

青少年社會支持、自尊與社交焦慮之研究

黃秀瑩、謝智玲

E-mail: 9605053@mail.dyu.edu.tw

摘要

本研究的研究目的為：(一)了解青少年社會支持、自尊與社交焦慮的現況。(二)探討不同背景變項(性別、年級)之社會支持、自尊與社交焦慮的差異情形。(三)探討社會支持、自尊與社交焦慮的關係。(四)探討社會支持是否可以預測自尊。(五)探討社會支持、自尊是否可以預測社交焦慮。本研究採方便取樣，抽取台灣地區各4所國中、小，共641人為研究樣本。研究工具包括社會支持量表、自尊量表、社交焦慮量表。蒐集的資料以二因子變異數分析、皮爾森積差相關、逐步多元迴歸分析來考驗各項假設。研究結果：一、青少年社會支持、自尊的現況不錯；社交焦慮的情況並不嚴重。二、不同性別的青少年在社會支持之「同學支持」、社交焦慮之「負面評價恐懼」有顯著差異(女大於男)；不同年級的青少年在社會支持之「父母支持」、「老師支持」與「同學支持」、自尊與社交焦慮之「負面評價恐懼」上都有顯著差異。三、社會支持與自尊有顯著的正相關；自尊、社會支持與社交焦慮有顯著的負相關。四、社會支持能正向預測自尊，社會支持與自尊能負向預測社交焦慮。根據研究結果提出建議，以供教育者、教育相關單位作為未來研究之參考。

關鍵詞：社會支持；自尊；社交焦慮

目錄

封面內頁 簽名頁 中文摘要	iii	英文摘要	iii
	iv	誌謝辭	iv
vi	內容目錄	vii	表目錄
ix	圖目錄		
xii	第一章緒論		
1	第一節研究動機	1	第二節研究目的
4	第三節研究問題		
5	第四節研究假設	5	第五節名詞釋義
7	第六節研究範圍與限制		
8	第二章文獻探討	10	第一節社會支持的理論基礎
18	第三節社交焦慮的理論基礎		
28	第四節自尊、社會支持及社交焦慮之相關研究	33	第三章研究設計與實施
37	第一節研究架構		
37	第二節研究對象	38	第三節研究工具
42	第四節實施程序		
50	第五節資料處理與分析		
51	第四章研究結果	53	第一節描述性統計分析
53	第二節不同背景變項(性別、年級)之社會支持、自尊與社交焦慮的分析	73	第四節社會支持對自尊之預測分析
57	第三節社會支持、自尊與社交焦慮之關係	76	第五節社會支持、自尊對社交焦慮之預測分析
78	第五章討論、結論與建議		
81	第一節討論	81	第二節結論
87	第三節建議		
90	參考文獻	94	附錄A 研究問卷
		110	

參考文獻

一、中文部分 王雪貞、林翠涓、連廷嘉、黃俊豪譯(2002)。發展心理學。台北:學富。王文琪(1994)。國中生學習困難、學習壓力、社會支持與生活適應的關係。國立政治大學教育研究所之碩士論文，未出版。尤誌章(2006)。青少年人格特質、社交技巧、社會支持與焦慮

之研究。私立大葉大學教育專業發展研究所碩士論文，未出版。何文慶(2001)。青少年的壓力與防治。師友月刊，5，9-12。何春慧(2000)。大學生的社會焦慮與其相關因素之研究。國立政治大學教育研究所碩士論文，未出版。李逢堅(2001)。中學生網際網路使用行為之研究。國立政治大學教育研究所博士論文，未出版。李娟慧(2000)。青少年自尊、社會支持與社會適應之相關研究。國立彰化師範大學輔導與諮商學系碩士論文，未出版。李雅雯(2004)。因應他人對自身外表的負面評價-對情緒、身體意象與自尊的影響。私立輔仁大學心理學系之碩士論文，未出版。吳麗娟(1987)。理情教育團體對大學生理性思考、社會焦慮與自我接納效果之研究。教育心理學報，20，183-204。吳怡欣、張景媛(2000)。青少年自我尊重模式之驗證。教育心理學報，31(2)，105-127。吳怡欣(1999)。青少年自我尊重模式之驗證。國立台灣師範大學教育與心理輔導研究所碩士論文，未出版。吳靜芳(2005)。國小學童的人格特質、父母社會支持、自我效能與生活目標之相關研究。國立屏東師範學院教育心理與輔導學系碩士論文，未出版。吳明燁(1999)。近朱者赤？近墨者黑？青少年初期同儕團體的形成與影響。東吳社會學報，8，1-33。吳淑敏(2000)。大專學生自尊、情緒智慧及成功期望之關係研究。教育研究，8，161-176。吳其臻(2003)。家庭衝突、人際因應與兒童社會性心理困擾之關係。國立臺灣大學衛生政策與管理研究所碩士論文，未出版。沈如瑩(2002)。國中小學生自尊與自我概念、生活適應關係之研究。國立成功大學教育研究所碩士論文，未出版。沈鈺珍(2002)。「理情U型自尊」團體方案對國小低自尊兒童自尊、理性思考與情緒智力之輔導效果研究。國立台灣師範大學教育心理與輔導研究所碩士論文，未出版。兒童福利聯盟文教基金會(2004)。台灣「心貧兒」現象觀察報告。2004年11月17日取自：<http://www.children.org.tw/news/overtime.htm>。周玉慧(1997)。社會支持之平衡性與身心健康:台灣青年學生之分析。人文及社會科學集刊，9(1)，161-201。邱皓政(1990)。認知需求、刺激尋求動機、社會焦慮與個人創造性之關係研究。私立輔仁大學應用心理研究所碩士論文。邱書璇(1993)。已婚職業婦女之社會支持、內外控取向與壓力適應方式之研究。私立文化大學家政研究所碩士論文，未出版。林杏足(1997)。諮商中當事人自尊改變歷程之分析研究。國立彰化師範大學輔導學系之博士論文，未出版。林錦定(1994)。無喉者生活適應與社會支持之探討。國立國防醫學院護理學研究所碩士論文，未出版。林世欣(2000)。國中學生自我概念與同儕關係之相關研究。國立屏東師範學院教育心理與輔導研究所碩士論文，未出版。侯積良譯(1997)。自尊的測量。台北:遠流。施玉鵬(2002)。出生序、父母管教方式對國小高年級學生自我概念、同儕關係、社會興趣之關係研究。臺南師範學院輔導教學系碩士論文，未出版。翁淑緣(1985)。青少年的自尊以及相關變項的研究。教育與心理研究，8，79-114。翁嘉英(1997)。失能性慢性病患隻字我評價歷程與自尊感對其初期因應策略的影響。國立台灣大學教育心理學研究所博士論文，未出版。徐世杰(2003)。青少年憂鬱與社會畏懼、雙親教養態度之相關研究。彰化師範大學輔導與諮商研究所之碩士論文，未出版。陸洛(1995)。社會支持之潛在的負向作用。行政院國科會專題研究報告。張春興(1995)。張氏心理學辭典。台北:東華。張春興(1994)。教育心理學。台北:東華。張秋蘭(2000)。青少年依附關係、自我尊重與身心健康之相關研究。國立台灣師範大學教育心理與輔導研究所碩士論文，未出版。陳美容(2005)。新台灣之子的社會支持、自尊與生活滿意度之研究。私立大葉大學教育專業發展研究所之碩士論文，未出版。陳俐君(2002)。青少年自尊、親子關係、性態度與行為之關係研究。國立彰化師範大學輔導研究所碩士論文，未出版。陳根旺(2003)。阿德勒取向探索活動對國小低自尊學生輔導效果之研究。國立台灣師範大學教育心理與輔導研究所碩士論文，未出版。陳坤虎(2001)。青少年自我認同與父母管教態度及自尊之關係。國立台灣大學心理學研究所碩士論文，未出版。陳淑娟(1995)。台中師院初教系學生性別角色與自尊關係之研究。台中師院學報，9，1-24。黃德祥(2002)。青少年發展與輔導。台北:五南。黃德祥(1989)。國中與國小班級中影響學生社會行為與社會關係之相關因素研究。國立政治大學教育研究所博士論文。黃天中(主編)(1991)。生涯與生活。臺北:桂冠。黃淑芬(1998)。國小兒童自尊發展之研究。國立台南師範學院民教育研究所碩士論文，未出版。黃俊勳(2000)。國中學生與犯罪少年社會支持與刺激忍耐力之相關研究。國立彰化師範大學教育研究所碩士論文。黃牧仁譯(1999)。兒童到青少年期的友誼發展。台北:五南。黃俊豪、連廷嘉譯(2004)。青少年心理學。台北:學富。詹棟樑(1983)。親職教育理論探討。載於中國教育學會(主編)，親職教育研究(31-54)。台北:華欣。楊永瑞(2004)。家人支持對降低考試焦慮與憂鬱的效果:父母親感過度涉入與親子關係親密度的角色。國立台灣大學心理學研究所碩士論文，未出版。楊國樞(1986)。家庭因素與子女行為:台灣研究的評析。中華心理學刊，1，7-28。楊國樞(1980)。生活素質的心理學觀。中華心理學刊，22(2)，11-24。楊淑珍(1980)。父母管教態度、社會焦慮及學業成就。輔導學報，3，179-191。劉美華(1996)。大一學生之因應行為、社會支持與身心困擾的相關性研究。私立長庚大學護理研究所碩士論文，未出版。劉育林譯(2003)。再也不怯場:克服社交焦慮接納自己。張老師文化。蔡青青、劉雪娥(1996)。自尊的概念。護理雜誌。43(1)，90-94。蔡明璋(1989)。自尊心與疏離感:自我理論的檢證。法商學報，23，179-205。鄭秀足(2004)。國中生生活壓力、自尊與偏差行為之相關研究。國立彰化師範大學輔導與諮商學系在職進修專班碩士論文，未出版。鄭秋紅(1993)。單親家庭國中生互動關係、自我尊重、社會支持與寂寞感之研究。私立中國文化大學兒童福利研究所碩士論文，未出版。鄧文華(1994)。尊重自己，改變一生。台北:生命潛能。賴倩瑜、陳瑞蘭、林惠琦、吳佳珍和沈麗惠(2000)。心理衛生。台北:揚智文化事業股份有限公司。盧浩權(2004)。青少年網路沉迷現象與生活壓力、負面情緒之相關研究 - 以台中市高中生為例。靜宜大學青少年兒童福利研究所碩士論文，未出版。戴嘉南、鄭照順(1996)。高壓力青少年所知覺之家庭、社會支持及其因應效能之研究。學生輔導，47，128-142。藍采風(1982)。生活的壓力與適應。臺北:幼獅。簡茂發(1986)。大學生適應問題及其相關因素之研究。國立台灣師範大學教育研究集刊。28，1-89。羅國英(1996)。青少年前期的親子關係與同儕關係:其比較及關聯研究。行政院國家科學委員會專題研究(國科會，No. NSC-85-2413H-031-001)。台北:行政院國家科學委員會。蘇惠珍(1997)。弘光醫專護理科三年級學生實施生活態度量表、社會焦慮量表及護理專業概念量表結果報告。弘光醫專學報，29，128-133。蘇建文(1980)。兒童及青少年焦慮情緒之發展及其相關因素之研究。教育心理學報，13，85-94。二、西文部分 Acitelli, L. K., & Antonucci, T. C. (1994). Gender difference in the link between marital support and satisfaction in older couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67, 688-698. Airhihenbuwa, C., & Cole, G. (1988). Results of a pilot study of the relationships of psychosocial measures among Black adolescent students. *The Western Journal of Black Studies*, 12(4), 204-209. Berndt, T. J. (1982). The features and effects of friendship in early adolescence. *Child Development*, 53, 1447-1460. Bolger, N., Zuckerman, A., & Kessler, R. c. (2000). Invisible support and adjustment to stress. *Journal of Personality and Social psychology*, 79(6), 953-961. Branden, N. (1990).

What is self-esteem? ERIC Document Reproduction Service NO. ED 325 783. Brody, J. (1993). Attachment and Loss: Loss, sadness, and depression. New York: Basic Books.

Buss, A. H. (1980). Self-consciousness and social anxiety. San Francisco: Freeman.

Cassel, J. (1974). Psychological processes and stress: Theoretical formulations. *International Journal of Stress Services*, 4, 471-482.

Cast, A. D., & Burke, P. J. (2002). A theory of self-esteem. *Social Forces*, 80(3), 1041-1068.

Cheng, S. T., & Chan, A. C. M. (2004). The multidimensional scale of perceived social support: Dimensionality and age and gender differences in adolescents. *Personality and Individual Differences*, 37, 1359-1369.

Cooley, C. H. (1902). Human nature and the social order. New York: Charles Scribner's Sons.

Cohen, A. R. (1959). Some implications of self-esteem for social influence. In C. Hovland & I. L. Janis (Eds.), *Personality and persuasibility*. New Haven: Yale University Press.

Cohen, S. (1988). Psychosocial models of the role of social support in the etiology of physical disease. *Health Psychology*, 7, 269-297.

Cohen, S., & Wills, T. (1985). Stress, social support and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98(2), 310-357.

Coopersmith, S. (1967). *The antecedents of Self-esteem*. San Francisco: W. H. Freeman.

Dakof, G. A., & Taylor, S. E. (1990). Victims' perceptions of social support: What is helpful from whom? *Journal of Personality & Social Psychology*, 58(1), 80-89.

Elliot, E. S., & Deweck, C. S. (1988). Goals: An approach to motivation and achievement. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(1), 5-12.

Franco, N., & Levitt, M. J. (1998). The social ecology of middle childhood: Family support, friendship quality, and self-esteem. *Family Relations*, 47, 315-321.

Furmark, T., Tillfors, M., Everz, P., Marteinsdottir, I., Gefvert, O., & Fredrickson, M. (1999). Social phobias in the general population: Prevalence and sociodemographic profile. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 34, 414-416.

Gleason, J. H., Alexander, A. M., & Somers, C. L. (2000). Later adolescents' reactions to three types of childhood teasing: Relations with self-esteem and body image. *Social Behavior and Personality*, 28(5), 471-480.

Gilberts, R. (1983). The evaluation of self-esteem. *Family & Community Health*, 6(2), 29-49.

Greiger, R. (1975). Self-Concept, Self-Esteem and Rational Emotive Theory: A Brief Perspective. *Rational Living*, 10(1), 13-17.

Harter, S. (1983). Developmental perspectives on the self-esteem. In Mussen, P. H. (eds.), *Handbook of Child Psychology*, New York: Wiley, 4, 275-385.

Hotfmann, J. P., & Su, S. S. (1998). Stressful life events and adolescent substance use and depression: Conditional and gender differentiated effects. *Substance Use & Misuse*, 33(11), 2219-2262.

House, J. S. (1981). *Work Stress and Social Support*. Reading, MA: Addison-Wesley.

James, W. (1890). *Principles of psychology*. Chicago: Encyclopedia Britannica.

Kalliopuska, M. (1987). The relation of empathy and self-esteem with active sporting. Paper presented at the biennial meeting of the International Society for the Study of Behavioral Development, Tokyo, Japan.

Kessler, R. C., & McLeod, J. (1985). Social Support and Mental Health in Community Samples. In: S. Cohen & S. Syme (Eds.), *Social Support and Health*, 219-240. New York: Academic Press.

Kling, K. C., Hyde, J. S., Showers, C. J., & Buswell, B. N. (1999). Gender Differences in Self-Esteem: A Meta-Analysis. *Psychological Bulletin*, 125, 470-500.

King, C. A., Naylor, M. W., Segal, H. G., Evan, M. S., & Shain, B. N. (1993). Global self-worth, specific self-perceptions of competence, and depression in adolescents. *Journal of American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 32(4), 745-752.

Lake, E. A., & Arkin, R. M. (1983). Social anxiety and reactions to interpersonal evaluative information. ERIC Document Reproduction Service. No. ED243058.

Lucia, G. A. (2003). The incidence, patterns, and correlates of family teasing. *The Sciences and Engineering*, 63, 8-B.

Lu, L., & Argyle, M. (1992). Receiving and giving support: Effects on relationships and well-being. *Counseling Psychology Quarterly*, 5, 123-133.

Mackie, M. (1983). The domestication of self: Gender comparisons of self-imagery and self-esteem. *Social Psychology Quarterly*, 46(4), 343-350.

Mallinckrodt, B.S., Leong, F. T. L., & Fretz, B.R. (1983). Stress management, support and resource groups for graduate students. (ERIC Document Reproduction Service No. ED240426).

Marsh, H. W. (1993). Self-esteem stability and responses to the stability of self scale. *Journal of research in personality*, 27, 253-269.

McCormick, B., & Kennedy, H. (1994). Parent-child attachment working models and self-esteem in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 23(1), 1-17.

McFarlin, D. B., Baumeister, R. F., & Blascovich, J. (1984). On knowing when to quit: Task failure, self-esteem, advice, and nonproductive persistence. *Journal of Personality*, 52(2), 138-155.

Miller, R. S. (1986). Embarrassment: Causes and consequences. In W. H. Jones, J. M. Cheek, & S. R. Briggs (Eds.), *Shyness: Perspectives on research and treatment* (pp. 295-311). New York: Plenum Press.

Miller, R. S. (1983). Impression management and the control of social anxiety. (ERIC Document Reproduction Service. NO. ED 233249).

Miller, C. T., & Downey, K. T. (1999). A meta-analysis of Heaveyweight and self-esteem. *Personality and Social Psychology Review*, 3(1), 68-84.

Myers, M. G., Stein, M. B., & Aarons, G. A. (2002). Cross validation of the Social Anxiety Scale for Adolescents in a high school sample. *Journal of anxiety disorders*, 16, 221-232.

Norris, J., & Kunes-Connell, M. (1985). Self-esteem disturbance. *Nursing Clinics of North American*, 20(4), 745-761.

O'Brien, E. D. (1985). Global self-esteem scales: Unidimensional or multidimensional?. *Psychological Reports*, 57, 383-389.

Ogden, J. (1996). *Health Psychology: A Textbook*. Buckingham: Open University Press.

Overholser, J. C. (1993). Idiographic, quantitative assessment of self-esteem. *Personality Individual Differences*, 14(5), 639-646.

Pope, A. W., McHale, S. M., & Craighead, W. E. (1988). *Self-esteem Enhancement with Children and Adolescents*. New York: Pergamon Press.

Robinson, L. (1990). *Stress and anxiety*. *Nursing Clinics of North America*, 25(4), 935-943.

Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton, NJ: Princeton University Press.

Stanwyck, D. J. (1983). Self-esteem thought the life span. *Family & Community Health*, 6(2), 11-18.

Stewart, S. H., & Taylor, S. (1997). Gender Difference in Dimensions of Anxiety Sensitivity. *Journal of Anxiety Disorder*, 11(2), 179-200.

Sarason, I. G., Levine, H. M., Basham, R. B., & Sarason, B. R. (1983). Social environment and smoking initiation: The Social Support Questionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology*, 44, 127-139.

Schlenker, B. R., & Leary, M. R. (1982). Social anxiety and self-presentation: A conceptualization and model. *Psychological Bulletin*, 92, 641-669.

Tafarodi, R. W., & Swann, W. B. (1995). Self-liking and self-competence as dimensions of global self-esteem: Initial validation of a Measure. *Journal of Personality Assessment*, 65, 322-342.

Tantleff-Dunn, S., & Gokee, J. L. (2002). Interpersonal influences on body image development. In Cash, T. F., & Pruzinsky, T. *Body image: A handbook of theory, research, and clinical practice*. New York: Guilford Press.

Watson, D., & Friend, R. (1969). Measurement of social-evaluative anxiety. *Journal of Consulting and*

Clinical psychology, 33, 448-457. Wells, L. E. & Marwell, G. (1976). Self-esteem:its conceptualization and measurement. London Beverly Hills: CA: Sage. Wickrama, K. A. S., & Lorenz, F. O. (1997). Marital quality and physical illness: A latent growth curve analysis. Journal of Marriage and the Family, 59(1),143-156. Williams, E. B. (1979). The Scribner-Bantam English dictionary. New York: Bantam Books.