

亲子关系对青少年心理健康的影响：基于三个核心维度的系统综述

翁湘婷

上海体育大学心理学院, 上海

收稿日期: 2026年3月2日; 录用日期: 2026年4月20日; 发布日期: 2026年4月30日

摘要

亲子关系作为家庭系统的核心纽带, 对青少年心理健康发展具有深远影响。本文系统梳理了亲子依恋、亲子亲合、亲子冲突三个维度对心理健康的影响及其作用机制。研究发现: 在影响层面, 良好的亲子关系能够显著降低青少年抑郁、焦虑、孤独感等内化问题, 减少外化问题行为, 同时提升主观幸福感与生活满意度; 母子关系对自我调节能力影响更突出, 父子关系对外化问题行为预测力更强。在机制层面, 现有研究构建了直接效应、中介效应与调节效应三层网络——自尊、心理韧性、情绪调节自我效能感等个体因素发挥核心中介作用, 同伴关系等社会因素形成链式中介路径, 性别、自我关怀、社会支持等因素则调节作用强度与边界。未来研究应加强纵向追踪设计以揭示因果关系, 关注积极心理健康指标, 为青少年心理健康服务体系建设提供实证支撑。

关键词

亲子关系, 亲子依恋, 亲子亲合, 亲子冲突, 青少年心理健康

The Impact of Parent-Child Relationships on Adolescent Mental Health: A Systematic Review Based on Three Core Dimensions

Xiangting Weng

School of Psychology, Shanghai University of Sport, Shanghai

Received: March 2, 2026; accepted: April 20, 2026; published: April 30, 2026

Abstract

As the core bond of the family system, parent-child relationship exerts a profound influence on

adolescent mental health development. This paper systematically reviews the influences and underlying mechanisms of three dimensions of parent-child relationship (*i.e.*, parent-child attachment, parent-child cohesion, and parent-child conflict) on mental health. Existing studies indicate that a positive parent-child relationship can significantly reduce adolescent internalizing problems such as depression, anxiety and loneliness, decrease externalizing problem behaviors, and improve their subjective well-being and life satisfaction. The mother-child relationship has a more salient effect on self-regulation ability, while the father-child relationship shows stronger predictive power for externalizing problem behaviors. In terms of mechanism, previous studies have established a three-level framework consisting of direct effects, mediating effects and moderating effects. Individual factors such as self-esteem, psychological resilience and emotional regulation self-efficacy act as key mediators. Social factors including peer relationship form chain mediating pathways, while factors such as gender, self-compassion and social support moderate the strength and boundary of the effects. Future research should adopt longitudinal designs to clarify causality, pay more attention to positive indicators of mental health, and provide empirical support for the construction of an adolescent mental health service system.

Keywords

Parent-Child Relationship, Parent-Child Attachment, Parent-Child Cohesion, Parent-Child Conflict, Adolescent Mental Health

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

心理健康建设是健康中国建设的重要组成部分。青少年作为民族复兴与国家发展的后备力量，其心理健康状况不仅关乎个体的终身发展，更与家庭和睦、社会稳定深度关联，已成为国家层面重点关注的公共卫生与教育议题。教育部先后出台《关于加强学生心理健康管理工作的通知》¹《中小学心理健康教育指导纲要（2012年修订）》²等多项政策文件，将家庭教育与亲子关系培育纳入青少年心理健康工作的核心范畴，凸显了国家对青少年心理健康问题的高度重视与系统性治理导向。从现实状况来看，青少年已成为心理健康问题的高发群体，抑郁、焦虑等内化问题的检出率呈显著上升趋势，校园欺凌、自伤、厌学等由心理问题引发的不良行为屡见不鲜，青少年心理健康问题的严峻性亟待社会各界协同应对(熊文, 2025; 张帆, 2022)。

家庭是青少年成长过程中接触最早的社会环境，而亲子关系作为家庭系统的情感纽带，对青少年心理健康发展具有重要影响。家庭社会化理论认为，亲子关系的质量直接影响青少年思想观念、价值体系与人格特质的形成，进而作用于其身心健康与全面发展(Grose, 2011)。良好的亲子关系能够为青少年提供稳定的情感支持与充足的心理安全感，助力其建立积极的自我认知，提升情绪调节与社会适应能力，成为抵御各类心理问题的重要保护因素(向脉溪等, 2022; 杨雪, 宋佳殷, 2025); 而消极、不稳定的亲子关系则会直接提升青少年抑郁、焦虑、孤独感等负面心理问题的发生概率(叶雪花等, 2021; Bradford et al., 2017)。

当前，青少年心理健康问题呈现高发态势，国家也在积极推进家校社协同的心理健康服务体系。在这一背景下，深入探讨亲子关系对青少年心理健康的影响路径，具有重要的理论价值和现实意义。从

¹http://www.moe.gov.cn/srcsite/A12/moe_1407/s3020/202107/t20210720_545789.html。

²http://www.moe.gov.cn/srcsite/A06/s3325/201212/t20121211_145679.html。

理论层面来看, 该研究能够丰富青少年心理健康影响因素的研究体系, 完善家庭环境与个体心理发展的互动理论。从现实层面来看, 研究成果能够为家庭教育指导提供科学依据, 帮助家长树立科学的亲子相处理念、提升亲子沟通与冲突处理能力; 同时也为中小学心理健康教育的家校协同工作提供实践指引, 推动学校构建针对性的亲子关系辅导体系; 为国家完善青少年心理健康服务政策提供实证支撑。

在展开系统梳理之前, 有必要对本文涉及的核心概念进行界定。亲子关系是指父母与子女之间在长期共同生活和互动中形成的、以情感联结为核心的一种人际关系。从系统论的角度来看, 亲子关系具有双向性和动态性, 父母通过教养方式、情感投入影响子女的发展, 而儿童自身的特点也会反过来影响与父母建立的关系质量, 形成双向互动(张晓等, 2008)。在家庭系统中, 亲子关系是理解儿童社会化发展的重要切入点, 研究通常将亲子关系区分为父子关系和母子关系分别考察(张晓等, 2008)。亲子依恋是指儿童与父母之间形成的一种强烈、持久的情感联结, 其生物功能在于为儿童提供安全感和保护。Bowlby (1982)系统阐述了依恋理论的核心观点, 强调安全依恋的个体将父母视为“安全基地”, 能够在探索环境和应对压力时获得情感支持。亲子亲合是指亲子之间在情感上的亲密程度、相互接纳和支持的程度。Olson (1999)在环状模型中提出, 适度的亲合有利于青少年的自主性与亲密感的平衡发展, 而过低或过高的亲合则可能带来情感冷漠或过度依赖等问题。亲子冲突是指亲子之间在目标、观念或行为上出现对立或不一致, 表现为言语争执、情绪对立甚至行为对抗(宋广文, 何文广, 2011)。世界卫生组织(WHO, 2018)将心理健康定义为一种健康状态, 在这种状态下, 个体能够认识到自己的能力, 能够应对正常的生活压力, 能够有效地工作, 并为其社区做出贡献, 这一定义强调心理健康不仅是无精神疾病, 更包括积极的情感体验和良好的社会功能。

基于上述背景, 本文旨在系统梳理亲子关系对青少年心理健康影响的研究进展, 从多维视角整合现有发现, 分析不同维度的亲子关系(亲子依恋、亲子亲合、亲子冲突)对心理健康的差异化影响, 探讨其内在作用机制, 并在总结现有研究局限的基础上提出未来研究方向, 以期为青少年心理健康领域的理论发展与干预实践提供参考。

2. 亲子关系对青少年心理健康的影响

亲子关系作为青少年接触的首要人际关系, 其质量对青少年心理健康发展存在全方位、深层次的影响。本部分从整体亲子关系的影响、父子与母子关系的差异化影响、以及亲子关系三个核心维度(亲子依恋、亲子亲合、亲子冲突)的具体作用三个层面, 系统梳理现有研究成果。

2.1. 亲子关系对青少年心理健康的整体性影响

良好的亲子关系能够显著降低青少年抑郁、焦虑等内化问题的发生概率, 而消极、不安全的亲子关系则会成为此类心理问题的重要诱因。消极的亲子关系会加重青少年的挫败感, 使其更易产生抑郁、焦虑、自伤甚至自杀意念(陈晓旭等, 2022; 胡义秋等, 2023)。纵向研究也发现, 童年期亲子关系质量越差, 儿童步入青春期后抑郁发生的风险越高(Chan et al., 2014)。此外, 低质量的亲子关系还会让青少年在成年早期面临情绪调节困难和低质量伴侣关系等问题, 继而引发负性情绪和对生活的不满(Overbeek et al., 2007)。

积极的亲子关系是青少年主观幸福感的重要预测因素, 能够显著提升其心理健康整体水平(张兴旭等, 2019)。亦亲亦友的亲子关系有助于青少年发掘自身潜能, 形成积极的心理状态(肖雪等, 2017)。良好的亲子关系还能有效预防问题行为的发生, 亲子关系越好的学生, 卷入校园欺凌的概率越低(凌辉等, 2019)。冲突型亲子关系的青少年网络成瘾倾向远高于依恋型亲子关系的青少年(赵宝宝等, 2018)。同时, 不良亲子关系可以预测青少年的冒险行为、偷窃等多种问题行为, 而良好的亲子关系则能减少这些外化

和内化行为(黄彦等, 2016; 吴云龙等, 2017; Bae, 2016; He et al., 2019)。

2.2. 父子关系与母子关系的差异化影响

亲子关系中父子关系与母子关系对青少年心理健康的影响并非完全一致,二者在作用路径、影响维度上存在明显的差异化特征。母子关系是影响青少年心理健康的核心人际因素,在人际因素对青少年心理健康的保护作用中,母子关系的作用程度显著高于父子关系、师生关系和友谊质量(苗嘉鑫, 2023)。高水平的母子关系质量能提高青少年的自我调节能力,包括情绪调节、自我控制等,进而促进幸福感和认知行为发展(Moilanen & Rambo-Hernandez, 2017)。在行为问题方面,母子关系是中学生问题性手机使用的重要保护因素,能负向预测问题性手机使用的发生(吴晓婷, 2025)。

相比之下,父子关系对青少年的心理韧性具有显著的预测作用,且父子依恋对青少年心理韧性的预测力强于母子依恋(郝心怡, 2020; 琚晓燕等, 2011)。在外化行为问题方面,父子关系的影响更为突出,父子冲突能正向预测青少年的外化问题行为,而亲密的父子关系则是儿童外化问题行为的保护因子(王媛原等, 2022; 张一波等, 2017; Little et al., 2019)。父子关系还可以通过心理素质间接预测青少年的网络成瘾(黄文韬等, 2025)。此外,父子关系与母子关系并非独立发挥作用,二者的协同作用对青少年心理健康的培养同样重要(章雨萌, 2024)。

2.3. 亲子依恋对青少年心理健康的影响

亲子依恋是青少年抑郁和焦虑的重要预测因素。Spruit 等人(2020)的元分析发现,不安全亲子依恋与青少年抑郁呈中等程度正相关,且这一关联在横断研究和纵向研究中均显著。Chen 等人(2019)对中国青少年的研究进一步证实,父子依恋和母子依恋均显著负向预测抑郁症状。在焦虑方面,Brumariu & Kerns (2010)的综述指出,安全亲子依恋与低水平焦虑存在稳定关联,而矛盾型依恋与青少年期焦虑的关系更为密切。赵素素(2020)对初中生的研究发现,亲子依恋显著负向预测社交焦虑,康恒源(2019)针对高中生的研究也发现,父子依恋和母子依恋均与社交焦虑呈显著负相关。

除抑郁、焦虑等消极指标外,亲子依恋同样正向预测心理健康的积极维度。Oldfield 等人(2016)发现,亲子依恋显著正向预测生活满意度,这一发现在中国文化背景下也得到了验证(熊仕雨, 2024)。潘彦谷等人(2021)的追踪研究揭示,亲子依恋能显著正向预测心理素质的发展轨迹。在亲社会行为方面,胡梦晴(2023)对初中生的研究发现,亲子依恋与亲社会行为呈显著正相关。因此,高质量亲子依恋既能降低青少年的抑郁、焦虑水平,又能提升其生活满意度和亲社会行为水平,体现了其对心理健康的双重保护功能。

2.4. 亲子亲合对青少年心理健康的影响

亲子亲合对青少年心理健康的多个维度均具有显著影响。在积极心理健康方面,高水平的亲子亲合能够正向预测青少年的主观幸福感和生活满意度。赵景欣等人(2017b)对留守与非留守青少年的比较研究发现,无论父子亲合还是母子亲合,均能显著正向预测青少年的积极情绪和生活满意度。雒婷(2022)的研究也证实,亲子亲合对中学生主观幸福感具有直接正向预测作用。Crespo 等人(2011)的纵向研究进一步揭示了亲子亲合与青少年幸福感之间的双向促进关系。

在消极情绪方面,亲子亲合具有显著的缓冲作用。Shao 等人(2018)的研究发现,父子亲合与母子亲合均与青少年的抑郁呈显著负相关。张庆华等人(2019)对农村留守儿童的追踪研究采用交叉滞后设计,证实了亲子亲合与抑郁之间存在互为因果关系。在孤独感方面,刘金华等人(2020)发现积极型亲子亲合有利于缓解农村留守儿童的孤独感,吴晶等人(2025)的研究进一步揭示了友谊质量和自尊在亲子亲合影响孤独感中的多重中介作用。

在行为适应方面, 亲子亲合对青少年的外化问题具有显著的抑制作用。张露露等人(2023)以留守儿童为研究对象发现, 亲子亲合与社会适应呈显著正相关。李亚静(2023)的两年追踪研究表明, 亲子亲合能显著负向预测外化问题行为, 安全感在这一关系中发挥纵向中介作用。曾练平等人(2021)的研究发现, 亲子亲合对学校适应具有显著正向预测作用。

值得注意的是, 亲子亲合对不同心理健康维度的影响可能存在特异性。赵景欣等人(2017a)的研究发现, 在不同留守类型儿童群体中, 父子亲合与母子亲合对积极情绪和消极情绪的预测作用存在差异, 提示不同维度的心理健康可能需要不同的家庭资源支持。

2.5. 亲子冲突对青少年心理健康的影响

亲子冲突作为家庭互动中普遍存在的现象, 对青少年心理健康产生诸多消极影响。长期处于亲子冲突中的青少年更容易出现抑郁、焦虑等情绪问题, 降低安全感和控制感(韩磊等, 2019; 刘子歌, 2022)。亲子冲突还会引发青少年的交往焦虑, 使青少年在家庭中难以获得充足的情感资源, 人际安全感降低, 进而在社交中表现出消极应对模式(张娥, 瞿非, 2012; Jacobsen et al., 2014)。对女性青少年群体而言, 亲子冲突还会引发后续的孤独感(胡思远等, 2019)。

亲子冲突还会降低青少年的自尊水平(杨晓冬等, 2022)。此外, 频繁经历亲子冲突的青少年往往拥有更低的情绪管理能力, 陷入负性情绪中, 拥有较低的主观幸福感(Chung et al., 2011; 韩磊等, 2019)。除了内化的情绪问题, 亲子冲突还会引发青少年外化的行为适应问题。雷月婷(2022)针对中职生群体的研究发现, 亲子冲突会直接加剧其手机依赖程度。黎亚军(2020)的研究结果显示, 亲子冲突增加青少年网络欺凌的实施概率。同时, 亲子冲突还会降低青少年的社会适应能力(安丽娜, 2022)。

部分研究也关注到亲子冲突对青少年心理健康的建设性意义。面临适度亲子冲突的青少年能够独立做出选择, 形成更好的自我同一性(王美萍, 张文新, 2007)。亲子冲突的应对过程能够提升青少年处理人际冲突的能力和社会责任感, 对其认知与心理发展产生积极作用(宋广文, 何文广, 2011; Steinberg, 2001)。

3. 亲子关系影响青少年心理健康的机制

亲子关系对青少年心理健康的影响并非单一的直接作用, 而是通过复杂的心理机制实现的, 既包括中介机制的间接传导作用, 也包括调节机制的情境化影响作用。本部分按照不同维度的亲子关系, 分别梳理其影响青少年心理健康的内在作用路径。

3.1. 亲子依恋影响心理健康的机制

现有研究从直接效应、中介效应和调节效应三个层次, 系统构建了亲子依恋影响青少年心理健康的作用机制网络。

直接效应研究旨在验证亲子依恋本身对心理健康的独立预测力。Oldfield 等人(2016)的回归分析发现, 在控制人口学变量后, 亲子依恋能独立解释青少年行为问题 24%的变异量和情绪困难 11%的变异量。陈武等人(2015)对 2758 名初中生的研究也证实, 亲子依恋显著负向预测问题性网络使用, 且这一直接效应在控制相关变量后仍然显著。

在中介机制方面, 现有研究发现了三类核心中介变量。第一类是个体认知因素, 其中自尊是重要的中介变量。赵素素(2020)发现, 自尊在亲子依恋与社交焦虑之间起部分中介作用, 中介效应占总效应的 35.44%。陈莹(2021)进一步发现, 自尊与人际信任在亲子依恋与孤独感之间起链式中介作用。肖遥(2020)的研究表明, 师生依恋和个人抗逆力在亲子依恋与抑郁之间起链式中介作用。李慧芳(2022)发现, 同伴关系和心理韧性在亲子依恋与孤独感之间起链式中介作用。

第二类是个体情绪因素，其中情绪调节是核心中介。**Chen 等人(2019)**发现，认知重评和表达抑制在亲子依恋与抑郁症状之间起部分中介作用，且认知重评的中介效应显著强于表达抑制。**周梦雪(2021)**对留守儿童的研究也发现，情绪调节自我效能感在亲子依恋与非自杀性自伤行为之间起部分中介作用。**胡梦晴(2023)**的研究则表明，情绪调节和未来取向在亲子依恋与亲社会行为之间起链式中介作用。

第三类是社会关系因素，其中同伴关系发挥关键作用。**鄢雪琪(2021)**发现，同伴关系在父子依恋、母子依恋与问题行为之间均起部分中介作用。**谢玲潇(2024)**在留守与非留守群体的比较研究中发现，同伴关系和师生关系在亲子依恋与问题行为之间的中介作用存在显著差异。**康恒源(2019)**的研究则发现，人际敏感性在父子依恋与社交焦虑之间起完全中介作用，在母子依恋与社交焦虑之间起部分中介作用。

在调节机制方面，性别是最受关注的调节变量。**鄢雪琪(2021)**发现，性别调节了母子依恋对问题行为影响的直接路径，母子依恋对问题行为的负向预测作用在女生群体中更强。自我控制作为个体特质也起到调节作用。**陈武等人(2015)**发现，意志控制调节了亲子依恋通过越轨同伴交往影响问题性网络使用的间接效应。**Liu 等人(2019)**的研究也发现，自我控制调节了父母-青少年关系与冒险行为的关系。留守状态作为环境变量也表现出调节效应。**谢玲潇(2024)**的比较研究发现，在留守群体中，亲子依恋完全通过师生关系和同伴关系间接影响问题行为；在非留守群体中，父子依恋仍保留部分直接效应。

3.2. 亲子亲合影响心理健康的机制

研究者首先发现，亲子亲合往往通过影响青少年的某些内在特质，进而影响心理健康。大量研究证实，自尊、心理韧性、情绪调节自我效能感是最核心的三个中介变量。**吴晶等人(2025)**对 1221 名初中生的研究发现，自尊在亲子亲合与孤独感之间起显著中介作用。**牛祥宇(2020)**对留守初中生的研究则表明，情绪调节自我效能感在亲子亲合与主观幸福感之间发挥中介效应，中介效应占总效应的 46.9%。**管如玥(2024)**的研究发现，心理韧性在高中生亲子亲合与主观幸福感之间起部分中介作用，中介效应占比 48.33%。

随着研究的深入，学者们开始关注多个中介变量之间的内在逻辑关系，试图厘清它们是如何依次传递亲子亲合的影响的。**雒婷(2022)**对 1134 名中学生的研究发现，亲子亲合通过同伴关系影响心理资本，进而影响主观幸福感，形成了完整的链式中介路径。**张露露等人(2023)**对留守儿童的研究也发现，孤独感和网络成瘾在亲子亲合与社会适应之间起链式中介作用。

在调节效应方面，**王凯，廖素群(2022)**对 2088 名青少年的研究发现，性别在亲子亲合与积极应对方式之间起调节作用：相比男生，亲子亲合对女生积极应对方式的预测作用更强。**曾练平等人(2021)**则发现，积极情绪调节了亲子亲合对学校适应的直接影响。**朱淑湘等人(2015)**的研究还发现，情感共情在母亲亲合与心理弹性之间发挥调节作用。

3.3. 亲子冲突影响心理健康的机制

直接作用机制是亲子冲突影响青少年心理健康的基础路径。多项横断研究与纵向研究均证实，亲子冲突能够直接正向预测青少年的抑郁、焦虑、学业倦怠、手机依赖等心理健康问题(**雷月婷, 2022; 刘婷, 2024; 王宇杰, 2024**)。亲子冲突的直接预测作用具有跨时间的稳定性，**王宇杰(2024)**在控制性别、年级、前测抑郁症状后，不论母子冲突还是父子冲突仍能显著预测青少年一年后的抑郁程度。

在中介机制方面，自尊、生命意义感等变量发挥关键作用。**雷月婷(2022)**的研究发现，自尊在亲子冲突与手机依赖之间起中介作用。**彭维暄(2025)**的研究发现，生命意义感在亲子价值观冲突与青少年抑郁之间起中介作用。

在调节机制方面，已有研究发现的调节变量主要分为个体心理特质和社会支持两大类。自我关怀在

亲子冲突与青少年抑郁之间发挥调节作用：当青少年的自我关怀水平较高时，亲子冲突对抑郁症状的预测作用不显著；而当自我关怀水平较低时，亲子冲突能显著正向预测抑郁症状(王宇杰, 2024)。心理灵活性则在亲子冲突与初中生学业倦怠之间发挥即时调节作用(刘婷, 2024)。领悟社会支持在亲子价值观冲突与青少年抑郁之间发挥显著的调节作用(彭维暄, 2025)。

在有调节的中介机制方面, 雷月婷(2022)以中职生为研究对象, 构建了有调节的中介模型, 发现亲子冲突通过自尊影响手机依赖的中介过程会受到同伴关系的调节, 调节作用体现在中介过程的前半段。彭维暄(2025)构建了亲子价值观冲突对青少年抑郁的有调节的中介模型, 发现领悟社会支持会调节亲子价值观冲突对生命意义感的影响, 也会调节生命意义感对抑郁的影响。

4. 总结

本文系统梳理了亲子关系对青少年心理健康的影响及其作用机制, 主要发现如下:

在影响层面, 亲子关系对青少年心理健康具有多维度的保护作用。就三个核心维度而言: 安全亲子依恋既能显著降低抑郁、焦虑水平, 也能提升生活满意度与亲社会行为, 体现了双重保护功能; 高亲子亲合正向预测主观幸福感与学校适应, 对孤独感具有缓冲作用, 并能减少外化问题行为; 亲子冲突则会加剧抑郁、焦虑等内化问题, 增加手机依赖、网络欺凌等不良行为风险, 降低社会适应能力, 但适度冲突对自我同一性发展具有积极意义。此外, 父子与母子关系存在差异化影响: 母子关系对自我调节能力影响更突出, 父子关系对外化问题行为预测力更强。

在机制层面, 亲子关系通过直接效应、中介效应与调节效应影响青少年心理健康。直接效应方面, 亲子依恋、亲合与冲突对心理健康均具有独立预测作用, 且这一效应在控制相关变量后仍然显著。中介机制方面, 自尊、心理韧性、情绪调节自我效能感等个体内部因素发挥核心中介作用, 同伴关系、师生关系等外部社会因素形成链式中介路径, 共同传导亲子关系对心理健康的影响。调节机制方面, 性别、自我关怀、社会支持等因素调节亲子关系作用的强度与边界, 揭示了其发挥作用的条件性。三个维度在作用路径上各有侧重, 共同揭示了亲子关系影响心理健康的完整机制。

已有研究为我们理解亲子关系与青少年心理健康的关系奠定了重要基础, 但与此同时, 这个领域仍有一些值得进一步探讨的问题。其一, 研究设计以横断研究为主, 纵向追踪研究与实验干预研究相对匮乏, 多数研究仅揭示了亲子关系与青少年心理健康的相关性, 难以明确二者之间的因果关系与动态发展轨迹, 也无法验证亲子关系干预对青少年心理健康的实际改善效果。其二, 研究视角对消极心理健康指标的关注远多于积极指标, 现有研究多围绕抑郁、焦虑、问题行为等消极结果展开, 对主观幸福感、心理韧性、亲社会行为等积极心理健康指标的探讨较为零散, 未能构建亲子关系与青少年积极心理发展的完整研究体系。其三, 多水平交互整合研究不足, 现有研究多单独探讨亲子关系单一维度的作用, 对亲子依恋、亲合、冲突三者的交互作用, 以及亲子关系与家庭、学校、社会等多环境系统的协同作用探讨较少, 难以全面反映青少年心理健康发展的复杂情境。其四, 对特殊青少年群体的关注不足, 现有研究多以普通青少年为研究对象, 针对留守儿童、流动儿童、听障青少年等特殊群体的研究虽有涉及但较为零散, 对残疾、单亲、重组家庭等特殊背景青少年的探讨尤为缺乏, 未能揭示亲子关系对不同群体青少年心理健康影响的异质性。其五, 文化特异性研究有待加强, 现有研究多借鉴西方理论框架, 结合中国社会文化特点的本土化探索较少, 未充分考虑中国家庭的教养观念、亲子互动模式等文化特征对亲子关系与青少年心理健康关系的影响。

针对现有研究的不足, 结合青少年心理健康发展的现实需求, 未来关于亲子关系与青少年心理健康的研究可从方法、内容、应用、本土化四个方面深入推进。其一, 在研究方法上, 应大力开展纵向追踪研究, 通过长期追踪揭示亲子关系与青少年心理健康之间的因果关系和动态发展规律, 同时增加实验干预

研究, 验证亲子关系改善策略的有效性; 还可结合脑科学、生理心理学等前沿方法, 从生理与心理结合的角度探讨亲子关系影响青少年心理健康的神经机制, 丰富研究的学科视角。其二, 在研究内容上, 一方面需进一步探索潜在的中介与调节变量, 挖掘家庭教养方式、亲子沟通模式等中间变量的作用, 完善亲子关系影响青少年心理健康的作用网络; 另一方面需关注亲子关系的双向影响效应, 结合亲子关系的动态性特征, 探讨青少年自身心理与行为对亲子关系质量的反向作用, 构建双向互动的研究模型。其三, 在实践应用上, 应基于研究成果开发针对性的家庭干预项目, 根据父子关系、母子关系的差异化影响, 以及不同年龄段青少年的心理发展特点, 设计个性化的亲子关系辅导方案, 同时推动家校社协同干预, 将亲子关系培育融入中小学心理健康教育体系, 提升干预的实际效果。其四, 在本土化研究上, 应立足中国社会文化特点, 打破西方理论的框架限制, 结合中国家庭的集体主义价值观、代际互动特征等, 构建具有中国特色的亲子关系与青少年心理健康研究理论模型; 同时结合中国社会发展现状, 探讨城镇化、家庭教育观念变迁等社会因素对亲子关系与青少年心理健康关系的影响, 使研究更贴合中国的现实情境。

参考文献

- 安丽娜(2022). 亲子关系价值观冲突对青少年社会适应的影响. 硕士学位论文, 上海: 华东师范大学.
- 曾练平, 姚良莎, 陈思洁, 余爱, 兰文杰, 赵守盈(2021). 亲子亲合对青少年学校适应的影响: 一个有调节的中介模型. *西南大学学报(自然科学版)*, 43(6), 153-161.
- 陈武, 李董平, 鲍振宙, 闫昱文, 周宗奎(2015). 亲子依恋与青少年的问题性网络使用: 一个有调节的中介模型. *心理学报*, 47(5), 611-623.
- 陈晓旭, 赵文文, 赵京伟, 张玲玲, 徐夫真(2022). 亲子亲密度与儿童焦虑: 儿童心理一致感的中介作用. *中国临床心理学杂志*, 30(5), 1107-1111+1116.
- 陈莹(2021). 初中生亲子依恋与孤独感的关系: 自尊与人际信任的链式中介作用. 硕士学位论文, 开封: 河南大学.
- 管如玥(2024). 高中生亲子亲合对主观幸福感的影响: 心理弹性的中介效应及其干预. 硕士学位论文, 南宁: 广西民族大学.
- 韩磊, 许玉晴, 孙月, 曲影, 毛婉君, 郑莎莎(2019). 亲子冲突对青少年社交回避与苦恼的影响: 情绪管理和安全感的链式中介作用. *中国特殊教育*, (7), 40-46.
- 郝心怡(2020). 亲子关系、同伴关系与寄宿制高中生心理韧性的关系. 硕士学位论文, 兰州: 西北师范大学.
- 胡梦晴(2023). 初中生亲子依恋与亲社会行为的关系: 情绪调节与未来取向的中介作用. 硕士学位论文, 海口: 海南师范大学.
- 胡思远, 梁丽婵, 袁柯曼, 边玉芳(2019). 初中生亲子冲突、朋友冲突对孤独感的影响及其性别差异: 一项交叉滞后研究. *心理科学*, (3), 598-603.
- 胡义秋, 曾子豪, 彭丽仪, 王宏才, 刘双金, 杨琴, 方晓义(2023). 亲子关系和父母教育卷入对青少年抑郁、自伤和自杀意念的影响: 挫败感和人生意义感的作用. *心理学报*, 55(1), 129-141.
- 黄文韬, 王旭, 吕玮(2025). 亲子关系对青少年网络成瘾的影响: 心理素质的中介作用. *中小学心理健康教育*, (9), 13-18.
- 黄彦, 谢晓琳, 周晖(2016). 亲子依恋与儿童问题行为的相关: 师生关系的调节作用. *中国临床心理学杂志*, 24(6), 1074-1078.
- 琚晓燕, 刘宣文, 方晓义(2011). 青少年父母、同伴依恋与社会适应性的关系. *心理发展与教育*, 27(2), 174-180.
- 康恒源(2019). 高中生亲子依恋和社交焦虑的关系: 人际敏感性的中介作用. 硕士学位论文, 开封: 河南大学.
- 雷月婷(2022). 亲子冲突对中职生手机依赖的影响: 一个有调节的中介模型. 硕士学位论文, 太原: 山西大学.
- 黎亚军(2020). 亲子冲突对青少年网络欺负的影响: 链式中介效应及性别差异. *中国临床心理学杂志*, 28(3), 605-610+614.
- 李慧芳(2022). 留守初中生亲子依恋对孤独感的影响: 同伴关系和心理韧性的链式中介作用. 硕士学位论文, 济南: 济南大学.
- 李亚静(2023). 中小學生亲子亲合对外化问题行为的影响: 安全感的纵向中介作用. 硕士学位论文, 唐山: 华北理工大学.

- 凌辉, 黎任水, 张建人, 李光程, 皮丹丹(2019). 小学高年级学生亲子关系与学校适应: 自立行为的中介作用. *中国临床心理学杂志*, 27(1), 134-137.
- 刘金华, 吴茜, 秦陈荣(2020). 亲子亲合对农村留守儿童孤独感的影响研究. *人口与发展*, 26(2), 79-87.
- 刘婷(2024). 初中生感知亲子冲突与学业倦怠的关系: 学习压力和心理灵活性的作用. 硕士学位论文, 贵阳: 贵州师范大学.
- 刘子歌(2022). 父母关系与亲子关系质量对青少年抑郁的影响及教育建议. *中小学心理健康教育*, (33), 77-78.
- 雒婷(2022). 中学生亲子亲合与主观幸福感: 同伴关系和心理资本的链式中介作用. 硕士学位论文, 济南: 山东师范大学.
- 苗嘉鑫(2023). 基于双因素模型青少年心理健康的动态追踪: 人际因素的作用. 硕士学位论文, 天津: 天津师范大学.
- 牛祥宇(2020). 留守初中生亲子亲合、情绪调节自我效能感与主观幸福感的关系研究. 硕士学位论文, 哈尔滨: 哈尔滨师范大学.
- 潘彦谷, 张大均, 李知洋(2021). 亲子和同伴依恋对初中生心理素质发展的影响: 个人中心分析视角. *心理发展与教育*, 37(4), 558-567.
- 彭维晖(2025). 亲子价值观冲突对青少年抑郁的影响: 生命意义的中介作用及领悟社会支持的调节作用. 硕士学位论文, 南昌: 江西师范大学.
- 宋广文, 何文广(2011). 青少年亲子冲突研究的现状与展望. *南京师大学报(社会科学版)*, (4), 105-110.
- 王凯, 廖素群(2022). 亲子亲合对青少年积极应对方式的影响——心理韧性的中介作用和性别的调节作用. *韶关学院学报*, 43(8), 70-75.
- 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*, (5), 1196-1198.
- 王宇杰(2024). 亲子冲突与青少年抑郁的关系: 自我关怀的调节作用. 硕士学位论文, 上海: 华东师范大学.
- 王媛原, 郭菲, 陈祉妍(2022). 亲子冲突在父亲低头行为与儿童外化行为问题间的中介效应. *预防医学*, 34(10), 984-989.
- 吴晶, 管迎香, 高媛, 肖浅秀(2025). 初中生亲子亲合对孤独感的影响: 友谊质量和自尊的多重中介作用. *绍兴文理学院学报*, 45(6), 87-96.
- 吴晓婷(2025). 中学生问题性手机使用影响因素及机制探究. 硕士学位论文, 扬州: 扬州大学.
- 吴云龙, 毛小霞, 田录梅(2017). 亲子关系与青少年冒险行为的关系: 自控力的中介作用. *中国临床心理学杂志*, 25(2), 367-370.
- 向脉溪, 毕爱红, 李梅(2022). 中学生亲子关系与心理健康的关系: 一个有调节的中介效应. *兵团教育学院学报*, 32(4), 41-48+54.
- 肖雪, 刘丽莎, 徐良苑, 李燕芳(2017). 父母冲突、亲子关系与青少年抑郁的关系: 独生与非独生的调节作用. *心理发展与教育*, 33(4), 468-476.
- 肖遥(2020). 亲子依恋与青少年抑郁的关系: 师生依恋和个人抗逆力的链式中介作用. 硕士学位论文, 成都: 西南财经大学.
- 谢玲潇(2024). 留守/非留守中学生亲子依恋对问题行为的影响及干预研究. 硕士学位论文, 武汉: 中南民族大学.
- 熊仕雨(2024). 初中生亲子依恋、同伴关系和生活满意度之间的关系及干预研究. 硕士学位论文, 北京: 北京联合大学.
- 熊文(2025). 亲子关系对中学生内化问题的影响: 自悯和心理安全感的中介作用及干预. 硕士学位论文, 贵阳: 贵州师范大学.
- 鄢雪琪(2021). 亲子依恋对青少年问题行为的作用机制及教育对策研究. 硕士学位论文, 武汉: 中南民族大学.
- 杨晓冬, 李怡静, 魏然(2022). 亲子间的手机博弈: 家庭关系对青少年心理健康的影响研究. *全球传媒学刊*, 9(3), 35-57.
- 杨雪, 宋佳殷(2025). 家庭教养方式、亲子关系与青少年社会心理发展. *人口学刊*, 47(1), 78-93.
- 叶雪花, 章秋萍, 王建女, 王明星(2021). 青少年抑郁症患儿家庭成长环境影响因素的质性研究. *护理与康复*, 20(9), 4-9.
- 张娥, 瞿非(2012). 大学生父母关系感知及其与安全感和特质焦虑的关系. *中国临床心理学杂志*, 20(6), 854-857+860.
- 张帆(2022). 亲子冲突对初中生心理健康的影响及干预研究. 硕士学位论文, 合肥: 合肥师范学院.

- 张露露, 王伟州, 史素娟, 胡霜(2023). 亲子亲合对留守儿童社会适应的影响: 孤独感和网络成瘾的链式中介作用. *上海预防医学*, 35(1), 89-94.
- 张庆华, 张蕾, 李姗姗, 王智, 邵景进(2019). 亲子亲合对农村留守儿童孤独感与抑郁的影响: 一项追踪研究. *中国特殊教育*, (3), 69-75.
- 张晓, 陈会昌, 张桂芳, 周博芳, 吴巍(2008). 亲子关系与问题行为的动态相互作用模型: 对儿童早期的追踪研究. *心理学报*, 40(5), 571-582.
- 张兴旭, 郭海英, 林丹华(2019). 亲子、同伴、师生关系与青少年主观幸福感关系的研究. *心理发展与教育*, 35(4), 458-466.
- 张一波, 张卫, 朱键军, 喻承甫, 陈圆圆, 卢镇辉(2017). 社区暴力暴露与初中生外化问题行为的关系: 一个有调节的中介模型. *心理发展与教育*, 33(2), 228-239.
- 章雨萌(2024). *人际关系对青少年抗挫折能力影响及在挫折情景中的行为特点*. 硕士学位论文, 天津: 天津师范大学.
- 赵宝宝, 金灿灿, 邹泓(2018). 青少年亲子关系、消极社会适应和网络成瘾的关系: 一个有中介的调节作用. *心理发展与教育*, 34(3), 353-360.
- 赵景欣, 栾斐斐, 孙萍, 徐婷婷, 刘霞(2017a). 亲子亲合、逆境信念与农村留守儿童积极/消极情绪的关系. *心理发展与教育*, 33(4), 441-448.
- 赵景欣, 王秋金, 杨萍, 刘霞(2017b). 行为自主决策、亲子亲合与个体主观幸福感的关系: 留守与非留守青少年的比较. *心理发展与教育*, 33(3), 352-360.
- 赵素素(2020). *初中生亲子依恋和社交焦虑的关系: 自尊的中介作用*. 硕士学位论文, 延安: 延安大学.
- 周梦雪(2021). *留守儿童亲子依恋与非自杀性自伤行为的关系: 情绪调节自我效能感的中介作用*. 硕士学位论文, 湘潭: 湖南科技大学.
- 朱淑湘, 文少司, 陈杰, 唐宁, 洪淼(2015). 中小學生亲子亲合与心理弹性的关系: 共情的调节作用. *教育测量与评价*, (7), 45-49.
- Bae, S. M. (2016). The Influence of Emotional Difficulty, Parent-Child Relationship, Peer Relationships, Materially-Oriented and Appearance-Oriented Attitudes on Adolescent Problem Behavior. *School Psychology International*, 37, 485-497. <https://doi.org/10.1177/0143034316658802>
- Bowlby, J. (1982). Attachment and Loss: Retrospect and Prospect. *American Journal of Orthopsychiatry*, 52, 664-678. <https://doi.org/10.1111/j.1939-0025.1982.tb01456.x>
- Bradford, A. B., Burningham, K. L., Sandberg, J. G., & Johnson, L. N. (2017). The Association between the Parent-Child Relationship and Symptoms of Anxiety and Depression: The Roles of Attachment and Perceived Spouse Attachment Behaviors. *Journal of Marital and Family Therapy*, 43, 291-307. <https://doi.org/10.1111/jmft.12190>
- Brumariu, L. E., & Kerns, K. A. (2010). Parent-Child Attachment and Internalizing Symptoms in Childhood and Adolescence: A Review of Empirical Findings and Future Directions. *Development and Psychopathology*, 22, 177-203. <https://doi.org/10.1017/s0954579409990344>
- Chan, P. T., Doan, S. N., & Tompson, M. C. (2014). Stress Generation in a Developmental Context: The Role of Youth Depressive Symptoms, Maternal Depression, the Parent-child Relationship, and Family Stress. *Journal of Family Psychology*, 28, 32-41. <https://doi.org/10.1037/a0035277>
- Chen, W., Zhang, D., Liu, J., Pan, Y., & Sang, B. (2019). Parental Attachment and Depressive Symptoms in Chinese Adolescents: The Mediation Effect of Emotion Regulation. *Australian Journal of Psychology*, 71, 241-248. <https://doi.org/10.1111/ajpy.12239>
- Chung, G. H., Flook, L., & Fuligni, A. J. (2011). Reciprocal Associations between Family and Peer Conflict in Adolescents' Daily Lives. *Child Development*, 82, 1390-1396. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2011.01625.x>
- Crespo, C., Kieplkowski, M., Pryor, J., & Jose, P. E. (2011). Family Rituals in New Zealand Families: Links to Family Cohesion and Adolescents' Well-Being. *Journal of Family Psychology*, 25, 184-193. <https://doi.org/10.1037/a0023113>
- Grose, J. (2011). The Influence of Family Socialization Practices on the Consumption of Alcohol by Young People: A Systematic Review. *Journal of Family Studies*, 17, 107-122.
- He, G. H., Strodl, E., Chen, W. Q., Liu, F., Hayixibayi, A., & Hou, X. Y. (2019). Interpersonal Conflict, School Connectedness and Depressive Symptoms in Chinese Adolescents: Moderation Effect of Gender and Grade Level. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16, 2182-2190. <https://doi.org/10.3390/ijerph16122182>
- Jacobsen, S. L., McKinney, C. H., & Holck, U. (2014). Effects of a Dyadic Music Therapy Intervention on Parent-Child Interaction, Parent Stress, and Parent-Child Relationship in Families with Emotionally Neglected Children: A Randomized Controlled Trial. *Journal of Music Therapy*, 51, 310-332. <https://doi.org/10.1093/jmt/thu028>

- Little, S. A., Germeroth, C., & Garber, J. (2019). Father-Adolescent Conflict and Adolescent Symptoms: The Moderating Roles of Father Residential Status and Type. *Journal of Child and Family Studies*, 28, 3193-3206. <https://doi.org/10.1007/s10826-019-01495-5>
- Liu, L., Wang, N., & Tian, L. (2019). The Parent-Adolescent Relationship and Risk-Taking Behaviors among Chinese Adolescents: The Moderating Role of Self-Control. *Frontiers in Psychology*, 10, Article No. 542. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00542>
- Moilanen, K. L., & Rambo-Hernandez, K. E. (2017). Effects of Maternal Parenting and Mother-Child Relationship Quality on Short-Term Longitudinal Change in Self-Regulation in Early Adolescence. *The Journal of Early Adolescence*, 37, 618-641. <https://doi.org/10.1177/0272431615617293>
- Oldfield, J., Humphrey, N., & Hebron, J. (2016). The Role of Parental and Peer Attachment Relationships and School Connectedness in Predicting Adolescent Mental Health Outcomes. *Child and Adolescent Mental Health*, 21, 21-29. <https://doi.org/10.1111/camh.12108>
- Olson, D. H. (1999). Circumplex Model of Marital and Family Systems. *Journal of Family Therapy*, 21, 1-22.
- Overbeek, G., Stattin, H., Vermulst, A., Ha, T., & Engels, R. C. M. E. (2007). Parent-Child Relationships, Partner Relationships, and Emotional Adjustment: A Birth-to-Maturity Prospective Study. *Developmental Psychology*, 43, 429-437. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.43.2.429>
- Shao, J., Zhang, L., Ren, Y., Xiao, L., & Zhang, Q. (2018). Parent-Child Cohesion, Basic Psychological Needs Satisfaction, and Emotional Adaptation in Left-Behind Children in China: An Indirect Effects Model. *Frontiers in Psychology*, 9, Article No. 1023. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.01023>
- Spruit, A., Goos, L., Weenink, N., Rodenburg, R., Niemeyer, H., Stams, G. J. et al. (2020). The Relation between Attachment and Depression in Children and Adolescents: A Multilevel Meta-Analysis. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 23, 54-69. <https://doi.org/10.1007/s10567-019-00299-9>
- Steinberg, L. (2001). We Know Some Things: Parent-Adolescent Relationships in Retrospect and Prospect. *Journal of Research on Adolescence*, 11, 1-19. <https://doi.org/10.1111/1532-7795.00001>
- World Health Organization WHO (2018). *Mental Health: Strengthening Our Response*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>