

社交焦虑、自我客体化与女大学生学习投入的影响

何其澎

格乐大学 曼谷市邦肯区 10220

【摘要】目标：探究女大学生自我客体化对学习投入的影响，并分析社交焦虑与社会支持的角色。方法：2022年10-12月，利用便捷与滚雪球抽样，全国范围内收集了1201名女大学生的在线数据，评估其自我客体化、社交焦虑、社会支持和学习投入。采用PROCESS宏程序和Bootstrap法分析社交焦虑的中介作用及社会支持的调节作用。结果：自我客体化显著降低了女大学生的学习投入 ($\beta=0.537, P<0.001$)，其中社交焦虑中介了部分影响 (占总效应7.45%)，社会支持调节了中介效应的前半路径。结论：自我客体化直接影响女大学生的学习投入，且通过社交焦虑间接影响，同时社会支持在两者关系中扮演重要调节角色。

【关键词】女大学生；社交焦虑；学习投入

The impact of social anxiety and self-objectification on female college students' academic engagement

He Qipeng

Glak University, Thailand, Bangkan District, Bangkok 10220

【Abstract】 Objective: To explore the impact of self-objectification on academic engagement among female college students and analyze the roles of social anxiety and social support. Methods: Online data were collected from 1,201 female college students nationwide using convenience and snowball sampling between October and December 2022 to assess their self-objectification, social anxiety, social support, and academic engagement. The PROCESS macro and Bootstrap method were employed to analyze the mediating role of social anxiety and the moderating role of social support. Results: Self-objectification significantly reduced academic engagement among female college students ($\beta=0.537, P<0.001$), with social anxiety mediating part of this effect (accounting for 7.45% of the total effect), and social support moderating the first half of the mediation pathway. Conclusion: Self-objectification directly affects academic engagement among female college students and indirectly influences it through social anxiety, while social support plays a crucial moderating role in this relationship.

【Key words】 female college students; social anxiety; academic investment

引言

女性内化外界评价易导致自我客体化，即将自身身体视为持续被观察的对象，表现为过度关注外貌和身体监控，这不仅妨碍女性的学习与工作投入，如职场女性高度客体化会分散工作注意力、影响成效，还预示女大学生学业消极。此外，高度自我客体化的女性在社交中更易因身体不满产生焦虑并回避活动，而社交焦虑对青少年学习投入有负面影响，推测自我客体化可能通过社交焦虑影响女大学生的学习投入。基于社会支持能减轻消极因素对个体心理健康的影响，本研究以女大学生为对象，构建中介模型，探究自我客体化与学习投入的关系，以及社交焦虑和社会支持的中介与调节效应。

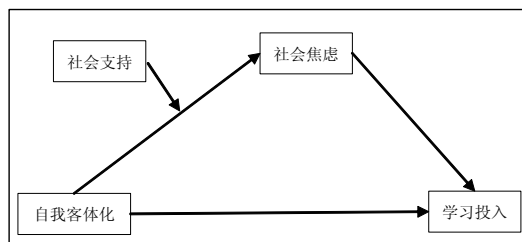


图1 理论假设模型

1 对象与方法

1.1 对象

全国范围内，有1201名全日制女性大学生来自于23个省、自治区及直辖市。

1.2 方法

1.2.1 样本选取

2022年，采用便利抽样与雪球抽样法，对国内23个省市的全日制女性本科大学生进行在线调研，院校、专业及年级不限。其中，江苏省(480人，40.8%)与黑龙江省(300人，27.6%)占比较高。

1.2.2 调研手段

问卷通过问卷星平台发布，以二维码或链接在班级微信群内传播，并鼓励学生扩大分享范围。参与者需签署知情同意后自愿完成问卷。问卷星自动筛选完整回答作为有效数据。调研内容包括：基本信息(如年龄、年级)、自我客体化量表(BSS, 改编自OBCS, $\alpha=0.776$)、社交焦虑量表(IAS, $\alpha=0.797$)、社会支持量表(PSSS, 含家庭、朋友及导师支

持, $\alpha = 0.913$) 及学习投入量表 (UWES-S, $\alpha = 0.961$)。

1.2.3 质量控制

问卷经专家审核与预调查后实施, 限制同一 IP 或微信号一次填写, 回收时剔除无效及回答时间过短的问卷。

1.2.4 数据分析

使用 SPSS 26.0 进行描述性统计、相关性分析, 利用 PROCESS 模型验证社交焦虑的中介与社会支持的调节作用, 采用 Bootstrap 法 (5000 次抽样) 进行检验。

2 结果

2.1 基本情况

共收集有效问卷 1176 份, 占总发放量的 97.92%。参与者平均年龄 20.06 岁 (SD=1.55)。年级分布为: 大一 15.8%, 大二 33.2%, 大三 29.8%, 大四及大五医学生 21.2%。独生子女占 39.9%, 非独生子女占 60.1%。家庭所在地方面, 农村占 31.3%, 乡镇占 23.5%, 城市占 45.2%。专业上, 医学专业学生占 71.6%, 非医学占 29.4%。

2.2 共同方法偏差检验

采用 Harman 单因素测试法来检验共同方法偏差问题, 该研究通过调整问卷填写时长、部分项目采取反向计分策略、以及控制人口统计学相关变量等多种措施, 旨在减少共同方法偏差的影响。此外, 还运用了 Harman 单因素检验法, 对自我客体化量表、社交焦虑量表、社会支持量表以及学习投入量表的所有项目进行了深入的探索性因子分析。分析结

果显示, 共有 9 个因子的特征值超过 1, 且首要因子所解释的方差占总方差的 27.03%, 这一比例低于 40%, 从而证明该研究并未遭受显著的共同方法偏差影响。

2.3 描述性统计及相关分析

研究结果表明, 个体的自我客体化现象与社交焦虑之间存在着明显的正相关关系 ($r=0.134$, $P < 0.01$), 而与来自社会的支持力量 ($r=-0.215$, $P < 0.01$) 及学业参与度则表现出显著的负相关 ($r=-0.272$, $P < 0.01$)。同时, 社交焦虑与社会的支持力量及学业参与度之间也存在显著的负相关 (相关系数分别为 $r=-0.271$ 与 $r=-0.182$, 两者的 P 值均小于 0.01)。另外, 社会的支持力量与学业参与度之间则呈现出明显的正相关 ($r=0.414$, $P < 0.01$)。详细数据参见表 1。

2.4 社交焦虑的中介作用

在探讨学习投入的影响因素时, 设定学习投入为因变量, 自变量为自我客体化, 并引入社交焦虑作为中介, 同时控制其他变量 (年龄、年级、家庭所在地、专业及是否独生子女)。研究发现, 自我客体化显著负向影响学习投入 ($\beta = -0.537$, $p < 0.001$), 加入社交焦虑后, 其影响依然显著 ($\beta = -0.497$, $p < 0.001$)。进一步分析显示, 自我客体化正向关联社交焦虑 ($\beta = 0.140$, $p < 0.001$), 而社交焦虑又负向影响学习投入 ($\beta = -0.287$, $p < 0.001$), 具体数据见表 2。自我客体化既通过社交焦虑间接影响学习投入 (中介效应 $= -0.040$), 也直接作用于学习投入 (直接效应 $= -0.497$), 中介效应占总效应的 7.45%, 详见表 3。

表 1 心理指标关联性分析客体化、焦虑、支持与学习投入

影响因素	分值 (Mean ± SD)	自我客体化	社会焦虑	社会支持	学习投入
自我客体化	31.32 ± 7.82	1			
社会焦虑	41.09 ± 8.01	0.134	1		
社会支持	55.98 ± 11.82	-0.215	-0.271	1	
学习投入	73.57 ± 15.71	-0.272	-0.182	0.414	1

表 2 中介效应的回归分析

结果变量	预测变量	R ²	F 值	β	95%CI	SE	T 值	P 值
学习投入	自我客体化	0.082	17.432	-0.537	-0.648~-0.426	0.057	-9.478	< 0.001
社会焦虑	自我客体化	0.026	5.123	0.140	0.081~0.198	0.030	4.687	< 0.001
学习投入	自我客体化	0.103	19.151	-0.497	-0.608~-0.386	0.057	-8.787	< 0.001
	社会焦虑			-0.287	-0.395~-0.179	0.055	-5.208	< 0.001

表 3 社交焦虑的中介效应

影响路径	标准化效应值	95%CI	标准误	占总效应之比 (%)
总效应	-0.537	-0.648~-0.426	0.057	
直接路径	-0.497	-0.608~-0.386	0.057	92.55
中介效应	-0.040	-0.069~-0.017	0.014	7.45

2.5 社会支持的调节作用

此研究采用模型 7 验证社会支持的调节效应, 控制相关变量后, 发现自我客体化与社会支持的交互显著影响社交焦虑 ($\beta = -0.005$, $P < 0.05$, 见表 4)。简单斜率分析显示, 低

社会支持时, 自我客体化正向预测社交焦虑 ($\beta = 0.137$, $P < 0.001$); 中等支持时, 预测作用仍显著但减弱 ($\beta = 0.081$, $P = 0.006$); 高支持时, 预测作用不显著 ($\beta = 0.026$, $P > 0.05$)。

表4 调节效应的回归分析

结果变量	回归方案		整体拟合度指数		回归系数显著性	
	预测变量	R	R ²	F 值	β	T 值
社交焦虑		0.296	0.088	13.997		
	自我客体化				0.081	2.745
	社会支持				-0.167	-8.495
	自我客体化 x 社会支持				-0.005	-2.303
学习投入		0.321	0.103	19.151		
	自我客体化				-0.497	-8.787
	社交焦虑				-0.287	-5.208

深入分析社会支持的调节效应显示,其在社交焦虑的中介过程中具有调节作用。低社会支持情境下,自我客体化经由社交焦虑对学习投入产生显著间接影响(中介效应值-0.039, 95%CI: -0.071 至-0.013);而高社会支持时,此间接影响不显著(中介效应值-0.007, 95%CI: -0.034 至 0.019)。具体数据见表5。

表5 不同社会支持水平社交焦虑的中介效应

社会支持	中介效应值	SE	95%CI
均值-标准差	-0.039	0.015	-0.071 ~-0.013
均数	-0.023	0.011	-0.046~-0.005
均数+标准差	-0.007	0.014	-0.034~0.019

3 讨论

3.1 自我客体化影响女大学习投入

本研究发现,女性大学生的自我客体化倾向影响其学业参与度。不同于以往关注自我客体化、外貌焦虑及异常进食行为间联系的研究,本研究探索性地分析了自我客体化与学业参与的关系,结果显示两者呈显著负相关。这种关联可能源于女性大学生在自我客体化时,常将自身身体形象与内化的“完美标准”对比。若感知到较大差距,她们可能因心理落差产生焦虑、羞耻等负面情绪,这些情绪易分散注意力,促使她们频繁关注并调整外貌,从而干扰学习投入。

3.2 社交焦虑影响女大学习投入

分析表明,女性大学生学习投入受自我客体化影响,其中社交焦虑起部分中介作用。自我客体化不仅直接影响学习投入,还易引发社交焦虑,间接影响学习。一方面,自我客

体化个体身体满意度低,根据社交焦虑模型,这源于负面自我认知,干扰社交表现。另一方面,高焦虑个体易过度反思初次社交不愉快经历,产生更多消极念头。若将此消极自我形象延伸至学习,可能导致逃避学习,畏惧学习环境。

3.3 社会支持调节中介效应前半段探究

本研究显示,女性大学生期间获得他人支持能减轻焦虑,这与以往研究一致。在人际交往遇负面情绪时,外界支持有助于缓解焦虑。社会支持还负向调节自我客体化与社交焦虑的关系,减弱自我客体化对社交焦虑的负面影响,并随支持增加,其对学习投入的负面效应递减。这符合社会支持的压力缓冲理论,即支持促使个体积极自评,改变社交认知,减压缓焦,优化学习心态。获支持后,自我客体化倾向的女大学生能认识到焦虑可能与心理资源匮乏相关,进而减轻社交焦虑,增强社会适应。总之,自我客体化直接影响女大学生的学习投入,并间接通过社交焦虑影响,且此中介过程受社会支持调节,对提升女大学生学习质量有重要理论与实践价值。

4 结语

女大学生所经历自我客体化显著地负面作用于其学习参与度,此效应部分经由社交焦虑这一中介机制传递。此外,在调节自我客体化与社交焦虑之间的关联时,社会支持扮演着举足轻重的角色。鉴于此,有必要重视女大学生群体中自我客体化的现象,强化针对她们的社交援助与心理健康措施,旨在提升其学习投入水平。

参考文献

[1]周喆林, 庞官连, 侯祝寿, 等. 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[J]. 中国健康教育, 2024, 40(08): 748-752.
 [2]周星含. 《道德经》思想对大学生社交焦虑的应对分析[J]. 大众文艺, 2024, (16): 196-198.
 [3]孙惠梅. 大学生自我客体化与心理健康的关系: 自我接纳的调节作用及干预[D]. 青海师范大学, 2023.
 [4]马曼君. 女大学生自我客体化对抑郁的影响[D]. 四川师范大学, 2023.