

亲子联结强度及学业自我效能感对普通高中生抑郁程度的影响： 基于中国家庭追踪调查 2022 数据的实证分析

于文丽¹ 陆泳仪² 葛蒲³ 杨赛儿⁴ 张瑞峰^{5*}

(1.吉林体育学院 吉林 长春 130022, 2.澳门大学健康科学学院 澳门 999078, 3.北京中医药大学中医学院 北京 100029, 4.陆军军医大学护理系 重庆 400038, 5.广州市黄埔区凤凰湖幼儿园 广州 510760)

摘要：

目的：揭示亲子联结强度与学业自我效能感对普通高中生抑郁程度的影响，为“双减”政策背景下家校协同干预提供实证依据。

方法：基于中国家庭追踪调查（CFPS）2022 年全国数据，筛选 366 名普通高中学生为研究对象。采用 CES-D 8 量表评估抑郁程度，构建多维指标体系测量亲子联结强度（关系质量、信任程度）与学业自我效能感（学业满意度、压力感知、自我优秀度评价、学生干部适任性评估），运用多重线性回归模型检验变量关联。

结果：受访者抑郁检出率为 26.23%（CES-D 8 总分 ≥ 7 分），过去 6 个月与父母关系质量（ $\beta=-0.52, P=0.008$ ）及对父母信任程度（ $\beta=-0.45, P<0.001$ ）均显著负向预测抑郁程度，即时互动质量保护效应更强，学业自我效能感方面，学业压力感知是抑郁核心风险因子（ $\beta=0.96, P<0.001$ ）。

结论：亲子联结通过动态互动与长期信任双路径缓解高中生抑郁，学业压力特异性驱动心理风险，二者共同构成家庭-学业系统的差异化作用机制。建议家校协同干预优先提升亲子互动质量、重构压力认知策略，为高中生抑郁防控目标提供靶向路径。

关键词：亲子联结强度；学业自我效能感；抑郁；中国家庭追踪调查

DOI: doi.org/10.70693/rwsk.v1i5.1012

1. 前言

青少年时期作为身心发展的重要过渡期，往往也是心理健康问题的高发阶段。世界卫生组织数据显示，抑郁障碍已成为全球青少年致残的首要原因^[1]，中国中学生抑郁检出率亦呈现持续上升趋势^[2-4]，这一公共卫生问题已引起学界广泛关注。以往相关研究多聚焦于学业压力、家庭经济状况等单一因素对青少年心理健康的影响，但近年来研究者依托生态系统理论，强调个体发展应受多重环境系统交互作用的影响，其中家庭与学校子系统的动态关系受到格外关注，并提出其对青少年心理适应具有双重预测作用^[5-6]。

在家庭层面，作为青少年最重要的社会支持来源的亲子关系，其联结质量直接影响情绪调节能力的发展。大量研究表明，亲子沟通障碍、情感疏离与青少年抑郁症状存在显著关联^[7-9]，但既有研究多采用单向度的亲子冲突测量，对亲子互动中支持性维度（如信任程度）的关注相对不足。同时，学业自我效能感作为个体对自身学习能力的信念系统，已被证实能有效缓冲压力事件对心理健康的负面影响^[10-13]。然而，现有研究多集中于学业自我效能感对学业成就的预测作用，其在学生抑郁情绪形成中的机制仍需深入探讨。

当前中国正处于教育“双减”政策深化实施阶段，政策效果评估需要更精细化的实证证据。普通高中生作为

作者简介：于文丽(1999—)，女，硕士研究生，研究方向为心理健康教育；

陆泳仪(1990—)，女，硕士研究生，研究方向为医院管理；

葛蒲(1997—)，男，博士研究生，研究方向为健康管理；

杨赛儿(2004—)，女，硕士研究生，研究方向为护理心理学。

通讯作者：张瑞峰（1994—），男，硕士，研究方向为学前教育。

直面高考压力的特殊群体，其心理健康问题具有典型性和紧迫性。然而现有研究存在两方面局限：其一，全国性代表性样本研究相对匮乏，多数研究局限于区域性抽样；其二，针对普通高中生的专门研究较少，缺乏与职业院校学生的差异化分析。

基于此，本研究利用中国家庭追踪调查（CFPS）2022 年全国性数据，聚焦普通高中生群体，通过构建多维度的亲子联结强度指标（包括关系质量、信任程度）和学业自我效能感指标体系（涵盖学业满意度、压力应对等多维度），探讨两者对抑郁程度的影响。研究结果可为优化家庭支持策略、完善学校心理健康服务体系提供科学依据，对实现《健康中国行动—儿童青少年心理健康行动方案》提出的“降低儿童青少年抑郁发生率”目标具有一定的现实意义。

2. 方法

2.1 资料来源

本论文使用数据全部来自北京大学和国家自然科学基金资助、北京大学中国社会科学调查中心执行的中国家庭追踪调查^[14]。基于研究需要，设定如下纳入标准与排除标准。纳入标准：①就读于普通高中（非技工学校、普通中专或职业高中）；②父母均未去世；③年龄≤18 周岁；④完整填写问卷。排除存在逻辑问题的问卷。通过以上数据处理方式，本文最终得到由 366 个普通高中生样本组成的数据库。

2.2 变量构建

2.2.1 被解释变量

被解释变量是抑郁评分，根据 CFPS 问卷的“在过去一周内各种感受或行为的发生频率”设置，包括感到情绪低落、做任何事都很费劲、睡眠不好、愉快、孤独、生活快乐、悲伤难过、生活无法继续等 8 个问题，回答“几乎没有（不到 1 天）”、“有些时候（1~2 天）”、“经常有（3~4 天）”、“大多数时候有（5~7 天）”分别赋值 0~3（愉快、生活快乐两道题目反方向赋值），加总 8 个问题得到取值范围为 0~24 分的抑郁评分（CES-D 8），分值越大表明抑郁程度越严重，即抑郁风险越大。参照既往在中国人群中进行的调查，将 CES-D 8 分数≥7 分定义为伴有抑郁状态。本研究中，CES-D 8 的 Cronbach's alpha 系数为 0.788，信度良好^[15-17]。

2.2.2 核心解释变量

将 2022 年 CFPS 问卷中与学业自我效能感和亲子联结强度的相关问题作为核心解释变量。

2.2.2.1 学业自我效能感

学业自我效能感表示个人对凭借自己具备的能力完成某种目标的自我能力评价和信心程度，可以用来衡量学生对于学业的胜任程度。学业自我效能感高的学生会对自身的学习能力有更高的评价，拥有正向的态度，使得学习表现比其他学生要好。本研究将学业满意度、学业压力、自我优秀度自评（认为自己多优秀）、学生干部适任性评估（认为自己是否适合担任学生干部）这四个变量得分分别作为学业自我效能感得分变量^[18]。四个变量得分范围均为 1-5 分。

2.2.2.2 亲子联结强度

亲子联结强度通常指子女与父母之间情感连接的紧密程度，以及双方在互动中表现出的稳定性和支持性^[19-21]。本研究将 CFPS2022 问卷中近六个月与父母关系（1-5 分）、对父母的信任程度（1-10 分）这两个变量得分分别作为亲子联结强度得分变量。

2.2.3 控制变量

本研究的控制变量包括年龄、性别、常住地、家庭成员人数四个变量。

2.3 统计分析

使用 SPSS 25.0 统计软件进行一般描述性分析、t 检验/方差分析、相关性分析和多重线性回归分析，检验水准为双侧检验 $\alpha=0.05$ 。

3. 结果

3.1 受访者的一般情况

366 名普通高中生中, 男性 175 人 (47.81%), 女性 191 人 (52.19%), 16 岁者 101 人 (27.60%), 17 岁者 130 人 (35.52%), 18 岁者 135 人 (36.89%), 常住地为乡村者 180 人 (49.18%), 常住地为城镇者 186 人 (50.82%), 目前家庭成员数量 2-3 人者 80 人 (21.86%), 目前家庭成员人数 4 人及以上者 286 人 (78.14%)。

3.2 受访者抑郁程度

366 名受访者中, CES-D 8 得分的 4.41 ± 3.42 分, 可能处于抑郁状态 (CES-D $8 \geq 7$ 分) 者为 96 人 (26.23%)。不同性别、年龄、常住地、家庭成员人数分组的受访者 CES-D 8 得分差异均无统计学意义 (均 $P > 0.05$) (表 1)。

表 1 不同特征受访者抑郁程度比较

变量	n (%)	CES-D 8, Mean $\pm$ SD	t/F	P
总人数	366 (100)	4.41 $\pm$ 3.42		
年龄			F=0.30	0.744
16 岁	101 (27.60)	4.63 $\pm$ 3.36		
17 岁	130 (35.52)	4.31 $\pm$ 3.30		
18 岁	135 (36.89)	4.35 $\pm$ 3.58		
性别			t=0.80	0.423
女	191 (52.19)	4.55 $\pm$ 3.37		
男	175 (47.81)	4.26 $\pm$ 3.47		
常住地			t=0.24	0.813
农村	180 (49.18)	4.46 $\pm$ 3.30		
城镇	186 (50.82)	4.37 $\pm$ 3.53		
家庭成员人数			t=0.63	0.530
2-3 人	80 (21.86)	4.62 $\pm$ 4.15		
4 人及以上	286 (78.14)	4.35 $\pm$ 3.19		

3.3 学业自我效能感、亲子联结强度与普通高中生抑郁程度的 Pearson 相关性分析

Pearson 相关性结果显示, 受访者 CES-D 8 得分与学业压力正相关, 与学业满意度、自评优秀程度、对父母的信任程度、过去 6 个月与父母关系负相关 (均 $P < 0.05$) (表 2)。

表 2 学业自我效能感、亲子联结强度与普通高中生抑郁程度的 Pearson 相关性分析

变量	1	2	3	4	5	6	7	Mean	SD
1 学业满意度	—							3.14	0.69
2 学业压力	-0.134*	—						3.11	0.85
3 自我优秀度自评	0.398***	-0.05	—					2.94	0.64
4 学生干部适任性评估	0.141**	0.01	0.277***	—				2.78	0.98
5 对父母的信任程度	0.241***	-0.113*	0.127*	0.06	—			9.18	1.34
6 过去 6 个月与父母关系	0.178***	-0.09	0.104*	0.10	0.334***	—		4.09	0.90
7 CES-D 8	-0.203***	0.284***	-0.119*	-0.05	-0.276***	-0.236***	—	4.41	3.42

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

3.4 多重线性回归模型

回归结果显示, 受访者学业压力对其抑郁程度有正向影响 ($\beta = 0.96$, $P < 0.001$), 过去 6 个月与父母关系 ($\beta = -0.52$, $P = 0.008$) 及对父母的信任程度 ($\beta = -0.45$, $P < 0.001$) 对其抑郁程度有负向影响 (表 3)。

表3 学业自我效能感、亲子联结强度对普通高中生抑郁程度影响的多重线性回归分析

变量	β	S.E	t	P	95%CI of β
学业满意度	-0.45	0.27	-1.65	0.100	[-0.99, 0.08]
学业压力	0.96	0.20	4.85	<0.001	[0.57, 1.35]
自我优秀度自评	-0.18	0.29	-0.61	0.541	[-0.75, 0.39]
学生干部适任性评估	-0.02	0.18	-0.13	0.897	[-0.37, 0.33]
过去6个月与父母关系	-0.52	0.20	-2.65	0.008	[-0.91, -0.14]
对父母的信任程度	-0.45	0.13	-3.35	<0.001	[-0.71, -0.19]
年龄	-0.04	0.21	-0.21	0.830	[-0.46, 0.37]
性别 (对照组为女性)					
男性	0.14	0.34	0.41	0.682	[-0.52, 0.80]
常住地 (对照组为农村)					
城镇	-0.19	0.34	-0.57	0.572	[-0.85, 0.47]
家庭成员人数 (对照组为2-3人)					
4人及以上	-0.17	0.41	-0.41	0.681	[-0.97, 0.63]

4. 讨论

4.1 受访者抑郁现状分析

本研究发现, 受访普通高中生 CES-D 8 评分均值为 4.41 ± 3.42 分, 26.23% 的受访者处于抑郁状态 (CES-D $8 \geq 7$ 分), 既往有研究显示青少年抑郁状态者占比为 14% 至 54% 不等, 本研究高中生抑郁状态占比结果与其他研究接近^[22]。此外, 尽管既往研究提示农村青少年抑郁风险高于城镇, 但本研究未发现常住地对抑郁程度的显著影响 ($P=0.572$), 可能与新型城镇化进程中城乡教育资源趋同、代际教养模式改变有关^[23-24]。值得关注的是, 家庭规模在本研究中未显现对抑郁的保护效应, 提示单纯的家庭成员数量增加可能无法替代亲子互动质量对心理健康的促进作用^[25]。

4.2 亲子联结强度对受访者抑郁程度的影响

多重线性回归模型显示, 亲子联结强度的两个条目——过去6个月与父母关系质量及对父母信任程度——均对抑郁程度产生独立负向影响, 这与 Bowlby 依恋理论的核心观点一致^[26-27]。值得注意的是, 过去6个月与父母关系质量的标准化回归系数绝对值 ($\beta=-0.52$) 高于对父母信任程度 ($\beta=-0.45$), 可能反映即时的互动质量比长期的信任认知对抑郁情绪的缓冲作用可能更强^[28-29]。动态的亲子互动通过提供实时情感反馈, 可能比静态的信任评估更能有效缓解抑郁症状。本研究提示未来家庭干预策略需从单向的信任建设转向双向互动质量提升, 例如通过家庭干预中的亲子沟通训练、冲突解决演练等方式增强关系修复的即时性^[30-31]。

此外, 尽管 78.14% 的样本来自多子女或扩展家庭, 但家庭成员人数在单因素分析及回归分析中均未表现出与受访者抑郁程度的显著相关性, 这可能是由于家庭系统中特定二元关系 (如父子、母子) 的质量比整体家庭结构特征对子代心理适应水平更具预测力^[32]。

4.3 学业自我效能感对受访者抑郁程度的影响

研究发现学业自我效能感对受访者抑郁程度呈现差异化影响模式: 学业压力对抑郁程度有显著正向预测力 ($\beta=0.96, P<0.001$), 而学业满意度等指标在多重线性回归模型中未表现出对受访者抑郁程度的显著影响。这一结果部分支持 Bandura 的自我效能理论^[33], 普通高中生的抑郁情绪更易受压力感知而非能力评价驱动。可能的解释是, 在高考导向的教育生态中, 学生可能将短期压力体验泛化为对自我价值的否定, 形成“压力-无能感-抑郁”的恶性循环, 此外, 学业压力还可能通过削弱个体对压力源的掌控感加剧抑郁。值得注意的是, 尽管学业压力与抑郁呈较强正相关 ($\beta=0.284, P<0.001$), 但其与学业满意度仅呈较弱负相关 ($\beta=-0.134, P<0.05$), 反映出中国现行教育体制下学生可能同时存在高压与高学业满意度的矛盾心理, 这种认知失调本身可能导致普通高中生的抑郁易感性^[34]。

4.4 研究优势与局限性

本研究优势如下:①采用 CFPS2022 全国概率抽样数据,结论具一定的人群代表性;②构建多指标亲子联结强度与学业自我效能感指标体系,突破既往研究的单指标局限;③聚焦普通高中生,为差异化心理健康服务提供证据。局限性主要为样本量较小。未来可设计纵向研究并扩大样本,并整合社会网络分析等分析方法探讨多系统交互机制。

5 结论

基于全国性数据,本研究揭示了亲子联结与学业压力对普通高中生抑郁情绪的差异化影响。亲子联结强度通过即时关系质量与长期信任维度发挥对普通高中生心理状况的独立保护效应,其中动态的亲子互动质量对抑郁情绪的缓冲作用尤为显著,凸显家庭支持的核心作用;学业压力感知作为独立风险因子,其对抑郁程度的影响显著超越学业满意度等其他学业自我效能感指标,折射出高考压力情境下认知-情绪的解离特征。建议家校协同干预优先通过亲子互动训练、学业压力认知行为疗法等靶向路径。本研究为《健康中国行动-儿童青少年心理健康行动方案》中“家校协同心理服务体系建设”目标提供了靶向指标(亲子联结强度、学业压力),未来研究需通过追踪设计进一步验证变量间因果路径,并探索家庭-学校系统对高中生抑郁情绪影响的动态交互机制。

参考文献

- [1] Friedrich M J. Depression is the leading cause of disability around the world[J]. *Jama*, 2017, 317(15): 1517-1517.
- [2] 杨之旭,彭海云,辛素飞.疫情后期青少年的抑郁和焦虑变迁趋势及其潜在因果:一项追踪研究[J].*心理学报*,2024,56(04):482-496.
- [3] 牟帮军.中小学生抑郁的变化趋势及其风险预警模型的构建[D].贵州师范大学,2024.
- [4] 刘贤臣,郭传琴,王均乐,等.高中生抑郁情绪及其影响因素调查[J].*中国心理卫生杂志*,1991,(01):24-26+48.
- [5] 刘杰,孟会敏.关于布朗芬布伦纳发展心理学生态系统理论[J].*中国健康心理学杂志*,2009,17(02):250-252.
- [6] 俞国良,李建良,王勃.生态系统理论与青少年心理健康教育[J].*教育研究*,2018,39(03):110-117.
- [7] 龚芳敏,易培,吴一波.媒介使用行为对青少年抑郁情绪的影响——家庭健康和自我效能的链式中介作用[J].*吉首大学学报(社会科学版)*,2023,44(06):124-136.
- [8] 汤佳怡,付成好,徐慰.青少年家庭功能对抑郁和社交焦虑的影响:公正世界信念的中介作用[J/OL].*心理发展与教育*,2025,(05):701-709[2025-04-29].
- [9] 李思迅,王美雯,杨燕平,等.情绪调节与注意缺陷多动障碍患儿焦虑/抑郁症状:社交问题的中介效应和家庭功能的调节[J].*四川大学学报(医学版)*,2024,55(02):346-352.
- [10] 杨庆平,沈梓锋,赖雪芬.高中生化学学业求助行为、学业自我效能感与化学学习焦虑的关系:个体中心的视角[J].*化学教育(中英文)*,2023,44(07):93-100.
- [11] 杨青松.学业自我效能感对中学生考试焦虑的影响:链式中介效应及性别差异[J].*中国临床心理学杂志*,2022,30(02):414-420.
- [12] 汤舒俊.基于学业自我效能感的团体辅导对高中生考试焦虑的干预实验[J].*教育研究与实验*,2018,(02):92-96.
- [13] 罗荣,陈京军.初中生成就归因、学业自我效能感对外语焦虑的预测模型[J].*中国临床心理学杂志*,2013,21(02):300-302+305.
- [14] 王小华,吴双虹.化“数字”为“数治”:数字素养与村民社会治理参与[J].*湖南农业大学学报(社会科学版)*,2025,26(01):62-71.
- [15] 孔玉皓,马宁,李晓谕,等.抑郁状态及其变化与生育意愿的关联性——基于中国家庭追踪调查的育龄人群的研究[J].*中国公共卫生*,2025,41(01):61-67.
- [16] Missinne S, Vandeviver C, Van de Velde S, et al. Measurement equivalence of the CES-D 8 depression-scale among the ageing population in eleven European countries[J]. *Social science research*, 2014, 46: 38-47.
- [17] Briggs R, Carey D, O'Halloran A M, et al. Validation of the 8-item Centre for Epidemiological Studies Depression Scale in a cohort of community-dwelling older people: data from The Irish Longitudinal Study on Ageing (TILDA)[J]. *European Geriatric Medicine*, 2018, 9: 121-126.
- [18] 栾新红.大数据视角下中小学生学习表现的影响因素研究[D].福建师范大学,2021.
- [19] 曾晓强.大学生父母依恋及其对学校适应的影响[D].西南大学,2009.
- [20] 赵景欣,刘媛.留守青少年抑郁的发展轨迹:亲子分离和亲子联结的作用[C]//中国心理学会.第二十三届全国心理学学术会议摘要集(上).山东师范大学心理学院,2021:50-51.
- [21] 王华栋,王卉,廖巧毅,等.亲子联结问卷的修订及在高职院校少数民族护生中的应用研究[J].*现代职业教育*,2021,(52):28-29.
- [22] Balázs J, Miklósi M, Keresztény Á, et al. Adolescent subthreshold-depression and anxiety: Psychopathology, functional impairment and increased suicide risk[J]. *Journal of child psychology and psychiatry*, 2013, 54(6): 670-677.

- [23]段成荣,吕利丹,王宗萍.城市化背景下农村留守儿童的家庭教育与学校教育[J].北京大学教育评论,2014,12(03):13-29+188-189.
- [24]陈鹏,李铭泽.分割抑或趋同:基础教育阶段学生教育期望性别差距的城乡比较——来自中国教育追踪调查基线调查数据的实证分析[J].武汉理工大学学报(社会科学版),2019,32(04):34-42.
- [25]唐梅.亲子互动质量与小学生攻击行为的关系及干预研究[D].江西师范大学,2024.
- [26]张玉沛,郭本禹.鲍尔比的依恋理论及其临床应用[J].南京晓庄学院学报,2012,28(01):66-70+123.
- [27]朱佳颖.依恋理论述评及展望[J].黑龙江教育学院学报,2012,31(08):98-101.
- [28]洪彩云.父母教养方式、学业自我效能感和学习适应性的关系研究[D].厦门大学,2021.
- [29]杨静.论不同家庭结构中的亲子关系[J].中国德育,2020,(04):41-44.
- [30]徐超凡.家庭治疗对“问题少年”的心理干预研究[D].中国人民公安大学,2017.
- [31]李小静,李曙亮.心理教育性家庭干预在青少年抑郁症患者中的应用效果[J].中国民康医学,2020,32(20):64-66.
- [32]杨雄.社会学视域下的家庭教育:结构、关系与功能[J].中华家教,2023,(02):8-15.
- [33]林皎.班杜拉自我效能理论研究综述与展望[J].文化学刊,2024,(06):148-151.
- [34]季文婕.初中生学业压力与学习满意度的关系[D].延安大学,2018.

The effects of parent-child bonding strength and academic self-efficacy on depression among general high school students: a study based on China Family Panel Studies 2022

Wen-li Yu¹, Yongyi Lu², Pu Ge³, Sai-er Yang⁴, Rui-feng Zhang^{5*}

¹ Jilin Sport University, Changchun, China

² Faculty of Health Sciences, University of Macau, Macau, China

³ School of Traditional Chinese Medicine, Beijing University of Chinese Medicine, Beijing, China

⁴ Department of Nursing, Army Medical University, Chongqing, China

⁵ Phoenix Lake Kindergarten, Guangzhou, China

Abstract:

OBJECTIVES: To ascertain the differential effects of parent-child bonding strength and academic self-efficacy on depression among high school students and to provide empirical evidence for collaborative home-school interventions in the context of the "double reduction" policy.

METHODS: The study is based on data from the China Family Panel Studies (CFPS) conducted in 2022. A sample of 366 high school students was selected for the study. The CES-D 8 scale was utilised to evaluate the severity of depression, and a multidimensional index system was devised to ascertain the strength of parent-child bonding (relationship quality, level of trust) and academic self-efficacy (academic satisfaction, stress perception, self-evaluation, and assessment of student leaders' fitness). The interrelationship among the variables was investigated through multiple linear regression analysis.

RESULTS: The results of the study indicated that the respondents demonstrated a depression detection rate of 26.23% (CES-D 8 total score ≥ 7). The quality of the respondents' relationships with their parents in the past six months was found to be a significant predictor of depression, with a beta coefficient of -0.52 and a p-value of 0.008. Additionally, the degree of trust in parents was found to be a predictor of depression, with a beta coefficient of -0.45 and a p-value of <0.001 . The protective effect of the quality of immediate interactions was found to be more pronounced. In terms of academic self-efficacy, the perception of academic stress was identified as a core risk factor for depression ($\beta = 0.96$, $P < 0.001$).

CONCLUSION: It is concluded that parent-child bonding has a significant role to play in alleviating depression in high school students. This is achieved through two main pathways: dynamic interaction and long-term trust. Furthermore, it is evident that academic stress specifically drives psychological risk. Collectively, these factors constitute a differential mechanism of action within the family-academic system. It is recommended that collaborative home-school interventions prioritise enhancing the quality of parent-child interactions and reconfiguring stress cognitive strategies to provide a targeted pathway to the goal of depression prevention and control in high school students.

Keywords: Parent-child Bonding Strength; Academic Self-efficacy; Depression; China Family Panel Studies