

# 初中生父母心理控制现状与教育对策研究

郑焱支

成都大学师范学院, 四川 成都

收稿日期: 2024年9月10日; 录用日期: 2024年10月9日; 发布日期: 2024年10月23日

## 摘要

目的: 探讨初中学段学生父母心理控制的现状并对其提出相应教育建议。方法: 采用《父母心理控制问卷》对成都市354名初中学段学生进行现状分析, 在收录数据后, 将数据信息导入SPSS.21进行数据的整理统计与处理。结果: 初中生父母心理控制总体处于中等水平( $2.39 \pm 0.86$ ), 初中生父母心理控制( $t = -2.799, p < 0.01$ )在年级上存在显著差异, 初二年级父母心理控制水平显著高于初一年级学生; 初中生父母心理控制不存在性别上的差异; 初中生父母心理控制不存在户口所在地差异, 但城镇所在地初中学生在权力与专制维度上( $t = 2.094, p < 0.05$ )显著高于农村所在地初中学生。结论: 初中生父母心理控制大致处于中等水平, 且在年级上存在显著差异, 在性别和户口所在地不存在显著差异。

## 关键词

初中生, 父母心理控制, 现状研究

# Research on the Current Situation of Psychological Control of Parents of Junior High School Students

Yanzhi Zheng

College of Teachers, Normal College of Chengdu University, Chengdu Sichuan

Received: Sep. 10<sup>th</sup>, 2024; accepted: Oct. 9<sup>th</sup>, 2024; published: Oct. 23<sup>rd</sup>, 2024

## Abstract

**Objective:** To discuss the current situation of parental psychological control of middle school students and put forward corresponding educational suggestions. **Methods:** The parental psychological control questionnaire was used to analyze the current situation of 354 students in middle school in Chengdu. After collecting the data, the data information was imported into SPSS.21 for data sorting, statistics and processing. **Results:** The psychological control of parents of junior high school students was at the middle level ( $2.39 \pm 0.86$ ), and that of junior high school students ( $t = -2.799, p$

< 0.01) There are significant differences in grade, and the psychological control level of parents of grade two is significantly higher than that of grade one students; there is no gender difference in the psychological control of parents of junior high school students; there is no difference in the psychological control of parents of junior high school students, but the junior middle school students in power and autocracy ( $t = 2.094, p < 0.05$ ) Significantly higher than that of rural junior high school students. Conclusion: The psychological control of parents in middle school students is roughly at the middle level, and there is a significant difference in grade, and there is no significant difference in gender and residence location.

## Keywords

Junior Middle School Student, Parental Psychological Control, Present Situation Research

Copyright © 2024 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

2022 年实施的《中华人民共和国家庭教育促进法》中提到应发扬和重视家庭教育的优良传统，国家与社会应该为家庭教育提供服务，支持与指导。2023 年 5 月发布的《全面加强和改进新时代学生心理健康工作专项行动计划(2023~2025 年)》中提到，应加强家庭教育指导服务，引导家长关注孩子心理健康，树立科学养育观念，尊重孩子心理发展规律。家庭是青少年发展的重要微环境系统，父母教养方式是家庭对个体施加影响的重要途径。跨文化研究表明，中国父母更多将自己的价值建立在子女的表现上，更容易采取父母心理控制的教养方式[1]。父母心理控制是指父母试图对青少年的情绪情感、想法、观点和亲子关系进行控制，通过诱发内疚、爱的撤回以及施加权威等方式来管理和监督青少年的思想、行为和情感的发展[2]。自我决定理论[3]指出人类的三种基本心理需要：自主的需要(autonomy)、胜任的需要(competence)、关系或归属感的需要(relatedness)。其中自主的需要是指人们需要感到自己的行为是自愿的、有选择的。也就是说，个体的行为不是由与结果相关的奖励或其他外部因素所控制，而是由自我所决定的。而父母心理控制削弱了这种需要，父母通过诱发内疚、爱的撤回以及施加权威等方式来管理和监督青少年发展，父母心理控制由于直接抑制和阻碍了子女的自主需求，往往会对子女在心理健康(如孤独感、抑郁焦虑、自尊心受挫等)、行为问题(如攻击行为、网络成瘾等)以及社会化发展(如人际关系、适应不良等)造成多种消极影响，这一结论在相关研究[4]中已得到证实。目前父母心理控制这一影响学生发展的因素，也开始受到学者们的关注，研究表明父母心理控制是一种消极教养方式。因此，引导社会关注家庭教育是近年来关注的一个焦点，其中父母教养方式不仅体现着父母本身待人处世的行为规范和思想观念，对孩子的成长也有着潜移默化的影响，探求家庭教养方式对青少年身心发展有重要意义。

## 2. 方法

### 2.1. 研究对象

2024 年 4 月，本研究在成都市某初级中学，采用整体抽样方式，以 12~14 周岁的初中生为主要研究对象发放相关问卷，收集资料前通过文字方式将研究目的及内容用文字通知答卷者并说明保密性原则，本次调查共发放 371 份问卷，剔除无效问卷 17 份，回收 354 份问卷，有效回收率为 95.4%。其中男生 185 人(52.3%)，女生 169 人(47.7%)；初一年级 175 人(49.9%)，初二年级 179 人(50.6%)；城镇户口学生 179

人(50.6%)，农村户口学生 175 人(49.9%)。

## 2.2. 测量方法与工具

本次调查研究采用问卷调查法，采用 Wang 等人编制的《父母心理控制问卷量表》对初中生父母心理控制情况展开问卷调查。该心理控制测试量表中共有 18 个问题，包括引发内疚、爱的撤回、权力与专断三个维度。该量表采取李克特五点记分的方法，由“完全不符合”到“完全符合”，分别记为一到五分，分数越高表示个体所感受到的父母心理控制程度越深。本研究中该量表的 Cronbach's  $\alpha$  系数为 0.927。

## 2.3. 数据处理

得到可靠数据样本后，根据研究分析目的，采用 SPSS.21 进行数据的整理统计与处理。

## 3. 结果

### 3.1. 初中生父母心理控制基本情况

由表 1 可见，本次调查初中生父母心理控制呈中等水平，学生受到父母心理控制程度最高集中在“我和父母争论时，他们会说‘你长大了会明白’”(3.14  $\pm$  1.45)、“父母告诉我他们为我做的所有事情”(3.11  $\pm$  1.19)、“父母说，如果我真关心他们，就不会做让他们担心的事情”(3.00  $\pm$  1.31)、“父母说，等我长大了，就会感激他们为我做的所有决定”(2.96  $\pm$  1.44)这四个方面，主要集中在引发内疚和权力与专断两个维度上。

**Table 1.** Basic information of parental psychological control and their various dimensions in junior high school students  
**表 1.** 初中生父母心理控制及其各维度的基本情况

变量名称	最小值	最大值	均值 M	标准差 SD
引发内疚	1.00	4.89	2.55	0.88
爱的撤回	1.00	5.00	1.88	0.93
权力与专断	1.00	5.00	2.88	1.24
父母心理控制	1.00	4.89	2.39	0.86

### 3.2. 初中生父母心理控制的年级特征

通过检验，由表 2 可见，初中生父母心理控制相较于理性均分来说处于中等偏上水平，初二年级在维度引发内疚( $t = -3.109, p < 0.01$ )、爱的撤回( $t = -2.296, p < 0.05$ )以及总量表父母心理控制( $t = -2.799, p < 0.01$ )方面均显著高于初一年级学生，而在维度权力与专制上不存在显著差异。说明初二年级相较于初一年级学生来说，感知到的来自父母心理控制程度高，说明在初中阶段，父母心理控制随年级增加呈上升趋势。

**Table 2.** Comparison of parental psychological control and different dimensions among students of different grades  
**表 2.** 不同年级学生在父母心理控制及各维度上的差异性比较

变量名称	初一(n = 175)	初二(n = 179)	T(P)
引发内疚	2.41 $\pm$ 0.93	2.70 $\pm$ 0.81	-3.109**
爱的撤回	1.77 $\pm$ 0.87	1.99 $\pm$ 0.97	-2.296*
权力与专断	2.79 $\pm$ 1.27	2.96 $\pm$ 1.20	-1.312
父母心理控制	2.26 $\pm$ 0.88	2.51 $\pm$ 0.82	-2.799**

注：\* $P < 0.05$ ，\*\* $P < 0.01$ ，\*\*\* $P < 0.001$ 。

### 3.3. 初中生父母心理控制的性别差异

**Table 3.** Comparison of differences in parental psychological control and various dimensions among students of different genders

**表 3.** 不同性别学生在父母心理控制及各维度上的差异性比较

变量名称	男生(n = 185)	女生(n = 169)	T(P)
引发内疚	2.57 ± 0.88	2.54 ± 0.88	0.297
爱的撤回	1.88 ± 0.97	1.88 ± 0.88	0.014
权力与专断	2.83 ± 1.23	2.93 ± 1.24	-0.720
父母心理控制	2.38 ± 0.87	2.39 ± 0.85	-0.087

由表 3 可以看出, 初中生父母心理控制不存在显著的性别差异, 男、女学生在三个维度以及总量表父母心理控制上均无显著差异。

### 3.4. 初中生父母心理控制的户口所在地差异

**Table 4.** Comparison of parents' psychological control and different dimensions in different locations

**表 4.** 不同户口所在地在父母心理控制及各维度上的差异性比较

变量名称	城镇(n = 179)	农村(n = 175)	T(P)
引发内疚	2.57 ± 0.92	2.53 ± 0.83	0.417
爱的撤回	1.89 ± 0.93	1.87 ± 0.93	0.199
权力与专断	3.01 ± 1.26	2.74 ± 1.21	2.094*
父母心理控制	2.42 ± 0.89	2.35 ± 0.83	0.713

由表 4 可以看出, 城镇所在地学生在权力与专断( $t = 2.094, p < 0.05$ )维度上显著高于农村所在地学生, 在其余维度及总量表上不存在显著差异, 但从平均分来看, 城镇所在地初中生父母心理控制略高于农村所在地学生。

## 4. 讨论

### 4.1. 初中生父母心理控制处于中等水平且主要集中在引发内疚、权利与专断两方面

从初中生父母心理控制总体来看, 位于前两位的得分均在 3 分以上, 且主要集中在引发内疚、权利与专断两方面。这说明初中生父母在心理控制上的一种普遍现象, 初中生正处于青春期早期, 这是一个身心迅速发展和自我认同形成的关键时期。父母可能因为担心孩子偏离正确的成长轨迹, 而采取心理控制策略。引发内疚是利用孩子的道德感和对家庭的责任感来引导行为; 而行使权力和专断则是通过父母的权威地位来确保孩子遵从。这些方法可能源于父母对青春期变化的焦虑和对失去控制的恐惧。然而, 这种控制可能不利于孩子独立性和批判性思维的培养, 父母应更多地通过沟通和理解来支持孩子的成长。

### 4.2. 初中生父母心理控制存在显著年级差异

本研究得知, 初二年级感知父母心理控制程度显著高于初一年级, 初二学生正处于青春期, 这个时期孩子可能会经历身体和情绪上的显著变化, 父母可能会通过心理控制来引导孩子正确处理这些变化, 且随着年级的提高, 学业内容变得更加复杂和深入, 父母可能更加关注孩子的学业表现, 因此可能会加

强心理控制，以确保孩子能够跟上学习进度，同时随着孩子逐渐接近初中毕业，父母可能对孩子的未来规划有更高的期望，因此可能会通过心理控制来确保孩子按照既定的路径发展。

#### 4.3. 初中生父母心理控制不存在性别差异

这与以往的研究一致[5]，可能是源于父母对性别角色的现代观念，他们可能认为男孩和女孩在成长过程中面临相似的挑战和需求，因此应该以相同的方式对待。父母对子女的期望和要求不区分性别，他们对男孩和女孩都抱有很高的期望。随着社会对性别角色观念的演变，初中生无论男女都成为家长和学校关注的重点，都能体验到来自周围人的期待，所有孩子都有可能成为心理控制的受害者，因此重要的是提高父母对这种行为潜在危害的认识，并鼓励他们采取更加支持和鼓励的教育方式。关于父母心理控制的性别差异在今后的研究中还需要进一步探讨。

#### 4.4. 初中生权力与专断维度上存在户口所在地差异

根据本研究调查结果来看，城镇户口的学生在权力与专断这一维度上的心理控制显著高于农村户口的学生家庭。这可能由于社会经济地位的不同，城镇户口的家庭往往拥有更高的社会经济地位，父母可能因此更倾向于使用权力和专断的方式，来确保孩子能够获得更好的教育资源和社会机会；教育观念不同，城镇户口的父母可能更重视教育，因此可能更倾向于通过严格的管教和控制来推动孩子的学业成就；以及社会压力的差异，城镇户口的父母可能面临更大的社会压力，如对孩子未来的职业和社会地位的期望，这可能导致他们在教育上采取更严格的控制策略。

### 5. 教育建议

在初中生的成长过程中，父母的心理控制是一个不容忽视的问题。父母心理控制通过情感操控、限制孩子的自主性等方式，影响孩子的心理发展和行为表现。为促进初中生的健康成长，我们可以从学校、家庭和孩子自身三个角度出发，提出以下教育建议。

#### 5.1. 学校构建沟通桥梁

学校作为学生除家庭外主要的学习和生活场所，为预防学生严重受到父母心理控制的消极影响，学校应从以下几方面开展工作。首先，开展心理健康教育，学校应定期开展心理健康教育课程，帮助学生认识到心理控制的影响，并学会应对策略；其次，提供专业咨询，学校应设立心理咨询室，配备专业心理咨询师，可为学生提供针对此方面专业的心理支持和指导；再次，加强家校沟通，学校应定期举办家长会，与家长沟通孩子在校表现，同时教育家长如何正确引导孩子，避免心理控制；最后，也可通过开展亲子活动增进家长与孩子之间的理解和沟通，减少家长对孩子过度控制的机会。

#### 5.2. 家长树立开放观念

家长减少对孩子的心理控制，对于促进孩子的健康成长至关重要。采用“试错教育”，磨炼子女意志，卢梭主张采用“自然后果法”，让孩子在试错中不断积累经验，从而对自我能力有清楚认知并学会自我控制。控制型父母往往害怕孩子犯错而过多干涉，希望在“错误”发生前为孩子提供“帮助”，实则这反而剥夺了初中生自我成长的好机会[6]。其次，建立开放的沟通环境，家长应与孩子建立平等、开放的沟通环境，鼓励孩子表达自己的想法和感受，尊重孩子的自主性；其次家长应尊重孩子的选择和决定，避免过度干涉，让孩子有机会独立思考和解决问题；合理设定期望值，家长应根据孩子的实际情况设定合理的期望值，避免过高的期望给孩子带来压力；培养独立性，进入青春期的孩子，独立自我意识开始发展，家长应鼓励孩子参与家务、社会实践等活动，培养孩子的独立性和责任感；家长减少对孩子的心



理控制，对于促进孩子的健康成长至关重要；最后，在孩子面临挑战时，家长应提供必要的支持和指导，而不是控制他们的每一步。最重要的是，父母应该意识到自己的行为 and 态度对孩子的影响，应采用适时且有效的沟通方式，避免过度干预孩子的思想和行为，同时确保孩子有足够的个人空间，并努力创造一个支持和鼓励孩子发展的家庭环境。面对考试，孩子们不应感到过度的焦虑，即使成绩不尽人意，也不必担心会受到父母的责备。例如，对于初中生来说，一个充满爱和平等的家庭氛围至关重要。在这样的环境中，孩子们更愿意与父母分享他们在生活或学习中遇到的难题。在这种和谐的家庭关系中，孩子们更倾向于接受父母的建议，并与父母保持良好的沟通，使得交流过程变得愉快和舒适。

### 5.3. 学生增强自我意识

面对父母的心理控制，学生自身可能会感到压力、焦虑和自我价值的质疑。因此，在自身的发展中，除了父母要学会放手外，学生自身应学会自我观察，了解自己的需求和感受，增强自我意识；当与父母发生观念上的冲突时，应学会与父母有效沟通，表达自己的感受和需求，寻求理解和支持；当冲突暂未解决时，应建立自我调节能力，应学习情绪管理技巧，如深呼吸、冥想等，以应对压力和挑战；最后寻求外部支持，当感到压力过大或无法自我调节时，孩子应主动寻求老师、朋友或专业人士的帮助。在此期间，学生应当保持积极的心态，认识到父母的控制可能源自于他们的关心和爱护，尽管方式可能不当。作为学子，我们应积极更新思维，树立正面的自我认知，准确定位自我，保持乐观心态，并设定切实可行的计划。我们应致力于实现学习目标，一步一个脚印地努力。此外，通过体育锻炼和培养个人特长，我们不仅能增强自信，还能有效减轻负面情绪。

### 参考文献

- [1] Ng, F.F., Pomerantz, E.M. and Deng, C. (2013) Why Are Chinese Mothers More Controlling than American Mothers? "My Child Is My Report Card". *Child Development*, **85**, 355-369. <https://doi.org/10.1111/cdev.12102>
- [2] Barber, B.K. (1996) Parental Psychological Control: Revisiting a Neglected Construct. *Child Development*, **67**, Article 3296. <https://doi.org/10.2307/1131780>
- [3] Ryan, R.M. and Deci, E.L. (2000) Self-Determination Theory and the Facilitation of Intrinsic Motivation, Social Development, and Well-being. *American Psychologist*, **55**, 68-78. <https://doi.org/10.1037/0003-066x.55.1.68>
- [4] Sun, L., Liang, L. and Bian, Y. (2017) Parental Psychological Control and Peer Victimization among Chinese Adolescents: The Effect of Peer Pressure as a Mediator. *Journal of Child and Family Studies*, **26**, 3278-3287. <https://doi.org/10.1007/s10826-017-0834-1>
- [5] 贾倩楠, 黄垣成, 马婧, 等. 父母心理控制与青少年内外化问题的纵向关联: 悲伤与愤怒反刍的中介[J]. 心理科学, 2024, 47(1): 70-79.
- [6] 李可欣. 高中生父母心理控制、核心自我评价与自我和谐的关系及教育策略研究[D]: [硕士学位论文]. 西安: 陕西理工大学, 2024.