

# 家庭因素对青少年抑郁的影响☆

易春丽, 钱铭怡

---

北京大学心理系, 北京市 %'''' (%)

易春丽☆, 女, (%) ("年生, 辽宁省鞍山市人, 汉族, !""\* : !"-27990 8630 (0155 390 863#5007 375010 52< %

体健康状况良好。但是如果女性过度推迟首次生育,则会因为健康状况的下降而限制其在养育子女中情感的收益。

生活中的应激事件会增加青少年患抑郁的风险。例如,家庭中的一些应激事件是影响青少年的抑郁的因素。O1234121567489 等的研究结果显示,近期搬家是女孩子患抑郁的危险因素,而父母失业是男孩子抑郁的危险因素。搬家做为应激事件是需要青少年重新适应新的人际关系的事件,父母失业则可能会直接威胁到青少年的安全感和对生活的控制感,这些都会影响到人的情绪,导致人的情绪低落、抑郁。另外,一些急性应激,如自然灾害等,也容易导致抑郁,因面对灾害会让人产生无助感,进而发生抑郁。

此外,父母受教育水平低、缺乏社会支持(包括来自父母、同伴和老师的支持)等也会使抑郁风险增高。

## 2 父母抑郁对孩子的影响

近些年来,父母的心理问题和孩子心理行为问题之间的关系是一直受到密切的关注。其中一部分的兴趣集中在母亲抑郁对青少年行为问题和抑郁的影响上。大量的研究显示抑郁母亲的孩子比非抑郁母亲的孩子更容易出现行为问题和注意力缺陷,母亲抑郁其孩子抑郁发生的风险会大幅度的提高。

>7@ABB98 等的研究显示女孩子的抑郁和母亲有显著的相关,但和男孩子的抑郁相关不显著。研究还发现青少年抑郁和家庭的社会地位、父母的矛盾、婚姻的不和谐以及家庭生活事件有着显著的相关。当把这些因素进行回归时发现,母亲的抑郁和孩子的抑郁相关不显著,和家庭事件、婚姻矛盾、家庭社会地位相关显著。也就是说母亲的抑郁不是和孩子的抑郁直接相关的,而是以间接的方式产生的影响,但是这个研究没有具体描述出抑郁是通过怎样的家庭成员之间的互动起到的作用。

虽然大量的研究显示孩子的抑郁和母亲更为相关,但是父亲在家庭中的作用也不能忽视。因为家庭是一个大的系统,婚姻关系构成了一个家庭的基石,夫妻之间的互动对孩子是有着影响的。而且夫妻间长期的相处,彼此的心理也有着相互的影响,特别是抑郁这种情绪在夫妻间是怎样相互作用是值得

过度保护)会导致产生不良的信念(在这项研究中是非适应性的完美主义信念),进而使得个体产生对抑郁的易感性。

此外,儿童学会评价他们自己有一部分是来自于其他人怎样看待他们。通过人际的交往,孩子从他人那里获得关于自己和他人的信息,特别是从重要他人如父母那里获得。如果孩子从父母那里获得的反馈一直是负性的,那么负性的自我感觉就可能形成,进而提高对抑郁的易感性<sup>[12]</sup>。34567895等<sup>[13]</sup>发现孩子经常从母亲那里得到的是言语的批评,就会在负性事件时做出负性的自我归因。

4:9等<sup>[14]</sup>的研究提示孩子的对自我的认识是通过每天和父母的交流而受到父母的影响的。自我概念的图式涉及到每一个个体的绝大多数的经验,<sup>[15]</sup>46等<sup>[16]</sup>认为它和所有的人的抑郁水平都是相关的。

#### 4 青少年抑郁的干预

治疗青少年抑郁和治疗成人抑郁相似。临床工作者可以使用很多种方法,包括使用抗抑郁药物的生物治疗,关注改变脑内生化学物质的含量;心理治疗,帮助抑郁青少年了解其抑郁的根源,提高其应对能力,改变认知;家庭治疗,关注于改变家庭的关系模式,不良的模式可能是导致症状的因素。

鉴于综述中提到的家庭互动对青少年的影响,针对家庭的治疗和指导不能对青少年的

1181080TD (能)抑