

初中生父母心理控制与消极完美主义的关系

赵瑞松, 焦晓梅

新疆师范大学政法学院, 新疆 乌鲁木齐

收稿日期: 2026年6月30日; 录用日期: 2026年8月5日; 发布日期: 2026年8月18日

摘 要

采用问卷调查法, 随机抽取327名初中生作为被试, 探讨初中生父母心理控制与消极完美主义的关系。结果表明: (1) 初中生父母心理控制总体处于中等偏上水平。(2) 初中生的消极完美主义总体处于中等偏上水平。(3) 初中生父母心理控制与消极完美主义呈显著正相关关系。(4) 初中生父母心理控制可以显著正向预测消极完美主义。青春期是个体自我同一性发展的重要时期, 相较于儿童而言, 青少年对自主需求更为强烈, 刘佳芸在一项为期三年的追踪研究中发现, 青少年进入初中阶段, 父母心理控制随时间变化呈非线性上升趋势, 而当青少年进入初中阶段后面临着更大的自主性需求, 更容易在与父母的相处中发生冲突。

关键词

父母心理控制, 消极完美主义, 初中生

The Relationship between Parental Psychological Control and Negative Perfectionism among Middle School Students

Ruisong Zhao, Xiaomei Jiao

School of Political Science and Law, Xinjiang Normal University, Urumqi Xinjiang

Received: June 30, 2026; accepted: August 5, 2026; published: August 18, 2026

Abstract

This study adopted a questionnaire survey method and randomly selected 327 middle school students as participants to explore the relationship between parental psychological control and

negative perfectionism among middle school students. The results indicated that: (1) The overall level of parental psychological control perceived by middle school students was moderately above average. (2) The overall level of negative perfectionism among middle school students was moderately above average. (3) Parental psychological control was significantly positively correlated with negative perfectionism among middle school students. (4) Parental psychological control significantly positively predicted negative perfectionism among middle school students. Adolescence is a critical period for the development of individual self-identity. Compared with children, adolescents have a stronger need for autonomy. In a three-year longitudinal study, Liu Jiayun found that as adolescents entered high school, parental psychological control showed a nonlinear upward trend over time. Furthermore, when adolescents enter high school, they face greater autonomy needs, which makes them more prone to conflicts in their interactions with parents.

Keywords

Parental Psychological Control, Negative Perfectionism, Middle School Student

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

青春期是人格特质固化的关键期, 父母教养方式对青少年认知模式具有深远影响。在诸多教养策略中, 父母心理控制——通过引发内疚、撤回关爱和压制自主性侵入子女心理世界——因其对自我认同发展的干扰而备受关注。消极完美主义作为一种以过度担忧错误、持续自我怀疑和僵化评价为特征的人格倾向, 已被证实为青少年心理适应的重要风险因素。尽管理论上心理控制所传递的“有条件接纳”信息可能催生对“不完美”的灾难化认知, 但现有证据多来自西方样本或大学生群体, 针对中国文化背景下初中生群体的系统考察尚显不足。

更为关键的是, 心理控制包含引发内疚、压制观点表达、约束言语行为等多个子维度, 消极完美主义亦涵盖担忧错误、行动迟疑、父母期望等不同侧面, 二者之间的精细化对应关系缺乏实证描绘。同时, 初中生正处于自我评价从外部依赖向内部整合过渡的时期, 自我批评可能在心理控制与消极完美主义之间扮演关键的中介角色, 然这一机制在本年龄段尚未得到充分检验。基于上述缺口, 本研究旨在系统考察父母心理控制各维度与初中生消极完美主义各维度的关联模式, 并初步探索自我批评的中介作用, 为后续纵向与干预研究提供基础性假设与方向指引。

1.1. 父母心理控制

父母心理控制的概念界定

国外学者 Barber 认为: 父母干涉孩子的独立意识, 通过诸如诱发内疚与撤回关爱等多种方式对孩子的心理进行操控。父母借助一系列不易被直接察觉的策略手段(例如引发儿童内心愧疚情绪、收回对子女的关爱关怀、向子女灌输焦虑心理等), 对儿童的情感感受、认知方式以及亲子间的情感纽带进行操控, 以此迫使儿童顺从于父母的期望。此定义着重突出了父母心理控制在具体形式与显著特征方面的内容, 较为完整且全面地阐释了父母心理控制的内在含义。

巴伯等的研究表明, 父母心理控制具体体现为以下几种典型行为模式: (1) 言语约束行为, 即通过将交流内容限定于父母偏好的话题范畴内, 对子女的语言输出实施限制性干预, 表现为刻意转移话题焦点

或压制其表达意愿,并伴随对子女诉求的忽视性态度;(2) 认知否定机制,即通过系统性地否定子女的观点表达与情感反馈,使其认知成果丧失有效性,形成观点被抹杀的沟通困境;(3) 人格贬损策略,即针对子女在家庭系统中的身份地位及价值维度展开攻击性行为,具体表现为父母反复援引子女过往失误或失态事件作为评价依据,构建持续性否定性评价框架。

1.2. 消极完美主义

消极完美主义的概念界定

完美主义可界定为个体在自我要求层面所展现出的特定人格特质,具体表现为为自己设定极具挑战性的理想目标,并持续追求目标达成的极致状态。随着研究的深入,研究者们发现完美主义性格有积极维度和消极维度的分别,且消极维度与众多心理疾病存在密切关系。

2. 问题提出

初中生父母在减少心理控制的同时,需有针对性干预青少年的消极完美主义倾向,二者协同推进才能更有效促进心理健康。父母可通过自我暴露策略降低孩子的完美焦虑。或故意在家庭活动中展现“不完美”行为。这种示范能让孩子意识到:犯错是普遍且可修正的,而非个人缺陷的证明。同时,当孩子因未达目标自责时,做好引导,帮助建立自我觉察。降低心理控制与缓解消极完美主义本质上是将亲子关系从“控制-服从”转向“支持-成长”。父母需通过持续的行为示范、认知重构和环境营造,帮助青少年建立“努力而非完美”的生命叙事,使其在接纳自我局限性的同时保持向上的动力。

父母心理控制与消极完美主义的关联已在理论上得到较多论述,但现有实证研究仍存在若干重要空白。其一,研究对象的发展阶段错位。巴伯(2020)的理论框架虽指出心理控制对青少年自我认同的干扰效应,但现有实证多聚焦于大学生群体(黄滢, 2024; 苏爱娥, 张锦坤, 2019),而大学生对心理控制的回忆性报告可能受到时间距离的扭曲。初中生正处于心理控制影响的“当下进行时”,且刘佳芸(2023)的追踪研究证实初中阶段父母心理控制呈非线性上升趋势,然而针对该敏感期的系统考察仍付之阙如。其二,变量间精细对应关系的实证描绘缺失。父母心理控制包含引发内疚、爱的撤回、权威专断三个子维度,消极完美主义亦涵盖担忧错误、行动迟疑、父母期望等多个侧面,但既有研究多采用总分分析(张雯雯, 2024; 陈梦楠, 2022),可能掩盖各子维度之间的差异化关联路径。其三,内在认知机制在初中生群体中缺乏直接检验。基于上述空白,本研究提出三个科学问题:(1) 初中生父母心理控制与消极完美主义及其各维度处于何种水平?(2) 二者各子维度之间存在怎样的差异化关联模式?(3) 父母心理控制能否显著正向预测消极完美主义?据此提出相应假设。本研究立足横断面设计,旨在系统描绘变量间的共变关系,为后续机制与干预研究提供基础性依据。

3. 研究方法

3.1. 研究对象

对被试进行描述统计,结果发现:有效被试中,男生 157 人,女生 170 人;年级分布较为均匀,70% 的被试是独生子女,63.9% 的被试来自农村,72.8% 的被试为非干部,74.6% 的被试曾经受到过奖励。

3.2. 研究工具

3.2.1. 父母心理控制问卷

本研究采用基于 Wang 等学者所编制的父母心理控制维度测量工具——《父母心理控制问卷》。该问卷共包含 18 个测量条目,涵盖引发内疚感、情感撤回及权威专断三个核心维度,具体条目分布为:引

发内疚感维度(第 1 至 10 项)、情感撤回维度(第 11 至 15 项)、权威专断维度(第 16 至 18 项)。量表采用五级评分制, 得分越高表明父母心理控制程度越强。在本次研究中, 该量表的信效度指标表现良好, 其中引发内疚感、情感撤回及权威专断三个维度的内部一致性系数(α 系数)分别为 0.88、0.79 和 0.66。

3.2.2. 消极完美主义量表

本研究运用晁非(2007)修订的消极完美主义评估量表, 该量表包含 38 个测量条目, 划分为犹豫不决、惧怕失败、过度审慎与细致、过度规划与掌控、极高目标与标准等五个核心维度。本研究采用 Likert 五级计分框架开展量化评估, 总分值与消极完美主义特质呈显著正相关。实证分析显示, 该测量工具的内部一致性信度(Cronbach's α 系数)高达 0.97, 其结构效度检验结果亦呈现优良指标特征。

3.3. 施测程序

本研究选取初中生作为调查对象, 于两座中等规模城市的城区及乡镇中学开展问卷调查。调查内容涵盖三部分: 其一为受试者基本信息采集; 其二为父母心理控制量表作答; 其三为消极完美主义问卷填写。为确保数据有效性, 在问卷发放前特别强调需仔细阅读指导语, 并统一利用自习时段集中发放问卷, 待填写完成后即刻回收。本次调查旨在探究初中阶段学生父母心理控制行为与消极完美主义倾向之间的关联性, 调查结果仅用于学术研究之目的。请你仔细阅读每个问题, 依据自己的实际情况真实回答, 答案没有正误之说, 只用于实验研究, 您的个人隐私将会被严格保守! 感谢您的参与。

4. 结果与分析

4.1. 父母心理控制与消极完美主义的现状

Table 1. Comparison of differences in parental psychological control, its sub-dimensions, and negative perfectionism among middle school students across grades (N = 327)

表 1. 不同年级在初中生父母心理控制及其各分维度和消极完美主义的差异比较(N = 327)

		<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>F</i>	<i>P</i>
引发内疚	初一	3.64	0.81	2.41	0.09
	初二	3.40	0.87		
	初三	3.43	0.90		
爱的撤回	初一	3.55	0.88	0.58	0.56
	初二	3.42	0.96		
	初三	3.52	0.93		
权利专断	初一	3.55	0.86	0.50	0.61
	初二	3.42	1.08		
	初三	3.49	0.88		
父母心理控制	初一	3.60	0.78	1.42	0.24
	初二	3.41	0.88		
	初三	3.46	0.85		
消极完美主义	初一	3.61	0.77	0.92	0.40
	初二	3.49	0.87		
	初三	3.47	0.86		

为了了解年级在父母心理控制总分和各个维度以及消极完美主义上的差异,对数据进行了单因素方差 ANOVA 检验,结果表明:年级在父母心理控制总分和各个维度以及消极完美主义上不存在显著差异,具体结果见表 1。

4.2. 初中生父母控制以及消极完美主义之间的相关

为了进一步考查父母心理控制的 3 个维度对消极完美主义影响的具体情况,对其进行逐步回归分析,其模型如表 2 所示。

Table 2. Regression analysis of the three dimensions of parental psychological control on negative perfectionism
表 2. 父母心理控制 3 个维度对消极完美主义的回归分析表

	<i>B</i>	<i>Beta</i>	<i>t</i>	<i>P</i>
(常量)	0.48		5.74	0.000
引发内疚	0.87	0.90	37.95	0.000
(常量)	0.37		4.93	0.000
引发内疚	0.58	0.60	14.38	0.000
爱的撤回	0.33	0.36	8.70	0.000
(常量)	0.30		4.05	0.000
引发内疚	0.50	0.51	12.10	0.000
爱的撤回	0.26	0.29	6.92	0.000
权利专断	0.17	0.19	5.48	0.000

综合上述研究结果,父母心理控制与消极完美主义进行描述统计,结果表明:引发内疚、爱的撤回和权利专断的平均值为 3.49、3.50 和 3.49,均处于较高水平,父母心理控制总分也处于较高水平,消极完美主义的平均分为 3.52,高于平均分,说明初中生的消极完美主义处于中等偏上水平在针对父母心理控制对消极完美主义影响的回归模型分析中,该模型判定系数(R^2)达到 0.86,表明父母心理控制因素能够解释消极完美主义特质 86%的变异程度。具体而言,初中生群体的父母心理控制水平对消极完美主义倾向具有显著的正向预测效应(标准化回归系数 $\beta = 0.93$,显著性水平 $P < 0.001$)。

5. 讨论

关于父母心理控制与消极完美主义的关系

本研究结果表明,父母心理控制与初中生消极完美主义呈显著正相关,各维度对消极完美主义的累积解释率达 86%。其核心机制在于:心理控制通过引发内疚、爱的撤回和权威专断等方式,将子女的行为表现与父母情感反应相绑定,使青少年形成“唯有达到外部期望才值得被爱”的条件化自我价值感。为避免内疚与被冷落,青少年持续监控自身行为以防犯错,同时难以建立基于内在标准的稳定自我评价体系,转而将父母的高标准全盘内化为绝对化要求,最终固化为担忧错误、行动迟疑等消极完美主义特征。

与既有研究相比,Soenens 等指出心理控制通过自我批评间接影响完美主义,本研究描述性数据支持这一链条——心理控制各维度与消极完美主义均处于平行高位分布($M = 3.49\sim3.52$),符合中介路径存在的前提。Barber 的跨文化观点亦部分印证于本研究:东亚文化中父母心理控制可能被青少年解释为“关

爱”与“期望”，从而形成文化缓冲，本研究中各维度未出现极端高分(3.40~3.64)，与此推论一致。然而，本研究的 $R^2 = 0.86$ 、 $\beta = 0.93$ 远高于同类研究常规水平(R^2 通常为 0.15~0.35)，这可能提示多重共线性问题，而非各维度独立贡献如此悬殊，解释效应量时须持审慎态度。

在局限性方面，横断面设计无法推断因果方向，反向因果或第三方变量共同影响的可能性无法排除；权威专断维度的信度偏低($\alpha = 0.66$)，主要源于该维度仅含 3 个条目，测量误差较大，相关结果解读需谨慎；样本全部来自河南省城区及乡镇中学，且 70% 为独生子女、63.9% 来自农村，结论推广至全国需进一步验证；单一自我报告可能放大共同方法偏差，导致效应量系统高估。

6. 结论

本研究得到如下主要结论：

- (1) 初中生父母心理控制总体处于中等偏上水平。
- (2) 初中生的消极完美主义总体处于中等偏上水平。
- (3) 初中生父母心理控制与消极完美主义呈显著正相关关系。
- (4) 初中生父母心理控制可以显著正向预测消极完美主义。

7. 研究不足及展望

7.1. 研究不足

本研究聚焦于河南省某初中八年级学生群体，仅针对其父母心理控制、消极完美主义特质及考试焦虑状况展开调查。基于现有样本的地域分布特征呈现显著空间集聚性，本研究结论的外部效度可能存在潜在边界约束。后续研究建议构建全国性抽样框架，通过多阶段分层随机抽样技术实现地理空间全覆盖，进而提升研究结论的生态化效度与跨情境解释力。需特别指出的是，本研究的样本特征决定了其结论难以直接推广至全国其他省市。

7.2. 研究展望

(1) 为提升研究结论的外部效度，未来研究需拓展样本覆盖范围，例如纳入更多维度的人口统计学变量(如年龄、性别、地域、家庭经济状况等)，此举将显著增强研究数据的代表性与结论的普适性。此外，建议采用混合研究方法，结合定量与定性分析框架，以构建更为系统、全面的研究体系。

(2) 未来研究若能在方法论层面综合运用访谈法、个案分析法等多元评估手段，通过多维度、多模态的研究设计展开实证探索，将显著提升研究结论的客观性与信度水平。

参考文献

- 巴伯(2020). *侵入式教养：关于父母心理控制如何影响儿童和青少年的研究*(张海卿, 梁岩, 译, pp. 4-8). 中国人民大学出版社.
- 陈梦楠(2022). *父母心理控制与初中生问题性网络游戏使用的关系：压力知觉和无聊倾向的链式中介作用及教育启示*. 硕士学位论文, 开封: 河南大学.
- 黄滢(2024). *大学生无条件自我接纳与父母心理控制的关系：完美主义的中介作用及干预研究*. 硕士学位论文, 上海: 华东师范大学.
- 苏爱娥, 张锦坤(2019). 大学生完美主义人格特点的质性研究. *集美大学学报(教育科学版)*, 20(3), 31-36.
- 张雯雯(2024). *父母心理控制与初中生问题性移动社交网络使用的关系：一个链式中介模型*. 硕士学位论文, 济南: 济南大学.
- 刘佳芸. *父母心理控制和高中生学校适应的关系：一项三年追踪研究*. 硕士学位论文, 上海: 华东师范大学, 2023.
- 暨非. *完美主义与心理健康*. *大众心理学*, 2007, (6), 39.