,适当的情绪敏感性有利于青少年共情能力的产生和发展,可以促使青少年更能换位思考、包容他人,倾向于作出更多的亲社会行为和利他行为。

### 3.2 自我情绪管理的中介作用

情绪是主体感知外部世界的认知过程,会产生一系列的心理活动和认知体验。青少年正处于心理退缩期,容易受到身体和心理的巨大变化的影响。激烈的情绪体验经常发生,而这种情绪反应不受到控制时就会对青少年造成较大的困扰,具体表现为在面对他们的学习环境或生活环境的改变、以及来自人际交往和学习成绩方面的压力时,会造成的较大困扰。因此对于这种剧烈的情绪反应的合理化控制对于情绪反应起伏剧烈的青少年来说就显尤为重要。此外,Matthias 等人研究认为自身情绪的管理能力对情绪类的心理疾病病情的改善有着重要作用,因此学会调控自身情绪对处于青少年阶段的学生至关重要<sup>[12]</sup>。

本研究将自我情绪管理作为中介变量引入研究,并探究了情绪敏感性对青少年共情的作用途径,结果表明,其不仅具有能够显著的直接预测青少年共情的作用,而且还会通过青少年的自我情绪管理能力这一中介变量在情绪敏感性与青少年共情之间产生影响。这一结果支持了本研究中的部分中介效应模型。

因此,学校和家长可以开展对青少年自我情绪管理方面的教育,提高青少年的对自身情绪的调控能力,从而有效培养青少年的共情能力。

### 3.3 同伴沟通的调节作用

发展与适应是个体逐步进行社会适应的重要过程。皮亚杰认为,逃避、同化、顺应等方式是个体应对所处环境所作出的适应及改变。因此,个体在成长过程中,发展依恋,与父母、同伴、恋人等建立相对稳定而强烈的情感联系,这种联系会对个人的社会性发展产生重大影响。已有研究表明,依恋能够预测个体社会适应,且预测性具有强弱的差别,由强到弱分别为母亲依恋、同伴依恋、父亲依恋<sup>[13]</sup>。

本研究将其中的同伴沟通这一维度引入研究,试图揭示它在情绪敏感性对青少年共情影响中的作用机制。研究表明,情绪敏感不仅对青少年共情有显著的直接作用以及部分中介作

用,而同伴沟通分别在情绪敏感性到青少年共情以及情绪敏感性到自我情绪管理这两条路径上起到调节作用。因此,在培养青少年共情能力的培养的过程中,家长和学校应该对其同伴沟通能力进行重点培养,以有效提高青少年共情能力。

## 4、结论

自我情绪管理在情绪敏感性对共情的关系中起中介作用;

同伴沟通分别调节了情绪敏感性到共情以及到自我情绪管理两条路径。

**基金项目:**肇庆市哲学社会科学2019年度规划项目(19ZC-49)。

## 参考文献

- [1] 王启忱,刘赞,苏彦捷[J].共情的毕生发展及其神经基础,中国科学:生命科学,2021,51(6),717-729.
- [2] Barlińska J, Szuster A, Winiewski M. Cyber bullying among adolescent by standers: Role of affective versus cognitive empathy in increasing Prosocial cyber by stander behavior. [J]. Front Psychol, 2018, 9:799-811.
- [3] 冯维,杜红梅.国外移情与儿童欺负行为研究述评[J].中国特殊教育,2005,(10):63-67.
- [4] 庄锦英.情绪影响决策内隐认知机制的实验研究[D].上海:华东师范大学,2003.
- [5] 刘晓峰.情绪管理的内涵及研究现状[J].江苏师范大学学报(哲学社会科学版),2013,39(06):141-146.
- [6] 钟歆,刘聚红,陈旭[J].青少年同伴依恋:基于发展的视角.心理科学进展,2014,22(7),1149-1158.
- [7] Davis M. H[J]. Measuring individual differences in empathy: Evidence for a multidimensional approach. Journal of Personality and Social Psychology, 1983,44(1), 113-126.
- [8] 宋海荣.青少年依恋,自尊及其二者关系的发展性研究[D].华东师范大学,2004.
- [9] 朱琳.不同时间中等强度的体育锻炼对小学生情绪智力和学业成绩的影响[D].上海体育学院,2020.
- [10] 杜飞月.中学生道德敏感性的测评与特点研究[D].南京:南京师范大学硕士学位论文,2011.
- [11] 罗崢,唐新纳,王雪,等.初中生移情、攻击态度与攻击行为的关系[J].首都师范大学学报社会科学版,2013,(1):148-154.
- [12] 谢瑞琦.青少年情绪现状调查及对策研究[J].中学政治教学参考,2014(27):86-89.
- [13] 张梦园,曹运华,王明辉.初中生同伴依恋与社会适应研究[J].中小学心理健康教育,2018(33):8-11.

作者简介:罗云,女,江本南康,讲师,博士研究生,研究方向青少年问题行为研究;