

DOI: 10.13718/j.cnki.xdsk.2019.02.006

# 中学新生心理素质与社交焦虑的关系： 自尊和领悟社会支持的中介作用<sup>①</sup>

张 婷<sup>1,2</sup>, 张大均<sup>1,2</sup>

1. 西南大学 心理学部, 重庆 400715; 2. 西南大学 心理健康教育研究中心, 重庆 400715

**摘要:** 为探讨中学新生心理素质、自尊、领悟社会支持和社交焦虑间的关系, 以及自尊和领悟社会支持在心理素质与社交焦虑之间所起的作用, 采用中学生心理素质问卷(简化版)、自尊量表、领悟社会支持量表和社交回避及苦恼量表收集 1 120 名在校中学新生的数据并进行分析。结果发现: ① 中学新生的心理素质、自尊、领悟社会支持以及社交焦虑四者之间两两显著相关; 心理素质能正向预测自尊与领悟社会支持, 负向预测社交焦虑。② 自尊和领悟社会支持在心理素质与社交焦虑间起连续中介作用。

**关键词:** 心理素质; 社交焦虑; 自尊; 领悟社会支持; 中学新生

**中图分类号:** B844.1

**文献标志码:** A

**文章编号:** 1673-9868(2019)02-0039-07

心理素质是以生理条件为基础, 将外在刺激内化为基本、稳定、衍生性的, 且与人的适应和创造行为密切联系的心理品质<sup>[1-2]</sup>。已有研究表明<sup>[3]</sup>, 心理素质与心理健康紧密联系, 心理素质是相对稳定的内在心理品质, 心理健康是外在积极良好的心理状态; 个体心理素质水平高则较少产生心理问题, 处于心理健康状态, 反之则易出现心理问题, 处于心理不健康状态。可见, 二者的关系实质是“本”与“标”的关系<sup>[4]</sup>, 研究者<sup>[5]</sup>构建的二者关系模型也强调了心理素质于心理健康的核心作用。

自尊是个体对自己能力和价值感的一种情感体验<sup>[6]</sup>, 是社会比较过程中获得的对自我价值的积极评价与体验<sup>[7]</sup>。自尊是与个体心理健康水平密切相关的自我系统核心成分之一<sup>[8]</sup>, 是心理健康的重要指标<sup>[9]</sup>。恐惧管理理论提出降低焦虑恐惧需要通过提高自尊来实现<sup>[10]</sup>, 这对维持个体的心理健康有决定性作用<sup>[11]</sup>。研究表明, 自尊能维持个体人格稳定与持久发展<sup>[12]</sup>, 能保护个体免受消极情绪侵扰<sup>[13]</sup>, 自尊水平越高抑郁程度就相对较低<sup>[14]</sup>。针对不同群体的研究发现, 自尊与自我接纳关系密切<sup>[15]</sup>, 自尊能有效预测个体的幸福感和抑郁<sup>[16]</sup>, 安全感与自尊水平正相关<sup>[12]</sup>; 物质成瘾人员的自尊水平低于正常人, 且低自尊戒毒人员复吸概率远大于高自尊戒毒人员<sup>[17]</sup>。

社会支持是一种重要的社会资源, 包括物质支持和精神慰藉<sup>[18]</sup>, 与个体心理健康密切相关, 反映个体与社会的联系程度与好坏, 分为实际社会支持和领悟社会支持两部分。领悟社会支持是与客观的实际社会支持相对应的主观性社会支持, 对个体心理健康的影响比实际社会支持更甚, 对个体心理健康更有意义。领悟社会支持是个体对社会支持的感受和评价, 是个体对社会交往过程中感受到被支持、尊重和理解的满意程度和情绪体验<sup>[19]</sup>。

涉及动物与人类的研究均发现, 社交关系对个体健康有保护性作用, 尤其是能调节并缓冲有害因素造成的潜在威胁<sup>[20]</sup>, 还能调解长期心理压力, 对心理健康产生增益性作用<sup>[21]</sup>。在相同程度的压力情境中, 高

① 收稿日期: 2018-11-28

基金项目: 全国教育科学规划教育部青年课题(EBA170438)。

作者简介: 张 婷(1994-), 女, 硕士研究生, 主要从事心理素质与心理健康教育的研究。

通信作者: 张大均, 教授, 博士研究生导师。

领悟社会支持的个体能更多地感受到他人的支持,从而减缓受到的社会压力,较少出现抑郁情绪<sup>[22]</sup>,从而体会到更高的安全感和幸福感<sup>[23-24]</sup>.领悟社会支持与个体心理满意度显著相关<sup>[25]</sup>.高领悟社会支持的个体会因感知到的社会支持更多而产生更多积极情绪体验,从而获得更高的满意度;相反,低领悟社会支持的个体会因感知到社会支持不足而产生更多消极情绪体验,心理满意度降低.因而领悟社会支持过低会给心理健康状况带来不良影响.研究表明,社会支持能降低焦虑与抑郁等情绪反应<sup>[26]</sup>;高师生的领悟社会支持与自我和谐显著负相关,能预测个体自我和谐程度<sup>[27]</sup>;领悟社会支持还与自杀态度联系紧密,领悟社会支持水平越低自杀态度越坚定<sup>[28]</sup>.

心理学家对社交焦虑的关注日益增加.社交焦虑指个体对人际处境有强烈的忧虑、紧张或恐惧等情绪反应与回避行为<sup>[29]</sup>,即社交苦恼与社交回避.社交回避是个体回避社会交往的外在行为表现,社交苦恼是个体身处其境的内在情感反应.青少年正处于社交焦虑高发期,社交回避和社交苦恼会使青少年学习知识和锻炼技能的机会大幅度缩减,导致个体出现各类社会功能受损的现象,更甚还会出现一系列躯体不适症状.焦虑与抑郁分不开,通常个体出现焦虑情绪后也将出现抑郁情绪,甚至可能加强自杀意念<sup>[30]</sup>,此外,回避型人格等负面状况也会随之产生.研究发现<sup>[30]</sup>,社交焦虑者的情绪表达、社会功能及生命活力等都会受限制,导致家庭关系、受教育机会和社会工作能力等严重受损,出现较高未婚率、离婚率及失业率,社交焦虑者对自身健康的评价远低于正常水平.社交焦虑会冲击个体的身心防线,妨碍个体正常心理与社会功能的发挥<sup>[31]</sup>,严重降低心理健康水平.

综上,心理素质、自尊、领悟社会支持及社交焦虑联系紧密,以往研究分别对这 4 个变量进行了探讨,但对 4 个变量关系进行探讨的研究较为少见,特别是以中学新生为对象的研究还未见到.本研究以中学新生为研究对象,探究心理素质、自尊、领悟社会支持及社交焦虑间的关系,以期推进中学新生这一特殊群体的心理素质及心理健康研究,为改善中学新生的心理健康状况和提升心理健康水平提供科学依据.

基于以上分析提出假设:① 心理素质正向预测中学新生自尊与领悟社会支持,负向预测社交焦虑;② 自尊正向预测中学新生领悟社会支持,负向预测社交焦虑;③ 领悟社会支持负向预测中学新生社交焦虑;④ 自尊和领悟社会支持在心理素质对社交焦虑的影响中起连续中介作用.

## 1 研究方法

### 1.1 研究对象

采用整群随机抽样方法在西南片区选取 2 所学校,抽取高一和初一共 20 个班级进行施测,剔除无效问卷后最终获得有效问卷 1 120 份.其中,高一 608 人(54.3%),初一 512 人(45.7%);男生 588(52.5%)人,女生 505(45.1%)人;平均年龄 13.84(SD=2.36)岁.

### 1.2 研究工具

#### 1.2.1 中学生心理素质问卷(简化版)

采用胡天强修订的中学生心理素质问卷(简化版)<sup>[32]</sup>,共 24 个题项,认知、个性、适应性 3 个分量表.采用 5 级计分,从“非常不合适”到“非常合适”分别计 1 到 5 分,分数越高代表心理素质越好.本研究中,心理素质量表及各分量表的内部一致性系数分别为 0.898,0.823,0.760,0.743.

#### 1.2.2 自尊量表

采用 Rosenberg 自尊量表<sup>[33]</sup>,共 10 个题项.采用 4 级计分,从“极不符合”到“非常符合”分别计 1 到 4 分,分数越高代表自尊水平越高.因文化差异会使中西方被试对第 8 题项的理解出现偏差,因此本研究该题得分不计入总分.本研究中,该量表的内部一致性系数为 0.809.

#### 1.2.3 领悟社会支持量表

采用黄丽等修订的领悟社会支持量表<sup>[34]</sup>,并将原量表中“领导、亲戚、同事”修改为“老师、同学、亲戚”,共 12 个题项,分家庭支持、朋友支持、其他支持 3 个分量表.采用 7 级计分,从“极不同意”到“极同意”分别计 1 到 7 分.本研究中,领悟社会支持量表及各分量表的内部一致性系数分别为 0.890,0.739,0.809,0.814.

### 1.2.4 社交回避及苦恼量表

采用社交焦虑临床评估中较多使用的社交回避及苦恼量表,共28个题项,有社交回避和社交苦恼2个分量表.采用“是否”评分,得分范围从0到28分<sup>[35]</sup>.本研究中,社交回避及苦恼量表和各分量表的内部一致性系数分别为0.848,0.723,0.776.

### 1.3 数据处理

采用SPSS 22.0和Hayes(2013)的SPSS宏程序PROCESS进行数据统计分析.

被试同时填写4个问卷可能存在共同方法偏差,故采用Harman单因素检验法进行检验.结果显示,有29个因子特征值大于1,且第1个因子解释总方差变异的15.57%,低于临界值,即出现共同方法偏差的可能较小.

## 2 研究结果

### 2.1 中学新生心理素质、自尊、领悟社会支持及社交焦虑的学段与性别差异检验

为了解中学新生心理素质、自尊、领悟社会支持及社交焦虑在学段与性别上差异是否具有统计学意义,对四者进行独立样本 $t$ 检验,结果见表1.

表1 中学新生心理素质、自尊、领悟社会支持及社交焦虑的学段与性别差异( $N=1\ 120$ )

变量	高一( $n=608$ )	初一( $n=512$ )	$t$	男( $n=588$ )	女( $n=505$ )	$t$
	$M\pm SD$	$M\pm SD$		$M\pm SD$	$M\pm SD$	
心理素质	81.26±12.81	87.64±13.16	-8.20***	84.65±13.42	83.71±13.29	1.62
领悟社会支持	58.51±12.64	61.92±11.28	-4.72***	59.73±12.45	60.4±11.89	-0.95
自尊	25.09±4.60	25.86±4.14	-2.95**	25.93±4.27	24.90±4.50	3.89***
社交焦虑	12.49±6.36	13.35±5.53	-2.42*	12.32±5.74	13.51±6.29	-3.25**

注: \*:  $p<0.05$ ; \*\*:  $p<0.01$ ; \*\*\*:  $p<0.001$ .

表1显示,中学新生心理素质在学段上差异具有统计学意义,高一新生心理素质总分及各分维度得分均显著低于初一新生;领悟社会支持在学段上差异具有统计学意义,高一新生领悟社会支持总分及各分维度得分显著低于初一新生;自尊在学段上差异具有统计学意义,高一新生自尊显著低于初一新生;社交焦虑在学段上差异具有统计学意义,高一新生社交焦虑及社交苦恼维度得分显著低于初一新生.

中学新生心理素质与领悟社会支持在性别上差异不具有统计学意义;自尊在性别上差异具有统计学意义,男生自尊显著高于女生;社交焦虑在性别上差异具有统计学意义,男生社交焦虑总分及各分维度得分均显著低于女生.

### 2.2 中学新生心理素质、自尊、领悟社会支持及社交焦虑的相关分析

为了解中学新生心理素质、自尊、领悟社会支持及社交焦虑四者的相关关系,对四者进行相关分析.结果见表2.

表2 中学新生心理素质、自尊、领悟社会支持及社交焦虑的相关矩阵( $N=1\ 120$ )

变量	$M$	$SD$	心理素质	自尊	领悟社会支持	社交焦虑
心理素质	84.18	13.35	—			
自尊	25.44	4.41	0.44***	—		
领悟社会支持	60.07	12.15	0.44***	0.37***	—	
社交焦虑	12.88	6.00	-0.30***	-0.41**	-0.32**	—

注: \*:  $p<0.05$ ; \*\*:  $p<0.01$ ; \*\*\*:  $p<0.001$ .

表2显示,中学新生心理素质、自尊、领悟社会支持及社交焦虑两两显著相关,即中学新生心理素质与领悟社会支持、自尊显著正相关,与社交焦虑显著负相关;领悟社会支持与自尊显著正相关,与社交焦虑显著负相关;自尊与社交焦虑显著负相关.

### 2.3 中介作用检验

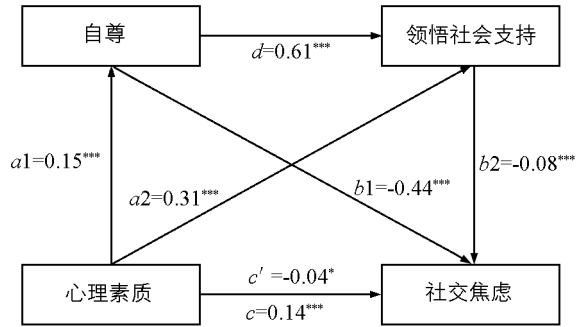
对变量进行中心化后,进一步检测中学新生自尊和领悟社会支持在心理素质与社交焦虑间的中介作用,结果见表3和图1.

表 3 链式中介作用的回归分析(N=1 120)

系数	效应量	Boot SE	Bootstrap 下限	Bootstrap 上限
$a1b1$	-0.07	0.007 6	-0.080 6	-0.051 1
$a2b2$	-0.02	0.005 2	-0.036 1	-0.015 3
$a1db2$	-0.01	0.001 8	-0.011 6	-0.004 3
总间接效应	-0.10	0.009 2	-0.116 7	-0.080 4

注： $a1$  为心理素质单独预测自尊、社交焦虑的回归系数； $a2, d$  为心理素质、自尊共同预测领悟社会支持的回归系数； $b1, b2$  为心理素质与自尊、领悟社会支持共同预测社交焦虑的回归系数。

表 3 和图 1 显示心理素质能有效预测自尊和领悟社会支持，自尊能有效预测领悟社会支持和社交焦虑，领悟社会支持能有效预测社交焦虑，心理素质单独和连续通过自尊、领悟社会支持预测社交焦虑的间接效应均有统计学意义，且各回归系数、效果量的 95% 置信区间均不包括 0，表明间接效应有统计学意义。综上，自尊和领悟社会支持在中学新生心理素质与社交焦虑间起显著的连续中介作用，总中介效应占总效应比例为 71.4%。



$a1, c$  为心理素质单独预测自尊、社交焦虑的回归系数； $a2, d$  为心理素质、自尊共同预测领悟社会支持的回归系数； $c', b1, b2$  为心理素质与自尊、领悟社会支持共同预测社交焦虑的回归系数。

图 1 连续中介路径模型

## 3 讨论

### 3.1 中学新生心理素质、自尊、领悟社会支持与社交焦虑的学段与性别差异

不同学段的中学新生心理素质差异具有统计学意义，高一新生心理素质及 3 个分维度均显著低于初一新生；不同性别的中学新生心理素质及各分维度差异不具有统计学意义。这与以往研究结果一致。武丽丽等人<sup>[36]</sup>的研究证明中学生心理素质和各分维度的发展呈现出随年级升高而下降的趋势，高中生心理素质水平显著低于初中生。从初中到高中，青少年应对的压力逐步增大，情感烦恼逐渐增多，但社会支持却有逐渐减少的趋势<sup>[37]</sup>，因而在困扰增多而支持不足的情况下会产生不同程度的心理问题<sup>[38]</sup>，高一新生心理素质较初一新生有下降趋势；发展心理学认为女生身心发育时间点均早于男生，但这种差异进入青春期后逐渐减小<sup>[38]</sup>，因而中学新生心理素质性别差异不显著。

不同学段和性别的中学新生自尊差异具有统计学意义，高一新生自尊显著低于初一新生；男生自尊显著高于女生。这与以往研究结果一致<sup>[39]</sup>。高一新生刚经历了中考，升学压力、排名竞争、理想与现实的差距都能使高一新生产生更多挫败感，自尊心下降，而初一新生还处在九年义务教育阶段，无升学压力、未经历激烈竞争、失败经验少，因而初一新生自尊显著高于高一新生；自尊元分析研究证明，男生自尊水平整体高于女生<sup>[40]</sup>。中学生正处于“疾风骤雨”的青春期的飞跃期，个体生理和心理均开始快速发展，但心理发展速度慢于生理发育速度，此时心理发展还不成熟，个体更关注自我、更在意他人的评价。女生生理发育和心理发展都早于男生，在生理发育方面，女生的外形变化越来越明显，这可能会使其产生羞愧等情绪体验，自我评价会降低，自尊水平下降；在心理发育方面，女生的情感更敏感细腻，对外界评价更关注<sup>[39]</sup>，这也会降低女生的自尊水平。

不同学段的中学新生领悟社会支持差异具有统计学意义，高一新生领悟社会支持整体及 3 个分维度均显著低于初一新生；不同性别的中学新生领悟社会支持差异不具有统计学意义。这可能是由于高一新生心理发育较初一新生更加成熟，自我意识与独立意识增强，成人感高涨，对他人的依赖感大幅降低，希望凡事自己做主，忽视甚至排斥外界关心，加上客观社会支持本就减少<sup>[37]</sup>，领悟社会支持自然就更少，因此高一新生的领悟社会支持自然显著低于初一新生。

不同学段和性别的中学新生社交焦虑差异具有统计学意义,高一新生社交焦虑及社交苦恼维度显著低于初一新生;男生社交焦虑及各维度均显著低于女生.这可能是因为高一新生已经多次经历过融入新集体的过程,并在此过程中积累了社交经验,降低了出现社交焦虑的可能性;而男生在社交情境中往往比女生更活跃,各方面感受不够敏感,因此对社交过程中的挫折更具耐受性,更愿参与社交活动.

### 3.2 中学新生心理素质、自尊、领悟社会支持与社交焦虑的相关

中学新生的心理素质、自尊、领悟社会支持及社交焦虑之间两两呈显著相关,心理素质显著正向预测自尊和领悟社会支持,显著负向预测社交焦虑;自尊显著正向预测领悟社会支持,显著负向预测社交焦虑;领悟社会支持显著负向预测社交焦虑.

心理素质对心理健康起支配作用,自尊更是心理健康的重要指标,因此心理素质能显著正向预测自尊.领悟社会支持在预测和提高个体心理健康水平方面有重大意义<sup>[18]</sup>,低领悟社会支持个体倾向于从消极角度的考虑,对很多社会支持不能进行有效的感受,无法利用这些重要资源,还可能对他人行为出现严重理解偏差,产生不利于心理健康的情绪体验<sup>[41]</sup>,可以说领悟社会支持也是心理健康的评估指标,且还与心理素质适应性品质中的人际适应因子联系甚密,本就是积极人际适应的一种表现,因此心理素质能显著正向预测领悟社会支持,心理素质越好,人际适应越好,领悟社会支持就越多.心理素质能对个体心理健康产生保护性作用,而社交焦虑则会对个体心理健康产生负面影响,危害个体心理健康状况,因此心理素质能负向预测社交焦虑,心理素质越好,社交焦虑越少.自尊水平越高,自我评价越高,个体在与他人交往的过程中才会更自信,更积极地看待他人行为和接纳他人支持,相应地,领悟社会支持就越高.自尊水平较高的个体无论在知、情、意还是在社会行为等方面都更加积极,因此在社交情境里也会有更多积极社交行为,反之,低自尊水平个体则会偏向消极一端,更易产生社交焦虑的情绪和行为<sup>[42]</sup>.领悟社会支持越高,个体越倾向于将他人言行举止视为支持性行为<sup>[21]</sup>,这使得个体能积极看待和应对社交情境,在社交交往中趋于积极主动;反之,若领悟社会支持低,则个体倾向于将他人行为视为威胁性行为,因此会增加其对社交情境的逃避和阻抗.

### 3.3 中学新生自尊和领悟社会支持在心理素质与社交焦虑之间的中介效应

本研究发现,自尊和领悟社会支持是中学新生心理素质与社交焦虑之间的重要中介变量.中学新生自尊和领悟社会支持在心理素质与社交焦虑间起显著连续中介作用,即中学新生的心理素质能通过自尊和领悟社会支持间接对社交焦虑产生影响,总中介效应占比71.4%.

中学新生是一个特殊的群体,正处于人生关键阶段——身心急剧变化的青春期,此时个体的身体和心理都开始发生变化,生理迅速发展,心理快速成熟,个体的世界观、人生观、价值观开始形成并定型<sup>[18]</sup>.在复杂的生活及人际环境中,将出现更多的挑战,纷繁的信息夹杂诱惑与误导,很可能对中学新生产生大量不良影响.这一群体除了本就面临着的诸多生理和心理发展要求外,还刚进入一个全新环境,不仅要适应新学习环境,还要适应新人际环境.所以,对中学新生群体来说缓解和消除社交焦虑意义重大.

心理素质对社交焦虑的显著预测作用给出了新的提示,心理素质影响社交焦虑,高心理素质个体倾向于积极应对社交情境.心理素质是儿童青少年的核心素质<sup>[43]</sup>,心理素质越高的个体不仅在认知和个性品质上更积极,在适应方面能力也更强,高心理素质个体能正确认识自己,摆正自己的位置,能够很好地认识外在事物,正确看待与他人的关系,与他人和谐相处,更好地适应改变,以正确的心态看待环境的变化以及人与人之间的关系变化,更好地控制自己的心理与行为<sup>[44]</sup>.落实到本研究中,中学新生心理素质越高,越能自尊、自信、自爱,越能接纳他人,进而领悟到更多的社会支持,对社交情境的解读就更加积极,产生的社交焦虑情绪或行为就更少.

## 4 结论

1) 中学新生的心理素质、自尊、领悟社会支持以及社交焦虑两两呈显著相关;心理素质正向预测自尊与领悟社会支持( $r=0.456, r=0.441, p<0.001$ ),负向预测社交焦虑( $r=-0.296, p<0.001$ );自尊正向预测领悟社会支持( $r=0.376, p<0.001$ ),负向预测社交焦虑( $r=-0.413, p<0.001$ );领悟社会支持负向预测社交焦虑( $r=-0.315, p<0.001$ ).

2) 自尊和领悟社会支持在心理素质对社交焦虑的影响中起连续中介作用, 总中介效应占总效应的 71.4%。心理素质对中学新生的社交焦虑有显著的预测和控制作用, 且这种作用有一部分是通过自尊和领悟社会支持来实现的。

本研究丰富了心理素质研究, 为进一步加强心理素质教育提供了科学基础。本研究的结论给教育者和研究者带来的启示是: 在中学生特别是中学新生的心理素质培养和心理健康教育中, 有必要重视学生自尊和领悟社会支持的培养和提升, 从而缓解乃至消除社交焦虑, 维护个体心理健康, 促进个体健康发展。

### 参考文献:

- [1] 张大均, 冯正直, 郭成, 等. 关于学生心理素质研究的几个问题 [J]. 西南师范大学学报(人文社会科学版), 2000, 26(3): 56—62.
- [2] 张大均. 论人的心理素质 [J]. 心理与行为研究, 2003, 1(2): 143—146.
- [3] 梁运佳. 幼儿心理素质基本成分与发展特点的研究 [D]. 重庆: 西南师范大学, 2005.
- [4] ZHANG D J, WANG J L, YU L. Methods and Implementary Strategies on Cultivating Students' Psychological Suzhi [M]. New York: Nova Science Publishers, 2011.
- [5] 王鑫强, 张大均. 心理素质与心理健康关系模型构建: 对 PTH 和 DFM 的超越 [J]. 西南大学学报(社会科学版), 2012, 38(6): 67—74, 174.
- [6] 威廉·詹姆斯. 心理学原理 [M]. 唐钺, 译. 北京: 北京大学出版社, 2013.
- [7] 魏运华. 自尊的心理发展与教育 [M]. 北京: 北京师范大学出版社, 2004.
- [8] 朱政光, 张大均, 吴佳禾, 等. 心理素质与学业倦怠的关系: 自尊的中介作用 [J]. 西南大学学报(自然科学版), 2018, 40(10): 58—64.
- [9] 杨丽珠, 张丽华. 论自尊的心理意义 [J]. 心理学探新, 2003, 23(4): 10—12+16.
- [10] 张阳阳, 佐斌. 自尊的恐惧管理理论研究述评 [J]. 心理科学进展, 2006, 14(2): 273—280.
- [11] GREENBERG J, SOLOMON S, PYSZCZYNSKI T, et al. Why Do People Need Self-Esteem? Converging Evidence that Self-Esteem Serves an Anxiety-Buffering Function [J]. Journal of Personality and Social Psychology, 1992, 63(6), 913—922.
- [12] 许素梅, 孙福兵. 高职生安全感与自尊的相关研究 [J]. 中国健康心理学杂志, 2011, 19(1): 90—91.
- [13] 张林. 青少年自尊结构、发展特点及其影响因素的研究 [D]. 长春: 东北师范大学, 2004.
- [14] MACINNERS D L. Self-Esteem and Self-Acceptance: An Examination into Their Relationship and Their Effect on Psychological Health [J]. Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing, 2006, 13(5): 483—489.
- [15] 高文凤, 丛中. 医学院新生自尊与自我接纳心理调查 [J]. 中国学校卫生, 2001, 22(1): 18—19.
- [16] 钟慧, 黄希庭. 初中生的自我价值感与心理健康的相关研究 [J]. 中国临床心理学杂志, 2003, 11(1): 31—33+14.
- [17] 王巍霓. 团体心理辅导对戒毒人员自尊、特定人际信任与领悟社会支持的影响 [D]. 上海: 上海师范大学, 2015.
- [18] 叶俊杰. 大学生领悟社会支持的影响因素的研究 [J]. 心理科学, 2005, 28(6): 1468—1471.
- [19] BARRERA M. Distinctions Between Social Support Concepts, Measures and Models [J]. American Journal of Community Psychology, 1986, 14(4): 413—445.
- [20] 李格格. 大学生领悟社会支持与社会适应的关系——归属感与归属需要的作用机制 [D]. 上海: 华东师范大学, 2017.
- [21] BRISSETTE I, SCHEIER M F, CARVER C S. The Role of Optimism in Social Network Development, Coping, and Psychological Adjustment during a Life Transition [J]. Journal of Personality and Social Psychology, 2002, 82(1): 102—111.
- [22] 刘志芬. 社会支持的研究综述 [J]. 文教资料, 2011(30): 127—128.
- [23] 李儒林. 大学生主观幸福感相关因素的研究 [J]. 中国健康心理学杂志, 2007, 15(10): 865—868.
- [24] 张芝, 胡朝兵. 农村留守儿童多学科研究述评与展望 [J]. 现代教育科学(普教研究), 2010(5): 57—59.
- [25] 陈明琴, 刘发勇. 民族院校大学生生活满意度与正负情感、领悟社会支持的相关研究 [J]. 贵州师范大学学报(自然科学版), 2010, 28(3): 50—53.
- [26] 赵秋振, 王俊明. 医学生领悟社会支持对焦虑、抑郁情绪的影响 [J]. 河北北方学院学报(自然科学版), 2011, 27(3): 97—98.
- [27] 杨震. 高师生自我和谐及其与领悟社会支持的关系 [J]. 中国健康心理学杂志, 2008, 16(10): 1135—1137.
- [28] 徐含笑. 大学生领悟社会支持和自杀态度的关系 [J]. 安康学院学报, 2010, 22(5): 29—31.

- [29] 郭晓薇. 大学生社交焦虑成因的研究 [J]. 心理学探新, 2000, 20(1): 55-58.
- [30] LIEB R, WITTCHEN HU, HÖFLER M, et al. Parental Psychopathology, Parenting Styles, and the Risk of Social Phobia in Offspring: A Prospective-Longitudinal Community Study [J]. Archives of General Psychiatry, 2000, 57(9): 859-866.
- [31] 李荣刚. 大学生社交焦虑的现状及其心理干预研究 [D]. 苏州: 苏州大学, 2009.
- [32] 胡天强, 张大均, 程刚. 中学生心理素质问卷(简化版)的修编及信效度检验 [J]. 西南大学学报(社会科学版), 2017, 43(2): 120-126.
- [33] 田录梅. Rosenberg(1965)自尊量表中文版的美中不足 [J]. 心理学探新, 2006, 26(2): 88-91.
- [34] 严标宾, 郑雪. 大学生社会支持、自尊和主观幸福感的关系研究 [J]. 心理发展与教育, 2006(3): 60-64.
- [35] 汪向东, 王希林, 马弘. 心理卫生评定量表手册 [M]. 北京: 中国心理卫生杂志社, 1999.
- [36] 武丽丽, 张大均, 张雪琪, 等. 中学生心理素质量表全国常模的制定 [J]. 西南大学学报(社会科学版), 2017, 43(6): 98-105, 195.
- [37] 王鑫强, 张大均. 青少年心理素质与心理健康关系模型研究 [M]. 北京: 科学出版社, 2015.
- [38] 林崇德. 发展心理学 [M]. 北京: 人民教育出版社, 1995.
- [39] 孙易卓. 高中生社会地位、自尊、负面评价恐惧和社交焦虑的关系研究 [D]. 重庆: 西南大学, 2015.
- [40] FEINGOLD A. Gender Differences in Personality: A Meta-Analysis [J]. Psychological Bulletin, 1994, 116(3): 429-456.
- [41] 王瑞琪. 中学生核心自我评价、领悟社会支持与主观幸福感的关系研究 [D]. 天津: 天津师范大学, 2017.
- [42] 洪幼娟, 宋兴川. 自尊对自尊需要与社交焦虑的调节与中介作用 [J]. 中国健康心理学杂志, 2014, 22(2): 285-287.
- [43] 李佳佳, 张大均, 刘广增, 等. 8-12岁儿童父母教养方式与同伴接纳: 心理素质的中介作用 [J]. 西南大学学报(自然科学版), 2018, 40(1): 64-70.
- [44] 刘广增, 张大均, 潘彦谷, 等. 中学生心理素质与同伴关系的研究: 自尊的中介作用 [J]. 心理科学, 2016, 39(6): 1290-1295.

## The Relationship Between Middle School Freshmen's Psychological *Suzhi* and Social Anxiety: The Mediating Role of Self-Esteem and Perceived Social Support

ZHANG Ting, ZHANG Da-jun

1. Faculty of Psychology, Southwest University, Chongqing 400715, China;

2. Research Center of Mental Health Education, Southwest University, Chongqing 400715, China

**Abstract:** The study aimed to explore the relationship between psychological *suzhi*, self-esteem, perceived social support and social anxiety in middle school freshmen and the mediating effect of self-esteem and perceived social support. A total of 1 120 middle school freshmen were investigated by The Questionnaire of the Middle School Students' Psychological *Suzhi* Scale (simplified version), The Self-esteem Scale (SES), The Perceived Social Support Scale (PSSS) and The Social Avoidance and Distress Scale (SAD), and the data was analyzed using SPSS 22.0. The results showed that psychological *suzhi* had a significant predictive and controlling effect on social anxiety for middle school freshmen, and that part of this effect was achieved through self-esteem and perceived social support.

**Key words:** psychological *suzhi*; social anxiety; self-esteem; perceived social support; middle school freshmen

责任编辑 胡杨  
崔玉洁