

doi: 10.3969/j.issn.1672-4933.2025.03.022

听障儿童家长亲职压力与心理灵活性的关系研究

Relationship between Parental Stress and Psychological Flexibility in Parents of Hearing Impaired Children

许树芳¹ 赵南¹ 刘辛迪¹ 梁爽²

XU Shu-fang, ZHAO Nan, LIU Xin-di, LIANG Shuang

【摘要】目的 探讨听障儿童家长的亲职压力特点,分析其与心理灵活性的关系。**方法** 采用亲职压力量表、接纳与行动问卷第二版(acceptance action questionnaire-II, AAQ-II)和认知融合问卷(cognitive fusion questionnaire, CFQ)对135名听障儿童家长进行问卷调查。**结果** ①47.4%的听障儿童家长亲职压力处于高水平及非常高水平;②不同受教育程度和家庭人均月收入的听障儿童家长亲职压力存在显著差异($P<0.01$);③听障儿童家长亲职压力总分及亲职愁苦、亲子互动失调、困难儿童3个维度分别与心理灵活性的经验性回避和认知融合呈显著正相关($P<0.01$);④多元回归分析结果显示,家庭人均月收入对家长亲职压力有负向预测作用,经验性回避和认知融合对家长亲职压力有正向预测作用,分别能解释亲职压力变异的27%和37%。**结论** 听障儿童家长亲职压力处于较高水平,心理灵活性对其亲职压力有重要影响,可通过提高心理灵活性改善听障儿童家长的亲职压力。

【关键词】 听障儿童家长;亲职压力;心理灵活性

【中图分类号】 G762

【文献标识码】 A

【文章编号】 1672-4933(2025)03-0317-04

【Abstract】Objective To explore the characteristics of parental stress in parents of hearing-impaired children, and to analyze the relationship between parental stress and psychological flexibility. **Method** A questionnaire survey was conducted on 135 parents of hearing-impaired children using Parental Stress Scale, Acceptance Action Questionnaire-II (AAQ-II), and Cognitive Fusion Questionnaire (CFQ). **Results** Parental stress among 47.4% of parents of hearing-impaired children were at high and very high level. There were significant differences in parental stress among parents of hearing-impaired children with different education level and per capita monthly household income ($P<0.01$); The total score of parental stress and three dimensions including parental distress, dysfunctional parent-child interaction and difficult children among parents of hearing-impaired children were significantly positively correlated with empirical avoidance and cognitive integration of psychological flexibility ($P<0.01$). The results of multiple regression analysis showed that the per capita monthly income of families had a negative predictive effect on parental stress, while empirical avoidance and cognitive fusion had positive predictive effect on parental stress, explaining respectively 27% and 37% of the variation in parental stress. **Conclusion** The parental stress among parents of hearing-impaired children is at a higher level, and psychological flexibility has an important impact on the stress. Enhancing these parents' psychological flexibility can improve their parental stress.

【Key words】 Parents of hearing-impaired children; Parental stress; Psychological flexibility

1 引言

听障儿童父母在养育过程中比普通家庭付出更多精力。听力损失导致的语言发展落后会影响儿童社会交往能力的发展^[1],影响家长与儿童的沟通效能,给听障儿童和家长带来烦恼。家长在听障儿童康复中占有重要地位,其普遍存在焦虑、暴躁、消沉等负面情绪,心理健康状态较差^[2]。亲职压力(parenting stress, PS)是指父母在履

行父母角色及亲子互动过程中,受到其个人特质、亲子互动关系不良、子女特质及家庭环境因素影响所感受的压力^[3]。130名人工耳蜗术后儿童家长中,70.0%的家长处于高亲职压力水平,大多数家长在听障儿童康复过程中需要面对不同来源的压力^[4]。父母养育压力对听障儿童焦虑水平有显著的正向预测作用^[5]。在听障儿童的康复过程中,应重视听障儿童父母的压力状况,为儿童康复提

基金项目:中国残联听语专项(2022CDPFHS-04)

作者单位:1 山东省听力语言康复中心 济南 250100

2 中国听力语言康复研究中心 北京 100029

作者简介:许树芳 硕士 中教二级;研究方向:特殊需要儿童心理干预

通讯作者:赵南, E-mail: sdc_lzn@163.com

供良好的家庭环境。

心理灵活性(psychological flexibility, PF)是衡量个体心理健康的重要指标,是接纳承诺疗法的核心概念和主要促进目标。心理灵活性是指个体能充分接触当下所处的外在情境,同时能有意识地觉察当下的内在心境(如记忆、想法、情绪、动机等心理活动),最终在个人价值方向的指引下,灵活地选择坚持或改变行为^[6]。人们的心理灵活性越强,生活质量就越高,能更有效地应对生活中发生的问题和挑战。全情投入生活并由价值引导时,会发展出强烈的意义感和目标感,并体验生命力^[7]。

目前,对听障儿童家长亲职压力的研究多关注家庭环境、应对方式、社会支持等因素,较少关注来自家长动态自我调节能力的影响。我国尚无听障儿童家长心理灵活性和亲职压力关系的相关研究,心理灵活性对听障儿童家长压力状况的影响尚待验证。本研究在调查听障儿童家长亲职压力特点的基础上,探讨听障儿童家长的心理灵活性对亲职压力的影响,为家长的心理干预提供依据。

2 对象及方法

2.1 研究对象

对山东省听力语言康复中心的听障儿童家长进行问卷调查,共计发放问卷154份,回收有效问卷135份,回收率为87.7%。家长年龄23~50岁,平均年龄35.00±5.47岁,母亲83人,占61.5%,父亲52人,占38.5%;听障儿童135人,其中男78人,占57.8%,女57人,占42.2%。

2.2 研究工具

2.2.1 自编基本情况调查表 内容包括儿童的性别、年龄、家长的身份、年龄、受教育程度及家庭人均月收入等。

2.2.2 亲职压力量表^[8] 包括亲职愁苦、亲子互动失调和困难儿童3个维度,每个维度12个问题。采用李克特5级计分法,完全不同意为1,不同意为2,不确定为3,同意为4,非常同意为5。根据总分将亲职压力划分为不同水平:≤85分为正常水平,86~90分为临界高水平,91~98分为高水平,≥99分为非常高水平。量表的内部一致性系数为0.93,亲职愁苦分量表0.911,亲子互动失调分量表0.862,困难儿童分量表0.721。

2.2.3 心理灵活性 采用经验性回避和认知融合两个维度评价心理灵活性。经验性回避和认知融合分数越高,个体心理灵活性越低。使用接纳与行动问卷第二版(acceptance action questionnaire-II, AAQ-II)^[9]测量经验性回避,共7个条目,计分1(从未)~7(总是),分数越高,经验性回避程度越高。量表内部一致性系数为0.906。使用认知融合问卷(cognitive fusion questionnaire, CFQ)^[10]

测量认知融合程度,共9个条目,计分1(从未)~7(总是),分数越高,认知融合程度越高。量表内部一致性系数为0.951。

2.3 统计分析

使用SPSS 25.0对数据进行整理和分析。采用独立样本 t 检验、方差分析、Pearson相关分析、多元线性回归分析等统计方法, $P<0.05$ 表示差异有统计学意义。

3 结果

3.1 听障儿童家长亲职压力及心理灵活性特点

听障儿童家长的亲职压力平均85.96±23.42分,3个维度由高到低依次是亲职愁苦(30.96±11.58)、困难儿童(30.19±8.03)和亲子互动失调(24.82±7.03)。6.7%的家长亲职压力处于临界高水平,14.8%处于高水平,32.6%处于非常高水平,45.9%的家长处于正常水平。在心理灵活性上,听障儿童家长经验性回避为7~49分,平均19.67±10.20分;认知融合9~63分,平均28.76±15.34分。

3.2 不同人口学特征听障儿童家长的亲职压力比较

亲职压力总分和各维度得分在儿童性别、家长身份和家长年龄方面均无统计学意义($P>0.05$),而在家长受教育程度和家庭人均月收入上有显著差异($P<0.01$),见表1。

3.3 听障儿童家长亲职压力与心理灵活性的相关性分析

Pearson相关分析显示,听障儿童家长亲职压力总分及亲职愁苦、亲子互动失调、困难儿童3个维度分别与心理灵活性的经验性回避和认知融合呈显著正相关($P<0.01$),见表2。

3.4 心理灵活性对听障儿童家长亲职压力的预测分析

为探索心理灵活性对听障儿童家长亲职压力的影响,以亲职压力总分为因变量,以家长受教育程度、家庭人均月收入、经验性回避、认知融合为自变量进行多元回归分析。结果表明,家庭人均月收入对家长亲职压力有负向预测作用,经验性回避和认知融合对家长亲职压力有正向预测作用,分别能解释亲职压力变异的27%和37%,见表3。

4 讨论

4.1 听障儿童家长亲职压力的特点

本研究中听障儿童家长的亲职压力平均85.96±23.42分,略高于徐慧等^[11]对人工耳蜗植入患儿父母亲职压力的调查,低于李启舟等^[4]对130名人工耳蜗术后听障儿童家长亲职压力的研究结果。分析原因可能与研究对象中

表1 不同受教育程度和家庭人均月收入听障儿童家长亲职压力比较($\bar{x}\pm s$)

变量		亲职压力总分	亲职愁苦	困难儿童	亲子互动失调
受教育程度	①初中及以下(56)	94.45±23.96	34.34±11.56	33.71±8.20	26.40±8.57
	②高中及中专(42)	85.57±21.74	30.88±11.50	31.12±6.17	23.57±6.75
	③大专及以上学历(37)	73.57±18.89	25.92±10.05	28.41±5.50	19.24±5.63
	<i>F</i>	10.06	6.36	6.59	10.66**
	<i>P</i>	0.000**	0.002**	0.002**	0.000**
	两两比较	①>②>③	①>③	①>③	①>②>③
家庭人均月收入	①2 k以下(48)	97.88±22.67	36.17±10.44	34.46±7.80	27.25±8.34
	②2 k~4 k(60)	82.43±19.48	29.35±9.94	30.52±5.96	22.57±6.67
	③4 k以上(27)	72.63±23.70	25.26±13.44	28.19±6.95	19.19±6.42
	<i>F</i>	13.33	9.85	8.23	11.66
	<i>P</i>	0.000**	0.000**	0.000**	0.000**
	两两比较	①>②, ①>③	①>②, ①>③	①>②, ①>③	①>②>③

***P*<0.01, 下同

表2 听障儿童家长心理灵活性与亲职压力的相关分析(*r*)

变量	经验性回避	认知融合
亲职愁苦	0.60**	0.61**
亲子互动失调	0.51**	0.52**
困难儿童	0.39**	0.42**
亲职压力总分	0.58**	0.60**

母亲与父亲比例不同有关,李静等^[12]研究表明学前残疾儿童母亲与父亲在亲职压力总分上存在显著差异,母亲亲职压力显著高于父亲。本研究中母亲占比为61.5%,高于徐慧研究对象(58.98%),低于李启舟研究对象(66.92%)。6.7%的家长处于临界高水平,14.8%处于高水平,32.6%处于非常高水平,45.9%的家长处于正常水平,说明大多数听障儿童家长在儿童听力语言康复过程中需面对较高的压力,提示应重视家长的心理状况,通过各种方法减轻亲职压力,给儿童创造良好的康复环境。

在亲职压力各维度上,得分高低顺序为亲职愁苦、困难儿童、亲子互动失调。这与以往研究结果相同^[4,11]。亲职愁苦主要表现为父母角色受限、角色不适应、无法胜任角色带来的压力。特殊需要儿童父母除了爱自己的子女外,还须承担至少9项时刻更换的角色重任^[13]。特殊需要儿童家长在教育中的角色作用有限,角色困境突出,存在责权不清、权利得不到保障、教养效能不足、资源与支

持获取困难等问题^[14]。较多家长对孩子的残疾负有罪恶感和愧疚感,长期处于较高的心理压力之中。由此可推测,听障儿童父母在亲职愁苦维度相对于其他两个维度压力更高。

本研究结果表明,受教育程度和家庭人均月收入在亲职压力总分及各维度上存在显著差异。家长的受教育程度越高,家庭人均月收入越高,其感受到的亲职压力越小,与以往研究结果一致^[4]。受教育程度越高,家庭经济条件越好的家长在治疗和干预过程中,能投入更多精力、财力和人力,积极接受和尝试新理念,更好地配合康复训练,对康复抱以合理的期望和信心,从而缓解焦虑和压力。

4.2 听障儿童家长亲职压力与心理灵活性的关系分析

心理灵活性评价主要包括经验性回避和认知融合,分数越高,表示心理灵活性越低。经验性回避是指人们会尽量避免与带来不良感受的情境,从而规避不良感受^[15]。认知融合是指人们的行为受语言法则和思维内容过度控制的倾向,使个体不自主地提取负性思维事件的字面意义,将消极的自我评价、负性的思维内容、不正确的自我认知等和事实混淆,促使抑郁、焦虑、低自尊等不良情绪的产生^[16]。

本研究表明,听障儿童家长心理灵活性与亲职压力各维度及总分呈显著正相关(*P*<0.05),回归分析显示,

表3 心理灵活性对亲职压力的回归分析

变量	β	标准系数	<i>t</i>	<i>R</i> ²	<i>F</i>	<i>P</i>
家庭人均月收入	-11.34	-0.35	-5.84**			
经验性回避	0.62	0.27	2.94**	0.51	47.78	0.000**
认知融合	0.56	0.37	3.99**			

心理灵活性的经验性回避和认知融合对家长亲职压力有正向预测作用,说明听障儿童家长的经验性回避和认知融合程度越高,家长体验到的亲职压力越高。认知融合、经验性回避与压力、抑郁和焦虑等存在显著正相关,并在改变心理病理症状方面发挥作用^[17]。经验性回避和认知融合程度较高,即心理灵活性水平较低的听障儿童家长思维更加僵化,情绪更易受到负性思维影响,在面对听障儿童的听力障碍时,往往会采取消极隐瞒残疾事实的态度,面对教养和康复难题时倾向逃避,不能采取积极有效的行动。不但不能解决问题,反而会增加不愉快的亲职体验,加深亲职压力,形成恶性循环。相反,经验性回避和认知融合较低,即心理灵活性水平较高的听障儿童家长,自我觉察能力较强,在面对听障儿童听力问题时会及时接纳现状,以补偿儿童听力、提高语言能力为目标,积极采取应变措施,投入持久的康复行动中,避免长时间的內耗而陷入焦虑、压力中。

接纳承诺疗法运用接纳与正念、承诺与行为改变技术,以提高心理灵活性为核心目标,与此时此刻联结,在改变与坚持某种行为之间保持灵活,进而实现有价值的结果^[18]。接纳承诺疗法能有效降低首诊孤独症患儿父母经验性回避和认知融合程度,提高其心理灵活性和心理健康水平^[19]。因此,今后可尝试在听障儿童家长中开展接纳承诺疗法,提高其心理灵活性,降低亲职压力,改善心理健康水平。

5 结论

听障儿童家长存在较高水平的亲职压力,心理灵活性水平越低,家长的亲职压力越高。本研究为横向研究,调查对象主要来自康复机构的听障儿童家长,对结果的可推广性可能有一定影响。今后的研究工作中,应扩大样本范围,开展纵向研究,深入地探讨亲职压力与心理灵活性的内在机制。康复机构应从提高家长心理灵活性入手,帮助家长减轻亲职压力,为听障儿童健康成长提供良好的家庭环境,从而提高康复效果。

参考文献

[1] Stika CJ, Eisenberg LS, Carter AS, et al. Developmental Outcomes in

Early-Identified Children Who Are Hard of Hearing at 2 to 3 Years of Age[J]. Ear and Hearing, 2021,42(5):1238-1252.

- [2] 薛静,李晔,蒋春,等.听障儿童家长心理健康状况调查与分析[J].中国听力语言康复科学杂志,2019,17(6):462-465.
- [3] Abidin R. Parenting Stress Index: Professional Manual[M]. 3rd, Lutz, FL: Psychological Assessment Resources,1995:53.
- [4] 李启舟,乔昆,路玉婧,等.130名人工耳蜗术后听障儿童家长亲职压力影响因素相关性研究[J].中国听力语言康复科学杂志,2020,18(1):72-77.
- [5] 高学婧.父母养育压力与听障幼儿焦虑的关系:幼儿努力控制的调节效应[J].中国听力语言康复科学杂志,2024,22(6):640-644.
- [6] Bond FW, Hayes SC, Barnes-Holmes D. Psychological Flexibility, ACT, and Organizational Behavior[J]. Journal of Organizational Behavior Management,2006,26(1-2):25-54.
- [7] Russ Harris. ACT就这么简单[M].北京:机械工业出版社,2022:9.
- [8] 任文香.幼儿母亲亲职压力、因应策略与亲子关系满意之关系研究[D].台湾师范大学家政教育研究所,1995.
- [9] 曹静,吉阳,祝卓宏.接纳与行动问卷第二版中文版测评大学生的信效度[J].中国心理卫生杂志,2013,27(11):873-877.
- [10] 张维晨,吉阳,李新,等.认知融合问卷中文版的信效度分析[J].中国心理卫生杂志,2014,28(1):40-44.
- [11] 徐慧,尚婉媛,王宁波.人工耳蜗植入患儿父母亲职压力和悦纳进取的关系——家庭坚韧力的中介作用[J].安徽医学,2022,43(5):589-593.
- [12] 李静,王雁.学前残疾儿童家长亲职压力:社会支持与应对方式的作用及性质[J].中国特殊教育,2015,(5):3-8,14.
- [13] William L. Heward,著,肖非,等,译.特殊需要儿童教育导论[M].第八版.北京:中国轻工业出版社,2007:90-92.
- [14] 程硕,安文军,王和平.特殊儿童家长在特殊教育中的角色困境及对策研究[J].现代特殊教育.2017,(18):69-72.
- [15] 黄明明.接纳承诺疗法[J].心理技术与应用,2015,(4):44-48.
- [16] Hayes SC, Villatte M, Levin M, et al. Open, Aware, and Active: Contextual Approaches as an Emerging Trend in the Behavioral and Cognitive Therapies[J]. Annual Review of Clinical Psychology, 2011,7(1):141-168.
- [17] 杨翠茹,刘健,刘露,等.抑郁症患者认知融合和经验性回避与抑郁水平的关系[J].中国心理卫生杂志,2019,(3):182-186.
- [18] 曾祥龙,刘翔平,于是.接纳与承诺疗法的理论背景、实证研究与未来发展[J].心理科学进展,2011,19(7):1020-1026.
- [19] 袁滨,胡茂荣.接纳承诺疗法联合健康教育在首诊孤独症患儿父母心理治疗中的应用[J].国际精神病学杂志,2022,49(1):48-52.

收稿日期 2024-05-27

责任编辑 赵 倩