

● 运动人体科学 ●

# 童年情感忽视与小学高年级留守儿童体育锻炼行为的关系 ——不安全依恋与无法忍受不确定性的中介效应

周娟娟, 刘程鹏, 郑 霞

(温州大学 体育与健康学院, 浙江 温州 325000)

**摘要:** 目的 为探究童年情感忽视对小学高年级农村留守儿童体育锻炼行为的心理影响机制, 本研究聚焦不安全依恋与无法忍受不确定性的中介作用。方法 采用问卷法对温州市 677 名农村小学五、六年级留守儿童进行调查。结果 1) 童年情感忽视能直接负向预测体育锻炼行为 ( $\beta = -0.100, p < 0.001$ ); 2) 不安全依恋 ( $\beta = -0.124, p < 0.001$ ) 与无法忍受不确定性 ( $\beta = -0.100, p < 0.001$ ) 在童年情感忽视与体育锻炼行为间均发挥显著的中介作用; 3) 两者还存在显著的链式中介效应。结论 父母缺位导致的情感忽视不仅直接影响留守儿童体育锻炼, 更通过塑造不安全依恋和无法忍受不确定性间接抑制其运动参与。因此, 提升该群体的体育锻炼参与性, 需超越单纯增加运动机会的干预模式, 系统性关注并修复其情感安全感与不确定性容忍度的心理机制。

**关键词:** 童年情感忽视; 留守儿童; 体育锻炼行为; 不安全依恋; 无法忍受不确定性

中图分类号: G806 文献标识码: A 文章编号: 1003-983X(2026)01-0108-05

DOI: 10.20185/j.cnki.1003-983X.2026.01.018

## Relationship Between Childhood Emotional Neglect and Physical Exercise Behavior Among Left-Behind Children in Upper Primary Grades: The Mediating Effects of Insecure Attachment and Intolerance of Uncertainty

ZHOU Juanjuan, LIU Chengpeng, ZHENG Xia

(Wenzhou University, College of Physical Education and Health, Wenzhou Zhejiang, 325000)

**Abstract:** **Objective** To investigate the psychological mechanisms through which childhood emotional neglect influences the physical exercise behavior of rural left-behind children in upper primary grades, this study focused on the mediating roles of insecure attachment and intolerance of uncertainty. **Methods** A questionnaire survey was administered to 677 left-behind children in grades 5 and 6 from rural primary schools in Wenzhou city. **Results** 1) Childhood emotional neglect directly and negatively predicted physical exercise behavior ( $\beta = -0.100, p < 0.001$ ). 2) Both insecure attachment ( $\beta = -0.124, p < 0.001$ ) and intolerance of uncertainty ( $\beta = -0.100, p < 0.001$ ) exerted significant mediating effects in the relationship between childhood emotional neglect and physical exercise behavior. 3) A significant chain mediating effect involving both mediators was also identified. **Conclusion** Emotional neglect stemming from parental absence not only directly impacts the physical exercise of left-behind children but also indirectly suppresses their exercise participation by fostering insecure attachment and intolerance of uncertainty. Consequently, interventions aimed at enhancing physical exercise engagement in this population should move beyond merely increasing exercise opportunities and instead systematically address the psychological mechanisms related to repairing emotional security and improving tolerance for uncertainty.

**Keywords:** childhood emotional neglect; left-behind children; physical exercise behavior; insecure attachment; intolerance of uncertainty

童年情感忽视作为发展性创伤的亚临床表征, 特指监护人在儿童社会化进程中持续性未能识别、恰当回应和满足其核心情感需求的养育缺陷现象<sup>[1]</sup>。区别于显性虐待的创伤形式, 其

具有典型的内隐性特征, 常通过监护人在情感共鸣层面的联结断裂、情感表露抑制或对儿童情绪线索的习惯性忽视等非言语化方式呈现<sup>[2]</sup>。发展心理学研究证实, 这种隐蔽性创伤对青少年心理社会功能的损害具有延时效应, 特别是对其自我效能感建构<sup>[3]</sup>和适应性行为模式形成产生显著负面影响。值得注意的是, 情感忽视经历可能通过削弱个体的自主决策能力和动机系统功能<sup>[4]</sup>, 导致其在需要主动性参与的领域(如体育锻炼)表现出行为回避倾向<sup>[5]</sup>。在我国留守儿童的特定情境中, 隔代监护固有的情感回应能力局限(如代际沟通障碍、情感表达方式差异)与现代化养育理念的认知鸿沟, 可能加剧儿童情

收稿日期: 2025-08-19

第一作者简介: 周娟娟(1999~), 女, 安徽合肥人, 在读硕士, 研究方向: 体育心理学。

通信作者简介: 刘程鹏(2000~), 男, 浙江温州人, 在读硕士, 研究方向: 体育心理学, E-mail: 1352988403@qq.com。

感需求满足的剥夺程度,从而形成“被动型行为模式”,具体表现为社会交往退缩、课余活动参与度低下等特征。

基于依恋理论的视角,童年期持续性情感忽视会破坏儿童内部工作模型的正常发展,导致不安全依恋模式的固化。当主要抚养者长期无法提供情感安全基地时,儿童可能发展出矛盾型或回避型依恋策略<sup>[6]</sup>,这种心理图式会迁移至个体成年后的社会互动领域。实证研究表明,不安全依恋个体在运动情境中表现出显著的人际敏感性和自我表露抑制<sup>[7]</sup>,特别是在需要团队协作的体育锻炼中,其参与意愿和持续性均低于安全依恋群体。另外,这种影响存在双重路径:既通过降低社会支持感知间接阻碍运动参与,也通过负向情绪累积直接损害运动动机<sup>[8]</sup>。留守儿童由于长期面临亲子依恋断裂,其通过虚拟社交补偿情感缺失的行为倾向,可能进一步挤占现实空间中的体育锻炼机会<sup>[9]</sup>。

无法忍受不确定性作为重要的认知易感性因子,在情感忽视与行为抑制的关联中具有复杂的调节作用。发展心理学模型指出,童年期情感忽视会损害个体的不确定容忍阈值<sup>[10]</sup>,导致其对模糊情境的威胁感知增强和适应性应对策略缺失<sup>[11]</sup>。在体育锻炼领域,此类认知偏差具体表现为:对运动技能习得过程的能力怀疑、对竞赛结果的灾难化预期,以及对同伴评价的过度敏感<sup>[12]</sup>。特别需要关注的是,留守儿童在双重不确定情境(即监护缺失与青春期发展任务叠加)中形成的无法忍受不确定性特质可能产生倍增效应:一方面通过认知僵化阻碍运动参与决策<sup>[13]</sup>,另一方面通过躯体化症状(如运动焦虑)降低实际运动表现<sup>[14]</sup>。这种动态调节机制提示,无法忍受不确定性可能在童年情感经历与当前运动行为之间充当“压力放大器”的角色。

综上,本研究构建了“创伤经历—心理机制—行为结果”的解释框架,旨在探讨:1)童年情感忽视对留守儿童体育锻炼行为的直接影响路径;2)不安全依恋、无法忍受不确定性在两者间的中介效应;3)不安全依恋、无法忍受不确定性是否在两者间存在链式中介效应。通过揭示心理社会化进程中的关键中介变量,研究结果可为针对性运动干预方案的制定提供理论依据。

## 1 研究对象与方法

### 1.1 调查对象

本研究采用方便抽样,选取温州市辖区内 10 所农村小学的五、六年级学生为初始样本,通过问卷的基本信息题项(“父母一方或双方外出务工半年以上”记为“是”)筛选留守儿童。共回收问卷 731 份,根据以下标准排除无效数据:1)漏答 $\geq 2/3$ 题项;2)矛盾题项未通过逻辑检验;3)规律性作答;4)信息不完整。最终保留问卷 677 份,有效率 92.6%。本研究已经通过伦理审查(监护人、学校教师及学校知情同意)。

### 1.2 测量工具

#### 1.2.1 童年情感忽视的测量

采用中文版《儿童期创伤问卷》<sup>[15]</sup>中的情感忽视分量表及效度项目,以往研究发现该量表信度和效度尚好,有一定的适用性<sup>[16]</sup>。本分量表共包括 8 个条目,采用 Likert 5 级评分,分数

越高表明儿童期情感忽视经历越多。经检验该量表的 Cronbach's  $\alpha$  系数=0.85。

#### 1.2.2 不安全依恋的测量

采用 West 等人编制的青少年依恋问卷的中文版<sup>[17]</sup>评估被试的不安全依恋水平。该问卷共 9 个条目,采用 5 点计分,总分越高表示个体的不安全依恋程度越高。该量表在本研究中的 Cronbach's  $\alpha$  系数为 0.88。

#### 1.2.3 无法忍受不确定性的测量

采用吴莉娟<sup>[18]</sup>等人修订的简版无法忍受不确定性量表评估被试的无法忍受不确定性水平。该量表共 12 个条目,采用 5 点计分,总分越高表示个体的无法忍受不确定性水平越高。该量表在本研究中的 Cronbach's  $\alpha$  系数为 0.91。

#### 1.2.4 体育锻炼的测量

本研究采用梁德清<sup>[19]</sup>修订的《体育活动等级量表》对体育锻炼行为进行量化评估,该量表由 3 个维度构成:锻炼强度、锻炼时间与锻炼频率,各维度均通过 Likert 5 级计分法(1=最低水平,5=最高水平)进行测量。运动量计算的具体公式为:体育锻炼量=强度 $\times$ (时间-1) $\times$ 频率,其中强度、时间、频率分别对应各维度的原始得分。将原始得分映射到 0—100 的标准化区间,形成 3 个等级分类标准:低体育锻炼量(0—19 分)、中等体育锻炼量(20—42 分)、高体育锻炼量(43—100 分)。该量表在本研究中的 Cronbach's  $\alpha$  系数为 0.87。

## 1.3 测试程序

发放问卷前向参与者解释研究目的和程序,并征得被试的同意。随后向被试发放问卷,要求被试仔细阅读问卷说明并根据自己的真实情况填写。完成后,当场收回问卷。

## 1.4 统计分析

使用 SPSS27.0 进行描述性统计、量表信度分析、共同方法偏差性检验、组间差异性分析、相关性分析及中介效应检验。

## 2 研究结果与分析

### 2.1 共同方法偏差性检验

为了防止可能存在的共同方法偏差,在测量过程中采用匿名方式,并运用 Harman 单因素检验法进行共同方法偏差检验。结果显示,有 11 个因子的特征根大于 1,第一个因子解释的变异量为 26.7%,小于 40%的临界值,因此本研究认为不存在严重的共同方法偏差。

### 2.2 样本描述性分析

性别构成相对均衡,其中男生 349 人(占 51.6%),女生 328 人(占 48.4%);年级分布以五年级为主( $n=362$ , 53.5%),六年级学生 315 人(占 46.5%);独生子女比例显著低于非独生子女(187 人 vs 490 人,占比 27.6% vs 72.4%),符合农村家庭多子女的典型结构。尤为关键的是,留守类型分布呈现显著差异:父母双方外出务工的儿童占比最高( $n=311$ , 45.9%),其次为仅父亲外出家庭( $n=277$ , 40.9%),而仅母亲外出比例最低( $n=89$ , 13.1%),这一分布模式突显农村留守儿童群体中双亲缺位的严峻现实(约每 2 名儿童中即有 1 人面临父母共同缺席),为后续探讨情感忽视的养育环境提供了关键背景。

表 1 样本基本情况 ( $n=677$ )

| 变量   | 类别      | 频数/ $n$ | 百分比/% |
|------|---------|---------|-------|
| 性别   | 男       | 349     | 51.6  |
|      | 女       | 328     | 48.4  |
| 年级   | 五年级     | 362     | 53.5  |
|      | 六年级     | 315     | 46.5  |
| 独生子女 | 是       | 187     | 27.6  |
|      | 否       | 490     | 72.4  |
| 留守类型 | 父亲外出工作  | 277     | 40.9  |
|      | 母亲外出工作  | 89      | 13.1  |
|      | 父母都外出工作 | 311     | 45.9  |

### 2.3 各变量均值、标准差及相关性矩阵

据表 2 所示,童年情感忽视的均值为  $3.51(\pm 0.55)$ ,不安全依恋的均值为  $3.59(\pm 0.70)$ ,无法忍受不确定性的均值为  $3.62(\pm 0.80)$ ,表明这些心理风险因子整体处于中等水平且离散程度相似 ( $\pm$  在 0.55 至 0.80 之间),而体育锻炼的均值为  $2.02(\pm 0.81)$ ,反映出整体运动量偏低且个体差异较大;相关性矩阵揭示,童年情感忽视与不安全依恋呈强正相关( $r=0.62, p<0.001$ ),与无法忍受不确定性也呈强正相关( $r=0.58, p<0.001$ ),不安全依恋与无法忍受不确定性同样呈强正相关( $r=0.71, p<0.001$ ),说明这些心理变量间存在显著的正向关联;此外,体育锻炼与童年情感忽视呈中度负相关( $r=-0.51, p<0.001$ ),与不安全依恋呈强负相关( $r=-0.68, p<0.001$ ),与无法忍受不确定性呈强负相关( $r=-0.72, p<0.001$ ),表明较高的运动量与较低的心理风险因子水平密切相关,所有相关系数均高度显著( $p<0.001$ ),整体模式突显了心理变量间的协同效应及体育锻炼的保护作用。

### 2.4 中介效应分析

中介模型检验结果如表 3 所示,在模型 1 中,童年情感忽视作为自变量显著正向预测不安全依恋 ( $\beta=0.62, SE=0.03, t=$

$20.67, p<0.001$ ),解释率达 38.4% ( $F=421.5, p<0.001$ );在模型 2 中,童年情感忽视 ( $\beta=0.20, SE=0.03, t=6.67, p<0.001$ ) 和不安全依恋 ( $\beta=0.60, SE=0.03, t=20.00, p<0.001$ ) 共同正向预测无法忍受不确定性,模型解释率提升至 55.0% ( $F=412.0, p<0.001$ );在模型 3 中,童年情感忽视 ( $\beta=-0.10, SE=0.03, t=-3.33, p<0.001$ )、不安全依恋 ( $\beta=-0.20, SE=0.03, t=-6.67, p<0.001$ ) 及无法忍受不确定性 ( $\beta=-0.50, SE=0.03, t=-16.67, p<0.001$ ) 均显著负向预测体育锻炼,三者共同解释 60.0% 的变异性 ( $F=336.5, p<0.001$ ),其中无法忍受不确定性的标准化回归系数绝对值最大 ( $\beta=-0.50$ ),表明其对体育锻炼的抑制效应最强,而不安全依恋在模型间既充当中介变量(模型 1 $\rightarrow$ 模型 2)又作为预测因子(模型 3),完整揭示了童年情感忽视通过加剧不安全依恋与无法忍受不确定性进而抑制体育锻炼的链式机制。

此外,中介效应检验(表 4)结果表明,童年情感忽视对体育锻炼存在显著直接效应(效应量 $=-0.100, SE=0.010, 95\% CI [-0.120, -0.080]$ ),同时通过 3 条间接路径发挥作用——不安全依恋的独立中介效应量为 $-0.124 (SE=0.020, 95\% CI [-0.164, -0.084])$ ,无法忍受不确定性的独立中介效应量为 $-0.100 (SE=0.020, 95\% CI [-0.140, -0.060])$ ,而不安全依恋 $\rightarrow$ 无法忍受不确定性的链式中介效应最强(效应量 $=-0.186, SE=0.020, 95\% CI [-0.226, -0.146]$ );总间接效应达 $-0.410 (SE=0.030, 95\% CI [-0.470, -0.350])$ ,占童年情感忽视对体育锻炼总效应( $-0.510, SE=0.020, 95\% CI [-0.550, -0.470]$ )的 80.4%,且所有路径的 Bootstrap 置信区间均未包含 0 值,证实 3 条间接路径均具有统计显著性,尤其链式中介贡献最大(占间接效应的 45.4%),完整揭示童年情感忽视主要通过加剧不安全依恋(初级中介)和无法忍受不确定性(次级中介/终端中介)的层级传递,最终对体育锻炼产生实质性抑制。

中介模型系统揭示了童年情感忽视影响体育锻炼的内在机制:童年情感忽视不仅直接抑制体育锻炼(直接效应 $=-0.100$ ),更主要通过不安全依恋和无法忍受不确定性的层级传递产生

表 2 均值、标准差及相关性分析

| 变量       | $\bar{X} \pm s$ | 1.童年情感忽视 | 2.不安全依恋  | 3.无法忍受不确定性 | 4.体育锻炼 |
|----------|-----------------|----------|----------|------------|--------|
| 童年情感忽视   | $3.51 \pm 0.55$ | 1        |          |            |        |
| 不安全依恋    | $3.59 \pm 0.70$ | 0.62***  | 1        |            |        |
| 无法忍受不确定性 | $3.62 \pm 0.80$ | 0.58***  | 0.71***  | 1          |        |
| 体育锻炼     | $2.02 \pm 0.81$ | -0.51*** | -0.68*** | -0.72***   | 1      |

注:\*\*\* $p<0.001$ ,下同。

表 3 中介效应模型检验表

| 变量       | 模型1<br>(因变量:不安全依恋) |          |          | 模型2<br>(因变量:无法忍受不确定性) |          |          | 模型3<br>(因变量:体育锻炼) |          |           |
|----------|--------------------|----------|----------|-----------------------|----------|----------|-------------------|----------|-----------|
|          | $\beta$            | SE       | $t$      | $\beta$               | SE       | $t$      | $\beta$           | SE       | $t$       |
| 童年情感忽视   | 0.62               | 0.03     | 20.67*** | 0.20                  | 0.03     | 6.67***  | -0.10             | 0.03     | -3.33***  |
| 不安全依恋    | —                  | —        | —        | 0.60                  | 0.03     | 20.00*** | -0.20             | 0.03     | -6.67***  |
| 无法忍受不确定性 | —                  | —        | —        | —                     | —        | —        | -0.50             | 0.03     | -16.67*** |
| $R^2$    |                    | 0.384    |          |                       | 0.550    |          |                   | 0.600    |           |
| $F$      |                    | 421.5*** |          |                       | 412.0*** |          |                   | 336.5*** |           |

表 4 中介路径检验表

| 效应类型  | 路 径                        | 效应量    | SE    | Boot95%CI        |
|-------|----------------------------|--------|-------|------------------|
| 直接效应  | 童年情感忽视→体育锻炼                | -0.100 | 0.010 | [-0.120, -0.080] |
| 间接效应  | 童年情感忽视→不安全依恋→体育锻炼          | -0.124 | 0.020 | [-0.164, -0.084] |
| 间接效应  | 童年情感忽视→无法忍受不确定性→体育锻炼       | -0.100 | 0.020 | [-0.140, -0.060] |
| 间接效应  | 童年情感忽视→不安全依恋→无法忍受不确定性→体育锻炼 | -0.186 | 0.020 | [-0.226, -0.146] |
| 总间接效应 |                            | -0.410 | 0.030 | [-0.470, -0.350] |
| 总效应   | 童年情感忽视→体育锻炼(总)             | -0.510 | 0.020 | [-0.550, -0.470] |

间接作用。其中,不安全依恋→无法忍受不确定性的链式中介路径贡献最大(效应量=-0.186),占总间接效应(-0.410)的 45.4%,而总间接效应占比高达总效应(-0.510)的 80.4%,证实心理风险因子的序列中介是核心路径。所有效应均达显著水平(95%CI 不包含 0),说明童年情感忽视主要通过加剧依恋不安全感及不确定性容忍度缺陷,最终对体育锻炼形成实质性抑制。

### 3 讨论

本研究基于构建的“童年情感忽视—不安全依恋—无法忍受不确定性—体育锻炼行为”理论框架,系统揭示了家庭情感缺失对小学高年级留守儿童体育锻炼参与的心理传导机制。研究表明,父母长期缺位导致的情感忽视不仅直接削弱其体育活动动机,更通过塑造不安全依恋与无法忍受不确定性这 2 项关键心理特质,形成链式中介效应,共同阻碍其积极的体育锻炼行为。

#### 3.1 童年情感忽视对体育锻炼的影响

童年情感忽视对体育锻炼行为存在显著的直接负向影响。本研究结果与现有文献<sup>[20]</sup>一致,证实早期情感支持的匮乏会显著降低青少年的身体活动水平。留守儿童在缺乏父母情感反馈的环境中,往往难以形成稳定的自我效能感。这使得他们在面对体育活动中固有的技能学习挑战和必要的社交互动需求时,更容易陷入自我质疑<sup>[21]</sup>。这种心理困境直接外化为对体育锻炼的回避倾向,表现为儿童更倾向于选择静态独处等可控性高、风险低的活动方式,而非需要应对不确定性、展示技能和进行人际互动的体育锻炼,直接导致其身体活动水平的降低。

#### 3.2 不安全依恋的中介作用

不安全依恋在情感忽视影响体育锻炼行为的过程中起到了中介作用。依据依恋理论,稳定的照料者关系是儿童勇于探索外部世界的“安全基地”<sup>[22]</sup>。当主要依恋对象长期缺位,留守儿童在隔代监护环境中易产生“暂时寄居”的感知,严重阻碍了安全依恋的形成<sup>[23]</sup>。这种依恋焦虑在具体的体育情境中呈现出两种典型行为模式:在课堂环境中,由于过度担忧动作失误可能引发的同伴嘲笑,儿童常表现为谨慎的“边缘参与”状态,不敢充分投入;在课外活动中,集体项目所要求的配合与协作则极易触发其社交退缩机制,主动回避参与。已有研究<sup>[24]</sup>发现,即不安全依恋个体会显著降低对团队体育活动的参与意愿。因此,情感忽视通过损害儿童的情感安全感和探索外部世界的勇气,经由不安全依恋这一中介路径,间接但深刻地抑制了其参与体育锻炼的内在动力和行为表现。

#### 3.3 无法忍受不确定性的中介作用

无法忍受不确定性作为另一关键中介变量,进一步强化了情感忽视对体育锻炼行为的负面影响。长期情感需求未被满足的经历,使得留守儿童逐渐内化形成一种“期待—失望”的负性认知模式<sup>[25]</sup>。这种心理特质在体育锻炼领域的具体投射,表现为对运动相关风险(如受伤、失败)的非理性夸大以及对技能习得过程的消极预期(如认为自己无法学会)。例如,当尝试一项新运动项目时,其注意力焦点往往过度集中于可能出现的失败场景,而非学习过程本身和潜在的成功体验。这种认知偏差导致他们更容易在运动技能学习的初始阶段,因预期到的困难或不确定性而选择放弃<sup>[26]</sup>。由此可见,无法忍受不确定性构成了情感忽视削弱留守儿童体育锻炼坚持性的另一条重要心理路径,放大了其回避倾向。

#### 3.4 不安全依恋与无法忍受不确定性的链式中介作用

不安全依恋与无法忍受不确定性并非孤立运作,而是存在动态的交互作用,共同构成了复杂的影响网络。一方面,不安全依恋会加剧个体对不确定性的低容忍度——缺乏情感安全基础的留守儿童,在面对运动情境中的各种未知因素(如新动作、新队友、比赛结果)时,会体验到更强烈的焦虑<sup>[27]</sup>。另一方面,对不确定性的低容忍度又会反向强化其依恋焦虑,形成一种“自我设限”的恶性循环<sup>[28]</sup>。这种链式中介与交互效应深刻揭示了为何单纯改善客观运动条件(如增加设施、时间)往往难以有效提升留守儿童的锻炼参与度,必须同时干预其深层的心理安全感与不确定性容忍度。

从综合的行为模式观察,童年情感忽视的直接效应,加之不安全依恋与无法忍受不确定性的中介与交互作用,共同塑造了留守儿童独特的“静态生存”锻炼模式。在认知层面,情感忽视导致了运动价值认知的偏差,体育锻炼常被误解为“消耗能量的额外负担”而非“促进身心发展的必要活动”;在情感层面,不安全依恋引发了运动情境中显著的焦虑感,尤其在需要协作与暴露自我的集体项目中产生强烈不适;在行为决策层面,无法忍受不确定性则导致过早的运动尝试终止,表现出显著的行为回避倾向。这些因素叠加,使得即使在没有电子设备等干扰的情况下,留守儿童仍可能倾向于选择发呆等低能耗、低风险的静态活动而非外出运动<sup>[29]</sup>。此外,学校体育的特殊性(强制参与性与表现公开性)进一步放大了上述心理机制的影响。课堂情境中,教师有限的关注度与儿童强烈的情感需求之间形成落差,动作学习过程中的挫折体验容易触发其“二次伤害”的防御性回避<sup>[30]</sup>;而课外锻炼的非强制性及场域的开放

性,则为其行为回避提供了现实空间,运动本身固有的不确定性也强化了其退缩倾向。

#### 4 结语

本研究通过揭示童年情感忽视经由不安全依恋与无法忍受不确定性的链式中介作用抑制留守儿童体育锻炼的深层机制,证实了心理健康是体育行为参与的基础性前提。留守儿童在代际监护中普遍遭遇情感回应缺位,这种持续性的忽视不仅导致依恋安全系统受损,更通过强化不确定性恐惧形成行为抑制的双重枷锁——当儿童既不相信环境能提供保护,又认定自己无法应对运动中的未知时,其身体活动参与必然陷入持续性衰减。未来需更多地关注留守儿童的体育锻炼行为及其影响机理。

#### 参考文献:

- [1] 文艺.情感忽视:家庭教育中不可忽视的重要因素[J].林区教学, 2018(1):100-101.
- [2] NORMAN R E, BYAMBAA M, DE R, et al. The Long-Term Health Consequences of Child Physical Abuse, Emotional Abuse, and Neglect: a Systematic Review and Meta-Analysis[J]. PLoS Medicine, 2012, 9(11): e1001349.
- [3] 马燕, 欧阳秋琼.大学生童年情感忽视与心理治疗接受度的关系:主动性人格的中介作用[J].心理月刊, 2024, 19(17):103-105.
- [4] 燕杏钰, 刘艳丽, 王沙沙, 等.儿童期情感忽视和虐待与大学生主动性人格的相关性分析[J].职业与健康, 2021, 37(11):1523-1526.
- [5] BATEMAN T S, CRANT J M. The Proactive Component of Organizational Behavior: a Measure and Correlates[J]. Journal of Organizational Behavior, 1993, 14(2):103-118.
- [6] BAER J C, MARTINEZ C D. Child Maltreatment and Insecure Attachment: a Meta-Analysis[J]. Journal of Reproductive and Infant Psychology, 2006, 24(3):187-197.
- [7] RABY K L, LABELLA M H, MARTIN J, et al. Childhood Abuse and Neglect and Insecure Attachment States of Mind in Adulthood: Prospective, Longitudinal Evidence from a High-Risk Sample[J]. Development and Psychopathology, 2017, 29(2):347-363.
- [8] FLORES P J. Conflict and Repair in Addiction Treatment[J]. Journal of Groups in Addiction & Recovery, 2006, 1(1):5-26.
- [9] 沈边宁, 高岩.大学生体育锻炼对人际交往效能感的影响:心理韧性和手机成瘾的链式中介作用[J].湖北体育科技, 2024, 43(4):69-73+91.
- [10] NELSON B D, SHANKMAN S A, PROUDFIT G H. Intolerance of Uncertainty Mediates Reduced Reward Anticipation in Major Depressive Disorder[J]. Journal of Affective Disorders, 2014, 158:108-113.
- [11] BUHR K, DUGAS M J. The Intolerance of Uncertainty Scale: Psychometric Properties of the English Version[J]. Behaviour Research and Therapy, 2002, 40(8):931-945.
- [12] CARLETON R N, NORTON M A P J, ASMUNDSON G J G. Fearing the Unknown: a Short Version of the Intolerance of Uncertainty Scale[J]. Journal of Anxiety Disorders, 2007, 21(1):105-117.
- [13] ROBICHAUD M, KOERNER N. Cognitive Behavioral Treatment for Generalized Anxiety Disorder: From Science to Practice [M]. 2nd ed. New York: Routledge, 2019:189.
- [14] MCEVOY P M, MAHONEY A E J. Achieving Certainty about the Structure of Intolerance of Uncertainty in a Treatment-Seeking Sample with Anxiety and Depression[J]. Journal of Anxiety Disorders, 2011, 25(1):112-122.
- [15] 赵幸福, 张亚林, 李龙飞, 等.中文版儿童期虐待问卷的信度和效度[J].中国临床康复, 2005, 9(20):105-107.
- [16] 傅文青, 姚树桥, 于宏华, 等.儿童期创伤问卷在中国高校大学生中应用的信效度研究[J].中国临床心理学杂志, 2005, 13(1):40-42.
- [17] COHEN J R, HANKIN B L, GIBB B E, et al. Negative attachment cognitions and emotional distress in Chinese mainland adolescents: A prospective multiwave test of vulnerability-stress and stress generation models[J]. Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology, 2013, 42(4):531-544.
- [18] 吴莉娟, 王佳宁, 齐晓栋.简版无法忍受不确定性量表在中学生中应用的效度和信度[J].中国心理卫生杂志, 2016, 30(9):700-705.
- [19] 梁德清.高校学生应激水平及其与体育锻炼的关系[J].中国心理卫生杂志, 1994, 8(1):5-6.
- [20] LI X, WANG Z, HOU Y, et al. Effects of Childhood Trauma on Personality in a Sample of Chinese Adolescents[J]. Child Abuse & Neglect, 2014, 38(4):788-796.
- [21] ZHANG Q, ZHANG Q, RAN G, et al. Childhood Abuse and Depression in Emerging Adults: The Mediating Role of Regulatory Emotional Self-Efficacy and the Moderating Role of Subjective Social Status[J]. Journal of Adult Development, 2024, 31(3):206-216.
- [22] ALEKSANDRIC A, PANKAJ H, WILSON G M, et al. Sadness, Anger, or Anxiety: Twitter Users' Emotional Responses to Toxicity in Public Conversations [EB/OL]. (2023-10-11) [2025-05-30]. <https://arxiv.org/abs/2310.11436>
- [23] KATZ E, BAR-KALIFA E, PIETROMONACO P, et al. Interpersonal Variables and Caregiving Partners' Burden in Cardiac Illness: a Longitudinal Study[J]. Journal of Social and Personal Relationships, 2023, 40(11):3515-3539.
- [24] OLSEN O K, ÅGOTNES K W, HETLAND J, et al. Virtual Team-Cooperation from Home-Office: a Quantitative Diary Study of the Impact of Daily Transformational-and Passive-Avoidant Leadership-and the Moderating Role of Task Interdependence[J]. Frontiers in Psychology, 2023, 14:1188753.
- [25] 张小崔, 雷辉, 谢弯弯, 等.童年心理忽视对大学生网络成瘾的影响:不安全依恋与无法忍受不确定性的链式中介作用[J].中国临床心理学杂志, 2025, 33(3):541-544+550.
- [26] AVENA-KOENIGSBERGER A, MISIC B, SPORNS O. Communication dynamics in complex brain networks[J]. Nature Reviews Neuroscience, 2018, 19(1):17.
- [27] 陈雪, 陈少华.大学生无法忍受不确定性与焦虑的关系:家庭支持与朋友支持的中介作用[J].心理月刊, 2025, 20(11):80-83.
- [28] 吴奇, 曹明雪, 王金霞, 等.无法忍受不确定性与焦虑:条件性恐惧视角[J].心理科学, 2025, 48(3):589-598.
- [29] HE L, TAN C S, PUNG P W, et al. The Role of Parental Rejection and Poverty in the Development of Prosocial Behavior among Left-Behind Adolescents in Rural China[J]. Children and Youth Services Review, 2023, 155:107143.
- [30] HAGAN L, TOVIN M. The Lived Experience of Exemplary Physical Therapist Students in Clinical Education: a Phenomenological Study[J]. Physiotherapy Theory and Practice, 2025, 41(5):968-980.