

# 高职生社交网络使用与身体意象的关系：领悟社会支持的调节作用

石一君 吴真

天津职业技术师范大学职业教育学院心理系, 天津 300222

**[摘要]目的** 探索高职生社交网络使用、领悟社会支持与身体意象的关系及作用机制。**方法** 本研究于2021年10月~2022年3月进行,采用社交网络使用强度量表、领悟社会支持量表、身体意象状态量表对1 857例高职生进行了线上施测。对数据进行独立样本 *t* 检验、方差分析和相关分析。**结果** ①社交网络使用与身体意象呈显著负相关 ( $r=-0.251, P<0.01$ ), 社交网络使用与领悟社会支持呈显著正相关 ( $r=0.454, P<0.01$ ), 领悟社会支持与身体意象呈显著正相关 ( $r=0.473, P<0.01$ ); ②高职生领悟社会支持在社交网络使用与身体意象之间起调节作用 ( $\beta=0.082, t=3.894, P<0.001$ )。**结论** 对于较高领悟社会支持的高职生, 社交网络使用对身体意象存在显著正向预测作用, 而对于较低领悟社会支持的高职生, 社交网络使用对身体意象的预测作用不显著。

**[关键词]** 社交网络使用; 领悟社会支持; 身体意象; 高职生

**[中图分类号]** B84 **[文献标识码]** A doi:10.19738/j.cnki.psy.2022.18.011

## The relationship between social network use and body image in vocational college students: moderating effect of perceived social support

SHI Yijun, WU Zhen

Department of Psychology, College of Vocational Education, Tianjin University of Technology and Education, Tianjin 300222, China

**[Abstract]Objective** To explore the relationship between social network use, perceived social support and body image of higher vocational students and its mechanism. **Methods** This study was conducted from October 2021 to March 2022. A total of 1 857 higher vocational students were tested online with the social network use intensity scale, perceived social support scale and body image status scale. Independent samples *t* test, analysis of variance and correlation analysis were performed on the data. **Results** ①Social network use are significantly negatively correlated with body image ( $r=-0.251, P<0.01$ ), social network use are significantly positively correlated with perceived social support ( $r=0.454, P<0.01$ ), perceived social support are significantly positively correlated with body image ( $r=0.473, P<0.01$ ); ②the level of perceived social support moderated the relationship between social network use and body image in vocational college students ( $\beta=0.082, t=3.894, P<0.001$ ). **Conclusion** For vocational students with higher perceived social support, social network use can significantly positively predict body image, while for vocational students with lower perceived social support, the predictive effect of social network use is not significant.

**[Key words]** social network use; perceived social support; body image; vocational college students

随着移动互联网的高速发展, 信息化时代的大趋势锐不可当, 截至2021年6月, 我国网民规模已达10.11亿, 以微信、微博为代表的社交网络用户规模已达9.83亿(占比97.30%), 其中微博活跃用户达4.46亿, 16~25岁人群占比高达61%<sup>[1]</sup>。可见, 时间相对自由、网络使用主动性强的大学生群体是使用社交网络的主力军。社交网络具有开放性、交互性的特点, 允许用户输入个人信息创建账号, 如上传头像照片、填写兴趣爱好等。社交网络使用是指个体经注册登录成为其用户后使用平台的相应功能, 比如线上聊天, 发布自己的或浏览好友的照片和动态, 并进行互动等等。身体意象的社会文化理论指出, 社会文化将通过大众传媒的广泛传播影响个体对自己身体的认知评价<sup>[2]</sup>。而社交网络已经成为当下青少年交流互动和获取信息的主要媒介之一。作为自我概念的重要组成部分, 身体意象是指个体在社会化过程中对自己身体外形特征和功能的综合性认知评价、情绪体验及相关行为的调控<sup>[3]</sup>。研究<sup>[2]</sup>发现, 社交网络使用与身体意象关系密切, 有学者<sup>[4]</sup>认为社交网络使用强度与身体意象满意度间存在显著正相关, 通过社交网络中的自我呈现提升个体的自信与价值感从而提升身体意象。然而, 一些学者<sup>[5-6]</sup>对此持相反意见, 认为社交网络使用对身体意象存在消极影响, 如社交网络中呈现的完美身材照片会降低个体的身体意象。目前关于社交网络使用与身体意象关系的研究结果存在分歧, 原因之一可能是两者关系受到其他因素的影响。社会支持是个体通过社会联结获得的物质和精神支持, 有利于减轻压力并缓解消极情绪, 而领悟社会支持是对可获得的社会支持资源的主观感知<sup>[7]</sup>。提高大学生领悟社会支持水平能显著降低

由压力事件引起的焦虑、抑郁等负面情绪<sup>[8]</sup>。研究<sup>[9-10]</sup>发现, 与较低领悟社会支持个体相比, 领悟社会支持水平较高的个体在社交网络使用中更易对外貌相关刺激做出积极解释, 产生积极情绪, 从而提升身体意象。因此, 在研究社交网络使用与身体意象间关系时, 应将个体领悟社会支持水平纳入考虑范围, 领悟社会支持可能是两者关系中的一个调节变量。

综上所述, 本研究将以高职生为研究对象, 通过线上平台进行施测, 探究高职生社交网络使用与身体意象的关系, 以及领悟社会支持在其中的调节作用。

### 1 对象与方法

#### 1.1 研究对象

选取北京某高职院校学生为被试, 在所有被试知情同意的前提下, 于2021年10月~2022年3月进行线上施测, 共发放问卷2 005份, 删除作答时间过短和规律作答的问卷148份, 得到有效问卷1 857份。其中男生1 018例, 女生839例; 大一680例, 大二699例, 大三478例; 年龄跨度为16~24岁, 平均年龄 $19.41\pm 1.20$ 岁。

#### 1.2 研究工具

①社交网络使用强度量表: 该量表由Ellison等<sup>[11]</sup>编制, 孙晓军等<sup>[12]</sup>翻译, 共6个项目, 考察个体与社交网络的情感联结以及社交网络的生活卷入程度, 采用Likert 5级评分, 个体得分越高, 表明社交网络使用强度越大。本研究中该问卷的 $\alpha$ 系数为0.815。②领悟社会支持量表: 该量表由Zimet等<sup>[13]</sup>编制, 姜乾金<sup>[14]</sup>修订, 共12个项目, 采用Likert 7级评分, 得分越高表明个体感受到的社会支持水平越高。本研究中量表

作者简介: 石一君(1994.08-), 女, 硕士在读, 研究方向: 应用心理学

的 $\alpha$ 系数为0.98。③身体意象状态量表：该量表由Cash等<sup>[15]</sup>编制，王霁<sup>[16]</sup>翻译，包括6个项目，采用Likert 9级评分。分数越低表明个体的身体意象越消极，对自己外形特征及功能的满意度越低。本研究中该问卷的 $\alpha$ 系数为0.963。

### 1.3 统计学方法

采用SPSS 23.0进行描述统计、独立样本  $t$  检验、方差分析和相关分析；使用Hayes<sup>[17]</sup>编制的SPSS插件程序Process 4.0程序中的模型1进行调节作用检验。 $P < 0.05$ 为差异显著。

## 2 结果

### 2.1 共同方法偏差检验

采用Harman单因素检验法进行共同方法偏差检验<sup>[18]</sup>。结果显示，第一个因子解释的变异量为36.37%，低于40%的临界值，说明不存在明显的共同方法偏差。

### 2.2 研究变量的描述统计与相关分析

结果显示（表1），社交网络使用与身体意象呈显著负

表1 各变量的描述统计与相关分析 ( $\bar{x} \pm s$ )

变量	得分	社交网络使用	领悟社会支持	身体意象
社交网络使用	3.65±0.96	1		
领悟社会支持	5.28±1.37	0.454**	1	
身体意象	5.68±1.73	-0.251**	0.473**	1

注：\*\* $P < 0.01$

表2 领悟社会支持对社交网络使用与身体意象的调节作用

结果变量	预测变量	整体拟合指数			回归系数显著性	
		R	R <sup>2</sup>	F	$\beta$	t
身体意象	性别	0.511	0.264	130.212***	-0.473	-6.782***
	年级				0.221	5.131***
	社交网络使用				-0.112	-2.733**
	领悟社会支持				0.614	20.812***
	社交网络使用×领悟社会支持				0.082	3.894***

注：\*\* $P < 0.01$ ；\*\*\* $P < 0.001$

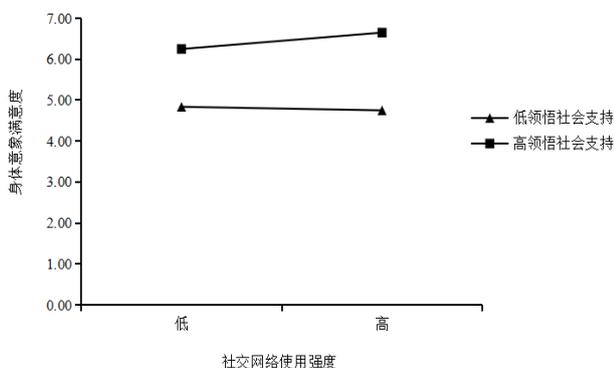


图1 领悟社会支持在社交网络使用与身体意象间的调节作用

## 3 讨论

本研究结果显示，高职生社交网络使用与身体意象之间呈显著负相关，即高职生的社交网络使用可以显著负向预测其身体意象，验证了以往关于社交网络使用对身体意象存在消极影响的研究结果<sup>[5-6]</sup>。调节作用分析表明，领悟社会支持在高职生社交网络使用与身体意象之间起调节作用，即领悟社会支持水平较高的高职院校学生在高强度、长时间社交网络使用的情况下，其对自身外貌的整体评价越积极。信息加工理论认为，个体在成长过程中形成了不同的信息加工模式，这种差异将导致人们对同一事件得出积极或者消极的不同加工结果。领悟社会支持作为社会支持的重要组成部分，

能够发挥重要作用，即在一定程度上影响个体对刺激的认知加工过程，使其对行为和事件的意义做出更具适应性且积极的解释，有利于产生客观的自身外形综合认知评价<sup>[19]</sup>。

### 2.3 领悟社会支持在社交网络使用与身体意象间的调节作用

将性别、年级作为控制变量，通过Bootstrap抽样5 000次对领悟社会支持在高职生社交网络使用与身体意象间的调节作用进行检验。结果显示（表2），社交网络使用与领悟社会支持的交互项对身体意象的预测作用显著（ $P < 0.001$ ）；且交互项95%置信区间不包括0（95%CI = [0.041, 0.126]），表明领悟社会支持调节了社交网络使用对身体意象的预测作用，调节作用显著。

进一步对调节作用做简单斜率检验，结果表明（图1），高职生社交网络使用与领悟社会支持的交互作用显著，即在较高领悟社会支持个体中，社交网络使用对身体意象存在显著正向预测作用；而在较低领悟社会支持个体中，社交网络使用对身体意象的预测作用不显著。

能够发挥重要作用，即在一定程度上影响个体对刺激的认知加工过程，使其对行为和事件的意义做出更具适应性且积极的解释，有利于产生客观的自身外形综合认知评价<sup>[19]</sup>。

生活在数字时代且受新型冠状病毒肺炎疫情的影响，人们的日常工作与生活受到诸多限制，有时不能够面对面沟通并交换信息，这使得线上社交网络使用强度与时长与日俱增，对个体产生许多消极影响，如对自身外貌综合评价的降低，从而诱发如身材焦虑、神经性厌食、抑郁等多种严重身心健康问题。大学生群体作为社交网络使用的主力军首当其冲，与高校本科生相比，高职院校学生可以更加灵活自由地支配时间，社交网络使用的主动性且心理特点更加复杂，因此更容易受到存在于社交网络中的信息影响，对自身的身体意象产生负向评价，进而影响其心理健康水平。这提醒广大高职院校工作者们要投入更多时间与精力，加强关注高职生社交网络使用情况及其身体意象评价，全力规范学生的社交网络使用，并引导其产生客观、积极的自我认知及评价；对身体意象评分较低的学生适时进行心理疏导，通过相关干预措施帮助学生尽早矫正其消极身体意象，疏解负面情绪，实现身心健康发展。

综上，本研究通过对领悟社会支持调节作用的考察，进一步探讨了高职院校学生社交网络使用与身体意象的关系，对在互联网时代下提升高职生身体意象评价，保持心理健康水平具有积极意义。然而，本研究仍存在提升空间，可进一步优化。本研究仅采用问卷调查法进行探讨，研究方法较为单一，未来研究可结合访谈法、实验法等多种研究方法，多维度地对社交网络使用、领悟社会支持与身体意象三者间的

下转第(43)页

- [5] 中华医学会精神病学分会.中国精神障碍分类与诊断标准第三版(精神障碍分类)[J].中华精神科杂志,2001,34(3):184-188.
- [6] 金玲,邵晓林,利培酮、奥氮平、喹硫平对首发精神分裂症患者认知功能改善效果评估[J].黑龙江医药,2020,33(6):1231-1234.
- [7] 王博禹,陈强,孙利波,等.喹硫平与利培酮治疗老年痴呆精神行为症状的临床对照研究[J].系统医学,2020,5(3):144-146.
- [8] 林永雄,王育红,谢玲银.富马酸喹硫平联合利培酮对双相情感障碍患者认知功能及生活质量的影响[J].黑龙江医药,2020,33(5):1104-1106.
- [9] 汤凯璇.利培酮或喹硫平联合多奈哌齐治疗老年痴呆伴精神行为障碍患者的临床效果及安全性[J].临床医药文献电子杂志,2020,7(55):144-145.
- [10] 吴兆明.喹硫平与利培酮治疗精神分裂症患者的效果观察及不良反应率分析[J].临床医药文献电子杂志,2020,7(71):151-152.
- [11] 舒代明,李琼,周勇军,等.喹硫平治疗癫痫性精神障碍的疗效及安全性[J].国际精神病学杂志,2020,47(1):98-100.
- [12] 何金华,王敬龙,王云汉,等.利培酮治疗康复期精神分裂症患者情感障碍及血清TNF- $\alpha$ 、IL-6、BDNF水平的影响[J].现代医学与健康研究(电子版),2020,4(7):35-37.
- [13] 李浩军,景兰,孟根花.4种抗精神病药物对精神分裂症患者脂代谢及血清催乳素水平的影响[J].中国医师杂志,2020,22(8):1255-1258.
- [14] 韩玉斌.探讨四种非典型抗精神病药物对精神分裂症患者内分泌激素水平的影响[J].中国处方药,2020,18(5):79-80.
- [15] 董勇,杨洪亮,墩雪菲.不同药物对老年精神分裂症患者的疗效比较及脂代谢的影响[J].当代医学,2020,26(34):111-114.
- [16] 孙亚麒,王育梅,吕全,等.双相障碍维持期药物临床疗效的系统评价和网络Meta分析[J].中华精神科杂志,2020,53(6):527-536.
- [17] 高景娜,崔利军,崔伟,等.奥氮平、利培酮及喹硫平对老年精神分裂症患者脂代谢及性激素水平的影响[J].中国老年学杂志,2019,39(24):6046-6048.
- [18] 王鹏举,王飞雪.利培酮或喹硫平联合多奈哌齐治疗老年痴呆伴精神行为障碍患者的临床效果及安全性[J].中国药物经济学,2019,14(11):38-41.
- [19] 唐江丽.用喹硫平对女性精神分裂症患者进行治疗对其体质量指数及体内生殖激素的影响[J].当代医药论丛,2019,17(20):144-145.
- [20] 孙文喜,张广亚,李传威,等.喹硫平与利培酮治疗中国老年精神分裂症有效性及安全性的Meta分析[J].药物流行病学杂志,2019,28(11):717-721.

## 上接第(36)页

关系进行探讨。

本研究属于横断研究,未能对领悟社会支持产生的调节作用进行跨时间追踪,今后的研究可以收集纵向数据,进一

步验证领悟社会支持的调节作用在社交网络使用对身体意象产生影响的过程。

(收稿日期:2022-07-10;修回日期:2022-08-30;编辑:齐亚梦)

## 参考文献

- [1] 中国互联网络信息中心.第48次中国互联网络发展状况统计报告[R].北京:中国互联网络信息中心,2021.<http://www.100ec.cn/home/detail--6599998.html>.
- [2] 许丹阳.社交网站使用对身体满意度的影响[D].北京:北京林业大学,2019.
- [3] Cash T, Fleming E, Alindogan J, et al. Beyond Body Image as a Trait: The Development and Validation of the Body Image States Scale[J]. Eating Disorders,2002,10(2):103-113.
- [4] 王丹.大学生社交网络使用、线上积极反馈与身体意象的关系研究[D].昆明:云南师范大学,2021.
- [5] Lee M, Lee H H. The Effects of SNS Appearance-Related Photo Activity on Women's Body Image and Self-Esteem[J]. Journal of the Korean Society of Clothing and Textiles,2017,41(5):858-871.
- [6] Lee M, Lee H H. Can Virtual Makeovers Using Photo Editing Applications Moderate Negative Media Influences on SNS Users' Body Satisfaction[J]? CANADIAN JOURNAL OF BEHAVIOURAL SCIENCE-REVUE CANADIENNE DES SCIENCES DU COMPORTEMENT, 2019,51(4):231-238.
- [7] Wethington E, Kessler R C. Perceived support, received support, and adjustment to stressful life events[J]. Journal of Health and Social Behavior, 1986,27(1):78-89.
- [8] 刘晓宇,张婉莹,许郡婷,等.生活事件对大学生焦虑和抑郁的影响[J].中国健康心理学杂志,2018,26(12):1906-1912.
- [9] 于慧,陈友庆.社交网络使用情况及领悟社会支持对高职院校大学生睡眠质量的影响[J].广西医学,2019,41(21):2786-2789.
- [10] Kirsch A C, Shapiro J B, Conley C S, et al. Explaining the pathway from familial and peer social support to disordered eating: Is body dissatisfaction the link for male and female adolescents[J]? Eating Behaviors,2016,22:175-181.
- [11] Ellison N B, Steinfield C, Lampe C. The benefits of Facebook "friends": Social capital and college students' use of online social network sites[J]. Journal of Computer-Mediated Communication,2007,12(4):1143-1168.
- [12] 孙晓军,连帅磊,牛更枫,等.社交网站使用对青少年抑郁的影响:上行社会比较的中介作用[J].中国临床心理学杂志,2016,24(1):32-35.
- [13] Zimet G D, Dahlem N W, Zimet S G, et al. The multidimensional scale of perceived social support[J]. Journal of Personality Assessment, 1988,52(1):30-41.
- [14] 姜乾金.领悟社会支持量表[J].中国行为医学科学,2001,10(10):4143.
- [15] Cash T F, Fleming E C, Alindogan J, et al. Beyond body image as a trait:The development and validation of the Body Image States Scale[J]. Eating Disorders,2002,10(2):103-113.
- [16] 王霖.身体意象状态量表的信度效度检验[D].武汉:武汉体育学院,2012.
- [17] Hayes A F. PROCESS: A Versatile Computational Tool for Observed Variable Mediation, Moderation, and Conditional Process Modeling[EB/OL]. [http://www.afhayes.com/public/process 2012.pdf](http://www.afhayes.com/public/process%202012.pdf).
- [18] 周浩,龙立荣.共同方法偏差的统计检验与控制方法[J].心理科学进展,2004,12(6):942-950.