

自尊对护生社交焦虑的影响：自我能力否定的中介作用

范中意¹, 曲楠楠¹, 陈华明^{2*}

1. 广州新华学院护理学院, 广东 广州 510000

2. 南方医科大学附属第三医院检验科, 广东 广州 510000

摘 要 : 为探讨护生社交焦虑与自尊以及自我能力否定倾向的关系, 采用社交焦虑量表、自我能力否定倾向量表和自尊量表对764名本科护生进行调查。护理本科生社交焦虑得分为(48.63±8.69)分; 护生社交焦虑和自我能力否定均与自尊呈显著负相关; 社交焦虑与自我能力否定呈显著正相关; 自我能力否定在自尊与社交焦虑之间起显著的中介调节作用, 中介效应占总效应的比例为70.7%。护生社交焦虑水平较高, 可通过提高护生自尊水平、降低护生自我能力否定倾向来减缓护生社交焦虑, 提高护生心理健康水平。

关 键 词 : 社交焦虑; 自我能力否定; 自尊; 护生

The Influence of Self-esteem on Social Anxiety of Nursing Students: The Mediating Role of Self-denial of Competence

Fan Zhongyi¹, Qu Nannan¹, Chen Huaming^{2*}

1. School of Nursing, Guangzhou Xinhua University, Guangzhou, Guangdong 510000

2. Department of Clinical Laboratory, the Third Affiliated Hospital of Southern Medical University, Guangzhou, Guangdong 510000

Abstract : To explore the relationships among social anxiety, self-esteem, and the tendency of self-denial of competence among nursing students, a total of 764 undergraduate nursing students were surveyed using the Social Anxiety Scale, the Self-denial of Competence Scale, and the Self-esteem Scale. The score of social anxiety of undergraduate nursing students was (48.63±8.69) points. Both social anxiety and the tendency of self-denial of competence among nursing students were significantly negatively correlated with self-esteem. Social anxiety was significantly positively correlated with the tendency of self-denial of competence. The tendency of self-denial of competence played a significant mediating role between self-esteem and social anxiety, and the proportion of the mediating effect to the total effect was 70.7%. The level of social anxiety among nursing students is relatively high. By improving the level of self-esteem and reducing the tendency of self-denial of competence among nursing students, social anxiety can be alleviated and the mental health level of nursing students can be improved.

Keywords : social anxiety; self-denial of competence; self-esteem; nursing students

引言

护生社交焦虑受到性别、人格类型、应对方式、自我效能、自我表露等的影响^[1-2], 其中自尊是重要影响因素之一。国内外研究^[3,4]提示: 低自尊的青少年往往伴随较高的社交焦虑; 自尊水平不仅直接关联于心理健康的状况, 还能够通过社交焦虑和述情障碍的独立中介效应, 以及社交焦虑与述情障碍之间的串联中介效应, 间接地对心理健康产生影响^[5]。自我能力否定倾向指的是, 在获得成功之际, 个人倾向于将成就归功于外部因素, 诸如勤奋工作、个人魅力、洞察力或吸引力等, 从而较少体验到内在的满足感与成就感^[6,7]。已有研究揭示, 高水平的自我能力否定与较高的焦虑症状相关联, 其中社交焦虑作为焦虑的一个关键方面^[8], 其表现形式之一便是个体对自己的消极评价。这种自我评价的负面倾向进一步影响着个人的社交互动。据此, 我们假设自我能力否定能够显著预测个体的社交焦虑程度。

本研究假设: 护生自尊与社交焦虑、自我能力否定显著负相关; 社交焦虑与自我能力否定显著正相关; 社交焦虑在自尊和自我能力否定中起中介调节作用。

基金项目: 2024年广东省高等教育教学改革项目“课程思政引领下精神护理学混合式教学模式实践与研究”。

作者简介:

范中意(1994.05—), 女, 汉族, 籍贯: 湖南隆回人, 广州新华学院护理学院, 助教, 硕士学位, 专业: 护理学, 研究方向: 护理教育和心理护理。

曲楠楠(1992.11—), 女, 汉族, 籍贯: 山东烟台人, 广州新华学院护理学院, 助教, 硕士学位, 专业: 预防兽医学, 研究方向: 思想政治教育。

通讯作者: 陈华明(1993—), 男, 汉族, 广东湛江人, 南方医科大学附属第三医院检验科, 检验师, 硕士学位, 专业: 免疫学, 研究方向: 质谱仪方法学开发。

通讯邮箱: chenhm2016@foxmail.com

一、对象与方法

(一) 研究对象

向广东省某高校护理专业本科生发放 764 份问卷, 获得有效问卷 764 份, 有效回收率为 86.03%。男生占 15%, 女生占 85%, 年龄为 (20 ± 1.5) 岁。不同性别、气质类型、担任学生干部经历、家庭月收入、父母教养方式护生的社交焦虑得分比较差异有统计学意义 ($P < 0.05$)。年级、生源地、是否独生子女、政治面貌、婚姻状况、职称、生源地、是否参加过社会实践活动、父母文化水平等比较差异均无统计学意义 ($P > 0.05$)。

(二) 研究工具

1. 一般资料调查表。本研究课题小组在查阅文献和咨询专家意见的基础上自行设计, 内容包括性别、年龄、气质类型、是否为独生子女、父母文化程度、家庭月收入、年级、政治面貌、担任班干部经历等。

2. 社交焦虑量表。该量表源自 Leary 于 1983 年编制的作品^[9], 通过《心理卫生评定量表手册》进行了翻译并发表, 其项目未做任何调整, 旨在评估个体的社交焦虑水平。该量表包含紧张与放松两个维度, 共计 15 个条目, 得分越高则表明社交焦虑程度越显著。在本研究中, 该量表的 Cronbach α 系数评估值为 0.85。

3. 自我能力否定量表。本研究采用国内学者蒋露苗^[10]汉化的版本, 包括 3 个维度、18 个条目。总分为 18 ~ 90 分, 得分越高表明自我能力否定倾向越严重。本研究中该量表的 Cronbach α 系数为 0.91。

4. 自尊量表。由 Rosenberg 于 1965 年编制, 后由季益富^[11]等引进、翻译并修订为中文版, 共 10 个项目, 总分为 10~40 分, 量表总分越高, 表明自尊程度越高。在本研究中量表的 Cronbach α 系数为 0.88。

(三) 数据处理

调查数据双人核录入 Excel, 采用 SPSS 24.0 和 AMOS 软件对数据进行统计分析。包括 t 检验、相关分析和结构方程模型。以 $P < 0.05$ 为差异有统计学意义^[12]。

二、结果

1. 764 名护生社交焦虑、自我能力否定倾向与自尊得分分别为 (48.63 ± 8.69) 、 (56.18 ± 11.74) 和 (27.79 ± 4.66) 分。相关分析显示, 自尊与社交焦虑显著负相关; 764 名护生自尊与自我能力否定显著负相关; 社交焦虑与自我能力否定显著正相关。

2. 自我能力否定在自尊与社交焦虑关系中的中介作用验证。本研究中自尊、自我能力否定与社交焦虑的评估工具均为单维度量表, 整合所有题项构建模型, 结果显示模型拟合度显著: $\chi^2(857, \text{样本量 } N=764)$ 值为 2856.703 ($P < 0.01$), χ^2 与自由度比值为 3.333, 根均方误差估计值为 0.055 (90% 置信区间为 0.053~0.058, $P < 0.001$), 非规范拟合指数为 0.853, 规范拟合指数为 0.852, 技术调整的拟合指数为 0.844。于本模型内, 自尊至

社交焦虑的直接效应体现为标准路径系数 $\beta = -0.148$, 且具有统计学意义 ($P < 0.001$)。中介效应通过自尊→自我能力否定→社交焦虑的路径展现, 其对应的标准路径系数 $\beta = -0.357$, 同样达到统计显著性水平 ($P = 0.01$)。进一步地, 基于偏差校正的非参数百分位 Bootstrap 检验揭示, 该中介效应的 95% 置信区间范围为 $[-0.420, -0.293]$, 明确排除了零值的可能性, 从而证实了中介效应的显著性。结果显示, 自我能力否定在自尊与社交焦虑之间展现出显著的中介效应, 其贡献度计算为 -0.357 除以 $(-0.357 \text{ 加 } 0.148)$ 等于 0.707, 这意味着在自尊影响社交焦虑的机制中, 有 70.7% 的效果是通过自我能力否定这一中介路径实现的^[13]。见图 1。

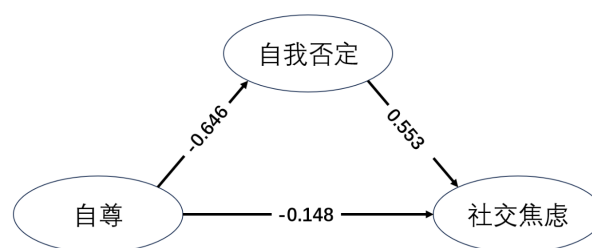


图 1 中介效应检验的路径图

三、讨论

调查结果显示护生自尊、自我能力否定与社交焦虑之间的关系表现出明显的相关性。护生的自尊与其自我能力的肯定之间表现出明显的负相关性, 低自尊的个体更倾向于否定其自我能力, 这一发现与先前的研究结论相吻合^[14]。拥有高自尊的人倾向于将成功归功于内在特质, 如智力、技能与能力, 而自尊较低者则更可能将成就归因于偶然事件、外界助力及他人的支持, 他们往往对自己价值缺乏信念, 自尊心波动不定, 惧怕认可, 担忧无法展现真实能力, 因此容易忽视过往的成功经验, 反而聚焦于过去的失败, 基于这些失败经历构建对成功的期望, 这导致他们更有可能展现出自我能力否定的倾向^[15]。

护生的自尊水平与其社交焦虑之间呈现显著的负相关关系, 即自尊感较低的个体表现出较高的社交焦虑程度, 这一发现与先前的研究相吻合。拥有高自尊的人通常给予自己积极的自我肯定, 在人际互动中表现得更为积极主动; 与此相反, 低自尊个体易于对自己持有负面评价, 在社交场合中则倾向于被动和回避, 害怕公开表达个人的情感和权益, 这导致他们面临较高的社交焦虑水平。

护生自我能力否定与社交焦虑呈显著正相关, 自我能力否定倾向越高的个体, 越容易发生社交焦虑。自我能力否定倾向是一种对个人能力产生怀疑的体验, 认为成就是虚假的, 从而导致焦虑、抑郁等心理压力的增加。在这种自我认知偏差的影响下, 学生可能采取诸如回避等不良的交流方式来进行交往, 这会增加其社交焦虑的程度。

结果显示, 自尊对社交焦虑的影响中, 有 70.7% 是通过自我能力否定这一中介机制实现的。自尊与护生的自我能力否定倾向呈现显著的负相关关系, 自尊水平较低的个体, 其自我能力否定

倾向相应较高。自尊的提升能够通过自我效能的正面强化,对社交焦虑产生间接的抑制作用。具备较高自尊的人,对其自我认知更为客观且正面,倾向于将成功归因于个人能力而非偶然因素,这使得他们在社交互动中展现出更积极、自信和镇定的态度,有效减少了社交焦虑的发生频率与强度。

因此,提高护生的自尊水平有助于降低自我能力否定倾向,最终也能降低社交焦虑水平。护理教育者和管理者应多给予学生

学业成功的体验,给学生的任务既不应太难,也不应太易,提供中等难度的任务,提供具体的帮助,通过支持和表扬来尽量减少他们的失败感,使学生建立起积极的自我概念,进而形成自尊感或自尊心。对于一些没有信心、自我否定倾向较严重的学生,应该引导其正确归因,在面对学业上的挫败,如成绩不理想时,应该多归因于努力程度而不是个人能力上。

参考文献

- [1] 艾华. 护生社交焦虑现状及其与自我效能、自我表露的相关性分析 [D]. 山东大学, 2007.
- [2] 李国军, 曹建琴, 王冰. 护理专业学生社交焦虑预测因素的优势分析 [J]. 中国高等医学教育, 2012, (08): 42-44.
- [3] Ritter V, Ertel C, Beil K, et al. In the Presence of Social Threat: Implicit and Explicit Self-Esteem in Social Anxiety Disorder. *Cognitive Therapy & Research*, 2013, 37(6): 1101-1109
- [4] 刘广增, 潘彦谷, 李卫卫等. 自尊对青少年社交焦虑的影响: 自我概念清晰性的中介作用 [J]. 中国临床心理学杂志, 2017, 25(01): 151-154.
- [5] 关敬亮, 黄召江, 李天畅等. 大学新生自尊与心理健康的关系: 社交焦虑与述情障碍的链式中介作用 [J]. 贵州师范学院学报, 2022, 38(04): 78-84.
- [6] Clance PR, Imes SA. The imposter phenomenon in high achieving women: dynamics and the therapeutic intervention [J]. *Psychotherapy: Theory, Research & Practice*, 1978, 15(3): 241-247.
- [7] Anon. Impostor syndrome definition. *Oxford english dictionary online* [EB/OL]. [2021-10-19].
- [8] Carina Sonnak, Tony Towell (2001). The impostor phenomenon in British university students: Relationships between self-esteem, mental health, parental rearing style and socioeconomic status. *Personality and Individual Differences* 31(2001): 863-874.
- [9] 汪向东, 王希林, 马弘. 心理卫生评定量表手册 (增订版) [J]. 中国心理卫生杂志, 1999, 12.
- [10] 蒋露苗, 徐玉林, 刘晓琴等. Clance自我能力否定倾向量表的汉化及在护士群体中的信效度检验 [J]. 护理研究, 2022, 36(14): 2486-2490.
- [11] 季益富, 于欣. 自尊量表 (Rosenberg M. The self-Esteem Scale) [J]. 中国心理卫生杂志, 1999, (增刊): 318-320.
- [12] 叶赞, 万静波, 岳小林等. 我国护生社交焦虑现状及其特征的系统评价 [J]. 护理研究, 2017, 31(01): 18-21.
- [13] 高勤, 李晓波. 实习护生社交焦虑与情绪智力、心理韧性的关系研究 [J]. 蚌埠医学院学报, 2022, 47(03): 359-363.
- [14] Egwurugwu JN, Ugwueze PC, Ohamaeme MC, et al. Relationship between self-esteem and impostor syndrome among undergraduate medical students in a Nigerian university [J]. *Internat J Brain Cognit Sci*, 2018, 7(1): 9-16.
- [15] Rothman M. Fear of success among business students [J]. *Psychol Rep*. 1996, 78(3): 863-869.