

# 父母教养方式类别与中学生学业倦怠的关系： 自我关怀忧惧的中介作用

孟云乐

西南大学心理学部，重庆

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

## 摘要

为探讨父母教养方式的潜在类别与中学生学业倦怠的关系，并检验自我关怀忧惧在其中的作用，本研究采用简式父母教养方式量表、自我关怀忧惧量表和青少年学习倦怠量表对重庆市846名中学生进行调查。结果发现：(1) 存在三种父母教养方式的潜在类别——积极组(52.4%)、消极组(15.4%)和低温暖组(32.3%)；(2) 与积极组相比，消极组和低温暖组显著正向预测学业倦怠；(3) 以积极组作为参照，自我关怀忧惧在消极组和低温暖组与学业倦怠之间存在中介作用。

## 关键词

父母教养方式，潜在剖面分析，学业倦怠，自我关怀忧惧

# The Relationship between Parenting Style Profiles and Middle School Students' Academic Burnout: The Mediating Role of Fear of Self-Compassion

Yunle Meng

Faculty of Psychology, Southwest University, Chongqing

Received: March 4, 2026; accepted: April 3, 2026; published: April 20, 2026

## Abstract

To explore the relationship between parenting style profiles and academic burnout among middle school students, as well as the mediating role of fear of self-compassion, this study recruited 846

middle school students in Chongqing using the short-form Egna Minnen av Barndoms Uppfostran (s-EMBU), the Fear of Compassion for Self Scale, and the Adolescent Academic Burnout Scale. The results indicated that: (1) Three parenting styles profiles were identified: positive group (52.4%), negative group (15.4%), and low warmth group (32.3%); (2) Compared to the positive group, both the negative group and low warmth group showed higher academic burnout; (3) Fear of self-compassion mediated the relationship between parenting style profiles and academic burnout.

## Keywords

Parenting Style, Latent Profile Analysis, Academic Burnout, Fear of Self-Compassion

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

中学阶段是个体身心发展的关键时期，而由于学业负担的加重和较大的升学压力，中学生往往面对更大的学业压力，因而更容易经历学业倦怠。倦怠的概念最早被应用于工作领域，由 *Freudenberg (1974)* 提出，用于描述个体长期处于高工作压力环境中，进而在情绪、人际关系以及工作等方面出现一系列消极后果的现象。*Pines & Maslach (1980)* 将对倦怠的研究对象扩展至学生群体，提出了学业倦怠的概念，指学生由于长期的学业压力，出现消极情绪和人际问题，并且对学业持有消极态度的现象。国内学者也提出了学业倦怠的定义，*连榕等(2005)* 提出学业倦怠指的是由于学习压力或缺乏学业兴趣而对学习感到厌倦的消极态度和行为。学业倦怠会导致旷课、辍学等问题行为，对个体学业表现有不良影响，且往往伴随着情绪耗竭，这类负面的情绪体验对个体心理健康有较大威胁(*何安明等, 2022*)。因此，聚焦于中学生，探究中学生学业倦怠的影响机制，并寻求预防或缓解的方法，对于中学生的学习生活以及身心健康有重要意义。

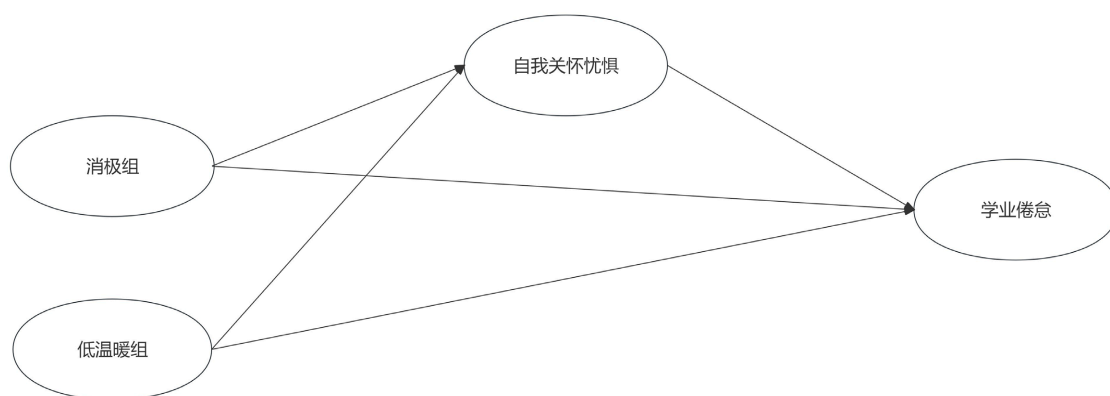
父母教养方式作为父母养育过程中表现出的教养态度、情感氛围和行为(*Darling & Steinberg, 1993*)，对中学生的成长和发展具有重大影响，被看作是学业倦怠的重要影响因素之一。生态系统理论认为，家庭属于教育环境的微系统(*Bronfenbrenner, 1979*)，而家庭系统对儿童青少年发展的影响主要是通过亲子间互动完成的。实证研究结果也表明，温暖的父母教养方式会使个体更积极地面对学业压力，其学业倦怠水平更低，而拒绝或过度保护等消极父母教养方式则与个体学业倦怠水平呈正相关(*罗云等, 2016; 王璐瑶, 2022*)。

然而，以往对于父母教养方式对学业倦怠的影响机制的研究较为缺乏。自我关怀忧惧被认为是个体对无效或虐待性童年环境的一种情绪记忆的经典反射(*Crimston et al., 2022; Gilbert, 2020*)，现有研究也表明，父母温暖显著负向预测自我关怀忧惧水平，而父母过度保护显著正向预测自我关怀忧惧水平(*王景云, 2021*)。同时，有研究指出，自我同情能够帮助个体缓冲负性生活事件带来的消极影响，而自我关怀忧惧水平较高的个体在痛苦时难以或不愿自我安抚(*Miron et al., 2016*)，根据资源保存理论(*Hobfoll, 1989; Hobfoll et al., 2018*)，这类个体无法有效调配资源以调整自身状态，因而可能更易感知到资源匮乏，进而产生学业倦怠。此外，自我关怀忧惧可能反映了一个人拒绝降低标准或接受失败，根据工作要求-资源模型(*Demerouti et al., 2001*)，这类个体感知到的工作需求更高，而当工作需求过高或缺乏工作资源时，个体更易感到倦怠。实证研究发现，父母教养方式能够预测个体的自我关怀忧惧水平，父母温暖显著负向预测

自我关怀忧惧水平，而父母过度保护显著正向预测自我关怀忧惧水平。同时，有研究指出，自我关怀忧惧水平高的个体更易产生倦怠。因此，本研究引入自我关怀忧惧，探讨父母教养方式对学业倦怠的影响，以及自我关怀忧惧在二者间的作用。

以往对父母教养方式的研究主要是以变量为中心，探究父母教养方式的各维度与其他变量的关系，忽略了个体间的异质性。父母在对子女进行教养时，往往并不局限于某一特定的教养方式，而是可能同时存在多种教养方式，不同的教养方式的水平和占据的比例不同。尽管使用以变量为中心的方法，能够寻找普遍规律，考察各个变量间的相互关系，然而该方法将每种养育方式分开，无法捕捉到不同的养育方式组合的作用，因此仅采用以变量为中心的方法是不够全面的。以个体为中心的方法更强调个体以及结果变量在个体间的联系，通过潜剖面分析，将样本群体分成几个有代表性的类别，能够更加具体且全面地了解各类别父母教养方式的特征和行为模式，以及父母教养方式不同类别对学业倦怠的影响差异，并为有针对性地改善中学生学业倦怠水平提供理论依据和实证支持。尽管以变量为中心和以个体为中心两种方法之间存在较大差异，但并非对立关系，二者互为补充，有助于解释同一问题的不同方面(尹奎等, 2020)。

因此，本研究将采用以个体为中心的研究方法，探讨父母教养方式与中学生学业倦怠的关系及其影响机制。结合以往研究，提出假设：(1) 父母教养方式存在多种潜在类别；(2) 不同父母教养方式类别上，中学生的学业倦怠得分有差异；(3) 自我关怀恐惧在父母教养方式类别和中学生学业倦怠中起到中介作用。假设模型见图 1。



**Figure 1.** A hypothesis model of the relationship among parenting style, fear of self-compassion, and academic burn-out

**图 1.** 父母教养方式、自我关怀忧惧和学业倦怠的关系假设模型

## 2. 方法

### 2.1. 被试

本研究被试为重庆市三所中学的学生。本研究共回收有效问卷 846 份。其中，男生 414 人(48.9%)，女生 429 人(50.7%)，3 人未填；七年级学生 288 人(34.0%)，九年级学生 558 人(66.0%)。平均年龄  $14.40 \pm 1.51$  岁。

### 2.2. 研究变量

#### 2.2.1. 简式父母教养方式量表(S-EMBU)

采用蒋奖等(2010)翻译并修订的简式父母教养方式量表，该量表分为父亲版和母亲版两部分，共 42

个题项。该量表有拒绝、情感温暖和过度保护共 3 个维度,拒绝维度包括 6 个题项,情感温暖维度包括 7 个题项,过度保护维度包含 8 个题项。采用里克特 4 点计分,从 1 (从不)到 4 (总是)进行评分,分量表分数越高代表父母更偏向于该教养方式。本研究中,父亲拒绝、情感温暖和过度保护维度的克隆巴赫 Alpha 系数分别为 0.846、0.880、0.737;母亲拒绝、情感温暖和过度保护维度的克隆巴赫 Alpha 系数分别为 0.831、0.872、0.723。

### 2.2.2. 自我关怀忧惧量表(FCS)

采用 Gilbert 等(2011)开发的自我关怀忧惧量表,该量表共 15 个题项。采用里克特 5 点计分,从 1 (完全不符合)到 5 (完全符合),总分越高表明自我关怀忧惧水平越高。本研究中,自我关怀忧惧的克隆巴赫 Alpha 系数为 0.940。

### 2.2.3. 青少年学习倦怠量表(ASBI)

采用吴艳等(2010)开发的青少年学习倦怠量表,共 16 个题项,采用里克特 5 点计分,从 1 (完全不符合)到 5 (完全符合),总分越高表明学业倦怠水平越高。本研究中,学业倦怠的克隆巴赫 Alpha 系数为 0.971。

## 2.3. 研究程序

在取得学校支持并获得学生及其监护人知情同意后,以班级为单位进行集体施测。施测时,每个班级配备 1~2 名经过统一培训的心理学专业硕士研究生作为主试,负责向被试讲解指导语,并对施测过程进行质量监控。被试完成全部问卷约需 40 分钟。施测结束后,问卷由主试统一回收整理。

## 2.4. 数据处理

使用 Mplus 7.11 进行潜在剖面分析,探究父母教养方式的潜在类别。抽取 2~5 个类别的拟合指数汇总,并对其进行模型比较。模型适配检验指标主要有:AIC、BIC、aBIC,Entropy 指数、LMRT 和 BLRT。AIC、BIC、aBIC 数值越小,表明模型拟合得越好(Marsh et al., 2009);Entropy 指数取值范围为 0~1,越接近 1 表明模型分类越准确,大于 0.8 时表明分类的准确率超过了 90% (Lubke & Muthén, 2007);LMRT 和 BLRT 的  $p$  值达到显著水平,表明  $n$  个类别的模型显著优于  $n-1$  个类别的模型(Lo et al., 2001)。使用 SPSS 25 进行共同方法偏差检验、描述性统计和方差分析,探索不同父母教养方式潜在类别与自我关怀忧惧的关系,采用 Process 4.0 进行中介效应检验。

## 3. 结果

### 3.1. 共同方法偏差检验

采用 Harman 单因素检验法对数据进行共同方法偏差检验。结果表明,其中第一个因子解释的变异量为  $26.022\% < 40\%$ ,说明本研究不存在显著的共同方法偏差,可以进行进一步的数据分析。

### 3.2. 描述性统计及相关分析

父母教养方式各个维度、自我关怀忧惧和学业倦怠的平均数、标准差和皮尔逊相关系数见表 1。从相关分析结果可见,父(母)亲拒绝、父(母)亲过度保护四个维度均和自我关怀忧惧及学业倦怠呈显著正相关,父(母)亲情感温暖和自我关怀忧惧及学业倦怠呈显著负相关。

### 3.3. 父母教养方式的潜在类别

为探索父母教养方式的潜在类别,根据被试在简式父母教养方式问卷中文修订版各维度上的均值建

立潜在剖面模型，模型拟合信息结果见表 2。

对 2~5 类别模型进行横向比较可以看出，信息评价指标 AIC、BIC 和 aBIC 随类别增加逐渐减小。所有类别模型的 Entropy 均大于 0.8，说明四个模型均有较高的分类精确程度。尽管 3~5 类别模型 LMRT 值均不显著，考虑到所有模型 BLRT 值均显著，表明随着类别增加，模型拟合程度更佳。此外，由于 4 类别和 5 类别模型均存在一个潜在类别占比小于 5%，其解释力度和实际应用意义受限，因此，综合各项考虑后，本研究选择 3 类别模型为最佳模型。

如图 2 所示，对父母教养方式的三个潜类别在父母拒绝、情感温暖和过度保护各维度上的得分进行标准化，发现各类别具有不同的应答特点，据此对其进行命名。第一类在父亲拒绝、母亲拒绝、父亲过度保护和母亲过度保护维度得分相对较高，在父亲情感温暖和母亲情感温暖维度得分较低，因此命名为“消极组”，占总体的 15.4%；第二类在父亲拒绝、母亲拒绝、父亲过度保护和母亲过度保护维度得分相对较低，在父亲情感温暖和母亲情感温暖维度得分较高，因此命名为“积极组”，占总体的 52.4%；第三类在父亲情感温暖和母亲情感温暖维度得分相对较低，其他维度得分平均，因此命名为“低温暖组”，占总体的 32.3%。

**Table 1.** Descriptive statistics of the variables (N = 846)

**表 1.** 各变量描述性统计(N = 846)

变量	1	2	3	4	5	6	7	8
1. 父亲拒绝	-							
2. 父亲情感温暖	-0.45***	-						
3. 父亲过度保护	0.64***	-0.26***	-					
4. 母亲拒绝	0.68***	-0.36***	0.50***	-				
5. 母亲情感温暖	-0.29***	0.80***	-0.21***	-0.44***	-			
6. 母亲过度保护	0.50***	-0.25***	0.77***	0.63***	-0.27***	-		
7. 自我关怀忧惧	0.40***	-0.28***	0.37***	0.38***	-0.25***	0.37***	-	
8. 学业倦怠	0.19***	-0.40***	0.20***	0.21***	-0.37***	0.21***	0.29***	-
均值	1.49	2.84	1.99	1.48	3.01	2.07	2.36	2.63
标准差	0.58	0.73	0.53	0.55	0.69	0.54	0.87	0.86

注：\* $p < 0.05$ ，\*\* $p < 0.01$ ，\*\*\* $p < 0.001$ ，下同。

**Table 2.** Model fit information for LPA

**表 2.** 潜剖面模型拟合信息结果

模型	似然比	自由度	AIC	BIC	aBIC	Entropy	LMR( $p$ )	BLRT( $p$ )	最小类别人数占比
2	-3843.83	19	7725.66	7815.73	7755.39	0.889	<0.001	<0.001	0.28
<b>3</b>	<b>-3574.30</b>	<b>26</b>	<b>7200.61</b>	<b>7323.86</b>	<b>7241.29</b>	<b>0.861</b>	<b>0.057</b>	<b>&lt;0.001</b>	<b>0.15</b>
4	-3409.50	33	6885.00	7041.44	6936.64	0.875	0.057	<0.001	0.04
5	-3296.28	40	6672.56	6862.18	6735.15	0.852	0.318	<0.001	0.04

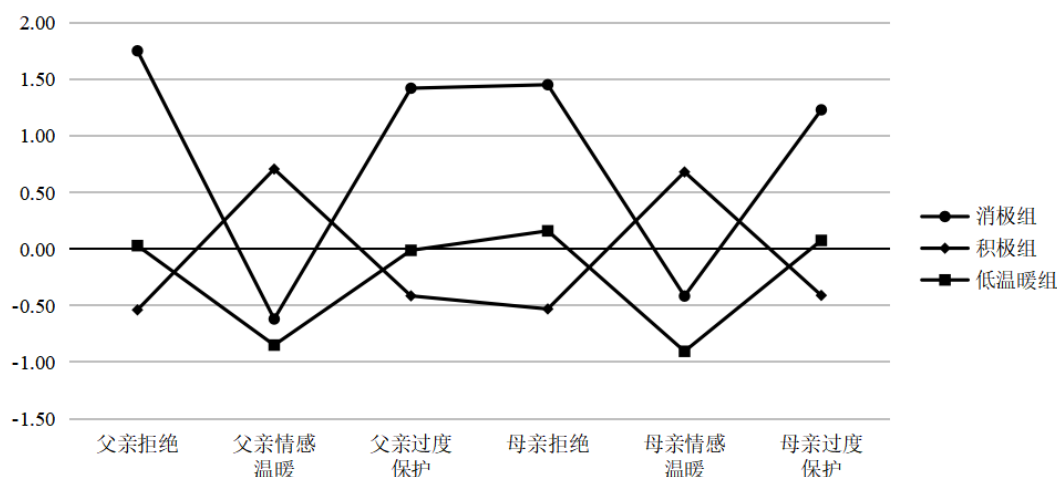


Figure 2. Estimated means for the three-profile model  
图 2. 三类别模型的估计均值

### 3.4. 不同父母教养方式潜在类别与自我关怀忧惧和学业倦怠的关系

在得到以上父母教养方式 3 个亚类别的基础上, 采用单因素方差分析探究不同类别父母教养方式在中学生自我关怀忧惧及学业倦怠方面的特征和差异, 以验证潜剖面分析结果的有效性。方差分析结果如表 3 所示, 父母教养方式潜在类别不同的中学生个体, 其自我关怀忧惧 $[F(2, 843) = 67.52, p < 0.001]$ 和学业倦怠 $[F(2, 843) = 40.77, p < 0.001]$ 得分均存在显著差异。事后检验结果表明, 积极组个体的自我关怀忧惧水平显著低于低温暖组和消极组的个体, 低温暖组个体的自我关怀忧惧水平显著低于消极组的个体; 且积极组个体的学业倦怠水平显著低于消极组和低温暖组, 低温暖组和消极组个体的学业倦怠水平无显著差异。

Table 3. Comparison of differences in fear of self-compassion and academic burnout across the three profiles  
表 3. 各亚类别在自我关怀恐惧和学业倦怠水平上的差异比较

	父母教养方式亚类别			F	事后检验
	消极组 M (SD)	积极组 M (SD)	低温暖组 M (SD)		
自我关怀忧惧	2.98 (1.00)	2.09 (0.76)	2.51 (0.79)	67.52***	1 > 3 > 2
学业倦怠	2.87 (0.86)	2.92 (0.73)	2.63 (0.86)	40.77***	1 > 2, 3 > 2

注: 1 为“消极组”, 2 为“积极组”, 3 为“低温暖组”。

### 3.5. 父母教养方式潜在类别对中学生学业倦怠的影响: 自我关怀忧惧的中介作用

根据方杰等(2017), 将父母教养方式潜类别虚拟编码( $D_1$ : 0 = 积极组, 1 = 消极组;  $D_2$ : 0 = 积极组, 1 = 低温暖组), 以自我关怀忧惧为中介变量, 学业倦怠为因变量建立简单中介模型。结果显示, 整体总效应检验的  $F(2, 843) = 40.77, p < 0.001$ , 表明 3 个相对总效应不全为 0。整体直接效应检验的  $F(2, 842) = 23.37, p < 0.001$ , 表明 3 个相对直接效应不全为 0。因此有必要做进一步的相对中介分析。

相对中介分析结果见表 4, 以积极组为参照, 消极组的相对总效应显著( $c_1 = 0.50, p < 0.001$ ); 相对中介的 95%Bootstrap 置信区间为 $[0.12, 0.29]$ , 不包括 0, 表明相对中介效应显著( $a_1 = 0.90, b = 0.22, a_1b = 0.20$ ), 即消极组的个体的自我关怀忧惧水平比积极组高 0.90 ( $a_1 = 0.90$ ), 消极组个体的学业倦怠水平也相

应增加( $b = 0.22, p < 0.001$ ); 相对直接效应显著( $c'_1 = 0.30, p < 0.001$ ), 表明排除中介作用后, 消极组个体的学业倦怠水平比积极组个体高 0.30, 相对中介效应的效应占比 40.00%。同理, 低温暖组的相对总效应显著( $c_2 = 0.51, p < 0.001$ ); 相对中介的 95%Bootstrap 置信区间为[0.05, 0.14], 不包括 0, 表明相对中介效应显著( $a_2 = 0.42, b = 0.22, a_2b = 0.09$ ), 即低温暖组的个体的自我关怀忧惧水平比积极组高 0.42 ( $a_2 = 0.42$ ), 低温暖组个体的学业倦怠水平也相应增加( $b = 0.22, p < 0.001$ ); 相对直接效应显著( $c'_2 = 0.42, p < 0.001$ ), 表明排除中介作用后, 消极组个体的学业倦怠水平比积极组个体高 0.42, 相对中介效应的效应占比 17.65%。

**Table 4.** The mediation effect of fear of self-compassion between parenting style profiles and academic burnout  
**表 4.** 学业倦怠的简单中介模型检验结果

类别	效应类型	$\beta$	$SE$	$p$	LLCI	ULCI	效应占比
消极组	相对总效应	0.50	0.08	<0.001	0.34	0.66	-
	相对中介效应	0.20	0.04	<0.001	0.12	0.29	40.00%
	相对直接效应	0.30	0.09	<0.001	0.13	0.47	-
低温暖组	相对总效应	0.51	0.06	<0.001	0.39	0.63	-
	相对中介效应	0.09	0.02	<0.001	0.05	0.14	17.65%
	相对直接效应	0.42	0.06	<0.001	0.29	0.54	-

注: 积极组为参照组, 性别和年级为控制变量。

## 4. 讨论

### 4.1. 父母教养方式的三种潜在类别及其特点

本研究将父母教养方式分为三种潜在类别, 根据在父母教养方式各维度上的特征差异, 将其命名为积极组和低温暖组和消极组。积极组和消极组的特点和占比与以往研究相似(吴鹏等, 2016; 刘思含等, 2023), 同时, 本研究发现了低温暖这一过往研究未出现的类别, 对已有研究进行了补充。

其中, 积极组在父母情感温暖上得分最高, 在拒绝和过度保护维度上得分最低, 该类别占比 52.4%, 表明超过一半的父母能够给予孩子足够温暖和关爱, 且较少施加惩罚和控制; 低温暖组在父母情感温暖上得分最低, 在拒绝和过度保护维度上得分处于中等水平, 该类别占比 32.3%, 这类个体的父母很少给予孩子情感回应或支持的同时, 也会对孩子施加惩罚或控制; 消极组在父母情感温暖上得分较低, 在拒绝和过度保护维度上得分最高, 该类别人数最少, 占比 15.4%, 这类个体的父母较少给予情感支持, 且经常采用惩罚、批评、过分干涉等方式对待孩子。这可能是由于随着个体进入青少年期, 自主和独立的意识开始发展, 父母为适应其成长变化而更多地采取积极的教养方式, 更多地给予关爱和支持, 减少惩罚或过度保护, 故积极组的人数最多, 而消极组和低温暖组的人数较少。而产生低温暖组这类父母的原因, 可能是父母不仅需要养育孩子, 还需要花费时间和精力在工作事业上, 而情感温暖作为一种“慢性”“持续”的教养方式, 需要父母花费更多的时间或耐心, 因此部分父母无法提供足够的关爱和支持(吴鹏等, 2016)。

此外, 在上述三个类别中, 父亲和母亲的教养方式保持一致, 这可能是由于在家庭系统中, 父母之间的行为方式会互相影响, 并逐渐趋于一致。

本研究采用个体为中心的方法, 发现了父母教养方式的三种潜在类别, 且与过往传统教养类别存在不同, 积极组具有较高的情感温暖, 同时很少拒绝、惩罚或过度保护, 消极组则相反, 提供较少的关爱

和温暖,更多采用惩罚、限制和过分关心的方式进行教育,而低温组作为一种新的教养类别,父母很少提供情感支持、关爱,同时也会施以惩罚或过分担忧。通过丰富和补充了教养方式领域的研究,能够更全面客观地了解国内父母教养方式特点及其影响。

#### 4.2. 不同类别的父母教养方式在中学生学业倦怠表现上的特点

研究发现,不同类别父母教养方式在中学生学业倦怠水平上存在显著差异。与积极组相比,消极组和低温组正向预测中学生学业倦怠水平,与过往研究结果类似(罗云等, 2016),但消极组和低温组的个体学业倦怠水平差异不显著,说明消极组和低温组的教养方式类型可能都是非适应性的,因此均为学业倦怠的风险因素。父母作为中学生成长过程中的重要他人,根据生态系统理论,其对青少年的发展有重要影响,而学业倦怠作为一种负面情绪体验,也必然受到父母教养方式的影响。消极组的父母更多使用拒绝、过度保护的教养方式,这可能会使个体体验到更多的打击和挫败、削弱个体的自主感,导致其产生对父母的抵抗或无助感,进而对学业保持消极态度。而低温组的父母很少通过温暖、友爱教养孩子,这类个体缺乏情感支持,在面对高压时难以获得安全基地的缓冲,使个体感受到更多压力和无助,因而在学业上更容易产生消极倦怠情绪。即使两组作用的心理机制可能存在差异,由于均导致了个体心理资源的匮乏,因此在学业倦怠水平上呈现出相似的得分。该结果提示我们,为有效缓解学业倦怠,需要针对不同的家庭教养类别进行差异化指导,例如针对消极组,应引导家长识别过度干涉和有效支持,过度惩罚和有效引导;而针对低温组,可以引导家长增加关心、陪伴的次数和质量,为孩子提供更多的关爱和支持。

#### 4.3. 自我关怀忧惧的中介效应

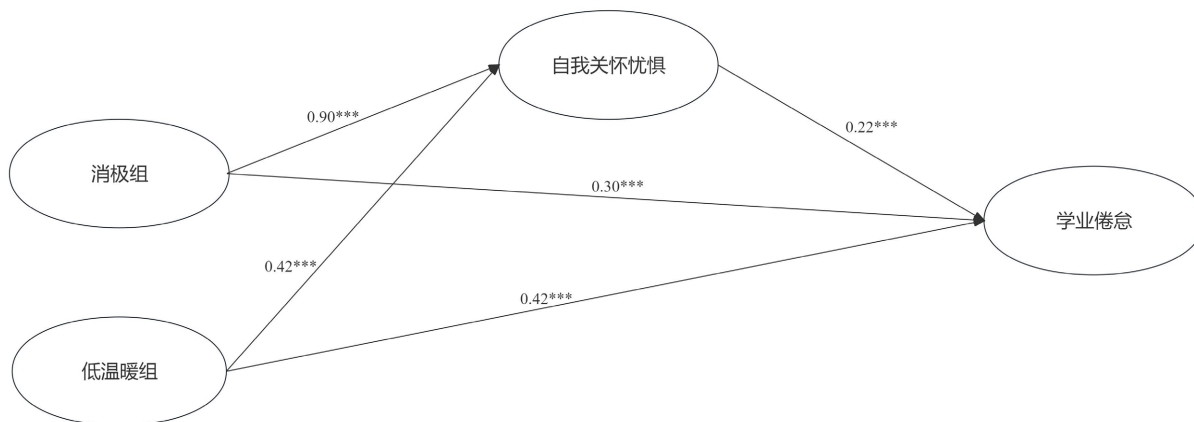


Figure 3. Mediation model based on LPA

图 3. 父母教养方式类别对中学生学业倦怠的中介模型

如图 3 所示,研究发现,消极组和低温组与中学生学业倦怠水平存在直接关联,且能通过影响个体自我关怀忧惧水平,间接作用于学业倦怠,这一结果与本研究理论假设一致。这可能是因为,在低情感温暖或消极父母教养方式下,个体缺乏在痛苦时得到安慰的记忆,更多的是关于寻求亲近、善意和关怀的令其厌恶的记忆,因而在痛苦时难以或不愿自我安抚,而根据资源保存理论,这类个体无法有效调配心理资源,继而更容易产生资源匮乏感,继而产生学业倦怠等不良学业表现。过往研究也表明,自我关怀忧惧与个体学业困境(Volk, 2018)、学业拖延(Mansouri et al., 2022)等学业表现有关。而根据结果,消极组的中介效应量为 40.00%,而低温组的中介效应量为 17.65%,二者存在较大差异。这可能是因为,

消极组长期遭受父母拒绝、惩罚和过度保护,即关于寻求关怀的记忆更为负面,因此在遭遇高学业压力时,消极组更加恐惧且难以善待自我。而尽管低温暖组缺乏有效情感支持,其关于寻求亲近的负面记忆也较少,因此导致这类个体学业倦怠的原因更多来自于缺乏外部有效支持,而更少由自我关怀忧惧解释。为缓解学生学业倦怠,未来可考虑将关怀聚焦疗法纳入常规心理健康课程。关怀聚焦疗法是专为有自我批评、羞耻或创伤等问题的个体开发的一种心理治疗方法。具体而言,未来可以通过调整个体的呼吸和姿势、正念、富有关怀的想象、回忆及扮演等方式,帮助个体体验和培养关怀(McEwen & Gilbert, 2016)。

## 5. 结论

本研究以潜剖面分析探索了中学生父母教养方式,及其对学业倦怠的影响机制,得到以下结论:(1)存在三种父母教养方式的潜在类别——积极组、消极组和低温暖组;(2)与积极组相比,消极组和低温暖组显著正向预测学业倦怠;(3)以积极组作为参照,自我关怀忧惧在消极组和低温暖组与学业倦怠之间存在中介作用。

## 参考文献

- 方杰,温忠麟,张敏强(2017). 类别变量的中介效应分析. *心理科学*, (2), 471-477.
- 何安明,陈怡筱,惠秋平(2022). 孰因孰果:青少年心理症状与学业倦怠的共存. *中国临床心理学杂志*, 30(3), 609-613.
- 蒋奖,鲁峥嵘,蒋苾菁,许燕(2010). 简式父母教养方式问卷中文版的初步修订. *心理发展与教育*, 26(1), 94-99.
- 连榕,杨丽娟,吴兰花(2005). 大学生的专业承诺、学习倦怠的关系与量表编制. *心理学报*, 37(5), 632-636
- 刘思含,伍新春,王歆逸(2023). 父母教养方式的潜在类别及其与青少年学习投入和焦虑症状的关系. *心理发展与教育*, (5), 673-682.
- 罗云,陈爱红,王振宏(2016). 父母教养方式与中学生学业倦怠的关系:自我概念的中介作用. *心理发展与教育*, 32(1), 65-72.
- 王景云(2021). *父母教养方式、自我接纳和慈悲恐惧的关系:一项追踪研究*. 硕士学位论文,福州:福建师范大学.
- 王璐瑶(2022). *父母教养方式与中学生学业倦怠的关系*. 硕士学位论文,重庆:西南大学.
- 吴鹏,马桑妮,方紫琼,徐碧波,刘华山(2016). 父母教养方式的潜在类别:潜在剖面分析. *心理与行为研究*, 14(4), 523-530.
- 吴艳,戴晓阳,温忠麟,崔汉卿(2010). 青少年学习倦怠量表的编制. *中国临床心理学杂志*, 18(2), 152-154.
- 尹奎,彭坚,张君(2020). 潜在剖面分析在组织行为领域中的应用. *心理科学进展*, 28(7), 1056-1070.
- Bronfenbrenner, U. (1979). *The Ecology of Human Development: Experiments by Nature and Design*. Harvard University Press.
- Crimston, C. R., Blessing, S., Gilbert, P., & Kirby, J. N. (2022). Fear Leads to Suffering: Fears of Compassion Predict Restriction of the Moral Boundary. *British Journal of Social Psychology*, 61, 345-365. <https://doi.org/10.1111/bjso.12483>
- Darling, N., & Steinberg, L. (1993). Parenting Style as Context: An Integrative Model. *Psychological Bulletin*, 113, 487-496. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.113.3.487>
- Demerouti, E., Bakker, A. B., Nachreiner, F., & Schaufeli, W. B. (2001). The Job Demands-Resources Model of Burnout. *Journal of Applied Psychology*, 86, 499-512. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.86.3.499>
- Freudenberger, H. J. (1974). Staff Burn-Out. *Journal of Social Issues*, 30, 159-165. <https://doi.org/10.1111/j.1540-4560.1974.tb00706.x>
- Gilbert, P., McEwan, K., Matos, M., & Rivis, A. (2011). Fears of Compassion: Development of Three Self-Report Measures. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 84, 239-255. <https://doi.org/10.1348/147608310x526511>
- Gilbert, P. (2020). Compassion: From Its Evolution to a Psychotherapy. *Frontiers in Psychology*, 11, Article 586161. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.586161>
- Hobfoll, S. E. (1989). Conservation of Resources: A New Attempt at Conceptualizing Stress. *American Psychologist*, 44, 513-524. <https://doi.org/10.1037/0003-066x.44.3.513>
- Hobfoll, S. E., Halbesleben, J., Neveu, J., & Westman, M. (2018). Conservation of Resources in the Organizational Context: The Reality of Resources and Their Consequences. *Annual Review of Organizational Psychology and Organizational*

- 
- Behavior*, 5, 103-128. <https://doi.org/10.1146/annurev-orgpsych-032117-104640>
- Lo, Y., Mendell, N., & Rubin, D. B. (2001). Testing the Number of Components in a Normal Mixture. *Biometrika*, 88, 767-778.
- Lubke, G., & Muthén, B. O. (2007). Performance of Factor Mixture Models as a Function of Model Size, Covariate Effects, and Class-Specific Parameters. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*, 14, 26-47. <https://doi.org/10.1080/10705510709336735>
- Mansouri, K., Ashouri, A., Gharraee, B., & Farahani, H. (2022). The Mediating Role of Fear of Failure, Self-Compassion and Intolerance of Uncertainty in the Relationship between Academic Procrastination and Perfectionism. *Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology*, 28, 34-47. <https://doi.org/10.32598/ijpcp.28.1.3706.1>
- Marsh, H. W., Lüdtke, O., Trautwein, U., & Morin, A. J. S. (2009). Classical Latent Profile Analysis of Academic Self-Concept Dimensions: Synergy of Person- and Variable-Centered Approaches to Theoretical Models of Self-Concept. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*, 16, 191-225. <https://doi.org/10.1080/10705510902751010>
- Miron, L. R., Seligowski, A. V., Boykin, D. M., & Orcutt, H. K. (2016). The Potential Indirect Effect of Childhood Abuse on Posttrauma Pathology through Self-Compassion and Fear of Self-Compassion. *Mindfulness*, 7, 596-605. <https://doi.org/10.1007/s12671-016-0493-0>
- Pines, A., & Maslach, C. (1980). Combatting Staff Burn-Out in a Day Care Center: A Case Study. *Child Care Quarterly*, 9, 5-16. <https://doi.org/10.1007/bf01555032>
- Volk, K. (2018). *Fear of Compassion: Links to Interpersonal and Intrapsychic Behavior, Personality Variables, and Mental Health Outcomes*. Ph.D. Thesis, Indiana University of Pennsylvania. <https://www.proquest.com/dissertations-theses/fearcompassion-%20links-interpersonal-intrapsychic/docview/2090029109/se-2>