

青少年被动社交媒体使用与负面身体意象： 自我客体化的中介作用

肖曼花

福建师范大学心理学院，福建 福州

收稿日期：2026年1月19日；录用日期：2026年2月26日；发布日期：2026年3月6日

摘要

本研究关注青少年群体的身体意象问题。现有研究多集中于年轻女性或特定疾病患者，对正处于外貌与心理发展不平衡阶段的青少年探讨尚不充分。调查表明，以抖音、Bilibili、快手为代表的內容类社交媒体已成为中学生信息获取、社交与娱乐的主要渠道。其中，被动性使用方式往往比主动交互带来更显著的负面心理影响。这类平台作为身体形象的集中展示场域，充斥大量关于身体展示的信息，易使青少年将其内化为标准，并持续对自身进行审视与比较，进而可能形成消极身体意象。然而，被动性社交媒体使用影响负面身体意象的具体机制尚未明确。为此，本研究在文献分析基础上构建了一个中介模型，旨在考察自我客体化在二者之间的中介作用。

关键词

青少年，负面身体意象，自我客体化，中介作用

Adolescents' Passive Social Media Use and Negative Body Image: The Mediating Role of Self-Objectification

Manhua Xiao

School of Psychology, Fujian Normal University, Fuzhou Fujian

Received: January 19, 2026; accepted: February 26, 2026; published: March 6, 2026

Abstract

This study focuses on body image issues among adolescents. Existing research has predominantly

centered on young women or specific patient groups, while investigations into adolescents—who are in a stage of imbalanced physical and psychological development—remain insufficient. Surveys indicate that content-based social media platforms such as Douyin, Bilibili, and Kuaishou have become primary channels for middle school students to access information, engage in social interactions, and seek entertainment. Among these, passive usage patterns tend to exert more pronounced negative psychological effects compared to active engagement. As concentrated arenas for body image presentation, these platforms are saturated with idealized bodily symbols, which adolescents may internalize as standards, leading to persistent self-scrutiny and comparison, thereby potentially fostering negative body image. However, the specific mechanisms through which passive social media use influences negative body image remain unclear. To address this gap, this study constructs a mediation model based on a review of the literature, aiming to examine the mediating role of self-objectification in the relationship between the two.

Keywords

Adolescents, Negative Body Image, Self-Objectification, Mediating Role

Copyright © 2026 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

随着互联网技术的持续迭代升级与社交平台的蓬勃兴起，各类社交网站依托其高效便捷的人际联结优势、丰富多元的互动场景以及层次多样的内容生态，逐步深度渗透至大众日常生活的各个维度。民众对社交网站的依赖程度也随之呈现大幅攀升态势，从日常的信息搜集、情感维系与沟通，到职场中的协同办公、社交网站已实现对生活场景的全方位覆盖，俨然成为当代人数字生活中不可或缺的重要载体。而这种席卷全民的社交浪潮，自然也毫无例外地席卷了青少年群体，使他们同样成为社交网站的深度依赖者[1]，我国未成年人互联网普及率达到 94.9%。

然而，青少年时期处于人生中的特殊阶段，身处这一时期的个体，不仅会迎来生理层面的显著蜕变，心理状态与社会属性也同步迈入关键的发展重塑期。这既是自我认知逐步明晰、社会情感能力慢慢养成的重要阶段，也是对自身身体意象感知格外敏锐的时期。因此，社交网络上所传达出的信息，会对青少年产生极大的影响。置身于这样的虚拟空间，青少年一方面对外界的各类信息保持着高度敏锐的感知力，另一方面也会主动投身于内容的创作与传播，借助图片、文字、视频等多元形式完成自我表达与社交互动。不过，这种高度互联的环境，既为青少年带来了全新的机遇，也暗藏着诸多挑战。徐曼等(2021)发现社交网络在为青少年提供信息获取渠道、契合其社交需求的同时，也充斥着大量身体符号相关信息，此类信息对青少年心理状态的调适、社会交往方式的形成乃至身体意象的构建，均产生了难以忽视的深层次作用[2]。

社交媒体的内容生产模式具有鲜明的对等共创属性，每一位用户都身兼双重角色，当然，还有不少用户更愿意以“潜水”的姿态存在。观察各类平台不难发现，无论是直播互动、生活记录，还是服饰妆容、健身日常，乃至影视综艺的二次剪辑，均吸引了大量持续关注的用户。而这些内容，很多都涵盖了形象展示，一方面，激发公众对理想外貌的向往，从而鼓动更多人通过规律运动和饮食调整来改善身材与形象；从另一方面出发，这种反复呈现出来的理想的、单一的审美标准，也极易给人们带来身体意象层面的困扰：从普遍存在的容貌焦虑、自我价值感低落，到极端节食、未成年人过度医美整形等非理性

行为,更有甚者会因此陷入抑郁情绪的泥沼,产生自残、自杀等极端念头。有学者指出,近年来,关于身体的谈论越来越受到人们的关注[3]。人们逐渐认识到,出众的外表有助于自身职业的发展[4]、情感关系的建立[5]、甚至对他人评价个人品行[6]与能力[7]都会产生正面作用。

社交媒体作为可公开编辑的信息平台,支持用户通过图片、音频与视频等形式创作、传播以及交流内容[8]。根据用户参与行为的不同,学者 Burke 等人将其划分为三种:主动发布,即面向一般受众生产或分享内容。互动交流,指向特定对象的沟通交流。被动性使用,主要指浏览他人发布的信息、状态或各类资讯而不主动参与互动[9][10]。有研究表明,被动性的使用,更容易引发心理层面的负面影响。有研究表明被动浏览社交媒体中的信息会导致女性青少年的焦虑水平上升[11][12]。此外,跨平台、长时间的这种使用方式会加剧个体的消极情绪[13]。因此,这类使用模式对青少年的心理发展的潜在风险值得进一步关注。

身体意象是个体关于自身外貌所形成的整合性心理图式,它融合了主体对其形体的认知评估、伴随的情感体验以及持续的态度倾向[14]。当个体对自身身体特征的消极评估与由此引发的不满情绪相结合,并长期困扰其心理时,便构成了负面身体意象的核心特征[15]。负面身体意象是一个多层面的心理结构,它整合了个体对身体的负面看法、由此产生的消极情感,以及这些认知与情感所驱动的非适应性行为调控[16]。黄希庭等(2022)认为身体意象涵盖个体对自身外貌、气质及能力的认知与评价。它既是自我意识发展的发端,也是构成自我概念不可或缺的核心要素[17]。当今社会,社交媒体及流行文化不断强化并扩散着“容貌焦虑”这一话语,普遍反映出负面身体意象已演变为一种颇具普遍性的社会心理趋势。针对此议题,学界已有不少学者进行了探索,但既有的研究焦点多集中于探讨负面身体意象对青少年群体所造成的不利后果。如高亚兵等(2006)发现身体意象与个体自尊之间存在显著正向关联,具体表现为,对自身外貌持消极态度的青少年,其整体自尊水平通常处于相对偏低的状态[18]。并且对身体形象的负面评价是预测青少年低自尊水平的有效前因变量[19]。负面身体意象是加剧青少年焦虑与抑郁情绪的重要风险因素,同时,存在体象困扰的个体往往更倾向于采取非适应性的生活应对策略[20]。研究发现对自己的身体越是不满的个体,在学业表现上会更加消极[21],这类人群会普遍表现出更高的社交压力[22],他们还会出现一些不健康的饮食习惯[23][24],相关青少年还常表现出对体重增长的过度担忧、刻意节食等异常行为[25]。此外,持有负面身体意象的女性群体,对整形手术的接受度通常更高,往往倾向于通过此类医学手段以提升自身外表的吸引力[26]。因此,探究影响身体意象的影响机制,有效地加以干预对青少年心理地健康发展有着至关重要地作用。社交媒体往往热衷于建构并传播一种脱离现实的理想化身体形象[27],同时夸大该形象所具备的社会功能性价值。这种传播逻辑一方面会促使个体极力追求这种身材标准并开展以外表为核心的社会比较,使其在对比中清晰感知到自身与理想形象的差距,进而形成负面的身体意象。自我客体化理论认为,个体将自身视为一个可供观察与评价的客体,其核心特征在于,评价自身的标准仅聚焦于外貌与身体是否符合社会所建构的理想化身体范式,而非自身的能力与内在品质;与此同时,个体在进行身体认知时,会采用第三人称的外部视角,而非第一人称的内部体验视角[28]。社交媒体所宣扬的“理想化身形”与“标准美感”,会通过持续的信息传播被个体不断接收,并逐渐内化为其自我身体评判的核心标准,进而驱动个体主动追求这种被社会广泛定义的“理想身材”。与此同时,平台中他人频繁呈现的、经过精心修饰的身体形象,极易诱发个体开展以身体外表为核心维度的“社会比较”。在这种持续性的向上社会比较过程中,个体往往会清晰感知到自身形象与理想模板之间的显著落差,这一认知不仅会加剧其对自身身体的不满与焦虑情绪,更会最终促使其形成或进一步强化负面身体意象。

综上,本文希望了解被动社交媒体使用、自我客体化和负面身体意象三者的作用机制,为身体意象的影响因素提供一些参考,从而促进青少年心理健康发展。

2. 研究方法

本研究使用 SPSS27.0 以及 AMOS27.0 对变量数据进行信效度分析, 共同方法偏差检验, 描述性统计、相关分析和中介效应检验。

2.1. 被试

本研究采用随机整群取样的方法, 在福州市选取初一和高二共 18 个班的学生参加测验, 共计发放问卷 700 份, 剔除未作答和作答倾向明显的问卷 86 份, 回收有效问卷 614 份。问卷回收有效率为 87.8%, 在有效样本中女生有 319 人(52%), 男生有 295 人(48%), 初一有 354 人(58%), 高二有 260 人(42%)。

2.2. 研究工具

1) 被动社交网站使用量表

本研究刘庆奇(2017)修订 Tandoc 等人(2015)量表基础上修订的中文版[29], 用于测量个体浏览社交网站时的非参与性使用行为。在本研究中, 该量表的 Cronbach's α 系数为 0.85, 表明信效度良好。

2) 自我客体化问卷

问卷采用 Noll 和 Fredrickson (1998)编制、刘达青(2009)翻译修订的中文版[30], 该量表有 10 个项目, 前 5 个为身体能力属性, 后 5 项为身体外观属性, 从 0~9 依次排序, 计分方式为外观属性 - 能力属性的得分, 得分越高, 表示个体的自我客体化倾向越严重。

3) 负面身体意象量表

该量表由刘达青(2009)修订编制而成[30], 表共计 27 题采用 Likert 五点计分(从“完全不符合”1 分至“完全符合”5 分), 总分越高表示身体不满意程度越高。

3. 研究结果

3.1. 共同方法偏差检验

为避免因测量方法单一引起的系统性误差, 采用 Harman 单因素检验进行分析。结果显示, 首个因子的方差解释率为 20.9%, 因此, 本研究不存在严重的共同方法偏差。

3.2. 各变量在性别上的差异性检验

利用独立样本 t 检验去研究性别和对各个变量的差异性, 研究结果见表 1。

Table 1. Tests of differences in variables by gender

表 1. 各变量在性别上的差异性检验

	性别	个案数	平均值(标准差)	t	p
被动社交媒体使用	男性	295	3.191 (1.153)	-3.197	0.001
	女性	319	3.495 (1.203)		
自我客体化	男性	295	-3.651 (15.896)	-3.607	0
	女性	319	1.196 (17.297)		
负面身体意象	男性	295	2.457 (0.501)	-4.589	0
	女性	319	2.641 (0.493)		

3.3. 各变量在年级上的差异性检验

利用独立样本 t 检验去研究年级和对各个变量的差异性, 研究结果见表 2。

Table 2. Tests of differences in variables by grade

表 2. 各变量在年级上的差异性检验

	年级	个案数	平均值(标准差)	t	p
被动社交媒体使用	初一	354	3.294 (1.261)	-1.342	0.180
	高一	260	3.424 (1.079)		
自我客体化	初一	354	1.517 (16.515)	4.634	0
	高一	260	-4.738 (16.543)		
负面身体意象	初一	354	2.575 (0.535)	1.317	0.188
	高一	260	2.521 (0.459)		

3.4. 各变量之间的描述统计与相关分析

各变量的描述性统计结果如表 3 所示。

Table 3. Descriptive statistics for study variables (N = 614)

表 3. 各变量描述性统计分析(N = 614)

变量	N	Min	Max	M	SD
被动社交媒体使用	748	4	28	13.45	5.24
自我客体化	748	-25	25	-1.07	17.26
负面身体意象	748	30	119	69.31	14.79

对各变量进行相关分析, 见表 4, 结果显示被动社交媒体使用与自我客体化、负面身体意象呈正相关。相关结果表明, 数据适合做进一步的分析。

Table 4. Correlation analysis of variables (N = 614)

表 4. 各变量的相关分析(N = 614)

变量	1	2	3
被动社交媒体使用	1		
自我客体化	0.327**	1	
负面身体意象	0.308**	0.351**	1

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

3.5. 被动社交媒体使用、自我客体化与负面身体意象的中介效应检验

为检验自我客体化在被动社交媒体使用与负面身体意象之间的中介作用, 本研究采用 PROCESS 程序(Model 4)进行分析。其中, 自变量为被动社交媒体使用, 因变量为负面身体意象, 中介变量为自我客体化。

进一步采用 Bootstrap 方法(重复取样 5000 次)检验中介效应, 结果显示, 被动社交媒体使用对负面身

体意象的直接影响以及自我客体化的中介效应的 95%的置信区间都不包含 0, 说明中介效应显著, 中介成立, 详见表 4。其中, 直接效应为 0.62, 中介效应为 0.26, 总效应为 0.88, 该模型直接效应占比为 70.1%, 中介效应占比为 30%。结果见表 5、表 6, 各变量之间的模型图见图 1。

Table 5. Regression analysis of each variable in the mediation effects (N = 614)

表 5. 中介效应检验中各变量回归分析(N = 614)

回归方程		拟合指标			系数显著性	
结果变量	预测变量	R	R ²	F	β	t
自我客体化	被动社交媒体使用	0.33	0.11	73.27	0.33	8.56***
负面身体意象	被动社交媒体使用	0.31	0.10	64.35	0.31	8.02***
负面身体意象	自我客体化	0.41	0.17	60.44	0.28	7.16***

注: ***p < 0.001。

Table 6. Mediation effect analysis of self-objectification (N = 614)

表 6. 自我客体化的中介效应分析(N = 614)

项目	效应值	效应量	SE	95%置信区间
直接效应	0.62	70%	0.11	[0.40~0.84]
间接效应	0.26	30%	0.26	[0.17~0.36]
总效应	0.88	1	0.11	[0.63~0.12]

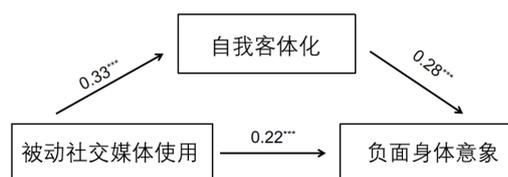


Figure 1. Model of the self-objectification mediation effect

图 1. 自我客体化中介效应模型图

4. 讨论

4.1. 被动社交媒体使用与负面身体意象

根据上述的数据分析, 青少年更多的被动性使用社交媒体, 其身体的不满意程度就越高, 该结论与既有研究的结果相一致。相关研究表明, 被动性社交媒体使用与中高职青少年容貌焦虑之间正相关[31]。对社交网站的被动式使用, 本质上表现为更偏向信息浏览行为, 而非主动分享个人生活轨迹与亲身经历。这种单向度的浏览模式, 会让青少年不自觉地进行横向对比, 这种隐性比较极易弱化个体的自我认同感, 进而打击其自信心。

因此, 青少年作为社交媒体的使用者, 应主动调整使用行为与认知模式, 降低被动浏览带来的消极影响, 建立对社交媒体信息的批判性认知, 明确平台上的理想化外貌多经过编辑修饰, 并非真实的生活常态, 避免将其作为外貌评价的唯一标准。学校作为青少年教育的主阵地, 应将媒介素养教育与心理健康教育有机结合, 构建系统性的干预体系。比如, 增设针对社交媒体信息识别、理性使用的课程内容; 加强心理健康教育, 开设身体意象、自我认同专题讲座、团体辅导活动, 帮助青少年正确认识身体发育

的个体差异, 接纳自身外貌特点学会应对容貌焦虑等负面情绪。

4.2. 自我客体化的中介作用

研究结果发现, 被动社交媒体使用可以通过自我客体化对身体意象产生影响, 值得注意的是, 在社交媒体浏览过程中, 个体主动发起的社会比较, 可能使其陷入自我客体化的状态, 即以第三人称的旁观视角评判自身与他人的外部特质。这种认知模式长期固化后, 会促使个体在日常生活中不断对自身及他人进行外在监控[32]。

针对性破解自我客体化难题。一方面, 可以将自我客体化干预融入心理健康教育课程, 开设专题讲座、团体辅导等活动, 通过案例分析、认知重构训练等方式, 帮助青少年认识自我客体化的危害与形成机制, 引导其建立“身体功能优先”的认知, 学会区分身体的“工具价值”与“评价客体属性”, 掌握对抗自我物化的心理调节方法, 如当出现外貌焦虑与自我审视时, 通过正念冥想、关注身体感受等方式转移注意力, 回归自我主体性认知。另一方面, 将媒介素养教育与自我客体化干预结合, 引导青少年识别社交媒体中诱发自我客体化的内容特征, 掌握批判性解读外貌信息的能力, 避免被单一审美标准绑架。同时, 营造包容多元的校园氛围, 禁止外貌歧视、过度攀比行为, 通过校园活动传递多元审美理念, 引导学生相互关注内在品质, 弱化“外貌刻板印象”的校园文化, 从环境层面抑制自我客体化的滋生。

4.3. 内容类社交媒体算法机制与文化情境的影响

短视频、小红书等社交软件的算法推荐机制在被动社交媒体使用对自我客体化的影响过程中起到了助推作用。这些平台根据用户的喜好以及偏好进行精准推送, 当青少年浏览到有关外貌的信息后, 大数据会持续推送类似内容, 形成“信息茧房”效应[33]。这种持续的、高强度的外貌相关内容暴露, 会不断强化青少年对理想化外貌的认知, 加剧其对外貌的关注与社会比较行为, 进而促进自我客体化的形成。此外, 算法推荐的内容往往经过精心筛选, 多呈现“高颜值”“好身材”的形象, 这些形象经过滤镜、剪辑等技术处理, 与现实生活中的身体形象存在较大差距, 进一步放大了青少年与理想化形象的差距感知, 强化了负面影响。

结合中国青少年的学业压力与审美文化背景来看, 被动社交媒体使用的负面影响更为显著。一方面, 中国青少年面临较大的学业压力, 社交互动机会相对有限, 社交媒体成为其重要的娱乐与社交渠道, 被动浏览时间相对较长, 受平台内容影响的概率更高; 另一方面, 现代社会中“颜值经济”的兴起进一步强化了外貌的重要性, 青少年在这种文化氛围中面临更大的外貌评价压力[34]。同时, 学业压力带来的自我价值感焦虑, 会让青少年更容易将外貌作为自我价值评价的重要维度, 进而在被动浏览社交媒体时, 更易因外貌比较产生自我客体化和负面身体意象[35]。

5. 结论与展望

5.1. 研究结论

本研究探讨被动社交媒体使用、自我客体化和负面身体意象之间的作用机制, 研究结论如下:

- 1) 青少年对身体不满意的情况较为普遍。
- 2) 被动社交媒体使用正向预测青少年负面身体意象。
- 3) 被动社交媒体使用可以正向预测自我客体化。
- 4) 自我客体化在被动社交媒体使用对负面身体意象的影响中承担中介作用。

5.2. 创新点

第一, 本研究聚焦青少年群体, 为理解我国青少年负面身体意象现状提供了实证依据, 之前, 我国

对身体意象的研究大都集中在成年女性或者特殊疾病人群中，本研究可以补充这方面的研究。

第二，关于社交媒体对青少年身体意象影响的研究，多聚焦于社交媒体使用的整体效应，而针对被动性使用方式的具体探讨仍较为有限。从被动性社交媒体使用影响负面身体意象的视角切入，对该使用方式进行更细致的划分，有助于深入揭示其背后的心理作用机制。

第三，以前的研究对于青少年身体意象的影响主要集中在自尊、自卑、自我同情等方面，本研究通过引入自我客体化作为中介变量，拓展了现有关于社交媒体使用与身体意象关系的理论框架，为该领域提供了新的解释视角与研究路径。

5.3. 不足与展望

第一，本研究的数据采集自福建省福州市某中学。为提高样本的代表性与结论的外部效度，未来研究可进一步拓展抽样范围，纳入不同地区、不同年级的中学阶段学生，从而更全面地把握青少年身体意象的发展现状与地域差异。

第二，本研究采用自陈式问卷收集数据，其结果可能受到被试主观反应偏差的影响。后续研究可通过多来源数据(如家长、同伴及教师评价)进行交叉验证，以提升研究结果的客观性与稳定性。

参考文献

- [1] Choukas-Bradley, S., Roberts, S.R., Maheux, A.J. and Nesi, J. (2022) The Perfect Storm: A Developmental-Sociocultural Framework for the Role of Social Media in Adolescent Girls' Body Image Concerns and Mental Health. *Clinical Child and Family Psychology Review*, **25**, 681-701. <https://doi.org/10.1007/s10567-022-00404-5>
- [2] 徐曼, 吴肖, 潘婷, 甘丹. 内容类移动社交媒体环境下用户错失焦虑影响因素研究[J]. 情报理论与实践, 2021, 44(4): 153-161.
- [3] Strahan, E.J., Wilson, A.E., Cressman, K.E. and Buote, V.M. (2006) Comparing to Perfection: How Cultural Norms for Appearance Affect Social Comparisons and Self-Image. *Body Image*, **3**, 211-227. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2006.07.004>
- [4] Roszell, P., Kennedy, D. and Grabb, E. (1989) Physical Attractiveness and Income Attainment among Canadians. *The Journal of Psychology*, **123**, 547-559. <https://doi.org/10.1080/00223980.1989.10543009>
- [5] Rhodes, G., Simmons, L.W. and Peters, M. (2005) Attractiveness and Sexual Behavior: Does Attractiveness Enhance Mating Success? *Evolution and Human Behavior*, **26**, 186-201. <https://doi.org/10.1016/j.evolhumbehav.2004.08.014>
- [6] Klebl, C., Rhee, J.J., Greenaway, K.H., Luo, Y. and Bastian, B. (2021) Physical Attractiveness Biases Judgments Pertaining to the Moral Domain of Purity. *Personality and Social Psychology Bulletin*, **49**, 282-295. <https://doi.org/10.1177/01461672211064452>
- [7] Talamas, S.N., Mavor, K.I. and Perrett, D.I. (2016) Blinded by Beauty: Attractiveness Bias and Accurate Perceptions of Academic Performance. *PLOS ONE*, **11**, e0148284. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0148284>
- [8] 张亚利, 李森, 俞国良. 社交媒体使用与错失焦虑的关系: 一项元分析[J]. 心理学报, 2021, 53(3): 273-290.
- [9] Burke, M., Marlow, C. and Lento, T. (2010). Social Network Activity and Social Well-Being. *Proceedings of the SIGCHI Conference on Human Factors in Computing Systems (CHI 2010)*, 1909-1912.
- [10] Yang, C.C. (2016). Instagram Use, Loneliness, and Social Comparison Orientation: Interact and Browse on Social Media, but Don't Compare. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, **19**, 703-708. <https://doi.org/10.1089/cyber.2016.0201>
- [11] Frison, E. and Eggermont, S. (2015) Exploring the Relationships between Different Types of Facebook Use, Perceived Online Social Support, and Adolescents' Depressed Mood. *Social Science Computer Review*, **34**, 153-171. <https://doi.org/10.1177/0894439314567449>
- [12] Thorisdottir, I.E., Sigurvinsdottir, R., Asgeirsdottir, B.B., Allegrante, J.P. and Sigfusdottir, I.D. (2019) Active and Passive Social Media Use and Symptoms of Anxiety and Depressed Mood among Icelandic Adolescents. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, **22**, 535-542. <https://doi.org/10.1089/cyber.2019.0079>
- [13] Wirtz, D., Tucker, A., Briggs, C. and Schoemann, A.M. (2021) How and Why Social Media Affect Subjective Well-Being: Multi-Site Use and Social Comparison as Predictors of Change across Time. *Journal of Happiness Studies*, **22**, 1673-1691. <https://doi.org/10.1007/s10902-020-00291-z>

- [14] Shomali, A.Y. (2021) Book Review: *Body Image: Understanding Body Dissatisfaction in Men, Women, and Children*, 3rd Edition by Sarah Grogan. *Feminism & Psychology*, **31**, 605-608. <https://doi.org/10.1177/0959353521999496>
- [15] 刘超, 刘巧云. 儿童消极身体意象形成的影响因素[J]. 中国临床心理学杂志, 2016, 24(1): 84-87.
- [16] 陈红, 冯文峰, 黄希庭. 大学生负面身体自我认知加工偏好[J]. 心理学报, 2008, 40(7): 809-818.
- [17] 黄希庭, 陈红, 符明秋, 曾向. 青少年学生身体自我特点的初步研究[J]. 心理科学, 2002, 25(3): 260-264+380.
- [18] 高亚兵, 彭文波, 骆伯巍, 周丽华, 叶丽红. 大中学生体像烦恼与自尊的相关研究[J]. 心理科学, 2006, 29(4): 973-976.
- [19] 冷雪晨, 陈红, 史攀, 张雅, 热夏提江·库尔班, 边子茗. 外表完美主义对女大学生限制性饮食的影响: 链式中介效应分析[J]. 中国临床心理学杂志, 2020, 28(4): 799-803.
- [20] 田禾丰, 陈红香, 袁焱. 青少年学生体像烦恼、孤独、应对方式的相关研究[J]. 中国健康心理学杂志, 2008, 16(3): 333-336.
- [21] 刘留, 刘昌, 仇乃民. 身体意象对学业情绪的影响研究——身体意象灵活性的中介调节作用[J]. 南京师大学报(自然科学版), 2022, 45(4): 142-148.
- [22] 葛丹丹, 何伦. 身体意象对社交焦虑的影响: 基于社交焦虑认知模型[J]. 中国健康心理学杂志, 2022, 30(10): 1492-1496.
- [23] Bibiloni, M.D.M., Pich, J., Pons, A. and Tur, J.A. (2013) Body Image and Eating Patterns among Adolescents. *BMC Public Health*, **13**, Article No. 1104. <https://doi.org/10.1186/1471-2458-13-1104>
- [24] Grabe, S., Ward, L.M. and Hyde, J.S. (2008) The Role of the Media in Body Image Concerns among Women: A Meta-Analysis of Experimental and Correlational Studies. *Psychological Bulletin*, **134**, 460-476. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.134.3.460>
- [25] Laporta-Herrero, I., Jáuregui-Lobera, I., Barajas-Iglesias, B. and Santed-Germán, M.Á. (2018) Body Dissatisfaction in Adolescents with Eating Disorders. *Eating and Weight Disorders—Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*, **23**, 339-347. <https://doi.org/10.1007/s40519-016-0353-x>
- [26] Thompson, J.K., Heinberg, L.J., Altabe, M., et al. (1998) *Exacting Beauty: Theory, Assessment and Treatment of Body Image Disturbance*. American Psychological Association.
- [27] 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>
- [28] 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.
- [29] 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.
- [30] 连帅磊, 姚良爽, 孙晓军, 周宗奎. 被动性社交网站使用与初中生抑郁的关系: 链式中介效应分析[J]. 心理科学, 2018, 41(4): 876-882.
- [31] 郭莉萍, 黄明明, 蔡国英. 时尚媒体暴露对中学女生进食障碍的影响: 自我客体化与外表焦虑的链式中介作用[J]. 中国临床心理学杂志, 2021, 29(2): 343-346.
- [32] 崔倩倩. 青少年身体意象与自拍行为的关系[D]: [硕士学位论文]. 信阳: 信阳师范学院, 2019.
- [33] Zhao, L. and Zhang, J. (2023) Algorithm Recommendation and Information Cocoon: The Impact of Short-Form Video Use on Adolescents' Body Image. *Computers in Human Behavior*, **141**, Article 107568.
- [34] Chen, J. and Wang, L. (2024) Academic Pressure and Body Image Disturbance among Chinese Adolescents: The Moderating Role of Appearance Importance. *Journal of Child and Family Studies*, **33**, 1234-1246.
- [35] Li, S. and Zhang, Y. (2023) The Role of Appearance-Based Self-Esteem in the Relationship Between Passive Social Media Use and Negative Body Image Among Chinese Adolescents. *Current Psychology*, **42**, 7890-7898.