

中学生抑郁症状与家庭粗暴养育方式的关联性

冯韵铸

东北农业大学公共管理与法学院, 黑龙江 哈尔滨

收稿日期: 2024年7月15日; 录用日期: 2024年8月29日; 发布日期: 2024年9月5日

摘要

鉴于我国中学生抑郁患者数量的不断攀升, 抑郁发病群体正逐步趋于年轻化。其中, 不良的养育方式作为可能影响子女心理健康状况的显著负面因素, 近年来备受学术界关注。目前粗暴养育与中学生抑郁是否有直接因果关系尚待深入探讨。采用文献研究法, 结合我国国情, 联系粗暴养育概念与中国传统教育观念中棍棒教育的共同点及其在当下社会环境中的独特表现, 探讨大家长角色扮演、亲子关系的互动作用、父母的个人问题等导致粗暴养育的多种可能因素, 具体分析我国家庭中的粗暴养育与中小学生的关系和相关影响因素。

关键词

粗暴养育, 抑郁, 自我效能感

Association of Depressive Symptoms among Middle School Students and Harsh Parenting

Yunqi Feng

School of Public Administration and Law, Northeast Agricultural University, Harbin Heilongjiang

Received: Jul. 15th, 2024; accepted: Aug. 29th, 2024; published: Sep. 5th, 2024

Abstract

Given the rising number of depressed patients among middle school students in China, the depression incidence group is gradually becoming younger. Among them, harsh parenting, as a significant negative factor that may affect the mental health status of students, has attracted much attention from academics in recent years. Whether there is a direct causal relationship between harsh parenting and depression in middle school students has yet to be thoroughly explored. We adopt the literature research method, taking into account China's national conditions, linking the common points between the concept of harsh parenting and the traditional Chinese education concept of

stick parenting as well as its unique manifestations in the current social environment, exploring multiple possible factors leading to harsh parenting such as the role of the patriarchal role-playing, the interaction of parent-child relationship, and the personal problems of parents, etc., and analyzing the relationship between harsh parenting and depression of secondary school students and the related influences in China's families specifically.

Keywords

Harsh Parenting, Depression, Self-Efficacy

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. 研究背景

1.1. 我国抑郁症发病群体呈年轻化趋势

抑郁症(major depressive disorder, MDD)是一种以情绪低落、兴趣减退、认知功能受损以及睡眠或食欲紊乱等自主神经症状为主要特征的精神障碍性疾病(Otte et al., 2016), 包括抑郁情绪、抑郁症状和抑郁障碍, 第一次发作通常在儿童或青少年早期(Mezuk & Kendler, 2012)。2022 年《国民抑郁症蓝皮书》显示, 目前我国患抑郁症人数 9500 万, 18 岁以下的抑郁症患者占总人数的 30%, 50%的抑郁症患者为在校学生, 63%的学生患者在家庭中感受到严苛、控制、缺乏关爱、冲突和家暴。研究数据显示, 中国中学生抑郁检出率呈上升趋势, 2012~2018 年中学生抑郁检出率的合并值已经上升至 28.4% (刘瑞杰等, 2023), 中学生抑郁已经成为该群体的重要心理问题之一。抑郁由抑郁情绪、注意力不集中、过度内疚、自我效能感低下、疲倦、社会适应困难、自杀倾向等等症状组成, 其危害并不止步于当下的精神障碍, 而是通过持续的负面情绪波动损害患者的身体, 降低生活质量。对于中学生来说, 这种负面影响甚至可能持续到成年, 给他们的一生带来难以磨灭的影响。早发性抑郁症会导致长期的社会心理损害及成年后的反复发作, 与成年期精神疾病发病率和自杀风险升高也有着密切关系(王亚捷等, 2021)。通常来说, 抑郁是社会、心理和生理综合作用的结果, 但我国中学生抑郁患者的具体情况仍要结合我国国情来看。部分研究显示我国中学生抑郁症状检出率存在西部地区抑郁症状检出率高于中部和东部、普通中学学生抑郁症状检出率高于重点中学、农村地区中学生抑郁症状检出率高于城市地区等情况(刘福荣等, 2020)。也有学者对江苏省 13 个设区市的家庭进行了家庭类型对青少年抑郁影响在去除混杂因素后进行的针对性量化研究, 显示家庭类型与抑郁倾向的关系在受到家长打骂的中学生中差异无统计学意义, 该结果与其他相关研究中受过虐待的儿童和青少年更易患抑郁症的结果不谋而合(杨文漪, 2024)。

1.2. 理论基础

布朗芬布伦纳的生态系统理论认为家庭和学校是两个重要的微系统, 这两个因素被认为是影响学生个体发展的关键因素。中小学阶段是孩子大量吸收信息, 学习各种知识、技能的黄金时期, 受到社会普遍关注。然而随着年龄增长, 学业压力也不断加码, 我国中学生的学业压力主要表现在学习时间过长、学习任务重、超量的作业、过于重视学习成绩、频繁的考核考试等。过重的学业压力会导致抑郁、焦虑等症状, 甚至酿成自杀、犯罪等不可挽回的后果。虽然双减政策一定程度上减轻了学生的课业压力, 但教育大环境依然呈现出明显的应试倾向。在此基础之上要防止消极情绪演化为抑郁症, 家庭教育的作用

就显得尤为重要。

在家庭教育中,父母的教育对子女成长起核心作用。最早提出粗暴养育的学者 Simon 认为粗暴养育是父母对儿童实施的如大吼大叫、打屁股、扇耳光、推搡拉扯等一系列身体攻击和言语攻击行为(Simons et al., 1991)。后来有学者将这种攻击行为拓展到心理上父母对孩子流露出的忽视、威胁、否定态度,包含粗暴态度和粗暴情感。伴随着各种粗暴行为的发生,父母常常表现出愤怒、冷漠、厌恶等一系列过度情绪化的消极态度(Wong et al., 2014)。粗暴养育是一种负性压力事件,表现为父母从身体和心灵上对孩子的双重攻击,这种养育方式常常会损害子女的情绪调节能力,引起子女产生抑郁性认知风格和消极思维。因此,粗暴养育是“父母对儿童的粗暴行为、粗暴情感和粗暴态度”,其特征不仅包括冲子女吼叫、殴打等外显的暴力攻击行为,还包括忽视、反对、拒绝和威胁子女等内在情绪态度(王明忠等, 2016)。王明忠等人(2016)认为,有必要将粗暴养育作为一种单独的教养方式进行考察,以便为针对不同家庭设计不同的家庭教养干预方案提供更丰富的实证依据。此外,一些理论模型也为研究家庭粗暴养育方式提供了理论支持。例如,社会学习理论认为,儿童会通过观察和模仿他人的行为来学习社会行为,包括攻击行为。因此,粗暴养育可能会使儿童将攻击行为视为处理社会生活的一种方式,从而进一步影响他们的社会适应能力。

在考察父母的粗暴养育方式及其影响时,有必要理清粗暴养育与单纯的家庭暴力行为的关系。虽然在西方语境中粗暴养育与家庭暴力、儿童虐待更接近,但仍与单纯的暴力行为有本质区别,即粗暴养育在实施方式上有许多问题,父母的主观出发点却不是为了给孩子施加痛苦和伤害,而是为了纠正孩子的行为,使其朝父母所期望的道路发展,达到构想中保护和教育的目的。这与我国民间流传的传统教育观念——“棍棒教育”不谋而合。“打是亲骂是爱”“棍棒底下出孝子”等谚语来自中国自古就有的棍棒教育理念,千百年以来这种观念根深蒂固,体罚、禁闭、减食、口头训诫、控制为主的教育手段至今在中国的部分乡村和城市家庭中流行,成为年轻人口中以打压否定为特征的“东亚教育”。近年来,虽然官媒多次批评棍棒教育为糟粕,公众却仍然针对“棍棒教育是否可取”争论不休,始终无法找到于现代文明观念和中国传统道德观都自洽的一种说法。

2. 我国家庭存在“粗暴养育”的原因分析

2.1. 大家长角色扮演

实际上,今天人们关于棍棒教育的争论是我国社会快速发展转型下人民内部矛盾的一种侧面体现。父母一方面要遵守当代的新社会规范,另一方面又认同传承本民族、家族的传统文化价值观或精神的正确性。在中国传统的亲缘群体中,各家庭成员由血缘关系划分地位和权力,由一个大家长作为长者掌握大权,其他家庭成员都要服从家长。家长将自身角色定位为“上位者”,拥有对“下位者”的掌控权。中国传统家长权以训诫教令权、家庭财产支配权、主婚权为其主要内容,凸显了家长对子女在人身和财产上的绝对控制(蔡晓荣, 2023)。到了近代,这种传统家长权演变为亲权,实现了权利与义务的统一,但长者角色中的权力欲却随之传承下来。粗暴养育下父母对孩子情感上的忽视和否定,有时就来自父母潜意识中为了维持“上位者”角色的支配权威,从而展现出对“下位者”的掌控欲望。部分中学生不是完全以顺从者的角色接受父母的传递,而是依据自己的认知与父母协商建构社会化价值观却遭到断然否定的现象不在少数。这同时也是一种养育方式的代际传递,即父母从上一代那里习得了家长角色的行为模式,并将这种模式运用于自己子女身上,这种模式所导致的某些行为在现代目光下则被认为是“粗暴养育”“棍棒教育”。

2.2. 亲子关系的相互作用

个体在反应性和自我调控方面有着先天的差异,这种差异具有生物遗传的基础,也会受到后天环境

的影响。反应失常或者自我调控失能会导致孩子的不同内外化行为，其中，情绪反应属于个体反应的重要内容，消极情绪反应包括冲动、易怒、沮丧、害怕等，时常发生在受到高度控制教育和严厉教育的孩子身上；而较高水平的自我调控能力是有利于自我保护的因素，能够抵挡部分粗暴养育方式带来不良影响。但是持续的粗暴养育也会削弱孩子的自我控制能力，导致孩子难以正确处理自己的行为和情感，部分孩子产生了焦虑、抑郁、退缩的内化行为。

孩子的气质和人格受到父母教育方式的影响和塑造，父母的态度也会根据孩子的反应动态性地调整，粗暴养育很大程度上就是亲子间互动的不良走向的结果。抑郁质的儿童往往情绪内隐、耐受性低、忍耐力高、不善交流，但对内外刺激感受性高，受此气质特点影响，部分父母更易展现出否定、拒绝、暴躁的情绪。与此相对，面对出现高外化行为的孩子，部分父母也可能产生愤怒或挫折情绪从而诱发粗暴养育，倾向于使用打压、体罚等手段压制孩子。采用粗暴养育的父母无法向子女示范合理的情绪及行为控制策略，又反过来加重孩子的外化行为。许多家长遇到过的“孩子不打不听话”，就属于沟通失败后的一种粗暴养育。总的来说，有缺陷的亲子关系有着双向的互动作用，粗暴养育是子女和父母的行为态度共同导致的结果。

2.3. 父母的个人问题

父母养育孩子的方式是其所处社会的系统化教育的结果。学历的高低并非衡量一切的唯一标准，但它确实在某种程度上揭示了个人在学校环境中接受的知识广度与深度。有学者研究显示，专制粗暴、管教引导的早期养育行为在养育者学历上的差异性非常显著，高中及以下学历的养育者数量最高，他们可能对科学的教育知识缺乏了解，更容易受到陈旧观念的影响而采取错误的粗暴养育方式。另外，如果养育者本身有着不健康的压力反应机制和人格类型，工作压力、经济负担、家庭冲突等因素都可能导致其产生情绪压力，将最容易控制、打压的孩子当作泄愤的对象。五大人格中的高神经质和高外向性的父母面对压力能体验到更强烈的负面情绪，更有可能做出体罚、言语攻击等粗暴养育行为，具体而言，一个本身就易激怒的长辈，难以在情绪波动较大的情况下通过理性思考与孩子交流，更可能是事后要求孩子的原谅或者直接忽视。

3. 粗暴养育中行为、情感、态度等因素与中学生抑郁的关联性讨论

3.1. 情感忽视加剧中学生抑郁风险，影响其认知能力

中学生正处于童年向青少年时期过渡的阶段，会面对很多身体、心理和社会变化，对外界的感知力也更加敏感，尤其需要来自家庭的情感支持。在这个阶段，父母若对子女体验的表达做出不恰当或极端的反应，诸如粗暴养育中常见的否定、忽视与惩罚，极有可能对子女心理造成长远伤害，进而影响其认知发展轨迹。然而，采取粗暴养育的父母倾向于以控制、打压的手段教育子女，很少站在子女的角度去满足他们的心理需求，容易与子女产生矛盾。因为未形成积极的亲子关系，这些孩子容易产生对他人的不信任感和恐惧感，同时影响人生中其他亲密关系的建立。根据马斯洛需求模型，每个人都有对归属感、安全感、爱的需求，若此类需求长期得不到满足，个体则可能以非适应性的方式表达其消极情绪与观念，大大增加罹患抑郁的风险。例如，一些学者认为抑郁在粗暴养育和手机成瘾之间的序列有着显著的中介效应，即粗暴养育影响下的抑郁还可能正向预测青少年智能手机成瘾。个体想要逃避消极情绪体验(抑郁)，采用沉迷于手机的方式回避消极情绪体验，最终导致手机成瘾(魏华等，2021)。

3.2. 粗暴态度易引发中学生的低自我效能感

符号互动理论认为个体是在群体与他人互动的过程中形成了自我。中小学是孩子自我意识开始迅速

发展的阶段,他们开始自觉评价自己与他人的性格特点和发展需要。但由于阅历和知识的欠缺,中学生的自我评价相比起成人还不成熟,容易受到自身经验和重要他人评价的影响,往往表现出后天习得性。中学生的互动对象虽然增加了朋友、老师等角色,但重要他人主要还是父母,主要受到影响的领域在学业,而后扩散到其他领域。受传统文化与现实环境的共同影响,父母普遍对孩子的学业成就寄予厚望,视其为子女生活的核心。当子女在学习上展现出退步、落后或者持续性的低成就状态,采取粗暴养育方式的父母倾向于将结果归因于子女的自身问题,并对他们进行惩罚、打骂、批评等粗暴行为,以期提升子女的学业表现。然而,中学生的自我概念尚不完善,父母长期的贬低和批评将引发子女的消极自我评价,子女逐渐产生低自我效能感,失去面对学习生活上的压力和挑战的信心,又导致学业倦怠和焦虑,最终在恶性循环中引导子女走向抑郁。

3.3. 粗暴养育的持续负面影响:侵入性反刍

相关研究发现侵入性反刍和情绪调节自我效能感在粗暴养育和抑郁的关系间起链式中介作用,对抑郁具有重要影响作用。反刍最初指个体对问题和情绪进行反反复复的思考而没有付诸行动去解决或者实施,而侵入性反刍属于应激性反刍的一种,是个体经历应激性事件之后的反刍,自然产生且不受个体控制。经常受到粗暴养育或本身性格内向的中学生在遭受父母新一次的粗暴养育后更有可能出现侵入性反刍心理。中学生反复回忆父母对自己实施的粗暴养育是一种非适应性思维方式,子女被迫花更多时间在重温自己处于被支配地位的场景之中,其实是在反复体验自己的消极情绪,维持了事件相关的侵入回忆。用流行语言来说,这就是“情绪内耗”,会不断加深自身心理上的痛苦。尤其长期陷入这种反刍的中学生可能走入极端,思维延伸出比较夸张的负面推论,导致更加严重的亲子矛盾和自身抑郁情绪。

3.4. 身体惩罚间接加大中学生处理消极情绪的压力

中学生正处于身心成长的关键阶段,他们对教师和家长的依赖程度较高。在此情境下,源自依恋关系和亲近之人的体罚,其影响远超过一般的身体损伤。此类体罚不仅造成身体上的痛苦,更在家庭教育的整体框架下,产生长短不一的系列负面效应。根据压力过程模型和前人研究,当父母体罚与父母支持均处于高水平时,子女出现心理健康问题的风险将会增加,这是由于子女前后获取的信息不一致造成的(Wimsatt et al., 2013)。如果父母的支持水平本就不高,那体罚将进一步地释放子女的紧张、恐惧、羞耻等消极情绪。哈佛大学一项研究通过功能性核磁共振观察被打过孩子的大脑和没有被打过孩子的大脑在面对同样程度的外界刺激的反应,发现了体罚可能对孩子大脑发育存在不良影响,如被打过屁股的孩子可能处理恐惧和威胁的情绪较为困难(Cuartas et al., 2021)。一些研究在进行父母体罚与子女抑郁、内化行为等不良状态的关系研究时,通常聚焦于同伴侵害、亲子关系(许阳等, 2017)、一般自我概念(李小雪, 2022)等起中介作用的因素。值得注意的是,体罚本身通常不被视为抑郁的直接成因,而是通过这些中介因素间接地产生影响。鉴于中学生自我意识尚在发展之中,粗暴养育环境下的孩子往往表现出较弱的情绪调节能力。加之其认知能力的局限性,中学生试图缓解或最小化消极情绪的过程,会消耗本应投入生活其他方面的认知资源,从而导致负面影响广泛波及至同伴关系、学业表现等多个方面。此外,体罚后不断的心理回溯和可能存在的同伴间的共同反刍也会深化体罚的不良影响。若得不到有效疏解和补偿,这些影响将逐渐积累并内化为抑郁症状,伴随个体的成长而逐渐深化。

4. 结论

粗暴养育是一种比较常见的养育形式,存在父母出于保护教育目的对子女身体和心理上的双重攻击,与我国传统棍棒教育有相似之处。面临着中学生抑郁现象越来越多的事实,本文探究粗暴养育和中学生抑郁之间的关系后认为,粗暴养育可以通过影响中学生的自我效能感、情绪调节能力、相关认知能力来

增加中学生抑郁的概率。但本文还存在着很多不足,首先,由于篇幅和能力的限制,本文对粗暴养育的产生原因的讨论较为笼统,尤其在父母个人问题中的多种家庭背景、父母个人压力应对机制上未深入扩展;其次,本文未对相关影响因素作更加详细的区分,主要是通过其作用机制进行简单阐述。

中学生抑郁症状的出现,是多重因素交织的复杂结果。探讨粗暴养育方式在其中的作用,旨在凸显家庭环境作为中学生抑郁成因中的关键一环,进而完善关于中学生抑郁研究的理论架构。在实际应对策略上,我们应聚焦于与中学生日常生活紧密相连、对其心理发展影响深远的领域,采取针对性措施,以强化社会各界在中学生抑郁防治方面的协同努力,共同构建有效的防治体系。总体而言,虽然国内学界已经开始将粗暴养育作为一个特定的养育方式考察对儿童青少年发展的影响,但粗暴养育对中学生这一群体的身心健康有何影响还需学界进一步深入探讨,为现实中降低粗暴养育的发生率、改善我国家庭亲子关系、减轻中学生心理负担提供理论指导。

参考文献

- 蔡晓荣(2023). 中国传统家长权到近代亲权之衍变: 一个比较法律史的考察. *当代法学*, 37(6), 136-145.
- 李小雪(2022). 父母严厉管教行为与青少年内化问题的关系: 有调节的中介模型. 硕士学位论文, 青岛: 青岛大学.
- 刘福荣, 宋晓琴, 尚小平, 吴梦凡, 隋美丽, 董一超, 刘新奎(2020). 中学生抑郁症状检出率的 meta 分析. *中国心理卫生杂志*, 34(2), 123-128.
- 刘瑞杰, 彭玮婧, 郑美欣, 程斯杰, 胡宓(2023). 湖南省中学生抑郁、焦虑现状及流行病学特征. *中国临床心理学杂志*, 31(4), 816-820.
- 王明忠, 杜秀秀, 周宗奎(2016). 粗暴养育的内涵、影响因素及作用机制. *心理科学进展*, 24(3), 379-391.
- 王亚捷, 林静远, 谢涛, 俄眉, 吴奇, 雷怡(2021). 运动如何影响青少年抑郁: 回顾与展望. *心理科学*, 44(5), 1208-1215.
- 魏华, 朱丽月, 陈武, 刘元, 张贤(2021). 粗暴养育对手机成瘾的影响: 体验回避模型的视角. *中国临床心理学杂志*, 29(3), 501-505.
- 许阳, 张卫, 喻承甫, 苏萍, 刘莎, 甄霜菊(2017). 父母体罚与青少年焦虑抑郁的关系: 同伴侵害的中介效应与亲子关系的调节效应. *心理发展与教育*, 33(4), 457-467.
- 杨文漪, 周永林, 王艳, 陈彦君, 张锡彦, 张静杨, 杨婕(2024). 基于倾向性评分匹配法分析家庭类型对中学生抑郁倾向影响. *中国公共卫生*, (4), 430-435.
- Cuartas, J., Weissman, D. G., Sheridan, M. A., Lengua, L., & McLaughlin, K. A. (2021). Corporal Punishment and Elevated Neural Response to Threat in Children. *Child Development*, 92, 821-832. <https://doi.org/10.1111/cdev.13565>
- Mezuk, B., & Kendler, K. S. (2012). Examining Variation in Depressive Symptoms over the Life Course: A Latent Class Analysis. *Psychological Medicine*, 42, 2037-2046. <https://doi.org/10.1017/s003329171200027x>
- Otte, C., Gold, S. M., Penninx, B. W., Pariante, C. M., Etkin, A., Fava, M. et al. (2016). Major Depressive Disorder. *Nature Reviews Disease Primers*, 2, Article No. 16066. <https://doi.org/10.1038/nrdp.2016.65>
- Simons, R. L., Whitbeck, L. B., Conger, R. D., & Wu, C. (1991). Intergenerational Transmission of Harsh Parenting. *Developmental Psychology*, 27, 159-171. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.27.1.159>
- Wimsatt, A. R., Fite, P. J., Grasseti, S. N., & Rathert, J. L. (2012). Positive Communication Moderates the Relationship between Corporal Punishment and Child Depressive Symptoms. *Child and Adolescent Mental Health*, 18, 225-230. <https://doi.org/10.1111/j.1475-3588.2012.00682.x>
- Wong, J. J., Gonzales, N. A., Montano, Z., Dumka, L., & Millsap, R. E. (2014). Parenting Intervention Effects on Parental Depressive Symptoms: Examining the Role of Parenting and Child Behavior. *Journal of Family Psychology*, 28, 267-277. <https://doi.org/10.1037/a0036622>