

家庭仪式与儿童积极心理健康的关系： 共情与社会联结的链式中介作用

李志勇¹, 吴明证², 孙杨³, 金志斌⁴

(1. 淮南师范学院教育学院, 淮南 232038; 2. 浙江大学心理与行为科学系, 杭州 310028;

3. 淮南师范附属小学, 淮南 232007; 4. 淮北师范大学教育学院, 淮北 235000)

【摘要】 目的: 考察家庭仪式与儿童积极心理健康的关系, 以及共情和社会联结在其中的链式中介作用。方法: 以家庭仪式量表、基本共情量表、社会联结量表和社会与情绪健康量表为测量工具, 对510名小学五、六年级学生进行测量。结果: (1) 家庭仪式与共情、社会联结、积极心理健康各维度及总分均呈显著正相关; (2) 家庭仪式能显著正向预测积极心理健康; (3) 共情和社会联结在家庭仪式与积极心理健康之间起链式中介作用。结论: 家庭仪式能够促进儿童的共情和社会联结, 进而提升其积极心理健康水平。

【关键词】 积极心理健康; 家庭仪式; 共情; 社会联结

中图分类号: R395.6

DOI: 10.16128/j.cnki.1005-3611.2025.02.022

The Relationship Between Family Rituals and Positive Mental Health of Children: The Chain Mediating Role of Empathy and Social Connectedness

LI Zhiyong¹, WU Mingzheng², SUN yang³, JIN Zhibin⁴

¹School of Education, Huainan Normal University, Huainan 232038, China; ²Department of Psychology and Behavioral

Sciences, Zhejiang University, Hangzhou 310028, China; ³Primary School Affiliated to Huainan Normal University,

Huainan 232007, China; ⁴School of Education, HuaiBei Normal University, HuaiBei 235000, China

【Abstract】 **Objective:** To explore the relationship between family rituals and positive mental health of children, as well as the chain mediating role of empathy and social connectedness. **Methods:** A questionnaire survey was conducted on 510 primary school students using the family ritual scale, basic empathy scale, social connectedness scale, and social and emotional health scale. **Results:** (1) Family rituals were significantly positively correlated with empathy, social connectedness, various dimensions and total scores of positive mental health; (2) Family rituals significantly positively predicted positive mental health; (3) Empathy and social connectedness played a chain mediating role between family rituals and positive mental health. **Conclusion:** Family rituals can promote empathy and social connectedness of children, thereby enhancing their positive mental health.

【Key words】 Positive mental health; Family rituals; Empathy; Social connectedness

随着生活节奏的加快和社会竞争的加剧, 儿童心理健康问题日益凸显。因此, 如何有效促进并改善儿童的心理健康状况, 已成为当下亟待关注并解决的紧迫议题。随着心理健康概念的不断丰富和演进, 以追求幸福快乐为核心的积极心理健康已然成为现代社会中维持和巩固社会繁荣的一个重要因素^[1]。作为心理健康的积极维度, 积极心理健康对个体的身心发展发挥着重要作用, 与人们积极的社会、情绪、学业和身体的健康密切相关^[2]。

我国是一个家庭本位的国家, 家庭在儿童的发展过程中发挥着举足轻重的作用, 对儿童的成长与塑造具有深远影响^[3]。家庭仪式是家庭生活的核心, 是指那些由全体家庭成员共同参与、共同认知, 在家庭长期发展历程中逐渐形成并固定下来的、具有特定性和重复性且富含象征意义的特殊事件或活动^[3,4]。家庭仪式能够增进家庭成员间的社会关系, 能够提升个体的社会适应性。经常参与家庭仪式的个体表现出较低的焦虑及较少的情绪和行为问题^[5,6], 较少需要心理健康服务^[7], 表现出较高的幸福感^[3,8]、自尊^[9]和亲社会行为^[10]。一项为期五年的追踪研究发现, 家庭仪式有助于提高个体的学业成就^[11]。家庭仪式不仅直接影响心理健康, 而且可以通过某些认知、情感因素的中介作用影响心理健康。一项为期一年的纵向研究发现, 家庭仪式可以影响子女一年后的家庭凝聚力, 并由此提升其幸福感^[12]。同

【基金项目】 安徽省高校学科(专业)带头人培育项目“少子化时代我国家庭仪式的变迁及其对儿童青少年心理健康的影响研究”(DTR2023042); 安徽省高等学校科学研究重点项目“新时代家庭仪式对青少年道德发展的影响及干预研究”(2022AH051542); 安徽省教育科学研究项目“基于家庭仪式促进小学生道德发展的实证研究”(JK22100)。

通信作者: 李志勇, lizhiyong0824@163.com

时,家庭仪式还能有效缓解家庭冲突,进而减少子女情绪和行为问题的发生,提升他们的心理健康水平^[6,13]。

共情是指个体能够感知或想象他人的情感状态,并在一定程度上体验他人感受的心理过程^[14]。共情可以有效激发个体的积极情感,促进心理健康。研究表明,共情能力越高,儿童越能理解他人的想法与感受,从而避免冲突,减少身体攻击行为,拉近与同伴之间的关系,促进心理健康^[15]。根据共情-利他假说(empathy-altruism hypothesis),共情作为个体理解和分享他人情绪体验的能力^[16],在家庭仪式影响心理健康的过程中发挥着重要作用^[17]。家庭仪式为儿童的社会技能和情绪技能的发展提供了有利环境^[18],有助于个体在人际交往中正确推测他人的认知,更好地理解他人的情绪情感^[19],进而提高其积极心理健康水平。

社会联结是个体与他人、群体或社会之间的情感联系和互动关系^[20],对个体的心理健康、社会支持等具有重要意义。研究表明,情感对话、积极的氛围和肯定性表达等社会联结有助于提升个体心理健康水平^[21]。互动仪式链理论(interaction ritual chains theory)认为,仪式能够强化个体与群体成员间的人际联结,促进人际和谐和群体的团结^[22,23]。在参与家庭仪式的过程中,儿童不仅能够获得各种社会技能,还能够从内心深处体会到与他人建立联结的喜悦和满足,这为儿童形成较高的社会联结提供了基础^[18]。互动过程还为集体建立共同记忆和情感体验,这种共享现实性能拉近人际距离,强化社会联结倾向^[24],从而促进儿童积极心理健康水平。

共情产生于人际互动过程,具备良好共情能力的儿童,在理解他人情绪、观点及意图方面展现出更强的能力,能够更深刻地体会他人的情绪与处境^[25],这对于促进个体的社会联结具有积极的推动作用。因此,家庭仪式所塑造的共情能力为个体拓展社会联结提供了有力契机,而社会联结的不断发展可以有效提升儿童的积极心理健康水平。

综上,本研究以小学生为研究对象,通过构建链式中介模型,探讨家庭仪式对儿童积极心理健康的影响,重点考察共情和社会联结在二者之间的链式中介作用,旨在深入探究家庭仪式对儿童积极心理健康影响的内在机理。

1 对象与方法

1.1 研究对象

采用方便整群取样,以安徽省某小学5、6年级

学生为研究对象。在取得父母、老师和施测对象的知情同意后,以班级为单位进行纸笔测试。共发放问卷546份,收回有效问卷510份,有效率为93.41%。其中,五年级284人,六年级226人,男生283人,女生227人,独生子女225人,非独生子女285人。平均年龄为11.50岁,标准差为0.71。

1.2 研究工具

1.2.1 家庭仪式量表 采用杨远远等修订的家庭仪式量表^[8],共计16道题目,包括四个维度:晚餐、周末、假期和年度庆典。采用Likert 4级计分,从“完全不符合”到“完全符合”分别计1~4分,得分越高表示感受到的家庭仪式感越强。在本研究中,该量表的Cronbach's α 为0.85。

1.2.2 基本共情量表 采用夏丹等修订的基本共情量表^[26],共计20个题目,包括两个维度:认知共情和情感共情。采用Likert 5级计分,从“完全不同意”到“完全同意”分别计1~5分,得分越高表示共情能力越高。在本研究中,该量表的Cronbach's α 为0.82。

1.2.3 社会联结量表 采用范晓兰等修订的社会联结量表^[27],共计20个题目,包括两个维度:社会联结和非社会联结。采用Likert 6级计分,从“完全不同意”到“完全同意”分别计1~6分,得分越高表示社会联结倾向越高。在本研究中,该量表的Cronbach's α 为0.88。

1.2.4 社会与情绪健康量表 采用谢家树等修订的社会与情绪健康量表^[28],共计21个题目,包括四个维度:感恩、热情、乐观和坚毅。采用Likert 6级计分,从“从来没有”到“总是这样”分别计1~6分,得分越高表示积极心理健康水平越高。在本研究中,该量表的Cronbach's α 为0.92。

1.3 数据处理

采用SPSS 25.0和PROCESS 3.5进行数据分析。

2 结果

2.1 共同方法偏差检验

采用Harman单因子法检验共同方法偏差。结果表明,对所有条目进行探索性因子分析后,提取了20个特征值大于1的因子,其中最大因子解释变异的19.62%,小于40%的临界值。因此,本研究共同方法偏差的影响并不严重。

2.2 描述统计与相关分析

描述统计与Pearson积差相关分析结果详见表1。由表1可知,家庭仪式与社会联结、共情、社会与

情绪健康均呈显著正相关;社会联结与共情、社会与情绪健康均呈显著正相关;共情与社会与情绪健康

呈显著正相关。

表1 各变量的描述统计和相关分析(n=510)

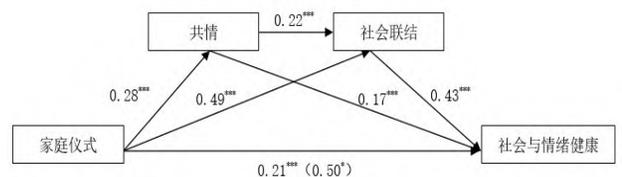
变量	M	SD	1	2	3	4	5	6	7
1.家庭仪式	45.59	9.78							
2.共情	74.67	12.83	0.28***						
3.社会联结	91.79	19.14	0.55***	0.35***					
4.感恩	24.76	5.77	0.39***	0.30***	0.44***				
5.热情	25.50	7.47	0.47***	0.35***	0.54***	0.64***			
6.乐观	22.62	5.81	0.42***	0.35***	0.62***	0.59***	0.69***		
7.坚毅	25.27	5.16	0.38***	0.28***	0.41***	0.57***	0.57***	0.54***	
8.社会与情绪健康	98.15	20.37	0.50***	0.38***	0.60***	0.83***	0.89***	0.84***	0.78***

注:***P<0.001。

2.3 链式中介效应分析

采用PROCESS 3.5(模型6)对共情和社会联结的链式中介效应进行分析。本研究将重复取样次数定为5000次,并计算Bootstrap 95%置信区间,分析结果见图1和表2。家庭仪式对社会与情绪健康的直接效应显著,Bootstrap 95%置信区间不含0,效应值为0.21,占总效应的42.00%。共情和社会联结产生的总间接效应显著,Bootstrap 95%置信区间不含0,效应值为0.29,占总效应的58.00%。家庭仪式通过三条路径对社会与情绪健康产生影响:家庭仪式→共情→社会与情绪健康(效应值为0.05,占总效应

的10.00%);家庭仪式→社会联结→社会与情绪健康(效应值为0.21,占总效应的42.00%);家庭仪式→共情→社会联结→社会与情绪健康(效应值为0.03,占总效应的6.00%)。



注:*P<0.05,***P<0.001。

图1 共情和社会联结的链式中介作用

表2 各路径的效应值

路径	效应量	SE	LLCI	ULCI	路径效应占比
家庭仪式→社会与情绪健康	0.21	0.04	0.14	0.29	42.00%
家庭仪式→共情→社会与情绪健康	0.05	0.01	0.02	0.08	10.00%
家庭仪式→社会联结→社会与情绪健康	0.21	0.03	0.15	0.27	42.00%
家庭仪式→共情→社会联结→社会与情绪健康	0.03	0.01	0.01	0.04	6.00%

3 讨 论

研究发现,家庭仪式与积极心理健康呈显著正相关,这与以往研究结果一致^[18,9,29,30]。作为情感系统的“家”,象征着秩序与安全、依恋与舒适,而家庭仪式这一具有程式化、重复性以及象征性的家庭成员交流形式^[8],一定程度上满足了家庭成员对情感的需求,有利于儿童感受到人性、爱和归属^[31]。家庭仪式为儿童提供了一个充满爱和温暖的家庭环境。在这种环境中,儿童可以感受到家庭的关爱和支持,从而增强他们的安全感和自信心^[12]。这种情感联系是积极心理健康的重要组成部分,有助于个体缓解压力,减轻抑郁、焦虑等负面情绪的消极影响。其次,家庭仪式往往与家庭成员的价值观和信仰有关。在参与家庭仪式过程中,儿童可以学习到家庭

的传统和价值观,从而更好地理解 and 认同自己的家庭文化,这有助于儿童建立正确的自我认知和生命意义感^[9,30],从而提升其积极心理健康水平。

研究发现,共情在家庭仪式与积极心理健康的关系中起中介作用。共情是在个体成长过程中逐渐发展起来的。在儿童期,良好的家庭环境对共情的发展至关重要。家庭仪式中的互动与沟通过程为儿童创造了丰富的情境和机会,极大地促进了他们共情能力的提升^[15,32]。在参与家庭仪式的过程中,儿童需要尊重家人的想法和意见,这有助于其共情能力的发展,可以使儿童学会关心他人和理解他人,掌握良好的社会技能和情绪技能,从而维护积极心理健康。另外,父母的倾听和尊重也可以让儿童感受到自己的价值和被认可,感受到被父母理解和支

持^[16]。这有助于提高儿童整体幸福感,提升积极心理健康水平。

研究发现,社会联结在家庭仪式与积极心理健康的关系中起中介作用。家庭仪式为亲子间提供了互动的桥梁,通过共同身份的构建与维系,有效增强了家庭的认同感和凝聚力^[31,33],强化了儿童和父母的情感联系和社会联结。通过定期的、共同参与的仪式活动,如晚餐聚会、生日庆祝等,家庭成员可以在共同的体验和回忆中增强彼此的亲密感和信任感^[34]。这种亲密的亲子关系有助于儿童建立积极的人际交往模式,形成乐观、自信、自尊等积极心理品质,从而促进其积极心理健康发展。

研究还发现,共情和社会联结在家庭仪式与积极心理健康的关系中起链式中介作用。作为个体对社会联系的主观感受,家庭仪式能够显著地拓展儿童人际关系的广度并深化其层次。一方面,这种广泛而深入的人际关系为儿童社会联结的发展提供了必要的社会支持和丰富的心理资源^[3,35]。另一方面,复杂且丰富的社会互动过程能够为儿童及时提供情绪上的慰藉和实际上的帮助,这有助于儿童的情绪理解与共情能力的发展,进而进一步加强社会联结^[36]。因此,持续地开展家庭仪式可以提升儿童的共情和社会联结,从而提升其积极心理健康水平。

参 考 文 献

- 1 任俊. 积极心理健康. 北京: 开明出版社, 2019
- 2 Kirschman KJB, Johnson RJ, Bender JA, et al. Positive psychology for children and adolescents: Development, prevention, and promotion. In S. J. Lopez & C. R. Snyder (Eds.), *The Oxford handbook of positive psychology* (2nd ed.). New York, NY: Oxford, 2009. 133-148
- 3 吴明证, 李阳, 王洁, 等. 家庭仪式与大学生幸福感的关系: 社会联结与自我控制的链式中介作用. *心理科学*, 2021, 44(6): 1346-1353
- 4 徐晓涵. 家庭仪式与初中生主观幸福感的关系: 亲子沟通的中介作用. 山东师范大学硕士学位论文, 2023
- 5 Fiese BH. Who took my hot sauce? Regulating emotion in the context of family routines and rituals. In D. K. Snyder, J. Simpson, & J. N. Hughes (Eds.), *Emotion regulation in couples and families: Pathways to dysfunction and health*. American Psychological Association, 2006. 269-290
- 6 Santos S, Crespo C, Silva N, et al. Quality of life and adjustment in youths with asthma: the contributions of family rituals and the family environment. *Family Process*, 2012, 51(4): 557-569
- 7 Compañ E, Moreno J, Ruiz MT, et al. Doing things together: Adolescent health and family rituals. *Journal of Epidemiology and Community Health*, 2002, 56(2): 89-94
- 8 杨远远. 家庭仪式对中学生主观幸福感的影响. 河南大学硕士学位论文, 2021
- 9 吴明证, 陈一冉, 严梦瑶, 等. 家庭仪式与青少年的自尊: 亲子依恋和生命意义感的链式中介作用. *浙江大学学报(人文社会科学版)*, 2022, 52(10): 69-83
- 10 吴明证, 李阳, 尹金荣, 等. 家庭仪式与青少年亲社会倾向: 生命意义感的中介作用. *中国临床心理学杂志*, 2023, 31(1): 175-178
- 11 Fiese BH, Tomcho TJ, Douglas M, et al. A review of 50 years of research on naturally occurring family routines and rituals: Cause for celebration?. *Journal of family psychology*, 2002, 16(4): 381-390
- 12 Crespo C, Kielpikowski M, Pryor J, et al. Family rituals in New Zealand families: Links to family cohesion and adolescents' well-being. *Journal of Family Psychology*, 2011, 25(2): 184-193
- 13 Susana S, Carla C, Cristina CM, et al. Family rituals and quality of life in children with cancer and their parents: The role of family cohesion and hope. *Journal of Pediatric Psychology*, 2015, 40(7): 664-671
- 14 宋锐, 韩玲玲, 刘爱书, 等. 知性谦逊对大学生利他行为的影响: 感恩和共情的中介作用. *中国临床心理学杂志*, 2023, 31(3): 734-737
- 15 Decety J, Yoder KJ. Empathy and motivation for justice: Cognitive empathy and concern, but not emotional empathy, predict sensitivity to injustice for others. *Social Neuroscience*, 2016, 11(1): 1-14
- 16 张文新, 李曦, 陈光辉, 等. 母亲积极教养与青少年亲社会行为: 共情的中介作用与OXTR基因的调节作用. *心理学报*, 2021, 53(9): 976-991
- 17 Padilla-Walker LM, Nielson MG, Da RD. The role of parental warmth and hostility on adolescents' prosocial behavior toward multiple targets. *Journal of Family Psychology*, 2016, 30(3): 331-340
- 18 Spagnola M, Fiese BH. Family routines and rituals: A context for development in the lives of young children. *Infants and Young Children*, 2007, 20(4): 284-299
- 19 袁志帆, 李伟健, 李振红, 等. 家庭功能与留守儿童亲社会行为的关系: 共情的中介作用. *应用心理学*, 2022, 28(6): 500-507
- 20 吴才智, 王婷, 于丽霞, 等. 抑郁与自杀未遂的关系: 心理痛苦的中介作用和社会联结感的调节作用. *中国临床心理学杂志*, 2020, 28(4): 679-682
- 21 殷乐. 数字时代青年的生活美学及价值追求. *人民论坛*, 2023, 32(17): 97-99
- 22 Wen NJ, Herrmann P, Legare CH. Ritual increases children's affiliation with in-group members. *Evolution and Human Behavior*, 2016, 37(1): 54-60

- 23 冉雅璇, 卫海英, 李清, 等. 心理学视角下的人类仪式: 一种意义深远的重复动作. 心理科学进展, 2018, 26(1): 169-179
- 24 Malaquias S, Crespo C, Francisco R. How do adolescents benefit from family rituals? Links to social connectedness, depression and anxiety. *Journal of Child and Family Studies*, 2015, 24(10): 3009-3017
- 25 刘欣怡, 崔丽娟. 留守儿童共情能力特点、发展影响因素及其干预探究. 苏州大学学报(教育科学版), 2020, 8(3): 65-75
- 26 夏丹. 基于移情量表(BES)中文版的信效度及初步应用研究. 郑州大学硕士学位论文, 2011
- 27 范晓兰, 韦嘉, 张进辅. 社会联结量表修订版在中学生群体中的信效度检验. 西南师范大学学报(自然科学版), 2015, 26(8): 118-122
- 28 谢家树, 刘姍, Chunyan Yan, 等. 社会与情绪健康量表(小学版)中文再修订. 中国临床心理学杂志, 2018, 26(3): 522-527
- 29 文思雁, 于旭晨, 金磊, 等. 儿童青少年家庭功能障碍与心理健康关系的三水平元分析. 心理科学进展, 2024, 32(5): 771-789
- 30 陆曼遥, 陈慧, 杨智辉. 父母冲突与青少年心理健康的关系: 家庭复原力和心理安全感的链式中介作用. 中国临床心理学杂志, 2024, 32(2): 457-462
- 31 吴明证, 陈迪, 严梦瑶, 等. 家庭仪式与青少年自我控制的关系: 亲子依恋与生命意义感的链式中介作用. 心理与行为研究, 2023, 21(6): 832-838
- 32 郭睿, 徐丞谊, 伍珍. 儿童积极消极共情量表的修订及信效度检验. 中国临床心理学杂志, 2023, 31(4): 862-866, 842
- 33 王靖民, 郭明宇, 常淑敏. 儿童父母拒绝与同伴拒绝的关系: 问题行为的中介作用和家庭环境纷杂度的调节作用. 心理发展与教育, 2021, 37(6): 845-853
- 34 郭宇濛, 郭静, 罗瑞. 家庭精神环境与社会环境对困境家庭儿童心理健康的影响. 中国健康教育, 2024, 40(2): 115-119
- 35 Kotabe HP, Hofmann W. On integrating the components of self-control. *Perspectives on Psychological Science*, 2015, 10(5): 618-638
- 36 Shockley KM, Allen TD. Episodic work-family conflict, cardiovascular indicators, and social support: An experience sampling approach. *Journal of Occupational Health Psychology*, 2013, 18(3): 262-275
- (收稿日期: 2024-05-06)
- (上接第390页)
- 19 Rupp AA, Zumbo BD. Understanding parameter invariance in unidimensional IRT models. *Educational and Psychological Measurement*, 2006, 66(1): 63-84
- 20 Yang H, Lei X, Zhong M, et al. Psychometric properties of the Chinese version of the brief borderline symptom list in undergraduate students and clinical patients. *Frontiers in Psychology*, 2018, 9: 605
- 21 Chalmers RP. Mirt: A multidimensional item response theory package for the R environment. *Journal of Statistical Software*, 2012, 48(6): 1-29
- 22 De Ayala RJ. The theory and practice of item response theory. Guilford Publications, 2013
- 23 Yen WM. Scaling performance assessments: Strategies for managing local item dependence. *Journal of Educational Measurement*, 1993, 30(3): 187-213
- 24 Flens G, Smits N, Terwee CB, et al. Development of a computer adaptive test for depression based on the dutch-flemish version of the PROMIS item bank. *Evaluation & the Health Professions*, 2017, 40(1): 79-105
- 25 Iribarra DT, Freund R. Wright map: IRT item-person map with ConQuest integration. Zugriffunter <http://github.com/david-ti/wrightmap>, 2014
- 26 罗照盛. 项目反应理论基础. 北京师范大学出版社, 2012
- 27 Thissen D. Reliability and measurement precision. *Computerized adaptive testing*. Routledge, 2000. 159-184
- 28 Zhu X, Lu C. Re-evaluation of the new ecological paradigm scale using item response theory. *Journal of Environmental Psychology*, 2017, 54: 79-90
- 29 Robin X, Turck N, Hainard A, et al. pROC: an open-source package for R and S+ to analyze and compare ROC curves. *BMC Bioinformatics*, 2011, 12(1): 77
- 30 Hambleton RK, Cook LL. Latent trait models and their use in the analysis of educational test data. *Journal of Educational Measurement*, 1977. 75-96
- 31 Fonagy P, Luyten P. A multilevel perspective on the development of borderline personality disorder. *Developmental Psychopathology*, 2016. 1-67
- (收稿日期: 2024-10-08)