

上行社会比较对生活满意度的影响研究

林雅婷

福建师范大学心理学院, 福建 福州

收稿日期: 2026年5月28日; 录用日期: 2026年7月16日; 发布日期: 2026年7月28日

摘要

生活满意度作为心理健康的积极指标, 愈发受到人们的关注。为系统探讨大学生上行社会比较、生活满意度和自我概念清晰性的现状及三者之间的关系和中间机制。本研究采用问卷法对302名大学生进行施测, 剔除无效问卷后, 剩余278份问卷并通过SPSS 26.0进行统计分析。研究发现, 上行社会比较与大学生生活满意度之间存在显著的负相关关系, 与自我概念清晰性存在显著的负相关关系。自我概念清晰性和大学生生活满意度之间存在显著的正相关的关系。上行社会比较通过自我概念清晰性的中介作用对大学生生活满意度产生影响上行社会比较负向影响大学生生活满意度, 自我概念清晰性在上行社会比较和大学生生活满意度之间起部分中介的作用。

关键词

上行社会比较, 生活满意度, 自我概念清晰性, 中介作用

A Study on the Impact of Upward Social Comparison on Life Satisfaction

Yating Lin

School of Psychology, Fujian Normal University, Fuzhou Fujian

Received: May 28, 2026; accepted: July 16, 2026; published: July 28, 2026

Abstract

Life satisfaction, as a positive indicator of mental health, has received increasing attention. To systematically explore the current status of upward social comparison, life satisfaction, and self-concept clarity among college students, as well as the relationships and underlying mechanisms among these three variables, this study employed a questionnaire survey of 302 college students. After excluding invalid responses, 278 valid questionnaires were retained and analyzed using SPSS 26.0. The results showed that upward social comparison had a significant negative correlation with college students'

life satisfaction and also a significant negative correlation with self-concept clarity. In contrast, self-concept clarity had a significant positive correlation with life satisfaction. Upward social comparison influenced college students' life satisfaction through the mediating role of self-concept clarity. Specifically, upward social comparison negatively predicted college students' life satisfaction, and self-concept clarity played a partial mediating role between upward social comparison and life satisfaction.

Keywords

Upward Social Comparison, Life Satisfaction, Self-Concept Clarity, 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

随着社会经济的发展,人们基础物质需要得到满足,进而更加重视心理健康。大学生群体是未来社会发展的重要力量,同时大学时期处于成人早期阶段。根据埃里克森发展阶段理论可知,这一时期个体形成自我的关键时期,因此关注当代大学生的心理健康具有十分重要的意义,生活满意度作为心理健康的积极指标[1]也愈发受大众关注[2],研究表明部分地区大学生的生活满意水平不高。国内的一项基于问卷和访谈法的研究表明,有 53.8%的大学生生活满意度中等偏下[3],大学生生活满意度降低。此外,近年来青年因为心理疾病就医的人数呈上升趋势[4],关注大学生生活满意度及相关影响因素和机制是很重要的。

Huebner 认为生活满意度是个体的一种认知评估能力,它是对一个人当今的总体水平进行稳定的整体评估[5],同时它也是衡量个体生活质量和主观幸福感的重要指标[6],满意度高的个体,幸福感也会更高[7]。个体选择的标准会影响个体的评估结果,当个体认为自己生活质量达到选择的标准,倾向做出积极评估,认为自己生活满意度较高。研究者会针对不同的研究对象进行,在农村居民的群体中,杨媛发现中年群体的生活满意度低于青年群体满意度[8],有研究表明家庭氛围、自尊水平与社会支持会影响个体的生活满意度水平[9]。上行社会比较与主观幸福感密切相关。在社会比较理论认为,人们缺乏认知标准时,会通过外界进行比较,获得标准进行自我认知。个体与优秀于自己的个体进行比较,二者之间差距难以缩小,自我认知消极,个体产生消极情绪,影响幸福感,降低生活满意度。比如,在洪幼娟的研究中,上行社会比较会做为中介变量去影响生活满意度[10]。

社会比较是日常生活中的常见行为,社会比较可以分为上行社会比较、平行比较和下行社会比较。最早提出社会比较理论的是 Festinger [11],他认为人们在生活中天生会与人进行比较,当人们对自己缺少形成自我认知标准的时候,倾向于和他人进行比较,更好地获得对自己的认识。上行社会比较的概念最早由 Wheeler 提出[12],他认为在日常生活中,人们可以通过与比自己优秀的人进行比较,更好地获得对自己的认识。通过社会比较效应理论[11]可知,上行社会比较对个体会产生两种影响。一种被称为同化效应,即上行社会比较个体产生积极影响。我们通过与优秀的人进行比较来提升自己能力和自我认识。另一种被称为对比效应,指由上行社会比较引起的消极情绪,其原因是进行比较后认为自己无法达到被比较者的水平而产生的不平衡心态。对比效应会降低自己的幸福感,对比效应是我们对自己的评价水平降低,容易诱发个体消极情绪,如嫉妒、抑郁、不幸福感,积极体验的降低,消极体验的增加,影响心理健康和生活满意度[13]。

此外,上行社会比较和自我概念清晰性有着密切的关系[14]。社会比较影响个体自我认知,自我概念和其密切相关。自我概念是对自己的认识和评价,是心理发展的重要指标。埃里克森心理发展阶段理论认为青春期是形成自我概念重要时期。发展心理学中也认为,成年早期对个体自我概念有重要影响。向光璨发现大学生自我概念清晰性显著高于初中生,初中生清晰性高于高中生[15]。自我概念清晰性则是指在不同的环境下,反映个体自我认知的稳定性和一致性程度,它也是表示一个人内部一致性的指标[16]。大学生时期是从青春期到成年早期过渡的重要时期,大学时期个体自我概念清晰性呈稳定逐年上升的状态[17]。既往研究发现,自我概念清晰性水平高的大学生,对自己有更清楚的认识,自我认同水平更高,对自己较为自信,较好的社会适应水平[18],体验到更高的幸福感[19]。

综上所述,已有上行社会比较与自我概念清晰性研究大多关注社交网络[20]行为,且研究对象多为初中生;较少关注大学生现实生活中社会比较行为。而且大多关注主观幸福感、自我感念和社会比较倾向三者之间的关系,较少细化到上行社会比较,且上行社会比较对于个体会产生两种相反的效应。有的是积极作用但是也有消极作用[11],且较少直接比较与生活满意度之间的关系。因此,本研究围绕上行社会比较、自我概念清晰性和生活满意度三者关系展开,探讨自我概念清晰性在二者之中的中介作用,更好地为提高生活满意度提供科学依据。

2. 研究方法

本研究使用 SPSS 26.0 软件进行描述性分析、独立样本 t 检验、单因素方差分析、相关分析同时使用运用 Hayes [21]的 ROCESS 插件中介效应分析。

2.1. 被试

本研究以大学生为研究对象。总共收集 302 份问卷,参照答题时间和答题内容,剔除无效问卷后,获得有效问卷 278 份,有效率为 92.05%。

2.2. 研究工具

1) 自我概念清晰性量表

研究使用的是 Campbell [16]在 1996 年编写的、我国学者牛更枫翻译的自我概念清晰性量表。该量表由十二道题组成,存在十道反向计分题。该量表计分方式采用的是李克特五级评分(1= 非常不同意,2= 比较不同意,3= 不确定,4= 比较同意,5= 非常同意),得分经过反向计分后进行相加计算总分,总分得分越高者自我概念清晰性越高。经前人研究[22],该量表适合我国被试。本研究的 Cronbach's α 系数为 0.81。符合心理测量学要求的标准,可以用于测量大学生的自我概念清晰性水平。

2) 上行社会比较量表

研究按照陈继文[23]对上行社会比较的研究方法,使用的是由国外学者 Gibbons 和 Buunk 在 1999 年编制、我国学者白学军等译的爱荷华-荷兰比较方向量表中的上行社会比较的分量表[24]。该量表不分维度,由六道题组成,无反向计分题。计分方式采用的是李克特五级评分(1= 很不符合,2= 较不符合,3= 不确定,4= 比较符合,5= 完全符合),总分得分越高,上行社会比较倾向越高,适用于大学生。

3) 生活满意度量表

研究使用的是 Diener [25] 1985 年编制的生活满意度量表,国内学者熊承清[26]翻译和本土化,经其检验该量表适合大学生群体。该量表不分维度,由五道题构成,无反向计分题。该量表计分方式采用的是李克特七分(1= 非常不同意,2= 不同意,3= 少许不同意,4= 中立,5= 少许同意,6= 同意,7= 非常同意),总分得分越高,生活满意度越高。该量表的 Cronbach's α 系数为 0.89,符合心理学要求标准,

可用于测量大学生生活满意度。

3. 研究结果

3.1. 共方法偏差检验

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 36.15%,因此,本研究不存在严重的共同方法偏差。

3.2. 调查对象基本特征

调查对象基本特征见表 1。

Table 1. Basic demographic characteristics
表 1. 基本人口学特征

变量	类别	频数(<i>n</i>)	百分比(%)
性别	男	108	38.9
	女	170	61.1
生源地	城镇	137	49.3
	农村	141	50.7
是否班干部	班干部	97	34.9
	非班干部	181	65.1
是否独生子	独生子	88	31.7
	非独生子	190	68.3

3.3. 各变量在是否担任班干部上的差异性检验

利用独立样本 *t* 检验去检验是否担任班干部对各变量的差异,研究结果见表 2。

Table 2. Differences in each study variable by whether having experience as a class cadre (*M* ± *SD*)
表 2. 各研究变量在有否担任班干部经历上的差异(*M* ± *SD*)

变量	班干部	非班干部	<i>t</i>	<i>P</i>
自我概念清晰性	3.23 ± 0.71	2.93 ± 0.66	3.53***	<0.001
上行社会比较	3.13 ± 1.04	3.32 ± 0.88	-1.58	0.102
生活满意度	4.84 ± 1.35	4.37 ± 1.35	2.77**	0.006

注: ***P* < 0.01, ****P* < 0.001。

3.4. 各变量在是否是独生子女上的差异性检验

Table 3. Differences in each study variable by whether being an only child (*M* ± *SD*)
表 3. 各研究变量在是否独生子女上的差异(*M* ± *SD*)

变量	独生子女	非独生子女	<i>t</i>	<i>P</i>
上行社会比较	3.01 ± 0.98	3.37 ± 0.90	-3.08**	0.002
自我概念清晰性	3.21 ± 0.71	2.96 ± 0.67	2.93***	<0.001
生活满意度	4.99 ± 1.31	4.33 ± 1.34	3.82**	0.004

注: ***P* < 0.01, ****P* < 0.001。

利用独立样本 *t* 检验去检验是否是独生子在各变量差异性，研究结果见表 3。

3.5. 各变量在不同生源地的差异性检验

利用独立样本 *t* 检验去检验不同生源地在各变量的差异性，研究结果见表 4。

Table 4. Differences in each study variable by different places of origin (M ± SD)

表 4. 各研究变量在不同生源地上的差异(M ± SD)

变量	城镇	农村	t	P
自我概念清晰性	3.19 ± 0.74	2.89 ± 0.61	3.77***	<0.001
上行社会比较	3.07 ± 1.04	3.44 ± 0.78	-3.32**	0.001
生活满意度	4.78 ± 1.41	4.29 ± 1.28	3.07**	0.002

注：***P* < 0.01，****P* < 0.001。

3.6. 各变量之间的相关分析

对各变量进行相关分析，结构见表 5。由下表可知，上行社会比较和自我概念清晰和生活满意度呈负相关，自我概念清晰性和生活满意度呈现正相关，适合做进一步分析。

Table 5. Correlation analysis among study variables

表 5. 各研究变量之间的相关分析

	上行社会比较	自我概念清晰性	生活满意度
1	-		
2	-0.57**	-	
3	-0.38**	0.50**	-

注：1 = 上行社会比较，2 = 自我概念清晰性，3 = 生活满意度，***P* < 0.01。

3.7. 大学生上行社会比较、自我概念清晰性、生活满意度的中介效应检验

本研究采用因果逐步回归法，由 Baron 和 Kenny 提出，检验步骤主要分为以下三步：首先分析上行社会比较对于生活满意度的回归，检验回归系数的显著性；其次分别分析上行社会比较与中介效应自我概念清晰性，检验其回归系数是否显著；最后分别加入中介效应自我概念清晰性后上行社会比较对于生活满意度的回归，检验其回归系数的显著性。详细结果见图 1。

Table 6. Regression analysis of variables in the mediation model

表 6. 中介模型中各变量的回归分析

结果变量	预测变量	R ²	F	β	t	P
生活满意度	上行社会比较	0.15	46.90***	-0.55	-6.85***	<0.001
自我概念清晰性	上行社会比较	0.32	130.57***	-0.42	-11.43***	<0.001
生活满意度	上行社会比较	0.27	50.20***	-0.20	-2.25*	0.026
	自我概念清晰性			0.84	6.77***	<0.001

注：**P* < 0.05，****P* < 0.001。

本研究主要采用 SPSS 26.0 软件中的 Process 3.3 来完成。中介模型结果表明上行社会比较能够显著

负向预测自我概念清晰性($\beta = -0.42, P < 0.001$)。当上行社会比较、自我概念清晰性和生活满意度分数都进入回归方程时, 上行社会比较能显著负向预测生活满意度($\beta = -0.20, P < 0.001$)自我概念清晰性能显著正向预测生活满意度($\beta = 0.84, P < 0.05$)。详细结果见表 6 和表 7。

Table 7. Mediation effect analysis
表 7. 中介效应分析

	效应值	标准误	Bootstrap 95% CI		占总效应比例
			下限	上限	
总效应	-0.55	0.08	-0.71	-0.39	
直接效应	-0.20	0.09	-0.38	-0.03	36.4%
间接效应	-0.35	0.07	-0.50	-0.21	63.6%

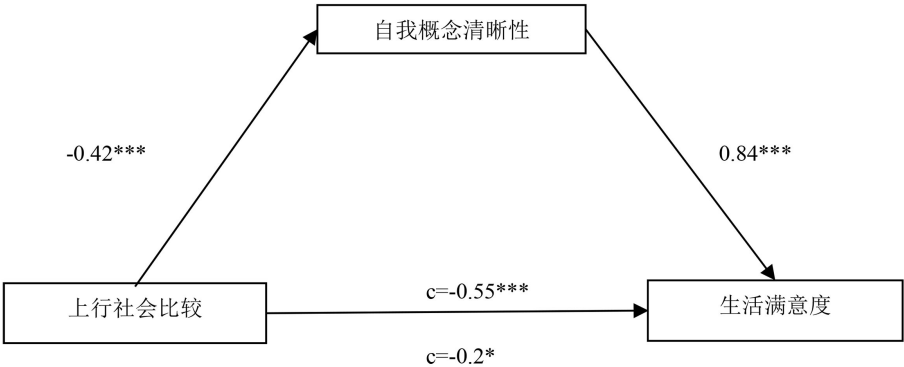


Figure 1. Path diagram of the mediating effect of self-concept clarity
图 1. 自我概念清晰性的中介效应路径图

4. 讨论

4.1. 大学生上行社会比较、自我概念清晰性和生活满意度三者相关分析讨论

本研究相关分析表明, 上行社会比较和自我概念清晰性呈现负相关、上行社会比较和生活满意度呈现负相关、自我概念清晰性和生活满意度之间呈现正相关。通过回归分析可知, 上行社会比较可以负向预测自我概念清晰性, 自我概念清晰性可以正向预测生活满意度, 上行社会比较可以负向预测生活满意度。

上行社会比较负向预测自我概念清晰性, 说明上行社会比较高的个体自我概念清晰性低。根据社会比较理论[11], 在生活中人们缺少比较标准时会本能将自己与其他人进行比较, 在这个过程中进行自我评价, 获得自我概念。上行社会比较高的个体, 与比自己优秀的个体进行比较。按照相对剥夺理论[27], 当个体发现自己与他人之间差距难以缩小时, 个体容易对自己进行消极评价, 影响个体对自己的连续性、一致性的认识。

自我概念清晰性负向预测生活满意度, 根据自我差异理论[28], 现实的自我和理想的自己之间存在差异, 个体对自己产生消极认识, 影响情绪和行为如抑郁、焦虑等, 进而对自己生活满意度也更低。自我概念清晰性高的个体, 能够更好地意识到自己和想象中自己的差异, 而自我概念清晰性个体不能很好意识二者差异, 更容易对自己消极认识[29]。因此, 自我概念清晰性高的个体, 生活满意度更高。

上行社会比较负向预测生活满意度, 在社交网络中人们与比自己更加优秀的个体进行比较, 对自己

生活质量产生消极情绪,与前人研究结果一致[30]。杨嘉珍认为上行社会比较会产生焦虑、嫉妒不良情绪[31],张钰认为该行为会对自己产生消极评价[32],贬低自我价值,影响大学生生活满意度。

4.2. 自我概念清晰性在上行社会比较和生活满意度之间的中介作用

本研究发现,自我概念清晰性在上行社会比较和生活满意度之间起部分中介的作用,这就说明上行社会比较可以直接对生活满意度产生影响,也可以通过自我概念清晰性去影响。自我概念清晰性自我认知稳定一致程度,Festinge认为和他人比较会影响自我认知[11],进而影响自我概念清晰性。同时社会比较中对比效应[33]指出,与较自己优秀的人比较会让自己体验到更多的消极情绪,进而影响自己的生活满意度。Nezlek认为,在自我认知中,当个体真实的自我和理想的自我存在差异,自我概念清晰性低个体,对自己产生消极认识[29],进而影响生活满意度。根据自我概念的特定领域与发展期的相关性,它可能会以不同的方式影响个人的生活满意度[34]。

上行社会比较、自我概念清晰性和生活满意度在有无班干部经历和不同生源地的大学生之间有显著差异。自变量上行社会比较与因变量生活满意度存在负相关与自我概念清晰性存在负相关关系。生活满意度和自我概念清晰性呈正相关。自我概念清晰性可以在二者间起中介作用。大学生可以适当地减少上行社会比较,加强对自我的认识,多关注自我提高,提高自我概念清晰,进而提高大学生生活满意度。

5. 结论与展望

5.1. 研究结论

- 1) 是否担任班干部、是否是独生子女和生源地,与自我概念清晰性、生活满意度均存在相关。
- 2) 是否是独生子女和生源地,与上行社会比较存在相关。
- 3) 上行社会比较与自我概念清晰性呈负相关,自我概念清晰性与生活满意度呈正相关,上行社会比较与生活满意度呈负相关。
- 4) 自我概念清晰性在上行社会比较和生活满意度之间起中介作用。

5.2. 创新点

本研究以上行社会比较为自变量,生活满意度为因变量,将自我概念清晰性放在二者之间进行研究。在此之前的学者中,更多的是研究在网络中进行上行社会比较行为、自我概念清晰性和主观幸福感的关系,较少关注对于个人生活满意度的影响之间关系。此外,研究上行社会比较更多的是将其放在被动社交网络的使用的大背景下,或者是探讨社会比较行为,很少直接探讨社会比较中的上行社会比较和生活满意度之间的关系。而且,研究上社会比较时更多的是将其与消极偏向的变量进行研究。

5.3. 不足与展望

本研究存在局限之处,在收集数据时更多的是采取方便取样的方式,样本的选择更多都是大四的毕业生,而且较多本专业的学生,在进行问卷填写的时候,可能存在要求特征,增加误差,应该扩大样本量和增加不同来源被试数据的收集。其次,获取问卷是通过网络获取的方式,在填写问卷过程中额外变量难以控制。未来研究要扩大样本群体和数据获得方式。除此之外,本研究采用的是横断研究,目前得出的相关结论是相关关系而不是因果关系,未来研究可以采用纵向研究进行进一步关系探讨。

参考文献

- [1] Zullig, K.J., Valois, R.F., Huebner, E.S. and Drane, J.W. (2005) Associations among Family Structure, Demographics, and Adolescent Perceived Life Satisfaction. *Journal of Child and Family Studies*, **14**, 195-206.

- <https://doi.org/10.1007/s10826-005-5047-3>
- [2] 章玉祉, 湛欣, 郑旭江, 等. 大学生心理健康研究二十三年——基于 CNKI 和 Web of Science 数据库的可视化分析[J]. 内蒙古农业大学学报(社会科学版), 2024, 26(1): 27-39.
 - [3] 宋娜, 王荔. 新常态下云南大学生社会心态现状——基于问卷调查和访谈的实证研究[J]. 教育现代化, 2017, 4(49): 356-358+366.
 - [4] 孙宏艳. 影响青少年心理健康的因素及对策分析[J]. 人民论坛, 2024(8): 19-24.
 - [5] Huebner, E.S. (2004) Research on Assessment of Life Satisfaction of Children and Adolescents. In: Dannerbeck, A., et al., Eds., *Quality-of-Life Research on Children and Adolescents*, Springer, 3-33.
https://doi.org/10.1007/978-1-4020-2312-5_2
 - [6] 王鑫强, 张大均. 初中生生活满意度的发展趋势及心理韧性的影响: 2 年追踪研究[J]. 心理发展与教育, 2012, 28(1): 91-98.
 - [7] 冯敬杰, 秦卫江, 曹育玮. 生活满意度对居民主观幸福感的影响研究——基于社会公平感的中介和生活取向质量的调节[J]. 内蒙古师范大学学报(哲学社会科学版), 2023, 52(6): 109-117.
 - [8] 杨媛. 社会赋权对农村居民生活满意度的影响研究[D]: [硕士学位论文]. 大连: 大连理工大学, 2022.
 - [9] 曾蓉. 大学生生活满意度的影响因素研究[J]. 中国民族民间医药, 2011, 20(12): 59-60.
 - [10] 洪幼娟, 林斐, 刘丽婷, 等. 受害者公正敏感性对生活满意度的影响: 上行社会比较和妒忌的中介作用[J]. 心理发展与教育, 2021, 37(4): 592-600.
 - [11] Festinger, L. (1954) A Theory of Social Comparison Processes. *Human Relations*, 7, 117-140.
<https://doi.org/10.1177/001872675400700202>
 - [12] Martin, R., Suls, J. and Wheeler, L. (2002) Ability Evaluation by Proxy: Role of Maximal Performance and Related Attributes in Social Comparison. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82, 781-791.
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.82.5.781>
 - [13] 廖舒苗. 大学生被动性社交网站使用与社交自卑感的关系: 社会比较的中介作用[J]. 潍坊工程职业学院学报, 2023, 36(3): 57-66.
 - [14] 霍淑慧, 尹斐, 曾聪, 等. 社交媒体上行社会比较对个体认知、情绪和行为的影响[J]. 中国健康心理学杂志, 2024, 32(2): 193-198.
 - [15] 向光璨. 青少年自我概念清晰性对主观幸福感的影响: 行为与脑成像证据[D]: [博士学位论文]. 重庆: 西南大学, 2022.
 - [16] Campbell, J.D., Trapnell, P.D., Heine, S.J., Katz, I.M., Lavallee, L.F. and Lehman, D.R. (1996) Self-Concept Clarity: Measurement, Personality Correlates, and Cultural Boundaries. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70, 141-156.
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.70.1.141>
 - [17] Quinones, C. and Kakabadse, N.K. (2015) Self-Concept Clarity, Social Support, and Compulsive Internet Use: A Study of the US and the UAE. *Computers in Human Behavior*, 44, 347-356. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2014.11.019>
 - [18] 张菊红. 大学生自我概念、人格特质与职业生涯规划的相关性[J]. 中国健康心理学杂志, 2013, 21(12): 1899-1902.
 - [19] 聂晗颖, 甘怡群. 自我概念清晰性与生命意义感及主观幸福感的关系[J]. 中国临床心理学杂志, 2017, 25(5): 923-927.
 - [20] 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.
 - [21] Hayes, A.F. and Scharkow, M. (2013) The Relative Trustworthiness of Inferential Tests of the Indirect Effect in Statistical Mediation Analysis: Does Method Really Matter? *Psychological Science*, 24, 1918-1927.
<https://doi.org/10.1177/0956797613480187>
 - [22] 陈君, 欧阳文芳. 自我概念清晰量表中文版用于中学生的信度、效度分析[J]. 湖南师范大学教育科学学报, 2013, 12(6): 127-129.
 - [23] 陈继文, 曾鑫玉, 李过, 等. 上行社会比较对大学生学习内卷的影响: 焦虑的中介与自我肯定的调节作用[J]. 中国健康心理学杂志, 2024, 32(6): 913-919.
 - [24] 白学军, 刘旭, 刘志军. 初中生社会比较在成就目标与学业自我效能感之间的中介效应[J]. 心理科学, 2013, 36(6): 1413-1420.
 - [25] Diener, E., Emmons, R.A., Larsen, R.J. and Griffin, S. (1985) The Satisfaction with Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13
 - [26] 熊承清, 许远理. 生活满意度量表中文版在民众中使用的信度和效度[J]. 中国健康心理学杂志, 2009, 17(8): 948-

949.

- [27] Pettigrew, T.F. (2016) In Pursuit of Three Theories: Authoritarianism, Relative Deprivation, and Intergroup Contact. *Annual Review of Psychology*, **67**, 1-21. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-122414-033327>
- [28] Higgins, E.T. (1987) Self-Discrepancy: A Theory Relating Self and Affect. *Psychological Review*, **94**, 319-340. <https://doi.org/10.1037/0033-295x.94.3.319>
- [29] Nezlek, J.B. and Plesko, R.M. (2001) Day-to-Day Relationships among Self-Concept Clarity, Self-Esteem, Daily Events, and Mood. *Personality and Social Psychology Bulletin*, **27**, 201-211. <https://doi.org/10.1177/0146167201272006>
- [30] 牛更枫, 史晓涵, 孙晓军. 相对剥夺感和公正世界信念——SNS 中上行社会比较对大学生的心理影响[J]. 江汉大学学报(社会科学版), 2021, 38(3): 77-87+126-127.
- [31] 杨嘉珍. 中职生被动性社交网站使用与抑郁[D]: [硕士学位论文]. 南京: 南京师范大学, 2021.
- [32] 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.
- [33] Allan, S. and Gilbert, P. (1995) A Social Comparison Scale: Psychometric Properties and Relationship to Psychopathology. *Personality and Individual Differences*, **19**, 293-299. [https://doi.org/10.1016/0191-8869\(95\)00086-1](https://doi.org/10.1016/0191-8869(95)00086-1)
- [34] Chang, L., McBride-Chang, C., Stewart, S.M. and Au, E. (2003) Life Satisfaction, Self-Concept, and Family Relations in Chinese Adolescents and Children. *International Journal of Behavioral Development*, **27**, 182-189. <https://doi.org/10.1080/01650250244000182>