

父母低头行为对青少年述情障碍的影响： 亲子互动失调和社交焦虑的链式中介效应

吕寨敏

济南大学教育与心理科学学院，山东 济南

收稿日期：2024年10月22日；录用日期：2024年12月6日；发布日期：2024年12月20日

摘 要

为了探讨父母低头行为对青少年述情障碍的影响，以及亲子互动失调和社交焦虑在父母低头行为对青少年述情障碍影响中的序列中介作用，分析其中的作用机制。采用父母低头行为量表、多伦多述情障碍量表、社交焦虑量表和亲职力量表对1500名初高中生进行问卷调查。研究发现父母低头行为、亲子互动失调、社交焦虑和青少年述情障碍四个变量之间呈显著正相关；亲子互动失调、青少年社交焦虑分别在父母低头行为和青少年述情障碍之间存在中介效应；亲子互动失调和社交焦虑在父母低头行为和青少年述情障碍之间存在序列中介效应。

关键词

青少年，父母低头行为，述情障碍，亲子互动失调，社交焦虑

The Influence of Parental Phubbing Behavior on Adolescent Alexithymia: the Chain-Mediated Effects of Parent-Child Interaction Disorder and Social Anxiety

Zhaimin Lv

College of Education and Psychological Science, Jinan University, Jinan Shandong

Received: Oct. 22nd, 2024; accepted: Dec. 6th, 2024; published: Dec. 20th, 2024

Abstract

In order to explore the effects of parental phubbing behavior on adolescent alexithymia, and the

文章引用：吕寨敏(2024). 父母低头行为对青少年述情障碍的影响：亲子互动失调和社交焦虑的链式中介效应. *心理学进展*, 14(12), 300-310. DOI: 10.12677/ap.2024.1412886

sequential mediating role of parent-child interaction disorder and social anxiety in the effects of parental phubbing behavior on adolescent alexithymia, and analyze the mechanism of action. A questionnaire survey was conducted among 1500 middle and high school students with parent phubbing scale, Toronto Alexithymia Scale, social anxiety Scale and parental stress scale. The results show that there is a significant positive correlation among the four variables of parental phubbing behavior, parent-child interaction disorder, social anxiety and adolescent alexithymia. Parent-child interaction disorder and adolescent social anxiety have mediating effects between parental phubbing behavior and adolescent alexithymia respectively. There are sequential mediating effects between parent-child interaction disorder and social anxiety on parental phubbing behavior and adolescent alexithymia.

Keywords

Teenagers, Parental Phubbing Behavior, Alexithymia, Dysregulation of Parent-Child Interaction, Social Anxiety

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

述情障碍，也被称为情感表达不能，在 1973 年由 Sifneos 在研究身心疾病时首次提出。通常是指个体无法准确描述自己的情绪经历，即个体的情绪功能相对有限，生活中缺乏幻想，找不到合适的词语来表达自己的情绪。述情障碍的发生率为 7.3%~36.6% (Ng et al., 2020)，是多种心身疾病、问题行为、精神障碍的重要危险因素 (Durlak et al., 2011)。基于述情障碍的发病率和负面影响，探讨青少年述情障碍的危险因素和机制具有重要意义。

Phubbing 这个词最早出现在 2012 年 5 月，是由澳大利亚麦肯和 Macquarie 大典精心创造的。这个英语单词是 phone 和 snubbing 两个单词的合成词。它描述了那些只专注于手机而忽视面前亲朋好友的“低头行为” (Chotpitayasunondh & Douglas, 2016)。它被提出旨在引起人们对此行为的热烈讨论和关注，并促使人们放下手机。该现象常见于亲子互动中，即父母在照顾或陪伴孩子时过度关注自己的手机，导致对孩子产生忽视或不重视，这种行为被称为父母低头行为 (姜倩云等, 2021)。Stockdale 等人 (2018) 对父母低头行为与青少年消极行为之间进行了研究发现，在家庭环境中存在父母低头行为会与青少年外化问题行为和情绪调节障碍相关联。然而，由于青少年情绪波动较大、调节及控制情绪能力相对较弱以及社交情绪能力水平较低等因素影响，可能导致述情障碍。基于以上分析可得出假设 1：父母低头行为可能导致青少年述情障碍。

方德兰等 (2019) 在研究中对亲子互动障碍进行了定义，指出当父母与孩子互动时，若感觉孩子与自己期望相距甚远且无法察觉到孩子的进步和反馈，便会产生失望情绪并与孩子之间形成隔阂，从而导致亲子关系失调。这里采用方德兰关于亲子互动失调的概念，并认为，亲子互动失调意味着父母与孩子之间缺乏沟通或彼此无法理解，导致两者关系冷漠。家长低头行为使得他们更加专注于移动互联网上的信息，降低了对孩子的关注和关心频率，并减少了进行亲子活动的机会，这不利于促进亲子交流。当父母与青少年之间的沟通和交流减少时，也会阻碍父母与子女之间表达情感和满足需求，从而抑制了青少年在成长过程中表达情感的需求，在某种程度上易导致不良情感障碍发生 (黄明明等, 2023)。因此提出假设 2：亲子互动失调是父母低头行为与青少年述情障碍关系间的中介变量。

社交焦虑是指个体对社交情境产生负面预测,并在真实或预期的社交场合中出现紧张、焦虑和恐惧等负面情绪,从而导致回避行为。这种情绪体验在青少年群体中十分普遍(郭晓薇, 2000)。研究表明,父母的教养方式可以预测儿童社交焦虑水平,在父母过度保护、过度批评或拒绝的方式下,儿童出现社交焦虑的概率会增加(张佩佩, 2023)。根据自我调节理论,在执行社交焦虑的自我调节任务时,学生会消耗一部分有限心理资源,进而影响到述情障碍方面的自我调节能力(刘庆奇等, 2017)。此外,相关研究还表明,社交焦虑可能抑制与述情障碍相关脑区活动(李永红等, 2022)。因此提出假设 3: 社交焦虑是父母低头行为与青少年述情障碍关系间的中介变量。

亲子互动障碍和社交焦虑作为青少年述情障碍的内外影响因素密切相关。研究表明,儿童与父母之间的互动模式会对其与他人的互动模式产生影响,而儿童与父母之间存在的互动失调则能显著预测儿童的社交焦虑水平。此外,研究还发现儿童与父母之间互动失调程度越严重,其社交焦虑也相应加剧(黄琼星, 2021),从而会导致青少年述情障碍的发生。因此,提出研究假设 4: 亲子互动失调与社交焦虑在父母低头行为与青少年述情障碍之间起序列中介作用。

2. 研究方法

2.1. 被试

主要采取亲子配对调查,通过方便取样调查了河北省 2 所初中和 2 所高中共计 1500 户青少年家庭,包括青少年及其家长(父母其中一方即可)。剔除父母双方均不作答和学生不作答的情况和无效问卷,最终回收青少年作答 1046 份,父亲/母亲作答的 606 份,最终配对有效问卷 474 份,有效率 78%。其中男生 201 人,女生 273 人;初中生 234 人,高中生 240 人;农村 381 人,城镇 93 人;独生子女 69 人,非独生子女 405 人;家长中父母学历,初中及以下 63%,高中~大专 29%,本科及以上 9%;家长填写问卷中,父亲 135 人,母亲 338 人。

2.2. 工具

2.2.1. 父母低头行为量表

采用丁倩,王兆琪(2022)修订的中文版《父母低头行为量表》进行测量。将原始量表中的“父母”一词替换为“父亲”或“母亲”,形成了分别评估父亲低头行为和母亲低头行为的两个子量表。每个子量表包含 9 个条目。使用 Likert 5 点计分法(1 = “从不”, 5 = “总是”),其中第 7 个题目需要进行反向计分。青少年自主填写该量表,总分越高表示他们认为父母的低头行为越严重。研究中,父亲低头行为和母亲低头行为两个分量表的 Cronbach's α 系数分别达到 0.775 和 0.743,而父母低头行为总量表的 Cronbach's α 系数达到 0.873,信度较好。

2.2.2. 青少年社交焦虑量表

采用 La Greca 等人(1988)编制、朱海东(2008)修订的《青少年社交焦虑量表》,该量表包含 13 个问题和 3 个维度:害怕否定评价维度由 6 个问题组成,陌生情景回避维度由 4 个问题组成,一般情境回避维度由 3 个问题组成。采用 Likert 5 点计分方式(1 = “完全不符合”, 5 = “完全符合”),该量表由青少年自行填写,总分越高,则表示社交焦虑水平越高。研究中该量表的 Cronbach's α 系数为 0.933,信度良好。

2.2.3. 多伦多述情障碍量表(TAS-20)

采用蚁金瑶等人(2003)修订的中文版《多伦多述情障碍量表(TAS-20)》。该量表共 20 个项目,包含情感辨别不能、情感表达不能、和外向性思维三个维度。采用 Likert 5 点计分方式(1 = “很不同意”, 5

= “很同意”), 其中 4、5、10、18、19 条目按反向评分。量表由青少年本人填写, 得分越高表示青少年述情障碍水平越高。研究中, 该量表的 Cronbach’s α 系数为 0.839, 信度良好。

2.2.4. 亲职压力简表

采用 Abidin (1990)编制、任文香(1995)翻译的亲职压力简表。问卷共 36 个项目, 每个项目的记分采取 Likert 5 点计分方式。量表包含亲职愁苦、亲子互动失调和困难儿童三个维度。研究中采用该量表的《亲子互动失调分量表》测量亲子互动失调状况, 由总量表的第 13~23 题以及第 34 题组成, 采用 Likert 5 点计分方式(1 = “很不同意”, 5 = “很同意”), 得分越高, 表示父母与孩子之间的互动越不好, 亲子互动失调越严重。研究中, 亲子互动失调分量表的 Cronbach’s α 系数为 0.900, 信度良好。

3. 结果

3.1. 共同方法偏差

研究采用自陈问卷法调查, 收集的数据均来自于青少年及其父母的自我报告。在此过程中, 容易受到施测环境和问卷项目特性等因素影响, 从而可能影响结果的可靠性。所以采用 Harman 单因素法方差分析检验研究中是否存在共同方法偏差, 将变量的所有条目放入因子分析。分析显示, 在未旋转的探索性因子分析结果中, 22 个因子的特征根大于 1, 第一个公因子的方差解释率为 21.353%, 低于 40%的临界标准(Podsakoff et al., 2003), 因此, 研究不存在严重的共同方法偏差。

3.2. 相关分析

各变量的描述统计及相关分析结果如表 1 所示, 父母低头行为、述情障碍、亲子互动失调、社交焦虑两两之间呈显著相关。同时, 可以看出性别与父母低头行为、述情障碍、社交焦虑呈显著正相关, 因此, 为排除其干扰作用, 在接下来的数据分析过程中, 将性别作为控制变量纳入模型中。

Table 1. Descriptive statistical results of each variable and correlation among variables (N = 474)

表 1. 各变量描述性统计结果和变量间的相关性(N = 474)

| | M | SD | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|----------|------|------|---------|---------|---------|---------|---|
| 1 性别 | 1.58 | 0.50 | 1 | | | | |
| 2 父母低头行为 | 2.42 | 0.62 | 0.143** | 1 | | | |
| 3 述情障碍 | 2.76 | 0.50 | 0.131** | 0.284** | 1 | | |
| 4 亲子互动失调 | 2.27 | 0.66 | 0.001 | 0.218** | 0.398** | 1 | |
| 5 社交焦虑 | 2.67 | 0.90 | 0.184** | 0.266** | 0.598** | 0.356** | 1 |

注: 性别: 男= 1, 女= 2; * $P < 0.05$, ** $P < 0.01$ 。

3.3. 序列中介效应分析

将各变量进行标准化处理(不含人口学变量), 使用 Hayes 编制的 PROCESS 插件, 依据 templates 提供的 model 6 以及偏差矫正百分位法, 抽取 5000 次的 Bootstrap 样本量, 在 95%的置信区间下, 将性别作为控制变量, 分别对亲子互动失调、社交焦虑在父母低头行为和青少年述情障碍的中介作用进行检验。

回归分析的结果表明(见表 2): 父母低头行为显著正向预测述情障碍($\beta = 0.22, t = 6.09, P < 0.001$), 显著正向预测亲子互动失调($\beta = 0.24, t = 4.86, P < 0.001$), 显著正向预测社交焦虑($\beta = 0.25, t = 3.99, P < 0.001$); 亲子互动失调显著正向预测社交焦虑($\beta = 0.44, t = 7.39, P < 0.001$)。将亲子互动失调与社交焦虑同时纳入

方程时，父母低头行为($\beta = 0.08, t = 2.79, P < 0.001$)、亲子互动失调($\beta = 0.15, t = 5.15, P < 0.001$)、及社交焦虑($\beta = 0.28, t = 12.40, P < 0.001$)显著正向预测述情障碍。

Table 2. Regression analysis among variables ($N = 474$)

表 2. 各变量间的回归分析($N = 474$)

| 结果变量 | 预测变量 | β | SE | t | R^2 | $F(df)$ | VIF |
|--------|--------|---------|------|---------|-------|-----------|-------|
| 述情障碍 | 性别 | 0.09 | 0.05 | 2.08* | 0.09 | 22.96 (2) | 1.02 |
| | 父母低头行为 | 0.22 | 0.04 | 6.09** | | | 1.02 |
| 亲子互动失调 | 性别 | -0.04 | 0.06 | -0.670 | 0.05 | 11.83 (2) | 1.02 |
| | 父母低头行为 | 0.24 | 0.05 | 4.86** | | | 1.02 |
| 社交焦虑 | 性别 | 0.28 | 0.08 | 3.61** | 0.19 | 35.24 (3) | 1.02 |
| | 父母低头行为 | 0.25 | 0.06 | 3.99** | | | 1.07 |
| | 亲子互动失调 | 0.44 | 0.06 | 7.39** | | | 1.05 |
| 述情障碍 | 性别 | 0.03 | 0.04 | 0.74 | 0.41 | 78.92 (4) | 1.05 |
| | 父母低头行为 | 0.08 | 0.03 | 2.79** | | | 1.11 |
| | 亲子互动失调 | 0.15 | 0.03 | 5.15** | | | 1.18 |
| | 社交焦虑 | 0.28 | 0.02 | 12.40** | | | 1.23 |

注：* $P < 0.05$ ，** $P < 0.01$ 。

Table 3. Decomposition of intermediary effects

表 3. 中介效应分解

| 路径 | 效应值 | SE | 95%置信区间 | 相对效应/% |
|----------------------------|-------|-------|----------------|---------|
| 直接效应(父母低头行为→青少年述情障碍) | 0.084 | 0.031 | [0.006, 0.024] | 33.73% |
| 总间接效应 | 0.165 | 0.032 | [0.103, 0.228] | 66.27% |
| 父母低头行为→亲子互动失调→青少年述情障碍 | 0.045 | 0.013 | [0.021, 0.073] | 18.07% |
| 父母低头行为→社交焦虑→青少年述情障碍 | 0.085 | 0.025 | [0.036, 0.134] | 34.14% |
| 父母低头行为→亲子互动失调→社交焦虑→青少年述情障碍 | 0.035 | 0.01 | [0.017, 0.056] | 14.06% |
| 总效应 | 0.249 | 0.036 | [0.146, 0.289] | 100.00% |

注：其中间接效应为标准化效应值； SE 表示用 Bootstrap 法(5000 次)估计的中介效应的标准误差；95%置信区间不包含 0 则效应显著，包含 0 则效应不显著。

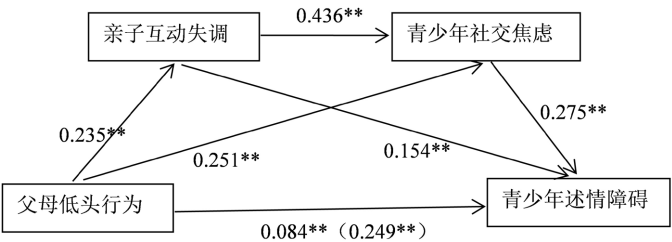


Figure 1. Sequential mediation model

图 1. 序列中介模型

中介效应分析结果表明(见表 3 和图 1)：父母低头行为不仅能够通过亲子互动失调和青少年社交焦虑

的单独中介作用对述情障碍产生影响,还能够通过亲子互动失调→社交焦虑的序列中介对述情障碍发挥作用,总间接效应值为0.165,占总效应的66.27%,95%的置信区间为[0.103, 0.228],不包含0。具体分析,中介效应由三条路径产生:1) 父母低头行为→亲子互动失调→青少年述情障碍(效应值为0.045);2) 父母低头行为→社交焦虑→青少年述情障碍(效应值为0.085);3) 父母低头行为→亲子互动失调→青少年社交焦虑→青少年述情障碍(效应值为0.035)。三条路径的中介效应分别占总效应的18.07%、34.14%、14.06%。

4. 讨论

4.1. 父母低头行为与青少年述情障碍

研究结果显示,父母低头行为与青少年述情障碍存在显著正相关,与相关研究结论基本一致(袁绪芬等, 2023; 刘梦航, 肖淇滨, 2023)。当父母低头专注于手机时,青少年认为这是一种忽视与拒绝,青少年因为被冷落而产生负面情绪(Roberts & David, 2016),可能会引起情绪波动剧烈,但是青少年对情绪的调节和控制能力仍然较弱。此时,父母又因为手机分心,往往不能及时抚慰和帮助青少年应对不良情绪,从而,因为缺少对青少年的正确引导和关怀,导致青少年对情绪的调节能力带来负面影响,而这种情绪调节困难往往与述情障碍密切相关,是述情障碍的重要组成部分(Pandey et al., 2011)。

4.2. 亲子互动失调的中介效应

研究结果表明,父母低头行为会通过亲子互动失调间接影响青少年述情障碍。这说明父母对手机的依赖程度越高,使父母与孩子互动时,不能很好地注意到和满足孩子当下的需要,与孩子的对话少,指导更少,因而互动质量往往较低。父母被手机分散了注意力,就容易忽视孩子的情绪变化(王正敏, 2022),当孩子传递过来负面情绪时,无法消化与接纳,甚至还将自身的负性情绪宣泄到孩子身上,无视孩子的需求,责怪孩子的哭闹,最后与孩子形成互动失调模式(黄琼星, 2021)。父母在亲子互动中的退缩、无反应或者错误的反应,都会对儿童社会情感功能的发展造成负面的影响(Myruski et al., 2018)。父母拒绝孩子的情绪和想法,导致孩子没有学会有效的情感辨别和表达习惯,会逐渐封闭自己,不愿向他人表露自己的感受和想法,从而逐渐造成青少年难以识别自己的真实感受以及在情感沟通上的困难(述情障碍的主要体现)。

4.3. 青少年社交焦虑的中介效应

研究结果显示,父母低头行为会通过社交焦虑间接影响青少年述情障碍。父母低头行为在孩子看来是自己被忽视和拒绝(Mcdaniel & Coyne, 2016),是一种不愉快的体验,它可能会引发个体焦虑(丁子恩等, 2018)。而且父母消极的养育方式也会影响孩子的自我评价,降低孩子的自我接受水平,从而导致社交焦虑(张佩佩, 2023),当学生在调节社交焦虑时,将自身的认知资源过度消耗在应对社交情境的担忧和恐惧上,会消耗掉一部分有限的心理资源(Osgood & Muraven, 2015),从而导致其用于识别情绪和抑制负面情绪的认知资源减少,影响对述情障碍的自我调节。

4.4. 亲子互动失调与社交焦虑的序列中介效应

研究结果显示,父母低头行为会通过亲子互动失调与社交焦虑间接影响青少年述情障碍。父母低头行为,使得亲子互动质量下降,孩子们无法从父母那里学到正确的社交技能,他们往往在社会交往中内向、害羞、容易情绪敏感,对社会交往也没有积极的态度,最终导致其社交焦虑水平升高。亲子互动失调会显著预测孩子的社交焦虑,且亲子互动失调程度越严重,其社交焦虑就会越严重(黄琼星, 2021)。此外社交焦虑同样被证明能够加剧青少年述情障碍程度,因此,亲子互动失调与社交焦虑在父母低头行为

影响青少年述情障碍中起到序列中介作用。

5. 结论

研究发现父母低头行为正向预测述情障碍；亲子互动失调在父母低头行为与述情障碍之间起中介作用；社交焦虑在父母低头行为与述情障碍之间起中介作用；父母低头行为可以通过亲子互动失调和社交焦虑的序列中介作用间接影响述情障碍。

参考文献

- 丁倩, 王兆琪(2022). 父母低头行为量表在我国青少年群体中的初步修订. *中国临床心理学杂志*, 28(5), 942-945, 896.
- 丁子恩, 王笑涵, 刘勤学(2018). 大学生自尊与网络过激行为的关系: 社交焦虑和双自我意识的作用. *心理发展与教育*, 34(2), 171-180.
- 方德兰, 董思萱, 李治原, 卜梦瑾(2019). 亲子互动失调对学前儿童错误信念理解能力的影响. *科教文汇*, (11), 137-138.
- 郭晓薇(2000). 大学生社交焦虑成因的研究. *心理学探新*, 20(1), 55-58.
- 黄明明, 彭香萍, 陈亮华(2023). 父母低头行为与青少年问题行为: 亲子沟通的中介与自我控制的调节. *内江师范学院学报*, 38(8), 19-24.
- 黄琼星(2021). 亲子互动失调与儿童社交焦虑. *百科知识*, (36), 49-51.
- 姜倩云, 王兴超, 刘兵, 王鹏程, 雷雳(2021). 父母低头行为对儿童青少年心理发展的影响. *心理发展与教育*, 37(1), 137-145.
- 李永红, 李涛, 曾鹏程(2022). 述情障碍的发生机制及干预对策. *四川精神卫生*, 35(1), 92-96.
- 刘梦航, 肖淇滨(2023). 父母低头行为对青少年述情障碍的影响: 社会情绪能力和羞怯的链式中介作用. *中国临床心理学杂志*, 31(2), 345-348, 299.
- 刘庆奇, 周宗奎, 牛更枫, 范翠英(2017). 手机成瘾与青少年睡眠质量: 中介与调节作用分析. *心理学报*, 49(12), 1524-1536.
- 任文香(1995). *幼儿母亲亲职压力、因应策略与亲子关系满意之间关系研究*. 硕士学位论文, 台北: 台湾师范大学.
- 王正敏(2022). *父母低头行为对亲子互动质量的影响研究*. 硕士学位论文, 武汉: 华中师范大学.
- 蚁金瑶, 姚树桥, 朱熊兆(2003). Tas-20 中文版的信度, 效度分析. *中国心理卫生杂志*, 17(11), 763-767.
- 袁绪芬, 刘志军, 刘旭(2023). 父母低头行为与青少年述情障碍的关系: 链式中介分析. *内江师范学院学报*, 38(6), 19-25.
- 张佩佩(2023). *高中生父母低头行为、自尊、社交焦虑与网络过激行为的关系研究*. 硕士学位论文, 哈尔滨: 哈尔滨师范大学.
- 朱海东(2008). *青少年依恋与社交焦虑的关系研究*. 硕士学位论文, 重庆: 西南大学.
- Chotpitayasunondh, V., & Douglas, K. M. (2016). How “Phubbing” Becomes the Norm: The Antecedents and Consequences of Snubbing via Smartphone. *Computers in Human Behavior*, 63, 9-18. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.05.018>
- Durlak, J. A., Weissberg, R. P., Dymnicki, A. B., Taylor, R. D., & Schellinger, K. B. (2011). The Impact of Enhancing Students' Social and Emotional Learning: A Meta-Analysis of School-Based Universal Interventions. *Child Development*, 82, 405-432. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2010.01564.x>
- La Greca, A. M., Dandes, S. K., Wick, P., Shaw, K., & Stone, W. L. (1988). Development of the Social Anxiety Scale for Children: Reliability and Concurrent Validity. *Journal of Clinical Child Psychology*, 17, 84-91. https://doi.org/10.1207/s15374424jccp1701_11
- McDaniel, B. T., & Coyne, S. M. (2016). Technology Interference in the Parenting of Young Children: Implications for Mothers' Perceptions of Coparenting. *The Social Science Journal*, 53, 435-443. <https://doi.org/10.1016/j.soscij.2016.04.010>
- Myruski, S., Gulyayeva, O., Birk, S., Pérez-Edgar, K., Buss, K. A., & Dennis-Tiway, T. A. (2018). Digital Disruption? Maternal Mobile Device Use Is Related to Infant Social-Emotional Functioning. *Developmental Science*, 21, e12610. <https://doi.org/10.1111/desc.12610>
- Ng, C. S. M., & Chan, V. C. W. (2020). Prevalence and Associated Factors of Alexithymia among Chinese Adolescents in Hong Kong. *Psychiatry Research*, 290, Article ID: 113126. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113126>

-
- Osgood, J. M., & Muraven, M. (2015). Self-Control Depletion Does Not Diminish Attitudes about Being Prosocial but Does Diminish Prosocial Behaviors. *Basic and Applied Social Psychology*, 37, 68-80. <https://doi.org/10.1080/01973533.2014.996225>
- Pandey, R., Saxena, P., & Dubey, A. (2011). Emotion Regulation Difficulties in Alexithymia and Mental Health. *Europe's Journal of Psychology*, 7, 604-623. <https://doi.org/10.5964/ejop.v7i4.155>
- Podsakoff, P. M., MacKenzie, S. B., Lee, J., & Podsakoff, N. P. (2003). Common Method Biases in Behavioral Research: A Critical Review of the Literature and Recommended Remedies. *Journal of Applied Psychology*, 88, 879-903. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.88.5.879>
- Roberts, J. A., & David, M. E. (2016). My Life Has Become a Major Distraction from My Cell Phone: Partner Phubbing and Relationship Satisfaction among Romantic Partners. *Computers in Human Behavior*, 54, 134-141. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.07.058>
- Stockdale, L. A., Coyne, S. M., & Padilla-Walker, L. M. (2018). Parent and Child Technoference and Socioemotional Behavioral Outcomes: A Nationally Representative Study of 10- to 20-Year-Old Adolescents. *Computers in Human Behavior*, 88, 219-226. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.06.034>

附 录

| 1、父母低头行为量表 | | | | | |
|--|------|-----|------|----|-----|
| | 从不 | 偶尔 | 有时 | 经常 | 总是 |
| 1. 我与父母一同用餐时，他们会使用手机。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 2. 我和父母相处的时候，他们会将手机放于可见之处。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 3. 我和父母相处的时候，他们会手机不离手。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 4. 当手机响起时，即便我们正对话中，他们也会立即查看。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 5. 我和父母聊天的时候，他们会目不转睛的盯着手机。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6. 我和父母一起玩的时候，他们也会使用手机。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 7. 我和父母聊天的时候，他们不会使用手机(反向题)。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 8. 我和父母出游的时候，他们会使用手机。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 9. 我和父母聊天的过程中，他们会不定时查看手机。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 2、多伦多述情障碍量表 (TAS-20) | | | | | |
| 请标明下面 20 个陈述句在何种程度符合您的情况。您可在 1. 很不同意；2. 不同意；3. 部分同意，部分不同意；4. 同意；5. 很同意之中选择一项，请在相应的数字上画圈。 | | | | | |
| | 很不同意 | 不同意 | 部分同意 | 同意 | 很同意 |
| 1. 我常常搞不清自己有什么样的感受。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 2. 我感到难以用恰当的词语来描述我的感受。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 3. 我有一些即使是医生也不能理解的身体感觉。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 4. 我能容易地描述出自己的感受。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 5. 我更喜欢分析问题而不仅仅是描述它们。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6. 当我心里难受时，我不知道究竟是悲伤，害怕，还是恼怒。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 7. 我常常被我身体的一些感觉所困惑。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 8. 我偏向于任事情发生，而不是去了解它们为何会发展成那样。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 9. 我有一些自己难以识别的感受。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 10. 知道自己有何内心体验对我来说很重要。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 11. 我难以描述我对别人有何感受。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 12. 人们要我多描述一些我的感受。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 13. 我不知道自己内心在发生一些什么活动。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 14. 我常常不知道我为何会气愤。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 15. 我喜欢与别人谈论他们的日常活动而不是他们的感受。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 16. 我喜欢看“轻松”的娱乐片胜过看关于个人命运的情节片。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 17. 即使是对密友，我也难以表露我内心深处的感受。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 18. 我能感到与某人有亲切感，即使在我们沉默无言之时。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 19. 我觉得省察自己的感受对于解决个人问题是有用的。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 20. 寻找电影或戏剧中隐藏的意义会使人从娱乐中分心。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

3、青少年社交焦虑量表

| 问题 | 完全不符合 | 比较不符合 | 不能确定 | 比较符合 | 完全符合 |
|----------------------------|-------|-------|------|------|------|
| 1、当我处于陌生人中间时，我会很害羞 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 2、我感觉别人会在背后议论我 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 3、我总担心别人会怎么看我 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 4、我总担心别人会不喜欢我 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 5、当我和不熟悉的人交谈时我会很紧张 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6、我总担心别人会怎么评价我 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 7、当我认识新朋友时总会很紧张 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 8、我总觉得别人不喜欢我 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 9、我总觉得别人在取笑我 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 10、我会因为害怕被拒绝而不愿意邀请别人同我一起做事 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 11、当我同某些人在一起时，我会感到紧张 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 12、即使与很熟悉的人在一起，我也会感到害羞 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 13、对我来说，邀请别人同我一起做事太难了 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

4、亲职压力简表

| | 很同意 | 同意 | 不确定 | 不同意 | 非常不同意 |
|-------------------------------------|-----|----|-----|-----|-------|
| 1. 我常常觉得自己无法把事情处理的很好。 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 2. 为了满足这个孩子的需求，我牺牲了许多自己的生活，那是我没想到的。 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 3. 有了这个孩子后，我觉得自己被人父母的责任绑住了。 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 4. 自从有了这个孩子，我不能再尝试些新鲜不同的事。 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 5. 自从有了这个孩子后，我几乎都不能做我喜欢做的事。 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 6. 我为自己买衣服后，会感到后悔或不快乐。 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 7. 我的生活中有太多令我烦恼的事情。 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 8. 我没想到这个孩子的出生使我们夫妻出现这么多问题。 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 9. 我感到孤单没有朋友。 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 10. 当我参加聚会时，我通常不会玩的很愉快。 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 11. 我现在已经不像从前那样喜欢与人交往。 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 12. 我不像过去那样欣赏事物，享受生活的乐趣。 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 13. 我这个孩子很少做出让我觉得很高兴的事。 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 14. 大部分的时候我觉得这个孩子不喜欢我，而且不想亲近我。 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 15. 我这个孩子对我微笑的次数比我期望的少很多。 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |

续表

| | | | | | |
|---|-----------|-----------|------------|---------------|-------------|
| 16. 当我为这个孩子付出心力时,我觉得我的努力是白费心思。 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 17. 玩耍时,我这个孩子很少笑得很开心。 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 18. 我这个孩子的学习速度似乎比一般的小孩慢。 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 19. 我这个孩子似乎不像其他小孩一样喜欢笑。 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 20. 我这个孩子能做的事情没有我期望中的多。 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 21. 我这个孩子通常要花很长的时间才能适应新事物。 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 22. 我因为不能和这个孩子培养更亲密、更温暖的感情而烦恼。 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 23. 有时候我这个孩子会故意做一些令我很生气的东西。 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 24. 我这个孩子似乎比其他小孩还要爱哭、爱闹。 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 25. 我这个孩子睡醒时,情绪通常不好。 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 26. 我觉得我这个孩子很情绪化,而且常常不高兴。 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 27. 我这个孩子会做出一些令我很困扰的事。 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 28. 我这个孩子对于他不喜欢的东西会有强烈的反应。 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 29. 我这个孩子很容易为了小事就不高兴。 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 30. 我这个孩子睡觉或吃东西的时间不固定,要养成固定的作息比我预期的困难多了。 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 31. 我这个孩子的有些行为的确令我很烦恼。 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 32. 我这个孩子的问题比我预料中还要多。 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 33. 我这个孩子对父母的要求比一般的小孩多。 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 34. 我觉得我是一位: | 非常不称职的父母 | 有一点不称职的父母 | 和一般父母一样的父母 | 比一般父母还要好一点的父母 | 非常称职的父母 |
| | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 35. 要我这个孩子去做一些事或停止某些事: | 比我预料中困难很多 | 比我预料中困难一些 | 和我预料中一样困难 | 比我预料中还要容易一些 | 比我预料中还要容易很多 |
| | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 36. 请仔细回想并计算一下,您这个孩子有多少行为令你感到烦恼(例如:不听话、太好动、爱哭、干扰别人、打架、体弱多病、偏食等等),请在下列数据中圈选出恰当的数量: | 10 件以上 | 8-9 件 | 6-7 件 | 4-5 件 | 1-3 件 |
| | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |