

## Family Rearing Style and Social Anxiety: the Mediating Role of Shame

Duan Hanxue Liu Yunzhi\*

Suzhou University of Science and Technology, Suzhou

**Abstract:** This study aimed to examine the relationship between family rearing style, social anxiety and shame among undergraduate students, and explore the mediating role of shame. 296 college students completed the simple parenting style scale(s-EMBU-C), Interaction Anxiousness Scale (IAS) and Experience of Shame Scale(ESS). The results are as follows: (1) father's emotional warmth negatively predict shame. (2) Father's emotional warmth negatively predict social anxiety, and mother's overprotection positively predicts social anxiety. (3) Shame positively predict social anxiety. (4) Shame is a complete mediator in the effect of father's emotional warmth on social anxiety.

**Key words:** Family rearing style; Social anxiety; Shame

Received: 2020-08-31; Accepted: 2020-09-08; Published: 2020-09-14

# 家庭教养方式与大学生社交焦虑： 羞耻感的中介作用

段寒雪 刘云芝\*

苏州科技大学，苏州

邮箱：liuyz@usts.edu.cn

**摘要：**为探讨家庭教养方式对大学生社交焦虑的影响，以及羞耻感的中介作用机制，采用简式父母教养方式问卷、羞耻体验量表和交往焦虑量表对296名大学生进行研究。结果发现：（1）父亲情感温暖可以负向预测羞耻感；（2）父亲情感温暖负向预测社交焦虑，母亲过度保护正向预测社交焦虑；（3）羞耻感正向预测社交焦虑；（4）羞耻感在父亲情感温暖与社交焦虑的预测效应中存在完全中介作用。

**关键词：**家庭教养方式；社交焦虑；羞耻感

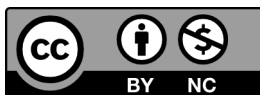
收稿日期：2020-08-31；录用日期：2020-09-08；发表日期：2020-09-14

---

Copyright © 2020 by author(s) and SciScan Publishing Limited

This article is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>



## 1 引言

当今社会越来越信息化，人与人之间的交流越来越多，合作共赢也越来越重要。但很多大学生对社交存在抵触情绪，害怕社交，与人沟通交流没有自信，甚至会产生社交焦虑。社交焦虑是指在社交场合中，害怕做一些令人不悦或愚蠢的事情，从而给别人留下不好的印象，或被别人严厉批评后产生的紧张或者不适 [1]。家庭教养方式对个体的心理发展起着非常重要的作用，并会进一步影响其人格及社交能力 [2] [3]。在家庭亲密度形成、亲子情感交流这两方面欠缺的父母，其教养方式很容易使孩子患上社交焦虑 [4]。研究发现，家庭教养方式情感温暖维度对社交焦虑有显著负向影响，而拒绝维度和过度保护维度对社交焦虑有显著正向影响 [5]。

我国学者徐夫真，张文新和张玲玲认为家庭教养方式是由父母的教养观念、教养行为以及对儿童的情感表达组合而成的 [6]。Louttit 将家庭教养方式分为父母接受和拒绝维度、父母支配和服从维度 [7]。如果父母过多地要求孩子，家庭环境更多的是专制而不是民主，孩子则会变得内向、被动和顺从；如果父母愿意接受孩子，理解孩子的想法，孩子则会表现出更多的亲社会行为。且母亲的高水平心理控制和高度情感的影响，可以降低儿童内外部问题行为的水平，使儿童能更好的发展 [8]。而那些敢于挑战、在社交情境中能泰然处之、轻松适应人际关系的孩子大部分都是在父母情感温暖的教养方式下成长起来的 [9]。

羞耻感是个体基于经验图示的认知评价和主观感觉到的情绪和情感，通常是伴随着负性的情绪体验，如痛苦、尴尬、难堪等 [10]。有关大学生社交焦虑的研究发现，羞耻感是在人格、自尊、应对方式等预测因素中，对社交焦虑回归权重最高的因素 [11]。李波、钱铭怡和钟杰的研究表明，在个体形成自我同一性的关键时期，生活中积累的与羞耻有关的事件，会促使个体社交焦虑的发展，羞耻使个体更有可能逃避现实生活中的社交问题与社交活动，把逃避当作解决办法，从而产生社交焦虑，而逃避行为会导致个体更加内向与敏感，形成恶性循环，加剧社交焦虑问题。同时，羞耻的易感水平是在消极的家庭教养方式下形成的，羞耻感是使个体在人际交往中产生社交焦虑的关键因素 [12]。

综上所述，家庭教养方式对大学生的羞耻感与社交焦虑有重要的影响，且羞耻感也会影响社交焦虑。但是现有研究缺少对三者的综合考察，因此本研究旨在考察家庭教养方式对大学生社交焦虑的影响作用，以及羞耻感在家庭教养方式和社交焦虑之间的中介作用。

## 2 研究方法

### 2.1 研究对象

在苏州某高校随机抽取 296 名本科生发放线上问卷，回收有效问卷 281 份，回收率 94.9%。有效被试年龄分布为 18—23 岁，平均年龄为 21.56 岁 ( $SD=0.78$ )，其中女性被试 205 人，男性被试 76 人。

### 2.2 测量工具

#### 2.2.1 简式父母教养方式问卷 (s-EMBU-C)

本次研究采用《简式父母教养方式问卷》(s-EMBU-C) 测量家庭教养方式 [13]。家庭教养方式分有六个维度：父亲拒绝维度、父亲情感温暖维度、父亲过度保护维度；母亲拒绝维度、母亲情感温暖维度、母亲过度保护维度，即父亲和母亲的家庭教养方式各三个维度。

#### 2.2.2 交往焦虑量表 (Interaction Anxiousness Scale, IAS)

测量社交焦虑程度采用《交往焦虑量表》(IAS) [14]。此量表具有条目少，信度稳定，效度高等特点。量表共 15 个题目，按五级分制计算分数，大部分题目涉及社交场合的相关情境。其计分方式为计算总分，分数越低表示社交焦虑程度越低，分数越高表示社交焦虑程度越高。

#### 2.2.3 羞耻体验量表 (Experience of Shame Scale, ESS)

测量羞耻感强弱程度采用《羞耻体验量表》(ESS) [15]。该量表共 25 个项目，其中羞耻感的个性方面的项目共 12 个 (1—12 题)，行为方面的项目共 9 个 (13—21 题)，身体方面的项目共 4 个 (22—25 题)。采用量表的总分代表个体感受到羞耻的程度，得分越低，表明被试羞耻感越弱，得分越高，表明被试羞耻感越强。

## 2.3 数据处理及分析思路

运用 SPSS25.0 统计分析软件对收集的有效数据进行统计处理。对家庭教养方式、羞耻感和大学生社交焦虑进行相关分析，并采用多元线性回归分析家庭教养方式对社交焦虑的预测作用，以及羞耻感在二者之间的中介作用。

# 3 结果

## 3.1 数据的基本分析

相关分析的结果表明，父母拒绝、父亲情感温暖、父亲过度保护、母亲拒绝、母亲情感温暖、母亲过度保护与羞耻感之间均存在显著相关性 ( $p<0.05$ )，其中父亲情感温暖、母亲情感温暖与羞耻存在负相关；父亲情感温暖、母亲拒绝、母亲情感温暖、母亲过度保护与社交焦虑之间也存在显著相关性 ( $p<0.05$ )，父亲情感温暖、母亲情感温暖与社交焦虑存在负相关；羞耻感与社交焦虑存在显著正相关 ( $r=0.61, p<0.01$ )。具体结果见表 1。

表 1 各主要变量间的描述统计和相关表 ( $n=281$ )

Table 1 Descriptive statistics and correlation tables for each major variable( $n=281$ )

变量	<i>M (SD)</i>	1	2	3	4	5	6	7
1 父亲拒绝	1.46 (0.534)							
2 父亲情感温暖	2.70 (0.67)	-0.270**						
3 父亲过度保护	1.98 (0.49)	0.624**	-0.111					
4 母亲拒绝	1.53 (0.56)	0.794**	-0.276**	0.541**				
5 母亲情感温暖	2.86 (0.64)	-0.359**	0.805**	-0.268**	-0.411**			
6 母亲过度保护	2.15 (0.53)	0.445**	-0.140*	0.743**	0.546**	-0.159**		
7 羞耻感	58.49 (15.20)	0.265**	-0.190**	0.245**	0.266**	-0.157**	0.242**	
8 社交焦虑	48.38 (11.80)	0.119*	-0.196**	0.101	0.145*	-0.130*	0.170**	0.610**

注：\* $p<0.05$ ，\*\* $p<0.01$ 。

## 3.2 中介效应检验

参照温忠麟 & 叶宝娟的中介模型经典三步法 [16]，在相关分析具有显著

相关性的基础上，进一步分析父母教养方式、羞耻感与社交焦虑之间的关系，以社交焦虑为因变量，父母教养方式为自变量，羞耻感为中介变量，人口变量为控制变量，进行多元线性回归分析 [ 17 ] 。具体结果见表 2 。

表 2 羞耻感在家庭教养方式与社交焦虑之间的中介作用

Table 2 The mediating role of shame between family rearing style and social anxiety

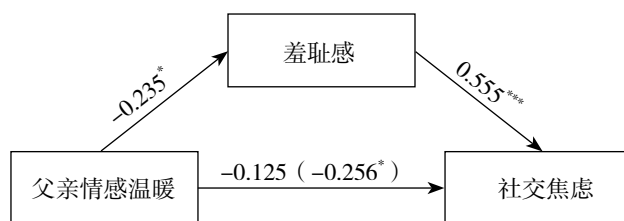
	羞耻感		社交焦虑			中介作用
	模型 1( $\beta$ )	模型 2( $\beta$ )	模型 3( $\beta$ )	模型 4( $\beta$ )	模型 5( $\beta$ )	
<b>控制变量</b>						
性别	0.156*	0.172*	0.201**	0.204**	0.108*	
年级	-0.094	-0.097	-0.069	-0.071	-0.017	
专业	0.003	0.003	-0.122*	-0.134*	-0.136**	
生源地	-0.082	-0.109	-0.092	-0.120	-0.060	
是否是独生子女	0.047	0.039	0.089	0.087	0.065	
父亲文化程度	0.099	0.117	0.047	0.083	0.018	
母亲文化程度	-0.014	-0.035	0.003	-0.002	0.017	
家庭去年总收入	-0.102	-0.090	-0.067	-0.065	-0.015	
<b>自变量</b>						
父亲拒绝		0.112		0.070	0.008	
父亲情感温暖		-0.235*		-0.256*	-0.125	
父亲过度保护		0.105		-0.073	-0.132	
母亲拒绝		0.065		0.003	-0.033	
母亲情感温暖		0.144		0.121	0.041	
母亲过度保护		0.088		0.196*	0.148	
<b>中介变量</b>						
羞耻感					0.555***	完全中介作用
校正 $R^2$	0.027	0.132	0.087	0.144	0.410	
$F$	1.966	4.042***	4.328***	4.372***	13.960***	

注：\* $p < 0.05$ ；\*\* $p < 0.01$ ；\*\*\* $p < 0.001$ ，下同。

结果发现，父母教养方式可以显著预测大学生的羞耻感水平，具体的回归结果的调整  $R^2$  为 0.132，也就是回归方程能解释总变异的 13.2%，对应的方差分析  $F$  值为 4.042，达到了非常显著的水平 ( $p < 0.001$ )，不过父母教养方式中只有父亲情感温暖这一维度可以显著负向预测羞耻感 ( $p < 0.05$ )。

从父母教养方式与社交焦虑的回归中可以发现，调整  $R^2$  为 0.144，也就是

回归方程能解释总变异的 14.4%，对应的方差分析 F 值为 4.372，达到了非常显著的水平 ( $p < 0.001$ )，父亲情感温暖可以负向预测社交焦虑，母亲过度保护正向预测社交焦虑，羞耻感可以正向预测社交焦虑；而加入中介变量羞耻感后，父亲情感温暖对社交焦虑的预测作用不再显著，这说明羞耻感在父亲情感温暖和母亲过度保护对社交焦虑的影响中存在完全中介作用。图 1 为家庭教养方式中父亲情感温暖维度通过羞耻感作用于社交焦虑的中介机制模型。



注：图中所有的系数均为标准化回归系数，括号内为父亲情感温暖维度对社交焦虑的直接效应，括号外为间接效应。

图 1 父亲情感温暖通过羞耻感作用于社交焦虑的中介模型

Figure 1 The model of fathers' emotional warmth on social anxiety through the mediating effect of shame

## 4 讨论

### 4.1 家庭教养方式与社交焦虑

本研究结果发现，家庭教养方式可以预测社交焦虑，这一结果与以往其他人的研究结果是一致的 [18]，研究发现父亲教养方式可以影响大学生的社交焦虑。本研究也发现父亲的教养方式，特别是父亲情感温暖维度，可以负向预测社交焦虑，即父亲对子女的情感温暖程度越高，他们的社交焦虑程度就越低。这意味着感受到来自父亲的情感温暖的孩子，更容易主动与他人交往，也更有可能会处理好自己的人际关系，因此有更少的社交焦虑。

## 4.2 家庭教养方式与羞耻感

由研究结果可知，家庭教养方式可以预测大学生的羞耻感，具体来说，父亲情感温暖可以负向预测羞耻感，这可以理解为在父亲情感温暖维度下成长的孩子，羞耻感弱，这里的羞耻感并不是贬义，不是说在此家庭教养方式下教育出来的孩子不知礼义廉耻，而是其感受到羞耻的程度较低，不会过度担心别人对自己的看法，也不会掩饰自己的个人特点，往往会对自己有客观、正确的认知，不会逃避自己做过的错事，敢于承担事情的后果，比起羞耻感强的人群更加自信，也更加地肯定自己。且以往的研究发现，权威的父母在与孩子们进行双向沟通时，既培养了其人际关系的技巧，又使其具有了更好的适应能力，这些人际交往能力有助于孩子们在社交和学业上取得成功 [19]。

## 4.3 羞耻感与社交焦虑

本研究结果还发现，羞耻感可以正向预测社交焦虑。这可以理解为羞耻感强的大学生社交焦虑程度高，羞耻感弱的大学生其社交焦虑程度低。羞耻感是个体自己对其自身的评判，而这种评判是负性的，所以羞耻感强的人易对自我产生怀疑、不自信、自尊水平较低 [20]，从而进一步使自我不易被接纳甚至逃避自我。羞耻感强的人在社交活动中会格外注意自己的言行举止，过多地在意他人对自己的看法，限制自己在社交活动中的表现，面对他人易紧张，不敢展露自我，从而产生社交焦虑或加重社交焦虑程度。

## 4.4 羞耻感的中介效应

根据研究结果可知，羞耻感在父亲情感温暖维度与社交焦虑的预测关系中完全中介作用。这可以理解为当父亲的家庭教养方式为情感温暖时，孩子的羞耻感弱，其社交焦虑程度低。家庭教养方式对大学生社交焦虑的影响是通过羞耻感起作用，这对于干预个体的社交焦虑有重要的启示作用。父母在教养子女的过程中可以采用合理的教养方式降低孩子的羞耻感水平，从而防止社交焦虑的产生或缓解社交焦虑程度。

综上所述，本研究考察了家庭教养方式、羞耻感与社交焦虑之间的关系，

运用多元线性回归分析检验了羞耻感的中介效应，丰富了社交焦虑产生机制的理论解释。不过本研究在数据收集和变量上仍存在一些局限，如本研究只采用了自评量表的方式，可能存在社会赞许效应的影响；且在量表选择的方面，还可以采取父母自评的量表对家庭教养方式进行评定，可以更加客观地判定家庭教养方式，从而充实已有的研究结果。

## 5 结论

本研究对家庭教养方式、羞耻感与社交焦虑的关系进行了研究，得出以下结论：（1）家庭教养方式可以影响大学生的社交焦虑，其中父亲情感温暖维度可以负向预测社交焦虑，母亲过度保护维度正向预测社交焦虑；（2）家庭教养方式可以预测羞耻感，其中父亲情感温暖维度负向预测羞耻感；（3）羞耻感可以正向预测社交焦虑；（4）羞耻感在父亲情感温暖维度对社交焦虑的预测效应中存在完全中介作用。

## 参考文献

- [1] 鲍峥璐. 大学生社交焦虑问题研究 [J]. 青年发展论坛, 2015, 25 (1): 40-42.
- [2] Huver R M, Otten R, De Vries H, et al. Personality and parenting style in parents of adolescents [J]. Journal of Adolescence, 2010, 33 (3): 395-402. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2009.07.012>
- [3] Simons R L, Whitbeck L B, Conger R D, et al. Parenting factors, social skills, and value commitments as precursors to school failure, involvement with deviant peers, and delinquent behavior [J]. Journal of youth and adolescence, 1991, 20 (6): 645-664. <https://doi.org/10.1007/BF01537367>
- [4] 苏卫涛. 研究生社交焦虑与家庭亲密度、自我评价的关系研究 [D]. 河北师范大学, 2010.
- [5] 陈晶. 父母教养方式对大学生社交焦虑的影响研究 [D]. 山西财经大学, 2019.

- [6] 徐夫真, 张文新, 张玲玲. 家庭功能对青少年疏离感的影响: 有调节的中介效应. 心理学报 [J], 2009, 41 (12): 1165-1174.
- [7] Louttit C M. The psychology of parent-child relationships [J]. Journal of Applied Psychology, 1940, 24 (1): 100-101.  
<https://doi.org/10.1037/h0050472>
- [8] Nurmi A J E. The role of parenting styles in children's problem behavior [J]. Child Development, 2005, 76 (6): 1144-1159.  
<https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2005.00840.x-i1>
- [9] 郭龙. 儿童社交焦虑与父母教养方式、气质类型关系之探讨 [D]. 曲阜师范大学, 2011.
- [10] 高学德. 羞耻研究: 概念, 结构及其评定 [J]. 心理科学进展, 2013, 21 (8): 1450-1456.
- [11] 李波, 钱铭怡, 马长燕. 从羞耻感角度对社交焦虑大学生的团体干预 [J]. 中国心理卫生杂志, 2006, 20 (5): 348-349.
- [12] 李波, 钱铭怡, 钟杰. 大学生社交焦虑的羞耻感等因素影响模型 [J]. 中国心理卫生杂志, 2015, 19 (5): 304-306.
- [13] 蒋奖, 鲁峥嵘, 蒋苾菁, 等. 简式父母教养方式问卷中文版的初步修订 [J]. 心理发展与教育, 2010, 26 (1): 94-99.
- [14] 彭纯子, 龚耀先, 朱熊兆. 交往焦虑量表的信效度及其在中国大学生中的适用性 [J]. 中国心理卫生杂志, 2004, 18 (1): 39-41.
- [15] 钱铭怡, Andrews B, 朱荣春, 等. 大学生羞耻量表的修订 [J]. 中国心理卫生杂志, 2000, 14 (4): 217-221.
- [16] 温忠麟, 叶宝娟. 中介效应分析: 方法和模型发展 [J]. 心理科学进展, 2014, 22 (5): 731-745.
- [17] 温忠麟, 侯杰泰, 张雷. 调节效应与中介效应的比较和应用 [J]. 心理学报, 2005, 37 (2): 268-274.
- [18] 徐敏, 宫小燕, 孙艳. 父亲教养方式与大学生社交焦虑的关系: 自我效能感的中介效应 [J]. 鲁东大学学报 (哲学社会科学版), 2018, 35 (4):

91-96.

- [ 19 ] Spera C. A review of the relationship among parenting practices, parenting styles, and adolescent school achievement [ J ] . Educational Psychology Review, 2005 ( 17 ) : 125-146.

<https://doi.org/10.1007/s10648-005-3950-1>

- [ 20 ] 朱荣春, 王通理, 钱铭怡. 大学生羞耻感和心理健康以及自我效能、自尊的相关研究 [ J ] . 中国心理卫生杂志, 1999, 13 ( 4 ) : 225-227.