

大学生自尊对人际关系的影响

——自我接纳的遮掩作用

韩 泽, 王馨敏

内蒙古师范大学心理学院, 内蒙古 呼和浩特

收稿日期: 2024年5月17日; 录用日期: 2024年7月5日; 发布日期: 2024年7月16日

摘 要

目的: 探究大学生自尊对人际关系的影响, 以及自我接纳在两者之间的作用机制。方法: 采用大学生人际关系综合诊断量表、大学生二维自尊量表、自我接纳问卷通过网络调查回收有效问卷383份。结果: (1) 大学生自尊、人际关系以及自我接纳三者之间呈现两两显著正相关; (2) 大学生自尊与自我接纳均对人际关系具有预测作用; (3) 大学生自我接纳在自尊和人际关系之间起到遮掩作用。结论: 大学生自尊水平可以直接影响人际关系, 自我接纳在自尊和人际关系之间起到遮掩作用。

关键词

人际关系, 自尊, 自我接纳

The Influence of Self-Esteem on Interpersonal Relationship among College Students

—The Masking Effect of Self-Acceptance

Ze Han, Xinmin Wang

Faculty of Psychology, Inner Mongolia Normal University, Hohhot Inner Mongolia

Received: May 17th, 2024; accepted: Jul. 5th, 2024; published: Jul. 16th, 2024

Abstract

Objective: To explore the influence of college students' self-esteem on interpersonal relationships and the mechanism of self-acceptance between the two. Methods: A total of 383 valid question-

文章引用: 韩泽, 王馨敏. 大学生自尊对人际关系的影响[J]. 社会科学前沿, 2024, 13(7): 232-241.

DOI: 10.12677/ass.2024.137588

naires were collected through an online survey using the Comprehensive Diagnostic Scale for College Students' Interpersonal Relationships, the Two-dimensional Self-esteem Scale for College Students, and the Self-Acceptance Questionnaire. Results: (1) There was a significant positive correlation between self-esteem, interpersonal relationship and self-acceptance. (2) College students' self-esteem and self-acceptance were predictive of interpersonal relationships. (3) College students' self-acceptance plays a role in masking between self-esteem and interpersonal relationships. Conclusion: The self-esteem level of college students can directly affect interpersonal relationships, and self-acceptance plays a role in masking between self-esteem and interpersonal relationships.

Keywords

Interpersonal Relationship, Self-Esteem, Self-Acceptance

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. 问题提出

大学阶段是个体迅速走向成熟而又未完全成熟的心理发展阶段,大学生对社会文化、自身角色和人际关系的认知、适应和获得不仅影响着他们社会性的发展方向,而且还影响着其心理健康发展的水平[1]。其中人际关系在大学生的校园生活中占有极大的地位,所谓人际关系是社会适应的核心之一,它是一种特殊的社会关系,指的是人与人之间通过直接交往形成起来的相互之间的情感联系[2]。大学生在人际交往中可满足社会交往和归属的需要、获得社会支持,良好的人际关系有助于大学生保持健康的心理状态,反之,不良的人际关系可能导致大学生产生各类的心理问题。因此,探究大学生人际关系的影响因素对于大学生在人际交往中的心理健康成长有重大意义。

自尊(Self-esteem)是人格和社会心理学领域中研究的经典核心概念,它是指个体在自我意象及价值的基础上对自身值得他人或社会尊重的程度或重要性给出的综合性评估[3],本质上属于人格自我调节结构的心理成分[4]。作为自我图式的核心要素,以往大量实证研究表明自尊是影响人际关系的重要因素。低自尊个体倾向于间接的人际关系,高自尊个体则倾向于现实的人际关系[5];自尊水平高的个体在人际交往中可以更多从积极的角度去阐释他人的言语和行为,也会更乐于与他人进行积极的情感交流,建立良好的人际关系[6];自尊中的自我否定因子和自我能力因子可通过作用于人际关系而调节个人发展水平[7];研究发现自尊与人际关系诊断显著负相关,即自尊水平越高,人际关系诊断越低,人际交往能力也就越好[8];依恋焦虑和自尊联合对人际关系有预测作用,说明自尊与人际关系密切相关[9];高自尊水平个体在社交情景中的表现更加主动和积极,对他人更加信任且在与他人的交往过程中心态更加理性和平和[10],使得个体与他人表现出更加积极的接纳态度,对人际关系有极大的促进作用。

自我接纳,作为自尊最为核心的特征,是在大学生自我评价的基础上逐步形成的一种自我态度[11]。所谓自我接纳是指一个人对自身所具有的所有特征都愿意去了解、去面对,并且无条件地接受,能确认其客观存在和正面价值[12]。同时,作为两个变量而言,自我接纳与自尊之间存在密切关系,自尊与自我接纳显著正相关,能够预测自我接纳[13];Mackay等部分学者研证自尊和自我接纳呈现显著正相关[14];同时,大量前人研究表明自我接纳与人际关系有关。高文凤等人研究发现大学生的自我接纳会作用于人际关系[15];学者李闻弋研究发现自我接纳和人际交往是彼此影响的[16];大学生在学校的生活和学习过

程中,经常顾虑因自身表现不好,受到别人的嘲笑等,从而影响了个体与他人之间的人际关系,而大学生自我接纳程度较低是其重要的影响因素[17];自我接纳水平高的个体能够全面、客观地评价自己,对自己和他人更容易表现出积极的接纳态度与情感[18];相反,自我接纳水平低的个体则表现出更多的自卑、内向[19]对个体的人际关系存在不良影响。

综上所述,本研究推测,自尊与人际关系呈现显著正向相关且对于人际关系具有预测作用;自我接纳与自尊及人际关系之间均呈现显著正向相关;自我接纳在自尊与人际关系之间起到中介作用。本研究旨在考察大学生人际关系情况的同时,探讨自我接纳在自尊和人际关系之间可能存在的中介效应,为大学生建立良好、和谐的人际关系提供有价值的理论支持;并且可以在实践中就大学生人际关系的问题制定科学有效的干预措施,对大学生的心理健康给予有效的保护。

2. 研究方法

2.1. 研究对象

本研究通过对内蒙古境内部分高校的大学生进行网络问卷调查,共收集问卷 447 份,去掉胡乱填写、有规律的填写、漏答等无效问卷 64 份,得到有效问卷 383 份,有效率 85.70%。其中,男生 190 份,占 50.39%;女生 193 份,占 49.61%;生源地在农村的 182 份,占 50.98%;大一学生 85 份,占 22.19%;大二学生 107 份,占 27.94%;大三学生 101 份,占 26.37%;大四学生 90 份,占 23.50%。各个维度之间的所得问卷数量相对均等,且问卷总数已达到预期的问卷研究数量,可进行数据分析,支持本项研究的进行。

2.2. 测量工具

1) 大学生人际关系综合诊断量表,采用郑日昌编写的大学生人际关系综合诊断量表[20]。该量表包含 28 道题目,分为交谈、交际、待人接物以及异性交往四个维度。量表采用判断是或者否的方式,“是”得 1 分,“否”得 0 分,选择是的数量越多,则得分越高,表示在人际交往方面存在的困扰越多,人际关系状况越差。本研究中该量表的内部一致性系数为 0.916。

2) 大学生二维自尊量表采用陈建文修订的大学生二维自尊量表[21][22]。该量表包含 16 个题项,每个维度 8 个题项,重测信度为 0.84 和 0.80,同质性信度为 0.86 和 0.84;该量表是测量整体自尊的量表,分为自我能力和自我悦纳两个维度,采用 5 点计分法,从“非常不符合”到“非常符合”,分值按程度分为 1 分到 5 分,部分条目为反向计分;分值越高,自尊程度越高。本研究中该量表的内部一致性系数为 0.886。

3) 自我接纳问卷采用丛中、高文凤编制的自我接纳问卷(Self-acceptance Questionnaire, SAQ) [23][24]。该问卷有 16 个题目,分为自我评价和自我接纳两个维度,每个维度含有 8 个题目,采用 4 级评分,从非常相同到非常相反,分数越高其自我接纳水平也就越高。本研究中该问卷的内部一致性系数为 0.956。

2.3. 统计处理

本研究运用 SPSS22.0 统计软件包进行数据的录入和相关分析,主要进行了 t 检验、F 检验、共同方法偏差检验、相关分析、回归分析及中介效应分析等,同时运用 Mplus7.0 采用 Bootstrap 检验法进行中介效应的检验。

3. 结果

3.1. 共同方法偏差检验

本研究采用了系列方法以避免可能造成的共同方法偏差问题,如采用不同计分方式、反向计分题、匿名调查等。采用 Hurman 单因素检验对可能存在的共同方法偏差进行了诊断,未经旋转的主成分分析

结果发现,共析出 7 个特征根大于 1 的公因子,其中第一个公因子解释了所有变异的 36.34%,小于 40% 的临界值。因此可以认为本研究受到共同方法偏差的影响较小。

3.2. 大学生人际关系总体情况

大学生人际关系得分范围 0~28 分,总均分 16.58 分。在 4 个维度上,交谈方面均值为 4.15,交际方面均值为 4.18,待人接物方面均值为 4.03,异性交往方面均值为 4.22,每个条目以 0.5 分为筛选标准,总体及各维度得分均大于对应的理论均值,见表 1。

Table 1. Mean and standard deviation of interpersonal communication among college students
表 1. 大学生人际交往均值及标准差

变量	人际关系	交谈	交际	待人接物	异性交往
均值	16.58	4.15	4.18	4.03	4.22
标准差	7.601	2.065	2.093	2.169	2.145
理论均值	14	3.5	3.5	3.5	3.5

3.3. 大学生自尊及自我接纳水平总体情况

大学生自尊得分范围 16~80 分,总均分 54 分。在 2 个维度上,自我悦纳因子均值为 27.67,自我能力因子均值为 26.34,每个条目以 3 分为筛选标准,总体及各维度得分均大于对应的理论均值;大学生自我接纳得分范围 16~64 分,总均分 46.48 分。在 2 个维度上,自我评价因子均值为 23.64,自我接纳因子均值为 22.84,每个条目以 2.5 分为筛选标准,总体及各维度得分均大于对应的理论均值,见表 2。

Table 2. Mean and standard deviation of self-esteem and self-acceptance among college students
表 2. 大学生自尊及自我接纳均值及标准差

变量	自尊	自我悦纳	自我能力	自我接纳	自我评价	自我接纳(因子)
均值	54	27.67	26.34	46.48	22.84	23.64
标准差	12.86	7.60	5.641	12.71	6.43	6.97
理论均值	48	24	24	40	20	20

3.4. 大学生人际关系、自尊、自我接纳在人口学上的差异性分析

将大学生人际关系、自尊、自我接纳分别在性别、生源地、是否独生子女、年级上进行差异性比较(差异有统计学意义的设定为 $p < 0.05$),方差分析发现,各变量在人口学上均不显著($p > 0.05$),并不具有任何差异性,见表 3。

3.5. 大学生自尊、人际关系、自我接纳的相关分析

表 4 相关分析可知,大学生自尊与人际关系呈显著正相关($r = 0.132, p < 0.05$);自尊与自我接纳呈显著正相关($r = 0.955, p < 0.05$);自我接纳与人际关系呈显著正相关($r = 0.258, p < 0.05$),见表 4。

3.6. 自我接纳在大学生自尊与人际关系间的中介效应

表 4 的相关分析结果表明,本研究涉及的自尊、人际关系和自我接纳变量间均存在显著相关性,具

备中介效应检验的前提条件。采用温忠麟、侯杰泰、张雷的三步检验程序来检验自我接纳在自尊与人际关系间的可能中介作用[25]。第一步, 将大学生自尊为自变量, 人际关系为因变量进行回归, 得到路径 c; 第二步, 将自尊为自变量, 自我接纳为因变量进行回归, 得到路径 a; 第三步, 将自尊和自我接纳同时作为自变量, 人际关系为因变量进行回归, 得到路径系数 b 和 c', 见表 5。

Table 3. Demographic differences across variables
表 3. 各变量在人口学上的差异性

变量	人际关系	自尊	自我接纳
男	16.39 ± 7.58	54.49 ± 12.88	46.95 ± 12.34
女	16.77 ± 7.64	53.51 ± 12.50	45.99 ± 13.09
T	-0.489	-0.751	0.737
p	0.625	0.453	0.544
城镇	16.40 ± 7.53	54.18 ± 12.46	46.85 ± 12.52
农村	16.77 ± 7.69	53.83 ± 13.27	46.85 ± 13.93
T	-0.467	0.266	0.580
p	0.218	0.790	0.337
独生子	16.15 ± 7.64	53.72 ± 13.17	46.48 ± 12.82
非独生子	16.77 ± 7.59	54.13 ± 12.74	46.48 ± 13.69
T	-0.746	-0.287	-0.017
p	0.556	0.082	0.987
大一	17.02 ± 7.24	53.99 ± 13.45	46.15 ± 12.88
大二	16.42 ± 7.60	53.83 ± 14.04	45.94 ± 13.61
大三	17.62 ± 7.40	54.74 ± 12.36	47.47 ± 12.63
大四	15.19 ± 8.06	54.58 ± 11.32	46.31 ± 11.66
T	1.762	0.465	0.288
p	0.154	0.707	0.834

Table 4. Correlation analysis of variables
表 4. 各变量的相关分析

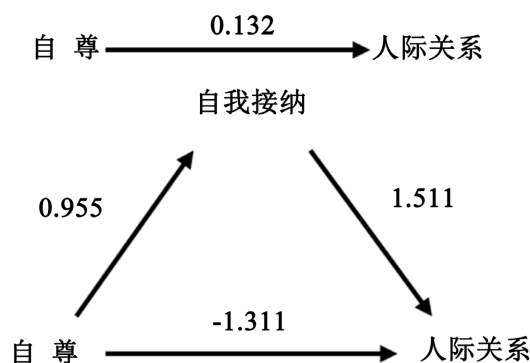
	1	2	3
1) 自尊	1		
2) 人际关系	0.132**	1	
3) 自我接纳	0.955**	0.258**	1

Table 5. The mediating effect of self-acceptance, self-esteem and interpersonal relationships**表 5.** 自我接纳与自尊、人际关系间的中介效应检验

步骤	自变量	因变量	β	F	t	调整的 R^2	p
1 (路径 c)	自尊	人际关系	0.132	6.801	2.608	0.015	0.009
2 (路径 a)	自尊	自我接纳	0.955	3986.081	63.135	0.913	0.000
3 (路径 c')	自尊	人际关系	-1.311	52.596	-8.533	0.213	0.000
(路径 b)自我接纳			1.511		9.833		0.000

由表 4 可知, 第一步, 大学生自尊对人际关系有显著的正向预测作用($\beta = 0.132, p < 0.01$), 自尊水平越高, 人际关系越好; 第二步中, 自尊对自我接纳有显著的正向预测作用($\beta = 0.955, p < 0.01$), 自尊水平越高, 自我接纳水平越高; 第三步, 引用自我接纳的中介作用后, 自尊对人际关系仍有显著的预测作用($\beta = -1.311, p < 0.01$), 回归系数绝对值升高, 调整的 R^2 值变大。根据温忠麟与叶宝娟于 2014 年新发展的中介效应的方法和模型提出[26]: 当模型中有中介变量 M 时, c' 表示 X 对 Y 时的回归系数, 即直接效应; 如果 a 和 b 显著, 且 c' 不显著, 则为完全中介; 如果 a 和 b 显著, 且 c' 显著, 且 $a * b$ 与 c' 同号, 则为部分中介作用; 如果 a 和 b 显著, 且 c' 显著, 且 $a * b$ 与 c' 异号, 则为遮掩作用。根据表 5 所示, 自我接纳与自尊、人际关系的中介作用检验的汇总结果满足第三种情况, 即 a 和 b 显著, 且 c' 显著, 且 $a * b$ 与 c' 异号($0.955 * 1.511$ 与 $c' = -1.311$ 为异号), 所以得出结论, 自我接纳在自尊与人际关系之间起到遮掩作用。

进一步采用 Bootstrap 检验法对自我接纳的遮掩作用进行检验, 样本量选择 5000, 在 95% 置信区间下的结果显示, 中介效应的结果为(LLCI = 1.184, ULCI = 1.704)不包含 0, 即自我接纳在大学生自尊和人际关系之间的中介效应显著, 效应大小为 1.443; 在控制了中介变量自我接纳后, 大学生自尊对人际关系的直接效应也是显著的, 95% 的置信区间(LLCI = -1.589, ULCI = -1.033)不包含 0, 说明自我接纳在大学生自尊和人际关系之间起遮掩作用, 见图 1。

**Figure 1.** Diagram of the mediating effect of self-acceptance on the relationship between self-esteem and interpersonal relationships**图 1.** 自我接纳在自尊与人际关系之间的中介效应图

4. 讨论

4.1. 大学生人际关系、自尊、自我接纳的特点

大学生人际关系均分高于理论均值 14 分, 交谈、交际、待人接物以及异性交往维度均值均大于对应的理论均值。本研究数据还发现, 有超过 62.2% 的大学生有人际关系方面问题的, 这与部分研究结果大

致相同。例如安晓镜等人研究中表明大学生人际关系交往现状不甚理想,有 55.8%学生认为自己在人际关系方面存在着困扰,60.3%学生在交际和交友方面存在一定或较大行为困扰,超过了学生的一半[27];胡伟研究显示大学生中存在人际关系问题的有 52.37% [28];朱舒翼研究表明存在人际关系问题的大学生检出率为 59.07% [29]。本研究中大大学生人际关系存在问题的检出率如此之高的原因可能如下,一方面可能是样本范围及数据数量有限;另一方面可能是因为经历过新冠肺炎疫情的影响,大学生被居家隔离不能外出,不能很好地与他人进行交流互动,不过这也说明人际关系的确是影响大学生心理健康的一个重要问题。大学生自尊总均分为 54,自尊量表中 2 个维度的均值也都大于理论均值,说明大学生自尊水平处于相对较高的水平;大学生自我接纳总均分为 46.48,自我接纳问卷的 2 个维度的均值也都大于理论均值,说明大学生自我接纳水平也处于相对较高的水平;这说明新时期大部分的大学生对于自我的认知处于相对平稳的水平,对自我有较强的认同与自信。对于家庭教育而言,父母的支持或鼓励让子女们体验到父母对其的肯定,加强了大学生对于自我接纳、自尊的认可和水平;对于校方而言,在把握学科教育的同时,也加大开展有助于提升大学生心理健康水平的优秀课程和实践活动,不断地磨合、提高大学生的心理素质水平;随着社会的不断进步与发展,优秀文化的渲染与熏陶对于个体也有积极的影响。

4.2. 大学生自尊与人际关系的关系

研究结果显示,大学生自尊与人际关系呈现显著正相关($r = 0.132, p < 0.05$),且自尊能显著预测人际关系($\beta = 0.132, p < 0.05$),即自尊水平越高,人际关系水平越好,这与以往研究相类似[30] [31]。根据自尊的人际关系理论(So-ciometer theory),作为人类,均有保持重要人际关系的倾向,自尊作为一种心理尺度,能够反映个体人际关系的质量以及其对重要人际关系的融入程度[32]。所以,大学阶段在个体人生的发展中具有重要作用,个体对于知识的学习与掌握、阅历的积累与升华,均会给自身带来自信的增長和能力的提升,让大学生们可以提高自身的自尊水平,从而可以自然的、自信的、积极的参与到人际交往当中,建立、维持并维护自己的人际关系,在与他人的交际和交往中可以顺利的、和谐的进行;同时在交往中认识到自身的交流方式、行为方式的不足,并进行改进、弥补,从而更好的进行人际交往,处理人际关系。

4.3. 大学生自尊与自我接纳的关系

研究结果显示,自尊与自我接纳呈显著正相关($r = 0.955, p < 0.05$),自尊对自我接纳有显著的正向预测作用($\beta = 0.955, p < 0.05$),自尊水平越高,自我接纳的程度越高,这与以往研究结果类似[33]。这表明自尊水平高的大学生更能合理的认识自身的优缺点,欣然地接纳自己,这可以对自己形成积极的评价和情感体验,有助于大学生听取并采纳他人对自己合理的意见和建议,并将其作为完善自己的参考,从而更好地悦纳自我,积极的建立自我接纳。因此,各高校在开展大学生心理健康教育的过程中,更应该加强大学生对于自身自尊水平的建设、巩固和提升;高校教师要尊重大学生的人格、情感,保护大学生的自尊心,帮助大学生在学习与生活过程中能够做出积极、正面的自我评价;同时,大学生自身也要时常进行自我反省,客观的评价自身,不要回避自身的缺点与不足,及时发现,及时改正,提升自身的自尊水平,以获得更高的自我接纳水平。

4.4. 自我接纳在大学生自尊与人际关系之间的中介效应

本研究以自我接纳作为大学生自尊与人际关系之间的中介变量,建立中介模型,对大学生自尊影响人际关系的机制进行探究。由中介作用检验结果表 5 所示,自我接纳在自尊与人际关系之间起到的是遮掩作用,即中介效应和直接效应符号相反,大学生自尊既可以直接影响人际关系,也可以通过自我接纳间接地对人际关系产生影响。当在三者建立结构模型时,中介变量自我接纳成为了抑制变量,在控制了

自我接纳这一变量后, 自尊对人际关系的影响系数增大。自我接纳对人际关系的高强度作用遮掩了自尊对于人际关系直接作用, 同时也说明了二者对于人际关系的影响程度问题。若在不考虑遮掩问题的情况时, 但自尊与人际关系二者的直接关系也确实受到遮掩问题影响时, 易产生认为总效应不显著或者按中介作用作为结论的错误。本文研究结果避免了这种错解的产生, 同时也说明自我接纳在自尊对于人际关系的影响中有着一定的作用机制, 对大学生人际关系的促进提供了一定的理论依据。

针对自我接纳在该模型中起到遮掩作用, 究其原因可能有三点: 首先, 对于自尊和自我接纳的概念而言, 国外学者 Mckay 在其研究中表示自尊与自我接纳的概念相同[34], Fennell 也表示自尊与自我接纳包含相同的概念内涵[35], 国内学者刘华山也同样认为自尊和自我接纳是同位概念[36], 同时学者 Ellis 认为, 真正的自尊建立在自我接纳基础之上[37]。

其次, 根据自尊的缓冲器假设理论[38], 高自尊水平的个体具有缓冲的功能, 通常能够增强个体的心理适应能力与调节能力, 并且对自我价值感、重要感的体验更为深刻[39]。即自尊水平高的人, 更容易自我接纳, 对生活的各个方面较为满意, 在处理人际关系问题上更加自如[40]。反之, 自我接纳也是自尊的预测因素[41], 后者亦可促进前者从而作用于人际关系的质量。根据自我决定自尊理论, 当个体的自我价值感体验受到破坏, 个体将无法通过满足基本需求以维持高水平的自尊, 这对于个体的整合行为(包括人际交往)是十分不利的[42]。然后, 自我接纳强调的是个体意识到自身的缺陷后仍能感知到的自身价值感[43], 这也说明自我接纳较于自尊而言对于人际关系有更明显的作用。

最后, 就自尊和自我接纳对于人际关系的作用机制而言, 从以往的研究中可知, 大学生自尊对于人际关系的直接效应很低[44], 而自我接纳对于人际关系具有显著的预测作用[45]。可见, 自我接纳对于人际关系的直接效应要大于自尊对后者的直接效应, 这也符合在本研究中的数据分析结果—自我接纳对人际关系的高强度作用遮掩了自尊对于人际关系直接作用。

4.5. 不足与展望

本研究探讨了大学生自尊对人际关系的影响, 并揭示了自我接纳在两者间的作用机制, 对大学生人际关系的研究和促进提供了一定的理论依据。但也存在一些局限:

首先, 本研究采用问卷调查法进行研究, 仅为定量研究, 不能解释自尊、自我接纳及人际关系之间的因果关系, 问卷法的弊端仍有体现;

其次, 本研究采用的测量工具为自评量表, 被试作答时可能会受到社会期望值、环境、情绪等因素的影响, 可能与实际存在一定偏差, 希望今后的研究者再进行后续研究时, 可以控制或尽可能地排除社会赞许等方面的因素对被试的干扰;

最后, 本研究选取的被试均来自内蒙古境内的大学生群体, 其在普遍意义上的代表性可能受到影响, 并不十分完善, 期待今后的研究者在研究中能够进行多省份、多地区的被试数据收集以弥补此方面的不足, 以期完善对大学生人际关系影响因素的研究、探讨。

5. 结论

- (1) 大学生自尊、人际关系以及自我接纳三者之间呈现两两显著正相关;
- (2) 大学生自尊与自我接纳均对人际关系具有预测作用;
- (3) 大学生自我接纳在自尊和人际关系之间起到遮掩作用。

参考文献

- [1] 吴文君, 张彦通. 基于社会性发展视角的大学生心理健康探析[J]. 河南大学学报(社会科学版), 2017, 57(2):

- 124-130.
- [2] 李文福, 何筱, 王瑞歌, 强景, 赵敏. 儿童期不良经历与大学生人际关系困扰: 成人依恋与手机依赖的链式中介作用[J]. 中国健康心理学杂志, 2022, 30(12): 1852-1858.
- [3] 李杰. 临床医学专业本科生情绪智力、自尊与主观幸福感的关系[J]. 首都医科大学学报, 2020, 41(3): 428-432.
- [4] 俞国良. 社会心理学[M]. 第3版. 北京: 北京师范大学出版社, 2005.
- [5] Billieux, J. (2012) Problematic Use of the Mobile Phone: A Literature Review and a Pathways Model. *Current Psychiatry Reviews*, 8, 299-307. <https://doi.org/10.2174/157340012803520522>
- [6] 孙晓玲, 吴明证. 大学生自尊、拒绝敏感性、人际信任与社会焦虑的关系[J]. 中国临床心理学杂志, 2011, 19(4): 537-539.
- [7] 裴珍. 大学新生心理健康状况、自尊和班级人际关系的研究[D]: [硕士学位论文]. 济南: 山东师范大学, 2008.
- [8] 申思. 大学生家庭和谐、自尊与人际关系的相关研究[J]. 内蒙古教育, 2017(24): 22-23.
- [9] 孙远, 桂莎莎. 大学生依恋现状及其与自尊、人际关系的研究[J]. 中国健康心理学杂志, 2012, 20(4): 567-569.
- [10] 刘广增, 潘彦谷, 李卫卫, 孟亚运, 张大均. 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(1): 151-154.
- [11] 马素红, 王娟. 教养方式与社交焦虑的关系: 自我接纳的中介作用[J]. 中国健康心理学杂志, 2015, 23(6): 899-901.
- [12] 李闻戈. 对大学生自我接纳的现状与特点的研究[J]. 宁夏大学学报(人文社会科学版), 2002(1): 112-114.
- [13] 高文凤, 丛中. 医学院新生自尊与自我接纳心理调查[J]. 中国学校卫生, 2001(1): 18-19.
- [14] 郑海英. 自我接纳研究综述[J]. 现代交际, 2017(4): 25-26.
- [15] 高文凤, 丛中. 社交焦虑与大学生自尊、自我接纳的关系[J]. 健康心理学杂志, 2000(3): 276-279.
- [16] 李闻戈. 女大学生自我接纳和人际关系的相关研究[J]. 福建师范大学学报(哲学社会科学版), 2003(2): 125-131.
- [17] 黄飞, 张建新. 2247 名中学生的自我效能、自尊与积极/消极情感[J]. 中国心理卫生杂志, 2010, 24(2): 149-152.
- [18] 张晓州, 彭婷, 洪颖. 学前教育专业大学生自我和谐与自我接纳的关系研究[J]. 陕西学前师范学院学报, 2019, 35(3): 44-50.
- [19] 贾珊, 李小卫, 王志稳, 于爱红, 孔德鑫, 崔佳妮. 美容受术者自我接纳水平与心理健康关系的研究[J]. 中国护理管理, 2016, 16(7): 1000-1005.
- [20] 郭海燕. 自尊、自我评价与人际关系的相关研究[D]: [硕士学位论文]. 保定: 河北大学, 2010.
- [21] 陈建文, 王滔. 二维自尊量表中文版在大学生中的信、效度分析[J]. 中国心理卫生杂志, 2006(8): 565-567.
- [22] 郝春芸. 二维自尊量表在青少年自尊测量中的适用性[J]. 科技信息, 2011(4): 93-94.
- [23] 丛中, 高文凤. 自我接纳问卷的编制与信度效度检验[J]. 中国行为医学科学, 1999(1): 20-22.
- [24] 熊玫. 警校大学生应对方式与自我接纳的关系[J]. 中国健康心理学杂志, 2020, 28(2): 263-265.
- [25] 温忠麟, 侯杰泰, 张雷. 调节效应与中介效应的比较和应用[J]. 心理学报, 2005(2): 268-274.
- [26] 温忠麟, 叶宝娟. 中介效应分析: 方法和模型发展[J]. 心理科学进展, 2014, 22(5): 731-745.
- [27] 安晓镜, 康会霞. 地方高校大学生人际关系现状调查——以邢台学院为例[J]. 邢台学院学报, 2015, 30(2): 152-153+156.
- [28] 胡伟. 大学生人际关系现状与提升途径综述[J]. 亚太教育, 2016(17): 33.
- [29] 朱舒翼. 大学生人际关系对心理健康的影响研究[J]. 校园心理, 2017, 15(1): 49-51.
- [30] 刘芳, 李娜, 陈霞, 嵇敏华, 郑亚楠. 医学新生人际交往焦虑与自尊的关系[J]. 校园心理, 2019, 17(1): 30-32.
- [31] 崔元慧, 李洋洋. 团体心理辅导对大学生人际关系及自尊影响的实证研究[J]. 连云港职业技术学院学报, 2018, 31(1): 69-74.
- [32] Leary, M.R., Tambor, E.S., Terdal, S.K. and Downs, D.L. (1995) Self-Esteem as an Interpersonal Monitor: The Sociometer Hypothesis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68, 518-530. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.68.3.518>
- [33] 张晓州, 彭婷, 洪颖, 罗杰. 大学生公正世界信念、自尊与自我接纳的关系研究[J]. 信阳师范学院学报(哲学社会科学版), 2020, 40(2): 82-87.
- [34] MacKay, M., David, M. and Fanning, P. (1998) Thoughts and Feelings.

-
- [35] Fennell, M.J. (2006) *Overcoming Low Self-Esteem*.
- [36] 刘华山. 心理健康概念与标准的再认识[J]. 心理科学, 2001, 24(4): 481+480.
- [37] Ellis, A. (2013) *Rational Emotive Therapy*. Routledge.
- [38] 周佳惠. 大学新生主观社会经济地位对抑郁的影响: 自尊的中介作用[J]. 心理技术与应用, 2019, 7(8): 455-461.
- [39] 葛操, 王慧. 大学生完美主义与学习动机的关系——自尊的中介作用[J]. 信阳师范学院学报(哲学社会科学版), 2017, 37(2): 36-39.
- [40] 薛敏霞, 舒曼. 家庭关怀与大学生人际关系困扰的关系: 自尊的中介效应[J]. 宜宾学院学报, 2019, 19(5): 118-124.
- [41] 朱鸿博. 自我接纳和社交焦虑的关系研究: 自尊的中介作用[D]: [硕士学位论文]. 长沙: 湖南师范大学, 2016.
- [42] Deci, E.L. and Ryan, R.M. (1994) Promoting Self-Determined Education. *Scandinavian Journal of Educational Research*, **38**, 3-14. <https://doi.org/10.1080/0031383940380101>
- [43] Shostrom, E.L. (1973) Comment on a Test Review: The Personal Orientation Inventory. *Journal of Counseling Psychology*, **20**, 479-481. <https://doi.org/10.1037/h0035340>
- [44] 赵崇莲, 郑涌. 大学生人际关系质量的影响因素研究[J]. 心理科学, 2019, 32(4): 983-985.
- [45] 吴志雄, 邱鸿钟, 龚文进. 大学生自我接纳与人际信任、人际关系满意度的相关性研究[J]. 中国健康心理学杂志, 2011, 19(12): 1496-1498.