

韩剧对女大学生抑郁的影响：自我客体化和身体满意度的链式中介作用

林倍彤

西南大学心理学部，重庆

收稿日期：2024年1月12日；录用日期：2024年3月14日；发布日期：2024年3月25日

摘要

目的：探究观看韩剧对女大学生抑郁的影响机制。被试：广东省综合高校中具有韩剧观看经历的在读女大学生302名。方法：采用问卷调查法，运用韩剧观看量表、自我客体化量表、身体满意度量表及流调中心抑郁量表对韩剧影响女大学生抑郁的具体机制进行研究。结论：(1) 韩剧观看频率可以显著正向预测女大学生的抑郁程度；(2) 观看韩剧频率可以通过身体满意度的单独中介作用对抑郁产生影响；(3) 观看韩剧频率可以通过自我客体化 - 身体满意度的链式中介作用对女大学生的抑郁产生影响。

关键词

抑郁，自我客体化，身体满意度，韩剧，女大学生

The Effects of Korean Dramas on Depression in Female College Students: The Chain-Mediated Effects of Self-Objectification and Body Satisfaction

Beitong Lin

Faculty of Psychology, Southwest University, Chongqing

Received: Jan. 12th, 2024; accepted: Mar. 14th, 2024; published: Mar. 25th, 2024

Abstract

Objective: This paper aims to explore the influence mechanism of watching Korean dramas on de-

pression of female college students. Subject: The subjects were 302 female college students from comprehensive universities in Guangdong Province who had watching Korean dramas. Method: By questionnaire survey, Korean drama watching scale, self-objectification scale, body satisfaction scale and depression scale of the center were used to study the specific mechanism of Korean drama affecting female college students' depression. Conclusion: (1) The frequency of watching Korean dramas can significantly positively predict the degree of depression of female college students; (2) The frequency of watching Korean dramas can independently mediate the effect of body satisfaction on depression; (3) The frequency of watching Korean dramas can influence the depression of female college students through the chain mediating effect of self-objectification and body satisfaction.

Keywords

Depression, Self-Objectification, Body Satisfaction, Korean Drama, Female College Students

Copyright © 2024 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

随着生存压力的增长和生活节奏的加快，抑郁逐渐成为困扰现代人生活的负性情绪之一。世界卫生组织相关数据披露，全球有超过 3.5 亿人罹患抑郁症，中国泛抑郁人数达到 9500 万。值得注意的是，抑郁现象的“低龄化”趋势越来越明显。大学生正处于步入社会的过渡期，其情绪相比于成年人更容易产生波动，处理问题的手段相对不够成熟，这导致大学生容易产生许多心理问题。调查显示，18~25 岁青年群体重度抑郁的发病率最高，2019 年中国青年报在发起的一项针对大学生抑郁症状的调查中，有超过两成的大学生认为自己存在严重的抑郁倾向。相关研究表明，抑郁会对大学生的学业成就、就业风险认知产生负面影响[1] [2]，并与网络成瘾、手机依赖等不良行为密切相关[3] [4]，这启示我们有必要研究大学生抑郁的影响机制。

一些学者关注个性特征对抑郁产生的影响，如张钰、刘海燕[5]研究了大学生和中学生社交网站使用强度、自尊和抑郁之间的关系，纪凌开、刘华山等人[6]研究专业认同对大学生抑郁的影响机制。一些学者则关注生活经验对大学生抑郁产生的影响，如童年创伤、负性生活事件等[7] [8]。众多研究中，有一类研究从完美体像的角度切入，认为长期接触媒体中的完美体像会影响大学生对自身的认知与评价，从而产生诸如抑郁的消极情绪[9] [10]。作为成长于互联网高速发展的一代，各类媒体信息充斥着大学生的生活，并且由于手机、电脑等媒介的普及化，逐渐融入大学生的日常生活。相关调查显示，有 83% 的大学生每天登陆微博等主流社交网站[11]，抖音平台 24 岁以下的受众群体约占 75.5%。值得注意的是，相比于男性，女大学生更关注体像相关的信息，这使其更容易因体像困扰而滋生抑郁情绪[12] [13]。因此，从体像的角度入手研究女大学生抑郁的影响机制具有重要意义。

媒体信息对个体抑郁影响的研究主要具有以下两方面特点：一是集中于大学生日常活跃的社交网站或短视频平台，而在电视剧、电影等其他媒体信息方面的研究则相对空白，如孙晓军等人[14]以 QQ 空间为例研究社交网站使用对青少年抑郁的影响，梁晓燕等人[9]则探讨短视频使用对女大学生抑郁的影响；二是大部分学者都赞同媒体信息对个体抑郁的影响机制中可能存在中介变量或调节变量。身体羞耻、自尊或自我客体化都是常见的中介变量或调节变量[15] [16] [17]。

自 20 世纪 90 年代韩国实行“文化兴国”战略以来,韩剧流入中国,并掀起一波又一波的收视狂潮,并以演员靓丽的外形、讨喜的人设以及浪漫的恋爱情节,吸引了一批真情实感的“韩剧迷”。一项调查表明,85%的中国大学生看过韩剧,女大学生对韩剧的接触率达到 90.5% [18],2014 年《来自星星的你》热播期间,在爱奇艺 PPS 双平台的播放量超 8.3 亿,韩剧的影响力可见一斑。因此,本研究拟从完美体像的角度出发,探究韩剧观看频率对女大学生抑郁的影响机制。

2. 文献综述

2.1. 抑郁

临床上抑郁是一种常见的情绪障碍,表现为持续性的心境低落,丧失兴趣,失眠或嗜睡,并会出现思维迟缓、思考能力减弱等认知症状,对个体的正常生活产生严重的影响。张文新[19]认为抑郁是个体由于无法面对外部压力而引发的消极情绪。

目前主要通过问卷调查法进行抑郁的测量,自评抑郁量表(SDS)、贝克抑郁量表(BDI)和流调中心抑郁量表(CES-D)是几种常见的抑郁测量量表。自评抑郁量表和贝克抑郁量表多适用于临床诊断,流调中心抑郁量表适用于测量普通群体的抑郁症状,各个年龄段的个体均可使用,因此在研究中被广泛应用。

流调中心抑郁量表适用于测量普通群体的抑郁症状,各个年龄段的个体均可使用,因此在研究中被广泛应用。CES-D 由 Radloff [20]编制,分为抑郁情绪、积极情绪、人际关系困难和躯体症状四个维度,20 个条目中包含四个反向计分项目。该量表要求被试报告最近一周内出现相关症状的频率,从“少于 1 天”到“5~7 天”进行 4 点计分。分数越高,表明抑郁状态越严重。进行诊断时,一般认为得分超过 16 分表示可能有抑郁症状,一些学者也以 20 分作为诊断抑郁的分界点[21] [22]。

国内关于抑郁的研究更多集中在探究抑郁是如何产生的,希望通过揭示抑郁的影响机制,对抑郁情绪进行有效地干预。儿童、青少年、大学生、老年人是抑郁研究的重点人群,社会因素对抑郁产生的影响是研究的热点问题。一部分学者聚焦家庭环境对抑郁的影响机制,如卢富荣、宋煜静等人[23]研究父母冲突对儿童和青少年抑郁情绪的影响,雍那、王慧等人[24]研究儿童虐待经历与抑郁情绪、睡眠质量之间的关系;一部分学者聚焦特定生活事件对个体抑郁的影响,这部分的研究多集中于大学生或青少年群体中[25] [26],此外,关于大学生抑郁的相关研究还会探讨专业认同、就业压力等因素对大学生抑郁产生的影响[6] [27]。

2.2. 自我客体化

自我客体化是指个体用第三方的视角感知自己身体的行为[28]。Roberts 和 Fredrickson 提出的客体化理论(Objectification Theory)认为自我客体化水平高的个体会更重视外貌特征而非能力特征,这种认知特点会损害个体的身心健康。

Noll 等人[29]根据自我客体化的定义编制了自我客体化问卷(SOQ),成为被广泛使用的自我客体化量表。该量表要求被试对十个反映身体特征的词语按照对自身的重要性程度进行排序,十个词语中,有 5 个词语与外表属性相关,如外貌等,有 5 个词语描述功能属性,如能力等。计算时用外表属性的排序之和减去能力属性的排序之和,得分越高,代表个体的自我客体化水平越高。

关于自我客体化的研究多集中在自我客体化对女性的影响上。由于社会文化方面的原因,女性相较于男性更加关注自我形象,这使得其受自我客体化的影响更加显著[30]。现有研究表明,自我客体化会影响女性的饮食失调行为,增加女性的外貌焦虑,损害亲密关系[15] [31] [32],自我客体化水平高的个体,神经质水平、负性情感以及抑郁水平也较高[33]。媒体信息中充斥着大量客体化线索,因此会对自我客体化产生显著影响,并且这种影响不受呈现形式的影响[34]。

2.3. 身体满意度

身体满意度是身体意象的情感成分[35]，表征个体对身体整体或某一部位的主观感受和评价，在一些研究中也会采用“身体不满”这一概念，事实上二者是同一概念，只是从不同的角度出发进行表述。要把握身体满意度这一概念，首先需理解身体意象。Schilder [36]认为身体意象包含身体知觉和身体概念两个方面，身体知觉代表个体对自身身体的认知，身体概念代表个体对自身身体的主观感受和态度体验。许有云、钱亚婷[37]根据意识的参与程度将身体满意度分为内隐身体满意度和外显身体满意度。

目前，测量身体满意度的方法主要有问卷测量法、内隐联想测验和阈下启动范式。问卷测量法的操作过程相对简单，后两种方法则更适合测量内隐身体满意度。本研究采用问卷调查法测量女大学生的身体满意度。

研究方面，客体化理论指出，自我客体化对抑郁产生的影响主要是通过一系列中间变量起作用，如身体满意度、外貌焦虑等，王玉慧、吕振勇等人[38]研究发现身体满意度是抑郁情绪产生的近端因素。其中，一部分学者发现，杂志、电视、网络等媒体信息会对身体满意度产生消极影响。大众媒体宣扬的美的标准会潜移默化地影响女性对自己身体的标准[40]，媒体信息为个体提供比较的机会，这也会降低体像满意度。

3. 研究问题

3.1. 问题提出

3.1.1. 社交媒体与抑郁

已有研究表明，社交媒体会对个体的情绪产生影响，社交媒体抑郁是研究的热点问题，这可能与网络欺凌、消极社会比较和自我价值下降有关[39]，频繁接触社交媒体会让我们对他们的生活有不正确的认知，认为他人过得比自己更好，这会引发个体的负面情绪。研究发现，在使用社交媒体后，本来具有抑郁倾向的人更容易产生嫉妒，受到社会比较的不利影响[40]。

3.1.2. 女大学生与抑郁

在女大学生抑郁影响因素的相关研究中，体育运动对女大学生的积极影响是研究的热点问题。傅新宇、姚亚中[41]研究发现参与牛仔舞训练可以显著缓解包括抑郁在内的心理问题，并改善人际关系；许雪丹[42]通过研究发现健身健美运动可以缓解女大学生的心理压力，提高女大学生心理健康水平。而自我客体化是学者关注的常见变量。刘跃宁、王辰[43]认为体重指数在女大学生自我客体化水平与抑郁倾向的关系中起调节作用；杨帆[44]认为16岁以前父亲对女儿的态度会影响女大学生的自我客体化水平，接纳包容的态度会使女大学生更注重内在的发展。

3.1.3. 研究评述

综上所述，本研究拟从完美体像的视角出发，采用问卷调查法对高校女大学生进行抑郁影响机制的研究，具体研究内容如下：(1) 考察韩剧观看频率对女大学生抑郁的影响；(2) 考察自我客体化和身体满意度是否中介了观看韩剧对女大学生抑郁情绪的影响。

3.2. 研究假设

基于前人的研究及相关理论，本研究提出以下假设：

H1：观看韩剧频率可以显著正向预测女大学生抑郁；

H2: 自我客体化中介了韩剧观看频率对女大学生抑郁的影响;

H3: 身体满意度中介了韩剧观看频率对女大学生抑郁的影响;

H4: 自我客体化和身体满意度能在观看韩剧频率与抑郁的关系中起链式中介作用。

研究模型如图 1 所示:

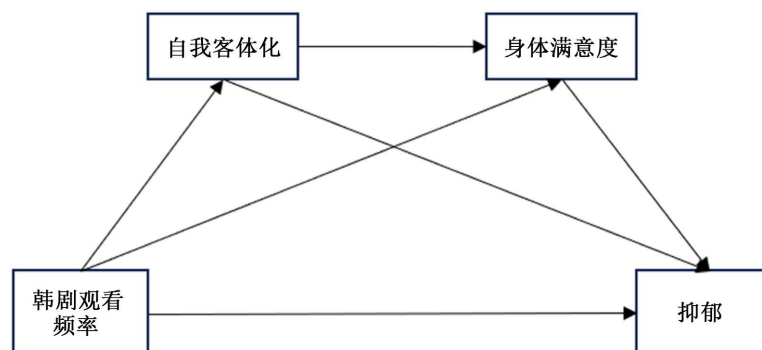


Figure 1. Research model

图 1. 研究模型

3.3. 研究意义

3.3.1. 理论意义

该研究通过对自我客体化、身体满意度中介作用的检验, 本研究拟对韩剧观看频率对女大学生抑郁的影响机制进行全面的考察, 揭示韩剧观看频率影响女大学生抑郁的具体路径, 可以深化该领域的研究, 丰富媒体信息与大学生抑郁的研究。

3.3.2. 实际应用意义

首先, 本研究丰富了大学生抑郁的相关理论, 并为其提供实证支持。大学生正处于从学校到社会的过渡阶段, 面临的压力挑战比中学时期更大, 而处理问题、消化情绪的手段仍不够成熟, 很容易产生心理健康问题。抑郁作为大学生常见的心理健康问题, 一直是研究的热点问题, 该研究揭示了媒体信息对女大学生抑郁的影响路径。

其次, 本研究还可以为合理干预大学生抑郁症状提供新的视角。一直以来, 学者们倾向于从生物因素、社会压力因素、个性特征等方面揭示大学生抑郁的形成机制, 本研究关注大学生日常生活中的娱乐活动, 揭示了媒体信息对大学生抑郁的影响路径, 这能为构建减轻大学生抑郁症状的干预方案提供理论依据和实证支持。

4. 实证研究

4.1. 研究方法

4.1.1. 被试

通过线上发放问卷的方式, 对在校女大学生进行测量。要求被试具有韩剧观看经验, 剔除男性、无韩剧观看经验、漏答等无效问卷后, 回收有效问卷 302 份, 回收率为 77.6%。

4.1.2. 研究工具

本研究以 Ellision 针对 Facebook 编制的社交网站使用强度量表为基础[45], 结合韩剧观看特点进行改编得到韩剧观看强度量表。该量表共包含 7 个项目, 其中第一个项目为“在过去的一个月里, 你看过几

部韩剧”；后五个项目测量个体与韩剧的情感联系强度和韩剧融入个体生活的程度，采用 Likert5 点计分。分数越高，个体观看韩剧的强度越高，该量表的克伦巴赫系数为 0.917。

自我客体化量表采用 Noll 及其同事编写[29]，刘达青[46]翻译的自我客体化量表问卷，该问卷要求被试对十个影响身体自我概念的属性进行排序，按该属性对自己影响的大小(10 = “影响最大”、1 = “影响最小”)填写相应的分数，且每个分数只能填写一次。十个属性中，五个属性与外表有关，五个与能力有关。计算分数时将五个外表相关属性的总分减去身体能力相关属性总分，分数越高，表明个体的自我客体化程度越高。

本研究采用身体满意度量表(BISS)测量女大学生对身体的满意度水平[47]。该量表共包含 6 个项目，从表示“非常不满意”到表示“非常满意”进行 5 点计分，分数越高，表示个体当下对自己身体的满意度越高。该量表的克伦巴赫系数为 0.852。

本研究采用 Radloff 编制的流调中心抑郁量表(CES-D) [20]，该量表反映个体最近一周内出现相关感受的频率，共包含 20 个题项，其中第 4 题、第 8 题、第 12 题和第 16 题为反序计分条目，从“少于 1 天”到“5~7 天”进行 4 点计分。分数越高，表明抑郁状态越严重。该量表的克伦巴赫系数为 0.911。

4.1.3. 共同方法偏差

由于本研究采用自我报告法，因此进行共同偏差检验[48]。总共提取出 10 个特征根大于 1 的因子，第一个因子仅能解释 16.151%的变异量，远小于 40%的判断标准。该结果表明本研究数据不存在共同方法偏差。

4.2. 结果

4.2.1. 韩剧观看频率、自我客体化、身体满意度和抑郁的相关分析

对韩剧观看频率、自我客体化、身体满意度和抑郁两两进行皮尔逊相关分析，其结果如表 1 所示：韩剧观看频率与身体满意度和抑郁呈显著正相关，与自我客体化呈显著负相关；自我客体化与身体满意度呈显著正相关；身体满意度与抑郁程度呈显著负相关。

Table 1. Descriptive statistics results and correlation analysis between variables

表 1. 描述性统计结果及变量间相关分析

	<i>M</i>	<i>SD</i>	1	2	3	4
1) 韩剧观看频率	1.807	1.014	1			
2) 自我客体化	-1.126	11.632	-0.119*	1		
3) 身体满意度	3.142	0.746	0.185*	0.165*	1	
4) 抑郁	36.298	9.664	0.125*	0.125	-0.233**	1

注：* $p < 0.05$ ；** $p < 0.01$ ；*** $p < 0.001$ 。

4.2.2. 中介作用检验

使用 SPSS 软件，检验自我客体化和身体满意度的中介作用。首先进行依次检验，其结果如表 2 所示：韩剧观看频率能显著正向预测抑郁水平，显著负向预测自我客体化；韩剧观看频率和自我客体化能显著正向预测身体满意度；当韩剧观看频率、自我客体化和身体满意度同时进入回归方程时，只有韩剧观看频率和身体满意度有显著预测作用，自我客体化对抑郁的直接预测作用不显著。这表明在观看韩剧对抑郁的影响中，自我客体化和身体满意度的中介作用显著，模型具体输出结果见图 2。

Table 2. Regression analysis of variable relationships
表 2. 变量关系的回归分析

回归方程		整体拟合指数			回归系数显著性	
结果变量	预测变量	<i>R</i>	<i>R</i> ²	<i>F</i>	β	<i>t</i>
抑郁	韩剧观看频率	0.125	0.016	4.773*	0.125	2.185*
自我客体化	韩剧观看频率	0.119	0.014	4.284*	-0.119	-2.070*
身体满意度	韩剧观看频率	0.265	0.070	11.247***	-0.208	3.703***
	自我客体化				-0.190	3.381***
抑郁	韩剧观看频率	0.289	0.084	9.077***	0.173	3.030**
	身体满意度				-0.264	-4.586***
	自我客体化				-0.009	-0.151

注: * $p < 0.05$; ** $p < 0.01$; *** $p < 0.001$ 。

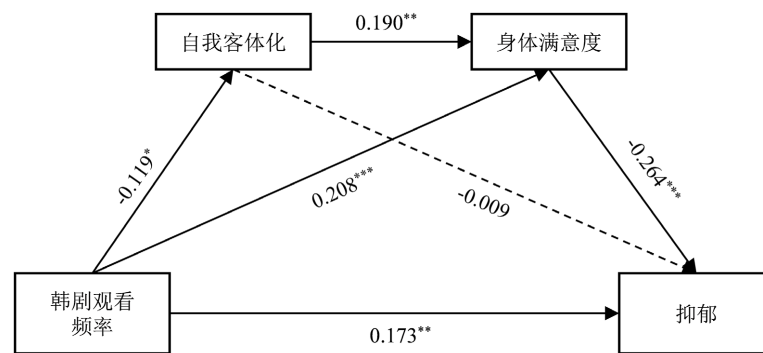


Figure 2. Chain mediation of self-objectification, body satisfaction between Korean drama viewing frequency and depression
图 2. 自我客体化、身体满意度在韩剧观看频率与抑郁之间的链式中介

接着运用 Process 对自我客体化和身体满意度的中介作用进行 Bootstrap 检验, 其结果如表 3 所示。由可知, 总间接效应的 Bootstrap95% 的置信区间不包含 0 值, 表明自我客体化和身体满意度在韩剧观看频率和抑郁之间存在显著的中介效应。针对间接效应 1 (韩剧观看频率→自我客体化→抑郁), 置信区间包含 0, 说明该路径的间接效应不显著; 针对间接效应 2 (韩剧观看频率→身体满意度→抑郁), 置信区间不包含 0, 该路径间接效应显著; 针对间接效应 3 (韩剧观看频率→自我客体化→身体满意度→抑郁), 置信区间不包含 0, 该路径间接效应显著。

Table 3. Mediation effect test
表 3. 中介效应检验

	间接效应值	Boot SE	Boot CI 下限	Boot CI 上限
总间接效应	-0.0448	0.022	-0.095	-0.011
间接效应 1	0.001	0.007	-0.012	0.015
间接效应 2	-0.055	0.021	-0.103	-0.019
间接效应 3	0.006	0.004	0.000	0.015

注: * $p < 0.05$; ** $p < 0.01$; *** $p < 0.001$ 。

5. 结论

观看韩剧可以通过身体满意度的单独中介作用影响女大学生的抑郁倾向。观看韩剧频率能显著负向预测身体满意度,也就是说,观看韩剧频率越高,个体对自己身体的满意度越低,越容易产生抑郁情绪。根据社会比较理论,个体以韩剧中大量存在的体像信息作为参照进行外貌比较[49]。韩剧中的演员大多都是外貌与身材俱佳,过多接触这些完美体像会导致个体对自己做出更多的负面评价,进一步诱发抑郁情绪。因此,观看韩剧通过影响身体满意度对抑郁造成影响的模型路径具有合理性。

自我客体化和身体满意度在观看韩剧对抑郁的影响中起多重中介作用。具体而言,个体观看韩剧的频率越高,自我客体化水平越高,而自我客体化水平与身体满意度水平呈显著负向预测关系,因此会降低身体满意度,从而产生抑郁情绪。客体化理论的观点认为,自我客体化水平高的个体会习惯性地运用第三者的视角看待自己,频率地对外表进行自我监察,对身体相关的信息更为敏感[33]。个体在观看韩剧的过程中,将频繁接触到的完美体像内化为自己的标准,并根据这一标准来评价自己的身体外貌,当个体发现体像的客观现实与理想体像存在较大差距时,便容易产生负面情绪。因此,间接效应3路径具有合理性。

该研究证实了观看韩剧会对女大学生的心理健康产生负面影响,因此有必要对这一现象进行预防和干预。一方面,媒体应避免美的标准的单一化,提倡多元化的审美,国内应更注重人物形象多元化。另一方面要合理引导女大学生对媒体中存在的意象信息进行甄别,学会发现自己身体意象中美的一面,接纳自身身体意象的缺陷。

6. 本研究的局限及未来展望

首先,本研究仅采用女大学生的自我报告来测量抑郁程度。在未来的研究中,可以采取多水平的方法测量抑郁水平,如同伴报告等。

其次,本研究为横断设计,该方法可以在短时间内收集大量样本,但系统连续性差,无法研究变量间的因果关系,未来可以运用实验法研究韩剧观看频率和抑郁之间的因果关系。

最后,本研究的研究对象为女大学生,未来研究可以扩展至其他年龄段的群体或男性群体,探讨韩剧观看频率是否会对不同年龄段的群体或男性群体的抑郁倾向造成影响,增加研究的外部效度。

参考文献

- [1] Hu-Nyun, K.I.M., Mi-Ae, S., Jae-Hun, R.O.H., *et al.* (2018) Association between Cigarette Smoking Frequency and Health Factors among Korean Adults. *Iranian Journal of Public Health*, **47**, 19-26.
- [2] Mahnaz, P., Alireza, R., Gholamreza, K., *et al.* (2019) Effect of Well-Being Therapy on Depression, Self-Management, and Blood Glucose Level in Females with Type II Diabetes. *Journal of Diabetic Nursing*, **7**, 943-957.
- [3] Lau, J.T.F., Walden, D.L., Wu, A.M.S., *et al.* (2018) Bidirectional Predictions between Internet Addiction and Probable Depression among Chinese Adolescents. *Journal of Behavioral Addictions*, **7**, 633-643. <https://doi.org/10.1556/2006.7.2018.87>
- [4] 王侠. 某高职学校学生抑郁症状和手机依赖与自杀意念的相关性研究[J]. 中国预防医学杂志, 2017, 18(8): 609-612.
- [5] 张钰, 刘海燕. 大、中学生社交网站使用强度、自尊和抑郁的关系: 好友数量的中介作用和性别的调节作用[J]. 中国健康心理学杂志, 2021, 29(9): 1391-1398.
- [6] 纪凌开, 刘华山, 李晨璐. 温水煮青蛙: 专业认同对大学生抑郁的影响机制[J]. 心理与行为研究, 2020, 18(6): 833-838.
- [7] 胡玄一, 刘爱书. 大学生童年期虐待与特质抑郁: 正念的中介作用[C]//第二十二届全国心理学学术会议摘要集. 北京: 中国心理学会, 2019: 1001-1002.
- [8] 林丽妮, 刘梅, 邝家旺, 等. 负性生活事件对大学生抑郁的影响: 链式中介效应[J]. 中国健康心理学杂志, 2021,

- 29(6): 932-936.
- [9] 梁晓燕, 郭晓荣, 赵桐. 短视频使用对女大学生抑郁的影响: 自我客体化和身体满意度的链式中介作用[J]. 心理科学, 2020, 43(5): 1220-1226.
- [10] Fung, S.S.W., Stewart, S.M., Ho, S.Y., *et al.* (2010) Body Dissatisfaction, Maternal Appraisal, and Depressive Symptoms in Hong Kong Adolescents. *International Journal of Psychology*, **45**, 453-460. <https://doi.org/10.1080/00207594.2010.481719>
- [11] 刘欣宜, 顾英楷, 顾娟. 关于社交网络对大学生的影响及对策研究[J]. 福建质量管理, 2017(21): 249.
- [12] 李俊一, 尹清, 沈先昕. 性客体化经历对女性自我客体化的影响: 被调节的中介模型[J]. 中国临床心理学杂志, 2015, 23(6): 1089-1093.
- [13] 杨蕾, 徐华女. 客体化媒体信息对女性自我客体化和身体羞耻感的影响[J]. 中国临床心理学杂志, 2016, 24(5): 788-794, 799.
- [14] 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.
- [15] 姚良爽, 连帅磊, 孙晓军. 社交网站体像比较对女大学生抑郁的影响: 有调节的中介效应分析[J]. 中国临床心理学杂志, 2018, 26(4): 780-783, 787.
- [16] 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.
- [17] 魏祺, 孙晓军, 连帅磊, 等. 社交网站使用对体像满意度的影响: 体像比较的中介作用和自我客体化的调节作用[J]. 心理科学, 2017, 40(4): 920-926.
- [18] 金志宣, 张国良. 中韩大学生观看韩剧状况的比较研究[J]. 中国地质大学学报(社会科学版), 2013, 13(3): 73-78.
- [19] 张文新. 中小学生对欺负/受欺负的普遍性与基本特点[J]. 心理学报, 2002, 34(4): 387-394.
- [20] Radloff, L.S. (1977) The CES-D Scale a Self-Report Depression Scale for Research in the General Population. *Applied Psychological Measurement*, **1**, 385-401. <https://doi.org/10.1177/014662167700100306>
- [21] 饶燕婷, 张红霞, 李晓铭. 家庭环境与大学生抑郁和疏离感的关系[J]. 心理发展与教育, 2004, 20(1): 70-76.
- [22] 袁家珍, 陈建新. 流调用抑郁自评量表在社区应用的效度研究[J]. 上海精神医学, 1998(3): 150-151, 153.
- [23] 卢富荣, 宋静婷, 刘路培, 等. 父母冲突对儿童青少年抑郁情绪的影响: 有调节的中介模型[J]. 心理与行为研究, 2020, 18(6): 770-776.
- [24] 雍那, 王慧, 胡华, 等. 重庆市主城区小学生睡眠状况及影响因素分析[J]. 中国公共卫生, 2012, 28(6): 727-730.
- [25] 朱坚, 杨雪龙, 陈海德. 应激生活事件与大学生自杀意念的关系: 冲动性人格与抑郁情绪的不同作用[J]. 中国临床心理学杂志, 2013(2): 229-231.
- [26] 陈小琴, 张进辅. 师范大学生生活事件抑郁情绪与应对方式的关系[J]. 中国学校卫生, 2011, 32(12): 1510-1511.
- [27] 张寅初. 临床实习压力对医学生心理健康影响的调查分析[J]. 中国卫生标准管理, 2019, 10(1): 16-18.
- [28] Fredrickson, B.L. and Roberts, T.A. (1997) Objectification Theory: Toward Understanding Women's Lived Experiences and Mental Health Risks. *Psychology of Women Quarterly*, **21**, 173-206. <https://doi.org/10.1111/j.1471-6402.1997.tb00108.x>
- [29] Noll, S.M. and Fredrickson, B.L. (1998) A Mediation Model Linking Self-Objectification, Body Shame, and Disordered Eating. *Psychology of Women Quarterly*, **22**, 623-636. <https://doi.org/10.1111/j.1471-6402.1998.tb00181.x>
- [30] 彭兰. 美图中的幻像与自我[J]. 现代传播, 2018, 40(12): 14-18.
- [31] 于庆鼎. 女性大学生自我客体化与外表焦虑的关系研究[D]: [硕士学位论文]. 重庆: 西南大学, 2016.
- [32] 孟彩, 张立新, 邓漫婷. 自我客体化影响女大学生亲密关系的路径研究[J]. 湖北函授大学学报, 2019, 32(10): 73-75.
- [33] Miner-Rubino, K., Twenge, J.M. and Fredrickson, B.L. (2002) Trait Self-Objectification in Women: Affective and Personality Correlates. *Journal of Research in Personality*, **36**, 147-172. <https://doi.org/10.1006/jrpe.2001.2343>
- [34] Mischner, I.H.S., van Schie, H.T. and Engels, R.C.M.E. (2013) Breaking the Circle: Challenging Western Sociocultural Norms for Appearance Influences Young Women's Attention to Appearance-Related Media. *Body Image*, **10**, 316-325. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2013.02.005>
- [35] 陈红, 高笑. 负面身体自我青少年在 Stroop 任务中的注意偏好[C]//第十届全国心理学学术大会论文摘要集. 2005.

- [36] Schilder, P. and Wechsler, D. (1935) What Do Children Know about the Interior of the Body? *The International Journal of Psycho-Analysis*, **16**, 355.
- [37] 许有云, 钱亚婷, 何侃. 大学生外显身体自我的现状及其与内隐身体自我的关系[J]. 中国心理卫生杂志, 2017, 31(2): 162-167.
- [38] 王玉慧, 吕振勇, 陈红, 等. 男性身体意象失调: 大众媒体的影响及作用机制[J]. 心理科学进展, 2016, 24(2): 282-292.
- [39] Simonicic, T.E., Kuhlman, K.R., Vargas, I., *et al.* (2014) Facebook Use and Depressive Symptomatology: Investigating the Role of Neuroticism and Extraversion in Youth. *Computers in Human Behavior*, **40**, 1-5. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2014.07.039>
- [40] 连帅磊, 孙晓军, 牛更枫, 等. 社交网站中的上行社会比较与抑郁的关系: 一个有调节的中介模型及性别差异[J]. 心理学报, 2017, 49(7): 941-952.
- [41] 傅新宇, 姚亚中. 牛仔舞运动对普通女大学生心理健康的影响研究[J]. 当代体育科技, 2019, 9(33): 210-213, 215.
- [42] 许雪丹. 健身健美运动对女大学生身心健康影响的实验研究[D]: [硕士学位论文]. 苏州: 苏州大学, 2018.
- [43] 刘跃宁, 王辰. 女大学生自我客体化与抑郁的关系研究: 体重指数的调节作用[J]. 通化师范学院学报, 2021, 42(1): 79-84.
- [44] 杨帆. 父亲联结、性客体化对女大学生自我客体化的影响[D]: [硕士学位论文]. 太原: 山西大学, 2018.
- [45] Ellison, N.B., Steinfield, C. and Lampe, C. (2007) The Benefits of Facebook "Friends:" Social Capital and College Students' Use of Online Social Network Sites. *Journal of Computer-Mediated Communication*, **12**, 1143-1168. <https://doi.org/10.1111/j.1083-6101.2007.00367.x>
- [46] 刘达青. 大众媒体、同伴对大学生身体意象的影响研究[D]: [硕士学位论文]. 厦门: 厦门大学, 2009.
- [47] Cash, T.F., Fleming, E.C., Alindogan, J., *et al.* (2002) Beyond Body Image as a Trait: The Development and Validation of the Body Image States Scale. *Eating Disorders*, **10**, 103-113. <https://doi.org/10.1080/10640260290081678>
- [48] 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.
- [49] Chen, L., Yan, Z., Tang, W., *et al.* (2016) Mobile Phone Addiction Levels and Negative Emotions among Chinese Young Adults: The Mediating Role of Interpersonal Problems. *Computers in Human Behavior*, **55**, 856-866. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.10.030>