

父母心理控制、情绪管理与社交焦虑之间的关联

李蕊, 李浩宇

济南大学教育与心理科学学院, 山东 济南

收稿日期: 2026年1月15日; 录用日期: 2026年2月24日; 发布日期: 2026年3月11日

摘要

近年来, 大学生社交焦虑及相关安全事件频发, 且与父母对其的心理过度控制密切相关, 因此研究父母心理控制对大学生社交焦虑的影响因素与机制具有重要的现实意义。本研究采用父母心理控制量表、核心自我评价量表、社交焦虑量表及情绪调节问卷, 对山东省327名大学生开展问卷调查, 并运用SPSS 26.0分析数据, 探究父母心理控制与大学生社交焦虑的关系, 以及自我评价和情绪管理能力在其中的作用。结果显示: 父母心理控制与社交焦虑显著正相关, 二者均与自我评价显著负相关, 且自我评价与情绪管理能力显著正相关; 父母心理控制对大学生社交焦虑具有显著正向预测作用; 自我评价在父母心理控制与大学生社交焦虑间起显著中介作用, 即父母心理控制负向预测大学生自我评价, 负面自我评价可正向预测社交焦虑; 情绪管理能力在自我评价与社交焦虑的关系中起调节作用, 相较于低情绪管理能力者, 高情绪管理能力大学生的负面自我评价对社交焦虑的预测作用更弱。

关键词

自我评价, 社交焦虑, 父母心理控制, 情绪管理

The Relationship between Parental Psychological Control, Emotional Management, and Social Anxiety

Rui Li, Haoyu Li

School of Education and Psychology, Jinan University, Jinan Shandong

Received: January 15, 2026; accepted: February 24, 2026; published: March 11, 2026

Abstract

In recent years, social anxiety and related safety incidents among college students have occurred

frequently, which are closely associated with parents' excessive psychological control over them. Therefore, it is of great practical significance to explore the influencing factors and mechanisms of parental psychological control on college students' social anxiety. This study conducted a questionnaire survey on 327 college students in Shandong Province by using the Parental Psychological Control Scale, Core Self-evaluation Scale, Social Anxiety Scale and Emotion Regulation Questionnaire, and analyzed the data with SPSS 26.0, aiming to examine the relationship between parental psychological control and college students' social anxiety as well as the roles of self-evaluation and emotion management ability. The results showed that parental psychological control was significantly positively correlated with social anxiety, both of which were significantly negatively correlated with self-evaluation, while self-evaluation was significantly positively correlated with emotion management ability; parental psychological control had a significant positive predictive effect on college students' social anxiety; self-evaluation played a significant mediating role between parental psychological control and college students' social anxiety—parental psychological control negatively predicted college students' self-evaluation, and negative self-evaluation positively predicted their social anxiety; emotion management ability moderated the relationship between self-evaluation and social anxiety, that is, compared with students with low emotion management ability, the negative self-evaluation of those with high emotion management ability had a weaker predictive effect on social anxiety.

Keywords

Self-Evaluation, Social Anxiety, Parental Psychological Control, Emotional Management

Copyright © 2026 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. 文献综述

1.1. 父母心理控制

父母心理控制是一种隐蔽的侵入式教养方式,通过引发内疚感、爱的撤回、限制言语表达等手段控制子女思想与情感(Barber, 1996; 邢晓沛等, 2017)。社会控制理论指出,父母教养方式会影响个体问题行为(Rankin & Wells, 1990),高心理控制易导致子女自我否定、依恋关系质量低下,且与自尊、核心自我评价呈显著负相关,同时会加剧抑郁、焦虑等内化问题,削弱情绪调节能力,阻碍人际适应与社交关系构建(Bowlby, 1973; Soenens & Vansteenkiste, 2010; 李雄鹰等, 2020; 武春霞等, 2023)。

1.2. 社交焦虑

社交焦虑是个体在社交场合中因恐惧负面评价而产生的显著焦虑体验与回避行为,是大学生群体常见的心理问题。大学生处于青春期向成年期过渡阶段,面临复杂人际情境与多重压力,易因社交技能不足引发适应困难,严重时可导致抑郁、自伤等问题(曹光海等, 2023; 武春霞等, 2023)。已有研究表明,认知偏差、负面评价恐惧、低自我效能感、内向与神经质人格等均与社交焦虑相关,而父母教养方式中的拒绝、惩罚等因素对社交焦虑具有显著预测作用(王琳, 2008)。

1.3. 自我评价的中介作用

核心自我评价(CSE)是个体对自我价值与能力的基本评估,包含自尊、神经质、一般自我效能感和心理控制源四个维度,其水平高低直接影响个体心理状态与行为适应(Judge et al., 1997)。研究显示,父母心

理控制会阻碍子女自主与胜任需求的满足, 进而形成消极核心自我评价(纪智桥, 2024; 叶媛媛, 2022), 而低核心自我评价与社交焦虑呈显著负相关, 是社交焦虑的重要预测因素(杨雅珺等, 2016; 孟迎芳, 2018), 提示其可能在父母心理控制与社交焦虑间发挥中介作用。

1.4. 情绪管理的调节作用

情绪管理能力是个体遵循情感规则调控自身情绪与冲动的能力, 核心在于根据环境需求调整情绪反应(Hochschild, 1979; Goleman, 1995)。良好的情绪调节可促进身心健康, 不良情绪调节则易引发心理问题。已有研究表明, 情绪管理能力与自我评价呈正相关, 且可能缓冲消极认知对社交焦虑的影响(Manzeske & Stright, 2009; 曲萌雨等, 2022), 推测其在自我评价与社交焦虑的关系中具有调节作用。

2. 问题提出与研究假设

2.1. 研究背景与不足

近年来, 大学生社交焦虑及相关安全事件频发, 与父母过度心理控制密切相关(武春霞等, 2023)。现有研究已证实父母心理控制与社交焦虑的正向关联, 但对二者之间的内在机制探讨不够系统, 尤其缺乏对中介变量与调节变量的整合分析。本研究旨在引入自我评价(中介变量)与情绪管理能力(调节变量), 构建“父母心理控制→自我评价→社交焦虑”的中介模型, 并考察情绪管理能力的调节效应, 深入揭示父母心理控制影响大学生社交焦虑的作用路径。

2.2. 研究假设

H1: 父母心理控制对大学生社交焦虑具有显著正向预测作用;

H2: 自我评价在父母心理控制与大学生社交焦虑之间起显著中介作用;

H3: 情绪管理能力在自我评价与大学生社交焦虑之间起显著调节作用, 即情绪管理能力越高, 自我评价对社交焦虑的负向预测作用越强。

3. 研究方法

3.1. 被试

本研究采用方便取样的方法选取全国各地 327 名大学生, 在采集数据过程中采用统一的指导语, 并且以匿名形式作答, 有效问卷 300 份, 问卷有效回收率为 92%。

3.2. 工具

3.2.1. 父母心理控制量表

采用 Wang 等(2007)编制的中文版父母心理控制量表, 共有 18 个题目, 包含权利专断、爱的撤回、引发子女内疚等三个维度。采用 5 点计分方法。在本研究中, 该量表 Cronbach's α 系数为 0.97。

3.2.2. 社交焦虑量表

社交焦虑量表(IAS)目前是临床上对社交焦虑进行评定使用最多的量表之一。IAS 的评分分为 5 个等级(1~5 代表“一点也不符合我”到“与我极其相符”), 包括 15 个题目, 从社交焦虑程度最低到社交焦虑程度最高的得分为 15~75。IAS 在 8 周后的重测相关系数高达 0.80, 总相关系数高达 0.45。Cronbach's α 系数高达 0.87。

3.2.3. 核心自我评价量表

核心自我评价量表该量表由 Judge 等编制, 杜建政等翻译和修订, 共 10 个项目。采用 1~5 分 5 级计分,

总分越高, 个体对自我能力和价值的评价越高。本研究中, 该量表的 Cronbach's $\alpha = 0.8$, 具有较好信度。

3.2.4. 情绪管理问卷

该量表用于评估大学生的情绪管理能力。量表包含两个维度: 认知重评和表达抑制。每个项目采用 5 级计分。该量表具有良好的信效度, 适合用于大学生群体的情绪管理能力测量。

3.3. 研究过程

本研究将收取的所有有效数据进行编码, 采用 SPSS 26.0 进行原始数据的输入, 并对这些数据进行处理分析, 对数据的统计和处理采用了独立样本 t 检验、方差分析、相关分析和回归分析的方法。

4. 研究结果

4.1. 各变量描述统计结果

对父母心理控制、社交焦虑、自我评价和情绪管理的各维度进行描述统计, 结果见表 1。

Table 1. Descriptive statistics table of variables

表 1. 各变量描述统计表

变量	平均数	标准差
父母心理控制	3.23	0.98
子女内疚	16.09	5.50
爱的撤回	3.14	1.11
权力专断	3.16	0.96
社交焦虑	2.96	0.87
自我评价	2.94	1.10
情绪管理	2.92	1.08
认知重评		
表达抑制		

4.2. 人口统计学差异检验

4.2.1. 父母心理控制、社交焦虑、自我评价和情绪管理的性别差异

为了解父母心理控制、社交焦虑、自我评价和情绪管理在性别上的差异, 进行了独立样本 t 检验。

Table 2. Analysis of gender differences in parental psychological control, social anxiety, self-evaluation and emotional management

表 2. 父母心理控制、社交焦虑、自我评价和情绪管理的性别差异分析

因子	性别	M ± SD	t	p
父母心理控制	男	3.45 ± 0.81	-1.13	0.26
	女	3.66 ± 0.96		
社交焦虑	男	3.82 ± 0.71	1.36	0.18
	女	3.65 ± 0.58		
自我评价	男	3.56 ± 0.84	-1.14	0.26
	女	3.75 ± 0.83		
情绪管理	男	3.45 ± 0.81	-1.13	0.26
	女	3.66 ± 0.96		

如表 2 所示, 男大学生和女大学生在父母心理控制、社交焦虑、自我评价和情绪管理上均无显著差异。

4.2.2. 父母心理控制、社交焦虑、自我评价和情绪管理在年级上的差异

Table 3. Test of grade differences in parental psychological control, social anxiety, self-evaluation and emotional management
表 3. 父母心理控制、社交焦虑、自我评价和情绪管理在年级上的差异检验

因子	年级	M ± SD	F	p
子女内疚	大一	3.06 ± 0.81	5.39	<0.001
	大二	2.93 ± 0.95		
	大三	3.10 ± 0.93		
	大四	3.48 ± 1.02		
	五年制	3.73 ± 0.95		
爱的撤回	大一	15.44 ± 5.02	3.54	0.008
	大二	14.76 ± 5.52		
	大三	15.37 ± 5.22		
	大四	17.33 ± 5.65		
	五年制	18.18 ± 5.32		
权力专断	大一	2.96 ± 1.00	4.04	0.003
	大二	2.80 ± 1.15		
	大三	3.04 ± 1.07		
	大四	3.41 ± 1.10		
	五年制	3.50 ± 1.07		
社交焦虑	大一	3.00 ± 0.88	2.34	0.06
	大二	2.93 ± 0.95		
	大三	3.13 ± 0.91		
	大四	3.35 ± 1.01		
	五年制	3.37 ± 0.98		
自我评价	大一	2.99 ± 0.91	2.13	0.08
	大二	3.20 ± 0.89		
	大三	2.94 ± 0.88		
	大四	2.80 ± 0.83		
	五年制	2.98 ± 0.77		
认知重评	大一	3.03 ± 0.87	0.58	0.68
	大二	3.09 ± 1.09		
	大三	2.90 ± 1.03		
	大四	2.86 ± 1.22		
	五年制	2.81 ± 1.13		
表达抑制	大一	2.96 ± 0.98	1.20	0.31
	大二	3.13 ± 1.11		
	大三	2.91 ± 1.11		
	大四	2.78 ± 1.18		
	五年制	2.66 ± 1.11		

如表 3 所示, 不同年级的大学生在社交焦虑、自我评价和情绪管理得分不存在显著差异。不同年级的大学生在子女内疚($F(4, 295) = 5.39, p = 0.00 < 0.01$)、爱的撤回($F(4, 295) = 3.54, p = 0.008 < 0.01$)、权力专断($F(4, 295) = 4.04, p = 0.003 < 0.01$)三个维度上存在显著差异。经过事后检验可知, 在子女内疚这一维度上, 大四和五年制大五学生的得分显著高于大一、大二、大三的大学生得分; 在爱的撤回这一维度上, 大四和五年制大五学生的得分显著高于大二、大三的大学生得分; 在权力专断这一维度上, 大四的大学生得分显著高于大一、大二、大三的大学生得分。

4.2.3. 父母心理控制、社交焦虑、自我评价和情绪管理在家庭所在地上的差异

为了解大学生父母心理控制、社交焦虑、自我评价和情绪管理在家庭所在地上的差异, 进行了独立样本 t 检验。

Table 4. Analysis of differences in parental psychological control, social anxiety, self-evaluation and emotional management based on family residence background

表 4. 父母心理控制、社交焦虑、自我评价和情绪管理的家庭所在地状况差异分析

因子	家庭所在地	M ± SD	t	p
子女内疚	城市	3.33 ± 1.02	2.043	0.042
	乡村	3.10 ± 0.92		
爱的撤回	城市	16.65 ± 5.54	1.995	0.047
	乡村	15.38 ± 5.40		
权力专断	城市	3.23 ± 1.15	1.644	0.101
	乡村	3.02 ± 1.06		
社交焦虑	城市	3.26 ± 0.96	2.058	0.04
	乡村	3.03 ± 0.95		
自我评价	城市	2.87 ± 0.85	-1.973	0.049
	乡村	3.07 ± 0.88		
认知重评	城市	2.80 ± 1.17	-2.432	0.016
	乡村	3.10 ± 0.98		
表达抑制	城市	2.81 ± 1.18	-1.544	0.124
	乡村	3.01 ± 1.03		

如表 4 所示, 不同家庭所在地的大学生在父母心理控制的子女内疚($t(298) = 2.043, p = 0.042 < 0.05$)、爱的撤回($t(298) = 1.995, p = 0.047 < 0.05$)方面存在显著差异。家庭在城市的大学生感受到的来自父母心理控制的子女内疚维度和爱的撤回维度得分显著高于家庭在农村的大学生, 其他维度无明显差异。

不同家庭所在地的大学生在社交焦虑($t(298) = 2.058, p = 0.04 < 0.05$)方面存在显著差异。家庭在城市的大学生的社交焦虑得分显著高于家庭在农村的大学生。不同家庭所在地的大学生在自我评价($t(298) = -1.973, p = 0.049 < 0.05$)方面存在显著差异。家庭在城市的大学生的自我评价得分显著低于家庭在农村的大学生。不同家庭所在地的大学生在情绪管理的认知重评($t(298) = -2.432, p = 0.016 < 0.05$)方面存在显著差异。家庭在城市的大学生的认知重评得分显著低于家庭在农村的大学生, 其他维度无明显差异。

4.3. 变量间各维度的相关分析

为探究大学生父母心理控制、社交焦虑、自我评价和情绪管理之间的关系进行了相关分析, 结果如

下表 5 所示。

Table 5. Correlation analysis between variables
表 5. 各变量之间的相关分析

	1	2	3	4	5	6	7
1 子女内疚							
2 爱的撤回	0.928**						
3 权力专断	0.879**	0.865**					
4 社交焦虑	0.633**	0.628**	0.580**				
5 自我评价	-0.690**	-0.712**	-0.654**	-0.740**			
6 认知重评	-0.499**	-0.494**	-0.488**	-0.607**	0.678**		
7 表达抑制	-0.513**	-0.513**	-0.490**	-0.608**	0.649**	0.896**	

注: ***表示 $p < 0.001$, **表示 $p < 0.01$, *表示 $p < 0.05$ 。

由表 5 可知, 父母心理控制的三个维度、情绪管理的两个维度呈现出显著的正相关关系。说明大学生所感受到的父母的心理控制越强烈, 其社交焦虑越严重。大学生所感受到的父母的心理控制越强烈, 其自我评价越消极: 大学生自我评价越消极, 其社交焦虑越严重。大学生的父母的自我评价越消极, 情绪管理能力越差: 大学生情绪管理能力越差, 其社交焦虑越严重。

4.4. 中介效应分析

为探讨父母心理控制对社交焦虑的显著正向影响的内在机制, 在研究中进一步引入自我评价作中介变量代入结构方程模型。通过采用 SPSS 宏程序 Process 中的 Model 4 来进行中介效应的检验, 根据 Hayes 提供的 Bootstrap 的方法来验证分析 M 在 X 与 Y 间的中介作用, 见图 1。

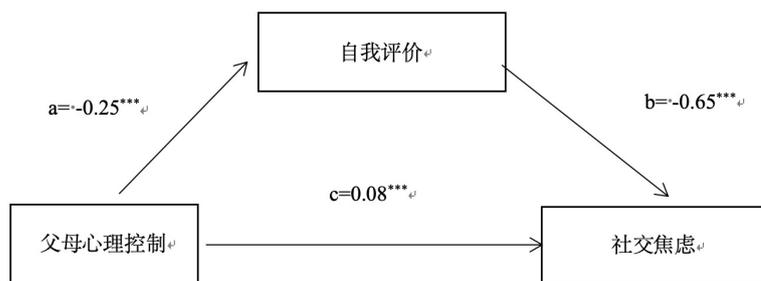


Figure 1. Path coefficients of mediating effects
图 1. 中介效应路径系数

父母心理控制对社交焦虑及自我评价的中介效应的 bootstrap 95%置信区间的上、下均不包含 0, 表明父母心理控制不仅能对社交焦虑起直接效应作用, 而且能通过自我评价这一变量对社交焦虑起中介效应作用。该直接效应(0.08)和中介效应(0.16)分别占总效应(0.25)的 32%、68%。

4.5. 调节效应分析

为检验情绪管理能力在自我评价到社交焦虑这条路径中是否起调节作用, 本研究运用 SPSS PROCESS V4.1 中的 Model 14, 进行中介调节作用检验。

结果表明, 父母心理控制对自我评价有显著的负向影响, 路径系数为-0.25 ($p < 0.001$); 父母心理控

制对社交焦虑有显著的正向影响, 路径系数为 0.59 ($p < 0.05$); 自我评价对社交焦虑有显著的负向影响, 路径系数为-0.45 ($p < 0.001$); 情绪管理能力对社交焦虑有显著的负向影响, 路径系数为-0.25 ($p < 0.001$); 情绪管理能力与网络消极情绪体验的交互项 Int_1 为-0.28 ($p < 0.001$), 95%置信区间不包含 0, 说明交互项显著, 且交互项与中介变量效应值符号相同, 说明情绪管理能力起到正向调节作用, 调节效应成立, 见图 2。

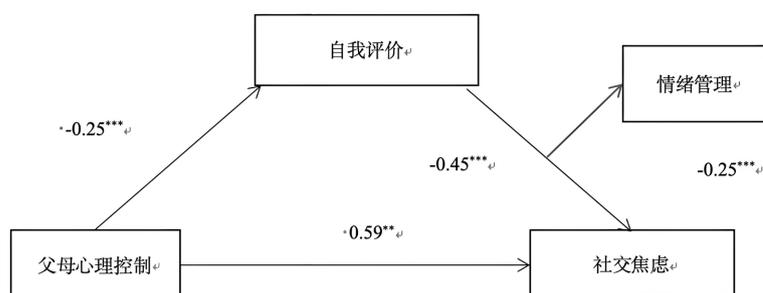


Figure 2. Path coefficients of moderating effects
图 2. 调节效应路径系数

检验模型中的间接效应, 即情绪管理能力在不同水平时中介效应是否成立。结果见表 6。结果显示, 情绪管理能力水平高时, 其 95%置信区间均不包含 0; 情绪管理能力水平低时, 其 95%置信区间包含 0。说明情绪管理能力水平低时, 间接效应不存在; 情绪管理能力水平高时, 间接效应存在。且随着情绪管理能力值的升高, 中介效应的效应值逐渐升高, 说明随着情绪管理能力水平的升高, 自我评价在父母心理控制到社交焦虑之间的中介效应增强, 说明情绪管理能力在模型后半段起正向调节作用。

Table 6. Indirect effects of emotional management ability at different levels
表 6. 情绪管理能力在不同水平时的间接效应

情绪管理能力	效应值	SE	LLCI	ULCI
-1.08	0.04	0.03	-0.01	0.09
1.08	0.19	0.03	0.14	0.24

检验有调节的中介模型是否成立, 结果显示, 有调节的中介模型总体效应值为 0.07, 95%置信区间不包含 0, 说明有调节的中介模型成立, 见表 7。

Table 7. Effect values of the moderated mediation model
表 7. 有调节的中介模型效应值

	效应值	SE	LLCI	ULCI
情绪管理能力	0.07	0.02	0.04	0.10

5. 讨论

5.1. 人口学变量对各变量的影响分析

本研究旨在探讨父母心理控制对大学生社交焦虑的影响, 并考察自我评价和情绪管理能力在这一关系中的作用。研究结果表明, 父母心理控制对大学生的社交焦虑具有显著的正向预测作用, 而自我评价在这一过程中起到了重要的中介作用。此外, 情绪管理能力在自我评价与社交焦虑之间的关系中发挥了调节作用。通过对这些结果的探讨, 我们不仅能够更全面地理解父母心理控制对大学生心理发展的影响,

还能够揭示自我评价和情绪管理在这一过程中起到的关键作用。

5.1.1. 父母心理控制与社交焦虑

首先, 研究表明, 父母心理控制与社交焦虑呈显著正相关, 这一结果与现有文献的结论一致。父母通过对子女施加心理控制, 尤其是通过情感操控(如引发内疚感、爱的撤回等), 可能会对子女的情感发展和自我认同产生负面影响, 进而导致社交焦虑。父母心理控制可能通过抑制子女的自主性、降低自我价值感, 使得子女在面对社会交往时产生更多的焦虑和不安。

然而, 值得注意的是, 在城乡差异的讨论中, 本文仅将差异归因于样本量的差异或取样地区的不同, 这在某种程度上忽视了更深层次的社会文化和教育观念的差异。根据社会学和家庭教育学的研究(Bowlby, 1973), 城乡差异可能源于文化观念、家庭结构以及教育资源的分配等方面的不同。城市家庭通常面临更大的社会竞争压力, 父母的教育期待也较高, 这种高期待往往伴随着更强的控制性行为。城市父母在教育子女时, 可能更倾向于使用心理控制策略, 如过度保护、过分要求, 导致子女在情感上缺乏自主性, 进而表现出更高的社交焦虑。

与此相对, 农村家庭的子女可能在家庭环境中更具自主性, 虽然也面临着经济压力, 但在情感上的负担相对较轻。农村父母可能由于受限于教育资源和社会支持, 更加注重孩子的生存技能而非心理上的控制, 这也可能导致农村家庭子女的社交焦虑得分较低。

因此, 未来的研究可以从社会文化、教育资源和父母教育理念等多个角度进一步探讨城乡差异的根源, 而不仅仅停留在样本差异的层面上。理解这一点, 有助于为不同地区的大学生提供更加精准的心理干预方案。

5.1.2. 自我评价的中介作用

在父母心理控制与社交焦虑之间, 自我评价起到了重要的中介作用。研究表明, 父母心理控制通过降低子女的自我评价, 间接导致其社交焦虑的增加。这一发现与现有的心理学研究结果相一致(Judge et al., 1997), 自我评价被视为个体在面对社会环境时调节情绪和行为的重要心理机制。

自我评价作为个体对自身价值和能力的总体评估, 它不仅影响个体的心理健康状态, 还对个体的社交行为和社会适应能力产生深远影响。当父母通过过度的心理控制方式剥夺子女的自主性时, 子女往往难以发展出积极的自我评价, 他们可能会因为父母的控制而产生内疚感, 进而形成低自我价值感。这种负面的自我评价会导致社交焦虑的增加, 因为他们往往会低估自己与他人交往的能力, 并因此回避社交场合(Soenens & Vansteenkiste, 2010)。

这一中介作用的发现为我们提供了一个重要的干预点: 如果能够提高大学生的自我评价, 可能有效地减轻父母心理控制对社交焦虑的负面影响。因此, 心理干预和辅导方案应当重视自我价值感的培养, 帮助大学生构建更加积极的自我评价, 以减少父母心理控制对其社交焦虑的影响。

5.1.3. 情绪管理能力的调节作用

情绪管理能力的调节作用是本研究的另一重要发现。情绪管理能力, 特别是认知重评和情绪表达的调节能力, 能够缓解低自我评价对社交焦虑的负面影响。情绪调节理论, 尤其是 Gross 的情绪调节模型(Gross, 2002), 为理解这一发现提供了理论支持。根据 Gross 的模型, 情绪调节包括认知重评和情绪表达抑制两种主要方式。认知重评是一种通过改变情境意义来改变情绪反应的策略, 而情绪表达抑制则是通过压抑情绪表达来控制情绪反应。

本研究发现, 高情绪管理能力的学生能够通过认知重评和有效的情绪调节策略, 减轻负面自我评价对社交焦虑的影响。这一发现与 Gross (2002) 提出的情绪调节模型相符, 说明个体在面对社交场合时, 情绪调节能力可以帮助他们以更加积极的方式处理情感冲突, 从而降低焦虑水平。

例如, 高情绪管理能力的学生在面对父母心理控制带来的内疚感时, 能够通过认知重评将这一情感体验转化为积极的动力, 进而减少自我评价中的负面影响。相比之下, 情绪管理能力较差的学生可能无法有效调节自己的情绪, 因此会更容易受到负面自我评价的影响, 导致焦虑感的加剧。

这一发现为情绪管理干预提供了理论依据。在心理辅导过程中, 加强情绪管理能力的训练, 尤其是认知重评和情绪调节策略的教学, 能够有效地减轻大学生的社交焦虑。因此, 未来的干预研究应进一步探讨如何通过情绪管理训练帮助学生更好地应对父母心理控制带来的负面影响。

5.1.4. 研究的局限与未来方向

尽管本研究为理解父母心理控制、自我评价和情绪管理在大学生社交焦虑中的作用提供了新的视角, 但仍然存在一些局限性。首先, 本研究采用的是横向数据, 因此无法验证因果关系的方向。未来研究可以采用纵向设计, 追踪大学生在不同时间点的心理发展, 进一步验证父母心理控制与社交焦虑之间的因果关系。其次, 本研究只关注了自我评价和情绪管理能力两个变量, 未来的研究可以考虑引入其他心理变量, 如情绪智力、心理弹性等, 以全面揭示父母心理控制对大学生心理健康的影响机制。

此外, 本研究仅限于山东省的大学生, 未来的研究可以扩展到其他地区, 尤其是城乡差异较大的地区, 以更全面地了解城乡文化对父母心理控制、社交焦虑和自我评价的影响。

致 谢

时光荏苒, 如白驹过隙, 学校生活即将画上句号。回首这段求学岁月, 心中满是感慨与感激。在论文即将完成之际, 我谨向所有给予我帮助、支持和鼓励的人致以最诚挚的谢意。

我要衷心感谢我的导师。从论文的选题、框架构建到最终定稿, 每一个环节都离不开导师的悉心指导。导师严谨的治学态度、渊博的专业知识和敏锐的学术洞察力, 让我在学术道路上受益匪浅。在论文写作过程中, 每当我遇到难题向导师请教时, 导师总是耐心地为我解答, 给予我宝贵的建议和指导。

此外, 我还要感谢在论文写作过程中参考的各位学者和专家的研究成果。你们的智慧和努力为我的论文提供了重要的理论依据和参考, 让我能够站在巨人的肩膀上看得更远。

参考文献

- 曹光海, 王琳, 武春霞(2023). 大学生社交焦虑的成因与干预研究. *中国学校卫生*, 44(5), 720-724.
- 纪智桥(2024). 父母心理控制与青少年核心自我评价: 基本心理需要受挫的中介作用. *心理与行为研究*, 22(1), 85-91.
- 李雄鹰, 韩欣谕, 孙瑾(2020). 父母心理控制与大学生人际适应的关系——情绪管理的中介作用. *中国特殊教育*, 20(1), 171-180.
- 孟迎芳(2018). 大学生核心自我评价与社交焦虑的关系: 自尊的中介作用. *中国健康心理学杂志*, 26(2), 304-307.
- 曲萌雨, 王争, 张奇(2022). 情绪调节自我效能感在大学生情绪调节能力与社交焦虑间的调节效应. *中国特殊教育*, (3), 58-64.
- 王琳(2008). 大学生社交焦虑与父母教养方式的关系. *中国健康心理学杂志*, 16(4), 448-450.
- 武春霞, 陈欣, 曹光海(2023). 父母心理控制对大学生社交焦虑的影响: 自尊与情绪调节能力的序列中介效应. *中国特殊教育*, (2), 69-75.
- 邢晓沛, 王争, 张奇(2017). 父母心理控制与青少年内化问题的双向关系: 一项交叉滞后研究. *心理学报*, 49(9), 1208-1218.
- 杨雅璐, 李松桃, 刘电芝(2016). 大学生核心自我评价对社交焦虑的影响: 有调节的中介模型. *中国临床心理学杂志*, 24(6), 1112-1115.
- 叶媛媛(2022). 父母心理控制对大学生社交焦虑的影响机制: 核心自我评价的中介作用. *校园心理*, 20(5), 365-369.
- Barber, B. K. (1996). Parental Psychological Control: Revisiting a Neglected Construct. *Child Development*, 67, 3296-3319. <https://doi.org/10.2307/1131780>

- Bowlby, J. (1973). *Attachment and Loss: Vol. 2. Separation: Anxiety and Anger*. Basic Books.
- Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*. Bantam Books.
- Gross, J. J. (2002). Emotion Regulation: Affective, Cognitive, and Social Consequences. *Psychophysiology*, 39, 281-291. <https://doi.org/10.1017/s0048577201393198>
- Hochschild, A. R. (1979). Emotion Work, Feeling Rules, and Social Structure. *American Journal of Sociology*, 85, 551-575. <https://doi.org/10.1086/227049>
- Judge, T. A., Erez, A., Bono, J. E., & Thoresen, C. J. (1997). The Dispositional Causes of Job Satisfaction: A Core Evaluations Approach. *Research in Organizational Behavior*, 19, 151-188.
- Manzeske, D. P., & Stright, A. D. (2009). Parenting Styles and Emotion Regulation: The Role of Behavioral and Psychological Control during Young Adulthood. *Journal of Adult Development*, 16, 223-229. <https://doi.org/10.1007/s10804-009-9068-9>
- Rankin, J. H., & Wells, L. E. (1990). The Effect of Parental Attachments and Direct Controls on Delinquency. *Journal of Research in Crime and Delinquency*, 27, 140-165. <https://doi.org/10.1177/0022427890027002003>
- Soenens, B., & Vansteenkiste, M. (2010). A Theoretical Upgrade of the Concept of Parental Psychological Control: Proposing New Insights on the Basis of Self-Determination Theory. *Developmental Review*, 30, 74-99. <https://doi.org/10.1016/j.dr.2009.11.001>
- Wang, Q., Pomerantz, E. M., & Chen, H. (2007). The Role of Parents' Control in Early Adolescents' Psychological Functioning: A Longitudinal Investigation in the United States and China. *Child Development*, 78, 1592-1610. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2007.01085.x>