

DOI: 10.13718/j.cnki.xdzk.2021.08.001

新冠肺炎疫情下留守儿童的社会适应及其与情绪调节策略的关系

王亭月¹, 郭 成¹, 缪华灵¹, 王莹滢¹,
刘向东², 马于钊¹, 张译支¹, 彭于珏¹

1. 西南大学 心理学部 心理健康教育研究中心, 重庆 400715; 2. 成都大学 附属中学, 成都 610016

摘要: 为探讨新冠肺炎疫情下留守儿童的社会适应现状及其与情绪调节策略的关系, 采用儿童青少年社会适应问卷、情绪调节策略问卷和自编的新冠肺炎疫情相关认知、行为问卷, 对 15 766 名留守儿童进行问卷调查。结果表明: ① 留守儿童的社会适应在性别、学段等人口统计学变量上差异具有统计学意义; ② 留守儿童的社会适应在与疫情相关认知(疫情严重性、疫情影响性)、行为(学习时长、运动时长、睡眠时长)上差异具有统计学意义; ③ 情绪调节策略能显著预测留守儿童的社会适应, 且认知重评和表达抑制共同解释了社会适应总变异的 29.4%。这提示疫情时期, 留守儿童社会适应水平不仅受到性别、独生子女与否、家庭居住地、学段、留守时长等人口统计学变量和与疫情相关认知、行为的影响, 还受到情绪调节策略的影响。

关 键 词: 新冠肺炎疫情; 留守儿童; 社会适应; 情绪调节策略

中图分类号: B844 **文献标志码:** A **文章编号:** 1673-9868(2021)08-0001-09

留守儿童是指因父母双方或一方外出务工半年及以上而被留在户籍所在地, 不能与父母双方共同生活在一起的 18 周岁以下的儿童青少年^[1]。父母外出使留守儿童在成长中面临诸多潜在风险因素, 如家庭结构缺失、监管教育不到位、家庭支持少、亲子疏离等, 会导致留守儿童缺乏良好的应对能力并出现各种社会适应问题^[2]。为此, 相比一般儿童, 留守儿童的社会适应问题受到更多研究者关注^[3]。社会适应是个体在社会环境中与他人互动而获得的内在或外在的具有社会功能性的行为, 会对个体的认知、情绪和行为产生重要影响^[3], 良好的社会适应可促进个体身心健康发展。留守儿童社会适应状态与个体因素息息相关, 人口学变量作为不可变的个体因素, 对留守儿童社会适应具有重要作用, 如程慧娟^[4]研究发现, 留守儿童的社会适应受到性别、年级、生源地、独生子女与否等的影响; 肖梦洁^[5]发现, 性别、年级、留守时长、居住地等均会对留守儿童社会适应产生影响。

在遭受新冠肺炎疫情这种重大公共卫生事件后, 个体的认知、行为等也产生较大变化。如有研究表明, 儿童、青少年中有超过一半的个体认为新冠肺炎距离自己很近, 且自己处于危险之中, 而这种认知

收稿日期: 2021-05-05
基金项目: 国家社会科学基金重大项目(19ZDA357)。
作者简介: 王亭月, 硕士研究生, 主要从事发展与教育心理学的研究。
通信作者: 郭 成, 教授, 博士研究生导师。

是其在疫情期间产生焦虑情绪的危险因素^[6],其较高的焦虑会进一步影响睡眠质量^[7]。同时,疫情期间“停课不停学”的网络授课方式使儿童青少年“宅”家上课,面临新的学习适应问题,学习效果有所下降,还可能因此而产生焦虑情绪^[8];此外,疫情期间的居家隔离措施,在一定程度上对个体运动的场所及方式产生局限,有研究表明,疫情期间超过 70% 的儿童、青少年的运动时间少于 1 h^[6],而运动对个体具有减少焦虑、抑郁等负性情绪,提高生活满意度等积极作用^[9-10],缺乏运动可能会使个体较易产生社会适应问题。总之,个体对重大公共危机事件的相关认知和行为会影响其心理健康水平。尽管有研究者^[11]考察了留守儿童在新冠肺炎疫情下的心理健康状况,但尚未有研究探讨留守儿童的疫情相关认知、行为对其社会适应的影响。

有研究发现^[12],新冠肺炎疫情下处境不利的留守儿童可能出现更多情绪问题^[11]。因此,针对各种情绪进行有效调节显得尤为重要,且情绪调节作为一种心理资源可以有效促进留守儿童在应激状态下的适应。情绪调节是指个体对情绪产生的类型、时间、体验方式和表达方式产生影响的过程^[13],根据情绪调节两阶段模型,情绪调节是在情绪发生过程中产生的,积极情绪调节过程对心理健康具有积极影响^[14]。情绪调节策略是调节情绪的重要途径,包括积极和消极两方面的情绪调节策略。Gross^[13]认为情绪调节策略包括 2 种:认知重评和表达抑制。具体而言,认知重评作为积极的情绪调节策略,它可以缓冲个体面对高危事件时由于知觉到的过度压力而产生的负性情绪^[15];而表达抑制具有双面性,有研究者认为^[16],表达抑制与个体的焦虑、抑郁、孤独等显著正相关,而另有研究者^[17]却认为消极情绪需要适当控制,否则会对个体造成极大破坏性,即表达抑制也会对个体产生积极作用。因此,有必要探讨认知重评和表达抑制 2 种情绪调节策略对留守儿童社会适应的共同影响。

综上所述,新冠肺炎疫情下留守儿童社会适应可能受到 3 方面个体因素的影响:① 人口统计学变量,如性别、年级、独生子女与否等;② 与疫情相关的认知和行为变量,如对疫情的看法、睡眠、运动情况等;③ 个体在疫情下情绪调节策略的使用情况。因此,本研究对人口学变量、与疫情相关的认知和行为、情绪调节策略对留守儿童社会适应的影响进行了探讨,拟为留守儿童社会适应及其促进提供一定的理论参考和实践指导。

1 方 法

1.1 研究对象

采用问卷星以网络在线形式对小学三年级至高三的学生进行调查,共获得 63 626 份中小學生问卷数据,剔除无效问卷后,有效问卷 58 407 份(有效率 91.80%),留守中小學生数据 15 766 份(留守比例 26.99%),其中,三年级学生 1 926 人(占 12.2%),四年级学生 1 914 人(占 12.1%),五年级学生 2 169 人(占 13.8%),六年级学生 2 145 人(占 13.6%),初一学生 2 117 人(占 13.4%),初二学生 1 855 人(占 11.8%),初三学生 1 039 人(占 6.6%),高一学生 1 119 人(占 7.1%),高二学生 961 人(占 6.1%),高三学生 521 人(占 3.3%)。男生 7 781 人(占 49.4%),女生 7 985 人(占 50.6%)。被试平均年龄为 12.60 岁(7~18, $SD=2.45$)。

1.2 研究工具

1.2.1 儿童青少年社会适应量表

本研究采用郭成等^[18]编制和修订的少年儿童社会适应量表。经修订后的量表包含人际和谐、环境认同、生活独立、学习自主 4 个维度 32 题和 2 个测谎题,共 34 题,采用 5 级计分,1(完全不符合)—5(完全符合),量表得分越高,说明社会适应水平越高。本研究中,验证性因素分析拟合良好($\chi^2=16\,654.27$, $df=432$, $CFI=0.91$; $TLI=0.90$; $RMSEA=0.05$; $SRMR=0.04$);社会适应及人际和谐、环境认同、生活独立、

学习自主的 Cronbach's α 系数分别为 0.96, 0.95, 0.85, 0.83, 0.90.

1.2.2 情绪调节策略问卷

本研究采用 Gross^[13]编制的情绪调节策略问卷. 该问卷包含认知重评和表达抑制 2 个分维度, 共 10 个项目. 采用 5 级计分(1“完全不同意”—5“完全同意”), 得分越高, 表明被试越倾向于使用该种情绪调节策略. 本研究中, 认知重评和表达抑制分量表的 Cronbach's α 系数分别为 0.86, 0.78.

1.2.3 疫情相关认知、行为问卷

本研究采用自编的中小学生对新冠肺炎疫情的相关认知和行为的调查问卷, 该问卷包括认知和行为 2 方面. 认知问卷包括 2 题: ① 疫情严重性: 你认为目前的新型肺炎疫情严重吗? ② 疫情影响性: 你认为目前的新型肺炎疫情对你的生活影响大吗? 行为问卷包括 3 题: ① 学习时长: 近期你在家每天学习的时长大概为多少? ② 运动时长: 近期你平均每天的运动时长为多少? ③ 睡眠时长: 近期你平均每天的睡眠时长大概为多少? 疫情相关认知和运动时长采用 3 级计分, 疫情期间学习时长和睡眠时长采用 4 级计分. 疫情相关认知得分越高, 认为疫情越严重、影响越大; 疫情相关行为得分越高, 表明学习、运动、睡眠时间越长.

1.3 调查实施及数据处理

本研究采用网络调查的方式进行, 由班主任将问卷链接发送至班级群, 学生利用手机或电脑作答. 回收问卷后, 采用测谎题和作答时间长短等进行有效问卷筛选. 采用 SPSS21.0 对数据进行描述性统计、差异检验、相关分析和回归分析, 采用 Mplus7.0 进行验证性因素分析.

2 结果分析

2.1 留守儿童社会适应在人口统计学变量上的差异分析

如表 1 所示, 性别差异上, 女生在社会适应总水平、环境认同、生活独立和学习自主上的得分显著高于男生, 男、女生在人际和谐上的得分差异不具有统计学意义; 在独生子女与否的差异上, 独生子女和非独生子女在社会适应总水平、人际和谐、环境认同和学习自主上的得分差异不具有统计学意义, 但非独生子女在生活独立上的得分显著高于独生子女; 在家庭居住地差异上, 城市留守儿童在社会适应总水平、人际和谐、环境认同和学习自主上的得分显著高于农村、城镇留守儿童, 但不同居住地的留守儿童在生活独立上的得分差异不具有统计学意义; 在学段差异上, 小学生在社会适应总水平、人际和谐、环境认同和学习自主上的得分显著高于初中生, 初中生在社会适应总水平、人际和谐、环境认同和学习自主上的得分显著高于高中生, 但高中生在生活独立上的得分显著高于初中生, 初中生在生活独立上的得分显著高于小学生; 在留守时长差异上, 留守 0.5~1 年的儿童, 其对社会适应总水平、人际和谐、环境认同和学习自主上的得分显著高于留守 1~2 年、2~5 年、5 年以上的儿童, 且留守 5 年以上的儿童, 其对社会适应总水平、人际和谐和环境认同上的得分显著高于留守 1~2 年的儿童, 不同留守时长的儿童在生活独立上的得分差异不具有统计学意义.

表 1 留守儿童社会适应及其分维度在人口统计学变量上的差异检验

变 量		社会适应	人际和谐	环境认同	生活独立	学习自主
性 别	男	3.87±0.67	3.80±0.75	4.07±0.67	3.92±0.84	3.75±0.81
	女	3.95±0.61	3.82±0.72	4.16±0.61	4.17±0.72	3.87±0.74
	<i>t</i>	-8.10***	-1.52	-8.88***	-20.51***	-9.54***
独生与否	是	3.91±0.65	3.82±0.74	4.12±0.66	3.99±0.82	3.81±0.79
	否	3.91±0.63	3.81±0.73	4.12±0.64	4.07±0.78	3.81±0.77
	<i>t</i>	-0.07	1.41	-0.07	-5.20***	-0.03

续表 1

变 量		社会适应	人际和谐	环境认同	生活独立	学习自主
家庭居住地	农村	3.90±0.64	3.80±0.73	4.11±0.64	4.05±0.80	3.80±0.78
	城镇	3.89±0.64	3.87±0.76	4.11±0.65	4.02±0.79	3.77±0.77
	城市	3.96±0.65	3.81±0.74	4.18±0.65	4.06±0.79	3.86±0.77
	<i>F</i>	12.57***	11.55***	15.14***	2.37	10.50***
学 段	小学	3.99±0.63	3.91±0.73	4.20±0.63	4.00±0.84	3.96±0.75
	初中	3.83±0.65	3.72±0.75	4.05±0.66	4.09±0.76	3.68±0.78
	高中	3.78±0.59	3.67±0.69	4.12±0.64	4.14±0.68	3.57±0.72
	<i>F</i>	166.28***	162.32***	145.31***	41.75***	376.50***
留守时长	0.5~1 年	3.92±0.63	3.83±0.72	4.13±0.64	4.06±0.77	3.83±0.76
	1~2 年	3.85±0.66	3.75±0.75	4.06±0.66	4.01±0.82	3.75±0.79
	2~5 年	3.87±0.64	3.76±0.74	4.10±0.62	4.01±0.83	3.77±0.80
	5 年以上	3.90±0.66	3.81±0.76	4.12±0.66	4.04±0.83	3.79±0.80
	<i>F</i>	9.02***	8.78***	7.28***	3.02	6.55***

注：***：*p*＜0.001.

2.2 留守儿童社会适应在与疫情相关认知、行为上的差异分析

如表 2 所示,在疫情严重性差异上,认为疫情“严重”的留守儿童在社会适应总水平和 4 个子维度上的得分显著高于认为疫情“不严重”的留守儿童,且认为疫情“不严重”的留守儿童在社会适应总水平和 4 个子维度上的得分显著高于认为疫情“与我无关”的留守儿童;在疫情影响性差异上,认为疫情“影响非常大”的留守儿童在社会适应总水平和 4 个子维度上的得分显著高于认为疫情“一般影响”的留守儿童,认为疫情“一般影响”的留守儿童在环境认同上的得分显著低于认为疫情“基本不影响”的留守儿童,认为疫情“影响非常大”的留守儿童在社会适应总水平、人际和谐、环境认同和学习自主上的得分显著高于认为疫情“基本不影响”的留守儿童.

在学习时长差异上,学习时长为 6 h 以上的留守儿童在社会适应总水平和 4 个子维度上的得分显著高于学习时长为 4~6 h 以内的留守儿童,且学习时长为 4~6 h 的留守儿童在社会适应总水平和 4 个子维度上的得分显著高于学习时长为 2~4 h 以内的留守儿童,学习时长为 2~4 h 的留守儿童在社会适应总水平和 4 个子维度上的得分显著高于学习时长为 0~2 h 的留守儿童;在运动时长差异上,运动时长为 1 h 以上的留守儿童在社会适应总水平、人际和谐、环境认同和学习自主上的得分显著高于运动时长为 0.5~1 h 的留守儿童,运动时长为 0.5~1 h 的留守儿童在社会适应总水平和 4 个子维度上的得分显著高于运动时长为 0~0.5 h 的留守儿童;在睡眠时长差异上,睡眠时长为 10 h 以上的留守儿童在社会适应总水平、人际和谐、生活独立和学习自主上的得分显著高于睡眠时长为 8~10 h 的留守儿童,睡眠时长为 8~10 h 的留守儿童在社会适应总水平、人际和谐、环境认同和学习自主上的得分显著高于睡眠时长为 6~8 h 的留守儿童,睡眠时长为 6~8 h 的留守儿童在社会适应总水平和 4 个子维度上的得分显著高于睡眠时长为 0~6 h 的留守儿童.

表 2 留守儿童社会适应在疫情相关认知、行为上的差异检验

变 量		社会适应	人际和谐	环境认同	生活独立	学习自主
疫情严重性	与我无关	3.59±0.83	3.52±0.90	3.74±0.88	3.71±1.01	3.51±0.96
	不严重	3.85±0.64	3.75±0.74	4.07±0.64	4.00±0.80	3.74±0.79
	严重	3.92±0.64	3.82±0.73	4.13±0.64	4.06±0.79	3.82±0.77
	<i>F</i>	22.96***	15.79***	27.98***	15.89***	15.01***
疫情影响性	基本不影响	3.84±0.72	3.70±0.83	4.10±0.73	4.07±0.85	3.74±0.85
	一般影响	3.82±0.61	3.70±0.71	4.05±0.62	4.02±0.75	3.71±0.74
	影响非常大	3.96±0.64	3.89±0.73	4.16±0.64	4.06±0.81	3.87±0.78
	<i>F</i>	93.92***	122.78***	52.08***	3.58*	71.30***
学习时长	0~2 h	3.78±0.69	3.70±0.78	3.40±0.70	3.91±0.86	3.64±0.85
	2~4 h	3.95±0.61	3.85±0.71	4.16±0.62	4.07±0.76	3.85±0.74
	4~6 h	3.98±0.58	3.88±0.68	4.19±0.57	4.12±0.75	3.91±0.70
	6 h 以上	4.00±0.62	3.88±0.74	4.20±0.62	4.21±0.72	3.95±0.74
	<i>F</i>	107.75***	63.74***	89.69***	85.90***	129.70***
运动时长	0~0.5 h	3.74±0.64	3.63±0.74	4.00±0.67	3.91±0.82	3.62±0.78
	0.5~1 h	4.00±0.59	3.90±0.69	4.20±0.60	4.16±0.72	3.92±0.72
	1 h 以上	4.13±0.63	4.08±0.70	4.26±0.62	4.16±0.81	4.05±0.77
	<i>F</i>	469.93***	456.53***	228.29***	184.32***	432.01***
睡眠时长	0~6 h	3.53±0.77	3.40±0.87	3.73±0.80	3.87±0.92	3.40±0.92
	6~8 h	3.84±0.62	3.73±0.72	4.06±0.64	4.05±0.77	3.71±0.76
	8~10 h	3.99±0.61	3.91±0.70	4.20±0.60	4.04±0.79	3.92±0.74
	10 h 以上	4.08±0.73	3.97±0.84	4.24±0.73	4.26±0.81	4.05±0.83
	<i>F</i>	170.83***	158.06***	158.13***	27.52***	175.56***

注:***: $p<0.001$.

2.3 留守儿童情绪调节策略与社会适应的关系分析

采用相关分析考察留守儿童的情绪调节策略与其社会适应的关系,结果表明,社会适应总水平、人际和谐、环境认同、生活独立、学习自主与认知重评和表达抑制 2 种情绪调节策略均存在显著正相关(表 3).

表 3 情绪调节策略与社会适应之间的相关矩阵

	<i>M</i>	<i>SD</i>	社会适应	人际和谐	环境认同	生活独立	学习自主	认知重评	表达抑制
社会适应	3.91	0.64	1.00						
人际和谐	3.81	0.74	0.95**	1.00					
环境认同	4.12	0.64	0.84**	0.71**	1.00				
生活独立	4.05	0.79	0.70**	0.53**	0.56**	1.00			
学习自主	3.81	0.78	0.86**	0.74**	0.66**	0.58**	1.00		
认知重评	3.81	0.70	0.54**	0.52**	0.49**	0.31**	0.47**	1.00	
表达抑制	3.13	0.88	0.07**	0.05**	0.05**	0.11**	0.09**	0.18**	1.00

注:***: $p<0.01$.

以认知重评和表达抑制 2 种情绪调节策略为自变量, 分别对社会适应及其 4 个子维度进行多元回归分析, 以考察情绪调节策略对社会适应的预测作用. 由表 4 可知, 认知重评对社会适应、人际和谐、环境认同、生活独立、学习自主均具有显著正向预测作用, 表明随着认知重评策略使用的增多, 留守儿童的社会适应、人际和谐、环境认同、生活独立、学习自主水平会逐渐升高; 表达抑制对社会适应、人际和谐、环境认同具有显著负向预测作用, 对生活独立具有显著正向预测, 对学习自主不具有显著预测作用, 表明随着表达抑制策略使用的增多, 留守儿童的社会适应、人际和谐、环境认同水平逐渐降低, 但生活独立水平逐渐升高. 其中认知重评和表达抑制对社会适应整体水平的解释率为 29.4%, 对人际和谐、环境认同、生活独立、学习自主的解释率分别为 27.0%, 23.9%, 9.7%, 22.4%.

表 4 社会适应及其分维度在情绪调节策略上的回归分析

因变量	自变量	R^2	标准化系数	t
社会适应	认知重评	0.294	0.546	80.26***
	表达抑制		-0.021	-3.15**
人际和谐	认知重评	0.270	0.526	76.03***
	表达抑制		-0.046	-6.72***
环境认同	认知重评	0.239	0.494	69.95***
	表达抑制		-0.037	-5.20***
生活独立	认知重评	0.097	0.296	38.45***
	表达抑制		0.059	7.72***
学习自主	认知重评	0.224	0.471	66.07***
	表达抑制		0.011	1.55

注: ** : $p<0.01$; *** : $p<0.001$.

3 讨 论

3.1 新冠肺炎疫情下留守儿童的社会适应现状

本研究发现, 新冠肺炎疫情下留守儿童的社会适应会受到性别、独生子女与否、家庭居住地、学段、留守时长的影响. 第一, 在性别差异上, 留守女生的社会适应、环境认同、生活独立、学习自主水平均显著高于留守男生, 这与前人研究一致^[19-20]; 但留守男生与留守女生的人际和谐水平差异不具有统计学意义, 这与肖梦洁^[5]的研究类似, 即男、女生在人际疏离方面的表现差异不具有统计学意义. 第二, 在独生子女与否差异上, 非独生子女的生活独立显著高于独生子女, 这可能因为在一孩家庭中, 父母养育压力较小、更易溺爱子女, 由此独生子女在生活上也更容易对他人形成依赖, 从而生活独立能力更差^[19]. 第三, 在家庭居住地差异上, 城市留守儿童的社会适应、人际和谐、环境认同、学习自主水平显著高于农村、城镇留守儿童, 这可能因为相比农村、城镇, 城市中丰富的社会环境刺激会促进儿童、青少年的社会性发展, 如更少的害羞和敏感^[21], 且家庭居住地在一定程度上反映家庭社会资本. 根据经济投资理论的家庭投资模型, 居住于城市的高收入家庭可能更多投资于儿童青少年身心发展, 而居住于农村或城镇的低收入家庭可能更多投资于家庭的迫切需求^[22], 从而与城市留守儿童相比, 农村、城镇留守儿童的社会适应水平较低^[23]; 但居住在城市、城镇、农村的留守儿童的生活独立水平差异无统计学意义, 这可能由于无论居住地在哪里, 留守儿童由于父母外出务工, 他们较早参与到家庭劳动中, 其独立生活的能力在生活中不断得以锻炼和提升. 第四, 在学段差异上, 留守儿童的生活独立水平随着学段升高而提升, 本研究中的生活独立主要测查“我能自己做饭”之类的家务能力, 所以随着年龄增长和生长发育成熟, 其生活独立水平也相应提升. 而留守儿童

的社会适应及其他社会适应子维度水平随着学段升高而降低,这与以往研究一致^[24],这可能因为与小学生相比,中学生正处于青春期,伴随着情绪波动大、行为易冲动等特点,会面临更多学业压力和亲子关系紧张问题,进而表现出更差的社会适应。第五,在留守时长差异上,短时间的留守(0.5~1年)并没有导致留守儿童社会适应水平的下降,当留守时长超过1年后,随着留守时长的增加,留守儿童社会适应水平先缓慢下降(1~5年),最后有回升趋势(>5年),这一变化趋势与Oberg^[25]的四阶段论描述的适应过程相符。儿童、青少年从有父母陪伴的生活环境转到离开父母的新生活环境,经历了从一开始的由于“新鲜感”的适应到中途的挫败、震惊,最后不断调节达到新的适应状态的过程。

本研究同时发现,留守儿童的社会适应会受到与疫情相关认知、行为的影响。①认为疫情越严重及疫情对其生活影响越大的留守儿童,其社会适应水平越高,这与以往研究不太一致^[11],究其原因:一方面,这可能体现了突发性公共卫生事件(如新冠肺炎疫情)对留守儿童积极作用的一面。对留守儿童而言,在疫情更加严重或影响更大时,其父母会通过回家或给予其更多关心的方式使留守儿童感受到未有过的情感陪伴,使其心理需求得以满足,从而社会适应更好;另一方面,可能由于本研究中关于“疫情影响性”的调查不单指向消极影响,还包括积极影响。②留守儿童的社会适应水平随着学习时间增多而升高,新冠肺炎疫情期间,大多学生采用网络学习的方式,减少了现实生活中面对面的紧张感,以往类似研究也表明^[26],具有便利性和交互性的网络替代学习可增强儿童的自我效能感和学习效能感。③当每天运动超过0.5h后,留守儿童的社会适应水平显著升高,以往实证研究表明^[27],运动可改善认知功能损害和缓解消极情绪。④随着睡眠时长增加,留守儿童的社会适应水平显著升高,以往相关研究也表明^[6],睡眠状况和个体心理压力显著正相关,疫情期间,睡眠质量的下降值与负性情绪显著正相关、与生活满意度正相关^[8]。

3.2 留守儿童情绪调节策略与社会适应的关系

情绪调节或情绪调节策略是儿童、青少年社会性发展的重要指标,对其身心发展具有重要作用^[28]。本研究中,认知重评和表达抑制共同预测了留守儿童的社会适应,这与情绪调节的两阶段模型相符^[14],即在情绪的体验和表现阶段都进行情绪调节的过程会对心理健康产生重要影响,这与郝萍等^[16]的研究一致,即认知情绪调节策略可有效减轻抑郁、焦虑等负性情绪。认知重评显著正向预测留守儿童社会适应,这与以往类似研究一致。认知重评属于先行关注的情绪调节策略,个体通过改变其对事件的理解从而减少消极情绪体验,即在情绪产生前改变自身消极认知,它作为一种积极的认知策略,可显著正向预测个体心理健康水平^[14,16]。然而,表达抑制显著负向预测社会适应、人际和谐、环境认同,显著正向预测生活独立,这在一定程度上可能表明表达抑制对留守儿童社会适应的两面影响。表达抑制属于反应关注的情绪调节策略,是对将要发生或正在发生的情绪进行抑制,会调动自我控制能力^[29]。虽然多数研究者^[16]认为表达抑制是一种非适应性的情绪调节策略,但也有研究者^[17]认为表达抑制对个体心理健康有积极意义。本研究中表达抑制对留守儿童生活独立的正向预测可能原因是:对于留守儿童而言,由于父母外出务工,其被隔代抚养,导致其在体验到较高情绪时缺乏倾诉对象,会更多采取压抑情绪不外露的方式,以致在生活中的表现更加独立、自主。

3.3 结论与教育建议

本研究发现,在新冠肺炎疫情状态下,留守儿童的社会适应不仅受性别、独生子女与否、家庭居住地、学段、留守时长的影响,还受与疫情相关的认知(包括疫情严重性、疫情影响性)、行为(包括学习时长、运动时长、睡眠时长)的影响;留守儿童社会适应及其子维度与认知重评、表达抑制显著两两正相关,且认知重评和表达抑制共同预测留守儿童社会适应。本研究的发现对留守儿童社会适应的提升具有一定理论和实践意义。首先,学校和教育者需认识到男生、独生子女、家庭居住在农村和城镇的留守儿童、留守时长在1~5年的儿童以及中学生的社会适应会表现较差,需要特别关注这些留守群体的身心健康;其次,学

校和教育者应加强教育,使留守儿童明白保持足够的学习、运动、睡眠时长对其学习、人际、生活等的重要性,例如监督学生每天保持至少 6 h 的学习时间,坚持每天运动 0.5 h 以上,保持每天睡眠时间至少在 8 h 以上,这些都能有效提升其社会适应水平;第三,学校应加强对留守儿童在压力情境中运用情绪调节策略与方法的教育和训练,使其适时进行认知重评和表达抑制,以减少消极情绪体验,促进社会适应。

参考文献:

- [1] 郝 振,崔丽娟. 留守儿童界定标准探讨 [J]. 中国青年研究, 2007(10): 40-43.
- [2] 余小鸣. 关注留守和流动儿童生理和心理社会适应的脆弱性 [J]. 中国儿童保健杂志, 2011, 19(7): 587-589+596.
- [3] 牛 湘,冉光明. 基于 CiteSpace 的我国儿童社会适应研究文献可视化分析 [J]. 四川职业技术学院学报, 2020, 30(3): 27-32, 61.
- [4] 程慧娟. 西南地区农村留守儿童社会适应研究 [D]. 绵阳: 西南科技大学, 2018.
- [5] 肖梦洁. 留守儿童社会支持、心理弹性、社会适应现状及其关系研究 [D]. 桂林: 广西师范大学, 2015.
- [6] 李少闻,王 悦,杨媛媛,等. 新型冠状病毒肺炎流行期间居家隔离儿童青少年焦虑性情绪障碍的影响因素分析 [J]. 中国儿童保健杂志, 2020, 28(4): 407-410.
- [7] 何 令,高 源,高 笑,等. 新冠疫情期间居民的睡眠规律与身心健康: 易感因素与应对策略 [J]. 西南大学学报(自然科学版), 2020, 42(5): 11-20.
- [8] 魏 华,陈 立,钱 英,等. 2019 新型冠状病毒感染疫情对儿童青少年心理的影响及家庭干预的建议(第一版) [J]. 中国儿童保健杂志, 2020, 28(4): 370-373, 384.
- [9] 刘 阳,李雪宁,王协顺,等. 新型冠状病毒肺炎疫情期间运动干预对居家学生负面情绪调节自我效能感的中介作用 [J]. 北京体育大学学报, 2020, 43(3): 76-83.
- [10] VALOIS R F, ZULLIG K J, HUEBNER E S, et al. Physical Activity Behaviors and Perceived Life Satisfaction among Public High School Adolescents [J]. The Journal of School Health, 2004, 74(2): 59-65.
- [11] 魏军锋. 疫情下留守儿童社会联结与情绪健康的关系: 希望的中介作用 [J]. 中国特殊教育, 2020(10): 44-49.
- [12] HOBFOLL S E. Social and Psychological Resources and Adaptation [J]. Review of General Psychology, 2002, 6(4): 307-324.
- [13] GROSS J J. The Emerging Field of Emotion Regulation: An Integrative Review [J]. Review of General Psychology, 1998, 2(3): 271-299.
- [14] 侯瑞鹤,俞国良. 情绪调节理论: 心理健康角度的考察 [J]. 心理科学进展, 2006, 14(3): 375-381.
- [15] XU C, XU Y, XU S, et al. Cognitive Reappraisal and the Association between Perceived Stress and Anxiety Symptoms in COVID-19 Isolated People [J]. Frontiers in Psychiatry, 2020, 11: 858.
- [16] 郝 萍,潘彦谷. 中学生心理素质与心理健康: 情绪调节策略的中介作用 [J]. 教育科学论坛, 2020(10): 77-80.
- [17] THOMPSON R A. Emotional Regulation and Emotional Development [J]. Educational Psychology Review, 1991, 3(4): 269-307.
- [18] 郭 成,杨满云,缪华灵,等. 少年儿童社会适应问卷的初步修订及信效度检验 [J]. 西南大学学报(社会科学版), 2018, 44(3): 103-110.
- [19] 胡 韬. 流动少年儿童社会适应的发展特点及影响因素研究 [D]. 重庆: 西南大学, 2007.
- [20] 张更立. 农村留守儿童孤独感与社会适应的关系: 感恩的中介作用 [J]. 教育研究与实验, 2017(3): 25-30.
- [21] 李 丹,陈 峰,陈欣银,等. 文化背景与社会行为和适应: 城市、农村和流动三类儿童的比较研究 [J]. 心理科学, 2011, 34(1): 93-101.
- [22] MAGNUSON K A, DUNCAN G J. The Role of Family Socioeconomic Resources in the Black-White Test Score Gap Among Young Children [J]. Developmental Review, 2006, 26(4): 365-399.
- [23] 邓小平,刘思瑶,张向葵. 家庭收入与青少年社会适应: 家庭社会资本的中介作用 [J]. 心理与行为研究, 2018, 16(6): 793-800.

- [24] 马诗浩,植凤英,邓霞. 流动儿童社会适应与自我提升的追踪研究[J]. 中国特殊教育, 2019(1): 77-83.
- [25] OBERG K. Culture Shock: Adjustment to New Cultural Environments [J]. Practical Anthropology, 1960, 7(4): 177-182.
- [26] 董柔纯,周宗奎,刘庆奇,等. 儿童网络使用与学业成就:有调节的中介模型[J]. 心理科学, 2019, 42(1): 68-74.
- [27] LERCHE S, GUTFREUND A, BROCKMANN K, et al. Effect of Physical Activity on Cognitive Flexibility, Depression and RBD in Healthy Elderly [J]. Clinical Neurology and Neurosurgery, 2018, 165: 88-93.
- [28] 王玉龙,袁燕,唐卓. 留守儿童亲子依恋与情绪健康的关系:情绪调节能力的中介和家庭功能的调节[J]. 心理学, 2017, 40(4): 898-904.
- [29] GROSS J J, JOHN O P. Individual Differences in Two Emotion Regulation Processes: Implications for Affect, Relationships, and Well-being [J]. Journal of Personality and Social Psychology, 2003, 85(2): 348-362.

The Current Situation of Social Adaption of Left-Behind Children and Its Relationship with Emotional Regulation Strategies During COVID-19 Epidemic

WANG Ting-yue¹, GUO Cheng¹, MIAO Hua-ling¹,
WANG Ying-yan¹, LIU Xiang-dong², MA Yu-chao¹,
ZHANG Yi-zhi¹, PENG Yu-jue¹

1. Research Center of Mental Health Education, Faculty of Psychology, Southwest University, Chongqing 400715, China;

2. Middle School Affiliated to Chengdu University, Chengdu 610016, China

Abstract: In order to explore the current situation of social adaption of left-behind children during the Covid-19 epidemic and its relationship with emotional regulation strategies, the social adaption questionnaire, the emotion regulation strategy questionnaire and the cognitive and behavioral questionnaires related to COVID-19 epidemic were used to investigate 15 766 left-behind children. The results showed that the social adaptation of left-behind children was significantly different in such demographic variables as gender and grade; that the scores of social adaptation and its sub-dimensions of left-behind children were significantly different in epidemic-related cognition (of the seriousness and influences of the epidemic) and behaviors (time duration of study, sports and sleep); and that emotional regulation strategies significantly predicted social adaption of left-behind children, and cognitive reappraisal and expression suppression accounted for 29.4% of social adaption, thus suggesting that the social adaption of left-behind children during the COVID-19 epidemic is affected not only by gender, only child or not, family residence, grade, length of stay and COVID-19 epidemic-related cognition and behavior, but also by their emotional regulation strategies.

Key words: COVID-19 epidemic; left behind child; social adaption; emotional regulation strategy