

正念教养对农村留守儿童社会适应性的影响： 亲子关系与心理弹性的链式中介作用

杜雨露

曲阜师范大学心理学院，山东 济宁

收稿日期：2025年3月3日；录用日期：2025年4月1日；发布日期：2025年4月18日

摘 要

本研究旨在分析正念教养如何影响农村留守儿童的社会适应能力，并深入探讨其作用机制。本研究采用正念教养量表、亲子关系量表、心理弹性量表以及社会适应量表等工具，对四所小学共309名学生及其父母进行了问卷测评。研究结果表明：(1) 父母在教养过程中展现的正念水平对农村留守儿童的社会适应能力具有显著影响；(2) 亲子亲密度、亲子冲突和心理弹性分别对正念教养与社会适应行为发挥独立作用；(3) 亲子亲密度、亲子冲突和心理弹性在正念教养影响社会适应能力的过程中形成链式中介效应。本研究的开展可为改善农村留守儿童的社会适应状况提供理论支持。

关键词

农村留守儿童，正念教养，亲子关系，心理弹性，社会适应性问题

The Impact of Mindfulness Education on the Social Adaptability of Left Behind Children in Rural Areas: The Chain Mediated Effect of Parent-Child Relationship and Psychological Resilience

Yulu Du

School of Psychology, Qufu Normal University, Jining Shandong

Received: Mar. 3rd, 2025; accepted: Apr. 1st, 2025; published: Apr. 18th, 2025

文章引用：杜雨露(2025). 正念教养对农村留守儿童社会适应性的影响：亲子关系与心理弹性的链式中介作用. *心理学进展*, 15(4), 357-367. DOI: 10.12677/ap.2025.154216

Abstract

This study mainly examines the impact and mechanism of mindfulness education on the social adaptability of left behind children in rural areas. A survey was conducted on 309 pairs of left behind children and their parents in four schools using mindfulness education questionnaire, parent-child relationship scale, psychological resilience scale, and social adaptability questionnaire. The results showed that: (1) the level of parental mindfulness significantly predicted the social adaptation problems of left behind children in rural areas; (2) parent child intimacy, parent-child conflict, and psychological resilience play independent mediating roles in mindfulness education and social adaptive behavior, respectively; (3) parent child intimacy, parent-child conflict, and psychological resilience play a chain mediated role in mindfulness education and social adaptation issues. This study provides theoretical support for the intervention of social adaptation issues for left behind children in rural areas.

Keywords

Rural Left Behind Children, Mindfulness Education, Parent-Child Relationship, Psychological Resilience, Social Adaptability Issues

Copyright © 2025 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

农村留守儿童(left behind children)是在中国经济不断发展的大环境背景下产生的新一类弱势群体(戴斌荣, 彭美, 2021)。2016年,《国务院关于深化农村留守儿童关爱保护机制的意见》明确规定,未满16周岁的未成年人,若其父母双方均外出务工,则被界定为农村留守儿童。社会适应性,指的是个体在与周遭社会环境互动中所展现出的,既包含对外界环境的灵活调整能力,也涵盖了对内在行为的自我调控水平(戴斌荣, 柴江, 2011)。由于长期缺乏父母的直接陪伴与引导,留守儿童往往展现出保守、寡言、情绪低落、社交退缩等特征,他们的活力与积极性显著减弱,社会适应能力也随之下降(贾文华, 2012)。鉴于此,对农村留守儿童的社会适应性进行深入探讨显得尤为迫切和重要。

大量研究表明,家长的养育方式在子女一生的发展过程中起着至关重要的作用,其中正念教养等养育方式对儿童的成长具有积极影响(Bluth & Wahler, 2011)。此外,正念水平对幼儿的内在问题具有显著影响(周晖, 陈晓, 樊琳琳, 2018)。近年来,正念教养在提升幼儿社交适应能力方面的价值逐渐得到广泛关注。因此,本研究将正念教养作为农村留守儿童社会适应性问题的干预措施加以研究。

1.1. 正念教养与农村留守儿童社会适应性问题

正念教养(mindful parenting)源自正念(mindfulness)理念,它倡导在日常亲子教育中融入正念原则,意味着父母需对孩子及其教育行为保持一种有意识、即时且非评判性的关注与觉察(Lippold et al., 2022)。这种教养方式强调在当下时刻,以一种无偏见的态度,专注于亲子互动及教育过程中的每一细节(卡巴金·麦拉, 卡巴金·乔, 2013)。该概念的引入促使人们深思并探究,在扮演父母角色的过程中融入正念可能带来的积极影响与潜在作用(汪芬, 黄宇霞, 2011)。它鼓励个体反思如何将正念的理念和实践融入亲子关系,以期实现更为和谐与有效的家庭教育(陈晓, 周晖, 王雨吟, 2017),旨在通过非评判性、接纳性的态度,

使父母有意识地关注并理解子女的当下情绪, 从而进行良性的家庭教育(Lippold et al., 2015; Meppelink et al., 2016)。社会适应指个体在与外界环境互动的过程中, 通过内在的自我调节、管理及学习机制, 并结合对外部环境的反馈与应对, 使自身与外部环境保持协调和平衡的动态过程与状态(贾林斌, 2008)。

现有诸多研究证实, 正念教养水平与儿童青少年的身心健康有极大关系。元分析结果表明, 正念教养有利于改善儿童心理功能, 降低子女问题行为发生率(Donovan et al., 2022)。研究表明, 针对父母的正念教养干预措施对其身心健康及行为模式展现出正向效应, 具体而言, 正念教养相关的训练项目能够有效减轻父母在育儿过程中的压力感受(Ferraioli & Harris, 2013; Singh et al., 2007, 2014; van de Weijer-Bergsma et al., 2012; van der Oord et al., 2012), 促进父母掌握更为有效的教养行为。我国学者开展的研究证实, 正念教养对学前儿童的问题行为有显著影响(黄鹤, 王小英, 2024), 对父母的教养压力以及个人冲动有非常好的干预作用(毋嫒等, 2019)。

目前, 正念教养领域研究集中在对普通家庭的父母以及儿童之间的影响, 然而对于农村留守儿童这种特殊群体, 鲜有研究关注。相较于正常家庭的儿童, 由于家庭结构的不完整、教育监管的缺失以及情绪情感缺乏有效释放渠道, 众多农村留守儿童在适应学习生活方面面临挑战, 并常常被标签化为“问题儿童”, 这一状况持续存在。基于前期研究成果, 本项目旨在进一步探讨正念教养对农村留守儿童社会适应能力的影响机制, 重点分析其中的内在作用路径, 以期为提升和改善该群体的社会适应能力提供相应的干预策略。

1.2. 亲子关系与心理弹性的中介作用

亲子关系是每个人都非常熟悉且直接相关的社会关系之一。是父母及其子女在互动过程中所建立起来的比较稳固的人际关系, 一般包括亲子亲密和亲子冲突两个方面(王美萍, 张文新, 2007)。对于农村留守儿童这一特殊的群体, 亲子关系极容易由于父母长期不在身边而没能建立。父母随着子女身体与心理的变化而不断调整适应, 才能够形成良好的亲子关系(Crittenden, 2013; Koepke & Denissen, 2012; 周玉慧, 2015)。现有研究表明, 父母与子女之间的互动模式在幼儿的心理成长及行为表现方面起着关键作用(Mordeno et al., 2019)。此外, 研究进一步指出, 青少年受到父母的影响尤为显著, 甚至比幼儿时期的影响更加深远(Yang et al., 2022)。亲密且温暖的亲子关系能够有效促进孩子的自我调节能力, 并在学习及日常生活中增强适应水平(Kochanska, 2013)。由此可见, 亲子关系在儿童社会适应能力的发展过程中具有重要作用(宗爱东, 李丹, 2005)。研究还发现, 家长的养育方式对儿童的成长轨迹产生深远影响。已有文献表明, 正念教养能够协助家长建立更为高效的亲子沟通模式(王云峰, 冯维, 2006), 同时在亲子互动过程中, 正念教养有助于家长接受并处理潜在的矛盾和冲突(陈颖娇等, 2018)。基于上述研究结果, 本研究提出假设: 亲子关系在农村留守儿童社会适应能力的发展中起着关键性作用。

心理弹性指的是个体在经历负面生活事件或困境时, 能够调整自身情绪与行为, 从而更好地适应环境并融入社会。这一概念被视为衡量个体心理状态的重要标准, 对个体的长期发展起到了稳定的支持与保护作用(Masten, 2001)。尽管学界对于心理弹性的定义存在一定分歧, 但普遍认为其核心包括两个关键层面: 一是, 个体当前或过去所经历的各种挑战与困境; 二是尽管置身于这样的困境之中或之后, 个体仍能维持正向的发展态势(徐礼平, 2013)。从心理弹性的视角深入剖析, 不难发现, 一些农村留守儿童在经历“家庭结构不完整、情感支持匮乏、教育资源缺失”等多重逆境后, 仍能展现出良好的社会适应能力, 这背后的关键在于他们各自心理弹性保护机制水平的差异(陈文琴, 2023)。研究表明, 父母的教养方式对子女的心理弹性具有显著的预测作用(Shuey & Leventhal, 2017), 而在正念养育状态下, 父母同孩子都会以较高的积极情感参与亲子互动, 养育者积极情绪促进儿童正向积极的情感体验, 提高亲子沟通水平(Lippold et al., 2015)。基于此, 本研究探究其在正念教养与农村留守儿童社会适应性之间的影响。

除此之外，也有诸多学者为探究亲子关系对心理弹性的影响提供支持。已有研究显示，父母的亲密程度与个体的心理弹性之间呈现出显著的正相关关系(Russell et al., 2021)。根据家庭功能理论，当家庭成员面对突发状况时，需要通过彼此互动、给予精神支持、增强情感联系、履行家庭责任，并共同应对各类压力，以此提高个体的复原能力(Desrianty et al., 2021)。此外，研究也揭示了留守儿童与其父母之间的依恋关系对其心理弹性有着积极促进作用(石绪亮等, 2023a, 2023b)。基于此，本研究进一步探讨正念教养如何通过父母与子女的心理弹性，对农村留守儿童社会适应性的影响形成链式调节机制。本研究采用问卷调查、访谈等多种研究方法，分析大学生群体的正念教养在农村留守儿童社会适应性发展中的作用。研究假设如下(见图 1)：(H1)知觉教养对农村留守儿童的社会适应性具有显著影响；(H2)知觉教养在农村留守儿童社会适应性发展过程中发挥调节作用；(H3)正念教养对农村留守儿童的社会适应性产生明显调节效应；(H4)正念教养在农村留守儿童社会适应性提升过程中具有重要的调节作用。

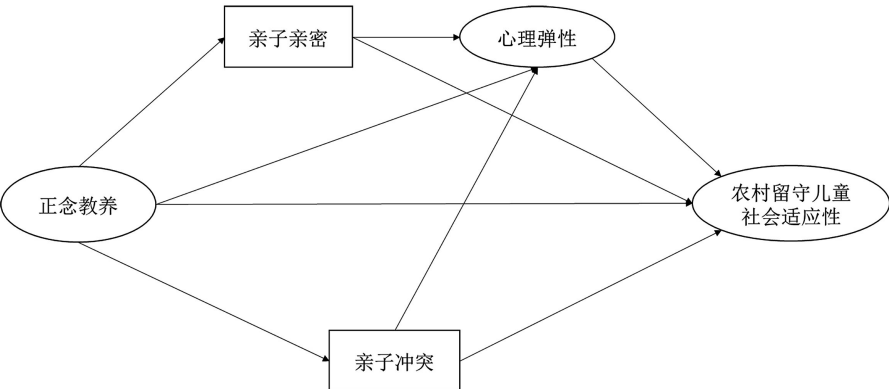


Figure 1. Chain mediation model assumptions
图 1. 链式中介模型假设

2. 方法

2.1. 被试

本研究采用方便抽样方法，选取山东省四所中小学的 309 名农村留守儿童及其家长作为研究对象。留守儿童年龄在 7~12 岁之间。

2.2. 工具

正念教养问卷。本研究采纳了赵亚萍(2018)编制的正念养育量表中文版(简称 MIPQ)，该量表包含 28 个项目，结构划分为两个核心维度：即对当下的关注与正念管教策略。量表采用四级评分制，其中得分递增反映了父母正念养育实践的水平提升。在具体统计分析中，我们发现“对当下的关注”维度与“正念管教”维度的 Cronbach's α 系数分别达到 0.88 和 0.89，显示出良好的内部一致性；而总量表的 Cronbach's α 系数为 0.93，进一步验证了其高度的信度。

亲子关系量表。采用 Pianta et al. (1997)提出，并由国内学者张晓等(2008)修订的《父母关系量表》(CPRS)，从中选取“亲密”与“冲突”两个维度，以评估学龄前儿童父母之间的互动情况。父母需根据五个等级对自身与子女的关系进行评分，得分越高，表明亲密程度或冲突水平越显著。其中，“亲密度”与“冲突”两个维度的 Cronbach α 系数分别为 0.80 和 0.89。

心理弹性量表。采用胡月琴，甘怡群(2008)编制的《青少年心理弹性量表》，该量表涵盖 27 道题目，涉及情绪调节、目标专注、家庭支持、积极认知以及人际支持等五个核心维度。评分方式采用五级量表，

其中 1 分代表“完全不符合”，5 分表示“完全符合”，各维度得分均与受试者的心理弹性呈正向关系。该问卷的 Cronbach α 系数为 0.87，表明其具有较好的信度。

社会适应性问卷。采用戴斌荣(2019)设计的农村儿童社会适应性评估问卷，涵盖了五个关键领域：学习调适、认知灵活性、正向情绪调节、人际交往能力和生活自理能力。问卷采用五级评分体系，从“1”(代表“完全不符合”)至“5”(代表“完全符合”)，所有条目均采取正向计分原则，得分愈高，则意味着儿童的社会适应性越强。该评估工具的 Cronbach α 信度系数为 0.92，显示出良好的内部一致性。

2.3. 研究程序

使用问卷调查法，采用线上线下相结合的方式发放问卷，要求父母被试填写正念教养问卷、亲子关系问卷，留守儿童被试填写心理弹性问卷与社会适应性问卷。本研究使用 SPSS 24.0 进行数据的描述性统计与相关性分析，并借助 Mplus7.4 构建链式中介模型下的结构方程模型，以检验变量间的关系。

3. 结果

3.1. 共同方法偏差检验

本研究采用哈曼单因子检验，以评估可能存在的共同方法偏差。分析结果表明，共提取出 18 个特征值大于 1 的因子，其中首要因子解释的方差为 26.58%，低于 40%的标准阈值。因此，可判断本研究数据未受到显著的“方法偏倚”影响。

3.2. 描述性统计结果及相关分析

皮尔逊相关分析结果见表 1。正念教养与亲子亲密、心理弹性、农村留守儿童社会适应性水平呈显著正相关，与亲子冲突呈显著负相关；亲子亲密与心理弹性呈显著正相关，与农村留守儿童社会适应性水平呈显著正相关；亲子冲突与农村留守儿童社会适应性水平呈显著负相关；心理弹性与农村留守儿童社会适应性水平呈显著正相关。

Table 1. Mean, standard deviation, and correlation coefficient between variables
表 1. 各变量之间的平均值、标准差及相关系数

	<i>M</i>	<i>SD</i>	1	2	3	4	5
1. 正念教养	2.92	0.74	—				
2. 心理弹性	3.01	0.23	0.16**	—			
3. 亲子亲密	2.82	1.06	0.43**	0.19**	—		
4. 亲子冲突	3.14	1.12	-0.38**	-0.27**	-0.35**	—	
5. 社会适应性	3.13	0.77	0.63**	0.31**	0.47**	-0.52**	—

3.3. 链式中介效应检验

以正念教养为自变量，农村留守儿童社会适应性为因变量，本研究构建了结构方程模型，以分析亲子关系与心理弹性在留守儿童社会适应性中的调节作用，如图 2 所示。研究结果显示，该多重中介模型的拟合度较高($\chi^2/df=1.42$, $CFI=0.99$, $TLI=0.99$, $RMSEA=0.04$)。此外，正念教养对亲子亲密关系具有显著的正向预测作用($\beta=0.42, p<0.001$)，同时对亲子冲突具有显著的负向预测效应($\beta=-0.39, p<0.001$)，并能正向预测心理弹性($\beta=0.29, p<0.001$)，正向预测社会适应性($\beta=0.37, p<0.001$)；亲子亲密显著正向预测心理弹性($\beta=0.24, p<0.001$)，正向预测农村留守儿童社会适应性($\beta=0.13, p<0.01$)；亲子冲突负向

预测心理弹性($\beta = 0.26, p < 0.001$), 负向预测农村留守儿童社会适应性($\beta = 0.24, p < 0.001$); 心理弹性正向预测农村留守儿童社会适应性($\beta = 0.27, p < 0.001$)。

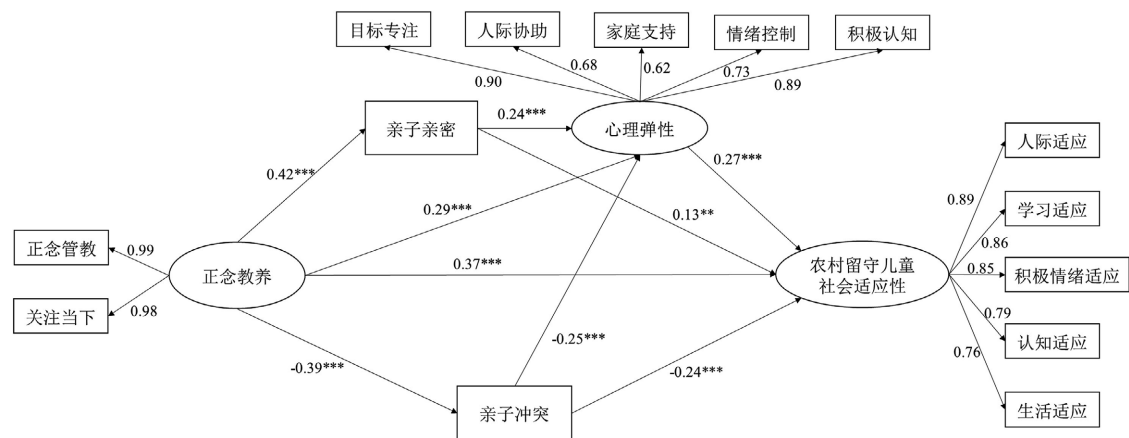


Figure 2. Chain mediation model
图 2. 链式中介模型

本研究采用双变量相关抽样法, 经过 2000 次抽样检验, 分析了正念教养对农村留守儿童社会适应能力的链式调节效应。根据表 2 所示, 在所有路径中, 95%置信区间(CI)均未包含 0, 表明中介效应均达到了统计学上的显著水平。这一结果进一步验证了正念教养对农村留守儿童社会适应能力(以下简称“社会适应”)的调节作用。

Table 2. Path coefficient analysis of the intermediary model
表 2. 中介模型路径系数分析

中介路径	效应值(绝对值)	95%置信区间		效果量
		下限	上限	
正念教养 - 亲子亲密 - 社会适应性	0.052	0.013	0.096	8.16%
正念教养 - 心理弹性 - 社会适应性	0.076	0.041	0.125	11.93%
正念教养 - 亲子冲突 - 社会适应性	0.092	0.055	0.142	14.4%
正念教养 - 亲子亲密 - 心理弹性 - 社会适应性	0.026	0.013	0.048	4.08%
正念教养 - 亲子冲突 - 心理弹性 - 社会适应性	0.025	0.013	0.046	3.92%

4. 讨论

4.1. 正念教养与农村留守儿童社会适应性之间的关系

本研究的前期结果表明, 正念教养对农村留守儿童的社交适应能力具有显著的积极影响, 同时在其社会适应能力的提升方面也发挥了关键作用。此外, 正念教养在家庭层面带来了诸多正面效应。父母的教养方式不仅关注儿童的个体行为, 还强调他们与他人的互动过程, 具体到家庭内部, 这种方式主要体现在亲子之间的互动(舒鉴皓, 2016)。从家长的角度来看, 提升正念教养水平能够有效改善其心理状态, 减少焦虑和消极情绪(Dykens et al., 2014)。而从儿童的角度来看, 正念教养能够满足其基本心理需求, 并减少可能出现的精神和行为问题(Chen et al., 2022)。这一发现表明, 正念教养指导能够帮助农村留守儿童的父母更清晰地认识自身问题及应对策略, 同时提供积极且高效的反馈机制, 以促进亲子关系的良性发展。

4.2. 心理弹性、亲子关系在正念教养与农村留守儿童社会适应性之间的链式中介作用

本研究验证了假设 2, 即亲子关系在农村留守儿童社会适应性发展中起着关键作用。已有研究表明, 正念教养能够有效缓解儿童在隐性及显性学习方面的障碍, 同时在父母之间产生一定的调节作用(黄鹤, 王小英, 2024)。此外, 父母间的冲突与儿童的外显行为问题(如多动、攻击等)以及情感困扰(如孤独、抑郁)之间存在显著的正相关关系(高健等, 2021; 范志宇, 吴岩, 2020)。亲密的亲子关系有助于儿童在日常活动中保持积极的情感状态, 同时提升基本社交技能, 从而降低问题行为的发生率(Bluth & Wahler, 2011)。可见, 正念教养在农村留守儿童社会适应能力的培养过程中发挥着重要作用。

本研究也证实了心理弹性在正念教养与农村留守儿童社会适应性之间的中介作用, 验证了假设 3。生态系统理论指出, 由于家庭是个体成长发展的重要场所, 故个体心理品质的形成与发展离不开家庭的影响, 教养方式在这个过程中发挥着重要的作用, 如情感温暖型父母对孩子的心理弹性有积极影响, 当孩子体会到家庭的支持与接纳时, 会促进孩子的自我认可与适应力的增强(董金华, 2020)。同时, 正念教养有助于提升农村留守儿童在学习、生活、积极情绪等方面的适应性, 减少社会适应性问题的形成。

在亲子关系与心理弹性的共同作用下, 正念教养对农村留守儿童的社会适应性展现出积极影响, 同时验证了假设 4 的合理性。通过正念教养, 父母能够构建更加紧密的亲子情感联结, 为儿童提供稳定的情感支持。高水平正念教养的家长更倾向于展现出较强的热情、关爱、清晰的引导以及对孩子的积极鼓励(Coatsworth et al., 2018), 这些因素有助于优化亲子关系(Lippold et al., 2015)。朱淑湘等人(2015)的研究表明, 亲子关系良好的儿童往往具备更高的心理弹性, 且父母之间的亲密程度越高, 家庭关系越和谐, 儿童的心理弹性也随之增强。此外, 正念教养还能为儿童提供丰富的心理资源, 进而提升他们的社会适应能力。徐礼平等人(2013)的研究进一步证明, 农村留守儿童的心理弹性与社会适应能力之间存在显著的正相关关系, 提升儿童的心理弹性对于促进其社会适应性具有重要作用。

4.3. 研究意义与展望

本研究基于农村留守儿童社会适应性现状, 探究正念教养对农村留守儿童社会适应性的影响, 证实了亲子关系以及心理弹性在正念教养与农村留守儿童社会适应性之间的独立中介以及链式中介作用, 为帮助农村留守儿童提高其社会适应性, 促进他们完成社会化提供了理论依据以及教育启示。首先, 探讨正念教养对农村留守儿童社会适应性的影响有助于深入探究教养方式对社会适应性的影响, 理解其内在心理机制研究正念教养对农村留守儿童社会适应性的影响可以丰富社会适应性研究范畴。目前虽然关于社会适应性的研究已经取得了一定的理论成果, 如对于社会适应性的影响因素的研究(Zhao et al., 2023), 但针对农村留守儿童这一特定群体的社会适应性研究尚不完善。通过深入探讨正念教养对农村留守儿童社会适应性的影响, 可以进一步丰富社会适应性的研究范畴, 补充和完善社会适应结构理论; 其次, 有助于推动农村留守儿童的心理健康发展, 对社会适应性问题进行干预研究发现, 父母的正念教养对于儿童心理健康以及社会适应性的发展有着重要的作用, 现已有系统的正念教养课程(Mindful Parenting Program, MPP)帮助父母缓解教养压力(戴斌荣, 2019)。目前, 有关于农村留守儿童社会适应性的研究大都集中在对于其心理机制的研究之上, 然而对于农村留守儿童社会适应性的干预仍鲜有研究(陈晓等, 2017)。本研究将正念教养课程引入改善农村留守儿童社会适应性之中, 有助于推动农村留守儿童的心理健康发展, 对其社会适应性有所干预; 最后, 本研究有助于丰富儿童发展心理学学科理论体系, 推动留守儿童家庭教育观念的改变。正念教养作为一种新兴的教养方式, 其核心理念与儿童发展心理学中的自我认知、情绪调节等理论紧密相关(李丹等, 2023)。研究表明在家庭环境中, 母亲的正念水平越高, 其自我调节能力以及对自我的接纳能力也更强, 能够以慈悲的态度对待自己(董宇航, 2023)。本研究将正念教养的相关理论与农村留守儿童社会适应性相结合, 丰富了儿童发展心理学理论体系。通过探究正念教养对农村留

留守儿童社会适应性的影响,并探究其产生作用的内在心理机制,能够改善农村留守儿童由于父母长期不在身边而导致的一系列问题行为,促进其家庭教育观念的改变(Chainey & Burke, 2021)。

由于研究条件的限制,本研究还存在一些不足之处,需要在未来的研究中进一步完善和拓展。首先,在研究内容方面,本研究主要聚焦于家庭因素对农村留守儿童社会适应性的影响,而未涉及其他可能对其社会适应性产生重要影响的因素,例如学校环境、同伴关系、社区支持以及社会文化背景等。事实上,农村留守儿童的社会适应性是一个多维度、多层次的复杂现象,其发展不仅受到家庭环境的直接影响,还可能受到学校教育质量、同伴互动模式、社区资源分配以及社会政策等多重因素的交互作用。因此,未来的研究可以进一步拓展研究范围,深入探讨学校、社会等因素对农村留守儿童社会适应性的独立及联合影响,并揭示这些因素之间的作用机制,从而构建更加全面和系统的理论模型;其次,在研究方法方面,本研究主要采用了问卷调查法。尽管问卷调查法能够高效地收集大样本数据,并便于进行量化分析,但其也存在一定的局限性。问卷调查法通常难以揭示变量之间的因果关系,也无法深入探讨个体心理过程的动态变化。因此,在未来的研究中,可以结合多种研究方法,例如实验法、纵向追踪研究、深度访谈或观察法等,以弥补单一方法的不足。特别是通过实验法,可以设计干预研究,进一步检验正念教养对农村留守儿童社会适应性的因果效应及其作用机制;最后,本研究尚未深入探讨正念教养对农村留守儿童社会适应性的干预作用及其潜在机制。正念教养作为一种新兴的教养方式,可能通过提升父母的情绪调节能力、改善亲子互动质量、增强儿童的情绪管理和社会技能等途径,间接促进农村留守儿童的社会适应性发展。因此,未来的研究可以设计基于正念教养的干预实验,系统评估其对农村留守儿童社会适应性的短期和长期效果,并进一步探讨其作用机制,为实践干预提供科学依据。

5. 结论

(1) 正念教养能够显著预测农村留守儿童社会适应性。

(2) 研究结果表明,亲子关系与心理弹性均在正念教养对农村留守儿童社会适应性的影响中发挥了显著的独立中介作用。具体而言,正念教养能够分别通过优化亲子关系(包括提升亲子亲密性与减少亲子冲突)以及增强儿童的心理弹性,进而促进其社会适应能力的提升。

(3) 此外,亲子关系与心理弹性的链式中介效应同样显著。正念教养不仅能够改善亲子关系(表现为增加亲子亲密性、降低亲子冲突),还可进一步增强儿童的心理弹性,从而减少其问题行为,最终有助于提升其社会适应水平。

致 谢

论文或许停留在致谢,但人生的篇章仍然在继续。

文末搁笔,思绪繁杂。论文写作并非一朝一夕,回首研究过程中所遇温暖,让这篇论文也有了温度。

桃李不言,下自成蹊。感谢我的导师对我孜孜不倦的教育与指导。在学术上,老师为我提供了一个宽松、自由的科研环境,关心我论文的进展,引导我克服困难。老师们严谨的科研态度,远大的科研理想,都为我的科研道路注入了无限的前进的动力。

山水一程,三生有幸。我想,在交朋友这一方面,我是幸福的。感谢在论文写作期间一直给予我鼓励的吴俊瑶同学,每当我自我怀疑之时,她总能给予我力量,肯定我,相信我,帮助我,与朋友相处的每一天都能感受得到温馨快乐。

不忘初心,不负韶华。感谢我的父母,给予我无条件的精神鼓励与物质支持。承蒙养育之恩,是你们护我周全,为我着想,让我无后顾之忧。希望家人一生顺遂,无病无灾。

书之有近,致谢难穷。感谢那个不曾轻言放弃的自己,回首漫漫科研道路,看似一帆风顺,实则跨过千层浪。人前一句夸赞,是人后无数次崩溃后的自我消化与重新出发才可以换得。只要结果是好的,

付出再多也是值得。我要赶路，我永不停。

参考文献

- 陈文琴(2023). 亲子关系、学校联结与中学生生活满意度: 心理韧性的中介作用及干预研究. 硕士学位论文, 合肥: 合肥师范学院.
- 陈晓, 周晖, 王雨吟(2017). 正念父母心: 正念教养理论、机制及干预. *心理科学进展*, 25(6), 989-1002.
- 陈颖娇, 彭先桃, 付雅琦, 周晓芸(2018). 正念教养与幼儿社会偏好的关系: 有调节的中介效应分析. *中国临床心理学杂志*, (6), 1173-1177.
- 戴斌荣(2019). 农村儿童社会适应问卷的编制. *心理与行为研究*, 17(4), 504-511.
- 戴斌荣, 柴江(2011). 大学生社会适应性问卷的初步编制. *心理与行为研究*, 9(3), 202-208.
- 戴斌荣, 彭美(2021). 同伴友谊质量与留守儿童社会适应性的关系: 有调节的中介模型. *心理科学*, 44(6), 1361-1368.
- 董金华(2020). 父母教养方式对初中生考试焦虑的影响: 心理弹性的中介作用. *心理月刊*, 15(6), 6-7.
- 董宇航(2023). 正念教养对幼儿情绪调节能力的影响机制及干预研究. 硕士学位论文, 重庆: 西南大学.
- 范志宇, 吴岩(2020). 亲子关系与农村留守儿童孤独感、抑郁: 感恩的中介与调节作用. *心理发展与教育*, 36(6), 734-742.
- 高健, 高敏, 谭欣歌, 刘娟(2021). 母亲遭受家庭冷暴力对儿童早期多动行为的影响: 亲子冲突与睡眠问题的链式中介作用. *中国特殊教育*, (1), 75-82.
- 胡月琴, 甘怡群(2008). 青少年心理韧性量表的编制和效度验证. *心理学报*, 40(8), 902-912.
- 黄鹤, 王小英(2024). 正念教养与学前儿童问题行为的关系: 亲子关系与心理弹性的链式中介. *心理发展与教育*, 40(4), 533-541.
- 贾林斌(2008). 中学生社会适应量表的编制及其初步应用. 硕士学位论文, 济南: 山东大学.
- 贾文华(2012). 农村留守儿童人格特征、应对方式与心理适应性关系. *心理科学*, 35(1), 142-147.
- 卡巴金·麦拉, 卡巴金·乔(2013). 正念父母心, 享受每天的幸福(雷叔云译). 心灵工坊文化.
- 李丹, 王玉正, 罗非(2023). 正念教养与青少年创造力: 亲子关系的中介作用. *中国健康心理学杂志*, 31(4), 557-561.
- 石绪亮, 李晓萌, 蒋丙翀, 范方(2023a). 留守儿童心理弹性在不安全依恋与心理健康问题间的纵向中介作用: 一项追踪研究. *中国临床心理学杂志*, 31(6), 1375-1379.
- 石绪亮, 乔小飞, 赵小军, 朱亚(2023b). 初中生抑郁症状的异质性发展轨迹及其与心理弹性和不安全依恋的关系. *中国临床心理学杂志*, 21(4), 955-959.
- 舒鉴皓(2016). 留守初中生亲子沟通与社会智力及前瞻适应的关系研究. 硕士学位论文, 扬州: 扬州大学.
- 汪芬, 黄宇霞(2011). 正念的心理和脑机制. *心理科学进展*, 19(11), 1635-1644.
- 王美萍, 张文新(2007). 青少年期亲子冲突与亲子亲合的发展特征. *心理科学*, 30(5), 1196-1198.
- 王云峰, 冯维(2006). 亲子关系研究的主要进展. *中国特殊教育*, (7), 77-83.
- 毋嫫, 赵伯尧, 展昭, 范碧娟, 赵亚萍(2019). 父母正念养育对青少年抑郁的影响及其机制. *心理与行为研究*, 17(4), 561-568.
- 徐礼平(2013). 心理弹性理论对农村留守儿童社会适应性发展的启示. *中小学心理健康教育*, (6), 14-15+18.
- 徐礼平, 田宗远, 邝宏达(2013). 农村留守儿童社会适应状况及其与心理韧性相关性. *中国儿童保健杂志*, 21(7), 701-703.
- 赵亚萍(2018). 正念养育与青少年内化问题的关系: 自尊的中介作用. 硕士学位论文, 天津: 天津师范大学.
- 周晖, 陈晓, 范林林, 苏岚颖, 谢晓琳, 林可秀, 王雨吟(2018). 正念教养干预在中国家长中的应用: 可行性及有效性探讨. *中国临床心理学杂志*, 26(3), 615-619+574.
- 周玉慧(2015). 青少年至成年初期亲子关系的变化及其影响. *中华心理科学*, 57(1), 67-89.
- 朱淑湘, 文少司, 陈杰, 唐宁, 洪淼(2015). 中小學生親子親合與心理彈性的關係: 共情的調節作用. *教育測量與評價*, (7), 45-49+29.
- 宗爱东, 李丹(2005). 2岁儿童亲社会行为及与父母教养方式、亲子依恋的关系. *上海教育科研*, (9), 46-48.
- Bluth, K., & Wahler, R. G. (2011). Parenting Preschoolers: Can Mindfulness Help? *Mindfulness*, 2, 282-285.

- <https://doi.org/10.1007/s12671-011-0071-4>
- Chainey, C., & Burke, K. (2021). Emerging Adult Wellbeing: Associations with Adverse Childhood Experiences, Parenting Practices and the Parent-Adolescent Relationship. *Australian Psychologist*, 56, 217-232. <https://doi.org/10.1080/00050067.2021.1893596>
- Chen, Y., Zhang, B., & Hu, Y. (2022). The Longitudinal Relationship between Emotional Exhaustion and Self-Compassion in Adolescent Students. *Mindfulness*, 13, 2547-2557. <https://doi.org/10.1007/s12671-022-01978-5>
- Coatsworth, J. D., Timpe, Z., Nix, R. L., Duncan, L. G., & Greenberg, M. T. (2018). Changes in Mindful Parenting: Associations with Changes in Parenting, Parent-Youth Relationship Quality, and Youth Behavior. *Journal of the Society for Social Work and Research*, 9, 511-529. <https://doi.org/10.1086/701148>
- Crittenden, P. M. (2013). *Raising Parents: Attachment, Parenting and Child Safety*. Routledge Press.
- Desrianty, M., Hassan, N. C., Zakaria, N. S., & Zaremohzzabieh, Z. (2021). Resilience, Family Functioning, and Psychological Well-Being: Findings from a Cross-Sectional Survey of High-School Students. *Asian Social Science*, 17, 77-78. <https://doi.org/10.5539/ass.v17n11p77>
- Donovan, M. O., Pickard, J. A., Herbert, J. S., & Barkus, E. (2022). Mindful Parent Training for Parents of Children Aged 3-12 Years with Behavioral Problems: A Scoping Review. *Mindfulness*, 13, 801-820. <https://doi.org/10.1007/s12671-021-01799-y>
- Dykens, E. M., Fisher, M. H., Taylor, J. L., Lambert, W., & Miodrag, N. (2014). Reducing Distress in Mothers of Children with Autism and Other Disabilities: A Randomized Trial. *Pediatrics*, 134, e454-e463. <https://doi.org/10.1542/peds.2013-3164>
- Ferraioli, S. J., & Harris, S. L. (2013). Comparative Effects of Mindfulness and Skills-Based Parent Training Programs for Parents of Children with Autism: Feasibility and Preliminary Outcome Data. *Mindfulness*, 4, 89-101. <https://doi.org/10.1007/s12671-012-0099-0>
- Kochanska, G., Kim, S., Boldt, L. J., & Yoon, J. E. (2013). Children's Callous-Unemotional Traits Moderate Links between Their Positive Relationships with Parents at Preschool Age and Externalizing Behavior Problems at Early School Age. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 54, 1251-1260. <https://doi.org/10.1111/jcpp.12084>
- Koepeke, S., & Denissen, J. J. A. (2012). Dynamics of Identity Development and Separation-Individuation in Parent-Child Relationships during Adolescence and Emerging Adulthood—A Conceptual Integration. *Developmental Review*, 32, 67-88. <https://doi.org/10.1016/j.dr.2012.01.001>
- Lippold, M. A., Duncan, L. G., Coatsworth, J. D., Nix, R. L., & Greenberg, M. T. (2015). Understanding How Mindful Parenting May Be Linked to Mother-Adolescent Communication. *Journal of Youth and Adolescence*, 44, 1663-1673. <https://doi.org/10.1007/s10964-015-0325-x>
- Lippold, M. A., McDaniel, B. T., & Jensen, T. M. (2022). Mindful Parenting and Parent Technology Use: Examining the Intersections and Outlining Future Research Directions. *Social Sciences*, 11, Article No. 43. <https://doi.org/10.3390/socsci11020043>
- Masten, A. S. (2001). Ordinary Magic: Resilience Processes in Development. *American Psychologist*, 56, 227-238. <https://doi.org/10.1037/0003-066x.56.3.227>
- Meppelink, R., de Bruin, E. I., Wanders-Mulder, F. H., Vennik, C. J., & Bögels, S. M. (2016). Mindful Parenting Training in Child Psychiatric Settings: Heightened Parental Mindfulness Reduces Parents' and Children's Psychopathology. *Mindfulness*, 7, 680-689. <https://doi.org/10.1007/s12671-016-0504-1>
- Mordeno, I. G., Gallemitt, I. M. J. S., Lantud, S. S. B., & Hall, B. J. (2019). Personal Psychological Resources Mediate Parent-child Relationship and Mental Health among Left-behind Children. *PsyCh Journal*, 8, 318-329. <https://doi.org/10.1002/pchj.288>
- Pianta, R. C., Nimetz, S. L., & Bennett, E. (1997). Mother-Child Relationships, Teacher-Child Relationships, and School Outcomes in Preschool and Kindergarten. *Early Childhood Research Quarterly*, 12, 263-280. [https://doi.org/10.1016/s0885-2006\(97\)90003-x](https://doi.org/10.1016/s0885-2006(97)90003-x)
- Russell, B. S., Tomkunas, A. J., Hutchison, M., Tambling, R. R., & Horton, A. L. (2021). The Protective Role of Parent Resilience on Mental Health and the Parent-Child Relationship during Covid-19. *Child Psychiatry & Human Development*, 53, 183-196. <https://doi.org/10.1007/s10578-021-01243-1>
- Shuey, E. A., & Leventhal, T. (2017). Pathways of Risk and Resilience between Neighborhood Socioeconomic Conditions and Parenting. *Children and Youth Services Review*, 72, 52-59. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2016.09.031>
- Singh, N. N., Lancioni, G. E., Winton, A. S. W., Karazsia, B. T., Myers, R. E., Latham, L. L. et al. (2014). Mindfulness-Based Positive Behavior Support (MBPBS) for Mothers of Adolescents with Autism Spectrum Disorder: Effects on Adolescents' Behavior and Parental Stress. *Mindfulness*, 5, 646-657. <https://doi.org/10.1007/s12671-014-0321-3>
- Singh, N. N., Lancioni, G. E., Winton, A. S. W., Singh, J., Curtis, W. J., Wahler, R. G. et al. (2007). Mindful Parenting

- Decreases Aggression and Increases Social Behavior in Children with Developmental Disabilities. *Behavior Modification*, 31, 749-771. <https://doi.org/10.1177/0145445507300924>
- van de Weijer-Bergsma, E., Formsma, A. R., de Bruin, E. I., & Bögels, S. M. (2012). The Effectiveness of Mindfulness Training on Behavioral Problems and Attentional Functioning in Adolescents with ADHD. *Journal of Child and Family Studies*, 21, 775-787. <https://doi.org/10.1007/s10826-011-9531-7>
- van der Oord, S., Bögels, S. M., & Peijnenburg, D. (2012). The Effectiveness of Mindfulness Training for Children with ADHD and Mindful Parenting for Their Parents. *Journal of Child and Family Studies*, 21, 139-147. <https://doi.org/10.1007/s10826-011-9457-0>
- Yang, Z. T., Zhang, R. F., & Liu, L. Y. (2022). The Effect of Parent-Child Relationship on Child Development. *Academic Journal of Humanities & Social Sciences*, 5, 118-122.
- Zhao, R., Lv, J., Gao, Y., Li, Y., Shi, H., Zhang, J. et al. (2023). Association between Family Environment and Adolescents' Sexual Adaptability: Based on the Latent Profile Analysis of Personality Traits. *Children*, 10, Article No. 191. <https://doi.org/10.3390/children10020191>