·诊治分析·

父母控制与青少年抑郁：学校恐惧的中介作用及性别差异

杨登铣，李园园，戴艺娜，陶洁，胡珍玉，张文武

【摘要】目的　分析父母控制与青少年抑郁之间的关系，并探讨学校恐惧在其中的中介作用及不同性别间相关路径的差异。**方法**　本研究为横断面研究。基于浙江省宁波市、衢州市、杭州市、舟山市及温州市的 8 101 名中小学生（男生 4 361 名，女生 3 740 名）样本，采用结构方程模型分析父母控制、学校恐惧与青少年抑郁之间的关系，采用偏差校正 Bootstrap 法检验学校恐惧的中介效应，并比较不同性别间相关路径的差异。**结果**　父母控制与抑郁显著相关（β=0.45，P < 0.05）；学校恐惧在父母控制与抑郁之间起显著中介作用（β=0.30，95%CI：0.21 ～ 0.39）。与男生相比，女生学校恐惧与抑郁的关联更强（β=0.35，P < 0.05）。**结论**　父母控制可通过学校恐惧影响青少年抑郁。家长应减少过度控制，增强情绪支持与自主性；学校应加强对学校恐惧的常态化干预，尤其关注女生群体。

【关键词】　青少年；父母控制；学校恐惧；抑郁

DOI:10.3969/j.issn.1671-0800.2026.03.013

【中图分类号】 R749.4　**【文献标志码】** A　**【文章编号】** 1671-0800(2026)03-0274-03

抑郁已成为全球重要的公共卫生问题，预计到 2030 年将成为全球疾病负担的首位[1]。近年来，10 ～ 19 岁青少年抑郁症及亚临床抑郁症状的发生率持续上升，严重影响学业、人际关系和身心发展[2]。若缺乏干预，抑郁可能导致自伤和自杀等风险[3]。家庭养育方式作为青少年情绪健康的关键因素，对抑郁有重要影响。与宏观社会因素相比，改变的家庭教养策略更具干预潜力，因此厘清其作用路径尤为重要。

学校恐惧是青少年因焦虑、抑郁等情绪困扰导致的上学回避或情绪痛苦的表现。研究表明，父母养育方式显著影响孩子对学校恐惧的反应[4]。早期研究采用类型化方法对养育方式进行分类，Parker 等[5]提出的父母养育方式量表（parental bonding instrument，PBI）区分了“关爱”和“控制”两个维度。根据发展情境理论，个体的心理发展是家庭、学校和同伴等多层次系统交互的结果[6-7]。充满共情与关爱的父母能够敏感察觉孩子在学校的困难，及时给予情感支持，帮助孩子应对学校中的挑战；而过度控制的父母可能削弱青少年对自我和外界的信任感，影响其学校适应能力，并通过增加学校恐惧进一步加剧抑郁[4,8-13]。

尽管已有研究探讨父母养育方式与青少年抑郁的关系，并关注学校恐惧的作用，但仍存在一定不足。因此，本研究分析父母控制与青少年抑郁的发生的相关性，并探讨学校恐惧是否在其中发挥中介作用，现报道如下。

1　资料与方法

1.1　一般资料　本研究为横断面研究。数据来源于浙江省宁波市、衢州市、杭州市、舟山市及温州市的中小学生调查。采用分层抽样法，选取具有代表性的学校并随机抽取每个年级的班级。调查共收集有效样本 8 101 名，其中男 4 361 名，女 3 740 名；年龄 9 ～ 18 岁，平均（13.6±2.2）岁。本研究获得宁波市康宁医院伦理委员会批准（NBKNYY-2020-LC-52），所有研究者均同意参加本研究并签署书面知情同意书。

1.2　方法

1.2.1　父母养育方式　使用 PBI 评估父母养育方式，该量表测量个体 18 岁前的父母养育感受[5]。本研究采用中文版三因素模型（关爱、控制、鼓励自主），共 23 个条目。中文版的 PBI 具有良好内部一致性与结构效度[14]，Cronbach’s α系数为 0.927。

1.2.2　儿童焦虑相关情绪障碍筛查　使用由 Birmaher 等[15]开发的儿童焦虑相关情绪障碍筛查量表。量表包含 41 个条目，用以评估学校恐惧等 5 个因子，当

基金项目： 浙江省卫生健康科技计划项目（2021KY1063）

作者单位： 315200 宁波，宁波大学附属康宁医院

通信作者： 张文武，Email：knyyzww@163.com

学校恐惧得分≥3 为明显症状。该量表 Cronbach's α系数为 0.951。

1.2.3　抑郁程度　使用抑郁自评量表评估抑郁程度，量表含 20 个项目，评分范围为 0 ～ 60 分。≥16 分为识别抑郁的临界值[16]。该临界值在近期元分析中得到验证，显示其敏感度为 0.87，特异度为 0.70[17]。该量表的 Cronbach's α系数为 0.929。

1.3　统计方法　采用 SPSS 26.0 软件进行数据分析。计量资料采用 $M(P_{25}, P_{75})$ 描述，相关分析采用 Spearman 检验。使用 AMOS 24.0 进行路径模型分析，中介效应通过偏差校正 Bootstrap（5 000 次）估计，性别差异通过多群路径比较检验。$P < 0.05$ 表示差异有统计学意义。

2　结果

2.1　父母控制、学校恐惧与抑郁的相关性　母亲控制、父亲控制、学校恐惧与抑郁之间均呈正相关（均 $P < 0.05$），见表 1。

2.2　学校恐惧在母亲控制与抑郁之间的中介作用　母亲控制显著正向预测学校恐惧（β=0.233，$P < 0.05$）和抑郁（β=0.533，$P < 0.05$），学校恐惧显著正向预测抑郁（β=0.170，$P < 0.05$）。使用偏差校正非参数 Bootstrap 方法，重复取样 5 000 次进行中介效应检验，结果显示母亲控制通过学校恐惧对抑郁的间接效应为 0.426（95%*CI*：0.378 ～ 0.474），表明学校恐惧在母亲控制与抑郁之间起部分中介作用，且中介效应占比 43.1%，见图 1。

2.3　学校恐惧在父亲控制与抑郁之间的中介作用　父亲控制显著正向预测学校恐惧（β=0.185，$P < 0.05$）和抑郁（β=0.566，$P < 0.05$），学校恐惧显著预测抑郁（β=0.146，$P < 0.05$）。使用偏差校正非参数 Bootstrap 方法，重复取样 5 000 次，结果显示父亲控制通过学校恐惧对抑郁的间接效应为 0.363（95%*CI*：0.312 ～ 0.417），表明学校恐惧在父亲控制与抑郁之间起部分中介作用，中介效应占比 41.7%，见图 2。

2.4　性别在父母控制、学校恐惧与抑郁之间的调节作用　在母亲控制模型中，未限制模型和结构协方差相等模型差异无统计学意义（χ^2=2.038，$P > 0.05$），结构协方差相等模型和结构残差相等模型差异有统计学意义（χ^2=52.259，$P < 0.05$）；在父亲控制模型中，未限制模型和结构协方差相等模型差异有统计学意义（χ^2=37.690，$P < 0.05$），结构协方差相等模型和结构协方差相等模型差异有统计学意义（χ^2=53.556，$P < 0.05$），见表 2 ～ 3。

模型回归系数比较显示，在母亲控制、学校恐惧与抑郁的中介模型中，女生组学校恐惧对抑郁的正向预测作用显著大于男生组（$\beta_{女生组}$=0.582，$P < 0.05$，$\beta_{男生组}$=0.510，$P < 0.05$）；在父亲控制、学校恐惧与抑郁的中介模型中，

表 1　父母控制、学校恐惧与抑郁的相关性

项目	母亲控制	父亲控制	学校恐惧	抑郁
母亲控制	1			
父亲控制	0.759	1		
学校恐惧	0.233	0.185	1	
抑郁	0.299	0.251	0.593	1

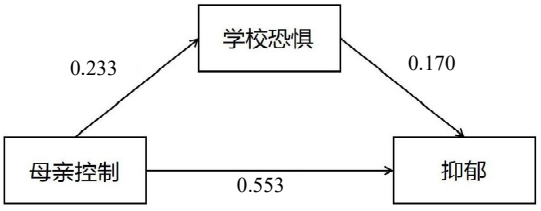


图 1　母亲控制对抑郁的中介模型

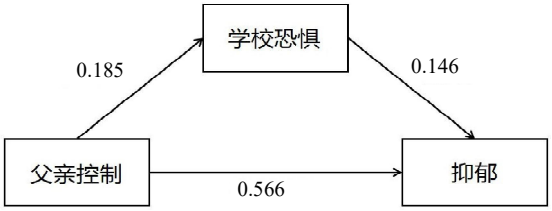


图 2　父亲控制对抑郁的中介模型

表 2　各模型拟合指数（母亲控制）

模型	χ^2 值	*df* 值	*P* 值	CMIN/DF	CFI	NFI	RMSEA
未限制模型	13.193	3	＜ 0.05	4.398	0.998	0.997	0.02
结构协方差相等模型	15.231	4	＜ 0.05	3.808	0.997	0.996	0.019
结构残差相等模型	67.490	6	＜ 0.05	11.248	0.985	0.984	0.036

注：CMIN/DF 为卡方自由度比值，CFI 为比较拟合指数，NFI 为基准拟合指数，RMSEA 为近似均方根误差

表 3　各模型拟合指数（父亲控制）

模型	χ^2 值	*df* 值	*P* 值	CMIN/DF	CFI	NFI	RMSEA
未限制模型	13.219	3	＜ 0.05	4.406	0.997	0.997	0.021
结构协方差相等模型	50.909	4	＜ 0.05	12.727	0.987	0.988	0.038
结构残差相等模型	104.465	6	＜ 0.05	17.411	0.974	0.975	0.045

注：CMIN/DF 为卡方自由度比值，CFI 为比较拟合指数，NFI 为基准拟合指数，RMSEA 为近似均方根误差

女生组的学校恐惧对抑郁的预测作用显著大于男生组（$\beta_{女生组}$=0.596，P < 0.05，$\beta_{男生组}$=0.521，P < 0.05）。

3　讨论

家庭养育是影响青少年情绪成熟和心理健康的关键因素之一[12]。研究显示，父母控制性养育与青少年抑郁相关，控制水平越高，抑郁水平也越高[8-12]。本研究发现，较高的父母控制与青少年抑郁显著相关。高控制可能削弱孩子的自主性和安全感，进而影响其学校适应能力，导致学校恐惧，增加抑郁风险[6-7]。因此，家庭应减少过度控制，增强情绪支持，学校可通过家校沟通促进家长识别过度控制，帮助青少年更好适应。

青少年抑郁的发病机制复杂，生物和心理社会因素均有影响。近年来，青少年抑郁的高发是否与学业压力和父母期望过高有关，尚未得到明确证实。本研究发现，学校恐惧在父母控制与抑郁之间发挥了中介作用，且这一作用在母亲与父亲控制模型中一致。过度控制的父母可能导致孩子产生不信任感和学校恐惧，进一步加剧抑郁[6-7]。学校应常态化筛查学校恐惧，家庭应改进沟通与管教，形成协同干预。

青少年抑郁在性别上存在显著差异，女生的患病率远高于男生[18]。本研究发现，女生在学校恐惧与抑郁之间的联系更强。女生更容易情绪化，敏感于负面信息，导致学校恐惧对抑郁的负向影响更强[6-7]。因此，实践中应特别关注女生的情绪识别与调节训练，并提供足够的同伴支持。

综上所述，本研究初步揭示了父母控制通过学校恐惧影响青少年抑郁的机制。建议家庭减少过度控制，增强情绪支持，学校应常态化干预学校恐惧，特别关注女生群体，以降低抑郁风险。局限性包括：未区分心理控制与行为控制；量表为自陈式，可能存在偏差；横断面设计限制因果推断；学校恐惧与抑郁的条目重叠需进一步验证。

利益冲突　所有作者声明无利益冲突

作者贡献声明　杨登铣：实验操作，论文撰写，数据整理，统计学分析；戴艺娜：论文撰写，数据整理；李园园，陶洁：数据整理，统计学分析；胡珍玉，张文武：研究指导，论文修改，经费支持

参　考　文　献

[1] World Health Organization. Depression and other common mental disorders: global health estimates[R]. Geneva: World Health Organization, 2017.

[2] Ren X W, Yu S C, Dong W L, et al. Burden of depression in China, 1990-2017: Findings from the global burden of disease study 2017[J]. J Affect Disord, 2020, 268: 95-101.

[3] Dong M, Wang S B, Li Y, et al. Prevalence of suicidal behaviors in patients with major depressive disorder in China: A comprehensive meta-analysis[J]. J Affect Disord, 2018, 225: 32-39.

[4] 李胜巧,林海波,吕鑫,等.青少年抑郁障碍患者拒绝上学行为的相关因素分析[J].心理月刊,2025,20(17):123-126.

[5] Parker G, Tupling H, Brown L B. A parental bonding instrument[J]. Br J Med Psychol, 1979, 52(1): 1-10.

[6] 张文新, 陈光辉. 发展情境论——一种新的发展系统理论[J]. 心理科学进展, 2009, 17(4):736-744.

[7] Damon W, Lerner R M. Handbook of child psychology, theoretical models of human development[M]. 6th ed. Hoboken, NJ: John Wiley &Sons, 2006: 1-17.

[8] Baumrind D. Current patterns of parental authority[J]. Dev Psychol, 1971, 4(1, Pt.2): 1-103.

[9] Darling N, Steinberg L. Parenting style as context: An integrative model[J]. Psychol Bull, 1993, 113(3): 487-496.

[10] Rohner R P, Khaleque A, Cournoyer D E. Parental Acceptance-Rejection: Theory, Methods, Cross-Cultural Evidence, and Implications[J]. Ethos, 2005, 33(3): 299-334.

[11] Pérez J C, Huerta P, Rubio B, et al. Parental psychological control: Maternal, adolescent, and contextual predictors[J]. Front Psychol, 2021, 12: 712087.

[12] Radziszewska B, Richardson J L, Dent C W, et al. Parenting style and adolescent depressive symptoms, smoking, and academic achievement: Ethnic, gender, and SES differences[J]. J Behav Med, 1996, 19(3): 289-305.

[13] Wang Q, Pomerantz E M, Chen H. The role of parental support and control in adolescents' peer relationships[J]. Dev Psychol, 2021, 57(4):597-611.

[14] 杨红君, 楚艳民, 刘利, 等. 父母养育方式量表(PBI)在中国大学生中的初步修订[J]. 中国临床心理学杂志, 2009, 17(4):434-436.

[15] Birmaher B, Khetarpal S, Brent D, et al. The screen for child anxiety related emotional disorders (SCARED): Scale construction and psychometric characteristics[J]. J Am Acad Child Adolesc Psychiatry, 1997, 36(4): 545-553.

[16] Radloff L S. The CES-D scale: A self-report depression scale for research in the general population[J]. Appl Psychol Meas, 1977, 1 (3): 385-401.

[17] Vilagut G, Forero C G, Barbaglia G, et al. Screening for depression in the general population with the center for epidemiologic studies depression (CES-D): A systematic review with meta-analysis[J]. PLoS One, 2016, 11(5): e0155431.

[18] Zhang L, Li X, Wang Y, et al. More prevalent and more severe: gender differences of depressive symptoms in Chinese adolescents[J]. BMC Psychiatry, 2025, 25(1): 1-12.

收稿日期：2025-12-24

（本文编辑：吴迪汉）