

社交网站使用对青少年抑郁的影响

邓永光, 沈璐璐

苏州城市学院社会服务系, 江苏 215104

【摘要】 社交网站使用对青少年抑郁的影响受到研究者的密切关注。该文关注社交网站使用导致青少年抑郁的心理机制, 从问题性社交网站使用和青少年社交网站适应两个方面对近期的国内外研究进行系统梳理。青少年社交网站成瘾和被动性社交网站使用增加了青少年患抑郁的风险, 社会比较、自我概念和自尊水平在青少年社交网站使用和抑郁之间起到重要的诱发作用。

【关键词】 信息交流; 因特网; 抑郁; 精神卫生; 青少年

【中图分类号】 R 179 B 844.2 **【文献标识码】** A **【文章编号】** 1000-9817(2023)04-0627-05

Impact of social network usage on depression in adolescents/DENG Yongguang, SHEN Lulu. Department of Social Service, Suzhou City University, Suzhou(215104), Jiangsu Province, China

【Abstract】 Increased attention has been paid to the impact of social network usage on adolescent depression. This article focuses on the psychological mechanism in the association between usage of social networks with adolescent depression, and systematically reviews recent national and international studies regarding two areas: inappropriate usage of social networks and adaptation to adolescent social networks usage. Adolescent addiction to social networks and passive use of social networks with increased risk of adolescent depression. Social comparison, self-concept and self-esteem play important role in the association between adolescent social network usage and depression.

【Keywords】 Communication; Internet; Depression; Mental health; Adolescent

抑郁是青少年常见的心理健康问题, 主要表现为心境、躯体、睡眠等方面的障碍^[1], 我国青少年抑郁症的检出率已经达到了 28.4%, 成为危害青少年心理健康的重要因素。社交网站是以互联网技术为基础, 帮助个体建立、维持、发展社交关系的网络平台, 个体可以在社交网站上建立个人主页, 通过访问、点赞、评论、转发等形式与他人建立联系^[2]。社交网站因开放性、便利性和互动性, 已成为青少年不可或缺的生活方式。根据中国互联网络信息中心(2021)发布的最新统计报告, 截至 2020 年 12 月, 中国网民规模达 9.89 亿, 互联网普及率达 70.4%, 青少年群体是互联网使用的主力军, 微信朋友圈、QQ 空间和新浪微博是青少年最常使用的社交应用, 使用率分别达到了 83.4%, 58.8% 和 42.3%^[3]。

作为网络时代人际交往的重要方式, 社交网站的使用帮助青少年超越空间限制与他人建立联系、获取感兴趣的他人信息、实现与他人沟通的实时互动。社交网站使用对青少年抑郁的影响是复杂而多元的, 可

以帮助青少年建立人际关系, 满足归属需要; 链接社会关系, 积累社会资本^[4]; 获取信息资源, 提升知识技能; 分享生活状态, 实现情绪表达^[5]等, 有利于降低青少年抑郁。另外一些研究表明, 社交网站的使用可能引发青少年负面社会比较^[6], 产生消极核心自我评价^[7], 降低自尊水平^[8]等, 增加了青少年患抑郁的风险。由此可见, 青少年社交网站使用对抑郁的影响是一把双刃剑, 而通过两者的元分析研究发现, 社交网站使用和抑郁之间存在正相关^[9]。现有研究虽然从不同角度探讨了两者之间作用原理, 但是总体上缺乏宏观且系统的观点。问题性社交网站使用指因长时间、高强度使用社交网站, 导致个体心理和生理适应不良的社交网站使用行为^[10], 突出表现为社交网站成瘾和被动性社交网站使用; 青少年社交网站适应指个体调整心理状态以满足社交网站需要的社会心理现象, 主要表现在社会比较、自我概念和自尊水平上^[11]。本研究通过对问题性社交网站使用和青少年社交网站适应两个方面进行梳理, 以期能够进一步探明青少年社交网站使用对抑郁作用的心理机制。

1 问题性社交网站使用

1.1 社交网站成瘾 社交网站成瘾指个体强迫性地使用社交网站, 无法有效控制使用频率和强度^[12]。以

【作者简介】 邓永光(1993-), 男, 河南周口人, 硕士, 讲师, 主要研究方向为网络心理与行为。

【通信作者】 沈璐璐, E-mail: Sll_97070202@163.com

DOI: 10.16835/j.cnki.1000-9817.2023.04.034

QQ、微信和微博为主的青少年最常使用的社交平台,具有较高的用户黏性,青少年频繁登陆社交网站可能会导致社交网站成瘾的发生。Muench 等^[13]提出社交网站成瘾具有以下 6 个特征:(1)显著性,花费较多时间使用或思考社交网站;(2)情绪改变,因频繁使用社交网站产生内疚、焦虑、无助等感觉;(3)耐受性,用户需要花费更多时间才能获得与最初使用社交网站时相同的愉悦感;(4)戒断依赖,当使用频率降低或被禁止使用时,用户会出现不适现象;(5)冲突,社交网站使用造成了时间管理、社会关系上的冲突,成为一种强迫性行为;(6)复发,用户试图停止社交网站使用后失败,出现反复逆转的过程。

社交网站成瘾会严重干扰青少年的学习、社交、睡眠等活动,增加青少年抑郁的风险。依托智能手机技术的便利性和及时性,社交网站对于青少年表现出更高的渗入程度,青少年通过手机频繁连接社交网站,过度而强迫性地收集社交信息,会导致过高的疲惫感,高反刍思维水平的青少年会反复思考负性事件^[14]。同时,青少年频繁使用社交网站容易产生认知负载,不能满足人际关系和信息获取所需要的认知资源,从而可能诱发抑郁。此外,青少年过度依赖社交网站进行社会交往,还会带来人际关系困扰,以手机为载体的网络社交为青少年提供了虚拟的社交机会,可能损害现实生活中的人际关系,社交网站成瘾会通过现实生活中的友谊质量间接导致青少年抑郁^[15]。

1.2 被动性社交网站使用 社交网站使用存在主动和被动两种方式:主动性社交网站使用指个体在社交网站积极地生产信息进行沟通交流,如发布新状态和评论他人信息等;被动性社交网站使用指个体消极地浏览信息缺乏沟通交流的行为,如浏览他人状态和相关评论信息等。主动性社交网站使用对用户有着积极影响,如提升自尊水平、削弱孤独感、增加生活满意度;而被动性社交网站使用会带来消极影响,如引发妒忌、降低主观幸福感、诱发抑郁等。人格是影响青少年社交网站使用方式的重要因素,神经质和外向性人格能够正向预测被动性社交网站使用^[16]。

被动性社交网站使用既可以直接导致抑郁,也可以通过社交焦虑、核心自我评价、冗思、妒忌等间接引起抑郁。从埃里克森人格发展阶段理论来看,青少年所面临的人格发展任务是建立同一感和防止同一感混乱,获得亲密感和避免孤独感,更为关注生活中的他人与自己的关系^[17],互联网的发展为青少年提供了社会交往的新路径,如通过弹幕获得互动式的观感体验、通过网络游戏获得情境式的互动体验等。青少年被动性地选择社交网站,反映了其既想开展社会交往,又因各种原因无法建立和谐社会关系的矛盾心理,表现出对社会交往的焦虑以及对负性事件的反复

思考,引发对自身能力或价值所持有的基本态度和评价的质疑,产生妒忌他人的消极情绪等行为表现,增加患抑郁的风险^[18]。

2 青少年社交网站适应

2.1 社会比较 社会比较指个体将与自己相关联的信息与他人进行比较时所思考的过程,社会比较的发生是无意识的,只要接触到了他人的信息,个体就会自发地进行社会比较,因此社交网站使用中社会比较是不可避免的^[19]。青少年正处于自我同一性和亲密感建立的关键时期,需要更多的外部信息和他人评价,社交网站则提供了青少年社会比较的渠道。社交网站信息具有丰富性、可视性和易得性,青少年群体通过社交网站的社会比较能够进行自我评价、改进和提升,有利于提升青少年的生命意义感^[20]。然而,出于印象管理策略,用户在社交网站上一般会展示更为积极的个人信息,这些信息往往高于日常生活的情感体验,青少年频繁接触社交网站的相关信息,会认为别人过得都比自己幸福,从而产生消极的社会比较,容易诱发抑郁。根据比较倾向的不同,社会比较具有上行和下行的区别:前者倾向于与比自己优秀的人进行比较,后者倾向于和不如自己的人进行比较。青少年在社交网站中的比较更多地表现为上行社会比较,容易产生消极的自我认知或感受^[21],比如因为意识到别人拥有而自己缺乏的某些东西,容易产生妒忌情绪。此外,由于青少年存在更多的社交需要并且在意他人评价,社交网站中的上行社会更容易导致社交焦虑,增加发生抑郁的风险^[22]。

2.2 自我概念 自我概念是指个体对“我是谁”和“我对自己感觉如何”的认知,可以从清晰性和评价性两个角度理解^[23]。从理论上,社交网站为青少年提供了更多的社会互动平台,有助于个体收集信息、整合资源,帮助青少年确立自我同一性,但是社交网站的信息具有高度复杂性、模糊性和诱导性,青少年还没有形成对自我的稳定认识,容易形成自我同一性混乱,使自我概念不清晰,自我评价偏低。自我概念的清晰性指个体对自我认知所持有的明确性、稳定性和一致性的认识,对青少年的心理健康和社会适应有着直接的影响,能够在社交网站使用和抑郁之间起中介作用^[24]。研究发现,青少年网络使用水平越高,自我概念清晰性水平越低,而处于低自我概念清晰性下,容易产生负面的社会比较,对社交网站的信息进行消极归因,容易导致抑郁^[25]。自我概念的评价性指个体对自身能力和价值所持有的态度和评价,可以直接或间接地影响青少年抑郁。比如,青少年在社交网站使用过程中,会提高与他人进行上行社会比较的可能性,并因此对自我评价造成威胁,导致抑郁的产生^[26]。

也有研究发现,自我评价能够在青少年社交网站成瘾和抑郁之间起完全中介作用^[27]。

2.3 自尊水平 自尊是个体对自身的整体态度,是自我概念的重要组成部分,对自我的消极态度是导致青少年抑郁的关键因素,低自尊个体更容易产生抑郁,个体的高自尊水平可以缓解抑郁的发生^[28]。在社交网站中,个体的身份特征、表情状态、行为举止等被隐藏,同时异步交流给予个体更多的语言组织时间,以及社交网站中存在自由退出的社交机制,为低自尊者的社会交往提供了平台。研究发现,低自尊个体会将社交网站作为一种补偿路径,通过社交网站的积极活动弥补现实生活的不足,低自尊者在社交网站上花费更多的时间,在社交网站使用强度和信息披露等方面高于高自尊者,且相对于现实交往,网络交往会使低自尊者感觉更为舒适^[29]。但低自尊者更容易出现手机成瘾,对人际交往中的评价信息格外敏感,容易引发弥漫性焦虑,增加个体患抑郁的风险^[30]。低自尊者更容易在社交网站中上行社会比较,产生“自己不如别人”的消极感受,尤其是社交网站中的体像比较能够通过自尊增加青少年抑郁的风险^[31]。此外,青少年的人际关系依赖于社交网站,而人际关系的质量对青少年自我认知和评价有着显著影响,低自尊的个体倾向于社交回避,由于在社交网站中获取的社会支持有限,增加了抑郁风险。

3 讨论与展望

3.1 社交网站使用的影响及测量 以“90后”和“00后”为主的青少年在年龄阶段上渴望与他人建立情感联结,却往往缺乏成熟的社会交往技能或经验,社交网站有效避免了直接人际交互的尴尬性,成为青少年社会交往的主要工具。随着“互联网+”时代的到来,互联网对于青少年已经不是简单的学习或娱乐工具,其与生活各方面的融合已成为不可避免的趋势,尤其对于成长于互联网时代的青少年而言,社交网站绝非传统意义上只能在现实生活中扮演补充角色的“虚拟社交”,而已经成为青少年生活中最真实、最活跃的组成部分。在社交网站对青少年生活渗入程度不断加深的同时,对于青少年如何使用社交网站则缺乏适当的引导,尤其是智能手机的普及,加剧了青少年社交网站成瘾和被动性社交网站的使用方式,可能是青少年抑郁高发的关键因素。

目前,社交网站使用的测量工具主要以翻译国外成熟量表为主,如通过将国外 Facebook、Youtube、Twitter 等社交网站概念替换为“社交网站”进行施测。由于社交网站是用户进行社会交往的平台,中国社会的集体主义文化背景和西方社会的个人主义文化背景存在较大差异,中国用户对社交网站的认识、使用习

惯和国外用户是不能一概而论的,如集体主义文化下的个体更关注他人对自己的评价,所以可能花费更多的时间使用社交网络,采取更为保守的被动性社交网站使用策略。在最近的相关研究中,最多被采用的问卷研究一般思路为寻找可能的心理学概念,然后在问题性社交网站使用和抑郁之间建构可能的数据模型,探究两者之间的作用机制。但是对数据模型的探究,应以对中国青少年相关特征准确测量为基础,事实上,不仅对社交网站使用的相关测量,对其他心理特征的测量也普遍依赖于国外的成熟量表,使得现有研究的可推广性受到严重质疑。国内外的社交网站在应用界面、互动形式、用户基数等方面都存在较大区别,以 QQ 空间、微信朋友圈和新浪微博等青少年常用的社交网站为基础,开发本土化的测量工具十分必要。

3.2 社交网站适应的分析及引导 青少年使用社交网站本应该促进人际交往、增加社会资本、提升心理健康,然而青少年对社交网站的适应不当反而对心理健康造成了不利影响,本文主要从社会比较、自我概念和自尊水平 3 个角度进行分析。

首先,社会比较存在于青少年日常生活方面,经典社会比较理论指出,当缺乏直接、客观的评价手段时,人们会通过与他人的比较来建构自我。从人格发展阶段来看,青少年的人格发展任务是建立自我同一性,需要反复地将自己与他人的信息进行比较思考。生活在互联网时代的青少年,在社交网站中获取同伴信息、关注同伴生活的日常状态、将自己与同伴比较的过程中,很容易对社交网站产生依赖性成瘾。

其次,自我概念的形成和发展依赖于社会环境和人际交往,以 QQ 空间、微信朋友圈和新浪微博为主的社交网站,不仅改变了青少年传统的社会交往方式,也会影响自我概念的形成。一方面,青少年在社交网站中积极自我呈现,努力表现出自己理想的自我形象,对社交网站的信息进行印象修饰,期待接受别人对自己的积极评价;另一方面,青少年在现实中不能满足的尊重、情感和归属需求,可以在社交网站所构建的虚拟世界得到满足,从而可能反作用于现实生活的压力,导致现实和虚拟世界的冲突。同时,社交网站的信息鱼龙混珠,青少年的人生阅历还不足以支持他们正确地甄别或评价信息,会影响自我意识的发展,不能够清晰地建构自我概念或产生自我评价威胁,成为诱发抑郁的重要因素。

最后,自尊水平是个体对自我的整体性认知和评价,对于充满“风雨与困顿”阶段的青少年尤其重要。社交网站上的互动交流具有异步性,使用者可以发布的文字或图片状态可以通过及时编辑得以完善,甚至可以只浏览选择友好的主页和动态而不选择互动,满

足了青少年积极自我呈现的需要,并在一定程度上保护了青少年的自尊。但一方面青少年积极的印象修饰会带来理想自我与现实自我的冲突,另一方面青少年消极地被动使用社交网站实则代表了对现实社会交往的逃避,这种虚拟世界与现实世界的差异性会增强青少年的孤独感、引发社交焦虑、影响人际关系等,最终可能会导致青少年抑郁。

3.3 研究方法应该基于多元视角 问题性社交网站使用涉及一系列复杂的生理、心理及行为的变化^[32],现有的相关研究几乎采取问卷法,通过不同类型的回归模型揭示问题性社交网站使用、青少年社交网站适应和抑郁之间的关系,总体来说方法单一,且不能够揭示变量间的因果关系。一些重要的问题需要基于多元视角的研究方法进行回答,如问题性社交网站使用为什么会引起青少年的社交网站适应不良,是否可以通过改变青少年问题性社交网站使用抑制抑郁的发生,还有哪些因素的影响应该受到关注等。

首先,抑郁的发生是生理、心理和社会因素的共同产物,并且这些因素还会相互影响,随着脑科学的不断发展,通过事件相关电位(ERP)、正电子发射断层显像(PET)、功能性磁共振成像(fMRI)等仪器,综合脑科学、医学和生物学的观点综合探讨问题性社交网站使用的脑神经机制和生理机制,应该成为未来该领域研究的趋势。其次,通过实验设计的手段,对问题性社交网站的使用方式进行操纵,如改变青少年的社交网站使用时长操纵社交网站成瘾,改变青少年在社交网站中的状态更新、上传照片、评论等行为操纵被动性社交网站使用,进行多组中断时间序列的测量,确定问题性社交网站使用和抑郁的因果关系。最后,在该领域的相关研究中,出现了较多不一致的结果,有必要通过元分析的手段进行系统、全面的分析,而以生成性和原创性见称的质性研究手段,如访谈、叙事、话语分析等可能更为真实、准确、完整地探究青少年使用社交网站时的心理过程,也应该成为该领域研究的突破点。

综上所述,未来的研究应该在现有问卷法研究基础之上,通过脑神经科学探讨问题性社交网站使用的生物学基础,通过科学实验研究确定问题性社交网站使用与青少年抑郁的因果关系,通过元分析和质性研究的手段更为系统、完整、真实地探索青少年使用社交网站的心理过程,通过跨学科、跨方法的多元研究视角推进该领域研究的不断深入,改善青少年问题性社交网站的使用方式对抑郁的影响,提升青少年的心理健康水平。

利益冲突声明 所有作者声明无利益冲突。

参考文献

- [1] BERTHA E A, BALAZS J. Subthreshold depression in adolescence: a systematic review [J]. *Eur Child Adolesc Psychiatry*, 2013, 22(10): 589-603.
- [2] KOUTAMANIS M, VOSSSEN H, VALKENBURH P M. Adolescents' comments in social media: why do adolescents receive negative feedback and who is most at risk? [J]. *Comput Human Behav*, 2015, 53: 486-494.
- [3] 田录梅, 潘月, 董鑫月, 等. 不同社交网站使用与大学生抑郁的关系: 链式中介模型 [J]. *心理发展与教育*, 2020, 36(6): 743-752. TIAN L M, PAN Y, DONG X Y, et al. Relationship between the use of different social networking sites and depression among undergraduates: a chain mediation model [J]. *Psychol Dev Educ*, 2020, 36(6): 743-752. (in Chinese)
- [4] 闫蕾蕾, 武俐, 孙萌, 等. 社交网站使用对抑郁的影响: 线上社会资本的中介作用 [J]. *中国临床心理学杂志*, 2016, 24(2): 317-320. YAN J L, WU L, SUN M, et al. The effect of social network sites use on adolescent depression: the mediating role of online social capital [J]. *Chin J Clin Psychol*, 2016, 24(2): 317-320. (in Chinese)
- [5] 王水珍, 马红宇. 社交网站情感表露的积极性偏差研究 [J]. *华中科技大学学报(社会科学版)*, 2019, 33(3): 123-134. WANG S Z, MA H Y. Positive bias in social networking site from the view of motivation [J]. *J Huazhong Univ Sci Technol (Soc Sci Edit)*, 2019, 33(3): 123-134. (in Chinese)
- [6] 李奕, 王平. 大学生社交网站被动使用与抑郁: 一个有调节的中介模型 [J]. *中国健康心理学杂志*, 2021, 29(3): 412-417. LI Y, WANG P. Relationship between passive use on social network site and depression: a moderated mediation model [J]. *Chin J Health Psychol*, 2021, 29(3): 412-417. (in Chinese)
- [7] 连师磊, 孙晓军, 牛更枫, 等. 社交网站中的上行社会比较与抑郁的关系: 一个有调节的中介模型及性别差异 [J]. *心理学报*, 2017, 49(7): 941-952. LIAN S L, SUN X J, NIU G F, et al. Upward social comparison on SNS and depression: a moderated mediation model and gender difference [J]. *Acta Psychol Sinica*, 2017, 49(7): 941-952. (in Chinese)
- [8] 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. ZHANG Y, LIU H Y. Relations of use intensity, self-esteem and depression of the social website of college students and middle school students: the mediation function of the number of friends and the moderating function of genders [J]. *Chin J Health Psychol*, 2021, 29(9): 1391-1398. (in Chinese)
- [9] 刘召君, 孔繁昌, 赵改, 等. 抑郁与社交网站使用的关系: 来自元分析的证据 [J]. *中国临床心理学杂志*, 2018, 26(6): 1104-1110, 1135. LIU Z J, KONG F C, ZHAO G, et al. The association between social network sites use and depression: a Meta-analysis [J]. *Chin J Clin Psychol*, 2018, 26(6): 1104-1110, 1135. (in Chinese)
- [10] 白晓丽, 姜永志, 金童林, 等. 大学生问题性移动社交网络使用干预及效果评估 [J]. *中国学校卫生*, 2019, 40(2): 253-255, 258. BAI X L, JIANG Y Z, JIN T L, et al. Intervention and effect evaluation of mobile social media use among college students [J]. *Chin J Sch Health*, 2019, 40(2): 253-255, 258. (in Chinese)

- [11] MOREAU A, LACONI S, DELFOUR M, et al. Psychopathological profiles of adolescent and young adult problematic Facebook users [J]. *Comput Human Behav*, 2015, 44: 64-69.
- [12] ECHEBURUA E, CORRAL P D. Addiction to new technologies and to online social networking in young people: a new challenge [J]. *Adicciones*, 2010, 22(2): 91-95.
- [13] MUENCH F, HAYES M, KUERBIS A, et al. The independent relationship between trouble controlling Facebook use, time spent on the site and distress [J]. *J Behav Addict*, 2015, 4(3): 163-169.
- [14] 陈春宇, 连帅磊, 杨晨, 等. 手机成瘾与大学生抑郁的关系: 疲惫感和反刍思维的作用 [J]. *中国临床心理学杂志*, 2019, 27(4): 746-749, 745.
CHEN C Y, LIAN S L, YANG C, et al. Effect of mobile phone addiction on college students' depression: mediation and moderation analyses [J]. *Chin J Clin Psychol*, 2019, 27(4): 746-749, 745. (in Chinese)
- [15] 王田丽, 魏鸿园, 卢晓艳, 等. 高职大学生网络成瘾社交焦虑社会支持与抑郁的关系 [J]. *中国学校卫生*, 2020, 41(11): 1610-1613.
WANG T L, WEI H Y, LU X Y, et al. Internet addiction and college students' depression: an analysis of moderating mediating effects [J]. *Chin J Sch Health*, 2020, 41(11): 1610-1613. (in Chinese)
- [16] 侯娟, 田帅, 孙鑫琰, 等. 大五人格对社交网站使用方式的影响: 自恋的中介作用 [J]. *中国临床心理学杂志*, 2020, 28(6): 1202-1208.
HOU J, TIAN S, SUN X Y, et al. The influence of big five personality on the use of social networking sites: the mediating role of narcissism [J]. *Chin J Clin Psychol*, 2020, 28(6): 1202-1208. (in Chinese)
- [17] ERIKSON E H. Identity and the life cycle [J]. *Psychol Issues*, 1995, 1: 18-164.
- [18] ORTH U, ROBINS R W, MEIER L L, et al. Refining the vulnerability model of low self-esteem and depression: disentangling the effects of genuine self-esteem and narcissism [J]. *J Persen Soc Psychol*, 2016, 110(1): 133-149.
- [19] WOOD J V. What is social comparison and how should we study it? [J]. *Persen Soc Psychol Bull*, 1996, 22(5): 520-537.
- [20] 陈晓燕, 陈毅文, 张玉婷. 主动性社交网站使用对生命意义感的影响: 有调节的中介模型 [J]. *中国临床心理学杂志*, 2021, 29(2): 236-241.
CHEN X Y, CHEN Y W, ZHANG Y T. The associations of active use of social network site with meaning in life: a moderated mediating model [J]. *Chin J Clin Psychol*, 2021, 29(2): 236-241. (in Chinese)
- [21] 马林. 大学生被动性社交网站使用与错失焦虑症交叉滞后分析 [J]. *中国学校卫生*, 2020, 41(1): 70-72.
MA L. Cross-lagged analysis of passive social network site use and fear of missing out in college students [J]. *Chin J Sch Health*, 2020, 41(1): 70-72. (in Chinese)
- [22] 童媛添, 邱晓雯, 连帅磊, 等. 社交网站上行社会比较对青少年抑郁的影响: 社交焦虑的中介作用 [J]. *中国临床心理学杂志*, 2017, 25(3): 498-501.
TONG Y T, QIU X W, LIAN S L, et al. Upward social comparison in social network site and depression: mediating of social anxiety [J]. *Chin J Clin Psychol*, 2017, 25(3): 498-501. (in Chinese)
- [23] SHIN J Y, STEGER M F, HENRY K L. Self-concept clarity's role in meaning in life among American college students: a latent growth approach [J]. *Self Ident*, 2016, 15(2): 1-18.
- [24] 丁倩, 张永欣, 张晨艳, 等. 社交网站使用与青少年抑郁: 社会比较和自我概念清晰性的链式中介作用 [J]. *中国临床心理学杂志*, 2016, 24(5): 823-827.
DING Q, ZHANG Y X, ZHANG C Y, et al. Relationship between social network site use and depression in adolescents: multiple mediating effect of social comparison and self-concept clarity [J]. *Chin J Clin Psychol*, 2016, 24(5): 823-827. (in Chinese)
- [25] 吴漾, 武俐, 牛更枫, 等. 微信朋友圈使用对大学生抑郁的影响: 负面社会比较和自我概念清晰性的作用 [J]. *心理发展与教育*, 2020, 36(4): 486-493.
WU Y, WU L, NIU G F, et al. The influence of WeChat moments use on undergraduates' depression: the effects of negative social comparison and self-concept clarity [J]. *Psychol Dev Educ*, 2020, 36(4): 486-493. (in Chinese)
- [26] 连帅磊, 姚良爽, 孙晓军, 等. 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.
LIAN S L, YAO L S, SUN X J, et al. The effect of passive social network site use on depression: chain, ediating effect analysis [J]. *J Psychol Sci*, 2018, 41(4): 876-882. (in Chinese)
- [27] 陈春宇, 连帅磊, 孙晓军, 等. 社交网站成瘾与青少年抑郁的关系: 认知负载和核心自我评价的中介作用 [J]. *心理发展与教育*, 2018, 34(2): 210-218.
CHEN C Y, LIAN S L, SUN X J, et al. The effect of social network sites addiction on adolescents' depression: mediating role of cognitive overload and core self-evaluation [J]. *Psychol Dev Educ*, 2018, 34(2): 210-218. (in Chinese)
- [28] 罗艳红, 陈枫, 石珍榕, 等. 自尊对女大学生抑郁情绪的影响: 应对方式的中介作用 [J]. *中国健康心理学杂志*, 2021, 29(5): 747-750.
LUO Y H, CHEN F, SHI Z R, et al. Effect of self-esteem on female college students' depression: the mediating role of coping styles [J]. *Chin J Health Psychol*, 2021, 29(5): 747-750. (in Chinese)
- [29] FOREST A L, WOOD J V. When social networking is not working: individuals with low self-esteem recognize but do not reap the benefits of self-disclosure on Facebook [J]. *Psychol Sci*, 2012, 23(3): 295-302.
- [30] 丁倩, 王兆琪, 张永欣. 自尊与手机成瘾: 错失恐惧和问题性社交网络使用的序列中介作用 [J]. *中国临床心理学杂志*, 2020, 28(6): 1152-1156.
DING Q, WANG Z Q, ZHANG Y X. Self-esteem and mobile phone addiction: the serial mediating effect of fear of missing out and problematic social networking use [J]. *Chin J Clin Psychol*, 2020, 28(6): 1152-1156. (in Chinese)
- [31] 王宁, 王丽. 外貌相关的朋友圈评论对女性身体意象的影响 [J]. *中国健康心理学杂志*, 2019, 27(12): 1866-1871.
WANG N, WANG L. Effect of moments comments about appearance on female body image [J]. *Chin J Health Psychol*, 2019, 27(12): 1866-1871. (in Chinese)
- [32] 姜永志, 白晓丽, 阿拉坦巴根, 等. 青少年问题性社交网络使用 [J]. *心理科学进展*, 2016(9): 1435-1447.
JIANG Y Z, BAI X L, ALATANBAGEN, et al. Problematic social networks usage of adolescent [J]. *Adv Psychol Sci*, 2016(9): 1435-1447. (in Chinese)