

父母情感温暖与青少年社交焦虑： 一个链式中介模型

郭含笑¹ 晏琳茜² 曲春宇^{2,3} 韩鹏⁴ 张颢天⁵ 关雅文²
赵慧敏² 张家宁² 孔幼琪² 王伟璁² 冀良栋² 刘羿灵²
杨敏齐² 王若寒²

1. 郑州铁路职业技术学院, 郑州;

2. 郑州大学教育学院, 郑州;

3. Neuro-Cognitive Psychology, Department of Psychology, Ludwig-Maximilians-Universität München, Munich
80802, Germany;

4. 北京青年政治学院, 北京;

5. 北京师范大学马克思主义学院, 北京

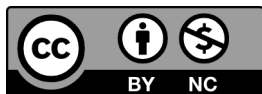
摘要 | 父母教养方式对青少年发展具有重要影响。本研究聚焦情感温暖型教养方式, 探讨其与青少年社交焦虑的关系, 并检验自我客体化与外貌焦虑在其中的链式中介作用。采用简式父母教养方式问卷的情感温暖分量表、青少年社交焦虑量表、身体意识客体化量表的身体监视分量表、社交外貌焦虑量表对499名青少年进行调查。结果发现: (1) 父母情感温暖与青少年社交焦虑呈显著负相关; (2) 自我客体化与外貌焦虑分别在情感温暖与社交焦虑间起独立中介作用; (3) 自我客体化与外貌焦虑在情感温暖与社交焦虑间构成显著的链式中介路径(情感温暖→自我客体化→外貌焦虑→社交焦虑)。结论表明, 父母的情感温暖不仅直接降低青少年的社交焦虑水平, 还通过减少其自我客体化倾向及由此引发的外貌焦虑, 间接促进积极的社交适应; 该发现为开发基于家庭支持的多靶点认知干预方案提供了重要的理论依据。

关键词 | 父母情感温暖; 社交焦虑; 自我客体化; 外貌焦虑; 青少年

Copyright © 2026 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

青少年期是个体发展的关键阶段, 伴随着显著的身心变化, 个体容易产生各类心理与行为问题, 其中社交

焦虑尤为突出(汤佳怡等, 2025)。社交焦虑(Social Anxiety)是指个体在人际交往中过分担忧和恐惧他人对自己表现的评价而产生的消极感受(关文军等, 2024; 曾奕欣等, 2024), 其核心在于社交情境下的负面评价

基金项目: 国家级大学生创新训练计划项目(202510459037); 河南省社科联调研课题(SKL-2025-933); 教育部“春晖计划”合作科研项目(HZKY20220285)。

通讯作者: 王若寒, 郑州大学教育学院硕士生, 研究方向: 应用心理学。

文章引用: 郭含笑, 晏琳茜, 曲春宇, 韩鹏, 张颢天, 关雅文, ..., 王若寒. (2026). 父母情感温暖与青少年社交焦虑: 一个链式中介模型. *中国心理学前沿*, 8(1), 41-47.

<https://doi.org/10.35534/pc.0801007>

恐惧 (Watson & Friend, 1969)；与抑郁、自卑等问题密切相关 (Dong et al., 2024)。

青少年是社交焦虑的高发人群，患病率约10%，且较其他群体更易受其影响 (汤佳怡等, 2025)。当代社会背景下，网络媒介所宣扬的某些外在形象标准 (如“精致”审美) 的盛行，通过上行社会比较加剧了个体的消极情绪，并引发对自身外貌与言行的过度关注，进而诱发或加重社交焦虑等问题 (段佳文, 2024)。从认知视角看，自我客体化 (即将自身视为被评价的客体) 是重要机制。个体倾向于主观揣测并放大他人对自身形象或行为的负面看法，这种扭曲的认知进一步强化了焦虑体验 (段佳文, 2024)。本质上，自我客体化、外貌焦虑与社交焦虑均反映出个体深层的低自尊与对外界认可的过度依赖。

家庭环境，特别是父母教养方式，对塑造青少年的自尊水平具有关键作用。情感温暖型教养方式指父母通过关爱、理解和支持来教育子女。研究表明，在积极的家庭氛围和情感温暖教养下成长的青少年，其自尊水平更高，焦虑水平更低 (刘丽花等, 2024)。

综上，为深入理解青少年社交焦虑的形成机制，并探索通过改善家庭因素 (如提升父母情感温暖) 来增强自尊、进而缓解社交焦虑的路径，本研究将从家庭教养环境 (父母情感温暖) 与个体认知因素 (自我客体化、外貌焦虑) 相结合的视角，探讨其内在作用机制。

1.1 情感温暖与社交焦虑

父母教养方式主要包含情感温暖、拒绝和过度保护三个核心维度 (秦瑶, 彭运石, 2024)。其中情感温暖作为积极教养方式的典型代表 (Darling & Steinberg, 1993)，指父母通过情感理解、尊重态度与主动关怀回应子女需求 (胡云翔, 2015)。实证研究一致表明，情感温暖具有保护效应：情感温暖教养显著促进青少年积极发展轨迹，包括更高学业成就与社会适应能力 (刘文靖等, 2012)、更强独立性及社交胜任力 (秦瑶, 彭运石, 2024)，并显著负向预测社交焦虑水平 (陈一凡, 2024; Yosi, 2021)；而消极教养方式具有风险效应：拒绝与过度保护等消极教养方式与社交焦虑呈显著正相关 (秦瑶, 彭运石, 2024)、可正向预测焦虑症状恶化 (Yosi, 2021; Dong et al., 2024)。

根据家庭生态系统理论，父母教养方式作为微观系统的核心要素，对青少年身心发展具有奠基性作用 (Bronfenbrenner, 1998)。沙利文的人际发展理论进一步阐明：早期亲子互动中获取的情感温暖可提升个体自尊水平与社交效能，反之则易诱发人际焦虑 (高雯雯, 2023)。而成人依恋理论揭示了早期亲子关系的长效作用：童年期体验父母情感温暖的个体，更易形成积极自我图式，进而降低自我客体化 (以主体视角建构自我认同，减少外界评价依赖)、缓解外貌焦虑 (积极自我评价缓冲社会比较压力，避免因未达外在标准自我贬损)

(刘宇晋, 2020)、抑制社交焦虑 (弱化社交情境中的被审视感) (段佳文, 2024)。

基于此，本研究将聚焦自我客体化与外貌焦虑的双路径机制，解析情感温暖如何影响社交焦虑。

1.2 自我客体化的中介作用

自我客体化 (Self-objectification) 是指个体从他人角度，将自己作为客体并透过外表来审视，高自我客体化者更关注自己可观察的外在身体属性 (如体重、身形)，而非内在能力与状态 (朱桂港, 2023)。处于身心剧变期的青少年对外在形象尤为敏感，当其采用这种客体化视角审视自我时，容易放大自身“缺点”，进而引发自卑等消极自我评价 (冯晓伟, 2020)。大量实证研究证实，高自我客体化水平显著正向预测社交焦虑 (Calogero & Pina, 2011; 郭莉萍等, 2021)。

自我客体化的中介机制可追溯至童年经验：Miller的理论指出，当儿童的情感和体验未获尊重时，他们难以建立健康的情感体验框架，转而过度追求满足父母需求及获取外界赞赏。这种模式易导致个体过度重视外部认可，并将其价值依附于外在属性 (如成就、外貌) (Talmon & Bizumic, 2022)。相反，情感温暖型教养方式通过提供尊重与情感支持，有助于青少年发展更高的自尊水平和积极的自我意识，这促使个体更多基于内在特质 (而非外在特征) 进行自我评价，从而有效降低其自我客体化倾向 (刘宇晋, 2020)。

1.3 外貌焦虑的中介作用

外貌焦虑 (Appearance Anxiety) 是指个体因担忧外表受他人负面评价而产生的焦虑反应 (张红红, 王葵, 2023)。外貌焦虑与社交焦虑的共同点在于，两者都源于个体对他人负面评价的恐惧，本质上均反映了内在自我意识与自我价值感薄弱的个体对外在的不自信，容易导致其在人际交往中过度关注自身言行，唯恐招致负面评价，进而引发焦虑等负面情绪，提升社交焦虑水平。尽管外貌焦虑与社交焦虑共享“低自我价值感与脆弱自我意识”这一核心特征，但两者的焦点不同：前者主要针对外表评价威胁，后者则涉及更广泛的社交情境评价。

研究发现，外貌焦虑与许多心理问题和自我评价障碍显著相关，是社交焦虑的重要预测因素 (Gao et al., 2023) 和风险因子 (Hart et al., 2008; Levinson & Rodebaugh, 2011; 张红红, 王葵, 2023)。而布朗芬布伦纳的家庭生态系统理论与实证研究均表明，采用情感温暖的教养方式有助于提高孩子的自尊水平，使其能更客观地认识自我，包容缺点并发挥优势 (Bronfenbrenner, 1998; 刘宇晋, 2020)。因此，我们认为外貌焦虑可能在情感温暖与社交焦虑之间起中介作用。

1.4 自我客体化和外貌焦虑的链式中介作用

当代青少年长期暴露于大众传媒建构的身材、颜值评判标准中，逐渐内化社会凝视视角并产生自我物化倾

向，进而过度关注外在形象，陷入自我客体化认知误区（王春艳，2024）。早先有学者提出，自我客体化水平高的个体可能会有更高水平的外貌焦虑（Fredrickson & Roberts, 1997），实证研究也验证了这一假说：自我客体化水平对外貌焦虑具有显著正向预测作用（Calogero & Pina, 2011；郭莉萍等，2021；王悦，2024）。根据自我客体化理论，高自我客体化的个体在日常交往中会内化他人的视角，以外在形象评估自我的价值，仿佛自己是仅仅凭外表而被他人评价的客体。他人评价对个体的自我价值认知有重要影响，个体会期望得到外界的积极评价，避免得到消极评价，从而使个体产生外貌焦虑（黄明明等，2020）。

此外，研究发现，外貌焦虑与许多心理问题和自我评价障碍显著相关，可能引发显著的人际关系与心理困扰，甚至导致社交功能受损（Lavell et al., 2014；Gao et al., 2023）。并且一系列的实证研究表明，外貌焦虑是社交焦虑的重要预测因素（Tiggemann & Andrew, 2012；Adams et al., 2017；李娜，万丽慧，2023）。其内在机制在于，高外貌焦虑者常伴随对与他人进行比较的强烈恐惧，进而演变为对人际交往的回避与焦虑（吴美璇，2025）。因此，我们认为外貌焦虑可能在自我客体化与社交焦虑之间起中介作用。

1.5 问题提出

既往研究表明，父母教养方式（包括积极与消极

维度）对社交焦虑具有重要影响，但其具体作用机制，尤其是积极教养方式（如情感温暖）的影响路径，尚不清晰。本研究聚焦于社交焦虑形成的家庭与认知双重视角。

从家庭视角看，成人依恋理论指出，个体在童年早期与主要照顾者的互动模式，会深刻影响其成年后的人际关系模式以及对自我与他人的认知评价（陈一凡，2024）。因此，早期的父母情感温暖可能影响个体后续的社交焦虑水平，然而相关实证研究仍较为匮乏。

从认知视角看，社交焦虑的认知行为模型强调，个体的焦虑情绪主要源于对自身的消极认知与评价（周喆林等，2024）。值得注意的是，自我客体化、外貌焦虑与社交焦虑共享某些核心的认知基础与表现特征，如低自我评价以及过度依赖他人认可来确立自我价值，故三者之间的具体关联有待进一步厘清。

上述研究空白构成了本研究的核心探索方向。基于上述框架，提出假设：

H1：父母情感温暖与青少年社交焦虑呈负相关关系。

H2：自我客体化和外貌焦虑均可在情感温暖与青少年社交焦虑间起独立中介作用。

H3：自我客体化与外貌焦虑在情感温暖与社交焦虑间构成链式中介路径，如图1所示。

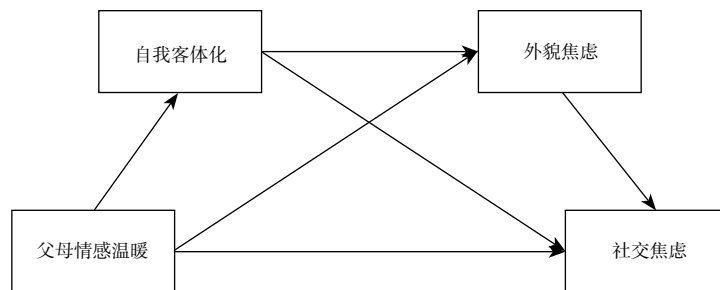


图1 假设模型图

Figure 1 Hypothetical model diagram

2 研究方法

2.1 研究对象

采用随机抽样法，通过网络收集问卷共589份，其中有效问卷为499份，有效回收率为84.72%。被试年龄范围12~18岁（ $M=14$ ），男生271人（54.3%）。

2.2 研究工具

2.2.1 简式父母教养方式问卷（S-EMBU）

蒋奖等人对Arrindell等人编制的简式父母教养方式

问卷（S-EMBU）进行了修订，修订后的问卷共包含42个题目。本研究采用其中的情感温暖分量表，得分越高说明对应的情感温暖维度水平越高。问卷采用李克特四点计分。该量表（即积极教养方式维度）的克隆巴赫 α 系数为0.87，信度良好。

2.2.2 身体监视子量表（OBCS）

该量表用于测量自我客体化水平。陈欣和蒋艳菊（2007）对其进行了本土化修订，量表共8题，采用7点计分，内部信效度均较高。在本研究中，量表的克隆巴赫 α 系数为0.85，信度良好。

2.2.3 社会外貌焦虑量表 (SAAS)

研究采用国内研究者对哈特等人 (Hart et al., 2008) 编制的社会外貌焦虑量表的修订版本来测量个体的外貌焦虑水平。量表共有16道题目, 一个维度, 得分越高表明外貌焦虑程度越高。在本研究中, 量表的克隆巴赫 α 系数为0.89, 信度良好。

2.2.4 青少年社交焦虑量表 (SAS-A)

研究采用朱海东 (2008) 对原青少年社交焦虑量表的修订。量表共13道题目, 涵盖了“害怕被否定评价”“陌生情境、一般情境下的社交回避和苦恼”, 采用5点计分法, 得分越高表明社交焦虑程度越高。在本研究中, 量表的克隆巴赫 α 系数为0.89, 信度良好。

3 研究结果

3.1 共同方法偏差检验

采用Harman单因素检验法对共同方法偏差进行检验。结果显示, 未旋转的第一个主成分解释的总方差比例为18.2%, 低于40%的临界值标准 (Podsakoff et al., 2003), 表明本研究数据不存在严重的共同方法偏差问题。

3.2 各变量间的相关分析

根据相关分析结果 (表1), 各变量间的相关均达到显著水平。其中父母情感温暖与自我客体化 ($p<0.001$)、外貌焦虑 ($p<0.01$), 以及社交焦虑 ($p<0.01$) 均呈显著负相关。自我客体化与外貌焦虑 ($p<0.05$)、社交焦虑 ($p<0.001$) 均呈显著正相关。外

貌焦虑与社交焦虑呈显著正相关 ($p<0.001$)。

表1 各变量间相关

Table 1 Correlations among variables

	M	SD	1	2	3	4
1. 情感温暖	2.85	0.57	1			
2. 自我客体化	2.91	0.51	-0.437***	1		
3. 外貌焦虑	2.82	0.69	-0.149**	0.142*	1	
4. 社交焦虑	2.90	0.74	-0.142**	0.320***	0.744***	1

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

3.3 自我客体化、外貌焦虑的链式中介作用检验

本研究测量的均为潜变量, 将父母情感温暖作为预测变量, 自我客体化M1、外貌焦虑M2为共同中介变量, 社交焦虑为结果变量构建结构方程模型。使用Mplus8.0软件, 通过非参数百分位Bootstrap法, 重复抽样5000次获得偏差校正后的置信区间, 检验中介效应及其显著性。结果表明模型拟合良好, $\chi^2/df=1.62$, CFI=0.905, RMSEA=0.035, SRMR=0.064。

路径分析结果如图2所示, 可知父母情感温暖能显著负向预测社交焦虑 ($\beta=-0.172, p<0.001$)、自我客体化 ($\beta=-0.437, p<0.001$)、外貌焦虑 ($\beta=-0.260, p<0.001$)。自我客体化能正向预测外貌焦虑 ($\beta=0.255, p<0.001$)、社交焦虑 ($\beta=0.299, p<0.001$)。外貌焦虑能正向预测社交焦虑 ($\beta=0.676, p<0.001$)。路径父母情感温暖 \rightarrow 自我客体化 \rightarrow 社交焦虑、父母情感温暖 \rightarrow 外貌焦虑 \rightarrow 社交焦虑、父母情感温暖 \rightarrow 自我客体化 \rightarrow 外貌焦虑 \rightarrow 社交焦虑均存在中介效应。

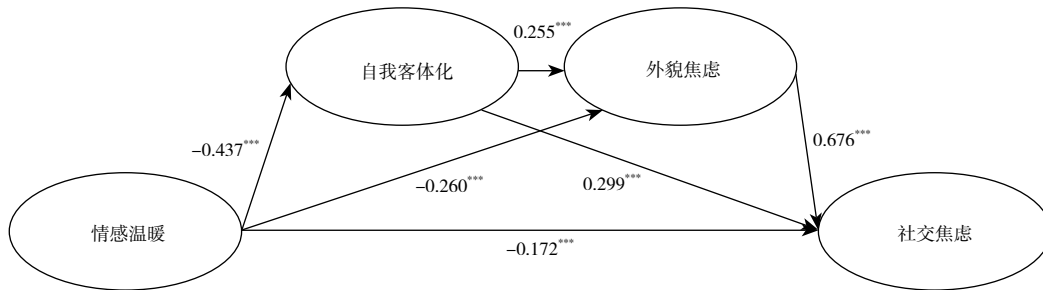


图2 链式中介模型图

Figure 2 Chain mediation model diagram

通过进一步的中介效应分析 (表2), 父母情感温暖 \rightarrow 社交焦虑的直接效应显著, 对应的95%置信区间不包含0, 效应占比为31.10%, 表明父母情感温暖能对社交焦虑产生直接影响。路径1: 父母情感温暖 \rightarrow 自我客体化 \rightarrow 社交焦虑对应的95%置信区间不包含0, 中介效应显著, 效应占比为23.51%, 说明父母情感温暖能通过自我客体化对社交焦虑产生影响。路径2: 父母情感温暖 \rightarrow 外

貌焦虑 \rightarrow 社交焦虑对应的95%置信区间不包含0, 中介效应显著, 效应占比为31.83%, 表明父母情感温暖能通过外貌焦虑对社交焦虑产生影响。路径3: 父母情感温暖 \rightarrow 自我客体化 \rightarrow 外貌焦虑 \rightarrow 社交焦虑对应的95%置信区间不包含0, 中介效应显著, 效应占比为13.56%, 表明父母情感温暖能通过自我客体化、外貌焦虑对社交焦虑产生影响。

表2 链式中介效应检验及Bootstrap分析结果

Table 2 Results of the chain mediation effect tests and bootstrap analysis

效应类型	效应量	SE	95%CI	效应占比
总效应	-0.553	0.065	[-0.680--0.426]	
直接效应	-0.172	0.074	[-0.305--0.014]	31.10%
路径1：情感温暖→自我客体化→社交焦虑	-0.130	0.040	[-0.223--0.065]	23.51%
路径2：情感温暖→外貌焦虑→社交焦虑	-0.176	0.048	[-0.274--0.085]	31.83%
路径3：情感温暖→自我客体化→外貌焦虑→社交焦虑	-0.075	0.032	[-0.148--0.021]	13.56%

4 讨论

本研究聚焦于较少被关注的积极父母教养方式——情感温暖，探索其与青少年社交焦虑的关系及其心理学机制。与研究假设一致，本研究揭示了父母情感温暖→自我客体化→外貌焦虑→社交焦虑的新路径。

首先，本研究结果显示，父母情感温暖能够显著负向预测青少年的社交焦虑水平，假设1得到验证。该结果与Yosi (2021) 的研究发现一致。现有研究表明，亲密和谐的家庭氛围有助于提升个体的社交能力与情感表达能力(程绍珍, 程麟, 2014)。具体而言，当父母表现出更多体现民主的教养行为(如关爱子女成长、尊重其意见等)时，个体的社交焦虑水平往往更低(谢雨怡等, 2024)。其心理机制在于：能够在家庭环境中充分感知父母真诚关爱与支持的青少年，其自尊水平通常更高；高自尊水平促使个体更积极地看待自我，形成更为客观的自我认知，并降低对他人评价的敏感性(贾高鼎, 2016)。

其次，本研究发现，自我客体化在父母情感温暖与社交焦虑之间起中介作用。这表明，在父母情感温暖下成长的个体，其自我认同水平较高，能更客观地认知自身优缺点，且不易过度内化外部评价标准，因此自我客体化水平较低。该结论与Slater & Tiggemann (2016) 的研究相呼应，后者指出，感知到较低母亲情感温暖的个体，其外表不满意度更高，且更倾向于使用美容产品。进一步地，自我客体化水平较高的个体，其外表满意度通常较低。依据社交焦虑的认知行为模型，个体对自身的消极评价是诱发焦虑的核心因素。因此，高自我客体化水平亦与更高层次的社交焦虑相关联(周喆林等, 2024)。

再者，本研究发现，外貌焦虑在父母情感温暖与社交焦虑之间起显著的中介作用，即情感温暖通过削弱外貌焦虑间接降低社交焦虑。这一结果与冯晓伟(2020)的研究发现一致：过早断裂的情感联结将引发自我贬损与外貌焦虑升级，即在个体成长过程中，亲子间的情感联结强度通常会逐渐减弱；若此过程过快，易使个体产生挫折感，进而导致自我评价偏低、过度关注外部标准及他人评价，最终可能引发外貌焦虑。而外貌焦虑是社交焦虑的风险因子，其心理机制为：当个体对外在缺乏自信时，易在社交中过度监控自身言行，放大负面评价威胁，进而加剧焦虑反应(张红红, 王葵, 2023)。

最后，本研究发现，自我客体化与外貌焦虑在父母

情感温暖与社交焦虑之间起链式中介作用。本研究首次验证“情感温暖→自我客体化→外貌焦虑→社交焦虑”的链式路径。自我客体化与外貌焦虑呈显著正相关，即自我客体化水平越高，个体外貌焦虑水平也越高，这与以往研究结论一致(王悦, 2024)。根据家庭生态系统理论，感知到较高父母情感温暖的个体，倾向于形成更为积极的自我认知，更少物化自己，即自我客体化倾向较低。相应地，他们对外貌社会标准的关注度较低，因此外貌焦虑水平也较低。依据社交焦虑的认知行为理论，此类负性认知易诱发个体的焦虑与担忧情绪。该研究为理解社交焦虑的认知形成过程提供新视角，深化对低自我价值感多重表现间动态联系的认识，有助于构建更全面的“家庭—个体”交互理论框架。此外，本研究的研究结论可推动家长教育项目设计，强化情感温暖在教养实践中的核心地位，引导父母通过尊重、共情与积极关注提升青少年自我价值感，预防社交焦虑。同时，研究结果可优化临床干预：为心理咨询提供精准靶点——通过认知重构训练降低自我客体化倾向，借助身体意象干预缓解外貌焦虑，形成“家庭支持—认知调整”的整合干预范式。

本研究从家庭环境与认知加工的双重视角探讨了社交焦虑的形成机制。在聚焦于较少被探讨的积极教养方式——情感温暖对社交焦虑的预测作用基础上，研究引入了与社交焦虑具有共同成因基础的自我客体化与外貌焦虑两个变量。结果揭示了父母教养方式(情感温暖)影响子女焦虑状况的具体路径，同时为未来针对青少年低自尊与焦虑问题的干预实践提供了初步的理论支撑和实践路径。然而，本研究也存在若干局限：(1) 样本代表性局限：问卷通过网络平台发放，且样本量较少，可能影响结果的稳定性和推广性；(2) 研究视角单一：本研究仅考察了积极教养方式(父母情感温暖)的作用机制，未纳入消极教养方式(如拒绝、过度保护)进行对比或整合分析，未来研究可对此进行深入探讨；(3) 变量分析不够细化：未区分父亲情感温暖与母亲情感温暖在影响社交焦虑上的潜在差异，未来研究可就此展开深入探索。

5 结论

本研究基于链式中介模型，揭示父母情感温暖不仅

能直接负向预测青少年社交焦虑，还可通过自我客体化与外貌焦虑的独立中介作用，以及二者构成的链式中介作用间接影响社交焦虑。这表明，情感温暖有助于降低个体的自我客体化倾向，进而减少外貌焦虑，从而有效阻断“低自尊→社交回避”的恶性循环。该发现为开发基于家庭支持的多靶点认知干预方案提供了重要的理论依据。

参考文献

- [1] 陈欣, 蒋艳菊. (2007). 大学生身体意识量表的修订. *中国心理卫生杂志*, 21(9), 610-613.
- [2] 陈一凡. (2024). 父母教养方式与大学生社交焦虑的关系: 焦虑敏感性的中介作用及干预(硕士学位论文). 华中师范大学.
- [3] 程绍珍, 程麟. (2014). 家庭环境对城市流动儿童心理健康的影响. *黄河科技大学学报*, 16(4), 86-88.
- [4] 段佳文. (2024). 媒体理想内化对初中生社交焦虑的影响: 自我客体化的中介及干预研究(硕士学位论文). 中央民族大学.
- [5] 冯晓伟. (2020). 小学4~6年级学生父母教养方式、自我意识和社交焦虑的关系研究(硕士学位论文). 河北师范大学.
- [6] 高雯雯. (2023). 父母教养方式与初中生社交焦虑的关系(硕士学位论文). 湖南科技大学.
- [7] 关文军, 吴添昊, 程毓可, 多强. (2024). 孤独症儿童父母负面评价恐惧和社交焦虑的关系: 一个有调节的中介效应模型. *心理与行为研究*, 22(3), 418-424.
- [8] 郭莉萍, 黄明明, 蔡国英. (2021). 时尚媒体暴露对中学女生进食障碍的影响: 自我客体化与外表焦虑的链式中介作用. *中国临床心理学杂志*, 29(2), 343-346.
- [9] 胡云翔. (2015). 父母教养方式、观点采择对高中生攻击行为的影响: 道德推脱的中介作用(硕士学位论文). 陕西师范大学.
- [10] 黄明明, 赵守盈, 陈丽萍, 彭香萍, 金童林. (2020). 在线客体化经历对女大学生身体羞耻感的影响: 理想美内化与自我客体化的序列中介作用. *中国临床心理学杂志*, 28(3), 596-599.
- [11] 贾高鼎, 曾明, 王爱平, 杨子京. (2016). 父母教养方式对儿童自尊的独特贡献: 儿童气质的调节. *中国临床心理学杂志*, 24(3), 535-539+543.
- [12] 刘丽花, 付超, 施辉菊. (2024). 大学生父母教养方式对自尊的影响: 有调节的中介作用. *心理月刊*, 19(12), 101-105.
- [13] 刘文婧, 许志星, 邹泓. (2012). 父母教养方式对青少年社会适应的影响: 人格类型的调节作用. *心理发展与教育*, 28(6), 625-633.
- [14] 刘宇晋. (2020). 父母教养方式影响中学生学业自我效能感: 自尊的中介作用. *课程教学研究*, 9(7), 81-89.
- [15] 秦瑶, 彭运石. (2024). 父母教养方式对初中生社交焦虑的影响: 同伴接纳和反刍思维的链式中介作用. *心理发展与教育*, 40(1), 103-113.
- [16] 王悦. (2024). 美妆视频使用强度与容貌焦虑(硕士学位论文). 南昌大学.
- [17] 吴美璇. (2025). 女大学生自我客体化对社交焦虑的影响: 外貌焦虑和自尊的链式中介作用(硕士学位论文). 沈阳师范大学.
- [18] 谢雨怡, 石娟, 钟国龙. (2024). 父母教养方式对幼儿社交焦虑发展的影响: 情绪社会化的中介作用. *成都师范学院学报*, 40(2), 104-115.
- [19] 朱桂港. (2023). 自我客体化与限制性饮食之间关系的纵向研究: 外表焦虑与控制感的作用(硕士学位论文). 聊城大学.
- [20] 朱海东. (2008). 青少年依恋与社交焦虑的关系研究(硕士学位论文). 西南大学.
- [21] 张红红, 王葵. (2024). 青少年外貌焦虑问卷的编制和信效度检验. *中国临床心理学杂志*, 32(2), 289-294.
- [22] 曾奕欣, 张斌, 熊思成, 龙专, 张安琪, 曾成伟, ..., 杨莹. (2024). 手机依赖对初中生社交焦虑发展的影响: 身体羞耻的纵向中介作用. *心理科学*, 47(2), 316-324.
- [23] 周喆林, 庞官连, 侯祝寿, 庄清源, 文志宇, 周嘉澄, 李殿江. (2024). 社交焦虑在女大学生自我客体化对学习投入影响中的中介作用. *中国健康教育*, 40(8), 748-752.
- [24] Adams K E, Tyler J M, Calogero R & Lee J. (2017). Exploring the relationship between appearance-contingent self-worth and self-esteem: The roles of self-objectification and appearance anxiety. *Body Image*, 14(23), 176-182.
- [25] Bronfenbrenner U. (1998). The ecology of developmental processes. In W Damon & R M Lerner (Eds.), *Handbook of child psychology: Vol. 1. Theoretical models of human development* (5th ed., pp. 993-1028). Wiley.
- [26] Calogero R M & Pina A. (2011). Body Guilt. *Psychology of Women Quarterly*, 35(3), 428-440.
- [27] Darling N & Steinberg L. (1993). Parenting Style As Context - An Integrative Model. *Psychological Bulletin*, 113(3), 487-496.
- [28] Dong Z, Zhou S, Case A S & Zhou W. (2024). The relationship between perceived parenting style and social anxiety: A meta-analysis of mainland Chinese students. *Child Psychiatry and Human Development*, 55(1), 247-261.
- [29] Fredrickson B L & Roberts T A. (1997). Objectification theory: toward understanding women's lived experiences and mental health risks. *Psychology of Women Quarterly*, 21(2), 173-206.
- [30] Gao J, Feng Y, Xu S, Wilson A, ..., Li H & Wang X. (2023). Appearance anxiety and social anxiety: a mediated model

- of self-compassion. *Frontiers in Public Health*, 11(11), 1105428.
- [31] Hart T A, Flora D B, Palyo S A, Fresco D M, Holle C & Heimberg R G . (2008). Development and examination of the social appearance anxiety scale. *Assessment*, 15(1), 48–59.
- [32] Lavell C H, Zimmer-Gembeck M J, Farrell L J & Webb H. (2014). Victimization, social anxiety, and body dysmorphic concerns: appearance-based rejection sensitivity as a mediator. *Body Image*, 11(4), 391–395.
- [33] Levinson C & Rodebaugh T. (2011). Validation of the social appearance anxiety scale: factor, convergent, and divergent validity. *Assessment*, 18(3), 350–356.
- [34] Podsakoff P M, Mackenzie S B, Lee J Y & Podsakoff N P. (2003). Common method biases in behavioral research: a critical review of the literature and recommended remedies. *J Appl Psychol*, 88(5), 879–903.
- [35] Slater A & Tiggemann M. (2016). The influence of maternal self-objectification, materialism and parenting style on potentially sexualized “grown up” behaviours and appearance concerns in 5–8 year old girls. *Eating Behaviors*, 22, 113–118.
- [36] Szymanski D M & Henning S L. (2007). The role of self-objectification in women’s depression: a test of objectification theory. *Sex Roles*, 56(1/2), 45–53.
- [37] Watson D & Friend R. (1969). Measurement of social-evaluative anxiety. *Journal of consulting and clinical psychology*, 33(4), 448–457.
- [38] Yaffe Y. (2021). Students’ recollections of parenting styles and impostor phenomenon: The mediating role of social anxiety. *Personality and Individual Differences*, 168, 110370.

Parental Emotional Warmth and Adolescent Social Anxiety: A Chain Mediation Model

Guo Hanxiao¹ Yan Linxi² Qu Chunyu^{2,3} Han Peng⁴ Zhang Haotian⁵ Guan Yawen²
Zhao Huimin² Zhang Jianing² Kong Youqi² Wang Weicong² Ji Liangdong² Liu Yiling²
Yang Minqi² Wang Ruohan²

1. Zhengzhou Railway Vocational & Technical College, Zhengzhou;

2. School of Education, Zhengzhou University, Zhengzhou;

3. Neuro-Cognitive Psychology, Department of Psychology, Ludwig-Maximilians-Universität München, Munich
80802, Germany;

4. Beijing Youth Politics College, Beijing;

5. School of Marxism, Beijing Normal University, Beijing

Abstract: Parenting styles significantly influence adolescent development. This study focuses on the parental emotionally warm parenting style, examining its relationship with adolescent social anxiety and testing the chain mediation role of self-objectification and appearance anxiety. A survey was conducted with 499 adolescents using: The emotional warmth subscale of the short-form parenting style questionnaire, the Social Appearance Anxiety Scale, the body surveillance subscale of the Objectified Body Consciousness Scale, and the Adolescent Social Anxiety Scale. Key findings revealed: (1) Parental emotional warmth showed a significant negative correlation with adolescent social anxiety; (2) Self-objectification and appearance anxiety each served as independent mediators between emotional warmth and social anxiety; (3) Self-objectification and appearance anxiety formed a significant chain mediation pathway (Emotional Warmth → Self-Objectification → Appearance Anxiety → Social Anxiety). The study indicates that parental emotional warmth not only directly reduces adolescents’ social anxiety levels but also indirectly promotes positive social adaptation by diminishing their self-objectification tendencies and subsequent appearance anxiety. This finding provides a critical theoretical foundation for the development of family-based multi-target cognitive intervention programs.

Key words: Parental emotional warmth; Social anxiety; Self-objectification; Appearance anxiety; Adolescents