

DOI:10.3969/j.issn.1000-9760.2023.03.009

医学院女生自我客体化、特质焦虑水平对抑郁的影响

李青青¹ 李织若² 杨德超³⁽¹⁾ 济宁医学院精神卫生学院, 济宁 272013; ⁽²⁾ 山东省戴庄医院精神四科, 济宁 272051;⁽³⁾ 句容市第四人民医院心理科, 句容 212400)

摘要 目的 考察医学院女生自我客体化、特质焦虑水平对抑郁的影响, 探究特质焦虑水平在自我客体化与抑郁间的中介效应, 并提出应对策略。**方法** 采用随机抽样的方法, 以自我客体化问卷、特质焦虑问卷、自评抑郁量表对 350 名医学院女生进行测量, 将问卷调查和个人访谈相结合, 采用 SPSS22.0 进行数据分析, 对数据进行相关分析、差异分析及中介效应分析。**结果** 医学院女生抑郁水平在恋爱、来源地以及是否独生上无显著性差异 ($P>0.05$), 自我客体化在来源地有显著性差异 ($Z=-2.603, P=0.009$), 特质焦虑水平在女大学生自我客体化与抑郁之间起完全中介作用 ($a=0.062, b=0.787, c=0.079, c'=0.030$)。**结论** 医学院女生自我客体化、特质焦虑影响其抑郁水平, 且特质焦虑在自我客体化与抑郁间起完全中介作用, 因此要改善医学院女生的抑郁状态, 需社会、学校、个人多方面共同努力。

关键词 医学院女生; 自我客体化; 抑郁; 特质焦虑

中图分类号: B842 文献标识码: A 文章编号: 1000-9760(2023)06-192-04

The influence of self objectification and trait anxiety on depression of female students in medical college

LI Qingqing¹, LI Zhiruo², YANG Dechao³⁽¹⁾ Institute of Mental Health, Jining Medical University, Jining 272013, China;⁽²⁾ The Fourth Department of Psychiatry, Shandong Daizhuang Hospital, Jining 272051, China;⁽³⁾ Psychology Department, The Fourth People's Hospital of Jurong City, Jurong 212400, China)

Abstract: Objective To investigate the influence of self objectification and trait anxiety on depression of female students in medical college, and to explore the mediating effect of trait anxiety between self objectification and depression and puts forward the countermeasures. **Methods** The study used the random sampling method, 350 female college students were measured with self-objectified questionnaire, trait anxiety questionnaire and self-rating depression scale, combining questionnaire survey and personal interview, SPSS22.0 was used to analyze the data, and the data were analyzed by correlation analysis, difference analysis and intermediary effect analysis. **Results** There was no significant difference in depression and trait anxiety, love, origin and only child among female students in medical college ($P>0.05$). There was significant difference in self-objectification in the origin ($Z=2.603, P=0.009$). Trait anxiety plays a complete intermediary role between female college students' Self-objectification and Depression ($a=0.062, b=0.787, c=0.079, c'=0.030$). **Conclusion** Self-objectification, trait anxiety affects their depression level, and trait anxiety plays a complete intermediary role between self-objectification and depression, the results suggest that the depressive state of female students in medical college can be improved through the joint effort of society, colleges, and individuals.

Keywords: Female students in medical college; Self-objectification; Depression; Trait anxiety

自我客体化^[1] (Self-Objectification) 是指个体将自己的身体当作外表评价的客体, 内化他人视角来看待自己身体的一种过程。高自我客体化的个

体高度关注自身身体的外在属性, 对自身的内在属性关注度降低, 从第三视角关注“我看起来怎么样”, 而不是从第一视角关注“我能怎么样”, 持续

的自我客体化会引起女性负性情绪,是产生焦虑、抑郁的主要原因,容易引起各种心理健康问题^[2]。

国内外关于自我客体化的成因、具体表现等均有较为充分的研究,也引起了各界重视,女性比男性更易受到客体化媒体信息的影响,也使女性的自我客体化和身体羞耻感升高^[3-4]。梁晓燕等^[5]研究显示女大学生身体满意度与自我客体化、抑郁之间存在显著负相关,高自我客体化的个体会产生抑郁情绪。大学生抑郁检出率较高,特质焦虑与抑郁发生存在显著性相关,且特质焦虑能预测抑郁的发生^[6-7]。以上研究均以大学生为主要研究对象,因为医学的特殊性,导致医学院学生有其本身特点,面临的各类学业、见习实习、学业年限等因素,都在一定程度上带来压力与焦虑,医学专业的学生比其他专业学生的抑郁发生率要高^[8]。因此,本文将医学院女大学生作为研究对象,总结现阶段医学院女大学生的自我客体化与抑郁的现状,探究医学院女大学生自我客体化、特质焦虑对抑郁水平的影响,分析特质焦虑在自我客体化和抑郁关系中的作用,为促进女大学生心理健康发展提供理论依据。

1 对象与方法

1.1 对象

2021 年 5 月—6 月随机选取山东省某医学院校在校女大学生为研究对象,共发放问卷 350 份,回收有效问卷 323 份,回收率 92.29%。参与者平均年龄为(20.48±1.38)岁,其中恋爱状态为 119 人(36.84%),非恋爱状态 204 人(63.16%);城镇人数为 171(52.94%),农村人口为 152(47.06%);独生子女为 102 人(31.58%),非独生子女为 221 人(68.42%)。

参照宋美璇等^[9]所使用的方法,本研究回收有效问卷 323 份,大于所需的最小样本量 184 人,说明本研究样本数是合理的。

1.2 方法

1.2.1 研究工具 1) 自我客体化问卷修订版(Self-objectification Questionnaire, SOQ)。选用赵方^[10]修订版,5 项身体外在相关特征“性感、身高、皮肤、五官、身材”和五项身体内在相关特征“身体协调、健康状态、体能、身体健美水平、力量”。选取了 10 项身体相关特征词,包括 5 项身体外部特征词和 5 项身体内部特征词,让受测者按照这些特征对身体自我概念的重要程度进行排序,然后用外

部特征词序次之和减去内部特征词序次之和,所得的分数越高表示越重视外表,解释为具有更高的自我客体化水平。2) 抑郁自评量表(Self-Rating Depression Scale, SDS)。选用 William W. K. Zung^[11]¹⁹⁴⁻¹⁹⁶编制的抑郁自评量表,测量一周内的实际感受,用于衡量抑郁状态的轻重程度及其治疗中的变化。共 20 个条目,4 级评分,1 代表很少,4 代表大部分时间,将各项目得分相加后得到总粗分,用粗分乘以 1.25 后,取其整数部分,就得到标准分数,分数越高表示抑郁程度越严重。本研究中,该量表 Cronbach's α 为 0.741。3) 特质焦虑问卷(Trait Anxiety Inventory, T-AI)。选取由 Charles D. Spielberger 等^[11]²¹²⁻²¹³编制的特质焦虑问卷。其中有 11 项为描述负性情绪条目,9 条为正性情绪条目。1 代表几乎没有,2 代表有些,3 代表经常,4 代表几乎总是如此。由受试者根据自己的体验选出最合适的分值。凡正性情绪项目均为反向计分,最小分 20,最大分 80,反映特质焦虑的程度。

1.2.2 资料收集方法 采用自编的有关自我客体化的主观性题目,通过面对面交流以及网络数据收集等方式,收集医学院在校女大学生如何看待自我客体化以及自我客体化的原因,探讨抑郁以及特质焦虑来源。

1.3 统计学方法

采用 SPSS22.0 进行统计处理,对于符合正态分布的连续变量采用 $\bar{x} \pm s$ 表示;非正态分布数据采用 $M(P_{25}, P_{75})$ 表示,统计量采用独立样本 t 检验或秩和检验;使用相关分析讨论医学院女生自我客体化、抑郁、特质焦虑之间关系,以回归分析考查特质焦虑在自我客体化和抑郁之间的中介作用,以 $P < 0.05$ 为差异有统计学意义。

2 结果

2.1 医学院女生 BMI 指数

本研究对象 BMI 指数为(20.34±3.36) kg/m²,处于正常范围内^[12]。

2.2 医学院女生抑郁水平、自我客体化、特质焦虑水平在人口学变量上的差异

自我客体化水平在不同来源地上有显著性差异($Z = -2.603, P = 0.009$),来源于农村的医学院女生自我客体化水平高于来源于城镇的大学生,见表 1。

表 1 医学院女生抑郁水平、自我客体化水平、特质焦虑水平在人口学变量上的差异分析

项目	分类	n	抑郁水平 (分, $\bar{x} \pm s$)	自我客体化水平 [分, $M(P_{25}, P_{75})$]	特质焦虑水平 (分, $\bar{x} \pm s$)
恋爱	是	119	52.59±7.328	-5.00(-17.00, 11.00)	43.54±6.074
	否	204	51.22±9.049	-3.00(-16.50, 15.00)	43.22±7.959
	t/Z		1.367	-1.180	0.380
独生子女	是	102	51.90±8.205	-5.00(-15.00, 13.00)	44.24±7.198
	否	221	51.64±8.956	-3.00(-17.00, 14.00)	42.87±7.363
	t/Z		0.253	-0.263	1.567
来源地	城镇	171	51.64±9.467	-5.00(-17.00, 9.00)	43.07±6.985
	农村	152	51.81±7.811	-2.00(-15.00, 15.00)	43.56±6.527
	t/Z		0.171	-2.603	0.599
	P		0.865	0.009	0.550

2.3 医学院女生自我客体化、抑郁和特质焦虑之间的相关性

医学院女生自我客体化水平、特质焦虑与抑郁水平呈显著正相关($P<0.05$)。见表 2。

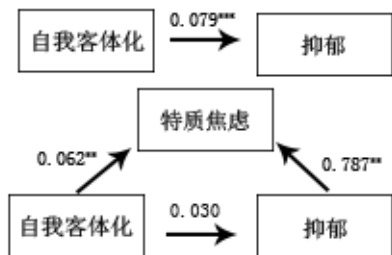
表 2 医学院女生自我客体化、抑郁和特质焦虑之间的相关矩阵(r)

项目	自我客体化	抑郁
自我客体化	1	
抑郁	0.150*	1
特质焦虑	0.141*	0.671*

注: * $P<0.05$ 。

2.4 医学院女生特质焦虑水平在自我客体化与抑郁间的中介作用

由以上分析可知,在医学院女生群体中,自我客体化、特质焦虑以及抑郁各维度间呈显著正相关,在此基础上,本研究假设特质焦虑可能在自我客体化与抑郁之间起中介效应。如图 1。



注: ** $P<0.01$; *** $P<0.001$ 。

图 1 医学院女生特质焦虑水平在自我客体化与抑郁间的中介作用示意图

由表 3 可知, 检验系数 $a = 0.062$ 、 $b = 0.787$ 、 $c =$

0.079,且回归系数均显示显著($P = 0.007$; $P = 0.011$)。但 $c' = 0.030$,检验系数 c' 时,发现回归系数 c' 不显著($P = 0.175$),说明医学院女生特质焦虑水平在自我客体化与抑郁间起完全中介效应。

表 3 医学院女生特质焦虑、抑郁水平对自我客体化的回归分析

自变量	因变量	F	P	B	β	R^2	t	P	回归方程
第一步 X	Y	7.149	0.007	0.079	0.150	0.023	2.724	0.007	$Y = 0.079X + 51.879$
第二步 X	M	6.534	0.011	0.062	0.141	0.020	2.556	0.011	$M = 0.062X + 43.431$
第三步 X	Y	131.916	0.000	0.030	0.057	0.452	1.359	0.175	$Y = 0.030X + 0.787M + 17.697$
M				0.787	0.662		15.832	0.001	

注: X 代表自我客体化; Y 代表抑郁水平; M 代表特质焦虑。

3 讨论

本文数据显示医学院女大学生的 BMI 指数保持在正常范围内,侧面反映了医学院女大学生对自身形体、体重等外在方面的重视,研究对象医学背景,拥有的医学知识也使个体更重视身体的健康,专业知识在这一方面可能做出了部分贡献。

本研究医学院女大学生的抑郁水平、特质焦虑水平在是否恋爱、来源地以及是否独生上变量上无显著性差异,这与国内研究^[13]的结果不同,造成这种差异的原因可能在于研究对象的差异。本研究对象均为医学院在校女大学生,与普通大学生相比,医学院学生具有课业任务繁重、专业年限长、学时多等特点,使医学院女生忙于学业,压力大,所以在相同的环境下,是否恋爱、来源地、是否独生这些影响力就会被削弱,未发现差异。此外,是否恋爱及是否独生在自我客体化得分差异不显著,生源地为农村的学生自我客体化水平要高于来源于城镇的学生,这与杨琳琳^[4]研究结果一致。来源地为农村的学生更多关注自己的外貌,自我客体化程度较来源于城镇的大学生严重,可能因为大学升学经历了一次较大的环境改变,环境的改变可能是造成差异的重要因素。

相关分析结果显示医学院女生的自我客体化程度、特质焦虑水平与抑郁水平呈正相关,也就是说当女性越注重自身的身体外貌,并与社会理想的身体形态做对比时,就会越来越忽视自身的内在身体特征,使自我客体化程度加重,影响心理健康。同时,尽管数据显示样本 BMI 指数在正常范围内,但通过访谈交流发现,大部分被选女生仍认为自身肥胖,将自身与他人作比较或与现行社会标准的“美”作比较,有意控制自己的饮食,或通过一些其

他方式达到自己理想的瘦身目标。当看见别人比自己瘦,就会羡慕别人,即使自身也不胖但还会表露出这种心态,这种情况会引发限制性饮食。随自我客体化程度的加深,抑郁焦虑水平也逐步严重,自我客体化越高,女性心理健康越差,抑郁水平越高的结论相一致^[14-15]。

研究结果显示特质焦虑在自我客体化与抑郁水平之间起完全中介效应。说明医学院女大学生自我客体化完全通过特质焦虑来影响抑郁水平,医学院女大学生的自我客体化水平增高,其特质焦虑就越高,从而导致其抑郁水平增加。这与孙文菁^[1],王雅琴^[14]等研究结果一致,均表明相对于低自我客体化的个体,高自我客体化的个体产生抑郁情绪的风险要高,这就提示医学院女大学生群体中,更应关注高自我客体化群体,注重她们的身心健康。女大学生越关注其自身的客体化程度,则会额外的注意别人对自身的评价,从而对自身的关注就会增加,二者相辅相成。一旦别人对其有所评价时,尤其是消极评价,就会使其更加关注,在一定程度上会增加她的抑郁水平。此研究结果丰富了医学院女大学生抑郁原因的涉及面,对于缓解医学院女生心理健康问题具有一定参考价值。

最后,除了探讨特质焦虑、抑郁等相关问题外,还要从预防和干预的角度来对医学院女生自我客体化进行研究。首先,引导社会环境,大众传媒要正确倡导女性形象,引导公众正确对待女性,减少自我客体化的消极危害。其次,学生是自我客体化、焦虑和抑郁等心理问题的多发群体,学校应积极开展干预项目,比如开展对抑郁、自我客体化进行干预的项目。2010 年,陈红探索了学生的超重干预模式,通过“瘦理想内化”进行认知干预,降低女性对自己身体不满意度,引导其形成正确健康的身体观^[16]。最后,女性应着力发展非外貌相关的能力,比如学习实践能力、人际交往能力等,能批判性分析社会媒体所传播的超瘦形象,尊重并接受自己的身体状态,力求降低抑郁的发生。

利益冲突:所有作者均申明不存在利益冲突。

参考文献:

- [1] 孙文菁. 青少年自我客体化与社交网站体像比较对抑郁的影响[J]. 台州学院学报, 2017, 39(2): 67-70. DOI: 10. 13853/j. cnki. issn. 1672-3708. 2017. 02. 015.
- [2] 郑盼盼, 吕振勇, Todd Jackson, 等. 自我客体化对女性心理健康的影响及其机制[J]. 心理科学进展, 2015, 23(1): 93-100. DOI: 10. 3724/SP. J. 1042. 2015. 00093.
- [3] 杨蕾, 徐华女. 客体化媒体信息对女性自我客体化和身体羞耻感的影响[J]. 中国临床心理学杂志, 2016, 24(5): 788-799. DOI: 10. 16128/j. cnki. 1005-3611. 2016. 05. 005.
- [4] 杨琳琳. 社交网站使用对自我客体化的影响[D]. 哈尔滨: 哈尔滨师范大学, 2021.
- [5] 梁晓燕, 郭晓荣, 赵桐. 短视频使用对女大学生抑郁的影响: 自我客体化和身体满意度的链式中介作用[J]. 心理科学, 2020, 43(5): 1220-1226. DOI: 10. 16719/j. cnki. 1671-6981. 20200527.
- [6] 崔庆霞, 王在翔. 大学生抑郁现状调查及影响因素研究[J]. 中国卫生事业管理, 2014, 31(08): 629-633.
- [7] 梁世钟. 大学生特质应对方式与抑郁、焦虑的关系[J]. 四川精神卫生, 2010, 23(4): 212-213. DOI: 10. 3969/j. issn. 1007-3256. 2010. 04. 008.
- [8] 刘瑛, 谭曦, 李扬, 等. 大学生抑郁情绪现状及影响因素分析[J]. 中华全科医学, 2015, 13(1): 91-93. DOI: 10. 16766/j. cnki. issn. 1674-4152. 2015. 01. 058.
- [9] 宋美璇, 王玉香, 李显蓉. 心理弹性对外科护理人员工作压力与职业倦怠的中介效应[J]. 职业与健康, 2021, 37: 1-5. DOI: 10. 13329/j. cnki. zyyjk. 20210413. 001.
- [10] 赵方. 大众媒体对女性自我客体化的影响: 外表观念内化和媒体知识干预的作用[D]. 重庆: 西南大学, 2011.
- [11] 张作记. 行为医学量表手册[M]. 北京: 中华医学电子音像出版社, 2005: 96-196, 212-213.
- [12] 郑祖康, 马蓉, 陈汉元. 关于我国体质指数 BMI 的分布研究[J]. 数学理论与应用, 2000, 20(3): 121-128.
- [13] 李云霞, 刘燕, 谢今朝等. 青海大学在校大学生抑郁状况及影响因素研究[J]. 河南预防医学杂志, 2018, 29(1): 8-12. DOI: 10. 13515/j. cnki. hnjp. 1006-8414. 2018. 01. 003.
- [14] 王雅琴, 黄明明. 时尚媒体暴露对女大学生抑郁的影响: 理想美内化与自我客体化的链式中介效应[J]. 中国临床心理学杂志, 2021, 29(4): 763-766, 757. DOI: 10. 16128/j. cnki. 1005-3611. 2021. 04. 020.
- [15] 马雨欣, 兰盈. 理想美内化对大学生限制性饮食的影响: 链式中介效应分析[J]. 中国健康心理学杂志, 2022, 30(3): 436-440. DOI: 10. 13342/j. cnki. ejhp. 2022. 03. 024.
- [16] 陈红. 中国人身体自我的测量工具、影响因素与预测模型[J]. 西南大学学报: 社会科学版, 2010, 36(6), 1-6. DOI: 10. 3969/j. issn. 1673-9841. 2010. 06. 001.

(收稿日期 2022-04-20)

(本文编辑: 甘慧敏)