

父亲心理缺位对青少年内化问题的影响机制与应对策略

吴慧南, 王婉晴, 周国先, 王泽宸, 申怡, 唐辉*

天津职业技术师范大学职业教育学院心理系, 天津

收稿日期: 2026年1月27日; 录用日期: 2026年2月25日; 发布日期: 2026年3月11日

摘要

当前, 父亲心理缺位正成为一个日益突出的社会与家庭议题, 是引发青少年一系列内化问题并导致其消极心理后果延续至成年期的重要风险因素。基于依恋理论、人际接纳-拒绝理论与家庭系统理论的分析表明, 父亲心理缺位会削弱青少年的情绪安全感, 降低自尊与自我效能, 引发情绪调节困难; 另一方面, 也可能导致家庭系统功能失调, 表现为边界模糊、亲职化与三角化, 进而间接加剧青少年的内化症状。为应对上述多重影响机制, 本研究旨在从父亲角色参与、青少年个体层面、学校与社会三个方面构建干预策略, 以期修复依恋关系、增强情绪支持并改善家庭互动, 从而有效缓解父亲心理缺位带来的青少年内化问题。

关键词

父亲心理缺位, 内化问题, 青少年, 人际接纳-拒绝

The Impact of Paternal Psychological Absence on Adolescent Internalizing Problems: Mechanisms and Intervention Strategies

Huinan Wu, Wanqing Wang, Guoxian Zhou, Zechen Wang, Yi Shen, Hui Tang*

Psychology Department, School of Vocational Education, Tianjin University of Technology and Education, Tianjin

Received: January 27, 2026; accepted: February 25, 2026; published: March 11, 2026

*通讯作者。

文章引用: 吴慧南, 王婉晴, 周国先, 王泽宸, 申怡, 唐辉(2026). 父亲心理缺位对青少年内化问题的影响机制与应对策略. *心理学进展*, 16(3), 240-248. DOI: 10.12677/ap.2026.163138

Abstract

Currently, paternal psychological absence is emerging as an increasingly prominent social and familial issue. It serves as a significant risk factor triggering a range of internalizing problems in adolescents, with negative psychological consequences often persisting into adulthood. Analyses grounded in Attachment Theory, Interpersonal Acceptance-Rejection Theory (IPAR Theory), and Family Systems Theory indicate that paternal psychological absence undermines adolescents' emotional security, diminishes self-esteem and self-efficacy, and precipitates difficulties in emotion regulation. Furthermore, it may lead to family system dysfunction—manifested as blurred boundaries, parentification, and triangulation—thereby indirectly exacerbating adolescents' internalizing symptoms. To address these multiple mechanisms of influence, this study aims to construct intervention strategies across three dimensions: paternal involvement, the individual adolescent level, and the school and societal level. These strategies are designed to repair attachment relationships, enhance emotional support, and improve family dynamics, ultimately effectively mitigating adolescent internalizing problems resulting from paternal psychological absence.

Keywords

Paternal Psychological Absence, Internalizing Problems, Adolescents, Interpersonal Acceptance-Rejection

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. 引言

父亲缺位通常指父亲因客观原因无法陪伴在子女身边，例如因父母离异、父亲去世或长期异地工作等导致的家庭中无父亲角色参与(Zhou et al., 2024)。自上世纪八十年代起，大规模城乡人口流动加剧了父亲缺位的现实(董志强, 赵俊, 2019)，而传统观念、社会压力等多重因素，则进一步使得父亲缺位在青少年群体中日益凸显。

父亲心理缺位不仅体现为父亲与孩子物理空间上的分离，也表现为孩子在心理层面对亲生父亲的情感疏离，这种状态主要反映个体对父亲的内在信念(申钰晶, 2022)。即便在父母双全的家庭中，若父亲在情感支持、亲职参与或价值认同等方面长期缺席，同样可能构成此种心理上的“缺位”状态。与父亲心理缺席类似的教养忽视则是一种更广义的家长失职，既包括情感冷漠、关怀不足，也涵盖对子女基本生活需求和安全保障的忽略(Moloece, 2025)。教养忽视是涵盖生活与情感需求的普遍性失职，而父亲心理缺位特指父子情感联结的断裂，可视前者在父子关系中的一种具体表现。

一个在物理上“在场”甚至“尽责”的父亲，为何依旧会培养出具有内化问题的子女？已有研究明确指出，父亲心理缺位是引发青少年一系列内化问题的关键风险因素，这种长期的父亲心理缺位会给青少年带来严重的内化问题，如抑郁、焦虑、社交退缩等问题(Kucukkaragoz, 2025)。内化问题(internalizing problems)是指个体将心理困扰指向自身内部的一类心理问题，主要包括抑郁、焦虑、社交退缩、躯体化症状等表现形式(Achenbach et al., 2016)。其中，父亲心理缺位被证实是青少年内化问题的重要风险因素。已有研究通常使用父亲在位问卷测量父亲心理缺位水平：即子女主观体验到的低水平父亲在位，父亲在

子女心理层面缺乏亲近感与可触及性，表现为情感联结薄弱、支持与理解不足、互动参与度低等，从而使子女形成父亲在家但不在位的体验(蒲少华等，2012)。

父亲作为家庭系统中的核心养育者与关键子系统，其角色功能对子女发展的多个方面均具有深远影响。深入揭示父亲心理缺位影响青少年内化问题的内在机制，对于早期识别、科学干预及促进青少年心理健康发展具有重要的理论与现实意义。本文将从依恋理论、人际接纳-拒绝理论以及家庭系统理论出发，系统剖析父亲心理缺位对青少年内化问题的影响机制，并基于对上述机制的深入理解，构建涵盖学校、社会与家庭的多层次、针对性干预策略体系。

2. 父亲心理缺位与青少年内化问题

父亲心理缺位对青少年心理健康的影响是系统性且多层次的。其影响不仅直接体现为显著升高的抑郁、焦虑与压力症状，更深入侵蚀青少年的自我认知、社会功能与发展潜能，构成贯穿个体成长历程的综合性风险。

首先，在核心情绪与内化症状层面，父亲心理缺位与青少年抑郁、焦虑和压力症状的发生率显著相关，且影响可持续至成年早期，其中早期父亲心理缺位对抑郁风险的影响尤为突出；此外，父亲心理缺位还会导致子女主观幸福感下降，增加其孤独感和负面情绪(Kucukkaragoz, 2025)。若这些问题未得到及时识别和干预，可能持续至成年期并引发以抑郁症为代表的严重的心理健康危机——而抑郁症，是成年期自杀、物质使用障碍和长期社会心理障碍的风险因素(Mullen, 2018)。

其次，这种影响进一步扩展到青少年的社会化进程与人格塑造领域。综合研究表明，父亲心理缺位与青少年低自尊、抑郁情绪、社交退缩及注意力困难等内化问题密切相关(耿世枫, 2023)。其危害甚至延伸到社会化进程的核心，可能干扰性别角色认同的正常发展，并助长孤僻或攻击性等不良人格倾向(王荣, 2023)。其根本原因在于，父亲作为关键依恋对象的心理缺位，动摇了青少年内在的安全根基与对外界的信任感。这种安全感的缺失，往往导致他们在人际互动中采取极端策略，比如退缩逃避或冲动敌意，从而显著增加其在同伴关系中遭受排斥、欺凌，或自身做出偏差行为的风险。

此外，父亲心理缺位还会制约青少年关键心理社会能力的发展。研究指出，在自我调节方面，父亲情感参与不足的青少年表现出更低的自我控制能力(张一帆, 2016)；在社会适应方面，其社会适应行为水平也随父亲在位感的降低而恶化。这些能力缺陷最终汇聚于整体的心理健康层面，使得父亲心理缺位成为预测青少年更低心理健康水平的风险因素(刘美娟, 2020)。

值得注意的是，父亲心理缺位的负面影响也会通过家庭整体环境影响青少年内化症状。已有研究从家庭环境的角度分析发现，“丧偶式”育儿往往反映了夫妻关系不和谐、家庭满意度低的现实，而夫妻间的不满和抱怨很容易渗透到家庭教育中，形成消极的家庭氛围(王东, 2021)。值得注意的是，这种家庭氛围的特点(如低情感支持、高冲突、低亲密感)与青少年内化问题(如抑郁、焦虑、社交退缩)滋生所需的心理环境高度同构。这表明，父亲心理缺位不仅直接作用于青少年个体，也通过削弱家庭系统的情感支持与情绪调节功能，间接加剧子女内化症状的风险。

综上所述，父亲心理缺位对青少年内化问题的影响是多路径、系统性的，既直接作用于个体情绪与认知层面，也通过社会化进程、心理社会能力发展以及家庭环境传导等多重机制，共同影响青少年心理健康。

3. 父亲心理缺位影响青少年内化问题的内在机制

3.1. 依恋理论

父亲在儿童依恋系统中承担着不可替代的双重功能。父亲既是子女情绪压力下的“安全基地”，也是

社会探索中的“激活者”(Paquette, 2004)。任一功能的失效,都可能构成发展青少年内化问题的风险路径。

经典依恋理论认为,一位能够及时回应、给予支持的照顾者,是儿童应对外界压力的“安全避风港”,也是其勇敢探索世界的“安全基地”(Stevenson & Crnic, 2013)。这一关系的质量,根本上取决于照顾者在孩子需要时是否可接近并能给予敏感回应。在双职工家庭成为常态的当下,母亲因工作家庭双重负荷,其即时回应性客观上受到限制。此时,父亲若能在心理与情感上“在场”,便可作为关键的“第二安全基地”发挥作用,有效缓冲青少年的压力与焦虑。反之,若父亲心理缺位,则意味着这一重要的情绪缓冲源完全丧失。研究证实,当孩子仅能从父母一方获得可靠情感支持时,其焦虑抑郁水平仍显著低于双亲依恋均不安全的情况(Iwanski et al., 2021);而父亲与孩子的不安全依恋,则与儿童内化行为问题呈显著正相关(Deneault et al., 2021)。由此可见,当母亲因工作压力或身心健康等原因无法提供充分的情感支持时,父亲依恋的质量成为孩子健康成长的关键因素之一。父亲的及时介入和高质量陪伴能够为孩子的情绪安全提供了必要且有效的补充,这对于预防青少年抑郁、焦虑等问题具有重要作用。

父亲的心理缺位,不仅意味着“安全基地”的情感保护功能丧失,更可能导致“激活功能”的缺位。“激活关系”(activation relationship)理论指出,父亲在亲子互动中常扮演与母亲互补的角色。他们通过更具刺激性、挑战性的游戏,在安全范围内激发孩子的探索欲、冒险精神与问题解决能力,帮助孩子学会审慎的勇敢(Stevenson & Crnic, 2013)。这种“社会性激活”是儿童发展独立性、应对未知挑战的重要途径。相较于母亲更多体现出的温柔抚慰,父亲设立的是安全边界的挑战性互动。这并非单纯的冒险鼓励,而是在安全边界内系统性地提升孩子对不确定性的耐受力和解决问题的效能感,从而培养其子女勇敢而审慎的适度激活状态。这种互动系统性地提升了孩子对不确定性的耐受力和解决问题的效能感,是儿童发展社会性勇气与应对技巧的关键途径。因此,若父亲心理缺位,孩子可能处于“发展性未激活”状态,在成长中表现为过度谨慎、回避挑战与社交情境。这种对陌生事物和人际互动习惯性的回避与退缩,正是青少年期社交焦虑、抑郁情绪等内化问题的核心前兆与典型表现。

因此,从依恋理论来看,父亲心理缺位的影响远非单一事件的反应,而是对个体依恋与发展系统的结构性削弱。父亲心理缺位不仅剥夺了孩子在压力下本可求助的“第二安全基地”,使其更易被焦虑、抑郁等情绪所困扰;也截断了通过父子互动实现的“社会性激活”,导致孩子因缺乏探索勇气与问题解决效能感,而在面对挑战时习惯性退缩。这一双重缺失的内在机制,清晰地揭示了个体早期依恋安全感的损伤如何延伸并具体化为青少年阶段显著的内化症状。

3.2. 人际接纳 - 拒绝理论

父亲在日常教养中投入不足、情感支持缺失的心理缺位状态,极易被青少年感知并解释为一种明确的拒绝信号。人际接纳 - 拒绝理论(IPAR Theory)指出(Rohner & Lansford, 2017),所有人类个体都有一种与生俱来的、普遍的心理需求,即渴望获得来自重要他人,特别是父母等依恋对象的积极回应。而个体的心理健康与社会适应能力,在很大程度上由其感知到的重要他人(特别是父母)的接纳或拒绝所塑造,这构成了个体人格发展与情绪稳定的核心社会化机制。IPAR 理论将拒绝具体划分为四类表征:冷漠/缺乏温暖、敌意/攻击、忽视/疏离、不加区分的拒绝。相关研究发现:重要他人的接纳/拒绝显著预测着个体心理健康与适应性发展:接纳倾向于关联积极人格与情绪结果,拒绝则显著关联着内化(如焦虑、抑郁、自尊低)与外化问题风险(Rothenberg et al., 2022)。

被父亲拒绝的感知会带来深层次的心理不安全感,表现为缺乏安全依恋和情感上的不确定(Zeng et al., 2025)。此外,不同类型的拒绝感知会催化不同的核心信念。例如,将父亲心理缺位感知为“忽视/疏离”的青少年,可能形成“我是不重要的、不被看见的”核心信念,导致低自尊与社交退缩;而将其感知为“冷漠/缺乏温暖”,则可能催生“我是不可爱的、不值得被关心的”信念,最终加剧抑郁情绪与情感封

闭。这些被扭曲的自我认知，会削弱青少年应对外界挑战的效能感。

由“感知到的拒绝”所固化的消极自我图式，将会进一步导致适应不良的认知与情绪调节策略。在压力情境下，此类青少年更倾向于采取反刍、自责或情感压抑等应对方式。IPAR 研究证实，这种源自重要他人拒绝的自我系统损伤，是预测内化问题的核心路径(Rohner & Lansford, 2017)。已有研究发现自尊、自我效能和自我调节是影响青少年内化问题的关键自我特质，当青少年自尊低、自我效能感不足时，他们面对压力和负面情绪的能力也随之削弱(Zeng et al., 2025)。这些负面影响直接表现在情绪调节困难上，即青少年较难有效地管理自己的焦虑、悲伤等情绪，并更容易出现内化问题。

3.3. 家庭系统理论

父亲心理缺位可通过家庭整体环境的传导，加剧青少年的内化问题。家庭系统理论将家庭视为一个相互联系的有机整体，其运作遵循三个核心原则(Cox & Paley, 1997)：动态平衡(维持稳定与适应变化的能力)、相互依赖(一个成员的行为和情绪会影响到其他成员)、子系统(如父子系统、夫妻子系统、兄弟姐妹子系统等)。从该视角出发，父亲心理缺位对青少年内化问题的影响不是单一直接的路径，而涉及整个家庭系统中多个子系统运作的失衡。

父亲的缺位，无论是物理上的还是心理上，都会对亲代子系统造成结构性冲击。在母子关系中，父亲角色的缺位常迫使母亲与青少年形成过度紧密、甚至“联盟”或“纠缠”的关系。这种模式的特征是代际边界模糊化：母亲与青少年在情感上过度卷入，难以区分彼此的需求和感受，从而抑制青少年的心理自主性发展，使其难以完成健康的个体分离，进一步更容易内化母亲的焦虑与压力，或因为无法满足母亲的情感寄托而产生沉重内疚(Hare et al., 2015)。这种边界消融最极端和最具破坏性的表现形式是亲职化(Parentification)，即孩子与家长角色倒置，被迫承担与其年龄不相称的、本应由父母履行的责任和角色(Dariotis et al., 2023)。已有研究表明：过早、长期且缺乏支持的亲职化，导致青少年被迫“过早长大”，牺牲了自己的童年需求和发展任务，这种长期的角色过载和情感负担，是导致青少年抑郁、焦虑等内化问题的重要风险因素(Cox & Paley, 1997)。

此外，三角化理论指出：当家庭中两位成员(通常为父母)关系紧张时，将第三方(多为子女)卷入冲突或形成联盟，以分散或缓解原有的紧张关系，从而暂时维持家庭系统的稳定(McCauley et al., 2021)。这一过程被认为是家庭系统为维持表面和谐而采取的应对机制，尽管这种做法可能对被卷入的子女产生负面影响。究其本质，父亲心理缺位首先损害了夫妻子系统的功能，引发夫妻冲突与情感耗竭，进而通过三角化过程将压力传导给青少年，间接加剧其情绪困扰。当父亲情感疏离、回避家庭责任时，母亲往往被迫承担过度负荷，这种压力易转化为夫妻间的埋怨、争吵或情感冷漠，导致婚姻满意度与亲密感显著下降(Engle & McElwain, 2013)。已有研究进一步证实，卷入父母冲突的青少年更多表现出抑郁、焦虑等内化症状(Schrodt, 2025)。青少年长期暴露于高冲突或冷暴力的婚姻关系中，不仅会体验到持续的安全感缺失，更可能内化归因，认为自己是家庭冲突的根源，从而滋生自责、无价值感等抑郁症状(Cummings et al., 2015)。

最后，父亲心理缺位常根植于代际传递模式，并通过塑造消极家庭氛围与教养方式持续影响青少年。心理缺位的父亲往往自身在原生家庭中未获得良好的父爱体验，其行为模式可能是一种代际传递的结果。这种未解决的代际创伤会形成一种功能不良的家庭情感氛围(如情感表达受限、压抑)，并通过父亲自身的情感疏离、消极应对方式表现出来(Welford, 2019)。青少年生长于此种氛围中，不仅直接模仿了消极的情绪调节策略(如压抑、回避)，也更可能经历到不一致或放任的教养方式。这种长期处于高压和矛盾情感中的经历，使青少年学会了压抑自己的真实感受以适应家庭的需要，直接导致强烈的焦虑、无助感和抑郁情绪(Buehler & Welsh, 2010)。

4. 父亲心理缺位对青少年内化问题的干预策略

4.1. 强化父亲角色参与

当前,部分父亲在家庭角色认知上存在一个普遍倾向,即视自己为家庭经济的供给者,而将育儿工作视为母亲的天职。在这种观念下,他们往往将自身的参与界定为一种补充性和辅助性的行为(Lee & Moon, 2025)。还有部分父亲承认自己在工作日育儿时间有限,并试图用周末时间去陪伴孩子来弥补,但同时他们认为这就足够了(Lee & Moon, 2025)。此外,母亲表现出消极的“守门行为”(如对父亲的批评甚至替代),会阻碍父亲参与育儿工作,使父亲在育儿工作中被边缘化,最终在家庭互动中“撤回”(Fagan et al., 2007)。以上现象反映了双亲对自身育儿角色重要性认识的不足,以及对高质量情感投入的忽视。为降低父亲心理缺位对青少年内化问题的负面影响,需要强化父亲角色在家庭中对育儿工作的参与。值得注意的是,单纯的共处时间并不等同于高质量的情感投入,亲子关系中的亲密感是一个独立的、更为关键的维度(Trahan et al., 2021)。父亲需深刻认识到,参与的核心不仅在于单纯的共处时间,还在于互动的情感质量与深度。为此,可以从以下三个方面强化父亲角色参与的实效性。

首先,父亲可通过转变日常沟通模式,从回避或说教转向积极关注与情感共鸣,主动创造能让孩子表达脆弱与失望的安全空间。这要求父亲在互动中展现出共情与理解,尤其在传统父亲权威角色的文化背景下,更需通过社会引导使其认识到,基于平等与理解的沟通,才是真正能够缓解青少年内化问题的关键途径(张富洪, 申荷, 2008; Diamond et al., 2016)。

其次,父亲可通过高质量激活性互动(引导性冒险游戏和问题解决型活动)在非言语层面与子女建立信任,促进子女社会情感发展(Paquette, 2004; Fletcher et al., 2013)。在游戏中,父亲应当分享主导权,注重过程性鼓励,营造平等支持的氛围。这种兼具情感温度与行为引导的互动,不仅能巩固亲子关系,更能有效提升子女的情绪调节与社会适应能力。基于社会性激活理论,应注重引导父亲开展具有适度挑战性的共同活动(如策略类桌游、户外定向、协作搭建等),并在其中扮演安全守护与过程引导的角色,通过提问与提示支持青少年自主应对不确定性,而非过度保护或放任。活动中,父亲需着重对子女的努力、策略及情绪调节给予具体化鼓励,强化其心理韧性,并将外在挑战转化为可控经验,而非仅评价结果成败。同时,父亲应敏感觉察子女的情绪与能力表现,动态调整任务难度与支持程度,避免激活的失败。

最后,应重视促进夫妻在育儿目标、分工与情感支持上形成共识与配合,尤其应引导母亲以鼓励父亲参与育儿,避免因替代或批评行为削弱父亲的教养效能感(Liu et al., 2022)。在此基础上,进一步引导父亲回归其养育主体角色,避免母亲自身的情感支持需求或家庭矛盾不恰当地转移于青少年。稳定、支持性的家庭互动氛围,能从系统层面减少因角色混乱或情感负荷不均导致的青少年心理风险。

4.2. 青少年个体层面干预

对于面临父亲心理缺位的青少年,个体层面的心理干预提供了必要的内部补偿路径。在这一层面,可通过重塑青少年自我认知和情绪调节策略,帮助他们抵御内化问题的侵蚀。

首先,可对青少年进行自悯干预,以自我友善替代因父亲心理缺位而固化的自我批判(Han & Kim, 2023)。该干预的核心在于帮助青少年识别并重构自动化负性思维(如“爸爸不在意我,一定是我不够好”),指导其运用更具同情心的内部语言进行认知替换(如“父亲的缺位是他的选择,这并不定义我的价值。我依然是值得被关心和认真对待的”)。在此基础上,通过分级自我照料任务(如从规律作息等基础生理照料到主动从事愉悦活动的心理关怀),引导青少年在具体行为中体验自我关怀,逐步重建内在安全感与价值感。

其次,正念能帮助青少年更有意识地觉察内心体验并以非评判的态度接受现状,改善其自我概念清

晰度(Beyranvand et al., 2025)。通过正念呼吸等练习,青少年学习将注意力锚定于当下,观察而不卷入因父亲心理缺位引发的委屈、自我怀疑等情绪,从而阻断其向抑郁、自我否定等问题的持续内化。通过正念日记练习鼓励青少年定期以书写的方式记录自身的想法、情感及相关经历,进一步推动青少年将模糊、压抑的内在感受(如孤独、失落)具体化,增强其区分“父亲心理缺位”这一客观现实与“我不值得被爱”等主观信念的能力。长期练习有助于提升青少年的情绪调节能力,减少因情绪压抑导致的社交退缩、自我封闭等适应性问题。

最后,对于已长期处于亲职化状态的青少年,个体层面干预的核心在于帮助他们逐步卸下不合理的角色负担,重建清晰的自我边界与合理的家庭角色认知。这类青少年往往内化了“我必须承担一切”或“我不配拥有自己的需求”等扭曲信念,导致长期的情感压抑与自我忽视。通过角色澄清与边界训练,引导青少年识别哪些责任属于父母、哪些属于自己,并练习以温和但坚定的方式表达自身需求与想法。例如,可通过情境模拟与认知重构,帮助青少年区分“支持家庭”与“替代父母”的界限,鼓励其在必要时合理表达自身的发展性需求,明确区分自我事务与家庭责任的边界,逐步建立具有适应性的角色表达与沟通方式。

4.3. 学校与社会干预

为降低因父亲心理缺位而加剧的青少年内化问题风险,还需要从学校、社会与法律支持等方面建立系统性的干预,对家庭与个体层面的努力形成补充。

学校作为青少年社会化发展的关键环境,在弥补父亲心理缺位的影响、预防内化问题上扮演着不可替代的角色。针对父亲心理缺位引发的青少年内化问题,学校应系统性地开设心理健康相关课程,重点讲授情绪识别、压力管理、积极应对与人际沟通等通用技能,帮助全体学生,尤其是那些因父亲心理缺位而更易感到焦虑、孤独或低自尊的青少年掌握调节自身情绪、主动寻求支持的心理工具,从而在早期缓冲内化问题的发生。

此外,学校需要建立健全的学校心理服务体系,配备专业的心理教师或咨询师。通过个体咨询,为学生提供安全、保密的空间,使其能够深入表达因父爱缺失而被压抑或忽视的情感,并在专业引导下处理相关情绪困扰与依恋创伤。同时,可以组织针对性的团体辅导活动。研究表明,青少年可通过同伴的强化来获取社会规范,从受重视的同伴那里学习社交行为,并将同伴的评价作为学习社会规范的关键机制(van Hoorn et al., 2016)。学校组织的团体辅导可将经历相似处境的学生聚集起来,在团体动力中促进青少年的情感共鸣、经验分享与社会支持,有效修复其社会联结与自我价值感。

广泛的社会观念也对父亲参与构成潜在制约。传统性别角色期待仍深刻影响着社会对“父职”的认知,部分观念尚未充分接纳男性在育儿中承担长期、情感性的核心角色(Lee & Moon, 2025)。因此,有必要发起社会倡导与公众教育。可通过媒体宣传、公共讲座等多种渠道,积极推广“情感在场”的父亲形象,强调父亲在心理支持和情感联结方面不可替代的价值,提升公众对父亲心理缺位可能引发青少年内化问题的认知。通过社会宣传,逐步消解基于性别的育儿偏见,营造一种鼓励父亲积极参与、共同关怀青少年心理健康的社会文化氛围,为父亲更好地履行其心理与情感职责提供外部支持。

致 谢

特别感谢唐辉老师、王婉晴学姐的指导与帮助及对本文提出的修改意见。

基金项目

本文为2024年天津市大学生创新创业训练计划项目“父亲缺位对中学生遭受身体欺凌的影响研究”(项目级别:国家级;项目编号:202410066010)研究成果。

参考文献

- 董志强, 赵俊(2019). “留守”与儿童竞争偏好: 一项实地实验研究. *经济学动态*, (4), 33-48.
- 耿世枫(2023). *结构式家庭治疗介入父亲缺位家庭问题的个案研究*. 硕士学位论文, 青岛: 青岛科技大学.
- 刘美娟(2020). *初中生父亲在位、网络成瘾及心理健康的关系研究*. 硕士学位论文, 重庆: 西南大学.
- 蒲少华, 卢宁, 唐辉, 王孟成, 凌琪(2012). 父亲在位问卷的初步修订. *中国心理卫生杂志*, 26(2), 139-142.
- 申钰晶(2022). *父亲心理缺位与初中生内化问题的关系: 母亲教养压力和母亲心理控制的多重中介作用*. 硕士学位论文, 济南: 山东师范大学.
- 王东(2021). “丧偶式育儿”的类型、影响及本质. *北京教育学院学报*, 35(4), 29-33.
- 王荣(2023). *个案工作介入“丧偶式育儿”家庭父子关系改善的实务研究*. 硕士学位论文, 兰州: 西北师范大学.
- 张富洪, 申荷永(2008). 传统文化与心理学视野下的父亲意象研究回顾. *河南师范大学学报(哲学社会科学版)*, (4), 37-40.
- 张一帆(2016). *大学新生父亲在位、自我控制能力与异性同伴交往的关系*. 硕士学位论文, 开封: 河南大学.
- Achenbach, T. M., Ivanova, M. Y., Rescorla, L. A., Turner, L. V., & Althoff, R. R. (2016). Internalizing/Externalizing Problems: Review and Recommendations for Clinical and Research Applications. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 55, 647-656. <https://doi.org/10.1016/j.jaac.2016.05.012>
- Bejravand, N., Kazemi, A. S., & Shokri, O. (2025). Comparison of the Effectiveness of Acceptance and Commitment Therapy and Mindfulness Therapy on the Tendency toward Risky Behaviors and Life Orientation among Adolescents in Conflict with Parents. *International Journal of Body, Mind and Culture*, 12, 112-118. <https://doi.org/10.61838/ijbmc.v12i3.856>
- Buehler, C., & Welsh, D. P. (2010). “A Process Model of Adolescents’ Triangulation into Parents’ Marital Conflict: The Role of Emotional Reactivity”: Correction to Buehler and Welsh (2009). *Journal of Family Psychology*, 24, 114-114. <https://doi.org/10.1037/a0019350>
- Cox, M. J., & Paley, B. (1997). Families as Systems. *Annual Review of Psychology*, 48, 243-267. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.48.1.243>
- Cummings, E. M., Koss, K. J., & Davies, P. T. (2015). Prospective Relations between Family Conflict and Adolescent Maladjustment: Security in the Family System as a Mediating Process. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 43, 503-515. <https://doi.org/10.1007/s10802-014-9926-1>
- Dariotis, J. K., Chen, F. R., Park, Y. R., Nowak, M. K., French, K. M., & Codamon, A. M. (2023). Parentification Vulnerability, Reactivity, Resilience, and Thriving: A Mixed Methods Systematic Literature Review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20, Article No. 6197. <https://doi.org/10.3390/ijerph20136197>
- Deneault, A., Bakermans-Kranenburg, M. J., Groh, A. M., Fearon, P. R. M., & Madigan, S. (2021). Child-Father Attachment in Early Childhood and Behavior Problems: A Meta-Analysis. *New Directions for Child and Adolescent Development*, 2021, 43-66. <https://doi.org/10.1002/cad.20434>
- Diamond, G., Russon, J., & Levy, S. (2016). Attachment-Based Family Therapy: A Review of the Empirical Support. *Family Process*, 55, 595-610. <https://doi.org/10.1111/famp.12241>
- Engle, J. M., & McElwain, N. L. (2013). Parental Depressive Symptoms and Marital Intimacy at 4.5 Years: Joint Contributions to Mother-Child and Father-Child Interaction at 6.5 Years. *Developmental Psychology*, 49, 2225-2235. <https://doi.org/10.1037/a0032450>
- Fagan, J., Bernd, E., & Whiteman, V. (2007). Adolescent Fathers’ Parenting Stress, Social Support, and Involvement with Infants. *Journal of Research on Adolescence*, 17, 1-22. <https://doi.org/10.1111/j.1532-7795.2007.00510.x>
- Fletcher, R., StGeorge, J., & Freeman, E. (2013). Rough and Tumble Play Quality: Theoretical Foundations for a New Measure of Father-Child Interaction. *Early Child Development and Care*, 183, 746-759. <https://doi.org/10.1080/03004430.2012.723439>
- Han, A., & Kim, T. H. (2023). Effects of Self-Compassion Interventions on Reducing Depressive Symptoms, Anxiety, and Stress: A Meta-Analysis. *Mindfulness*, 14, 1553-1581. <https://doi.org/10.1007/s12671-023-02148-x>
- Hare, A. L., Szwedo, D. E., Schadt, M. M., & Allen, J. P. (2015). Undermining Adolescent Autonomy with Parents and Peers: The Enduring Implications of Psychologically Controlling Parenting. *Journal of Research on Adolescence*, 25, 739-752. <https://doi.org/10.1111/jora.12167>
- Iwanski, A., Lichtenstein, L., Mühling, L. E., & Zimmermann, P. (2021). Effects of Father and Mother Attachment on Depressive Symptoms in Middle Childhood and Adolescence: The Mediating Role of Emotion Regulation. *Brain Sciences*, 11, Article No. 1153. <https://doi.org/10.3390/brainsci11091153>

- Kucukkaragoz, H. (2025). Review of the Research Literature on the Impact of Father Absence on Child Development in Alignment with the Sustainable Development Goals (SDGs). *Journal of Lifestyle and SDGs Review*, 5, e06117.
- Lee, H., & Moon, W. (2025). The Parenting Reality Gap: Men's Rationalization and Women's Conformity in Korea. *Family Relations*, 74, 2664-2681. <https://doi.org/10.1111/fare.70033>
- Liu, Y., Haslam, D. M., Dittman, C. K., Guo, M., & Morawska, A. (2022). Predicting Chinese Father Involvement: Parental Role Beliefs, Fathering Self-Efficacy and Maternal Gatekeeping: Developmental. *Frontiers in Psychology*, 13, Article 1066876. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1066876>
- McCauley, D. M., Sloan, C. J., Xia, M., & Fosco, G. M. (2021). Same Family, Divergent Realities: How Triangulation Preserves Parents' Illusory Harmony While Adolescents Navigate Interparental Conflicts. *Journal of Family Psychology*, 35, 128-137. <https://doi.org/10.1037/fam0000785>
- Moloea, A. M. (2025). Parental Neglect and the Risk of Posttraumatic Stress in Youth. *Psihologie Revista Științifico-Practică*, 46, 49-57. <https://doi.org/10.46728/pspi.2024.v46.i1.p49-57>
- Mullen, S. (2018). Major Depressive Disorder in Children and Adolescents. *Mental Health Clinician*, 8, 275-283. <https://doi.org/10.9740/mhc.2018.11.275>
- Paquette, D. (2004). Theorizing the Father-Child Relationship: Mechanisms and Developmental Outcomes. *Human Development*, 47, 193-219. <https://doi.org/10.1159/000078723>
- Rohner, R. P., & Lansford, J. E. (2017). Deep Structure of the Human Affectional System: Introduction to Interpersonal Acceptance-Rejection Theory. *Journal of Family Theory & Review*, 9, 426-440. <https://doi.org/10.1111/jftr.12219>
- Rothenberg, W. A., Ali, S., Rohner, R. P., Lansford, J. E., Britner, P. A., Di Giunta, L. et al. (2022). Effects of Parental Acceptance-Rejection on Children's Internalizing and Externalizing Behaviors: A Longitudinal, Multicultural Study. *Journal of Child and Family Studies*, 31, 29-47. <https://doi.org/10.1007/s10826-021-02072-5>
- Schrodt, P. (2025). Interparental Conflict and Parent-Child Triangulation: A Meta-Analytical Review of Children Feeling Caught between Parents. *Human Communication Research*, hqaf018. <https://doi.org/10.1093/hcr/hqaf018>
- Stevenson, M. M., & Crnic, K. A. (2013). Activative Fathering Predicts Later Children's Behaviour Dysregulation and Sociability. *Early Child Development and Care*, 183, 774-790. <https://doi.org/10.1080/03004430.2012.723441>
- Trahan, M. H., Morley, R. H., & Shafer, K. (2021). Father-Adolescent Relationship Closeness: A Path Analysis of Family Factor Associates with Father-Adolescent Engagement and Relationship Quality. *Child and Adolescent Social Work Journal*, 38, 265-282. <https://doi.org/10.1007/s10560-020-00677-1>
- van Hoorn, J., van Dijk, E., Meuwese, R., Rieffe, C., & Crone, E. A. (2016). Peer Influence on Prosocial Behavior in Adolescence. *Journal of Research on Adolescence*, 26, 90-100. <https://doi.org/10.1111/jora.12173>
- Welford, E. (2019). Healing the Fallout from Transgenerational Trauma: Supporting Clients in Making Peace with Their History. *Transactional Analysis Journal*, 49, 324-338. <https://doi.org/10.1080/03621537.2019.1650233>
- Zeng, Q., Yang, Z., Xiao, T., Luo, H., & Chen, P. (2025). Different Parental Rearing Behaviors and Depressive Symptoms of Adolescents: Roles of Psychological Insecurity and Core Self-Evaluations. *School Psychology International*, 46, 172-196. <https://doi.org/10.1177/01430343241308554>
- Zhou, Y., Zhong, H., Li, X., & Xiang, Y. (2024). The Relationship between Father-Love Absence and Loneliness: Based on the Perspective of the Social Functionalist Theory and the Social Needs Theory. *International Journal of Mental Health Promotion*, 26, 139-148. <https://doi.org/10.32604/ijmh.2023.046598>