

# 自尊对青少年社交焦虑的影响:自我概念清晰性的中介作用

刘广增, 潘彦谷, 李卫卫, 孟亚运, 张大均

(西南大学心理健康教育研究中心, 西南大学心理学部, 重庆 400715)

**【摘要】 目的:**探讨青少年自尊与自我概念清晰性以及社交焦虑的关系。**方法:**采用自尊量表、自我概念清晰性量表和社交焦虑量表对644名青少年进行了测量调查。**结果:**①高自尊组青少年的自我概念清晰性得分显著高于低自尊组( $t=-6.21, P<0.01$ ),低自尊组青少年的社交焦虑得分显著高于高自尊组( $t=7.62, P<0.01$ );②自尊与自我概念清晰性呈显著正相关( $r=0.30, P<0.01$ ),自尊和自我概念清晰性均与社交焦虑呈显著负相关( $r=-0.32, -0.35, P<0.01$ );③自我概念清晰性在自尊与社交焦虑之间起显著中介作用,中介效应占总效应的比例为41.6%。**结论:**青少年自尊、自我概念清晰性和社交焦虑三者之间密切相关,自我概念清晰性在自尊和社交焦虑之间起显著的中介作用。

**【关键词】** 自我概念清晰性;自尊;社交焦虑;青少年

中图分类号: R395.6

DOI: 10.16128/j.cnki.1005-3611.2017.01.033

## Effect of Self-esteem on Social Anxiety in Adolescents: the Mediating Role of Self-concept Clarity

LIU Guang-zeng, PAN Yan-gu, LI Wei-wei, MENG Ya-yun, ZHANG Da-jun

Research Center of Mental Health Education & Faculty of Psychology, Southwest University, Chongqing 400715, China

**【Abstract】 Objective:** To explore the relationship between self-esteem, self-concept clarity and social anxiety in adolescents. **Methods:** Rosenberg self-esteem scale, self-concept clarity scale and social anxiety scale were applied to 644 adolescents. **Results:** ①High self-esteem adolescent self-concept clarity score was significantly higher than low self-esteem adolescents( $t=-6.21, P<0.01$ ), low self-esteem adolescent social anxiety score were significantly higher than those with high self-esteem( $t=7.62, P<0.01$ ); ②Self-esteem and self-concept clarity was positively correlated( $r=0.30, P<0.01$ ), self-esteem and self-concept clarity were negatively correlated with social anxiety( $r=-0.35, -0.32, P<0.01$ ); ③Self-concept clarity significantly mediated the relationship between self-esteem and social anxiety, the mediating effect accounted for 41.6% of the total effect. **Conclusion:** Self-esteem, self-concept clarity and social anxiety are closely related, and self-concept clarity mediates the effect of self-esteem on social anxiety in adolescents.

**【Key words】** Self-esteem; Self-concept clarity; Social anxiety; Adolescents

社交焦虑(social anxiety)是在人际交往过程中出现的一种焦虑现象,主要表现为在社交情形下对他人的评价具有强烈的害怕和恐惧感,严重的甚至发展成为社交焦虑障碍(social anxiety disorder, SAD)<sup>[1]</sup>。社交焦虑问题始于青少年期,西方国家的调查结果显示社交焦虑的终生患病率为10%~13%<sup>[2]</sup>。社交焦虑不利于良好人际关系的建立,而且会影响个体的身心健康,比如社交焦虑能正向显著地预测个体的攻击和抑郁水平<sup>[3-5]</sup>。

社交焦虑受个体的人格特征、记忆偏差、注意偏差、消极自我印象和解释偏差等的影响<sup>[4-6]</sup>,在诸多影响社交焦虑的因素中,自尊(self-esteem)是其中的重要影响因素之一。国内外研究显示,高社交焦虑个体的外显自尊要显著低于低社交焦虑的个体<sup>[7]</sup>,社交焦虑障碍患者拥有较低的自尊水平,外显自尊和社交焦虑症状具有密切的联系<sup>[8]</sup>,提高自尊水平能够帮助减少家庭经济地位较低个体的社交焦虑

水平<sup>[9]</sup>。

自我概念清晰性(self-concept clarity, SCC)是指人们对自我概念了解的清晰度和自信度<sup>[10]</sup>。已有研究显示,自尊与自我概念清晰性密切相关。自尊与自我概念清晰性呈显著正相关,高自尊个体拥有明晰的自我概念<sup>[11,12]</sup>,自尊在成人依恋和自我概念清晰性之间起显著的中介作用<sup>[13]</sup>。另外,自我概念清晰性与焦虑呈显著负相关<sup>[11]</sup>,纵向研究表明,低自我概念清晰性预测了较高水平的焦虑症状<sup>[14]</sup>,社交焦虑作为焦虑的一种重要组成部分和表现形式,我们推测自我概念清晰性会显著预测个体的社交焦虑。

综上所述,我们预测自尊、自我概念清晰性与社交焦虑三者之间具有密切的联系,然而关于三者之间关系的已有研究鲜见报道。本研究以青少年为被试,对三者间的关系进行实证探讨,以期降低青少年社交焦虑水平提供理论基础。根据以上文献综述,我们作如下假设:青少年自尊和自我概念清晰性呈显著正相关,两者均与社交焦虑呈显著负相关;青

少年自我概念清晰性在自尊与社交焦虑之间起显著的中介作用。

## 1 方 法

### 1.1 对象

采用以班级为单位的整群随机抽样法,选取重庆市某中学共709名学生,所有学生自愿参与调查。剔除无效问卷及作答不认真者,最后获得有效问卷644份,有效回收率为91%,具体为:男生267人(41.5%),女生322人(50.0%),性别缺失55人(8.5%);初中269人(41.8%),高中375人(58.2%);年龄范围为12-19岁,平均年龄15.53(SD=1.78)岁。

### 1.2 研究工具

1.2.1 自尊量表 Rosenberg编制的自尊量表(self-esteem scale, SES),主要用于个体整体自尊的测量,量表的信度和效度良好<sup>[15]</sup>。量表共有10个项目,从“非常符合”到“非常不符合”,使用1-4级计分方式。由于量表第8题存在中西方文化背景的差异,本研究中将作正向计分使用<sup>[16]</sup>。量表总分越高,表明自尊程度越高。

1.2.2 自我概念清晰性量表 采用Campbell编制, Wu修订的中文版自我概念清晰性量表(self-concept clarity scale, SCCS)<sup>[13]</sup>,该量表的信度和效度良好<sup>[11]</sup>。量表共有12个题项,从“非常不符合”到“非常符合”,使用1-7级计分方式。量表总分越高,表明自我概念清晰性程度越高。该量表在本研究中的 $\alpha$ 系数为0.83。

1.2.3 社交焦虑量表 采用Scheier和Carver修订的社交焦虑量表,该量表的信度和效度良好<sup>[17]</sup>。量表共有6个项目,从“一点儿也不像我”到“非常像我”,使用0-3级计分方式。总分越高,表明社交焦虑程度越高。该量表在本研究中的 $\alpha$ 系数为0.75。

### 1.3 数据处理

采用SPSS21.0和Mplus7.0进行数据处理和分析,包括 $t$ 检验、相关分析和结构方程模型。

### 1.4 共同方法偏差的控制

Harman单因素检验结果表明,未旋转的情况下共提取出6个主成分,最大的主成分解释了总方差变异的25%,没有解释方差的绝大部分变异,说明研究受共同方法偏差影响极小。

## 2 结 果

### 2.1 高低自尊青少年在自我概念清晰性和社交焦虑上的得分

选取自尊总分前后27%作高、低分组,其中高分组177人,低分组191人。高自尊和低自尊青少年在自我概念清晰性总分和社交焦虑总分均有显著差异,在自我概念清晰性总分上,高自尊青少年要显著高于低自尊青少年, Cohen's  $d$  值为0.69;在社交焦虑总分上,低自尊青少年要显著高于高自尊青少年, Cohen's  $d$  值为0.80。见表1。

表1 高低自尊青少年在自我概念清晰性和社交焦虑上的得分(N=368)

	低分组		高分组		$t$
	M	SD	M	SD	
自我概念清晰性	40.22	9.86	47.82	13.23	-6.21**
社交焦虑	9.90	3.99	6.64	4.21	7.62**

注:\* $P<0.05$ ,\*\* $P<0.01$ ,下同。

### 2.2 自尊和自我概念清晰性与社交焦虑的相关

相关分析表明,自尊与自我概念清晰性呈显著正相关,自尊和自我概念清晰性均与社交焦虑呈显著负相关。见表2。

表2 青少年自尊和自我概念清晰性与社交焦虑的相关矩阵(N=644)

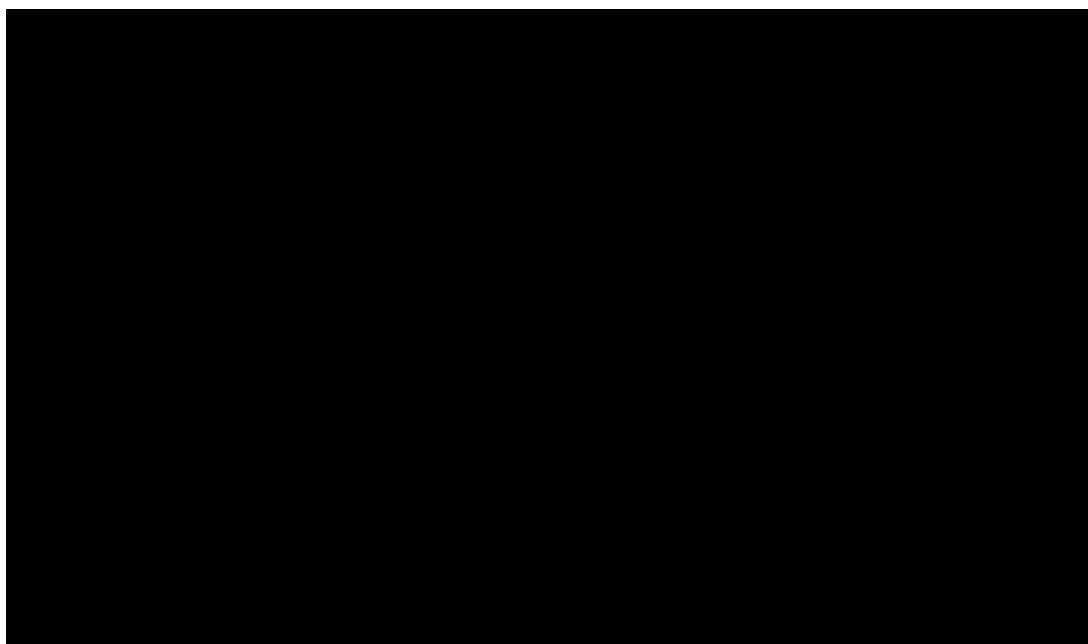
变量	M	SD	自尊	自我概念清晰性	社交焦虑
自尊	29.80	4.50	-		
自我概念清晰性	43.49	11.00	0.30**	-	
社交焦虑	8.51	4.04	-0.32**	-0.35**	-

### 2.3 青少年自我概念清晰性在自尊和社交焦虑之间的中介效应检验

为进一步探讨青少年自我概念清晰性在自尊和社交焦虑之间的中介作用,使用Mplus7.0软件构建三者之间的结构方程模型(SEM),并采用偏差校正的非参数百分位 Bootstrap 法检验中介效应的显著性。首先对自尊、自我概念清晰性和社交焦虑三个变量的题项进行打包处理,各自打包为3个项目<sup>[18]</sup>,具体为:本研究中自尊、自我概念清晰性和社交焦虑的测量工具均属于单维量表,采用随机法进行打包,把题目随机分配到每个项目包中<sup>[19]</sup>。然后对性别和年级进行控制,最后,构建模型的拟合效果良好: $\chi^2(38, N=644)=64.400(P<0.01)$ ,  $\chi^2/df$  ratio=1.69, SRMR=0.028, RMSEA=0.033(90% CI=0.018-0.046,  $P=0.983$ ), CFI=0.986, TLI=0.979。在本模型中,直接效应为自尊到社交焦虑的标准路径系数 $\beta=-0.167(P<0.01)$ ,中介效应为自尊 $\rightarrow$ 自我概念清晰性 $\rightarrow$ 社交焦虑的标准路径系数 $\beta=-0.119(SE=0.028, P<0.01)$ ,同时,偏差校正的非参数百分位 Bootstrap 检验表明中介效应的

95%的置信区间为 $[-0.210, -0.074]$ , 不包括0, 说明中介效应显著<sup>[20]</sup>。表明, 自我概念清晰性在自尊与社交焦虑之间起显著的中介作用, 中介效应占总效

应的比例为 $-0.119/(-0.119+-0.167)=0.416$ , 即自尊作用于社交焦虑的效应有41.6%是通过自我概念清晰性起的作用。见图1。



注:SES表示自尊,SCC表示自我概念清晰性,方框内为各变量打包项目。

图1 中介效应检验的SEM路径图

### 3 讨 论

青少年自尊、自我概念清晰性与社交焦虑三者之间存在显著的相关。青少年自尊与自我概念清晰性呈显著正相关,高自尊青少年拥有更加清楚明晰的自我概念,这与以往的研究是一致的<sup>[10-12]</sup>,自尊与自我概念清晰性是彼此相关但相互独立的心理结构<sup>[12]</sup>。青少年自尊与社交焦虑呈显著负相关,低自尊青少年拥有更多的社交焦虑,这与以往的研究结论一致<sup>[7-9, 21]</sup>。高自尊个体往往对自身予以积极的肯定,在与人交往的过程中比较主动,而低自尊个体倾向于消极的自我评价,在人际交往过程中比较被动<sup>[22]</sup>,由此造成低自尊的青少年存在更多的社交焦虑。青少年自我概念清晰性与社交焦虑呈显著负相关,自我概念清晰性能够对压力表现出缓冲的作用<sup>[12]</sup>,社交焦虑是焦虑的一种重要组成部分和表现形式,我们认为社交焦虑作为一种压力,自我概念清晰性对社交焦虑起到了一定的缓冲作用。

本研究以结构方程模型为依托,建立以自尊为自变量,自我概念清晰性为中介变量和社交焦虑为因变量的结构方程模型,检验青少年自我概念清晰性在自尊与社交焦虑之间的中介作用。结果显示,自我概念清晰性是中学生自尊和社交焦虑之间一个

重要的中介变量,自我概念清晰性在自尊与社交焦虑之间起显著的中介作用,自尊不但直接影响社交焦虑,还会通过自我概念清晰性对社交焦虑产生间接的影响,中介效应占总效应的比例为41.6%,即自尊作用于社交焦虑的效应有41.6%是通过自我概念清晰性起的作用。自尊正向显著的预测了青少年的自我概念清晰性,即自尊会对自我概念清晰性产生推动作用,个体的自尊水平越高,其自我概念清晰水平倾向于越高。徐海玲的研究显示自尊和自我概念清晰性均高才是真正的高自尊<sup>[12]</sup>,Wu的研究也显示,自尊可以显著正向预测自我概念清晰性<sup>[13]</sup>。自尊和自我概念清晰性均负向显著地预测了青少年的社交焦虑,即自尊和自我概念清晰性均对社交焦虑起着减缓的作用,这与徐海玲的结果比较一致,自尊和自我概念清晰性均有压力缓冲效应<sup>[12]</sup>。我们认为,社交焦虑作为一种在人际交往中出现的焦虑现象,会对个体造成内在心理和外在行为的双重压力,而这种压力可以依靠提升个体的自尊水平和自我概念清晰性水平来进行缓冲。自尊还会通过自我概念清晰性对社交焦虑产生间接的影响,个体拥有更高的自尊水平,对自己的评价更为积极和中肯,对自己的评价更为自信和稳定,进而对自我概念有了更加



明确清楚的认识,从而在对外交往的过程中更加的主动、自信和从容,这也就避免或降低了个体的社交焦虑水平。

青春期的青少年处于一种心理上“动荡不安”期,处于这个特殊时期的青少年逐渐开始由垂直的亲子关系转向平行的同伴关系<sup>[23]</sup>,人际交往类型发生转变的同时,也带来了人际交往方面的一些问题,并产生了始于青少年期的社交焦虑<sup>[2]</sup>。从本研究所得的结果来看,给予青少年社交焦虑问题的研究提供了新视角,也为青少年社交焦虑的危机干预提供了理论性支持,即我们可以通过提高个体的自尊水平,进而使个体对自我概念有更为清晰的认识,使得个体在人际交往过程中变得积极主动,从而降低或消除个体的社交焦虑,这对于解决青少年社交焦虑问题具有重要的理论和实践意义。

#### 参 考 文 献

- Morrison AS, Heimberg RG. Social anxiety and social anxiety disorder. *Annual Review of Clinical Psychology*, 2013, 9 (2): 249-274
- 金晓雨,肖晶,崔丽霞. 大学生情绪调节的认知策略,外显自尊,人格特质与社交焦虑的关系. *中国健康心理学杂志*, 2013, 4: 609-612
- 吴晓薇,黄玲,何晓琴,等. 大学生社交焦虑与攻击、抑郁: 情绪调节自我效能感的中介作用. *中国临床心理学杂志*, 2015, 23(5): 804-807
- 王欢,黄海,吴和鸣. 大学生人格特征与手机依赖的关系: 社交焦虑的中介作用. *中国临床心理学杂志*, 2014, 22(3): 447-450
- 赵鑫,张雅丽,陈玲,等. 人格特质对青少年社交焦虑的影响: 情绪调节方式的中介作用. *中国临床心理学杂志*, 2014, 22(6): 1057-1061
- 李涛,冯菲. 社交焦虑解释偏差: 研究范式、特征及矫正. *心理科学进展*, 2013, 21(12): 2196-2203
- 肖崇好,黄希庭. 社交焦虑个体外显与内隐自尊的研究. *心理科学*, 2011, 2: 289-292
- Ritter V, Ertel C, Beil K, et al. In the Presence of Social Threat: Implicit and Explicit Self-Esteem in Social Anxiety Disorder. *Cognitive Therapy & Research*, 2013, 37(6): 1101-1109
- Cheng G, Zhang D, Ding F. Self-esteem and fear of negative evaluation as mediators between family socioeconomic status and social anxiety in Chinese emerging adults. *International Journal of Social Psychiatry*, 2015, 61(6): 569
- Campbell JD, Fehr B. Self-esteem and perceptions of conveyed impressions: is negative affectivity associated with greater realism? *Journal of Personality & Social Psychology*, 1990, 58(1): 122-133
- Campbell JD, Trapnell PD, Heine SJ, et al. Self-Concept Clarity-Measurement, Personality Correlates, and Cultural Boundaries. *Journal of Personality & Social Psychology*, 1996, 70(1): 141-156
- 徐海玲. 自我概念清晰性和个体心理调适的关系. *心理科学*, 2007, 30(1): 96-99
- Wu CH. The relationship between attachment style and self-concept clarity: The mediation effect of self-esteem. *Personality & Individual Differences*, 2009, 47(1): 42-46
- Dijk MP, Branje S, Keijsers L, et al. Self-Concept Clarity Across Adolescence: Longitudinal Associations With Open Communication With Parents and Internalizing Symptoms. *Journal of Youth & Adolescence*, 2013, 43(11): 1861-1876
- 汪向东,王希林,马弘. 心理卫生评定量表手册. 北京: 中国心理卫生杂志社, 1999. 318-320
- 韩向前,江波,汤家彦,等. 自尊量表使用过程中的问题及建议. *中国行为医学科学*, 2005, 14(8): 763-763
- 汪向东,王希林,马弘. 心理卫生评定量表手册. 北京: 中国心理卫生杂志社, 1999. 244-246
- 吴艳,温忠麟. 结构方程建模中的题目打包策略. *心理科学进展*, 2011, 19(12): 1859-1867
- Matsunaga M. Item Parceling in Structural Equation Modeling: A Primer. *Communication Methods & Measures*, 2008, 2 (4): 260-293
- 方杰,张敏强,邱皓政. 中介效应的检验方法和效果量测量: 回顾与展望. *心理发展与教育*, 2012, 28(1): 105-111
- 司徒巧敏,黎建斌. 大学新生自尊与社交焦虑的关系. *中国健康心理学杂志*, 2007, 15(11): 1005-1007
- Baumeister RF, Campbell JD, Krueger JJ, et al. Does high self-esteem cause better performance, interpersonal success, happiness, or healthier lifestyles? *Psychological Science in the Public Interest*, 2003, 4(1): 1-44
- Nickerson AB, Nagle RJ. Parent and Peer Attachment in Late Childhood and Early Adolescence. *Journal of Early Adolescence*, 2005, 25(2): 223-249

(收稿日期:2016-04-15)