

大学生人格特质对社交焦虑的影响

——一般自我效能感的中介作用

易文静^{1,2}, 袁颖³, 彭昕瑞⁴, 杨奇伟^{1,2*}

¹成都医学院心理学院, 四川 成都

²四川应用心理学研究中心, 四川 成都

³成都文理学院教育学院心理学系, 四川 成都

⁴西昌市第七中学, 四川 西昌

收稿日期: 2025年3月20日; 录用日期: 2025年4月28日; 发布日期: 2025年5月13日

摘要

以《交往焦虑量表(IAS)》《艾森克人格问卷简式量表(EPQ-RSC)》《一般自我效能感量表》作为研究工具, 研究大学生人格特质对社交焦虑的影响, 且一般自我效能感在其中的中介作用, 得出以下结论: (1) 人格特质的精神质维度在性别上呈现出显著性差异(男性高于女性), 而外向性、神经质与掩饰性在性别上不存在显著差异; (2) 人格特质间存在显著关联: 精神质与神经质呈正相关, 与掩饰性呈负相关; 神经质对社交焦虑具有显著正向预测作用; (3) 一般自我效能感在精神质和外向性对社交焦虑的影响中表现出遮掩效应。

关键词

人格特质, 社交焦虑, 一般自我效能感, 大学生

Impact of Personality Traits on Social Anxiety in College Students

—The Masking Effect of General Self-Efficacy

Wenjing Yi^{1,2}, Ying Yuan³, Xinrui Peng⁴, Qiwei Yang^{1,2*}

¹School of Psychology, Chengdu Medical College, Chengdu Sichuan

²Sichuan Research Center of Applied Psychology, Chengdu Sichuan

³Department of Psychology, School of Education, Chengdu College of Arts and Sciences, Chengdu Sichuan

⁴Xichang No. 7 Middle School, Xichang Sichuan

Received: Mar. 20th, 2025; accepted: Apr. 28th, 2025; published: May 13th, 2025

*通讯作者。

文章引用: 易文静, 袁颖, 彭昕瑞, 杨奇伟(2025). 大学生人格特质对社交焦虑的影响. *心理学进展*, 15(5), 107-113.
DOI: 10.12677/ap.2025.155275

Abstract

This study examined the mediating role of general self-efficacy (GSE) between personality traits and social anxiety using IAS, EPQ-RSC and GSES. Key findings: (1) The psychoticism dimension of personality traits shows significant gender differences (male is higher than female), while extraversion, neuroticism, dissimulation show no significant gender differences; (2) There are significant correlations among the dimensions of personality traits: psychoticism is positively correlated with neuroticism and negatively correlated dissimulation; neuroticism has a significant positive predictive effect on social anxiety; (3) General self-efficacy shows a masking effect in the influence of psychotic and extraversion on social anxiety.

Keywords

Personality Traits, Social Anxiety, General Self-Efficacy, College Student

Copyright © 2025 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

在人的成长和生活中,根据马斯洛的需要层次理论,爱与归属的需求是人类基本需求之一。人们需要得到他人的关心与认可,只有在满足这一需求后,才能追求更高层次的需求。然而在现实生活中,部分人群在社交情境中表现出明显的不适感,包括生理反应和心理焦虑,因此他们倾向于根据自身情况调整社交频率,选择相对孤立的社交方式。但社交活动作为社会生活的必要组成部分难以完全避免。

影响社交行为的因素众多,包括内在特质与外部环境多维度因素,人格特质作为内在核心因素之一,是影响个体社交行为的稳定心理特征。相关研究认为,人格特质具有对一般自我效能感变化的预测作用(李东斌, 邝宏达, 2010)。

基于此,本研究聚焦大学生群体,探讨人格特质对社交焦虑的影响机制,并分析一般自我效能感在这一关系中的中介作用。

2. 研究背景

人格特质理论的发展经历了多维度演化过程。卡特尔(Cattell)认为研究目标应聚焦于探索人格特质的数量与结构,其核心方法论强调避免研究者主观预设特质明细,而是通过因素分析提取人格基本单元,并据此构建理论模型。这一数据驱动的分类方式为后续研究提供了重要范式(Cattell, 1943)。艾森克(Eysenck)进一步整合观察、量表及实验数据,提出人格结构层次理论,将人格核心维度划分为外向性(E)、神经质(N)和精神质(P),并基于此开发了广泛应用于心理学研究的艾森克人格问卷(EPQ)。这些理论框架为解析人格特质与心理变量的关系奠定了基础(Eysenck, 1960)。

现有研究显示,人格特质与自我效能感间存在显著关联。在基层警务人员研究中,特定人格维度对自我效能感产生显著影响(田一笑, 2020)。有关于中学骨干教师一般自我效能感的研究中显示,其与自律性、敢为性、有恒性、兴奋性、恃强性以及稳定性这六种人格特质均存在显著的正相关关系;与紧张性、忧虑性和怀疑性这三种人格特质均存在显著的负相关关系(李东斌, 邝宏达, 2010)。这些发现证实了人格特质与自我效能感间的复杂关联模式。

同时,自我效能感与社交焦虑的关系也得到验证。中职生研究表明,自我效能感与社交焦虑呈显著负相关(林成圣, 2018),当一般自我效能感越高时,其交往焦虑程度越低。一般自我效能感程度越高的人,面对社会交往时,他们会更加积极主动,去融入大环境,加入大家,社交焦虑因此而降低。大学生研究中,高自我效能感个体表现出更低社交焦虑水平和更强人际交往能力(付梅, 2005)。这些发现为理解自我效能感在人格与社交焦虑间的中介作用提供了理论基础。

3. 研究方法

3.1. 研究对象

本次研究的主要对象是全国大多数地区大一至大四的在校大学生,通过抽样调查法进行数据收集,共收集 443 份问卷,有效问卷 424 份,男生 222 人,女生 202 人。

3.2. 研究工具

交往焦虑量表(IAS): 于一九八三年由 Leary 编写,其主要作用是对独立于行为外的个人主观上的社交焦虑感偏向进行评定,该表共由十五个条目组合而成。得分越高表示社交焦虑水平越高。Cronbach's Alpha 系数为 0.81。

艾森克人格问卷简式量表(EPQ-RSC): 简称 EPQ,共 48 个条目,每个条目回答“是”与“否”,其中包含 4 个因子:内外倾(E),神经质(N),精神质(P),社会掩饰性(L);E 量表效度 0.84~0.88、P 量表效度 0.61~0.62、N 量表效度 0.80~0.84、L 量表 0.73~0.77。

一般自我效能感量表(general self-efficacy scale, GSES): 该表于一九八一年由 Ralf Schwarzar 等著名心理学家编写。该表包含项目数量为十个。其具有良好的效度、信度,并在大众学生的心理研究领域被广泛应用。

3.3. 数据处理

本文搭配使用 SPSS 23.0 软件进行调查数据的分析与处理,并采用中介效应分析、回归分析、方差分析、独立样本 t 检验以及描述统计作为本次研究的分析法。

4. 结果分析

4.1. 描述性统计

本次研究的主要对象是全国大多数地区大一至大四的在校大学生,通过抽样调查法进行数据收集,共收集 443 份问卷,有效问卷 424 份,男生 222 人,女生 202 人。具体人口学变量(如表 1)所示。

Table 1. Table of demographic characteristics of the subjects

表 1. 被试人口变量学结构表

变量	水平	人数	百分比	合计
性别	男	222	52.36%	424
	女	202	47.64%	
年级	大一	85	20.05%	424
	大二	110	25.94%	
	大三	110	25.94%	
	大四	119	28.07%	

续表

生源地	城镇	259	61.08%	424
	农村	165	38.92%	

4.2. 人格特质对社交焦虑的相关分析

P 精神质与 N 神经质, L 掩饰共两项的相关性分值具有显著性关系, 且 P 精神质与 L 掩饰两者间具有显著的负相关性。除此之外, P 精神质与 E 外向, 交往焦虑共两项的相关性不显著性($p > 0.05$), 表示这两者间与交往焦虑之间不具有相关性(见表 2)。

Table 2. Correlation analysis of personality traits on social anxiety
表 2. 人格特质对社交焦虑的相关分析表

		P 精神质	E 外向	N 神经质	L 掩饰	交往焦虑
P 精神质	相关系数	1				
	p 值					
E 外向	相关系数	0.028	1			
	p 值	0.572				
N 神经质	相关系数	0.124*	-0.024	1		
	p 值	0.011	0.624			
L 掩饰	相关系数	-0.100*	-0.022	-0.223**	1	
	p 值	0.04	0.649	0		
交往焦虑	相关系数	0.058	-0.007	0.146**	-0.091	1
	p 值	0.237	0.886	0.003	0.061	

注: * $p < 0.05$, ** $p < 0.01$ 。

4.3. 人格特质对社交焦虑的回归分析

从以下表可知, 将 P 精神质, E 外向, N 神经质, L 掩饰作为自变量, 把交往焦虑作为该项分析的因变量, 得出结果: N 神经质会比较显著的正向影响到交往焦虑。不过 P 精神质, E 外向, L 掩饰并不会对交往焦虑产生影响关系(见表 3)。

Table 3. Regression analysis of personality traits on social anxiety
表 3. 人格特质对社交焦虑的回归分析表

	非标准化系数		标准化系数	t	p	VIF
	B	标准误	Beta			
常数	3.167	0.289	—	10.954	0.000**	—
P 精神质	0.213	0.288	0.036	0.738	0.461	1.022
E 外向	-0.032	0.249	-0.006	-0.128	0.898	1.002
N 神经质	0.61	0.237	0.128	2.575	0.010*	1.065
L 掩饰	-0.345	0.291	-0.059	-1.186	0.236	1.059

续表

R ²	0.026
调整 R ²	0.017
F	$F(4,419) = 2.813, p = 0.025$
D-W 值	0.33
因变量: 交往焦虑	

注: * $p < 0.05$, ** $p < 0.01$ 。

4.4. 一般自我效能感在人格特质对社交焦虑的影响中的中介效应分析

(1) P 精神质→自我效能感→交往焦虑为遮掩效应,也就是具有过度中介效应;

(2) E 外向→自我效能感→交往焦虑为遮掩效应,即存在过度中介效应;

(3) N 神经质→自我效能感→交往焦虑之间所具有的中介作用并不显著;

(4) L 掩饰→自我效能感→交往焦虑之间所具有的中介作用并不显著。

结果显示, P 精神质→自我效能感→交往焦虑为遮掩效应(以往中介效应检验过程中,系数 c 须为显著才可以开展下一步的数据分析。在这个要求的基础上,中介效应可以解释“X 对 Y 的影响机制”、“X 如何影响 Y”。不过,温忠麟和叶宝娟(2014)等学者或研究人员表示,尽管系数 c 表现的并不显著,但间接效应依旧有几率出现,这是由于可能存在的间接效应(ab)和直接效应(c')这两者之间的符号呈现出相反状态,因此产生了效应被遮掩的现象),也就是具有过度中介效应(见表 4)。

Table 4. Results of mediation effect test

表 4. 中介作用检验结果汇总表

项	c	a	b	a*b	a*b	a*b	a*b	a*b	c'	检验结论
	总效应			中介效应值	(Boot SE)	(z 值)	(p 值)	(95% Boot CI)	直接效应	
P 精神质→自我效能感→交往焦虑	0.213	0.673**	0.962**	0.648	0.039	16.693	0	0.035~0.186	-0.435**	遮掩效应
E 外向→自我效能感→交往焦虑	-0.032	0.546*	0.962**	0.525	0.042	12.618	0	0.017~0.181	-0.557**	遮掩效应
N 神经质→自我效能感→交往焦虑	0.610*	0.195	0.962**	0.187	0.039	4.747	0	-0.038~0.115	0.423**	中介作用不显著
L 掩饰→自我效能感→交往焦虑	-0.345	-0.271	0.962**	-0.26	0.04	-6.573	0	-0.121~0.032	-0.085	中介作用不显著

5. 讨论

5.1. 人口学变量差异

研究显示,性别仅在 P 精神质维度上呈现显著差异($t = 2.389, p = 0.017$),男性得分高于女性;而 E 外向、N 神经质、L 掩饰及社交焦虑、一般自我效能感在性别、年级、生源地上均无显著差异。这一结果与

许守婷等(2015)部分发现一致,可能反映了不同测量工具与样本特征的差异。此外,社交焦虑未表现出人口学差异,可能与现代社会对男女社会角色的趋同化有关(张天航, 2011),提示社交焦虑的形成需从更复杂的心理或环境机制中探究。

5.2. 人格特质与社交焦虑的关系

相关分析表明, P 精神质与 N 神经质呈显著正相关($r = 0.124, p = 0.011$), 与 L 掩饰呈显著负相关($r = -0.100, p = 0.04$), 而 N 神经质对社交焦虑具有显著正向预测作用($\beta = 0.128, p = 0.010$)。神经质对社交焦虑的正向预测作用与现有研究一致(黄良荣, 吴文峰, 2022), 印证了情绪不稳定性与社交焦虑的紧密关联。精神质与神经质的正相关($r = 0.124$)以及与掩饰性的负相关($r = -0.100$)表明, 这些人格维度间存在复杂的相互作用关系。

5.3. 一般自我效能感的中介效应

本研究揭示了精神质和外向性两种人格特质通过自我效能感对社交焦虑产生遮掩效应(masking effect)这一有趣现象。遮掩效应是一种当中介变量引入后, 自变量对因变量的影响方向发生反转或显著增强的统计现象。在本研究中, 当不考虑自我效能感时, 精神质和外向性对社交焦虑的直接作用较弱或不再显著; 但当引入自我效能感这一中介变量后, 二者的间接效应使得总效应更加凸显和明确。这一发现具有重要的理论和实践意义。中介分析显示, P 精神质和 E 外向通过自我效能感对社交焦虑产生遮掩效应(ab 分别为 0.648 和 0.525, $p < 0.01$), 间接效应与直接效应符号相反, 削弱了总效应。而 N 神经质和 L 掩饰的中介作用不显著。这一结果支持了温忠麟和叶宝娟(2014)关于遮掩效应的理论, 产生掩蔽效应可能是因为精神质特质本身具有矛盾性: 高精神质者既表现出社交冷漠和孤僻倾向(可能减少社交焦虑的直接来源), 又因缺乏社交技能而存在潜在的社会适应困难(通过降低自我效能感间接增加焦虑)。自我效能感的引入揭示了两股力量: 一方面, 精神质个体因社交回避实际接触的焦虑情境较少(直接效应); 另一方面, 他们的低自我效能感成为潜在的风险因素(间接效应)。外向性与自我效能感共同构成了“社交信心系统”: 外向者天生的社交倾向需要自我效能感的“能力确认”才能真正转化为较低的社交焦虑。当仅考察外向性的直接作用时, 可能忽略了那些“伪外向”(表面活跃但内心不安)的个体案例, 而中介分析则能捕捉这种内在不匹配的情况。提示自我效能感可能通过抑制人格特质的直接作用影响社交焦虑。

5.4. 掩蔽效应的具体的心理机制

1. 精神质特质的双重路径机制

直接路径: 高精神质→减少社交参与→降低焦虑体验($\beta = 0.213, p > 0.05$)

间接路径: 高精神质→低自我效能感($\beta = 0.673$)→高社交焦虑($\beta = 0.962$)

这一双向路径解释了为何在简单相关中精神质与社交焦虑的关系被掩盖: 两种相反的力量相互抵消(完全遮掩效应), 直到引入自我效能感才揭示出潜在的适应不良模式。

2. 外向性的放大器效应

直接路径: 外向性→社交舒适感→降低焦虑($\beta = -0.032, p > 0.05$)

间接路径: 外向性→高自我效能感($\beta = 0.546^*$)→低社交焦虑($\beta = 0.962^{**}$)

与精神质不同, 外向性的两条路径方向相同, 但间接路径(ab = 0.525)显著增强了总效应, 表现出“协同型遮掩”。这表明外向特质需要通过自我效能感的转化才能充分实现其抗焦虑功能。

6. 结论

(1) 神经质是社交焦虑的核心预测因子;

- (2) 精神质和外向性通过自我效能感产生遮掩效应；
(3) 人口学变量对社交焦虑无显著影响。未来需扩大样本量并引入纵向设计，深化机制探索。

基金项目

成都文理学院大学生创新创业训练计划项目 202313671385。

参考文献

- 付梅(2005). 大学生一般自我效能感与人际交往的关系研究. 硕士学位论文, 芜湖: 安徽师范大学.
- 黄良荣, 吴文峰(2022). 大三人格特征与社交焦虑的关系: 基于国内实证研究的元分析. *内江师范学院学报*, 37(12), 12-18.
- 李东斌, 邝宏达(2010). 中学骨干教师人格特质、一般自我效能感及其关系. *心理学探新*, 30(1), 63-67, 96.
- 林成圣(2018). 中职生交往焦虑与一般自我效能感、家庭教养方式的关系研究. 硕士学位论文, 福州: 福建师范大学.
- 田一笑(2020). 人格特质对基层警务人员工作绩效的影响. 硕士学位论文, 北京: 中国人民公安大学.
- 温忠麟, 叶宝娟(2014). 中介效应分析: 方法和模型发展. *心理科学进展*, 22(5), 731.
- 许守婷, 林万贵, 陈图农, 徐静, 孙倩(2015). 大学生人格偏常特质的年级差异. *精神医学杂志*, 28(5), 348-350.
- 张天航(2011). 社交焦虑研究综述. *黑河学刊*, (1), 156-157.
- Cattell, R. B. (1943). The Description of Personality: Basic Traits Resolved into Clusters. *The Journal of Abnormal and Social Psychology*, 38, 476-506.
- Eysenck, H. J. (1960). *The Structure of Human Personality (Psychology Revivals)*. Methuen.