

大学生社交网站使用、自我概念清晰性与社交焦虑的关系研究

李柯

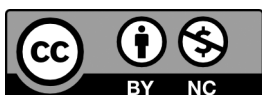
广西师范大学，桂林

摘要 | 为了探讨大学生社交网站使用、自我概念清晰性与社交焦虑的关系，本研究采用了主被动社交网站使用量表，自我概念清晰性量表，社交焦虑量表对305名有社交网站使用经验的大学生进行调查。研究发现：（1）大学生社交焦虑在性别上存在显著差异，在年级和是否独立上不存在显著差异。（2）大学生自我概念清晰性与社交焦虑之间存在正相关，大学生被动性社交网站与自我概念清晰性之间存在负相关，大学生被动性社交网站与社交焦虑均之间存在负相关。（3）大学生社交网站使用对社交焦虑有正向预测作用。

关键词 | 社交网站使用方式；自我概念清晰性；社交焦虑；大学生

Copyright © 2024 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 问题提出

社交网络近年来随着互联网的迅猛发展，逐渐成为人们社交的一大利器。社交网络（Social Network）是指用户登录社交网站，使用社交网站的服务或功能，如更新状态，上传照片，查看好友更新，评论好友主页，为好友点赞等（陈浩等，2013）。在互联网用户中，即时通信、在线视频和短视频的用户使用率分别为97.5%、94.5%和90.5%，其中20~29岁的用户占比达到17.3%，这说明社交网络逐渐成为大学生社交的主要工具，也是社交信息传播的重要媒介。

社交网站的使用行为可以分为两种形式：主动使用和被动使用。主动性社交网站使用是指在社交网站上公开发布状态或与他人进行互动，如通过发布照片、“自拍”、点赞评论、状态更新等，这是一种行为，可以促进用户之间的交流和沟通。被动性社交网站使用是指用户之间缺乏互动性的信息浏览行为，

如仅翻阅他人在朋友圈或QQ空间发布的动态信息,而不做评论等“潜水”行为(刘庆奇,2016)。

现有研究通常将社交网站使用定义为用户登录社交网站并使用社交网站的服务或功能,例如更新状态、上传照片、查看好友动态更新、评论好友发布的信息、给好友点赞等(陈浩等,2013)。社交网络使用一般指社交网络使用强度,社交网络还能根据使用方式划分为主动性社交网络使用和被动性社交网络使用。自我概念清晰性(self-concept clarity, SCC)是Campbell(1990)提出的关于自我概念的结构特征之一。自我概念清晰性指的是个体对自我概念内容的清楚、自信的程度,和自我概念内容之间存在一致性,且具有时间维度上的稳定性,这一概念既是一种特质又是一种状态(Campbell et al., 1996)。社交焦虑是焦虑的一种,主要应用于社交情境中,是指个体在社会交往活动中,产生的紧张、担忧等不良情绪体验,以及对社交情境的回避行为,是一种普遍存在的人类体验,主要特征是个体在社交情境中,惧怕他人的评价,严重的甚至会产生功能性损伤,从而发展成为社交焦虑障碍(social anxiety disorder, SAD)。

自我概念清晰性由Campbell解释为个体对自身认识所达到的一种清晰程度,体现了自我概念的整合度,具有跨时间、地点的一致性和连贯性的特征。国外学者伊斯拉什维利(Israelashvili)、金(Kim)的研究显示,网络使用强度越高的个体,其自我概念的清晰程度就越低。国内学者牛更枫、孙晓军等人(2016)研究也发现,青少年使用社交网络的强度与自我概念清晰性之间存在着显著的负相关关系。以往研究表明,高自我概念清晰性的个体有更强的意义感、幸福感。而被动性使用社交网站时,个体浏览和阅读大量他人在社交网站上的信息,将会增加自我概念无法整合的风险。

张亚利(2019)认为社交焦虑是指在社会情境中面对或想到人际评价而产生的一种焦虑情绪,这是一种在大学生群体中常见的消极情绪。张亚利还发现社交焦虑与手机成瘾和网络偏差行为等存在密切关联。张丛丽、周宗奎等人(2018)发现,社交焦虑与被动使用社交网络有密切关系。被动性社交网站的使用会明显诱发负面情绪,削弱情绪幸福感(Verduyn et al., 2015)。而社交焦虑又是一种负面的情绪体验,会给个体带来不愉快的心理感受,因而容易发展出被动的社交网络使用行为,以逃避社交场合的评价焦虑,缓解内心紧张不安的情绪。

坎佩尔(Campbell, 1996)发现自我概念清晰性能够负向预测焦虑、抑郁等负面情绪。李雁(2009)对初中生自我概念和社交焦虑的关系进行研究也发现,自我概念中的自我行动、社会自我与自我批评对社交焦虑具有解释作用;陈春锋(2007)在其研究中发现,社交焦虑显著与自我概念及各维度相关。

不同的社交网站使用方式对个体产生不同的影响,相对于主动社交网站使用,被动社交网站使用对个体影响更消极。更有学者发现,被动社交网站使用与社交焦虑密切相关,会导致个体的不良适应,损害个体的自尊和自我概念清晰性(刘庆奇等,2017)。

在社交网站成为主流的时代背景下,本研究以在校大学生为对象,通过对主被动社交网络使用方式的分别研究,探讨了社交网站使用、自我概念清晰性和社交焦虑之间的关系。以望提高大学生对自我概念清晰性的了解,缓解社会焦虑。首先,考察社交网站的使用方式有助于了解大学生社交网站使用情况,有助于帮助大学生对自身形成正确的认识,促进人格的健全发展,为个体全面健康的发展奠定坚实的基础,考察大学生的社交焦虑水平,有助于大学生正确认识社交焦虑以及社交焦虑的形成原因,帮助大学生降低社交焦虑水平,促进良好人际关系的发展。其次,探讨社交网站使用方式、自我概念清晰性与社

交焦虑三者之间的关系,有助于更深入地了解大学生社交网站的使用方式,同时丰富自我概念清晰性、社交焦虑的相关理论。最后,考察大学生社交网站使用方式、自我概念清晰性与社交焦虑的现状,有助于帮助当代大学生合理使用社交网站、有更清晰的自我认识、缓解社交焦虑,促进身心健康发展,为我国的快速发展储备优秀的人才。

2 研究方法

2.1 被试

采用方便抽样法抽取有社交网站使用经验的大学生 305 名进行问卷调查,回收整理后得到有效问卷 246 份,有效利用率为 80.6%。

2.2 研究工具

2.2.1 主被动社交网站使用问卷

采用丁倩(2017)编制的主动和被动社交网站使用问卷,共9个项目。前5项测量主动性社交网站使用的行为频率,后4项测量被动性社交网站使用的行为频率。使用“从不”到“总是”5点评分,将被试在每个项目上的得分相加计算其总均分,分数越高代表个体主动社交网站使用、被动社交网站使用的行为频率越高。本研究中,主动、被动性使用分问卷的 Cronbach's α 分别为 0.83 和 0.84。

2.2.2 自我概念清晰性

采用由坎贝尔(Campbell et al., 1996)编制,牛更枫(2016)翻译的自我概念清晰性量表,共12个项目。采用“很不符合”到“非常符合”5点评分,所有项目得分相加即为自我概念清晰性总分,得分越高表明个体自我概念的清晰性越高。本研究信度系数为 0.71。

2.2.3 社交焦虑

采用格雷卡和洛佩斯(La Greca and Lopez, 1998)编制,向康桥(2020)翻译修订的青少年社交焦虑问卷,共5个项目。采用“很不符合”到“非常符合”5点评分,所有项目得分相加即为社交焦虑总分,得分越高代表被试的社交焦虑程度越高。在本研究中 α 系数为 0.86。

2.3 数据处理

根据所收集到的数据,筛选剔除无效问卷,使用 SPSS 22.0 进行相关性分析和线性回归分析。

3 结果分析

3.1 大学生社交焦虑在性别上的差异检验

通过独立样本 T 检验对大学生社交焦虑在性别上的差异进行检验,结果如表 1 所示。

表1 大学生社交焦虑在性别上的差异检验

Table 1 Difference test in gender between social anxiety

	男生		女生		<i>t</i>	<i>p</i>
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>		
社交焦虑	13.918	3.777	15.480	3.732	-3.189**	0.002

注: * $p < 0.05$, ** $p < 0.01$, 下同。

由表1可知, 大学生社交焦虑在性别上存在显著差异。

3.2 大学生社交焦虑在年级上的差异检验

通过单因素 ANOVA 对大学生社交焦虑在年级上进行差异检验, 结果如表2所示。

表2 大学生社交焦虑在年级上的差异检验

Table 2 Test of the difference of college students' social anxiety in grade

变量	大一 ($M \pm SD$)	大二 ($M \pm SD$)	大三 ($M \pm SD$)	大四 ($M \pm SD$)	<i>F</i>	<i>p</i>
社交焦虑	14.952 \pm 3.702	14.659 \pm 4.286	14.577 \pm 3.594	20 \pm 7.071	1.378	0.250

注: * $p < 0.05$, ** $p < 0.01$, 下同。

由表2可知, 大学生社交焦虑在大一、大二、大三、大四各个年级上不存在显著差异。

3.3 大学生社交焦虑在是否独生上的差异检验

通过独立样本 T 检验对大学生社交焦虑在是否独生上的差异进行检验, 结果如表3所示。

表3 大学生社交焦虑在是否独生上的差异检验

Table 3 The difference test of whether college students' social anxiety is unique

	独生		非独生		<i>t</i>	<i>p</i>
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>		
社交焦虑	14.935	3.935	14.844	3.802	0.145	0.885

注: * $p < 0.05$, ** $p < 0.01$, 下同。

由表3可知, 大学生社交焦虑在是否独生上不存在显著差异。

3.4 被动性社交网站使用、自我概念清晰性与社交焦虑的相关分析

对被动性社交网站使用、自我概念清晰性和社交焦虑的相关分析结果发现, 自我概念清晰性与社交焦虑呈正相关, 被动性社交网站与自我概念清晰性、社交焦虑之间均呈负相关, 均有统计学意义 (p 均 < 0.05), 如表4所示。

表4 被动性社交网站使用、自我概念清晰性和社交焦虑的相关分析

Table 4 Correlation analyses of passive social networking site use, self-concept clarity, and social anxiety

变量名	社交焦虑	自我概念清晰性	被动性社交网站使用
社交焦虑	—	—	—
自我概念清晰性	0.094*	—	—
被动性社交网站使用	-0.117*	-0.146*	—

注: * $p < 0.05$, ** $p < 0.01$, 下同。

3.5 社交网站使用与社交焦虑的回归分析

如表5可知,以社交网站使用为预测变量,社交焦虑得分为因变量进行回归分析时, $F=26.645$, $p < 0.01$,因此社交网站使用对社交焦虑有正向预测作用。由决定系数 $R^2=0.180$ 可知,社交网站使用可以预测身高变化的18%。

表5 社交网站使用和社交焦虑的回归分析

Table 5 Regression analysis of social networking site use and social anxiety

因变量	预测变量	F	R^2	调整 R^2
社交焦虑	社交网站使用	26.645**	0.180	0.173

注: * $p < 0.05$, ** $p < 0.01$, 下同。

4 讨论

4.1 大学生社交焦虑的现状分析

研究对大学生社交焦虑得分进行单因素ANOVA和独立样本T检验,了解其社交网络使用的整体情况;对不同性别、年级和是否独生进行比较,了解人口学变量之间的差异。

4.1.1 大学生社交焦虑的整体现状讨论

本研究结果显示,大学生社交焦虑的平均分为14.9分高于理论中值,并且社交焦虑得分大于理论中值的被试一共有184人,表明多于一半的被试都存在一定程度的社交焦虑,因此,这个问题不容忽视。

大学时期是人生中的一个重要阶段,也是个体人生的重要转折期和社会角色过渡期,如何平稳度过这个时期一直是社会学家、教育学家和心理学家需要深入研究的课题,这个问题的解决需要整个社会的共同努力,学校也应该发挥其重要的引导教育作用,当然更重要的是需要大学生自己去克服焦虑心理。当今社会节奏快、学习生活压力大,会产生很多令人焦虑的因素,大学作为学生进入社会的最后一道关卡,需要培养克服焦虑、战胜焦虑的能力,这既是为国家发展进行人才储备的需要,也是为改善大学生心理健康水平的需求。

总之,社交焦虑的形成受多方面因素的影响,在大学生们的心理健康教育中,要有的放矢,针对不同原因寻找适当的调试方法,从而提高大学生的社交交际能力。

4.1.2 大学生社交焦虑的人口学变量差异讨论

通过进一步对大学生社交焦虑在性别、年级、是否独生等人口学变量上的检验发现：大学生社交焦虑在性别上存在显著差异，女生社交焦虑得分显著高于男生。女生相较于男生而言，更关注自己在他人眼中的形象，渴望得到别人的认同，且心思细腻，更容易因他人的言行产生焦虑、紧张的情绪，这可能是女大学生社交焦虑得分高于男大学生的原因。

从研究结果中也可以知道，大学生的社交焦虑在年级以及是否独生上并不存在显著的差异。在应试教育的大环境下，基础教育阶段学校往往容易忽视学生综合素质的培养，学生一般缺乏必需的社交经验和技能，进入大学后便有可能在人际交往中产生恐惧和紧张的心理，造成其社交焦虑水平的升高；家庭作为孩子出生后最初的生活环境，对人的一生有极大的影响，当今社会多数家庭给孩子创造高保护、低挫折的家庭教育环境，因此，子女缺少社会交往的经验，难以克服人际交往产生的困难，容易引起社交焦虑。

4.2 大学生社交网站使用、自我概念清晰性和社交焦虑的相关分析和讨论

4.2.1 大学生自我概念清晰性和社交焦虑的相关分析和讨论

本研究对大学生自我概念清晰性与社交焦虑进行了相关分析，其结果显示自我概念清晰性总分与大学生社交焦虑总分呈正相关。大学生处于青少年后期，这一时期是青少年心理的转折期、自我发现期，进入高校的大学生，由于生活和社会地位的变化、知识的增长、交往接触面的扩大，自我意识迅速增强，他们在观察、了解社会的同时，也深刻地意识到自己的存在和价值，对于大学生而言，形成一个稳定、有凝聚力的自我是个体健康发展的基础，个体拥有清晰的自我概念是使其健康发展的潜在力量，因此自我概念是否清晰也与社交焦虑的产生密切相关。

4.2.2 大学生被动性社交网站使用和自我概念清晰性的相关分析和讨论

本研究对大学生社交网站使用与自我概念清晰性进行了相关分析，其结果显示被动性社交网站使用总分与自我概念清晰性总分呈负相关。社交网站给个体带来了自我展示、自我发掘的平台，个体可以真实呈现出自己的特点，有助于个体整合自我，明确自我认识，使自我概念更加清晰和完整，使个体能够保持良好积极的心态，促进心理需要的满足。另外个体使用社交网络呈现的主要动机之一是维持人际关系，社交网站的使用方式，会影响个体的自我评价，影响个体自我概念清晰性。

4.2.3 大学生被动性社交网站使用与社交焦虑的相关分析和讨论

本研究对大学生被动性社交网站使用与大学生社交焦虑进行了相关分析和回归分析，其结果显示被动性社交网站使用总分与社交焦虑总分呈负相关，社交网站使用对社交焦虑有正向预测作用。这一结果有助于根据大学生对社交网站的使用情况预测大学生社交焦虑的程度，进而预防大学生形成严重的社交焦虑，对其学习和生活产生影响。

5 结论与展望

5.1 研究结论

本研究基于以往研究，调查了大学生的社交网站使用、自我概念清晰性和社交焦虑的情况，讨论三

者之间的关系，对社交网站使用和社交焦虑进行回归分析，得出以下重要结论：

- (1) 大学生社交焦虑在性别上存在显著差异，在年级和是否独立上不存在显著差异。
- (2) 大学生自我概念清晰性与社交焦虑之间存在正相关。
- (3) 大学生被动性社交网站与自我概念清晰性之间存在负相关。
- (4) 大学生被动性社交网站与社交焦虑之间存在负相关。
- (5) 大学生社交网站使用对社交焦虑有正向预测作用。

5.2 研究不足与展望

关于社交网站使用、自我概念清晰性和社交焦虑两两关系进行了研究，但未涉及大学生三者关系的讨论。本研究中的“社交网络使用”涵盖了主动性社交网络使用和被动性社交网络使用两种方式，综合探讨大学生社交网络使用与社交焦虑的关系，丰富了大学生社交网络使用与社交焦虑的研究成果。此外，本研究以问卷的形式，进一步探究了大学生对社交网络使用的态度、对自我概念清晰性和社交焦虑的看法。但同时也存在一些不足，具体为以下方面。

(1) 研究对象。在量化研究中，由于研究对象主要来自河南省南阳市，而我国各地区经济文化发展尚存在差异，因此本研究结果的代表性需要更多的实验研究佐证。且因受条件限制，在年级、专业的人数分布上有所差异，可能造成研究结果具有一定的偏差。未来研究可扩大被试范围甚至选取不同区域的大学生，使研究结果更具代表性及现实意义。未来研究可在量化研究的基础上扩大问卷调查的样本容量，使研究结果更具代表性和普遍性。

(2) 研究内容。本研究只考察了社交网站使用、自我概念清晰性对社交焦虑的影响，但大学生社交焦虑的影响因素还有很多，未来可以从多方面影响大学生社交焦虑的因素加以完善。

(3) 研究方法与结果。在量化研究中，样本数据以发放电子问卷的方式获得，由于被试的选取受一定客观因素的限制，加之发放问卷期间可能处于研究者们采集样本的高峰期，因而被试对填写问卷具有一定的倦怠心理，致使量化研究结果中部分结果未能达到预期效果，并且对自我概念清晰性等有关自我概念的题目容易受社会赞许效应的影响。未来研究可注重样本采集的最佳时期，保证样本数量，提高样本质量。在质性研究中，仅限于自变量与因变量的因果关系的探讨，未来可增加干预研究等。

参考文献

- [1] 刘庆奇, 孙晓军, 周宗奎, 等. 社交网站真实自我呈现对生活满意度的影响: 线上积极反馈和一般自我概念的链式中介作用 [J]. 心理科学, 2016, 39 (2): 406-411.
- [2] 陈浩, 赖凯声, 董颖红, 等. 社交网络 (SNS) 中的自我呈现及其影响因素 [J]. 心理学探新, 2013, 33 (6): 541-553.
- [3] Campbell J D, Trapnell P D, Heine S J, et al. Self - concept clarity: Measurement personality correlates and cultural boundaries [J]. Journal of personality and social psychology, 1996 (70): 141-156.
- [4] Campbell J D. Self - esteem and clarity of the self-concept [J]. Journal of personality and social psychology, 1990 (59): 538.
- [5] Israelashvili M, Kim T, Bukobza G. Adolescents' over-use of the cyber world - Internet addiction or identity

- exploration? [J]. *Journal of Adolescence*, 2012, 35 (2): 417-424.
- [6] 牛更枫, 孙晓军, 周宗奎, 等. 青少年社交网站使用对自我概念清晰性的影响: 社会比较的中介作用 [J]. *心理科学*, 2016, 39 (1): 97-102.
- [7] 张亚利, 李森, 俞国良. 错失焦虑与大学生被动性社交网站使用的交叉滞后分析 [J]. *心理科学*, 2021, 44 (2): 377-383.
- [8] 张丛丽, 周宗奎. 被动性社交网站使用、社交焦虑、反刍思维与青少年抑郁的关系: 有调节的中介效应分析 [J]. *中国临床心理学杂志*, 2018, 26 (3): 490-493, 497.
- [9] Verduyn P, Lee D S, Park J, et al. Passive Facebook usage undermines affective well-being: Experimental and longitudinal evidence [J]. *Journal of Experimental Psychology: General*, 2015, 144 (2): 480-488.
- [10] 陈春锋. 当代大学生的自我概念与社交焦虑的关系 [D]. 济南: 山东师范大学, 2007.
- [11] 刘庆奇, 牛更枫, 范翠英, 等. 被动性社交网站使用与自尊和自我概念清晰性: 有调节的中介模型 [J]. *心理学报*, 2017, 49 (1): 60-71.
- [12] 丁倩, 张永欣, 周宗奎. 社交网站使用与妒忌: 向上社会比较的中介作用及自尊的调节作用 [J]. *心理科学*, 2017, 40 (3): 618-624.
- [13] 牛更枫, 孙晓军, 周宗奎, 等. 青少年社交网站使用对自我概念清晰性的影响: 社会比较的中介作用 [J]. *心理科学*, 2016, 39 (1): 97-102.
- [14] 向康桥. 被动性社交网站使用与青少年社交焦虑的关系 [D]. 武汉: 华中师范大学, 2020.

A Study on the Relationship between College Students' Social Network Use, Self-concept Clarity and Social Anxiety

Li Ke

Guangxi Normal University, Guilin

Abstract: In order to explore the relationship between college students' use of social networking sites, self-concept clarity and social anxiety, 305 college students with experience in using social networking sites were investigated with the Active Passive Social Networking Site Use Scale, the Self Concept Clarity Scale, and the Social Anxiety Scale. The results showed that: (1) Social anxiety of college students was significantly different in gender, but not in grade and independence. (2) There is a positive correlation between college students' self-concept clarity and social anxiety, a negative correlation between college students' passive social networking sites and self-concept clarity, and a negative correlation between college students' passive social networking sites and social anxiety. (3) College students' use of social networking sites has a positive predictive effect on social anxiety.

Key words: Social networking site use; Self-concept clarity; Social anxiety; College students