

社交网站体像比较与抑郁的关系： 体像满意度与自尊的链式中介作用

彭先桃, 陈颖娇, 朱晓伟
(长江大学教育学院, 荆州 434023)

【摘要】 目的:探讨大学生社交网站体像比较与抑郁的关系,以及体像满意度及自尊在二者关系中的作用机制。**方法:**采用社交网站体像比较问卷、体像满意度问卷、自尊量表及流调中心用抑郁量表(CES-D)对515名大学生进行施测。**结果:**①社交网站体像比较与抑郁呈显著正相关,而与体像满意度和自尊均呈显著负相关;体像满意度与抑郁呈显著负相关,而与自尊呈显著正相关;自尊与抑郁呈显著负相关;②社交网站体像比较不仅能够直接正向显著预测抑郁,而且能够通过三条间接路径对抑郁产生影响:体像满意度的单独中介作用、自尊的单独中介作用以及体像满意度和自尊的链式中介作用。**结论:**大学生社交网站体像比较能够通过体像满意度和自尊的部分中介作用对抑郁产生影响。

【关键词】 社交网站体像比较; 体像满意度; 自尊; 抑郁

中图分类号: R395.6

DOI: 10.16128/j.cnki.1005-3611.2017.05.036

Effect of Social Network Site Appearance Comparison on Depression: The Chain Mediating Role of Body Image Satisfaction and Self-Esteem

PENG Xian-tao, CHEN Ying-jiao, ZHU Xiao-wei

School of Education, Yangtze University, Jingzhou 434023, China

【Abstract】 Objective: The present study was to investigate the relationship among social network site appearance comparison, body image satisfaction, self-esteem and depression in college students. **Methods:** A sample of 515 college students were assessed with Social network site appearance comparison scale, body image satisfaction Questionnaire, Rosenberg Self-esteem Scale(RSES) and CES-D Self-Report Scale. **Results:** ①Social network site appearance comparison was positively correlated with depression, but negatively correlated with body image satisfaction and self-esteem. Body image satisfaction was positively correlated with self-esteem, but negatively correlated with depression. Self-esteem was negatively correlated with depression. ②Social network site appearance comparison affected depression through the mediating role of body image satisfaction, self-esteem, and the serial mediating effects of both body image satisfaction and self-esteem. **Conclusion:** Body image satisfaction and self-esteem partially mediated the relationship between social network site appearance comparison and depression in college students.

【Key words】 Social networking sites body image comparison; Body image satisfaction; Self-esteem; Depression

社交网站逐渐成为大学生日常生活的重要组成部分^[1]。2014年7月中国互联网络信息中心(CNNIC)发布的中国社交类应用用户行为研究报告显示,大学生占有所有社交网站(包含QQ空间)用户的43.3%,已成为主要的社交网站用户群体之一。在各种社交网站活动中,自拍照片的发布是大学生社交网站自我展示的重要内容,对大学生建立或维持人际关系具有积极意义^[2]。但社交网站自拍照片发布所引起的体像比较逐渐引起了大众媒体乃至整个社会的担忧^[3],社交网站体像比较与体像满意度、自尊及抑郁的关系也逐渐为社会及研究者所关注。

社交网站体像比较(Social Network Site Appearance Comparison)是指个体基于其他社交网站用户所发布的自拍照片,在体貌特征方面与其他用户进行比较的过程,它是社会比较的重要方面,对个体体像满意度、自我评价及情绪健康均具有重要的影响。受到自我呈现动机的驱使,发布自拍照片成为大学生社交网站使用的主要内容^[4]。这使得社交网站逐渐成为身体意象信息传播的重要载体,为社交网站体像比较提供了信息基础^[5]。相关研究表明社交网站体像比较已经成为社交网站使用过程中不可避免的心理活动^[6]。且社交网站中所呈现的自拍照片等体像相关信息往往具有理想化色彩^[5],因此,社交网站体像比较在多数情况下为上行社会比较。抑郁的社会等级理论指出上行社会比较是诱发抑郁的

【基金项目】 本研究得到湖北省教育厅人文社会科学基金项目(2011jy008)的资助
通讯作者:朱晓伟, E-mail: zhuxuwuwm@hotmail.com

关键因素^[7]。相关研究也发现社交网站体像比较能够正向预测负面情绪^[6]。因此,本研究假设社交网站体像比较能够正向预测抑郁。此外,随着研究的深入,研究者认为社交网站体像比较与抑郁的关系中可能存在中介变量,如体像满意度和自尊等。

体像满意度是指个体对自身外貌特征的满意程度。作为个体对身体外貌的主观感受,体像满意度会受到体像比较的影响^[6],也会对个体的情绪健康产生重要影响^[8]。研究发现,社交网站体像比较能够引起个体对自身体像的担忧,并会对个体体像满意度产生消极影响^[5,6]。社会比较理论也指出体像比较会导致个体体像不满及情绪适应不良^[9]。体像满意度也是影响个体情绪健康的关键因素。研究发现体像不满意能够正向预测抑郁^[8]。此外,有研究认为体像满意度能够在其他变量对抑郁的影响中起中介作用^[10]。因此,本研究假设社交网站体像比较能够通过体像满意度的中介作用对抑郁产生影响。

自尊是个体在社会交往中逐渐形成的个体对自身的整体态度、评价,会受到社会比较等多种因素的影响^[11],也会对个体抑郁情绪产生重要影响^[12]。社会比较理论认为与他人比较是个体满足自我评估需要的重要途径,但是不恰当的社会比较(上行社会比较)会对个体自尊产生消极影响^[9,11]。相关研究也表明社交网站上行社会比较对自尊具有显著的负向预测作用^[13]。由于社交网站体像比较多为上行社会比较,因此,社交网站体像比较也会对个体自尊产生消极影响。而自尊是影响抑郁产生和发展的关键因素。抑郁的易感因素模型认为低自尊是导致抑郁产生的重要易感因素^[14],实证研究也发现自尊能够负向预测抑郁^[15]。研究还表明自尊能够在社交网站上行社会比较与抑郁的关系中起中介作用^[13]。因此,本研究假设社交网站体像比较能够通过自尊的中介作用对抑郁产生影响。

此外,体像满意度是自尊的重要预测变量^[16]。相关研究发现体像满意度能够正向预测自尊^[17],体像不满能够对自尊产生消极影响^[18]。研究还发现体像满意度能够通过自尊的中介作用对抑郁产生影响^[19]。因此,本研究假设体像满意度和自尊能够在社交网站体像比较与抑郁的关系中起链式中介作用。

综上,本研究拟在以往研究及抑郁的社会等级理论的基础上,探讨社交网站体像比较与抑郁的关系,以及体像满意度和自尊在二者关系中的链式中介作用。

1 对象与方法

1.1 对象

采用方便抽样选取550名本科生,以班级为单位进行统一施测。回收整理有效问卷515份(93.64%)。其中,男生177人(34.4%),女生338人(65.6%),所有被试年龄在17-23岁之间,平均年龄为19.77岁。

1.2 研究工具

1.2.1 社交网站体像比较问卷 采用Fardouly和Vartanian在其研究中修订的社交网站体像比较量表对大学生社交网站使用过程中的体像比较情况进行评估^[6]。该量表共3个项目,采用Likert5点评分,所有项目得分相加求平均即为社交网站体像比较得分,得分越高表示个体在社交网站中的体像比较水平越高。本研究中该问卷的 α 系数为0.864。

1.2.2 体像满意度问卷 采用Cash, Fleming, Alindogan, Steadman和Whitehead等人编制的体像满意度量表,测量个体当下对自己体像的满意程度^[20]。该量表共6个项目,采用9点评分,各项目得分相加求平均即为体像满意度得分,分数越高表明个体对自己体像的满意程度越高。本研究中该量表的 α 系数为0.889。

1.2.3 自尊量表 采用Rosenberg于1965编制,国内学者杨焯和王登峰修订的自尊量表(The Self-Esteem Scale, SES)对大学生自尊水平进行评估^[21]。该量表共包含10个项目,所有项目均采用1-4四级评分,分数越高,表明个体自尊水平越高。本研究中该量表的 α 系数为0.804。

1.2.4 抑郁量表 采用Radloff编制,陈祉妍等修订的流调中心用抑郁量表(CES-D)对大学生的抑郁症状进行评估^[22],该量表共20个项目,采用0-3四级评分,分数越高,表明被试抑郁症状的出现频率越高。本研究中该量表的 α 系数为0.874。

2 结 果

2.1 大学生社交网站体像比较、体像满意度、自尊以及抑郁的相关分析

相关分析的结果表明:社交网站体像比较与体像满意度和自尊均呈显著负相关,而与抑郁呈显著正相关;体像满意度与自尊呈显著正相关,而与抑郁呈显著负相关;自尊与抑郁呈显著负相关(见表1)。

2.2 链式中介模型检验

回归分析结果见表2:社交网站体像比较对抑郁具有显著的直接预测作用($\beta=0.09, P<0.01$),且总体上显著负向预测抑郁($\beta=0.33, P<0.01$);社交网站体像比较直接负向预测体像满意度($\beta=-0.38, P<0.01$)和自尊($\beta=-0.22, P<0.01$);体像满意度直接正向预测自尊($\beta=0.41, P<0.01$);体像满意度和自尊分别负向预测抑郁($\beta_{\text{体像满意度}}=-0.19, P<0.01; \beta_{\text{自尊}}=-0.47, P<0.01$)。

中介效应分析结果如表3和图1所示,结果表明:体像满意度和自尊在社交网站体像比较对抑郁的影响中起部分中介作用,中介效应值为0.24,占社交网站体像比较对抑郁影响总效应(0.33)的72.73%。具体来看,总的中介效应由三条路径的间接效应组成:通过社交网站体像比较→体像满意度→抑郁的途径产生的中介效应,即间接效应1(0.070);通过社交网站体像比较→体像满意度→自尊→抑郁的途径产生的中介效应,即间接效应2(0.072);通过社交网站体像比较→自尊→抑郁的途径产生的中介效应,即间接效应3(0.101)。表3数据显示,三个间接效应依次占总效应的18.67%、17.84%和34.53%。它们的Bootstrap95%置信区间均不包含0值,表明三个间接效应均达到显著水平。

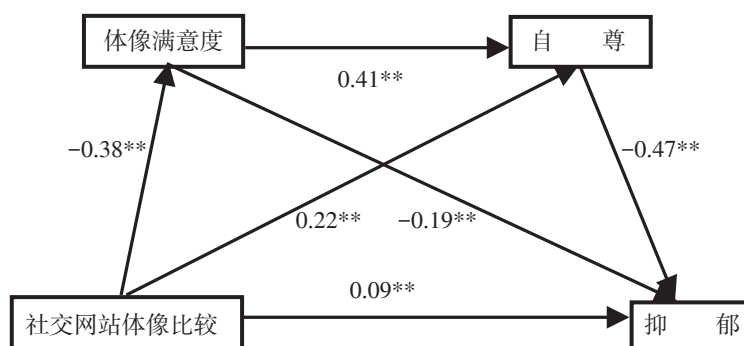


图1 体像满意度和自尊的链式中介作用示意图

3 讨 论

社交网站体像比较与体像满意度和自尊均呈显著负相关,而与抑郁呈显著正相关,表明社交网站中传播的理想身体意象(如魔鬼身材)所诱发的体像比较,会引起个体对自身体像的不满,进而对个体自我概念及情绪健康产生消极影响^[23]。体像满意度与自尊呈显著正相关,而与抑郁呈显著负相关,表明体像

表1 描述性统计结果和变量间的相关分析

	M	SD	1	2	3	4
1 社交网站体像比较	2.51	0.85	1			
2 体像满意度	5.19	1.25	-0.38**	1		
3 自尊	2.81	0.41	-0.37**	0.48**	1	
4 抑郁	1.76	0.43	0.33**	-0.43**	-0.59**	1

注:* $P<0.05$,** $P<0.01$,下同。

表2 模型中变量关系的回归分析

回归方程		整体拟合指数			回归系数显著性	
结果变量	预测变量	R	R ²	F	β	t
抑郁	社交网站体像比较	0.34	0.12	16.73	0.33	7.95**
体像满意度	社交网站体像比较	0.41	0.17	23.49	-0.38	-9.04**
自尊	社交网站体像比较	0.52	0.27	31.96	-0.22	-5.36**
	体像满意度				0.41	9.41**
抑郁	社交网站体像比较	0.63	0.40	46.57	0.09	2.44*
	体像满意度				-0.19	-4.45**
	自尊				-0.47	-11.37**

注:模型中各变量均经过标准化处理之后带入回归方程

表3 体像满意度和自尊的中介效应分析

	间接效应值	Boot标准误	Boot CI 下限	Boot CI 上限	相对中介效应
总间接效应	0.243	0.028	0.192	0.305	72.73%
间接效应1	0.070	0.018	0.039	0.108	21.21%
间接效应2	0.072	0.013	0.050	0.100	21.82%
间接效应3	0.101	0.020	0.065	0.142	30.61%

注:Boot 标准误、Boot CI 下限和 Boot CI 上限分别指通过偏差校正的百分位 Bootstrap 法估计的间接效应的标准误差 95% 置信区间的下限和上限;所有数值保留三位小数。

满意度作为个体对自身身体外貌及体型特征的积极情感,对维持或提升个体自尊,缓解其抑郁情绪具有积极意义。

社交网站体像比较不仅能直接显著正向预测大学生抑郁,还能通过体像满意度及自尊的单独中介作用以及二者的链式中介作用对抑郁产生影响。社交网站体像比较对抑郁的直接预测作用表明,基于美化修饰后的理想身体意象的社交网站体像比较能

够对个体的情绪健康产生直接的消极影响。这与以往研究结果一致^[6],这可能是因为美图软件、美颜相机等智能应用允许个体在发布自拍照片前,对照片进行美化和修饰,使得社交网站所传播的体像信息具有理想化色彩,这在一定程度上使得社交网站体像比较多为上行社会比较^[20]。因此,社交网站体像比较会诱发个体的自卑感和挫败感,甚至导致抑郁。这一结果不仅在一定程度上支持了抑郁的社会等级理论^[14],而且表明社交网站体像比较是社交网站使用导致抑郁的风险因素。

体像满意度和自尊的单独中介作用表明,体像满意度、自尊是社交网站体像比较导致大学生抑郁的近端因素,即社交网站体像比较对抑郁的影响主要是通过降低个体的体像满意度及自尊水平而实现的。这可能是因为基于理想身体意象的社交网站体像社会比较是上行社会比较的一种,它会对个体的自我情感及自我评估产生消极影响^[13],并因此导致个体抑郁。体像满意度作为个体对自身外貌特征的积极自我情感会受到社交网站体像比较的消极影响^[5,24],自尊作为个体对自我的整体态度和评价也会受到上行社会比较的消极影响^[11],而低体像满意度及低自尊是导致个体抑郁的关键因素^[24]。因此,社交网站体像比较能够通过体像满意度和自尊的中介作用对大学生抑郁产生重要影响。

此外,体像满意度及自尊的链式中介作用表明,社交网站体像比较所引起的个体体像满意度的降低,不仅能够直接诱发个体的抑郁水平,而且能够通过降低个体的自尊水平进而对大学生抑郁的产生和发展产生一定的影响。这可能是因为,自尊作为个体对自身整体的态度和评价,它包含了个体对自身外貌特征的态度和评价,而体像满意度是个体对自身外貌体像所持有的积极情感,它会影响个体对自我的态度和评价,进而对抑郁产生重要影响。

参 考 文 献

- 1 Pempek TA, Yermolayeva YA, Calvert SL. College students' social networking experiences on Facebook. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 2009, 30(3): 227-238
- 2 Rui JR, Stefanone MA. Strategic image management online: Self-presentation, self-esteem and social network perspectives. *Information, Communication & Society*, 2013, 16(8): 1286-1305
- 3 Meier EP, Gray J. Facebook photo activity associated with body image disturbance in adolescent girls. *Cyberpsychology Behavior & Social Networking*, 2014, 17(4): 199-206
- 4 姚琦, 马华维, 阎欢, 等. 心理学视角下社交网络用户个体

行为分析. *心理科学进展*, 2014, 10: 1647-1659

- 5 Kim JW, Chock TM. Body image 2.0: Associations between social grooming on Facebook and body image concerns. *Computers in Human Behavior*, 2015, 48: 331-339
- 6 Fardouly J, Diedrichs PC, Vartanian LR, et al. Social comparisons on social media: The impact of Facebook on young women's body image concerns and mood. *Body Image*, 2015, 13: 38-45
- 7 Sloman L, Gilbert P, Hasey G. Evolved mechanisms in depression: the role and interaction of attachment and social rank in depression. *Journal of Affective Disorders*, 2003, 74(2): 107-121
- 8 Goldfield GS, Moore C, Henderson K, et al. Body Dissatisfaction, Dietary Restraint, Depression, and Weight Status in Adolescents. *Journal of School Health*, 2010, 80(4): 186-192
- 9 Festinger L. A theory of social comparison processes. *Human Relations*, 1954, 7(2): 117-140
- 10 Amelia R. Gavin GESE. The association between obesity, depression, and educational attainment in women: The mediating role of body image dissatisfaction. *Journal of Psychosomatic Research*, 2010, 69(6): 573-581
- 11 Vogel EA, Rose JP, Roberts LR, et al. Social comparison, social media, and self-esteem. *Psychology of Popular Media Culture*, 2014, 3(4): 206-222
- 12 Bajaj B, Robins RW, Pande N. Mediating role of self-esteem on the relationship between mindfulness, anxiety, and depression. *Personality and Individual Differences*, 2016, 96: 127-131
- 13 牛更枫, 孙晓军, 周宗奎, 等. 基于QQ空间的社交网站使用对青少年抑郁的影响: 上行社会比较和自尊的序列中介作用. *心理学报*, 2016, 10: 1282-1291
- 14 Orth U, Robins RW, Meier LL, et al. Refining the Vulnerability Model of Low Self-Esteem and Depression: Disentangling the Effects of Genuine Self-Esteem and Narcissism. *Journal of Personality & Social Psychology*, 2015, 110(1): 133-149
- 15 王赵娜, 王美萍. 初中生亲子三角关系与抑郁: 自尊的中介作用. *中国临床心理学杂志*, 2014, 22(4): 696-698
- 16 Na YS, Min SS. Body Dissatisfaction, Self-Esteem, and Depression in Obese Korean Children. *Journal of Pediatrics*, 2008, 152(4): 502-506
- 17 Bazarganipour F, Ziaei S, Montazeri A, et al. Body image satisfaction and self-esteem status among the patients with polycystic ovary syndrome. *Iranian Journal of Reproductive Medicine*, 2013, 11(10): 829-836
- 18 Atencio L, Pedro, Prado P, et al. Body image dissatisfaction and low self-esteem due to physical appearance in students of the faculty of medicine at the university of losandes(mérida, venezuela). *Ceramica*, 2015, 61(360): 409-413

(下转第958页)

地打破规则,而且对此行为有越来越多的积极反应^[20]。

参 考 文 献

- 1 Tanner JM. Growth and maturation during adolescence. *Nutrition Reviews*, 1981, 39(2): 43-55
- 2 Deardorff J, Hayward C, Wilson KA, et al. Puberty and gender interact to predict social anxiety symptoms in early adolescence. *The Journal of Adolescent Health*, 2007, 41(1): 102-104
- 3 Haynie DL. Context of risk? Explaining the link between girls' pubertal development and their delinquency involvement. *Social Forces*, 2003, 82(1): 355-397
- 4 Ge X, Kim IJ, Brody G, et al. It's about timing and change: Pubertal transition effects on symptoms of major depression among African American youths. *Developmental Psychology*, 2003, 39(3): 430-439
- 5 Patton GC, Hibbert ME, Carlin J, et al. Menarche and the onset of depression and anxiety in Victoria, Australia. *Journal of Epidemiology and Community Health*, 1996, 50(6): 661-666
- 6 Ge X, Conger RD, Elder GH. Coming of age too early: Pubertal influences on girls' vulnerability to psychological distress. *Child Development*, 1996, 67(6): 3386-3400
- 7 Foster H, Hagan J, Brooks-Gunn J. Growing up fast: Stress exposure and subjective "weathering" in emerging adulthood. *Journal of Health and Social Behavior*, 2008, 49(2): 162-177
- 8 White RMB, Deardorff J, Gonzales N. Contextual amplification or attenuation of pubertal timing effects on depressive symptoms among Mexican American girls. *Journal of Adolescent Health*, 2012, 50(6): 565-571
- 9 Petersen AC, Sarigiani PA, Kennedy RE. Adolescent depression: Why more girls? *Journal of Youth and Adolescence*, 1991, 20(2): 247-271
- 10 乔晓红, 俞建, 谢晓恬. 青春期发育提前女童行为问题的病例对照研究. *中国心理卫生杂志*, 2008, 22: 249-252
- 11 Petersen AC, Crockett L, Richards M, et al. A self-report measure of pubertal status: Reliability, validity, and initial norms. *Journal of Youth and Adolescence*, 1988, 17(2): 117-133
- 12 苏林雁, 王凯, 朱焱, 等. 儿童抑郁障碍自评量表的中国城市常模. *中国心理卫生杂志*, 2003, 17(8): 547-549
- 13 Spielberger CD, Gorsuch R, Lushene R, et al. *Manual for the State-Trait Anxiety Inventory (Form Y)*. Palo Alto: Consulting Psychologists Press, 1983. 577
- 14 崔丽霞, 郑日昌. 中学生问题行为的问卷编制和聚类分析. *中国心理卫生杂志*, 2005, 19(5): 313-315
- 15 杜敏联. 从青春期发育年龄提前的年代趋势解析对性早熟的再认识. *国外医学内分泌学分册*, 2005, 25(4): 232-234
- 16 Ge X, Conger RD, Elder GH. Pubertal transition, stressful life events, and the emergence of gender differences in adolescent depressive symptoms. *Developmental Psychology*, 2001, 37(3): 404-417
- 17 丁新华, 王极盛. 中学生生活事件与抑郁的关系. *中国心理卫生杂志*, 2000, 16(11): 788-790
- 18 Allison CM, Hyde JS. Early menarche: Confluence of biological and contextual factors. *Sex Roles*, 2013, 68(1): 55-64
- 19 Naninck EFG, Lucassen PJ, Bakker J. Sex differences in adolescent depression: Do sex hormones determine vulnerability? *Journal of Neuroendocrinology*, 2011, 23(5): 383-392
- 20 Laitinen-Krispijn S, van der EJ, Hazebroek-Kampschreur AAJM, et al. Pubertal maturation and the development of behavioural and emotional problems in early adolescence. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 1999, 99(1): 16-25
- (收稿日期: 2016-02-25)
- (上接第962页)
- 19 Choi E, Choi I. The associations between body dissatisfaction, body figure, self-esteem, and depressed mood in adolescents in the United States and Korea: A moderated mediation analysis. *Journal of Adolescence*, 2016, 53: 249-259
- 20 Cash TF, Fleming EC, Alindogan J, et al. Beyond Body Image as a Trait: The Development and Validation of the Body Image States Scale. *Eating Disorders*, 2002, 10(2): 103-113
- 21 杨烨, 王登峰. Rosenberg自尊量表因素结构的再验证. *中国心理卫生杂志*, 2007, 21(9): 603-605
- 22 陈祉妍, 杨小冬, 李新影. 流调中心抑郁量表在我国青少年中的试用. *中国临床心理学杂志*, 2009, 17(4): 443-445
- 23 Fardouly J, Vartanian LR. Negative comparisons about one's appearance mediate the relationship between Facebook usage and body image concerns. *Body Image*, 2015, 12: 82-88
- 24 Stronge S, Greaves LM, Milojev P, et al. Facebook is linked to body dissatisfaction: Comparing users and non-users. *Sex Roles*, 2015, 73(5-6): 200-213
- (收稿日期: 2016-12-20)