

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 100871

易春丽☆, 女, 1970年生, 辽宁省鞍山市人, 汉族, 2004年北京大学毕业, 博士, 讲师, 主要从事儿童青少年及其家庭的研究和治疗工作。
中图分类号: R749.4+1 文献标识码: B 文章编号: 1671-5926(2006)06-0130-03
收稿日期: 2005-12-20 修回日期: 2006-01-19 (05-50-11-9058/J·L)

Influence of family factors on adolescent depression

Yi Chun-li, Qian Ming-yi

Department of Psychology, Peking University, Beijing 100871, China
Yi Chun-li ☆, Doctor, Lecturer, Department of Psychology, Peking University, Beijing 100871, China

Received: 2005-12-20 Accepted: 2006-01-19

Abstract

OBJECTIVE: There are many influencing factors for adolescent depression, we choose the factors of family that influence adolescent depression, which will make us deeply understand adolescent depression from the family viewpoint and give us suggestion of feasible treatment.

DATA SOURCES: A computer-based online search of Elsevier database was undertaken to identify articles about the influence of family on adolescent depression published in English between January 1970 and October 2005 with the keywords of "adolescent, depression, family, parenting". Meanwhile, books about adolescent depression and related family factors were manually retrieved.

STUDY SELECTION: The data were checked preliminarily, inclusive criteria: the paper of the adolescent depression and related family factors.

DATA EXTRACTION: Totally 37 papers were collected, 18 repetitive ones were excluded, and 19 were reviewed, and the contents in 3 relevant books were used.

DATA SYNTHESIS: The family factors influence adolescent depression from different aspects: The heredity from parents made their children vulnerable to depression; the bearing age of parents was too low or too high, which would have negative influence on the adolescent's emotion; the life stress of family was significantly correlated with adolescent's depression; the depression of parents, especially the depression of mother, increased the risk of adolescent's depression; and negative parenting style was dominant, parents had no enough the positive emotional support, then the possibility of adolescent's depression would increase.

CONCLUSION: The family has many impacts on the adolescent depression, it is suggested that maybe family intervention is helpful to decrease the adolescent depression.

Yi CL, Qian MY. Influence of family factors on adolescent depression. *Zhongguo Linchuang Kangfu* 2006;10(6):130-2(China)

易春丽, 钱铭怡. 家庭因素对青少年抑郁的影响[J]. 中国临床康复, 2006, 10(6):130-2 [www.zglckf.com]

摘要

目的: 影响青少年抑郁的因素有很多, 抽取关于家庭对青少年抑郁的影响, 以便更好地从家庭角度理解青少年抑郁并提示可行的治疗。

资料来源: 应用计算机检索 Elsevier 1970-01/2005-10 关于家庭对青少年抑郁的影响的文章, 检索词为 "adolescent, depression family, parenting", 并限定语言种类为英语。同时手工检索与青少年抑郁及其家庭方面内容相关的书籍。

资料选择: 对资料进行初审, 纳入标准: 青少年抑郁及其相关的家庭方面的文献。排除标准: 重复性研究。

资料提炼: 共收集 37 篇相关的文献, 排除重复研究 18 篇, 选择 19 篇文献用于综述, 并采用了 3 本相关书籍的内容。

资料综合: 家庭可以从不同方面对青少年的抑郁产生影响: 父母的遗传影响青少年的抑郁倾向; 父母的生育年龄过高或过低都会对青少年的情绪有着负性的影响; 家庭的应激事件和青少年抑郁有着密切的相关; 父母抑郁, 特别是母亲抑郁, 会使青少年抑郁的风险大幅提高; 父母

以负性教养方式为主, 缺乏正性的情感支持, 则青少年抑郁发生的可能性会增加。

结论: 家庭可以从许多方面对青少年抑郁产生影响。提示针对家庭的干预可能有助于减少青少年抑郁的发生。

主题词: 青少年, 抑郁, 家庭关系

0 引言

青春期是在儿童期和成人期中间的一个人生转变期。青少年在这个时期会受到许多心理问题的困扰, 特别是抑郁。如果将轻微的情况涵盖在内的话, 抑郁是青少年中最常见的问题。在儿童向青少年的过渡中, 抑郁的发病率会明显提高^[1]。家庭的互动对抑郁的发生起着重要的作用。对于青少年抑郁的研究, 特别是针对青少年家庭互动的研究, 可以为青少年提供一个良好的成长环境创造一个契机, 使得青少年的心理更为健康的发展, 为此, 作者应用计算机检索 Elsevier 1970-01/2005-10 关于家庭对青少年抑郁的影响的文章, 以便更好地从家庭角度理解青少年抑郁并提示可行的治疗。

1 来自遗传以及家庭基本环境对青少年抑郁的影响

大量研究显示青少年抑郁和父母抑郁有着高度的相关性, 提示遗传因素和环境因素都是不可忽视的。从遗传角度出发, 从双生子的研究表明: 中重度的抑郁具有中度的遗传性^[2], 行为遗传学的研究估计对于青少年抑郁生物遗传的贡献起到了一定的作用^[3]。

在遗传的基础上, 环境的作用也是至关重要的。侧重于研究环境的作用机制从实用性角度可能更为重要, 因为基因是很难改变的, 但是对于赖以生存的家庭和社会环境却是可以做出对青少年成长有利的相应变化的。

父母的生育年龄对孩子的抑郁是有影响的。Mirowsky 等^[4]研究发现个体目前的抑郁与父母的教养方式之间的关系和父母生第 1 个孩子的时间有关。如果第 1 个孩子出生过早则提示这个孩子有着一个很差的生命的开端, 过早出生对青春期这个转变过程具有破坏作用, 长期的结果是影响情感的健康。在 23 岁之前生育的父母比在 23 岁之后生育的父母, 其孩子出现抑郁的感觉和指征要多。女性在 30 岁左右生育的, 其孩子的抑郁的发生率最低。回归研究显示推迟第 1 个孩子的生育时间对心理有积极的影响, 其原因包括: 首次婚姻推迟、获得更好的教育、在就业方面风险较低、缺钱购买生活必需品的风险降低、目前的身

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。Kaltiala-Heino 等^[5]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^[5]。

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^[6]。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]。

Fergusson 等^[7]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考察的。

人际理论认为知觉到的敌意是产生抑郁的一个重要因素。负性的情感和行为,如敌意、攻击和批评已经发现是抑郁者婚姻关系中特有的成分^[8],尤其抑郁的女性比抑郁的男性更容易表现出这种情感和行为^[8,9]。在 Teichman 等^[10]的研究中还发现男性和女性的抑郁都与他们是否参与家庭活动以及他们所知觉的自身的敌意和配偶的敌意有关。

由于抑郁患者在婚姻中存在的敌意,从中可以推测,和一个抑郁的配偶一起生活是令人压抑的,在心理上是感到沉重的,对个体和家庭的生活质量是有着负性的影响的^[10]。一些研究证实夫妻之间的情绪是相关的,和一个抑郁的人生活在一起会成为其配偶患抑郁的危险因素^[11]。同样的家庭气氛也会影响孩子,而由于抑郁的女性更容易表述出敌意的情感和行为,这可能是母亲抑郁比父亲抑郁对孩子的影响更大的原因之一。

3 父母的教养方式对孩子抑郁的影响

父母与孩子的负性互动模式通常被认为会引起抑郁^[12]。从人际的观点看,一个人若缺少重要他人的亲密关系可能会降低其维持亲密关系的能力,进而增加其抑郁的可能性^[13]。对于大多数孩子来说,父母是他们的重要他人。如果父母和孩子的互动是冷淡的和负性的,孩子在长大后可能会遇到更多的问题。

Linton 等^[14]认为父母的抚养模式包括两个方面:关心与过度保护,这两个方面都是有两级化的因素。关心的一个极端,它的组成有以下几个方面:情感方面的一个极端是爱、情感的温暖、共情与亲密,在另一个极端是情感冷淡、淡漠和拒绝。过度保护的一个极端包括父母的控制、过度保护、干涉、过度的亲密、阻止独立的行为,另一个极端是促进独立和自治。Linton 等发现缺乏爱以及有过度保护和控制都与孩子的抑郁有关。而且两者以没有爱的过度控制的组合会提高抑郁的风险。

其他的研究也发现抑郁者和健康对照组相对父母的描述是更为拒绝和过度保护,且在情感上更缺少温暖^[15]。Gerlsma 等^[15]认为母亲的拒绝对女性抑郁比男性的抑郁影响更大。这种现象在跨文化的研究中是比较一致的。

Liu 等^[12]的研究发现被试的抑郁风险的提高和父母关心的缺乏、父母的冷淡、来自父母更多的是负性信息而不是正性信息有关。回归的结果表明只有父母的关心-冷淡这个维度与孩子的抑郁分数相关,而自治和过度保护则没有明显的预测效应。缺乏父母的关心是抑郁的最为主要的影响因素,而批评或父母的干涉性的控制排第二,但却不是那么重要的因素。研究者认为中国人是关系取向的,在家庭成员里中国人强调维持爱的或者情感的联系,而来自父母的过度干涉不太可能导致问题,但父母和孩子的过度的距离感会导致抑郁。

Randolp 等^[16]的研究表明个体功能失调的态度和父母的教养问题有关,特别是批评性的父母教养方式以及过度的父母的期待。Enns 等^[17]研究证实严厉的父母教养方式(其特点为批评性的、过度期待、缺乏关注、

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^[18]。Jaenicke等^[19]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。

Stark等^[20]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,Teichman等^[10]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可能对青少年的心理健康产生更为深远的影响。Kaslow等^[21]作为家庭治疗师在耶鲁大学指导针对抑郁的治疗。她认为儿童的抑郁症状可以被理解为家庭功能失调的反应。其工作的一个主要特点是将家庭系统的观点应用于儿童抑郁。在她的干预设计中,不是直接关注症状,而是发现症状是否会在家庭其他的问题解决后减轻。

Levant等^[22]是将以患者为中心的人本疗法和系统家庭理论相结合的家庭治疗师,他将这些治疗的内容扩大,用于心理教育。他的工作是将重点放在预防和发展,并且关注的是父母的教养方式。他从1975年开始积极从事这种支持和干预项目,并且发展出一套培训父母的模式,如交流技巧(站在孩子的立场,交流自己的观点),矛盾的化解,问题的解决。但是这个项目不是针对青少年抑郁,而是相当于心理

健康普及的课程。

Kaslow等^[21]和Levant等^[22]的工作提供了一些值得借鉴的内容,但是还需要对中国家庭的互动有比较深刻的理解,以此为基础,制定出适合中国国情的干预方式。

5 参考文献

- 1 Pelkonen M, Marttunen M, Aro H. Risk for depression: a 6-year follow-up of Finnish adolescents. *J Affect Disord* 2003;77(1):41-51
- 2 Kendler KS, Neale MC, Kessler RC, et al. A population-based twin study of major depression in women. The impact of varying definitions of illness. *Arch Gen Psychiatry* 1992;49(4):257-66
- 3 Rende RD, Plomin R, Reiss D, et al. Genetic and environmental influences on depressive symptomatology in adolescence: individual differences and extreme scores. *J Child Psychol Psychiatry* 1993;34(8):1387-98
- 4 Mirowsky J, Ross CE. Depression, parenthood, and age at first birth. *Soc Sci Med* 2002;54(8):1281-98
- 5 Kaltiala-Heino R, Rimpela M, Rantanen P, et al. Adolescent depression: the role of discontinuities in life course and social support. *J Affect Disord* 2001;64(2-3):155-66
- 6 Downey G, Coyne JC. Children of depressed parents: an integrative review. *Psychol Bull* 1990;108(1):50-76
- 7 Fergusson DM, Horwood LJ, Lynskey MT. Maternal depressive symptoms and depressive symptoms in adolescents. *J Child Psychol Psychiatry* 1995;36(7):1161-78.
- 8 Gotlib IH, Whiffen VE. Depression and marital functioning: an examination of specificity and gender differences. *J Abnorm Psychol* 1989;98(1):23-30
- 9 Schmalzing KB, Jacobson NS. Marital interaction and depression. *J Abnorm Psychol* 1990;99(3):229-36
- 10 Teichman Y, Bar-El Z, Shor H, et al. Cognitive, interpersonal, and behavioral predictors of patients' and spouses' depression. *J Affect Disord* 2003;74(3):247-56
- 11 Benazon NR, Coyne JC. Living with a depressed spouse. *J Fam Psychol* 2000;14(1):71-9
- 12 Liu YL. Parent-child interaction and children's depression: the relationships between parent-child interaction and children's depressive symptoms in Taiwan. *J Adolesc* 2003;26(4):447-57
- 13 Hammen C. The social context of risk for depression. In K. D. Crag, & K. S. Dobson (Eds.), *Anxiety and depression in adults and child*. Beverly Hills, CA: Sage 1996:8-96
- 14 Linton JC, Hirt M. A comparison of predictions from peripheral and central theories of emotion. *Br J Med Psychol* 1979;52(1):11-5
- 15 Gerslma C, Das J, Emmelkamp PM. Depressed patients' parental representations: stability across changes in depressed mood and specificity across diagnoses. *J Affect Disord* 1993;27(3):173-81
- 16 Randolph JJ, Dykman BM. Perceptions of parenting and depression-proneness in the offspring: dysfunctional attitudes as a mediating mechanism. *Cognitive Therapy and Research* 1998, 22:377-400
- 17 Enns MW, Cox BJ, Clara I. Parental bonding and adult psychopathology: results from the US National Comorbidity Survey. *Psychol Med* 2002;32(6):997-1008
- 18 Parker G, Gladstone G, Wilhelm K, et al. Dysfunctional parenting: over-representation in non-melancholic depression and capacity of such specificity to refine sub-typing depression measures. *Psychiatry Res* 1997;73(1-2):57-71
- 19 Jaenicke C, Hammen C, Zupan B, et al. Cognitive vulnerability in children at risk for depression. *J Abnorm Child Psychol* 1987;15(4):559-72.
- 20 Stark KD, Schmidt KL, Joiner TE Jr. Cognitive triad: relationship to depressive symptoms, parents' cognitive triad, and perceived parental messages. *J Abnorm Child Psychol* 1996;24(5):615-31
- 21 Kaslow NJ, Racusin GR. Depressed children and their families: an integrationist approach. In F. W. Kaslow (ed). *Voices in Family psychology*. Newbury Park: Sage Publications 1990:194-216
- 22 Levant RF. From client-centered family therapy to psychoeducational family programs. In F. W. Kaslow (ed). *Voices in Family psychology*. Newbury Park: Sage Publications 1990:67-83