



早期家庭逆境对大学生焦虑的长臂影响研究

高兰婷¹ 李春霞¹ 李锦友¹ 周晨曦¹ 徐子涵¹ 张雨婷¹ 周思雨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. 西昌学院, 教师教育学院副教授;
3. 西昌学院, 学生工作部讲师)

摘要: 焦虑是大学生群体中常见的心理健康问题。本研究探讨早期(12 岁之前)家庭逆境对大学生焦虑的长臂影响。我们采用问卷法收集数据, 并运用相关分析和回归分析法进行数据分析。研究发现, 对于大学生而言, (1)焦虑的情绪体验较躯体感受更为明显; (2)早期家庭逆境可正向预测焦虑的情绪体验; (3)早期家庭逆境可正向预测焦虑的躯体感受。神经功能模型和生物嵌入模型是解释早期家庭逆境影响大学生焦虑的主要视角。

关键词: 早期家庭逆境, 大学生, 焦虑, 长臂影响

Abstract: Anxiety is a common mental health problem among college students. This study explores the long-arm impact of early family adversity (before the age of 12) on anxiety among college students. Collect data using the questionnaire method and process the data using correlation analysis and regression analysis. Research has found that for college students, (1) the emotional experience of anxiety is more pronounced than the physical experience; (2) Early family adversity can positively predict the emotional experience of anxiety; (3) Early family adversity can positively predict the physical feelings of anxiety. The neural function model and biological embedding model are the main perspectives to explain the impact of early family

项目支持: 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。

Doi:10.55375/pabr.2023.2.3

2957-3718/© Shuangqing Academic Publishing House Limited All rights reserved.

Article history: Received September 18, 2023 Accepted December 22, 2023 Available online December 25, 2023

To cite this paper: 高兰婷, 李春霞, 李锦友, 周晨曦, 徐子涵, 张雨婷, 周思雨, 王新珠, 张玉霞 (2023). 早期家庭逆境对大学生焦虑的长臂影响研究. 心理学与行为研究, 第 1 卷, 第 2 期, 27-33.

Doi: <https://doi.org/10.55375/pabr.2023.2.3>

adversity on college students' anxiety.

Keywords: *Early family adversity, College students, Anxiety, Long-arm impact*

焦虑是大学生体验较多的消极情绪,长期处于焦虑状态会引发多种慢性身心疾病和不健康行为,如酗酒、辍学、旷课和学业拖延,也可导致自伤行为,甚至是自杀行为(翟文海 & 张琼, 2022)。焦虑常常包括两个方面的自诉症状,一是情绪体验,如紧张、担忧、害怕或心中不宁等;二是躯体感受,呼吸困难、皮肤刺痛和容易疲乏等。研究表明,大部分焦虑症患者都会有较为明显的情绪感觉和躯体感受,这说明焦虑症是一种身心疾病(Mallorquí-Bagué *et al.*, 2016)。

当前环境往往是引发焦虑的重要因素,如学业、经济和工作方面的压力等,常常是大学生焦虑的来源。社会因素也会导致焦虑情绪,如新冠疫情期间,大学生的焦虑症状检出率高于疫情前(24.2% vs. 21.9%)(翟文海&张琼, 2022)。除此之外,研究还发现,早期逆境也是个体成年期焦虑的重要预测源。比如,一项研究调查了2000多名在校大学生,发现儿童期情感虐待经历与大学期间的焦虑水平显著正相关(张珊明 *et al.*, 2022)。针对大学生的纵向调查表明,儿童期逆境经历(包括父母离异、同伴欺凌、情感虐待和性侵犯)可显著预测大学生在校期间的抑郁和焦虑水平(Bhattarai *et al.*, 2023)。

早期逆境是指儿童期经历的消极事件或压力环境。早期逆境既可以发生在家庭中、学校内(如同伴欺凌),也可以发生在社会环境中(如新冠疫情)。目前研究者较多关注生命早期的家庭逆境,因为家庭是个体成长中最早、最密切和影响最为久远的初始环境。研究表明,良好的早期家庭环境是个体终身健康的重要基础,而那些从小生长于不良家庭环境的个体,更可能终身处于身心健康不良之中(高明华, 2020)。

早期逆境对成年期心理健康的预示效应可由多种模型进行解释。调节能力模型认为,早期逆境导致的应激反应伤害到了个体的自我调节能力,致使个体在成年期压力环境下不能有效管理和调节自己的情绪和行为,从而更容易产生心理问题(沈思彤 *et al.*, 2021)。生物嵌入模型认为,童年压力“被编程进”巨噬细胞(一种免疫细胞),导致这些细胞具有促炎倾向,这种促炎倾向会进一步干扰与身心健康有关的微观生理过程,最终损害成年个体的适应能力而带来诸多身心健康问题(Miller *et al.*, 2011)。神经功能模型发现,生命早期的压力环境会影响到相关脑区和神经环路(如前额叶和杏仁核)的功能,从而损害了个体的情绪调节能力,使个体面临较高的心理问题风险(张慧会 & 张亮, 2018)。可见,早期逆境所产生的压力与应激会导致个体在成年期有较低自我调节能力和环境适应能力,从而使个体更易罹患心理疾病。

在考察早期逆境与成年人焦虑的研究中,较多关注早期逆境对成年期焦虑的情绪体验的预示效应,而较少关注它对焦虑的躯体感受的预示效应。比如, Lähdepuro *et al.* (2019)在研究中调查了1277名成年人,发现早年逆境可以显著预测成年人的焦虑情绪,但此研究并没有关注焦虑的躯体感受。实际上,躯体感受是焦虑的重要构成,研究已经表明,焦虑症患者

者的躯体感受与情绪体验常常相互伴随(Bekhuis *et al.*, 2015)。因此,在测量焦虑时,应该同等关注个体的躯体感受。

焦虑是刚刚进入成年期的大学生经常面临的心理健康问题,本研究以四川本部某二本院校的大学生为研究对象,来考察早期家庭逆境对其焦虑(包括情绪体验和躯体感受)的长臂影响。

研究假设如下:

假设 1,早期家庭逆境可正向预测大学生的焦虑情绪体验。

假设 2,早期家庭逆境可正向预测大学生的焦虑躯体感受。

1 研究方法

1.1 研究被试

本研究的调查对象为四川西部某二本高校的在校大学生。该校大学生约 70%来自四川农村,前期访谈发现他们大多数家境一般,能够较好代表四川农村大学生的情况。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%;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。

1.2 变量和模型

本研究中,早期家庭逆境包括两个方面。一是早期家庭心理风险,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,早期家庭心理风险越高。二是早期家庭经济状况。测量条目有一个,即让被试在 5 点量表上评价 12 岁之前家庭的经济状况,“1”表示“很差”,“5”表示“很好”,赋值越高,则早期家庭状况较好。

焦虑的情绪体验和躯体感受测量项目皆来自(刘新良,2001)的研究,具有良好的信度和效度。情绪体验的测量项目共有 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”。项目 5 使用了反向计分法。这 5 个项目的平均值越高,表明焦虑的情绪体验越严重。本研究中,情绪体验的克隆巴赫系数为 0.73。焦虑的躯体感受的测量项目有 6 个:在最近两个月内,您(1)因为头疼、颈痛和背痛而苦恼;(2)您觉得容易衰弱和疲乏;(3)吸气呼气都感到很容易;(4)手脚麻木和刺痛;(5)因为胃痛和消化不良而苦恼;(6)容易入睡并且一夜睡得很好。每个项目使用 5 点量表法,“1”表示“从无”,“5”表示“总是”。项目 2 和 6 使用反向计分。这 6 个项目的平均值越高,表明个体躯体感受态越明显。本研究中,躯体感受的克隆巴赫信度系数为 0.68。

控制变量包括年龄、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=非独生子女)。

本文使用的回归模型如下: $Y = \beta_0 + \beta_1 * \text{早期家庭逆境} + \beta_2 * \text{早期家庭经济状况} + \beta_3 * \text{早期家庭心理风险} + \beta_4 * \text{户口} + \beta_5 * \text{性别} + \beta_6 * \text{独生与否} + \beta_7 * \text{年龄}$ 。

2 研究结果

2.1 相关分析

首先呈现连续变量的均值和标准差, 以及这些变量之间的相关(见表 1)。

表 1 变量的均值、标准差与相关分析

	M	SD	焦虑情绪体验	焦虑躯体感受	早期家庭心理风险	早期家庭经济状况	年龄
焦虑情绪体验	3.13	0.66	1				
焦虑躯体感受	2.32	0.60	0.43**	1			
早期家庭心理风险	0.78	1.13	0.60**	0.24**	1		
早期家庭经济状况	2.45	0.73	-0.23*	-0.20*	-0.17	1	
年龄	19.41	3.71	0.023	-0.12	0.01	-0.04	1

注释: ** $P < 0.01$, * $P < 0.05$

从表 1 可知, 大学生焦虑的情绪体验均值为 3.13, 略高于五点量表法的中间值 3, 说明大学生在生活中有时感到焦虑情绪。焦虑的躯体感受均值为 2.32, 低于五点量表的中间值 3, 说明大学生焦虑的躯体感受在偶尔与有时之间。

早期心理风险均值为 0.78。由于早期心理风险的取值范围为 0~5, 所以本研究中大学生所报告的早期心理风险水平很低。早期家庭经济状况的均值为 2.45, 低于五点量表的中间值 3, 说明本研究中大学生早期家庭经济状况较差。

表 1 表明, 早期心理风险与情绪体验显著正相关($r = 0.60$, $P < 0.01$), 与躯体感受也为正相关($r = 0.24$, $P < 0.01$); 早期家庭经济状况与情绪体验显著负相关($r = -0.23$, $P < 0.05$), 与躯体感受也为负相关($r = -0.20$, $P < 0.05$); 躯体感受与情绪体验正相关($r = 0.43$, $P < 0.01$)。

2.2 回归分析

在回归分析中, 户口、性别、年龄和独生与否是控制变量, 早期家庭经济状况和早期家庭心理风险是自变量。在模型 1 中, 因变量为焦虑的躯体感受, 在模型 2 中, 因变量是焦虑的情绪体验。回归结果呈现在表 2 中。

表 2 早期逆境对焦虑的预测

	模型 1: 躯体感受		模型 2: 焦虑情绪	
	β	t	β	t
(常量)		4.06**		5.06**
早期家庭逆境				
早期家庭经济状况	-0.14	-1.64	-0.13	-1.71
早期家庭心理风险	0.20	2.45*	0.59	8.19**
户口	-0.15	-1.65	0.02	0.27
性别	0.33	3.96**	0.20	2.73**
独生与否	0.02	0.21	-0.01	-0.14
年龄	-0.05	-0.61	0.05	0.65
F		5.52**		13.89**
Adj. R ²		0.18		0.38

注释: ** $P < 0.01$, * $P < 0.05$

表 2 的模型 1 表明, 早期家庭心理风险对躯体感受的预测效应显著($\beta = 0.20$, $p < 0.05$); 模型 2 表明, 早期家庭心理风险对情绪体验的预测效应显著($\beta = 0.59$, $p < 0.01$)。因此研究假设 1 和假设 2 都得到了很好地支持。

此外, 模型 1 显示性别可以显著预测躯体感受($\beta = 0.33$, $p < 0.01$); 模型 2 显示性别可显著预测焦虑情绪体验($\beta = 0.20$, $p < 0.01$)。可见, 相比于男性, 女性的焦虑水平较高。

其余控制变量对焦虑的预测效应不显著。

3 讨论分析

3.1 早期家庭逆境状况

在本研究中, 大学生报告的早期家庭心理风险均值为 0.78。尽管从早期家庭心理风险的可能取值范围(0~5)来看, 这一均值很低, 但是也值得关注。首先, 即使一种家庭风险的发生都会给孩子带来消极影响, 比如父母一方或双方去世, 或者父母一方或双方精神不正常。其次, 由于家庭心理风险本身并不具有平均分配性, 而是有明显的个体集聚性。比如, 少数儿童可能会因为父母间的暴力行为而经历父母离异和虐待, 这样他就经历着三种家庭心理风险; 而一部分儿童可能几乎很少面临任何家庭风险。因此, 尽管本研究中早期家庭心理风险均值很低, 但也具有很强的心理意义。

在本研究中, 大学生报告的早期家庭经济状况均值为 2.45, 低于五点量表的中间值 3。这表明整体上这些大学生在儿童时期经历了较差的家庭经济条件。这一点与样本中 76.6% 的大学生为农村户口这一事实是相符合的。

3.2 焦虑状况

本研究表明, 大学生的焦虑的情绪体验均值为 3.13, 略高于五点量表的均值 3, 说明大学生有时感到有焦虑情绪; 焦虑的躯体感受均值为 2.32, 明显低于五点量表的均值 3, 说明大学生的焦虑躯体感受在偶尔与有时之间。这表明大学生的焦虑具有明显的情绪特征和躯体

特征，但相对而言，在主观认知上，情绪体验要比躯体感受更为明显一些。

3.3 早期家庭逆境对大学生焦虑的长臂影响

本研究的相关分析表明，早期家庭逆境的两个维度与焦虑的情绪体验和躯体感受显著正相关；而后的回归分析表明，在控制了性别、户口、独生子女与否和年龄之后，早期家庭逆境中只有心理风险能够显著正向预测焦虑的情绪体验和躯体感受。因此，本研究的两个假设皆得到了很好的支持，即早期家庭逆境可显著预测焦虑情绪体验和焦虑躯体感受。这一结果与以往的研究具有一致性，比如，Karatekin (2018)调查了 1500 多名大学生，发现其早期家庭逆境可通过当前压力事件而影响他们的抑郁水平、焦虑情绪、躯体疼痛和睡眠。

早期家庭逆境对大学生焦虑的长臂影响可由两个模型进行解释。首先，根据神经功能模型，生命早期的压力环境会影响到相关脑区和神经环路的情绪功能，从而降低了个体的情绪管理和调节能力，这样个体在成年期会更易产生不良情绪，如抑郁情绪和焦虑情绪(张慧会 & 张亮, 2018)。其次，根据生物嵌入模型，儿童期压力会导致体内的“促炎环境”而产生微观层次的病理生理过程，使成年个体在压力之下更易产生生理健康问题(Miller *et al.*, 2011)，比如抑郁和焦虑过程中的躯体感受。这一点在(Kuhar *et al.*, 2022)的研究中也得到了印证，即早期生活逆境与成年后心理疾病的躯体感受密切相关。

4 研究优势与不足

本研究的主要优势在于，不仅考察了早期家庭逆境对焦虑情绪体验的长臂影响，还探讨了早期家庭逆境和焦虑躯体感受之间的关系，而以往研究较多关注早期逆境对焦虑情绪体验的预测效应。本研究有明显的不足：一，有效样本量较小，主要原因是大学生填写调查问卷非常不积极，这可能会影响到研究结果的外部效度；二，早期家庭逆境中的项目较少，没有能够涵盖其它较为常见的心理风险(如性侵犯与情感忽视)，这在一定响度上降低了研究的内部效度。三，本研究在数据采集阶段，没有采集个人的近期状况，比如，近期的经济和健康状态等，这个不足可能对本研究的结果解读带来很大的影响。未来研究应该扩大样本量，使用更为详细的测量工具，来深入探讨早期家庭逆境对大学生焦虑的影响，以及影响的内在机制。

参考文献:

- [1] Bekhuis, E., Boschloo, L., Rosmalen, J. G. M., & Schoevers, R. A. (2015). Differential associations of specific depressive and anxiety disorders with somatic symptoms. *Journal of Psychosomatic Research*, 78(2), 116-122.
- [2] Bhattarai, A., King, N., Adhikari, K., Dimitropoulos, G., Devoe, D., Byun, J., . . . Bulloch, A. G. J. T. C. J. o. P. (2023). Childhood adversity and mental health outcomes among university students: a longitudinal study. 68(7), 510-520.
- [3] Karatekin, C. (2018). Adverse childhood experiences (ACEs), stress and mental health in college students. *Stress and Health*, 34(1), 36-45.
- [4] Kuhar, M., Zager Kocjan, G. J. P. t. T., research, practice., & policy. (2022). Adverse childhood experiences and somatic symptoms in adulthood: A moderated mediation effects of disturbed self-organization and resilient coping. 14(8), 1288-1310.
- [5] Lähdepuro, A., Savolainen, K., Lahti-Pulkkinen, M., Eriksson, J. G., Lahti, J., Tuovinen, S., Rääkkönen, K. (2019). The impact of early life stress on anxiety symptoms in late adulthood. *Scientific reports*, 9(1), 4395.
- [6] Mallorqu iBagu é N., Bulbena, A., Pailhez, G., Garfinkel, S. N., & Critchley, H. D. (2016). Mind-body interactions in anxiety and somatic symptoms. *Harvard Review of Psychiatry*, 24(1), 53-60.
- [7] Miller, G. E., Chen, E., & Parker, K. J. (2011). Psychological stress in childhood and susceptibility to the chronic diseases of aging: moving toward a model of behavioral and biological mechanisms. *Psychological bulletin*, 137(6), 959-975.
- [8] 翟文海&张琼(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.中国心理卫生杂志,36(7), 626-636.
- [9] 高明华(2020).早期社会心理风险对健康的影响效应.中国社会科学(9), 93-116.
- [10] 刘新良(2001).焦虑量表在临床中的应用.南京军医学院学报, 23(4), 266-267.
- [11] 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.
- [12] 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.
- [13] 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.