



早期家庭风险与大学生焦虑情绪的相关研究

徐子涵¹ 张雨婷¹ 周思雨¹ 高兰婷¹ 李春霞¹ 李锦友¹ 周晨曦¹, 王新珠², 张玉霞³

(1. 西昌学院, 教师教育学院, 应用心理学 21 级 1 班; 2. 教师教育学院副教授; 3. 学生工作部讲师)

摘要: 本文基于对 128 名大学生的调查结果, 研究早期家庭风险与焦虑情绪的关系。研究发现, 对于大学生而言, (1)早期家庭风险是较为常见的现象, 家庭暴力是出现频率最多的类型, 然后是家庭变故、虐待和冷暴力以及父母精神不正常; (2)早期家庭风险与焦虑情绪显著正相关; (3)在控制了性别、年龄、户口、独生子女以及当前家庭经济状况变量后, 早期家庭风险可以显著正向预测焦虑情绪。研究揭示, 早期家庭风险有可能损害个体情绪调节能力, 从而导致个体在成年早期更易产生焦虑情绪。

关键词: 早期家庭风险, 大学生, 焦虑情绪

Abstract: Based on the survey results of 128 college students, this study investigates the relationship between early family risk and anxiety. The study found that for college students, (1) early family risk is a common phenomenon, with domestic violence being the most frequent type, followed by family upheaval, abuse and emotional neglect, and parental mental illness; (2) early family risk is significantly positively correlated with anxiety; (3) after controlling for gender, age, household registration, only child status, and current family economic conditions, early family risk

本项目获得 2023 年四川省省级大学生创新创业训练项目的支持: 正念冥想改善大学生焦虑的机制以及练习策略研究。

2790-0622 © Shuangqing Academic Publishing House Limited All rights reserved.

Article history: Received September 5, 2023 Accepted October 18, 2023 Available online October 19, 2023
To cite this document: 徐子涵, 张雨婷, 周思雨, 高兰婷, 李春霞, 李锦友, 周晨曦, 王新珠, 张玉霞 (2023).

早期家庭风险与大学生焦虑情绪的相关研究. 心理学研究前沿, 第 1 卷第 2 期, 1-8 页.

Doi: <https://doi.org/10.55375/fopr.2023.1.2.1>

can significantly predict anxiety. The study reveals that early family risk may impair individuals' emotional regulation ability, leading to a greater likelihood of experiencing anxiety in early adulthood.

Keywords: Early family risk, College students, Anxiety emotions

大学生心理健康是高校工作的重点和难点。2010 至 2020 的 10 年间，中国大学生心理问题的检出率一直缓慢上升，尤其是抑郁、焦虑和睡眠问题(陈雨濛 *et al.*, 2022)。在近年的新冠肺炎期间，中国大学生焦虑症状检出率为 24.2%，明显高于疫情之前的检出率 21.9%(翟文海 *et al.*, 2022)。另一项调查表明，在疫情期间，约 2/5 的大学生报告了明显的焦虑症状(Fu *et al.*, 2021)。很多现实因素可以引起大学生的焦虑情绪，如学业挫折、就业压力和经济压力等。实际上，个体的心理健康是生命事件累积的结果，当前的心理状态既与现实刺激有关，也与以往经历有关。比如，研究表明，儿童期的躯体情感虐待经历可以显著预示大学期间的心理健康水平(陈晶琦, 2005)。本研究从早期风险视角出发，采用问卷调查方法，考察早期家庭风险对大学生焦虑的长远影响，结果发现，大学生的早期家庭风险可以显著预测其焦虑情绪。本研究的结果有助于人们更好地理解大学生焦虑的产生原因，并为大学生焦虑的心理干预提供有益的启示。

1 文献回顾

1.1 早期家庭风险与心理健康

人的生命是一个连续体。从生命孕育开始，生命的发展就开始受到环境的影响。早期的不利环境会对个体终身健康带来伤害(Taylor *et al.*, 2011)，学者们提出早期风险模型来描述这一现象(Kalmakis and Chandler, 2015)。早期风险指儿童在家庭中所经历的不幸和压力，在学校中遇到的挫折和欺凌，以及社会或自然导致的困难和灾害。早期风险模型是解释成年人身心健康的一个新视角，意味着心理疾病的预防与治疗同样重要。当前，这一模型更多地被用来解释成年人健康不平等的现象，并为预防医学提供了部分理论基础(石智雷 and 吴志明, 2018)。

在早期风险影响心理健康的研中，早期家庭风险是一个备受关注的话题，因为生命从一开始便在家庭中成长，家庭是儿童最为密切的环境。儿童所经历的家庭风险多种多样，一般包括家庭贫困、父母冲突、家庭破碎、虐待、父母教育水平低下以及情感忽视等等。这些风险皆能够显著预示成年人的心理健康。比如，儿童期所经历的情感忽视和家庭贫困可以显著预测成年早期的创伤后应激障碍、严重抑郁障碍、学业成绩和青年期犯罪概率(Nikulina *et al.*, 2011)。一项研究利用档案数据，使用事后设计(ex-post facto design)的方式，调查了那些儿童期经历父母冲突的成年人，发现儿童期经历的父母冲突可以显著预测他们在成年期的抑郁水平(Schmidtgall *et al.*, 2000)。研究还发现，儿童在父母离异后的转折期往往无法适应生活中的挑战，不能顺利完成其发展阶段的任务，当这些儿童进入青春期和成年期后，他们比同龄人有更大的机率产生更严重的心理适应问题，包括各种心理疾病、酗酒、吸毒、过早性行为以及学业、就业困难等(李晓巍 *et al.*, 2012)。在早期逆境的研究中，研究者发现父母的教育水平可以显著预测成年子女的抑郁水平，低学历父母的成年人更容易罹患抑郁症(Schilling *et al.*, 2008)。儿童期虐待经历是成年人精神疾病的有效预测源之一(Merrick *et al.*, 2017)。

心理学研究常用自我调节假说来解释早期家庭风险与成年期心理健康之间的关联。Poole *et al.* (2017)认为, 早期家庭风险损害了个体的情绪调节能力和心理弹性。国内学者认为, 童年期逆境能够伤害个体的动态调节能力(如认知灵活性、解决问题的能力和自我评价等), 导致成年期较低的适应能力, 从而容易产生焦虑和抑郁等心理问题(沈思彤 *et al.*, 2021)。早期家庭风险导致的早期应激反应可以影响相关脑区和神经环路(如前额叶和杏仁核)的功能而降低情绪调节能力, 从而增加成年期心理问题的概率(张慧会 and 张亮, 2018)。

1.2 早期家庭风险和大学生焦虑

焦虑是大学生较常体验的一种消极情绪(李昌庆, 2021)。很多现实因素可以导致大学生的焦虑情绪, 如学业压力、人际关系和经济压力(李桂林, 2006)。一些社会因素也会导致大学生的焦虑情绪, 比如, 新冠疫情期间, 大学生的焦虑检出率较疫情之前明显较高(翟文海 *et al.*, 2022)。国家经济下行时, 大学生的焦虑情绪就会上升(李振委, 2009)。当前关注大学生焦虑的研究多关注当前的现实因素。

实际上, 早期家庭风险与成年人焦虑症状之间存在着一定的关联。Young *et al.* (1997)调查了 650 名门诊成年抑郁和焦虑症患者, 发现他们之中有 35% 的人报告了童年期遭受过情感虐待、身体虐待或性虐待。张珊明 *et al.* (2022)以大学生为研究对象, 发现早期遭受的情感虐待与广泛性焦虑障碍有显著的关联。早期家庭风险(如消极的家庭氛围、虐待、失去亲人等)可导致个体对消极事件的易感性, 从而使这些个体在成年期更容易罹患抑郁和焦虑(Marackova *et al.*, 2016)。

本研究以在校大学生为对象, 考察早期家庭风险与其焦虑情绪的关系, 以丰富人们对大学生焦虑情绪的理解, 并启示心理疾病的预防策略。本研究提出的假设为: 早期家庭风险能够显著正向预测大学生焦虑情绪。

2 研究方法

2.1 调查对象

本研究的调查对象为四川某高校的在校大学生。以方便抽样的方式, 在班级 QQ 群里邀请大一和大二的心理学专业和教育学专业的学生参与调查。调查对象在网上填写问卷, 最终有效样本为 128 人。样本中男性 28 人, 占 21.9%, 女性 100 人, 占 78.1%(样本来自的专业以女生为主); 农村户口为 98 人, 占 76.6%, 城镇户口为 30 人, 占 23.4%。独生子女有 29 人, 占 22.7%, 非独生子女有 99 人, 占 77.3%。年龄均值为 19.41 岁, 标准差为 3.71。

2.2 测量工具

早期家庭风险的测量项目共有 5 个: 在 12 岁之前, (1)家庭是否经历过重大事故或变故(如父母离异、家人去世和重大财产损失等); (2)父亲或母亲的精神状态是否正常; (3)家庭中是否出现暴力情境(如父母一方对另一方进行言语辱骂、推搡、拳打脚踢等行为); (4)在家庭中是否受到过虐待(如过多的言语辱骂、经常性的贬低嘲讽、惩罚性的断食断钱、发狠性的拳打脚踢); (5)家庭中是否有过冷暴力(无言语沟)。选择“是”赋值为 1, 选择“否”赋值为 0。5 个项目赋值相加, 总分越高, 早期心理风险越高。

焦虑情绪的测量项目共有 5 个: 在最近两个月, 您感觉(1)紧张或着急; (2)无缘无故感到害怕; (3)心里烦乱或感到惊恐; (4)要发疯; (5)心平气和, 容易安静坐着。每个项目使用 5 点量表法, “1”表示“从无”, “5”表示“总是”。这 5 个项目的平均值越高, 表明焦虑情

绪越严重。本研究中，焦虑情绪的克隆巴赫系数为 0.73。

控制变量包括性别(1=男性, 2=女性), 户口(1=农村户口, 2=城镇户口), 独生与否(1=独生子女, 2=不是独生子女), 年龄和家庭经济状况(让被试在 5 点量表法上评价当前家庭的经济状况, “1” 表示“很差”, “5” 表示“很好”)。

3 研究结果

3.1 描述性分析

调查结果表明, 23 名学生(占 18.0%)报告曾在儿童期经历过家庭重大变故, 6 名学生(占 4.7%)报告他们在儿童期自己的父母(或其中一方)精神状态不正常; 27 名学生(占 21.1%)报告他们在儿童期间曾经历家庭暴力; 20 名学生(占 15.6%)报告儿童期曾经历虐待; 19 名学生(占 14.8%)报告儿童期曾经历家庭冷暴力。可见, 家庭暴力是出现频率最多的早期家庭风险类型, 然后是家庭变故、虐待和冷暴力, 父母精神不正常是最少见的早期家庭风险类型。

表 1 早期家庭风险累积情况

| 早期家庭风险累积 | 频率 | 百分比 | 累积百分比 |
|----------|----|------|-------|
| 4 | 2 | 1.6 | 1.6 |
| 3 | 15 | 11.7 | 13.3 |
| 2 | 11 | 8.6 | 21.9 |
| 1 | 24 | 18.8 | 40.7 |
| 0 | 76 | 59.3 | 100 |

表 1 表明, 有 40.7% 的大学生报告自己经历过早期家庭风险; 报告自己经历了 1 种、2 种、3 种和 4 种早期家庭风险的大学生分别占 18.8%, 8.6%, 11.7% 和 1.6%。可见, 早期家庭风险比较普遍地存在于中国家庭之中。本研究中, 早期家庭风险的均值为 0.77(标准差为 1.12), 由于测量分值区间为 0~5, 说明平均而言, 大学生在回忆中很少经历本研究列举的早期家庭风险。焦虑情绪在 5 点量表上的均值为 3.13(标准差为 0.66), 略高于中间值 3.00, 说明调查中的大学生有稍高的焦虑水平。主观评价的家庭经济状况在 5 点量表上的均值为 2.75(标准差为 0.76), 略低于中间值 3, 意味着平均而言调查对象目前的家境一般。

3.2 相关分析

早期家庭风险、焦虑情绪、年龄和当前家庭经济状况皆为连续变量, 它们之间的相关呈现在表 2 中。

表 2 统计分析

| | 早期家庭风险 | 焦虑情绪 | 年龄 | 当前家庭经济状况 |
|----------|--------|--------|-------|----------|
| 早期家庭风险 | 1 | | | |
| 焦虑情绪 | 0.58** | 1 | | |
| 年龄 | 0.01 | 0.02 | 1 | |
| 当前家庭经济状况 | -0.18* | -0.22* | -0.06 | 1 |

注释: **与*分别表示 0.01 和 0.05 水平上显著。下同。

表 2 表明, 焦虑情绪与早期家庭风险为正相关($r=0.58$, $p<0.01$), 与当前家庭经济状况为负相关($r=-0.22$, $p<0.01$)。

3.2 回归分析

回归分析分为两步, 步骤 1 中只有控制变量, 以考察控制变量对大学生焦虑情绪的预测效应; 步骤 2 中加入了早期家庭风险, 以分析在控制变量存在的情况下, 它对大学生焦虑情绪的预测效应。

表 3 早期心理风险预测焦虑情绪

| | 步骤 1 | | 步骤 2 | |
|------------|-------------------|--------|---------|--------|
| | β | t | β | t |
| (常量) | | 4.63** | | 4.94** |
| 户口 | 0.01 | 0.06 | 0.02 | 0.23 |
| 性别 | 0.18 | 2.05* | 0.20 | 2.73 |
| 独生与否 | 0.07 | 0.72 | -0.01 | -0.10 |
| 年龄 | 0.06 | 0.62 | 0.05 | 0.68 |
| 当前家庭经济状况 | -0.23 | -2.49* | -0.13 | -1.68 |
| 早期家庭风险 | | | 0.57 | 7.81** |
| F | 2.18 ^a | | 12.89** | |
| $Adj. R^2$ | 0.04 | | 0.36 | |

标注: ^a基础模型 F 值 2.18 的显著性 p 值为 0.061, 达到边缘性显著水平。

在第一步回归分析中, 我们使用的模型为:

标准化的模型公式为: 焦虑情绪 = $\beta + \alpha_1 * \text{户口} + \alpha_2 * \text{性别} + \alpha_3 * \text{独生与否} + \alpha_4 * \text{年龄} + \alpha_5 * \text{当前家庭经济状况}$ 。

其中, α_1 、 α_2 、 α_3 、 α_4 、 α_5 代表户口、性别、独生与否、年龄和当前家庭经济状况的系数。

结果显示, α_1 、 α_2 、 α_3 、 α_4 、 α_5 分别为 0.01、0.18、0.07、0.06 和 -0.23。

整个模型达到了边缘性显著水平($F=2.18$, $p=0.061$)。其中, 当前家庭经济状况对焦虑情绪的预测效应显著($\beta=-0.23$, $p<0.05$), 说明当前家庭经济条件较好的大学生有较低的焦

虑情绪。性别也可显著预测焦虑情绪($\beta=0.18$, $p<0.05$), 说明相比于男性, 女性有较高的焦虑情绪。户口与独生与否两个控制变量的预测效应皆不显著。

在第二步回归中, 标准化模型公式为:

焦虑情绪= $\beta+\alpha_1*\text{户口}+\alpha_2*\text{性别}+\alpha_3*\text{独生与否}+\alpha_4*\text{年龄}+\alpha_5*\text{当前家庭经济状况}+\alpha_6*\text{早期家庭风险}$ 。其中, α_6 表示早期家庭风险的系数。

结果显示, α_1 、 α_2 、 α_3 、 α_4 、 α_5 和 α_6 分别为 0.02、0.20、-0.01、0.05、-0.13 和 0.57。

结果显示, 模型达到显著水平($F=12.89$, $p<0.01$)。早期家庭风险对大学生焦虑情绪有关显著的预测效应($\beta=0.57$, $p<0.01$), 说明报告了较高水平早期家庭风险大学生, 有较高的焦虑情绪。其他控制变量的预测效应则不显著。

4 讨论分析

4.1 早期家庭风险状况

描述统计表明, 家庭暴力是出现频率最多的早期家庭风险类型(占比 21.1%), 然后是家庭变故(占比 18.0%)、虐待(占比 15.6%)和冷暴力(占比 14.8%), 父母精神不正常(占比 4.7%)是最少见的早期家庭风险类型。此外, 有 40.7% 的大学生报告自己经历过不同的早期家庭风险; 报告自己经历了 1 种、2 种、3 种和 4 种早期家庭风险的大学生分别占 18.8%, 8.6%, 11.7% 和 1.6%。尽管早期家庭风险均值($M=0.77$)较低, 但这也表明大学生经历早期家庭风险是较为常见的现象, 同时也具有个体积聚性, 即少部分大学生会经历多种早期家庭风险。

4.2 早期家庭风险预测焦虑情绪

表三的步骤 1 结果表明, 性别、年龄、户口、独生子女和当前家庭经济状况等构成的模型达到了边缘显著性, 其中, 当前家庭经济状况可显著负向预测大学生焦虑情绪, 同时性别的预测效应也达到了显著水平, 并且女性的焦虑情绪要高于男性。步骤 2 加入了早期家庭风险, 此时模型达到了非常显著的水平, 并且早期家庭风险能够显著正向预测焦虑情绪, 这样, 研究假设得到了很好的支持。

本研究的结果与以往同类研究的结果具有一致性。比如, 张珊明 *et al.* (2022)发现, 早期情感虐待可显著预测大学生广泛性焦虑障碍。国外的综述表明, 经历了较多早期家庭风险的成年人, 更容易患上抑郁症和焦虑症(Marackova *et al.*, 2016)。本研究实质上考察了多种家庭风险的累积对大学生焦虑情绪的预测效应, 而以往研究多探讨某一种早期家庭风险的作用, 如张珊明 *et al.* (2022)只探讨了早期虐待一种家庭风险。

早期风险模型认为, 生命早期的消极经历可以影响个体终身健康。心理学的调节能力假说表明, 早期风险主要是通过病理性应激而损害个体相关脑区和神经环路的功能, 从而降低了个体的自我调节能力, 最终导致个体在成年后更容易产生心理问题(张慧会&张亮, 2018)。家庭风险往往具有多重性和累积性, 对儿童的神经功能有深刻的影响, 最终结果就是个体在未来不能很好地管理和调节自己的情绪和行为, 从而更可能体验到消极情绪(张慧会&张亮, 2018)。调节能力假说可较好解释早期家庭风险和成年期的焦虑情绪, 这一点已经被更多的神经心理学研究所支持(张慧会&张亮, 2018)。

5 研究优势与不足

本研究发现早期家庭风险的累积可以显著预测大学生的焦虑情绪; 并且用调节能力假说来解释这种预测效应。整体上, 本研究的内部效度较好。不足之处在于三个方面, 一是, 本研究样本较小, 导致研究结果的外部效度较低; 二是, 本研究的焦虑情绪的测量工具只有 5

个项目，而且没有包含生理唤醒等条目，这在一定程度上影响了概念测量的有效性；三是，本研究没有控制当前现实因素(如学业压力和就业压力等)对焦虑情绪的影响。未来的研究可以通过扩大样本使用更为完整的焦虑测量量表，以及控制当前现实因素对焦虑情绪的影响，以获得更深入的研究成果。

参考文献：

- [1] Fu, W., Yan, S., Zong, Q., Anderson-Luxford, D., Song, X., Lv, Z., &Lv, C. (2021). Mental health of college students during the COVID-19 epidemic in China. *Journal of Affective Disorders*, 280, 7–10
- [2] Kalmakis, K. A., &Chandler, G. E. (2015). Health consequences of adverse childhood experiences: A systematic review. *Journal of the American Association of Nurse Practitioners*, 27(8), 457–465
- [3] Marackova, M., Prasko, J., Matousek, S., Latalova, K., Hruby, R., Holubova, M. Grambal, A. (2016). The impact of childhood adversities on anxiety and depressive disorders in adulthood. *Neuroendocrinology Letters*, 37(7), 478–484
- [4] Merrick, M. T., Ports, K. A., Ford, D. C., Afifi, T. O., Gershoff, E. T., &Grogan-Kaylor, A. (2017). Unpacking the impact of adverse childhood experiences on adult mental health. *Child abuse &neglect*, 69, 10–19
- [5] Nikulina, V., Widom, C. S., &Czaja, S. (2011). The role of childhood neglect and childhood poverty in predicting mental health, academic achievement and crime in adulthood. *American journal of community psychology*, 48, 309–321
- [6] Poole, J. C., Dobson, K. S., &Pusch, D. (2017). Anxiety among adults with a history of childhood adversity: Psychological resilience moderates the indirect effect of emotion dysregulation. *Journal of Affective Disorders*, 217, 144–152. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2017.03.047>
- [7] Schilling, E. A., Aseltine, R. H., &Gore, S. (2008). The impact of cumulative childhood adversity on young adult mental health: Measures, models, and interpretations. *Social science &medicine*, 66(5), 1140–1151. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2007.11.023>
- [8] Schmidtgall, K., King, A., Zarski, J. J., &Cooper, J. E. (2000). The effects of parental conflict on later child development. *Journal of Divorce &Remarriage*, 33(1–2), 149–157
- [9] Taylor, S. E., Way, B. M., &Seeman, T. E. (2011). Early adversity and adult health outcomes. *Development and Psychopathology*, 23(3), 939–954
- [10] Young, E. A., Abelson, J. L., Curtis, G. C., &Nesse, R. M. (1997). Childhood adversity and vulnerability to mood and anxiety disorders. *Depression and anxiety*, 5(2), 66–72
- [11] 陈晶琦(2005). 391 名大学生儿童期躯体情感虐待经历及其对心理健康的影响. 中国校

医, 19(4), 341–344

- [12] 陈雨濛, 张亚利, &俞国良(2022). 2010~ 2020 中国内地大学生心理健康问题检出率的元分析. 心理科学进展, 30(5), 991–1004
- [13] 翟文海, 张琼, 胡卫, &闫俊(2022). 新冠肺炎疫情发生前后中国大学生焦虑症状及相关因素的 meta 分析. Chinese Mental Health Journal, 36(7), 626–632
- [14] 李昌庆(2021). 中国大学生焦虑现状的 meta 分析. 现代预防医学, 48(02), 308–311
- [15] 李桂林(2006). 大学生焦虑心理原因分析及对策研究. 河南理工大学学报(社会科学版)(01), 76–78. 10. 16698/j. hpu(social. sciences). 1673–9779. 2006. 01. 020
- [16] 李晓巍, 周晴, 邹泓, &胡辰(2012). 新起点项目: 一项预防离异家庭儿童心理健康问题的家长干预技术. 中国特殊教育, 2, 57–59
- [17] 李振委(2009). 经济寒冬下大学生就业突出心理问题及其引导. 重庆电子工程职业学院学报, 18(3), 2–10
- [18] 沈思彤, 陈沼桦, 孙笑笑, 谢菲, 陈蓓婧, 覃雪梅, 戴琴 (2021). 童年创伤对成年早期心理弹性的影响及动态调节机制: 4 年追踪研究. 第三军医大学学报, 43(4), 359–367.
- [19] 石智雷, &吴志明(2018). 早年不幸对健康不平等的长远影响: 生命历程与双重累积劣势. 社会学研究(3), 166–192
- [20] 张慧会, &张亮(2018). 早期应激对情绪调节的影响及其神经机制. 心理科学进展, 26(7), 1193 – 1203
- [21] 张珊明, 张晓露, 罗匡, &杨元花(2022). 情感虐待对大学生焦虑情绪的影响: 心理韧性与安全感的作用. 心理技术与应用, 10(11), 695–704