

父母心理控制和大学生社交回避的关系

——以孤独感的中介作用研究

张钰 杨广柱

佳木斯大学 黑龙江佳木斯 154007

摘要: 本研究旨在深入探讨父母心理控制对大学生社交回避行为的影响,并着重分析孤独感在这一过程中的作用。本研究采用父母心理控制量表、社交回避量表以及孤独感量表对某大学349名在校大学生进行测量,运用SPSS 26.0对数据进行统计分析,得出以下结果:(1)父母心理控制对大学生的社交回避行为具有显著的正向预测作用;(2)父母心理控制对大学生的孤独感具有正向预测作用;(3)孤独感对大学生的社交回避行为具有正向预测作用;(4)孤独感在父母心理控制与大学生社交回避行为之间起完全中介作用。综上所述,本研究揭示了父母心理控制、孤独感与大学生社交回避行为之间的复杂关系,对深入理解和干预大学生的社交回避行为有一定启示。

关键词: 父母心理控制; 社交回避; 孤独感; 大学生

1. 前言

近年来,随着网络的迅猛发展,大学生社交回避现象愈发凸显,近四成的大学生表示在社交场合中感到不自在,甚至选择回避与他人交往。这一现象背后,父母心理控制被视为一个重要影响因素,心理控制中的某些表现,如刻意引发的内疚感和爱的撤回等策略,实际上对子女的内心活动构成了显著的束缚和侵扰。这些行为干预了子女的自主成长和技能学习进程,进而可能导致他们在人际交往中面临更多的适应困难,最终引发社交回避的行为倾向^[1]。通过深入分析大学生群体发现,个体的社交回避行为与其孤独感之间存在明显的正向关系,即社交回避行为越频繁,个体的孤独感体验也更为强烈^[2]。与此同时,父母心理控制越多的个体往往体验到越强的孤独感,孤独感作为个体心理体验的一种,在父母心理控制与大学生社交回避之间可能起到中介作用,经常感受到孤独的大学生更容易出现社交回避行为^[3]。因此,本研究旨在深入探讨父母心理控制对大学生社交回避行为的影响,并揭示孤独感在这一过程中所扮演的角色。通过对在校大学生群体的调查分析,期望能够更准确地把握这一现象的本质。

2. 研究方法

2.1 样本选择

本研究针对大学生群体,采取了融合网络问卷和纸质

问卷的发放与回收策略,共发放407份问卷,经过严格的筛选与审查,成功保留了349份有效问卷,问卷的有效率为85.74%。

2.2 研究工具

2.2.1 父母心理控制问卷

本研究采用Wang等人(2007)翻译并修订的中文版父母心理控制问卷,该问卷有三个维度,共十八道题目:子女内疚感维度、爱的撤回维度、权力专断维度。整个问卷均采用李克特五点计分法,在问卷中被试得分越高表示其感知到的父母心理控制程度越高。本研究中,该问卷的Cronbach's α 为0.947, KMO值为0.944,具有较好的信效度。

2.2.2 社交回避量表

本研究采用Watson和Friend(1969)编制的社交回避与苦恼量表。该量表包括社交苦恼和社交回避两个维度,共包括28个题目,采用“是、否”二级评分。本研究中,该量表的Cronbach's α 为0.846, KMO值为0.896,具有较好的信效度。

2.2.3 孤独感量表

本研究采用由Russell等(1980)编制的UCLA孤独感量表第三版。该量表共20个条目,采用4级评分,得分越高,孤独感越强。本研究中,该量表的Cronbach's α 为0.895, KMO值为0.905,具有较好的信效度。

3. 研究结果

3.1 各变量在人口学变量的差异分析

为了深入研究大学生在父母心理控制、社交回避倾向以及孤独感等方面是否存在性别差异，本研究采用了独立样本 T 检验进行统计分析，结果详见表 1；为了研究是否存在家庭成长环境差异，采用了单因素方差分析进行统计分析，结果详见表 2。本研究中各个变量在性别和家庭成长环境的差异性均未达到显著水平（均 $p > 0.05$ ）。

表 1 各变量的性别差异

变量	性别	N	M	SD	t	p
父母心理控制	男	99	2.57	0.82	-1.52	0.13
	女	250	2.40	0.86		
社交回避	男	99	0.52	0.29	1.71	0.09
	女	250	0.57	0.29		
孤独感	男	99	2.27	0.44	0.54	0.58
	女	250	2.24	0.49		

注：*代表 $p < 0.05$ ，**代表 $p < 0.01$ ，***代表 $p < 0.001$ ，下同。

表 2 各变量的家庭成长环境差异

变量	家庭成长环境	N	M	SD	F	p
父母心理控制	与父母生活在一起	295	2.34	0.84	2.30	0.08
	主要与父亲生活在一起	16	2.84	0.84		
	主要与母亲生活在一起	26	2.65	0.89		
	主要与其他亲人生活在一起	12	2.69	0.83		
社交回避	与父母生活在一起	295	0.56	0.29	0.68	0.57
	主要与父亲生活在一起	16	0.46	0.26		
	主要与母亲生活在一起	26	0.53	0.33		
	主要与其他亲人生活在一起	12	0.53	0.28		
孤独感	与父母生活在一起	295	2.25	0.47	0.34	0.80
	主要与父亲生活在一起	16	2.35	0.33		
	主要与母亲生活在一起	26	2.21	0.60		
	主要与其他亲人生活在一起	12	2.31	0.65		

3.2 父母心理控制、社交回避和孤独感的相关分析

为了深入探究父母心理控制、社交回避及孤独感这三个变量间的内在联系，我们进行了相关分析，重点关注了父母心理控制与社交回避之间的关系，结果详见表 3。父母心理控制与社交回避之间存在显著的正向相关性，即父母的心理控制程度越高，子女的社交回避倾向也相应增强（ $r = 0.24$ ， $p < 0.01$ ）；父母心理控制与孤独感呈显著正相关（ $r = 0.47$ ， $p < 0.01$ ）；社交回避与孤独感呈显著正相关（ $r = 0.51$ ， $p < 0.01$ ）。

表 3 父母心理控制、大学生社交回避和孤独感的相关分析

变量	父母心理控制	社交回避	孤独感
父母心理控制	-		
社交回避	0.24**	-	
孤独感	0.47**	0.51**	-

3.3 孤独感在父母心理控制与社交回避间的中介效应分析

为探究孤独感在父母心理控制和社交回避中是否发挥了中介作用，本研究对孤独感的中介效应进行了检验，结果详见表 4。

表 4 各变量关系的回归分析

回归方程		整体拟合指数		回归系数显著性		
结果变量	预测变量	R2	F	β	t	p
社交回避	父母心理控制	0.06	20.45	0.24	4.52	0.00
	孤独感	0.22	98.79	0.47	9.94	0.00
孤独感	父母心理控制	0.26	124.20	-0.01	-0.14	0.89
	社交回避			0.52	9.89	0.00

由表 4 可以看出，父母心理控制能够显著地正向预测社交回避的发生（ $p < 0.001$ ，下同）；父母心理控制能够显著地正向预测孤独感的发生；孤独感能显著地正向预测社交回避的发生，在控制孤独感的条件下，父母心理控制对社交回避不再具有显著的预测作用（ $p = 0.89$ ）。

根据上述回归分析的结果，可以得出父母心理控制对社交回避的路径系数估计值为 $c = 0.24$ ，父母心理控制对孤独感的路径系数估计值为 $a = 0.47$ ，孤独感对社交回避的路径系数估计值为 $b = 0.52$ （见图 1）。当系数 c ， a 与 b 都达到显著而父母心理控制和孤独感对社交回避的路径系数估计值 $c' = -0.01$ （ $p > 0.05$ ）未达到显著水平时，说明孤独感在父母心理控制和社交回避之间起到完全中介作用。

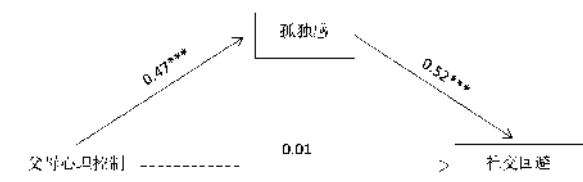


图 1 孤独感在父母心理控制与社交回避之间的中介效应路径图

4. 讨论

4.1 父母心理控制与社交回避的关系

本文的研究发现，大学生的父母心理控制对社交回避行为具有显著的正向预测作用，深入分析其原因，心理控制是一个复杂的现象，它不仅表现为父母对子女施加的外在压力，即将他们的期望和意愿强加给子女，同时也体现在子女为了规避父母的责备和可能失去的爱护，而不得不顺从父母期望的内在压力上^[4]。这种心理控制产生的环境信号与个体

的自主需求相悖,导致子女在压力下倾向于内化这些要求,从而可能诱发诸如社交回避、孤独感等不利于成长发展的后果。因此,父母在子女的成长过程中应适度放手,给予他们足够的自主权和决策空间,以促进其健康的社交交往和心理发展。

4.2 孤独感的中介作用

在本研究中,分析发现大学生的父母心理控制程度越高,他们的孤独感也相应越高,父母心理控制对孤独感存在着显著的正向预测作用。高父母心理控制的大学生通常感受到来自父母的强烈监视和干预,这使得他们在成长过程中难以形成独立的自我意识和情感表达,从而在社交场合中可能感到不自在和难以融入,导致孤独感的产生。相比之下,那些父母心理控制程度较低的大学生通常能够更自由地表达自己的情感和需求,也更容易与他人建立亲密的关系。他们能够更好地适应社交环境,减少孤独感的产生。因此,父母在子女的成长过程中应该避免过度心理控制,以减少子女的孤独感,促进其社交和情感发展健康发展。

同时,本研究分析发现,大学生的孤独感对社交回避行为存在显著的正向预测作用。这说明大学生的孤独感越高,他们在社交场合中越倾向于采取回避行为。当个体对亲子关系的满意度偏低时,他们更容易体验到情感上的孤独。而这份孤独感,对于大学生群体而言,构成了社交回避行为的一个重要驱动力^[5]。具体而言,那些深受孤独感困扰的大学生,在人际交往中往往感到不安和焦虑,担心自己的表现会受到他人的负面评价,或者害怕被拒绝和孤立。因此,为了避免可能的社交压力和尴尬,他们更倾向于选择回避与他人交往,宁愿独处也不愿涉足社交场合。这种社交回避行为进一步加剧了他们的孤独感,形成了一个恶性循环。

在分析父母心理控制与大学生社交回避之间的关系时,原本的直接效应显著,即父母心理控制程度越高,大学生的社交回避行为越明显。然而,当引入孤独感作为中介变量后,父母心理控制对社交回避的直接效应变得不再显著。这体现了本研究中孤独感在父母心理控制与大学生社交回避之间起完全中介作用。因此,在理解和干预大学生的社交回避行

为时,需要特别关注他们的孤独感体验。

5. 总结与展望

通过对所收集的数据进行深入分析,我们发现父母心理控制对大学生的社交回避行为及孤独感均具有显著的正向预测作用。进一步的相关分析和回归分析显示,孤独感本身也对社交回避有着显著的正向预测效应。尤为重要的是,孤独感在父母心理控制与大学生社交回避行为之间起完全中介作用,意味着父母的心理控制首先影响大学生的孤独感,进而这种孤独感又加剧了他们的社交回避行为。

参考文献:

- [1]Morris,A.S.,Silk,J.S.,Steinberg,L.,Myers,S.S.,&Robinson,L.R. .The role of the family context in the development of emotion regulation[J]. *Social Development*,2007,16,361 - 388.
- [2]张雪凤,高峰强,耿靖宇,王一媚,韩磊.社交回避与苦恼对手机成瘾的影响:孤独感、安全感和沉浸的多重中介效应[J]. *中国临床心理学杂志*,2018,26(3),494 - 497.
- [3]Bart,S.,Maarten,V.,Luc,G.,Bart,D.,&Christopher,P.N..The Intervening Role of Relational Aggression between Psychological Control and Friendship Quality[J].*Social Development*,2008,17(3),661 - 681.
- [4]Soenens,B.,&Vansteenkiste,M..A theoretical upgrade of the concept of parents' psychological control: Proposing new insights on the basis of self-determination theory[J]. *Developmental Review*,2010,30,74 - 99.
- [5]赖雪芬,张卫,鲍振宙.父母心理控制与青少年抑郁的关系:一个有调节的中介模型[J]. *心理发展与教育*,2014,30(3),293 - 302.

作者简介:

张钰(2001.10-),女,山东威海人,硕士在读,佳木斯大学教育科学学院,研究方向为心理健康教育。

通讯作者:杨广柱(1972.11-),男,汉族,山东单县人,硕士,佳木斯大学教育科学学院教授,研究方向为文化与社会心理学、心理健康教育。