

孤独症儿童父母情绪调节和经验性回避在养育压力与养育倦怠间的链式中介效应

陈佳怡,王超越,殷金霞,冯璟,高菡苹,姚大志,刘斯涵,张全志

摘要:目的 探讨情绪调节和经验性回避在孤独症谱系障碍儿童父母养育压力与养育倦怠间的链式中介作用,为探索与实施干预方案以促进孤独症谱系障碍儿童父母的身心健康提供参考。**方法** 基于应激过程理论,采用养育倦怠评估量表、养育压力简式量表、接纳与行动问卷和情绪调节量表对 238 名孤独症谱系障碍儿童父母进行调查,构建并检验链式中介模型。**结果** 养育压力分别与表达抑制、经验性回避、养育倦怠呈显著正相关,与认知重评呈负相关(均 $P < 0.05$)。养育压力能显著正向预测养育倦怠,认知重评和经验性回避、表达抑制和经验性回避分别在养育压力与养育倦怠间起部分中介作用(均 $P < 0.05$)。**结论** 养育压力可通过孤独症谱系障碍儿童父母的认知重评、表达抑制和经验性回避水平影响养育倦怠。应帮助孤独症谱系障碍儿童父母采取积极情绪调节策略与应对方式,以促进其身心健康发展。

关键词:孤独症谱系障碍; 情绪调节; 认知重评; 表达抑制; 经验性回避; 养育压力; 养育倦怠; 心理健康

中图分类号:R47;R395.6 **DOI:**10.3870/j.issn.1001-4152.2025.17.071

The chain mediating effect of emotion regulation strategies and experiential avoidance on relationship between parenting stress and parental burnout in parents of children with autism

Chen Jiayi, Wang Chaoyue, Yin Jinxia, Feng Jing, Gao Hanping, Yao Dazhi, Liu Sihan, Zhang Quanzhi. School of Nursing, Daqing Campus, Harbin Medical University, Daqing 163319, China

Abstract: **Objective** To explore the mediating effect of emotion regulation and experiential avoidance on the mechanism of parenting stress on parental burnout in children with autism spectrum disorder, and to provide a reference for exploring and applying intervention programs to promote the physical and mental health of parents of children with autism. **Methods** Based on the stress process theory, 238 parents of children with autism spectrum disorder were surveyed using the Parental Burnout Assessment, the Parenting Stress Index-Short Form, the Acceptance and Action Questionnaire and the Emotion Regulation Questionnaire, and the chain mediation model was constructed and tested. **Results** Parenting stress was significantly positively correlated with expressive suppression, experiential avoidance, and parental burnout, and negatively correlated with cognitive reappraisal (all $P < 0.05$). Parenting stress could significantly and positively predict parental burnout, and cognitive reappraisal and experiential avoidance, expressive suppression and experiential avoidance played a partial mediating role in the effects of parenting stress and parental burnout, respectively (all $P < 0.05$). **Conclusion** Parenting stress can impact parental burnout through the levels of cognitive reappraisal, expressive suppression, and experiential avoidance in parents of children with autism spectrum disorder. It is important to help these parents adopt positive emotional regulation strategies and coping methods to promote their mental and physical well-being.

Keywords: Autism spectrum disorder; emotion regulation; cognitive reappraisal; expressive suppression; experiential avoidance; parenting stress; parental burnout; mental health

养育倦怠(Parental Burnout)是指父母因长期育儿压力和承担父母角色而出现的一组负性综合症状^[1]。与其他发展性障碍儿童的父母相比,孤独症谱系障碍(Autism Spectrum Disorder, ASD)儿童的父母养育倦怠水平更高,这不仅影响婚姻关系、育儿实践以及亲子关系,还会导致 ASD 儿童出现严重的问

题行为,进而影响其心理健康和康复效果^[2]。因此,减轻 ASD 儿童父母养育倦怠十分必要。养育压力是父母在承担养育角色与责任时,受自身人格特质、亲子互动关系或家庭等其他情境因素的作用,而感受到的压力程度^[3]。经验性回避(Experiential Avoidance)是个体试图改变经验的方式、频率或对情境的敏感性,被认为是心理学中最有害的应对方式之一^[4]。情绪调节策略(Emotion Regulation Strategies)是个体为管理情绪体验而采取的认知或行为手段,包括认知重评(Cognitive Reappraisal)和表达抑制(Expressive Suppression),二者作为影响应对方式的关键因素,通过调节认知评价、减少负面情绪,为个体提供有效策略以更好地应对生活挑战。此外,应激

作者单位:哈尔滨医科大学大庆校区护理学院(黑龙江 大庆, 163319)

通信作者:张全志, zhangquanzhi2007@163.com

陈佳怡:女,硕士在读,学生, cjqy071949@163.com

科研项目:黑龙江省自然科学基金项目(LH2021H023);哈尔滨医科大学研究生科研创新项目(YJSCX2023-294HYD)

收稿:2025-03-22;修回:2025-06-11

过程模型认为个体面对压力事件的应对策略受内外资源的影响,通过认知评价、应对方式等多种中间因素,最终产生适应与不适应结局的过程^[5]。基于此,本研究以 ASD 儿童父母为研究对象,从养育倦怠的风险性因素考虑,探究养育压力对养育倦怠的影响,验证情绪调节与应对方式在二者之间的链式中介作用,报告如下。

1 对象与方法

1.1 对象 采用便利抽样,选取 2023 年 10 月至 2024 年 10 月在大庆市 2 所三级甲等医院门诊部和住院部就诊的 ASD 儿童父母为研究对象。纳入标准:①患儿符合美国精神障碍诊断与统计手册(第五版)(Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition, DSM-5) ASD 的诊断标准^[6];②为 ASD 儿童的主要照顾者;③具备基本的读写能力与普通话交流水平;④签署知情同意书。排除标准:①患儿合并其他精神障碍疾病,如焦虑、抑郁、心境障碍等;②语言交流障碍。根据结构方程模型的建模要求,样本量需 > 200 才能保证模型稳定,最终本研究共纳入 ASD 儿童的父母 238 人。父亲 63 人,母亲 175 人;年龄 < 30 岁 21 人,30~45 岁 196 人, > 45 岁 21 人;有宗教信仰 19 人,无 219 人。配偶受教育程度:小学及以下 12 人,初中 60 人,高中或职高 48 人,大学 97 人,硕士及以上 21 人。职业:国家、企事业单位员工 26 人,专业技术人员 39 人,街道/社区工作人员 11 人,社会生产服务人员 29 人,农林牧渔业生产人员 18 人,生产、运输设备相关人员 20 人,无业 95 人。家庭人均月收入:< 2 000 元 45 人,2 000~3 000 元 39 人, > 3 000 元 154 人。有慢性病 49 人;配偶有慢性病 28 人。每日照护时间:< 1 h 18 人,1~3 h 39 人,4~6 h 45 人, > 6 h 136 人。与其他家长交流育儿知识 179 人;未得到家庭之外的帮助 143 人。ASD 患儿中男 175 人,女 63 人;年龄 < 5 岁 23 人,5~10 岁 152 人, > 10 岁 63 人;确诊年龄 < 5 岁 164 人,5~10 岁 58 人, > 10 岁 16 人。家庭结构类型:核心家庭 139 人,单亲家庭 22 人,拓展家庭 71 人,寄养家庭 6 人。独生子女 165 人,有兄弟姐妹 1 个 66 人,2 个 7 人;有共患病 209 人。康复时间:< 24 个月 125 人,24~48 个月 65 人, > 48 个月 48 人;无残联补助 183 人。

1.2 调查工具

1.2.1 一般资料调查表 根据研究目的与内容自行设计,主要包括儿童性别、年龄、确诊时间、确诊年龄,有无行为、情绪或学习障碍等 8 项相关资料,以及父母性别、年龄、受教育程度、职业、家庭月收入、婚姻状况、家庭所在地、家中子女数量、家庭结构类型等 14 项社会人口学资料。

1.2.2 养育倦怠评估量表(Parental Burnout Assessment, PBA) 由程华斌^[7]汉化修订,用来评估父母的

养育倦怠水平。量表共有 23 个条目,分为父母角色的耗竭感、父母角色的厌烦感、与子女的情感疏远和与以往父母角色的自我对比 4 个维度。每个条目均用 Likert 7 级计分,1 表示“从不”,7 表示“每天”。总分 23~161 分,得分越高养育倦怠水平越高。本研究中该量表的 Cronbach's α 系数为 0.980。

1.2.3 养育压力简式量表(Parenting Stress Index-Short Form, PSI-SF-15) 由 Ren 等^[8]汉化修订,以评测父母的养育压力水平。量表共有 15 个条目,分为亲职愁苦、亲子互动失调和困难儿童特征 3 个维度,每个条目采用 Likert 5 级评分,1~5 分分别对应“非常不同意、不同意、不确定、同意、非常同意”,总分 15~75 分。总分越高,代表父母面临的养育压力越严重。该量表在学前幼儿父母样本中的信效度已得到验证。PSI-SF 总量表和各维度的 Cronbach's α 系数为 0.800~0.910。本研究该量表中的 Cronbach's α 系数为 0.940。

1.2.4 接纳与行动问卷第二版(Acceptance and Action Questionnaire-II, AAQ-II) 由曹静等^[9]汉化修订,共 7 个条目,采用 1(从未)~7(总是)点计分,将 7 个条目得分相加,分数越高,经验性回避程度越高。问卷的 Cronbach's α 系数为 0.880,重测信度为 0.800。本研究中该问卷的 Cronbach's α 系数为 0.960。

1.2.5 情绪调节量表(Emotion Regulation Questionnaire, ERQ) 由王力等^[10]引进并验证,量表共 10 个条目,包含认知重评(6 条)和表达抑制(4 条)2 个分量表。采用 Likert 7 级评分,1=非常不符合,7=非常符合,某一维度得分越高表明个体更擅长使用哪种情绪调节策略^[10]。该量表信度良好,认知重评与表达抑制的 Cronbach's α 系数分别为 0.820、0.710。2 个分量表在本研究中的 Cronbach's α 系数分别为 0.927、0.845。

1.3 资料收集方法 本研究为横断面调查,采用问卷调查法收集数据。调查前,研究者参与相关培训,并取得医院相关部门同意。由研究团队成员向参与者说明研究目的、意义和问卷填写注意事项。每份问卷填写时间约为 30 min,参与者现场填写并由研究者当场回收,同时检查是否存在遗漏与缺失等问题,征得研究对象同意后协助其完善问卷。最终共发放 245 份问卷,获得有效问卷 238 份,问卷有效回收率为 97.1%。

1.4 统计学方法 采用 SPSS25.0 软件分析数据。计量资料均服从正态分布,采用($\bar{x} \pm s$)描述;计数资料采用频数、构成比描述。单因素分析采用 t 检验、方差分析、Pearson 相关性分析;采用 SPSS 宏程序 PROCESS 的模型 6 构建链式中介模型并进行回归分析,运用 Bootstrap 进行中介效应检验,若 95% 的置信区间不包括 0,则表示中介效应成立。

2 结果

2.1 共同方法偏差检验 采用 Harman 单因素法进行共同方法偏差检验,结果显示,特征根大于 1 的因子为 7 个,其中最大因子方差解释率为 28.643%,低于 40% 的临界标准,表明本研究不存在共同方法偏差^[11]。

2.2 ASD 儿童父母养育压力、认知重评、表达抑制、经验性回避与养育倦怠得分 ASD 儿童父母养育倦怠总分为(109.14±18.56)分,条目均分为(4.74±0.81)分。养育压力得分为(48.52±14.06)分,经验性回避得分为(29.69±11.66)分,认知重评得分为(26.84±7.95)分,表达抑制得分为(44.42±13.37)分。

2.3 ASD 儿童父母养育倦怠得分的单因素分析 结果显示,父母养育倦怠得分与儿童一般资料(性别、年龄、确诊年龄、家庭结构类型、兄弟姐妹数量、共患病、康复时间、残联补助)及父母一般资料(与孩子的关系、父母年龄、宗教信仰、配偶受教育程度、职业、家庭人均月收入)无关联,差异有统计学意义的项目,见表 1。

表 1 ASD 儿童父母养育倦怠得分的单因素分析

项目	人数	养育倦怠 (分, $\bar{x} \pm s$)	F	P
婚姻状况			5.610	0.001
在婚	205	107.45±18.19		
不在婚	33	133.00±4.89		
居住地			7.208	0.008
城市	159	107.49±17.49		
农村	79	112.41±20.27		
受教育程度			5.925	0.001
小学及以下	11	117.45±22.78		
初中	64	113.21±19.67		
高中或职高	47	115.61±17.07		
大学	93	103.19±16.05		
硕士及以上	23	104.69±18.36		

2.4 ASD 儿童父母养育压力、认知重评、表达抑制、经验性回避与养育倦怠的相关性 见表 2。

表 2 ASD 儿童父母养育压力、认知重评、表达抑制、经验性回避与养育倦怠的相关系数(n=238)

变量	养育倦怠	养育压力	认知重评	表达抑制	经验性回避
养育倦怠	1.000				
养育压力	0.730*	1.000			
认知重评	-0.625*	-0.504*	1.000		
表达抑制	0.757*	0.534*		1.000	
经验性回避	0.862*	0.749*	-0.594*	0.664*	1.000

注: * P<0.001。

2.5 链式中介模型检验 采用 SPSS 软件的 PROCESS 模型 6 构建 2 个链式中介模型:模型 1,以养育压力为自变量,养育倦怠为因变量,认知重评与

经验性回避为链式中介变量;模型 2,以养育压力为自变量,养育倦怠为因变量,表达抑制与经验性回避分别为链式中介变量。结果显示,养育压力能够预测养育倦怠、认知重评、表达抑制和经验性回避;认知重评、表达抑制能够预测经验性回避和养育倦怠;经验性回避能够预测养育倦怠,各变量间回归系数均 P<0.05(见表 3、表 4)。

运用 Bootstrap 法进行中介效应检验,结果显示,养育压力可通过认知重评、表达抑制、经验性回避分别影响养育倦怠,也可以连续通过认知重评与经验性回避、表达抑制与经验性回避影响养育倦怠,各中介路径 95%CI 均不包含 0,中介效应均显著,因此 2 个链式中介模型均成立。认知重评和经验性回避、表达抑制和经验性回避在养育压力与养育倦怠之间存在链式中介效应,前者中介效应及链式中介效应分别占总效应的 10.94%、52.67%、12.86%;后者中介效应及链式中介效应分别占总效应的 23.33%、39.15%、13.92%。具体见表 5、表 6 和图 1、图 2。

3 讨论

3.1 ASD 儿童父母养育倦怠现状及影响因素分析

本研究结果显示,ASD 儿童父母养育倦怠总分平均得分为(109.14±18.56)分,得分率达 67.79%,处于中等偏高水平,高于蔡凤银等^[12]对急性淋巴细胞白血病患者父母调查结果,可能是后者纳入的患儿处于维持治疗期,父母应激水平较急性期缓解。本研究发现,ASD 儿童父母的养育倦怠水平受婚姻状况、受教育程度、居住地影响。不在婚父母养育倦怠得分明显高于在婚组。单身的 ASD 儿童父母存在多个风险因素,他们缺乏配偶支持,外部社会支持更少,因此养育压力与倦怠水平明显较高。居住地在农村以及受教育程度较低的 ASD 儿童父母在专业服务获取、信息、经济、替代看护方面的资源较为匮乏,社会支持薄弱,因此养育倦怠水平明显更高。临床工作者需要关注 ASD 儿童的父母养育方式,在为孩子提供医疗康复服务的同时也要重视其父母的心理支持,定期了解父母的心理动态,提倡父母双方共同参与孩子治疗方案的探讨与咨询,建立家长互助群,举办线上线下知识讲座、家长培训,并帮助他们争取社会援助和经济支持,从而充分发挥现有资源的优势,降低养育倦怠水平。

3.2 ASD 儿童父母养育压力可影响其养育倦怠

本研究发现,ASD 儿童父母养育压力与养育倦怠呈正相关(r=0.730,P<0.01)。与其他发展障碍儿童或典型发育儿童相比,ASD 儿童父母承受着更高水平的养育压力^[13]。ASD 儿童父母在孩子确诊 ASD 状况、缺乏外界资源支持与繁重的养育义务的多重压力源刺激下,会产生众多不良身心健康问题和养育倦怠^[14]。实证研究证明,ASD 诊断所引发的一系列困

难和挑战与养育压力高度相关,如连带病耻感、高昂的教育训练支出以及父母的内外化心身问题等^[12,15]。因此,ASD 儿童父母正经历着高水平的养育压力,而这会进一步导致严重的养育倦怠。综上,降低 ASD 儿童父母养育压力水平对于改善养育倦怠状况具有重要意义。一方面,可以采用正念减压法、压力预防

训练、理性疗法与认知重构等方法,以帮助减轻父母的养育压力,提升养育效能感与自信心,有效减少养育倦怠的发生^[16]。另一方面,以接纳承诺疗法为核心的积极心理疗法可作为 ASD 儿童父母心理健康方面的有益补充^[17]。

表 3 养育压力、认知重评及经验性回避与养育倦怠的回归分析 (n=238)

因变量	自变量	β	SE	β'	t	P	R ²	F
养育倦怠	养育压力	0.313	0.086	0.172	3.650	<0.001	0.775	268.330*
	认知重评	-0.205	0.050	-0.159	-4.098	<0.001		
	经验性回避	0.683	0.054	0.638	12.612	<0.001		
经验性回避	养育压力	1.023	0.078	0.603	13.019	<0.001	0.624	195.163*
	认知重评	-0.349	0.056	-0.291	-6.284	<0.001		
认知重评	养育压力	-0.712	0.079	-0.504	-8.954	<0.001	0.254	80.171*

注:* P<0.001。

表 4 养育压力、表达抑制及经验性回避与养育倦怠的回归分析 (n=238)

因变量	自变量	β	SE	β'	t	P	R ²	F
养育倦怠	养育压力	0.312	0.077	0.173	4.035	<0.001	0.815	340.977*
	表达抑制	0.370	0.043	0.320	8.455	<0.001		
	经验性回避	0.554	0.051	0.519	10.731	0.001		
经验性回避	养育压力	0.936	0.076	0.553	12.227	<0.001	0.659	225.415*
	表达抑制	0.399	0.048	0.369	8.156	<0.001		
表达抑制	养育压力	0.835	0.087	0.534	9.652	<0.001	0.285	93.163*

注:* P<0.001。

表 5 认知重评和经验性回避在养育压力与养育倦怠间的中介效应 (n=238)

项目	效应量	Bootstrap 标准误	95%CI		中介效应 占比(%)
			下限	上限	
直接效应	0.172	0.086	0.144	0.481	23.53
总中介效应	0.559	0.040	0.481	0.637	76.47
养育压力→认知重评→养育倦怠	0.080	0.023	0.035	0.126	10.94
养育压力→经验性回避→养育倦怠	0.385	0.038	0.310	0.460	52.67
养育压力→认知重评→经验性回避→养育倦怠	0.094	0.021	0.056	0.173	12.86
总效应	0.731	0.081	0.693	0.809	100.00

表 6 表达抑制和经验性回避在养育压力与养育倦怠间的中介效应 (n=238)

项目	效应量	Bootstrap 标准误	95%CI		中介效应 占比(%)
			下限	上限	
直接效应	0.173	0.077	0.159	0.464	23.60
总中介效应	0.560	0.081	0.484	0.636	76.40
养育压力→表达抑制→养育倦怠	0.171	0.024	0.124	0.218	23.33
养育压力→经验性回避→养育倦怠	0.287	0.031	0.227	0.351	39.15
养育压力→表达抑制→经验性回避→养育倦怠	0.102	0.018	0.067	0.141	13.92
总效应	0.733	0.081	0.695	0.811	100.00

3.3 情绪调节与经验性回避在 ASD 儿童父母养育压力与养育倦怠间的链式中介作用

3.3.1 情绪调节在 ASD 儿童父母养育压力与养育倦怠间的中介作用

中介效应检验结果显示,认知重

评与表达抑制分别在养育压力与养育倦怠间起部分中介作用,二者中介效应占总效应分别为 10.94%和 23.33%。这表明认知重评作为核心情绪调节策略,能促使个体从认知上调节自己的情绪反应,有效降低

负面情绪,帮助父母适应养育压力。研究表明,使用认知重评策略而不使用表达抑制的个体能更有效地应对生活中的重大事件并减轻压力的影响,且认知重评与较低水平的养育倦怠呈显著负相关^[18-19]。表达抑制则可以增强压力事件对个体的负面影响,表达抑制水平高的 ASD 儿童父母,经常选择消极的情绪调节策略,压抑与控制内心出现的消极想法与感受,进而产生众多躯体症状和心理问题^[20]。而对于存在养育倦怠的 ASD 儿童父母,他们有效管理负面情绪的能力越强,其越有信心应对养育倦怠等不良心理状况。因此,提示今后研究可以从积极心理学角度出发,提升 ASD 儿童父母情绪调节能力,进而降低父母的养育倦怠水平。此外,也有研究指出,个人的养育倦怠水平可以负向预测其情绪调节能力,二者还可能存在双向相关关系^[21]。因而未来研究应进一步验证 ASD 儿童父母的养育倦怠与情绪调节能力的双向作用机制。

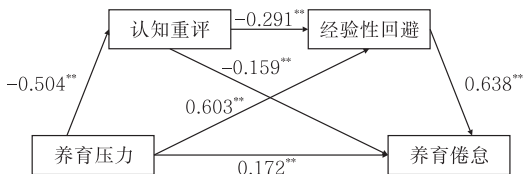


图 1 认知重评与经验性回避对养育压力和养育倦怠关系影响的链式中介模型图

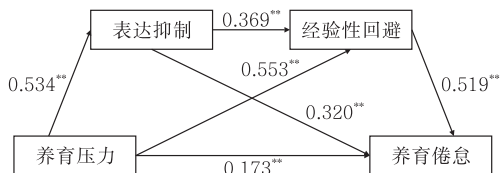


图 2 表达抑制与经验性回避对养育压力和养育倦怠关系影响的链式中介模型图

3.3.2 经验性回避在 ASD 儿童父母养育压力与养育倦怠间的中介作用

本研究中介效应分析表明,养育压力通过经验性回避对养育倦怠产生间接影响,中介效应占总效应的 39.15%。经验性回避程度高的个体在压力应对过程中常采用消极的应对方式,进而会产生负性情绪与感受,使得身心健康受到消极影响^[22]。经验性回避的行为模型明确指出,逃避的应对方式会维持强化负面心理,导致众多不良健康结局^[23]。在经验性回避的内在机制研究中,回避应对策略会使个体产生不良情绪,而长期回避则使积极反应被持续抑制,从而不利于个体的心理健康。实证研究表明个体的情绪调节过程与应对方式密切相关,有过痛苦经历的个人更加倾向于选择回避的应对方式以面对相似情境^[24]。经常采取经验性回避的消极应对方式的个体不仅会产生焦虑、抑郁、倦怠等不良心理问题,也不利于积极情感体验与经历的建立^[25]。

因此,有必要开展以 ASD 儿童父母为中心的干预项目,开展积极应对生活的策略培训与教育,有效改善 ASD 儿童父母不良心理状态,使他们获得更多的情感支持,并提升父母解决问题的能力,减少经验性回避,从而降低养育倦怠水平。

3.3.3 情绪调节与经验性回避在 ASD 儿童父母养育压力与养育倦怠间的链式中介作用

中介效应结果显示,认知重评、表达抑制与经验性回避的链式中介效应分别占总效应的 12.86% 和 13.92%。这提示父母在遭受到较大的养育压力后若未进行有效的情绪调节,则容易引起认知评价偏差,继而会使用消极的应对方式,消极的情绪与负荷无法科学有效地排解与缓解,最终便会导致父母出现严重的养育倦怠。认知重评能够有效减少个体对负面情绪的体验,进而降低情绪困扰,而表达抑制则往往会对身心健康产生负面影响。与表达抑制相比,认知重评在管理消极情绪方面更为有效,并且对个人的身心健康和幸福感具有积极作用^[20,26]。研究表明,采用认知重评策略而非表达抑制的个体,能够更有效地应对生活中的重大事件,并减轻压力带来的负面影响^[18]。而表达抑制可降低大脑皮层反应,增加消极情绪行为和经历,从而危害个体的身心健康^[27]。习惯使用表达抑制的情绪调节的个体幸福感与生活满意度水平较低,常出现焦虑、抑郁等消极情绪和心理问题^[20]。对个人而言,科学有效的应对方式有助于维护身心健康,而错误负面的应对方式则对身心健康造成不利影响^[28]。有研究指出,经验性回避与情绪调节能力存在相关性,能够将不良情绪调整为积极状态,进而降低经验性回避水平^[29]。因此,未来研究可使用积极心理疗法改善父母的表达抑制与经验性回避水平,提倡父母使用有效的情绪调节策略和积极的压力应对方式,可减轻养育压力对 ASD 儿童父母养育倦怠的影响。

4 结论

本研究显示,ASD 儿童父母养育倦怠水平亟待改善;养育压力不仅可以直接影响 ASD 儿童父母的养育倦怠,还可以通过认知重评、表达抑制和经验性回避间接作用于养育倦怠。医务人员在给 ASD 群体提供健康服务的同时,需要关注 ASD 儿童父母的心理状态,尽早发现并缓解其养育压力,并考虑通过引导父母改善情绪调节能力并采取积极应对方式,以改善养育倦怠水平。本研究存在以下局限性:①研究样本代表性及研究地域性受到限制,研究结果无法推及更广泛的人群与研究场所,未来可开展多中心、大样本调查;②为横断面调查设计,缺乏养育压力、认知重评、表达抑制、经验性回避对养育倦怠的动态影响,未来可开展纵向研究;③所构建的链式中介模型未能控制混杂因素,研究结果有待进一步验证。

参考文献:

- [1] Mikolajczak M, Roskam I. A theoretical and clinical framework for parental burnout: the balance between risks and resources (BR2)[J]. *Front Psychol*, 2018, 9: 886.
- [2] Liu S, Zhang L, Yi J, et al. The relationship between parenting stress and parental burnout among Chinese parents of children with ASD: a moderated mediation model[J]. *J Autism Dev Disord*, 2024, 54(4): 1527-1537.
- [3] 王玮,王胜男,程华斌,等. 父亲养育倦怠在养育压力与青少年心理健康之间的中介作用[J]. *中国临床心理学杂志*, 2021, 29(4): 858-861.
- [4] Hayes S C. Acceptance and commitment therapy, relational frame theory, and the third wave of behavioral and cognitive therapies: republished article[J]. *Behav Ther*, 2016, 47(6): 869-885.
- [5] Wheaton B. The stress process as a successful paradigm [M]//Avison W R, Aneshensel C S, Schieman S, et al. *Advances in the conceptualization of the stress process*. New York: Springer New York, 2009: 231-252.
- [6] 邹小兵,邓红珠. 美国精神疾病诊断分类手册第5版“孤独症谱系障碍诊断标准”解读[J]. *中国实用儿科杂志*, 2013, 28(8): 561-563.
- [7] 程华斌. 养育倦怠评估量表的修订及试用报告[D]. 开封: 河南大学, 2020.
- [8] Ren J, Li X, Chen S, et al. The influence of factors such as parenting stress and social support on the state anxiety in parents of special needs children during the COVID-19 epidemic[J]. *Front Psychol*, 2020, 11: 565393.
- [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] 王力,柳恒超,李中权,等. 情绪调节问卷中文版的信效度研究[J]. *中国健康心理学杂志*, 2007, 15(6): 503-505.
- [11] 周浩,龙立荣. 共同方法偏差的统计检验与控制方法[J]. *心理科学进展*, 2004, 12(6): 942-950.
- [12] 蔡凤银,蔡瑞卿,黄海英,等. 急性淋巴细胞白血病患者父母养育倦怠现状及影响因素[J]. *护理学杂志*, 2024, 39(6): 54-57.
- [13] Padden C, James J E. Stress among parents of children with and without autism spectrum disorder: a comparison involving physiological indicators and parent self-reports[J]. *J Dev Phys Disabil*, 2017, 29(4): 567-586.
- [14] Mikolajczak M, Gross J J, Roskam I. Beyond job burnout: parental burnout! [J]. *Trends Cogn Sci*, 2021, 25(5): 333-336.
- [15] Zheng Y, Zheng X. Current state and recent developments of child psychiatry in China[J]. *Child Adolesc Psychiatry Ment Health*, 2015, 9(1): 10-20.
- [16] 张琴,赵媚. 国内外养育倦怠的研究进展[J]. *中国儿童保健杂志*, 2024, 33(3): 293-297.
- [17] 陈佳怡,张全志,王超越,等. 接纳承诺疗法在孤独症谱系障碍领域的应用进展[J]. *中国儿童保健杂志*, 2025, 33(1): 88-91.
- [18] Johnson J, O'Connor D B, Jones C, et al. Reappraisal buffers the association between stress and negative mood measured over 14 days: implications for understanding psychological resilience[J]. *Eur J Pers*, 2016, 30(6): 608-617.
- [19] Lin G, Goldenberg A, Arikan G, et al. Reappraisal, social support, and parental burnout[J]. *Br J Clin Psychol*, 2022, 61(4): 1089-1102.
- [20] John O P, Gross J J. Healthy and unhealthy emotion regulation: personality processes, individual differences, and life span development[J]. *J Pers*, 2004, 72(6): 1301-1334.
- [21] Swit C S, Breen R. Parenting during a pandemic: predictors of parental burnout[J]. *J Fam Issues*, 2022, 44(4): 0192513X2110648.
- [22] Sabzi N, Khosravi Z, Kalantar-Hormozi B. Parental burnout and depression among Iranian mothers: the mediating role of maladaptive coping modes[J]. *Brain Behav*, 2023, 13(4): e2900.
- [23] Chapman A L, Gratz K L, Brown M Z. Solving the puzzle of deliberate self-harm: the experiential avoidance model[J]. *Behav Res Ther*, 2006, 44(3): 371-394.
- [24] Wolgast M, Lundh L G, Viborg G. Experiential avoidance as an emotion regulatory function: an empirical analysis of experiential avoidance in relation to behavioral avoidance, cognitive reappraisal, and response suppression[J]. *Cogn Behav Ther*, 2013, 42(3): 224-232.
- [25] Cunha M, Galhardo A, Pinto-Gouveia J. Experiential avoidance, self-compassion, self-judgment and coping styles in infertility[J]. *Sex Reprod Healthc*, 2016, 10: 41-47.
- [26] Speer M E, Delgado M R. Reminiscing about positive memories buffers acute stress responses[J]. *Nat Hum Behav*, 2017, 1(5): 0093.
- [27] Goldin P R, McRae K, Ramel W, et al. The neural bases of emotion regulation: reappraisal and suppression of negative emotion[J]. *Biol Psychiatry*, 2008, 63(6): 577-586.
- [28] 罗娜. 维持性血液透析患者经验性回避与患者积极度、益处发现的相关性研究[D]. 大连: 大连医科大学, 2023.
- [29] Sloan D M. Emotion regulation in action: emotional reactivity in experiential avoidance [J]. *Behav Res Ther*, 2004, 42(11): 1257-1270.

(本文编辑 赵梅珍)