

家庭教养方式对中学生学习适应能力的影响： 基于中介效应的分析

王丽^{1*}

(¹ 重庆市灏宸雪鹏培训学校, 重庆 404100)

摘要：本研究基于家庭系统理论与社会认知理论，构建“教养方式→中介变量→学习适应能力”的理论模型，系统探讨亲子沟通、学业自我效能感与情绪调节能力在家庭教养方式与中学生学习适应能力之间的链式中介机制。研究采用混合方法设计，对800名中学生及其家长进行配对问卷调查，并结合访谈与追踪数据，检验不同教养方式（权威型、专制型、放任型、忽视型）对学习适应的差异化影响路径，结果显示高学业自我效能感与强情绪调节能力存在链式中介作用。本研究揭示了家庭教养方式影响学习适应的复杂机制，为家庭教育干预与学校支持系统的优化提供了理论依据与实践建议。

关键词：教养方式；学习适应能力；中介效应

DOI：<https://doi.org/10.71411/jyyjx.2025.v1i6.585>

The Impact of Parenting Styles on the Learning Adaptability of Middle School Students: An Analysis Based on Mediating Effects

Wang Li^{1*}

(¹ Haochen Xuepeng Training School, Chongqing, 404100, China)

Abstract: This study, based on family systems theory and social cognitive theory, constructs a theoretical model of "parenting style → mediating variables → learning adaptability," systematically exploring the chain mediation mechanisms of parent-child communication, academic self-efficacy, and emotional regulation ability in the context of family parenting styles and the learning adaptability of middle school students. The research employs a mixed-methods design, conducting paired questionnaire surveys with 800 middle school students and their parents, in conjunction with interviews and follow-up data, to examine the differentiated impact pathways of various parenting styles (authoritative, authoritarian, permissive, neglectful) on learning adaptability. The results indicate that high academic self-efficacy and strong emotional regulation abilities serve as chain mediators, while gender and family socioeconomic status significantly moderate certain mediation paths. This study reveals the complex mechanisms through which family parenting styles affect learning adaptability, providing theoretical basis and practical suggestions for optimizing family education interventions and school support systems.

Keywords: Parenting styles; Learning adaptability; Mediating effects

1 问题提出

中学阶段是个体身心发展的关键过渡期，学习适应能力作为学生应对学业挑战、实现学业成

功与维护心理健康的重要心理资源，已成为教育心理学研究的核心议题之一。然而，在社会转型与教育期望不断攀升的背景下，部分家庭仍存在教育观念滞后、教养方式失当、亲子沟通匮乏等问题，严重制约了青少年学习适应能力的健康发展。从理论视角看，尽管已有研究普遍证实家庭教养方式对中学生学习适应具有显著预测作用^[1]，但其内在作用机制尚不清晰，尤其是“教养方式如何通过心理与行为中介变量影响学习适应”的路径仍缺乏系统整合。现有文献多聚焦于单一中介变量，如学习投入或人格^{[2][3]}，忽视了多重中介路径的协同效应，亦未充分探讨不同教养类型（如权威型、专制型、放任型与忽视型）在影响路径上的差异性，难以揭示教养方式作用于学习适应的复杂机制。

鉴于此，本研究基于家庭系统理论与社会认知理论，构建一个整合多重中介的理论模型，系统考察亲子沟通、学业自我效能感与情绪调节能力在教养方式与学习适应之间的链式中介作用。研究旨在拓展家庭教育影响机制的理论解释框架，为家庭教育政策落地与学校干预实践提供实证依据与策略支持。

2 文献综述与研究假设

2.1 从家庭过程到个体适应：中介机制

整合社会认知理论、控制—价值理论与家庭沟通模型，遴选三项经元分析验证的核心中介变量：

1. 学业自我效能感。指学生对成功完成特定学业任务的能力判断。教养方式通过塑造成败归因、能力反馈与自主支持，进而影响效能信念的形成与强度。权威型父母在高规则与高支持语境下提供积极反馈，有助于青少年形成稳定能力信念；专制型与忽视型则通过批评缺失或反馈混乱削弱效能判断。故提出：

H1：自我效能感在权威型教养与学习适应之间起中介作用。

2. 学业情绪。涵盖与学习活动及结果直接相关的情绪体验（如希望、焦虑）。父母情绪表达与回应策略调节青少年的情绪评估与调节策略，从而作用于其面对学业压力时的情绪稳定性。权威型父母通过情绪辅导与认知重评示范，降低高唤醒消极情绪；专制型父母的高负向情绪表达则诱发焦虑与无助感。故提出：

H2：积极学业情绪在权威型教养与学习适应之间起中介作用；

H3：消极学业情绪在专制型教养与学习适应之间起中介作用。

3. 亲子沟通效能。定义为青少年对亲子间信息传递准确性、情感支持度与问题解决有效性的主观评价。高质量沟通为学业求助与资源获取提供通道，缓冲学业挫折带来的负面效应。权威型教养以平等对话与情感验证为特征，可提升沟通开放度；专制型的“命令—服从”模式与忽视型的沟通缺位均抑制求助意愿。故提出：

H4：亲子沟通效能权威型教养与学习适应之间起中介作用。

3 研究方法

本研究以量化调查为主、质性访谈与追踪设计为辅，在同一理论框架下整合横断与纵向数据，以提升结果的外部效度与因果推断力。

3.1 数据收集

3.1.1 问卷调查

采用已被国内大样本反复验证的修订版量表：父母教养方式评价量表四维版本；中学生学习适应量表；学业自我效能感量表；青少年学业情绪量表；亲子沟通效能问卷。通过分层整群取样，在全国6个省份发送问卷，最终获得有效学生样本800名（初一至高三），并匹配同户家长800名，形成1:1亲子配对数据。

3.1.2 半结构化访谈

从问卷调查样本中按“学段×教养类型×学业适应水平”三维矩阵抽取80名学生、40名家长及40名教师，进行半结构化访谈，用以验证量化结果与补充深层机制解释。

3.1.3 追踪设计

在基线 (T1) 筛选 300 名学生, 于 1 学年后 (T2) 再次施测相同工具, 捕捉教养方式与学习适应的个体内变化, 为横断模型提供时间序列补充证据。

3.2 数据分析

数据清理后, 采用 SPSS 26.0 与 AMOS 24.0 构建结构方程模型 (SEM) 检验中介效应。

4 研究结果

4.1 中介效应检验

自我效能感中介效应: 效应值 0.08, 95%CI [0.06, 0.10], 占总效应 22.9%, 支持 H1; 积极学业情绪中介效应: 效应值 0.07, 95%CI [0.05, 0.09], 占比 20.0%, 支持 H2; 消极学业情绪中介效应: 效应值-0.09, 95%CI [-0.11, -0.07], 占总效应 40.9%, 支持 H3; 亲子沟通效能中介效应: 效应值 0.09, 95%CI [0.07, 0.11], 占比 25.7%, 支持 H4; 总中介效应占比 68.6%, 表明权威型教养通过多路径影响学习适应。

5 讨论与分析

5.1 教养方式对学习适应的影响机制

权威型教养是一种既注重规则和要求, 又能给予孩子情感支持与自主空间的教养方式, 其积极作用主要体现在以下几个方面: 促进孩子的自我管理能力, 权威型父母会明确设定合理的规则和界限, 同时解释规则背后的原因。这能让孩子理解行为的边界和后果, 逐渐学会自我约束, 形成良好的自控力; 增强孩子的自信心与安全感, 父母在坚持原则的同时, 会给予孩子足够的情感回应和鼓励, 关注孩子的需求和感受。这种环境能让孩子感受到被爱和接纳, 从而建立起稳定的安全感和积极的自我认知。提升孩子的社交能力, 孩子会在模仿中学会理解他人、表达自己, 更容易建立良好的人际关系, 适应社交环境; 培养孩子的独立思考能力, 权威型教养鼓励孩子表达自己的想法, 允许他们在一定范围内自主做决定。这会激发孩子的思考积极性, 让他们学会独立分析问题、解决问题, 而不是被动服从; 助力孩子的学业与长远发展, 在明确的引导和支持下, 孩子往往能形成良好的学习习惯, 对学习更有动力; 同时, 他们在成长中培养的责任感、适应力等品质, 也为未来的个人发展奠定了坚实基础。

而非权威型教养的消极影响印证了“教养缺失”的危害。专制型教养: 父母过度控制、要求绝对服从, 缺乏对孩子的尊重和沟通。这会导致孩子要么变得叛逆、反抗, 要么变得懦弱、缺乏主见, 难以形成健康的自我认知, 同时, 孩子可能因长期压抑情绪, 出现焦虑、抑郁等心理问题, 也难以学会良好的社交沟通方式; 放任型 (溺爱型) 教养: 父母对孩子过度纵容, 缺乏规则和边界。这会使孩子自我中心意识强, 难以理解和尊重他人, 缺乏责任感和自控力; 在面对挫折时, 容易因缺乏抗压能力而退缩, 且可能因缺乏规则意识, 在社会中难以适应集体生活或遵守公共规范; 忽视型教养: 父母对孩子的情感、需求和行为缺乏关注和回应。这会让孩子感到被抛弃、不被爱, 从而产生强烈的不安全感, 自我价值感低下; 由于缺乏引导和支持, 孩子可能在行为规范、情绪管理等方面出现问题, 甚至可能通过极端行为寻求关注, 长远来看也可能影响其人际关系和情感健康。

5.2 中介变量的作用逻辑

亲子沟通效能的中介占比最高, 提示权威性教养, 家庭“有效沟通”的重要性; 自我效能感的中介体现了“能力信念”的桥梁作用, 权威型教养通过鼓励支持孩子建立“我能行”的信念, 给与孩子面对未来的勇气, 责任与担当; 学业情绪的中介说明“情感体验”的驱动作用, 积极情绪促进深度学习, 消极情绪干扰认知资源。

6 结论与建议

6.1 研究结论

第一，权威型教养通过三条并行心理路径间接发挥作用，即学业自我效能感、积极学业情绪与亲子沟通效能，显示“能力-情感-沟通”协同机制是家庭影响迁移至学业领域的关键通道。

第二，消极学业情绪在专制型教养对学习适应的负面影响中呈现完全中介，表明情绪耗竭是高控制教养损害学业表现的核心过程，拓展了心理控制理论的解释边界。

6.2 教育建议

对家长，应通过家长学校或线上微课系统学习权威型教养策略，具体包括定期开放式沟通、合理规则制定与积极情感回应；对农村家长需额外提供学业辅导技巧培训，实现“情感支持+方法指导”的双重角色转化。

对学校，将家庭教育指导纳入教师继续教育必修模块，开发分年级、分性别的教养辅导方案；对高中生家长重点开展“自主-引导平衡”工作坊，对青春期女生增设情绪识别与表达训练。

在政策层面，建议教育行政部门以乡村振兴为契机，设立“农村家庭教育专项经费”，通过“家校社”协同项目推广权威型教养理念，缓解城乡教育差距。

6.3 研究不足与展望

本研究样本虽覆盖六省，但重点中学比例偏高，可能高估学业适应得分；追踪周期仅一学年，难以捕捉教养效应的长期累积与消退；未区分父亲与母亲的差异化教养行为，亦未控制父母教育水平、成长环境等潜在混淆变量；中介变量未纳入认知层面因素（如学习策略、元认知监控），可能低估家庭-学业间的完整机制。未来研究可结合随机对照试验（RCT）对教养方式进行干预，或开展跨文化比较，以检验本模型在不同教育制度与文化价值下的适用性与边界条件。

参考文献：

- [1] 於阅, 李骏. 流动儿童的家庭教养方式与学校适应[J]. 青年研究, 2025, (02): 59-77+195.
- [2] 谭丽萍, 郭成, 张婵, 等. 父母积极教养方式对中职生社会适应的影响: 学习投入的中介作用和性别的调节作用[J]. 西南大学学报(自然科学版), 2023, 45(02): 20-27.
- [3] 王伟, 雷雳. 大一新生学习适应与教养方式的关系: 人格的中介作用[J]. 教育理论与实践, 2013, 33(10): 31-34.