

The Influence of Self-Objectification on Appearance Anxious among Female College Students

—The Mediating Effect of Security Sense

Qingding Yu, Yufang Zhao

Faculty of Psychology, Southwest University, Chongqing
Email: zhaobee@swu.edu.cn

Received: Mar. 30th, 2016; accepted: Apr. 15th, 2016; published: Apr. 21st, 2016

Copyright © 2016 by authors and Hans Publishers Inc.
This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY).
<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

Abstract

Objective: To investigate the mediating role of sense of security between the appearance anxiety and self-objectification. **Methods:** Questionnaires, Appearance Anxiety Scale and Security Scale were used to examine 237 female college students. **Results:** 1) Self-objectification and appearance anxiety have significant positive correlation; 2) The sense of security has partial mediating effect on the appearance anxiety.

Keywords

Self-Objectification, Appearance Anxiety, Sense of Security, Mediating Effect

自我客体化对女性大学生外表焦虑的影响

—安全感的中介效应

于庆鼎, 赵玉芳

西南大学心理学部, 重庆
Email: zhaobee@swu.edu.cn

收稿日期: 2016年3月30日; 录用日期: 2016年4月15日; 发布日期: 2016年4月21日

摘要

目的: 探讨感知安全感在自我客体化与外表焦虑之间的中介作用。方法: 以237名女性大学生为被试, 采用自我客体化问卷、外表焦虑量表和安全感量表。结果表明: 1) 女性自我客体化程度与外表焦虑存在显著正相关; 2) 安全感在自我客体化对外表焦虑的影响中起部分中介的作用。

关键词

自我客体化, 外表焦虑, 安全感, 中介效应

1. 引言

“我看起来怎么样?” “别人看到我的外表会对我产生怎样的评价?” 采取他人的视角来对自己的外表进行评价, 这就是自我客体化现象。客体化理论(Objectification Theory)由Fredrickson和Roberts(1997)提出, 该理论认为, 在西方文化环境下, 女性会接触到大量的身体被物化的信息, 她们的身体像物体一样被注视和看待, 比如女性被男性打量身材、女性的皮肤嘴唇等部位在媒体中被特写、女性在电影或小说中总被当作“花瓶”等(Fredrickson & Roberts, 1997; Goffman, 1979; Kilbourne & Jhally, 2000)。这些信息中女性的身体部位被从女性人格整体中分离出来, 女性身体被当作工具来看待(Unger & Crawford, 1996)。有研究表明女性比男性报告了更多的性客体化经历(Swim, Hyers, Cohen, & Ferguson, 2001)。女性在社会化过程中, 女性会内化这种他人对自己身体自我的看法, 将自己当做一个基于外表被观看和评价的物体来对待, 从而产生了自我客体化, 并表现出习惯性的身体监视。

大量研究发现, 自我客体化和身体监视会增强个体的外表焦虑感(Fredrickson & Roberts, 1997; Roberts & Gettman, 2004; Calogero, 2004)。焦虑来源于个体对未来会遭遇危险或威胁的预期, 与恐惧不同, 这些威胁通常带有模糊性。焦虑的三种主要表现就是: 自动化的紧张、警觉以及扫视。女性的外表焦虑可能来源于早期的负面社会经历, 比如遭受到外表相关的负面评论。一个严重物化女性的社会会让女性时刻处于外表被观察评价的警觉中, 而且对评价内容的不确定性, 会使女性担忧自己外表是否达到了理想标准, 从而引起慢性焦虑(Fredrickson & Roberts, 1997)。有调查表明, 女性比男性报告了更高的外表焦虑水平(Dion, Dion, & Keelan, 1990)。

安全感(security)是对可能出现的对身体或心理的危险或风险的预感, 以及个体在应对处事时的有力或无力感, 主要表现为确定感和可控感(丛中, 安莉娟, 2003)。安全感是心理需要中的第一要素, 是人格中最基础最重要的成分。安全感的缺失会导致个体焦虑水平的提升。有研究发现人际交往焦虑水平高的个体会有更高的网络交际依赖, 安全需求是其内在动机(Lee & Stapinski 2012)。网络交际会增强个体的交际安全感, 降低消极预期的威胁, 从而减少焦虑感。外表焦虑作为焦虑感的一种重要形式, 其产生可能与个体安全感的缺失有关。而自我客体化水平高的个体与水平低的个体相比, 会更在意他人对自己外表的评价, 然而对他人反映的不确定感和对后果的消极预期可能会导致个体的安全感降低。因此, 我们预期安全感在自我客体化与外表焦虑之间起中介作用, 自我客体化会影响个体安全感, 进而对外表焦虑水平产生影响。

关于自我客体化的研究主要集中于美国, 大量的调查和实验都是在欧美文化环境下进行的, 由于中西方文化存在巨大差异, 其结论的跨文化适用性需要中国本土化的研究进行验证。同时, 现有的大量研究集中于考察自我客体化的前因变量和后果变量, 而对其内在机制的研究则很少。因此, 本研究的目的是, 考察在中国文化情境中自我客体化和外表焦虑的关系, 并验证安全感是否对两者的关系起中介作用。

2. 方法

2.1. 研究对象

采用方便取样的方法对西南地区的女性大学生进行调查, 共发放问卷 250 份, 除去作答无效的问卷外, 有效问卷 237 份, 有效回收率为 94.80%。受调查者的平均年龄为 20.92 岁, 标准差为 2.23。平均的标准体质指数(BMI)为 19.83, 标准差为 1.75, 处于正常范围之内。测试前被试签署知情同意书, 测试后对被试致谢。

2.2. 研究工具

2.2.1. 自我客体化问卷

本研究采用 Juliana 和 Jennifer (2008)修订的《客体化身体意识量表》(McKinley & Hyde, 1996)中的身体监视分量表。中文问卷经过严格翻译标准生成, 由专业的心理学专业研究生翻译, 采用科学的回译程序并且经过相关专家的认可确认。该分量表用来考察个体的状态自我客体化程度。里面包含 8 个项目, 如“现在我正想着我的穿着是否让自己看起来不错”, “最近两天我会多次想我看起来怎么样”等。各项目从 1 (非常不符合)到 5 (非常符合)进行 5 点评分, 并计算总的平均分, 得分越高代表受调查者的身体监视水平越高。修订后的问卷内部一致性系数为 0.95。

2.2.2. 外表焦虑量表

采用简化版的《外表焦虑量表》(Dion, Dion, & Keelan, 1990)进行测量。该量表主要测量个体对自己外表的担忧、焦虑程度。包含 16 个项目, 如“我担忧别人会在背后议论我的外表缺陷”, “我担心人们会因我的外表而认为我没有吸引力”等。各项目从 1 (从不)到 5 (总是)进行 5 点评分, 并计算总的平均分, 平均分越高代表外表焦虑程度越高。研究中使用的量表经过严格翻译标准生成, 由专业的心理学专业研究生翻译, 采用科学的回译程序并且经过相关专家的认可确认。量表的内部一致性系数是 0.94。

2.2.3. 安全感量表

本量表由丛中及安莉娟根据马斯洛的《安全 - 不安全量表》(S-I)编制而成, 共包含 16 个项目, 分为两个因子。人际安全感因子(因子 I), 共八个项目, 主要反映个体对于人际交往过程中的安全体验。确定控制感因子(因子 II), 共八个项目, 主要反映个体对于生活的预测和确定感、控制感。问卷的内部一致性系数是 0.79。

2.3. 施测程序

采用团体施测的方法, 由心理学专业研究生担任主试。在团体施测中, 有主试统一向被试说明标准的指导语以及注意的一些事项, 做完后问卷当场收回。

2.4. 数据处理与分析

所有数据利用 SPSS16.0 统计分析软件进行统计处理。

3. 结果

对受测者数据进行统计分析, 其结果如下。

3.1. 自我客体化、外表焦虑和安全感的描述统计结果

各变量的描述统计结果见表 1。通过对自我客体化、外表焦虑和安全感的描述统计, 可以发现, 在 5 点评分中, 受调查者的平均自我客体化水平处于中等程度($M = 2.62, SD = 0.57$), 平均外表焦虑水平处于中等程度($M = 2.45, SD = 0.69$), 而平均感知安全感水平则处于较高水平($M = 3.59, SD = 0.61$)。

3.2. 客观化躯体意识、自尊和幸福感的相關分析

各变量的相关分析结果见表 2 所示。

表 2 结果表明, 自我客体化与外表焦虑存在显著正相关($r = 0.451, p < 0.01$); 自我客体化与安全感存在显著负相关($r = -0.206, p < 0.01$); 外表焦虑与安全感存在显著负相关($r = -0.653, p < 0.01$)。这表明, 自我客体化水平越高, 外表焦虑也会越高, 而安全感则会越低。

3.3. 自我客体化、安全感和外表焦虑的中介效应检验

为了进一步考察女性大学生自我客体化、安全感和外表焦虑之间的关系, 根据以上相关分析结果以及温忠麟等(2004)提出的中介效应检验程序, 以自我客体化为自变量, 外表焦虑为因变量, 以安全感为中介变量, 进行中介效应检验。

表 3 列出了安全感中介效应分析的结果, 表中的 X 代表自我客体化, Y 代表外表焦虑, M 代表安全感。依次检验的结果表明: X 对 Y 的直接回归系数显著($SE = 0.0549, t = 7.2262, p < 0.01$), X 通过 M 对 Y 的间接回归系数也显著($SE = 0.0518, t = -12.7752, p < 0.01$), 即 M 对 X 与 Y 的关系起部分中介作用, 具体来说就是安全感在自我客体化和外表焦虑之间存在部分中介作用。

4. 讨论

本研究的相关分析表明: 自我客体化水平与外表焦虑程度存在显著的正相关。这与国外的研究结论一致。自我客体化水平高的个体会经常采用他人的视角来看待和评价自己, 习惯性地监视自己的身体外表, 更在意他人对自己外表的评价。然而对他人评价的不确定性, 对消极后果的担忧, 则会导致个体出现外表焦虑。与焦虑伴随而来的精神紧张和警觉, 则可能进一步加深对外部评价的敏感程度, 导致更强的自我客体化水平, 从而形成一种恶性循环。

为了进一步探寻自我客体化对外表焦虑影响的内部机制, 我们进行了安全感的中介效应检验。结果发现, 安全感在自我客体化与外表焦虑的关系中起部分中介的作用, 具体来说自我客体化对外表焦虑的影响是部分通过影响安全感来实现的。自我客体化程度的上升会使安全感下降, 进而对外表焦虑产生影响, 使外表焦虑水平上升。

本研究主要集中于考察自我客体化与外表焦虑的关系, 国外的研究发现自我客体化与身体羞愧、内部身体意识觉知、心流以及认知表现都具有密切关系(Fredrickson & Roberts, 1997; McKinley & Hyde, 1996; Noll & Fredrickson, 1998; Harper & Tiggemann, 2008), 未来研究者可对这些自我客体化的心理后果进行本土化的考察。

本研究探究了安全感在自我客体化和外表焦虑之间的中介作用, 这可以为外表焦虑的干预研究提供新的思路。个体的安全感有多种来源, 比如社会支持、环境熟悉、占有资源等, 未来的研究可以着眼于考察补偿性的安全感能否降低自我客体化导致的外表焦虑, 比如增强个体的社会支持感是否会提高个体

Table 1. The individual mean and standard deviation of self-objectification, appearance anxiety and sense of security**表 1.** 自我客体化、外表焦虑和安全感的平均值和标准差

	平均值	标准差
自我客体化	2.62	0.57
外表焦虑	2.45	0.69
安全感	3.59	0.61

Table 2. Correlation matrix among self-objectification, appearance anxiety and sense of security**表 2.** 自我客体化、外表焦虑和安全感的相关矩阵

	自我客体化	外表焦虑
自我客体化	1	
外表焦虑	0.451**	1
安全感	-0.206**	-0.653**

注: * $p < 0.05$, ** $p < 0.01$, *** $p < 0.001$, 下同。

Table 3. Intermediary effect test of sense of security**表 3.** 安全感的中介效应检验

	标准化回归方程	回归系数检验	
第一步	$Y = 0.5411X$	SE = 0.0698	$t = 7.7538^{***}$
第二步	$W = -0.2185X$	SE = 0.0675	$t = -3.2343^{***}$
第三步	$Y = 0.3964X$	SE = 0.0549	$t = 7.2262^{***}$
	$-0.6623W$	SE = 0.0518	$t = -12.7752^{***}$

安全感, 进而减少自我客体化造成的身体焦虑。

本研究运用了调查法, 未来可以进一步做实验室的研究, 对自我客体化、安全感等因素进行实验控制, 以此来探究各变量间的因果关系。

总之, 本研究的结果表明, 自我客体化与外表焦虑之间存在显著的正相关关系, 安全感对两变量之间的关系起部分中介作用。

参考文献 (References)

- 丛中, 安莉娟(2004). 安全感量表的初步编制及信度、效度检验. *中国心理卫生杂志*, (2), 97-99.
- 温忠麟, 张雷, 侯杰泰, 等(2004). 中介效应检验程序及其应用. *心理学报*, 36(5), 614-620.
- Calogero, R. M. (2004). A Test of Objectification Theory: The Effect of the Male Gaze on Appearance Concerns in College Women. *Psychology of Women Quarterly*, 28, 16-21. <http://dx.doi.org/10.1111/j.1471-6402.2004.00118.x>
- Dion, K. L., Dion, K. K., & Keelan, J. P. (1990). Appearance Anxiety as a Dimension of Social-Evaluative Anxiety: Exploring the Ugly Duckling Syndrome. *Contemporary Social Psychology*, 14, 220-224.
- Fredrickson, B. L., & Roberts, T. (1997). Objectification Theory: Toward Understanding Women's Lived Experiences and Mental Health Risks. *Psychology of Women Quarterly*, 21, 173-206. <http://dx.doi.org/10.1111/j.1471-6402.1997.tb00108.x>
- Goffman, E. (1979). *Gender Advertisements*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Harper, B., & Tiggemann, M. (2008). The Effect of Thin Ideal Media Images on Women's Self-Objectification, Mood, and

- Body Image. *Sex Roles*, 58, 649-657. <http://dx.doi.org/10.1007/s11199-007-9379-x>
- Kilbourne, J., & Jhally, S. (2000). *Killing Us Softly 3: Advertising Images of Women [Video Recording]*. Available from Media Education Foundation. <http://www.mediaed.org>
- Lee, B.W., & Stapinski, L.A. (2012). Seeking Safety on the Internet: Relationship between Social Anxiety and Problematic Internet Use. *Journal of Anxiety Disorders*, 26, 197-205. <http://dx.doi.org/10.1016/j.janxdis.2011.11.001>
- McKinley, N. M., Hyde, J. S. (1996). The Objectified Body Consciousness Scale: Development and Validation. *Psychology of Women Quarterly*, 20, 181-215. <http://dx.doi.org/10.1111/j.1471-6402.1996.tb00467.x>
- Noll, S. M., & Fredrickson, B. L. (1998). A Meditational Model Linking Self-Objectification, Body Shame, and Disordered Eating. *Psychology of Women Quarterly*, 22, 623-636. <http://dx.doi.org/10.1111/j.1471-6402.1998.tb00181.x>
- Roberts, T. A., Gettman, J. Y. (2004). Mere Exposure: Gender Differences in the Negative Effects of Priming a State of Self-Objectification. *Sex Roles*, 51, 17-27. <http://dx.doi.org/10.1023/B:SERS.0000032306.20462.22>
- Swim, J. K., Hyers, L. L., Cohen, L. L., & Ferguson, M. J. (2001). Everyday Sexism: Evidence for Its Incidence, Nature, and Psychological Impact from Three Daily Diary Studies. *Journal of Social Issues*, 57, 31-53. <http://dx.doi.org/10.1111/0022-4537.00200>
- Unger, R., & Crawford, M. (1996). Gender and Psychological Disorders. In R. Unger & M. Crawford (Eds.), *Women and Gender: A Feminist Psychology* (2nd ed.). New York: The McGraw-Hill Companies, Inc.