

社交网站上行社会比较对青少年抑郁的影响:社交焦虑的中介作用

童媛添¹, 邱晓雯², 连帅磊³, 张苗苗¹

(1.浙江工业大学计算机学院, 杭州 310000; 2.浙江工业大学学工部, 杭州 310000;

3.青少年网络心理与行为教育部重点实验室, 华中师范大学心理学院, 武汉 430079)

【摘要】 目的:探讨青少年在社交网站中上行社会比较行为、社交焦虑与抑郁之间的关系及内在作用机制。**方法:**使用社交网站上行社会比较问卷、社交焦虑问卷和流调中心用抑郁量表(CES-D)对836名高中学生进行施测。**结果:**①社交网站上行社会比较、社交焦虑与抑郁两两之间均存在显著正相关;②社交网站上行社会比较既可以直接影响青少年的抑郁,也可以通过社交焦虑的中介作用对抑郁产生影响。**结论:**社交焦虑在青少年的社交网站上行社会比较行为对抑郁的影响中起部分中介作用。

【关键词】 社交网站上行社会比较; 社交焦虑; 抑郁; 青少年

中图分类号: R395.2

DOI: 10.16128/j.cnki.1005-3611.2017.03.022

Upward Social Comparison in Social Network Site and Depression: Mediating of Social Anxiety

TONG Yuan-tian¹, QIU Xiao-wen², LIAN Shuai-lei³, ZHANG Miao-miao¹

¹College of Computer Science, Zhejiang University of Technology, Hangzhou 310000, China; ²Students' Affairs Office, Zhejiang University of Technology, Hangzhou 310000, China; ³Key Laboratory of Adolescent Cyberpsychology and Behavior (CCNU), Ministry of Education; School of Psychology, Central China Normal University, Wuhan 430079, China

【Abstract】 Objective: To explore the relationship among upward social comparison in social network site, social anxiety and depression in adolescents. **Methods:** A sample of 836 adolescents was recruited in the study to complete the questionnaires about SNS upward social comparison, social anxiety and depression. **Results:** ①SNS upward social comparison, social anxiety and depression were significantly and positively correlated with each other. ②SNS upward social comparison affected depression through the mediating role of social anxiety. **Conclusion:** Social anxiety partially mediates the relationship between SNS upward social comparison and depression.

【Key words】 SNS upward social comparison; Social anxiety; Depression; Adolescents

抑郁在青少年群体中具有较高的检出率,是青少年常见的心理问题之一^[1-3],其产生和发展机制以及影响因素均得到研究者的广泛关注。随着社交网站在青少年群体中的普及,社交网站作为青少年与同伴进行社会交往的重要工具,在促进青少年的社会交往的同时,也引起社会对青少年心理健康发展的担忧。有研究证实社交网站的使用时间对个体抑郁、焦虑情绪具有显著的正向预测作用^[4];也有研究者发现社交网站使用并不会影响个体的抑郁情绪^[5];相反社交网站使用能够降低孤独感、提高个体的社会支持水平及友谊质量,进而提高其生活满意度及主观幸福感水平^[6-8]。针对这些不一致的研究结果,有学者指出不同的社交网站使用行为的具体影响是

不同的^[9,10]。因此,很有必要考察具体的社交网站使用行为(如上行社会比较)对个体抑郁的影响。

社会比较作为个体进行准确自我评价的手段,已是一种常见的具体社交网站使用行为,即社交网站社会比较^[11]。它是现实社会比较在网络社会交往中的延伸,主要是指个体在社交网站使用过程中,通过浏览他人的线上自我呈现内容,在能力、观点、情绪、成就、身体健康状况、受欢迎程度等方面与他人进行社会比较的过程。与现实社会比较不同的是,由于社交网站内容呈现存在“积极偏差”,即个体倾向于在社交网站中选择性地呈现与自身相关的积极信息,而忽略消极信息^[12],这使得基于这些信息的社交网站社会比较往往具有“上行社会比较偏向”。研究表明社交网站上行社会比较会使个体产生“自己不如他人”、“他人更加幸福”的非适应性认知或感受,并进一步诱发个体的抑郁情绪^[13]。Lee研究也证实社交网站使用过程中的上行社会比较行为会提高

【基金项目】 2016年浙江工业大学人文社科(学工专项)课题(GZ16681190008);浙江省教科规划2017年度(高校)研究课题(2017SCG260)

通讯作者:邱晓雯, qxw1104@zjut.edu.cn

个体的抑郁水平^[11]。因此,本研究假设社交网站上行社会比较能够正向预测青少年抑郁。

社交焦虑是影响个体心理社会适应的重要因素。它是指个体在与他人进行社会交往的过程中,由想象或真实的社交情景所引起的非适应性的情绪体验,如不舒服、不自然、紧张、恐惧等^[14]。研究发现,社交焦虑会损害个体的情绪调节功能^[15];对个体抑郁情绪的产生和发展具有重要影响^[16]。同时,作为基本的社会情绪,社交焦虑也会受到个体行为倾向^[17,18](如社会比较)、家庭环境^[19](如父母冲突)等因素的影响,其中个体的行为倾向(如上行社会比较)与个体社交焦虑体验之间的关系得到了诸多研究的证实。黎琳,徐光兴,迟毓凯和王庭照在中国大学生群体中的研究就发现,社会比较会诱发并提高个体的社交焦虑,且指出上行社会比较倾向水平较高的个体更容易产生社交焦虑^[18];Shaw, Timpano, Tran 和 Joormann 的研究也发现,社交网站中的上行社会比较会提高个体的社交焦虑水平^[20]。此外,有研究发现,社交焦虑还能够其他变量(如孤独感等)对抑郁的影响中起中介作用^[21]。因此,本研究假设社交焦虑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。

1 对象与方法

1.1 对象

本研究采取方便取样的方法,在深圳市和广州市的两所高中抽取高中生被试900名,对其社交网站中的上行社会比较、社交焦虑、抑郁进行问卷调查,回收有效问卷836份(有效率为92.89%),被试分布见表1。

表1 被试分布情况表

	人数	(%)
性别		
男	380	45.5
女	456	54.5
年级		
高一年级	255	30.5
高二年级	276	33.0
高三年级	305	36.5

1.2 工具

1.2.1 社交网站上行社会比较问卷 本研究采用白学军、刘旭和刘志军翻译Gibbons和Buunk编制的INCOM (Iowa- Netherlands Comparison Orientation Measure)中的上行比较分量表^[22]。该量表包含6个项目,所有项目均采用5点计分,得分越高表明个体在社交网站中进行上行社会比较的频率越高。为了

使测量具有针对性,本研究将原问卷中比较的范围限定为“在社交网站中”。研究中,该问卷的内部一致性系数 α 为0.886。

1.2.2 抑郁量表 采用Radloff编制的流调中心抑郁量表(CES-D),该量表主要是评价被试最近两周抑郁症状的频率,侧重于被试的抑郁情感或心境^[23]。该量表共20个项目,采用4点计分,得分越高表明抑郁症状出现的频率越高。在本研究中该量表的 α 系数为0.872。

1.2.3 社交焦虑问卷 采用Wang, Jackson 和 Zhang 在其研究中所翻译修订的La Greca 和 Lopez 的青少年社交焦虑问卷(Social Anxiety Scale for Adolescents)^[24]。该问卷共包含5个项目,采用1-5五点计分。本研究中该问卷的内部一致性系数为0.758。

2 结 果

2.1 描述统计和相关分析

各个变量的相关分析结果表明:社交网站上行社会比较、社交焦虑和抑郁之间均存在显著正相关(详见表2)。

表2 描述统计、相关分析结果

	M	SD	1	2	3
1 社交网站上行社会比较	2.972	0.892	1		
2 社交焦虑	3.194	0.847	0.329**	1	
3 抑郁	1.962	0.500	0.245**	0.458**	1

注:** $P < 0.01$

2.2 社交焦虑的中介效应检验

本研究采用偏差校正的百分位Bootstrap法对社交焦虑在社交网站上行社会比较与抑郁关系中的中介效应进行检验。采用Hayes编制的Spss宏(<http://www.afhayes.com>),在控制了性别、年龄、年级的条件下,通过抽取5000个样本估计中介效应的95%置信区间^[25],对社交焦虑在社交网站上行社会比较与抑郁关系中的中介效应的效应量及置信区间进行估计。

中介效应分析(见表3)表明,社交网站上行社会比较对抑郁具有显著的正向预测作用;将社交网站上行社会比较与社交焦虑共同放入回归方程后,社交网站上行社会比较和社交焦虑对抑郁的预测作用均显著,表明社交焦虑能够在社交网站上行社会比较对抑郁的影响中起部分中介作用。

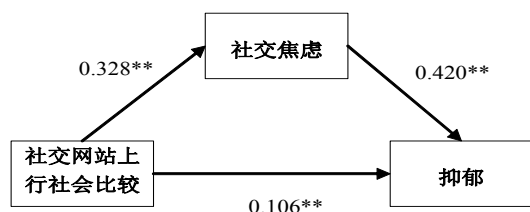
社交焦虑在社交网站上行社会比较对抑郁影响中的间接效应为0.138,占社交网站上行社会比较影响抑郁总效应(0.244)的比例为56.56%,该间接效应的Boot标准误为0.017且其Bootstrap95%置信区间

不包含0(Boot CI下限=0.107, Boot CI上限=0.172),表明社交焦虑在社交网站上行社会比较与抑郁之间关系中的中介效应显著。

表3 中介效应分析中的回归分析

回归方程		整体拟合指标			回归系数显著性	
结果变量	预测变量	R	R ²	F	B	t
抑郁	性别	0.257	0.066	14.657	-0.158	-2.326**
	年龄				0.020	0.353
	年级				-0.013	-0.176
	社交网站上行社会比较				0.244	7.258**
社交焦虑	性别	0.354	0.125	28.527	-0.256	-3.886**
	年龄				0.026	0.447
	年级				0.016	0.218
	社交网站上行社会比较				0.328	9.924**
抑郁	性别	0.469	0.220	54.18	-0.051	-0.798
	年龄				0.009	0.180
	年级				-0.019	-0.301
	社交焦虑				0.420	13.861**
	社交网站上行社会比较				0.106	3.206**

注:模型中各变量均采用平均数带回归方程,下同。



附图 社交焦虑在社交网站上行社会比较对抑郁影响中的中介效应的路径图

3 讨 论

相关分析结果表明,社交网站上行社会比较、社交焦虑、抑郁两两之间均存在显著正相关。这一结果与以往研究结果一致:上行社会比较能够降低个体的生活满意度,使个体产生焦虑、抑郁等消极情绪^[11,26];这一结果表明社交网站中他人的积极自我表露以及朋友数量、点赞数量等信息所引起的上行社会比较作为具体的社交网站使用行为,能够对个体的情绪健康带来消极影响^[27]。

中介效应检验结果表明,社交网站上行社会比较不仅能显著正向预测青少年抑郁,还能通过社交焦虑的中介作用对抑郁产生影响。社交网站上行社会比较正向预测青少年抑郁,这一结果支持了上行社会比较的对比效应,即面对他人所呈现的积极信息,个体往往会不自觉地降低自我评价及自尊水平,诱发消极的自我情绪,并对个体的情绪健康带来消极影响^[28]。抑郁的社会等级理论也认为,上行社会比较会使个体产生一种“从属感”,这种“从属感”会使个体感到自己不如别人,进而提高个体产生抑郁

情绪的可能性^[29]。此外,相关研究结果表明,社交网站使用过程中个体的情绪体验,如社交焦虑等,能够在社交网站使用行为(上行社会比较)对个体心理社会适应的影响中起中介作用^[20,30]。具体而言,社交网站上行社会比较会让个体认为他人比自己过得更幸福,拥有的资源更多,这在一定程度上诱发“自己不如他人”的感觉,也会在一定程度上增加个体在社会交往过程中的心理负担,使个体在社会交往过程中体验到焦虑等消极情绪,而社交焦虑是诱发个体产生社交退缩、抑郁体验的关键因素^[21,31]。这一结果表明个体在社交网站使用中的情绪体验是具体的社交网站使用行为影响个体心理社会适应的近端因素^[10,27]。

参 考 文 献

- 1 田录梅,陈光辉,王姝琼,等. 父母支持、友谊支持对早中期青少年孤独感和抑郁的影响. 心理学报, 2012, 7: 944-956
- 2 陈冲,洪月慧,杨思. 应激性生活事件、自尊和抑郁在自杀意念形成中的作用. 中国临床心理学杂志, 2010, 18(2): 190-191
- 3 Costello DM, Swendsen J, Rose JS, et al. Risk and protective factors associated with trajectories of depressed mood from adolescence to early adulthood. Journal of Consulting & Clinical Psychology, 2008, 76(2): 173-183
- 4 Labrague LJ. Facebook use and adolescents' emotional states of depression, anxiety, and stress. Health Science Journal, 2014, 1: 80-89
- 5 Jelenchick LA, Eickhoff JC, Moreno MA. "Facebook depression?" social networking site use and depression in older adolescents. Journal of Adolescent Health Official Publication of the Society for Adolescent Medicine, 2013, 52(1): 128-130
- 6 Hampton K, Goulet LS, Rainie L, et al. Social networking sites and our lives. Retrieved July 12, 2011 from, 2011
- 7 Lee K, Noh M, Koo D. Lonely people are no longer lonely on social networking sites: The mediating role of self-disclosure and social support. Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking, 2013, 16(6): 413-418
- 8 Yoon S. Does social capital affect SNS usage? A look at the roles of subjective well-being and social identity. Computers in Human Behavior, 2014, 41: 295-303
- 9 Bevan JL, Gomez R, Sparks L. Disclosures about important life events on Facebook: Relationships with stress and quality of life. Computers in Human Behavior, 2014, 39: 246-253
- 10 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, 22(10): 1647-1659
- 11 Lee SY. How do people compare themselves with others on

- social network sites?: The case of Facebook. *Computers in Human Behavior*, 2014, 32: 253-260
- 12 Reinecke L, Trepte S. Authenticity and well-being on social network sites: A two-wave longitudinal study on the effects of online authenticity and the positivity bias in SNS communication. *Computers in Human Behavior*, 2014, 30: 95-102
 - 13 Chou HG, Edge N. "They are happier and having better lives than I am": the impact of using Facebook on perceptions of others' lives. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 2012, 15(2): 117-121
 - 14 Schlenker BR, Leary MR. Social anxiety and self-presentation: A conceptualization model. *Psychological Bulletin*, 1982, 92(3): 641
 - 15 李璇, 侯志瑾, 黄敏儿. 社交焦虑大学生元情绪评价, 情绪调节方式的探索及指导. *中国临床心理学杂志*, 2011, 19(2): 231-233
 - 16 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
 - 17 Petersen SKD. Social comparison and anxious mood in pulmonary rehabilitation: The role of cognitive focus. *British Journal of Health Psychology*, 2012, 17(3): 463-476
 - 18 黎琳, 徐光兴, 迟毓凯, 等. 社会比较对大学生社交焦虑影响的研究. *心理科学*, 2007, 30(5): 1218-1220
 - 19 Yap MBH, Pilkington PD, Ryan SM, et al. Parental factors associated with depression and anxiety in young people: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Affective Disorders*, 2014, 156: 8-23
 - 20 Shaw AM, Timpano KR, Tran TB, et al. Correlates of Facebook usage patterns: The relationship between passive Facebook use, social anxiety symptoms, and brooding. *Computers in Human Behavior*, 2015, 48: 575-580
 - 21 Zawadzki MJ, Graham JE, Gerin W. Rumination and anxiety mediate the effect of loneliness on depressed mood and sleep quality in college students. *Health Psychology*, 2013, 32(2): 212
 - 22 白学军, 刘旭, 刘志军. 初中生社会比较在成就目标与学业自我效能感之间的中介效应. *心理科学*, 2013, 36(6): 1413-1420
 - 23 Radloff LS. The CES-D scale a self-report depression scale for research in the general population. *Applied Psychological Measurement*, 1977, 1(3): 385-401
 - 24 Wang J, Jackson LA, Zhang D. The mediator role of self-disclosure and moderator roles of gender and social anxiety in the relationship between Chinese adolescents' online communication and their real-world social relationships. *Computers in Human Behavior*, 2011, 27(6): 2161-2168
 - 25 方杰, 温忠麟, 梁东梅, 等. 基于多元回归的调节效应分析. *心理科学*, 2015, 3: 715-720
 - 26 孙晓军, 连帅磊, 牛更枫, 等. 社交网站使用对青少年抑郁的影响: 上行社会比较的中介作用. *中国临床心理学杂志*, 2016, 24(1): 32-35
 - 27 Feinstein BA, Hershenberg R, Bhatia V, et al. Negative social comparison on Facebook and depressive symptoms: Rumination as a mechanism. *Psychology of Popular Media Culture*, 2013, 2(3): 161-170
 - 28 Blanton H. Evaluating the self in the context of another: the three-selves model of social comparison assimilation and contrast. In GB Moskowitz(Ed.), *Cognitive social psychology: The Princeton symposium on the legacy and future of social cognition*. Mahwah, NJ: Erlbaum, 2001. 75-87
 - 29 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
 - 30 Appel H, Gerlach AL, Crusius J. The interplay between Facebook use, social comparison, envy, and depression. *Current Opinion in Psychology*, 2016, 9: 44-49
 - 31 Jacobson NC, Newman MG. Avoidance mediates the relationship between anxiety and depression over a decade later. *Journal of Anxiety Disorders*, 2014, 28(5): 437-445

(收稿日期:2016-10-31)

(上接第497页)

180-196

- 23 李俊一, 尹清, 沈先昕. 性客体化经历对女性自我客体化的影响: 被调节的中介模型. *中国临床心理学杂志*, 2015, 23(6): 1089-1093
- 24 Muller D, Judd CM, Yzerbyt VY. When moderation is mediated and mediation is moderated. *Journal of Personality and Social Psychology*, 2005, 89(6): 852-863
- 25 Abela JRZ, Hankin BL. Cognitive vulnerability to depression in children and adolescents: a developmental psychopathology perspective. *Handbook of depression in children and adolescents*. New York: Guilford Press, 2008. 35-78

- 26 Garber J, Cole DA. Intergenerational transmission of depression: A launch and grow model of change across adolescence. *Development & Psychopathology*, 2010, 22(4): 819-830
- 27 Parker G, Brotchie H. Gender differences in depression. *International Review of Psychiatry*, 2010, 22(5): 429-436

(收稿日期:2016-09-29)