

# SỰ RÕ RÀNG VỀ KHÁI NIỆM BẢN THÂN VÀ CHẤT LƯỢNG MỐI QUAN HỆ BẠN BÈ Ở THANH THIẾU NIÊN - VAI TRÒ ĐIỀU TIẾT CỦA TỰ BỘC LỘ BẢN THÂN

Nguyễn Mai Cẩm Nhung

Bùi Thị Hồng Thái

Trường Đại học Khoa học Xã hội và Nhân văn, Đại học Quốc gia Hà Nội.

## TÓM TẮT

Nghiên cứu nhằm khám phá mối liên hệ giữa sự rõ ràng về khái niệm bản thân và chất lượng mối quan hệ bạn bè ở thanh thiếu niên và vai trò của tự bộc lộ bản thân trong mối liên hệ này. Khách thể là 369 thanh thiếu niên Việt Nam (29,5% nam giới và 70,5% nữ giới) từ 16 đến 24 tuổi với phương pháp chính là điều tra bằng bảng hỏi. Kết quả nghiên cứu chỉ ra rằng, sự rõ ràng về khái niệm bản thân tương quan nghịch chiều với chiều cạnh tương tác tiêu cực trong mối quan hệ bạn bè, nhưng không có tương quan ý nghĩa với sự hỗ trợ trong mối quan hệ đó; ngược lại tự bộc lộ bản thân có tương quan thuận với sự hỗ trợ và không có tương quan với tương tác tiêu cực trong mối quan hệ bạn bè. Bên cạnh đó, hai chiều cạnh của tự bộc lộ bản thân là Mức độ tự bộc lộ bản thân và Sự thành thật khi bộc lộ bản thân đóng vai trò điều tiết trong mối liên hệ giữa khái niệm bản thân rõ ràng và chất lượng mối quan hệ bạn bè ở thanh thiếu niên.

**Từ khóa:** Sự rõ ràng về khái niệm bản thân; Chất lượng mối quan hệ bạn bè; Tự bộc lộ bản thân; Thanh thiếu niên Việt Nam.

Ngày nhận bài: 10/5/2024; Ngày duyệt đăng bài: 25/5/2024.

## 1. Mở đầu

### Sự rõ ràng về khái niệm bản thân và chất lượng mối quan hệ bạn bè

Sự rõ ràng về khái niệm bản thân (self-concept clarity) là thuật ngữ được đưa ra bởi Campbell và cộng sự (1996) và được định nghĩa là “mức độ mà nội dung của khái niệm bản thân của một cá nhân (ví dụ, những thuộc tính cá nhân nhận thức được) được xác định một cách rõ ràng và tự tin, nhất quán bên trong và ổn định về mặt thời gian” (tr. 1). Hiểu một cách đơn giản, khái niệm bản thân

là những gì cá nhân nhận thức được về chính mình. Sự rõ ràng đó được thể hiện ở hai chiều cạnh là tính nhất quán và sự ổn định theo thời gian, nói cách khác, những nhận thức về bản thân ở cá nhân mang tính thống nhất và bền vững.

Tính nhất quán đề cập đến việc niềm tin của cá nhân về đặc điểm tính cách mang tính thống nhất thay vì xung đột với nhau. Ví dụ, một người mô tả tính cách của mình vừa rụt rè vừa hướng ngoại sẽ ít nhất quán hơn so với một người tự mô tả mình là người hướng ngoại và hòa đồng (Orr và Moscovitch, 2015). Sự ổn định về thời gian thể hiện rằng cá nhân nhìn nhận về những đặc điểm cốt lõi, bản chất của mình cơ bản là tương đồng theo thời gian. Sự kết hợp giữa tính nhất quán bên trong và tính ổn định về thời gian thể hiện sự rõ ràng trong lược đồ nhận thức mà mỗi người xây dựng về bản thân mình (Campbell và cộng sự, 2003).

Theo Erikson (1968), việc thiết lập một ý thức rõ ràng về bản thân hay khái niệm về bản thân là một nhiệm vụ phát triển tâm lý then chốt của lứa tuổi thanh thiếu niên. Trong giai đoạn này, thanh thiếu niên hòa nhập mạnh mẽ vào môi trường xã hội và mở rộng các ranh giới xã hội của bản thân, tăng cường mạng lưới các mối quan hệ cũng như kỹ năng giao tiếp liên cá nhân (Crocetti và cộng sự, 2016). Việc phát triển các mối quan hệ đồng đẳng với bạn bè cũng là một trong những mối bận tâm chính của thanh thiếu niên trong giai đoạn này (Brown và Larson, 2009) và chất lượng mối quan hệ bạn bè có thể tác động đến chất lượng đời sống tổng thể của thanh thiếu niên.

Chất lượng mối quan hệ bạn bè được định nghĩa là “*một sự đánh giá chủ quan, tổng thể của cá nhân về mối quan hệ nhất định*” (Fincham và Rogge, 2010, tr. 230), ở đây là mối quan hệ với bạn bè. Dựa theo lý thuyết hệ thống hành vi (Furman và Wehner, 1994), sự đánh giá về mối quan hệ bạn bè được xem xét trên hai khía cạnh chính, gồm: Sự hỗ trợ (mối quan hệ là nơi an toàn để cá nhân tìm kiếm sự giúp đỡ, đồng thời chính cá nhân cũng đóng vai trò là người giúp đỡ và tình bạn được xây dựng) và Tương tác tiêu cực (sự xung đột, chỉ trích, đối kháng trong mối quan hệ). Một mối quan hệ bạn bè chất lượng được chứng minh là có tác động tích cực đến một loạt các khía cạnh tâm lý xã hội quan trọng như sự hỗ trợ xã hội, cảm nhận thân mật, sự tự khẳng định bản thân, sự điều chỉnh xã hội, và hạnh phúc tự thân (Buote và cộng sự, 2007; Demir và cộng sự, 2011; Waldrip, Malcolm và Campbell, 2008).

Có sự hiểu biết rõ ràng và nhất quán về bản thân không chỉ có ý nghĩa quan trọng đối với sức khỏe tinh thần của một người (Richman và cộng sự, 2016) mà còn được chứng minh là giúp mang lại trải nghiệm tích cực trong các mối quan hệ thân mật (McIntyre, Mattingly và Lewandowski, 2017). Bằng chứng nghiên cứu cho thấy, những người có mức độ rõ ràng về khái niệm bản thân cao cam kết với các mối quan hệ của họ hơn những người có mức độ rõ ràng về khái niệm bản thân thấp (Lewandowski và cộng sự, 2010), họ cũng trải nghiệm mức

độ lo lắng và cô đơn xã hội thấp hơn (Valkenburg và Peter, 2008) và trải nghiệm các cảm xúc hung hăng, giận dữ và thù địch với người khác thấp hơn (Von Collani và Werner, 2005). Ngược lại, sự rõ ràng về khái niệm bản thân thấp có liên quan đến chất lượng mối quan hệ kém, gia tăng cảm nhận căng thẳng và suy giảm lòng tự trọng (Campbell và cộng sự, 2003; Lewandowski và cộng sự, 2010). Những người có mức độ rõ ràng về khái niệm bản thân thấp dễ bị tổn thương hơn trong các mối quan hệ thân thiết. Họ thể hiện phong cách gắn bó không an toàn (Wu, 2009) và thể hiện sự nhạy cảm hơn với các tín hiệu chấp nhận và từ chối trong môi trường xã hội so với những cá nhân có mức độ rõ ràng về khái niệm bản thân cao (Ayduk, Gyurak và Luerksen, 2009). Ngoài ra, những cá nhân có mức độ rõ ràng về khái niệm bản thân thấp đã được chứng minh là thể hiện mức độ dễ chịu thấp hơn trong môi trường xã hội khi họ tương tác với người khác (Campbell và cộng sự, 1996).

Đặc biệt, nhiều nghiên cứu đã chỉ ra mối liên hệ mật thiết giữa sự rõ ràng về khái niệm bản thân và chất lượng mối quan hệ bạn bè của thanh thiếu niên. Theo đó, thanh thiếu niên có mức độ rõ ràng về khái niệm bản thân cao báo cáo cảm nhận nhiều hạnh phúc hơn so với cá nhân có mức độ rõ ràng về khái niệm bản thân thấp trong các trải nghiệm với bạn bè thân thiết của mình (Merdivin-Uygur và cộng sự, 2018). Nghiên cứu của Becht và cộng sự (2017) cũng cho rằng, khi mức độ rõ ràng về khái niệm bản thân của thanh thiếu niên gia tăng, họ cũng báo cáo sự gia tăng trong chất lượng mối quan hệ với bạn thân nhất của họ không chỉ ở thời điểm nghiên cứu mà tình trạng này còn được tiếp tục duy trì trong một năm sau đó. Bên cạnh đó, thanh thiếu niên có mức độ rõ ràng về khái niệm bản thân cao cũng cho biết rằng trong mối quan hệ với bạn bè, họ trải nghiệm nhiều hơn sự hỗ trợ lẫn nhau và ít hơn những tương tác tiêu cực với các bạn. Thực nghiệm của Lewandowski và Nardone (2012) còn phát hiện ra rằng, ở những khách thể có sự rõ ràng về khái niệm bản thân mức cao thì bạn thân của họ cũng đồng tình với cách họ miêu tả về mình. Điều này thể hiện rằng bạn bè xác nhận cách mà khách thể đang nhìn nhận về chính bản thân họ. Như vậy, những cá nhân có mức độ rõ ràng về khái niệm bản thân cao có thể có lợi thế trong việc phát triển các mối quan hệ vì chúng cho phép đối tác của họ đưa ra những đánh giá chính xác hơn về tính cách, mong đợi tốt hơn về hành vi của họ và tăng khả năng dự đoán cách họ có thể phản ứng với các tình huống trong tương lai (McIntyre và cộng sự, 2017).

Nghiên cứu về sự rõ ràng về khái niệm bản thân và chất lượng mối quan hệ bạn bè ở thanh thiếu niên, theo hiểu biết của chúng tôi, còn khá hạn chế ở Việt Nam. Trong khi đó, cả hai khái niệm đều là những khía cạnh quan trọng trong đời sống tâm lý, nhất là ở thanh thiếu niên. Do vậy, mục tiêu của bài viết này nhằm xem xét mối liên hệ giữa sự rõ ràng về khái niệm bản thân và chất lượng mối quan hệ bạn bè ở thanh thiếu niên. Dựa trên bằng chứng nghiên cứu đi trước, giả thuyết được đưa ra là:

*Giả thuyết 1: Sự rõ ràng về khái niệm bản thân có tương quan thuận với khía cạnh Sự hỗ trợ và tương quan nghịch với khía cạnh Tương tác tiêu cực trong mối quan hệ bạn bè ở thanh thiếu niên.*

### **Tự bộc lộ bản thân và chất lượng mối quan hệ bạn bè**

Một trong những điểm quan trọng có thể ảnh hưởng đến chất lượng mối quan hệ ở mọi nhóm dân số nói chung và ở thanh thiếu niên nói riêng là sự tự bộc lộ bản thân mà mỗi người thể hiện trong các tương tác xã hội của mình. Tự bộc lộ bản thân được xem là một trong những khía cạnh quan trọng của giao tiếp trong hầu hết các mối quan hệ thân mật (Sprecher và Hendrick, 2004). Do vậy, việc bộc lộ bản thân có thể là yếu tố dự báo tích cực cho chất lượng các mối quan hệ liên cá nhân. Theo Wheelless và Grotz (1976), tự bộc lộ bản thân được định nghĩa là “*quá trình cá nhân chia sẻ những thông điệp về bản thân mình cho người khác thông qua giao tiếp*” (tr. 1). Trong các mối tương giao xã hội, mọi người chia sẻ thông tin về bản thân, bộc lộ thái độ và niềm tin, đồng thời bày tỏ cảm xúc và suy nghĩ. Bằng cách bộc lộ bản thân với người khác, cá nhân không chỉ giúp bản thân và người khác biết được nhu cầu của mình, mà còn nhận được sự giúp đỡ và hỗ trợ xã hội; có thể truyền đạt những cảm xúc tích cực như tình yêu, sự chấp nhận, sự tin tưởng và cảm giác thuộc về hoặc họ có thể truyền đạt những cảm xúc “khó” như tức giận, nghi ngờ và sự từ chối (Finkenauer và cộng sự, 2018).

Bên cạnh đó, sự rõ ràng về khái niệm bản thân cũng được chứng minh là có mối liên hệ với tự bộc lộ bản thân. Kết quả nghiên cứu của Tajmiriyahi và Ickes (2020) chỉ ra rằng, trong mối quan hệ lãng mạn, những người có mức độ rõ ràng về khái niệm bản thân càng cao có xu hướng bộc lộ, chia sẻ những thông tin về bản thân nhiều hơn với đối tác của mình. Trong khi đó, những cá nhân có mức độ rõ ràng về khái niệm bản thân thấp có thể không thoải mái khi bộc lộ bản thân với người khác vì những niềm tin về bản thân chưa nhất quán và rõ ràng của họ. Đồng tình và mở rộng kết quả trên, Pang, Wu và cộng sự (2024) cũng cho rằng, mức độ rõ ràng về khái niệm bản thân tác động đến xu hướng bộc lộ bản thân thông qua nỗi sợ bị đánh giá. Những người có nhiều nỗi sợ về việc người khác sẽ đánh giá họ một cách tiêu cực sẽ giảm bớt hoặc che giấu việc bộc lộ những thông tin liên quan đến bản thân để duy trì hình ảnh bản thân hiện có của họ (Proudfoot và cộng sự, 2018).

Như vậy, cả ba khía cạnh sự rõ ràng về khái niệm bản thân, tự bộc lộ bản thân và chất lượng mối quan hệ bạn bè đều có mối liên hệ với nhau. Trong đó, các bằng chứng nghiên cứu cho thấy sự rõ ràng về khái niệm bản thân và tự bộc lộ bản thân có thể ảnh hưởng đến chất lượng mối quan hệ bạn bè. Do đó, trong nghiên cứu này, chúng tôi giả định rằng:

*Giả thuyết 2: Tự bộc lộ bản thân có tương quan thuận với Sự hỗ trợ và tương quan nghịch với Tương tác tiêu cực trong mối quan hệ bạn bè.*

Trong nỗ lực tìm kiếm các bằng chứng nghiên cứu về vai trò của tự bộc lộ bản thân trong mối liên hệ giữa sự rõ ràng về khái niệm bản thân và chất lượng mối quan hệ bạn bè, hiện chúng tôi chưa tìm được nghiên cứu trực tiếp về mối liên hệ giữa ba biến này. Tuy nhiên, từ các tổng quan nghiên cứu đi trước về mối liên hệ giữa sự rõ ràng về khái niệm bản thân và chất lượng mối quan hệ bạn bè; giữa tự bộc lộ bản thân và chất lượng mối quan hệ bạn bè; chúng tôi giả định rằng sự kết hợp giữa hai biến sự rõ ràng về khái niệm bản thân và tự bộc lộ bản thân có thể tác động đến chất lượng mối quan hệ bạn bè ở thanh thiếu niên. Nhằm đánh giá cụ thể hơn cách thức tác động của hai biến sự rõ ràng về khái niệm bản thân và tự bộc lộ bản thân, nghiên cứu này nhấn mạnh vào giả thuyết sau:

*Giả thuyết 3: Tự bộc lộ bản thân có thể đóng vai trò điều tiết mối liên hệ giữa sự rõ ràng về khái niệm bản thân và chất lượng mối quan hệ bạn bè.*

## **2. Phương pháp nghiên cứu**

### **2.1. Khách thể nghiên cứu và cách thức tiến hành**

Trước khi thực hiện nghiên cứu chính thức trên lượng mẫu lớn, chúng tôi đã tiến hành dịch thang đo từ tiếng Anh sang tiếng Việt, kiểm tra độ hiệu lực bề mặt của mỗi thang đo bằng cách khảo sát trực tiếp trên 10 khách thể và lắng nghe những phản hồi của họ về cách diễn đạt trong mỗi câu hỏi. Đã có một số chỉnh sửa nhỏ về diễn đạt ngôn ngữ để đảm bảo các khách thể hiểu đúng điều mà câu hỏi muốn diễn đạt. Sau đó, độ tin cậy của thang đo đã được kiểm định trên 50 khách thể. Kết quả ghi nhận các thang đo có độ tin cậy từ 0,7 trở lên - giá trị được xem là phù hợp (DeVellis, 2017). Sau khi kiểm tra độ hiệu lực trên nhóm mẫu thử, chúng tôi đã tiến hành khảo sát trên lượng mẫu rộng.

Khách thể chính thức của nghiên cứu gồm 369 thanh thiếu niên với 29,5% nam giới và 70,5% nữ giới. Các khách thể có tuổi đời dao động từ 16 đến 24 tuổi, với tuổi trung bình là 19,2 (độ lệch chuẩn là 2,13). Phần lớn khách thể đang đi học với 46,1% học sinh Trung học phổ thông, 49,6% sinh viên vì chỉ một tỷ lệ rất khiêm tốn - 4,3% là người đã tốt nghiệp và đi làm. Trong số này, 76,2% là những người độc thân và 23,8% ở trong mối quan hệ yêu đương.

### **2.2. Công cụ đo lường**

Ngoài những thông tin về đặc điểm nhân khẩu xã hội (giới tính, tuổi đời, trình độ đào tạo và tình trạng mối quan hệ), nghiên cứu đã sử dụng các công cụ sau:

*Sự rõ ràng về khái niệm bản thân* được đo lường thông qua thang đánh giá *Self-concept clarity scale* do Campbell và cộng sự xây dựng (2003). Thang đo gồm 12 mệnh đề (item) thể hiện mức độ nhận thức rõ ràng và nhất quán về bản thân của một cá nhân (ví dụ: *Nhìn chung, tôi thấu hiểu rõ ràng về việc tôi là ai và tôi là người như thế nào*). Các khách thể được đề nghị trả lời mức độ phù hợp của mỗi mệnh đề với bản thân trên thang điểm Likert 5 bậc đi từ 1- Hoàn toàn

không đúng đến 5- Hoàn toàn đúng. Có 10/12 item được thiết kế dưới dạng mệnh đề ngược chiều (ví dụ: *Tôi thường khó quyết định mọi thứ vì tôi không biết mình muốn gì*) và được đổi điểm trong quá trình xử lý dữ liệu. Kiểm định độ tin cậy của thang đo với 12 item đạt giá trị Alpha của Cronbach = 0,71 - được xem là phù hợp (DeVellis, 2017), tuy nhiên, xem xét hệ số tương quan của từng item với biến tổng cho thấy item số 6 và item số 11 có giá trị tương quan rất thấp (lần lượt là 0,02 và 0,07). Do đó, chúng tôi đã loại hai item này khỏi thang đo như đề xuất của Cristobal và cộng sự (2007), theo đó, một thang đo tốt nên có hệ số tương quan từng item so với biến tổng đạt giá trị ít nhất là 0,3. Tựu chung lại, thang đo sự rõ ràng về khái niệm bản thân được sử dụng trong nghiên cứu này gồm 10 item, tập trung trong một nhân tố. Điểm tổng chung của thang đo càng cao thể hiện mức độ cá nhân nhận thức rõ ràng và nhất quán về bản thân mình càng cao và ngược lại. Hệ số tin cậy Alpha của Cronbach của thang đo sau khi đã loại hai item là 0,77.

*Tự bộc lộ bản thân* được đo lường bằng thang đo *Self-Disclosure Scale* do Wheelless (1976) xây dựng. Thang đo nguyên bản gồm 32 item được phân chia thành năm chiều cạnh nhưng trong nghiên cứu này, chúng tôi chỉ sử dụng 14 item của hai chiều cạnh là Mức độ tự bộc lộ bản thân (Amount factor) và Sự thành thật khi bộc lộ bản thân (Honest-Acuracy factor). Mỗi chiều cạnh gồm 7 item, phản ánh mức độ cá nhân bày tỏ bản thân (ví dụ: *Tôi thường nói về bản thân mình trong một khoảng thời gian khá dài*) và sự thành thật trong những chia sẻ về bản thân (ví dụ: *Những điều tôi chia sẻ về mình phản ánh hoàn toàn chính xác con người thật của tôi*). Khách thể được đề nghị trả lời từng câu hỏi trên thang điểm Likert 7 bậc, đi từ 1- Hoàn toàn không đồng ý đến 7- Hoàn toàn đồng ý. Có 8 item ngược chiều đã được đổi điểm trong quá trình xử lý dữ liệu. Độ tin cậy Alpha của Cronbach = 0,76 với chiều cạnh Mức độ tự bộc lộ bản thân và Alpha của Cronbach = 0,70 với chiều cạnh Thành thật khi bộc lộ bản thân. Khi xem xét cụ thể hơn, các dữ liệu gợi ý loại bỏ một item thuộc chiều cạnh Thành thật trong chia sẻ về bản thân vì giá trị tương quan của item với toàn nhân tố nhỏ hơn 0,3. Do đó, trong nghiên cứu này, chúng tôi giữ lại 6 item cho chiều cạnh Thành thật trong chia sẻ về bản thân với độ tin cậy Alpha của Cronbach = 0,72. Ở cả hai chiều cạnh, điểm tổng chung càng cao cho thấy mức độ và sự thành thật trong bộc lộ bản thân càng cao và ngược lại.

*Chất lượng mối quan hệ bạn bè* được đo lường bằng thang Network of Relationships Inventory - Behavioral Systems Version phiên bản rút gọn do Furman và Buhrmester (2009) phát triển. Thang đo nguyên gốc đo lường ba kiểu quan hệ gồm mối quan hệ với cha mẹ, với người yêu và với bạn bè. Trong nghiên cứu này, chúng tôi chỉ áp dụng thang đo cho mối quan hệ bạn bè. Thang đo gồm 11 item được chia thành hai chiều cạnh là: Sự hỗ trợ với 5 item (ví dụ: *Tôi thường tìm đến người bạn này để được an ủi khi gặp khó khăn*) và Tương tác tiêu cực với 6 item (ví dụ: *Tôi và người bạn này thường dễ làm cho nhau bực bội/cáu*

*kinh*). Các tác giả Furman và Buhrmester (2009) gợi ý rằng, nếu sử dụng phiên bản rút gọn để đánh giá về chất lượng mối quan hệ, điểm số nên được tính theo từng tiêu thang mà không tính điểm tổng cả thang đo. Do vậy, trong nghiên cứu này, chúng tôi cũng xem xét chất lượng mối quan hệ bạn bè của khách thể ở hai chiều cạnh là Sự hỗ trợ và Tương tác tiêu cực. Các khách thể trả lời mỗi câu hỏi trên thang điểm Likert 5 bậc, đi từ 1- Không bao giờ đến 5- Luôn luôn. Điểm càng cao cho thấy sự hỗ trợ lẫn nhau hoặc tương tác tiêu cực là càng lớn và ngược lại. Độ tin cậy Alpha của Cronbach = 0,84 cho chiều cạnh Sự hỗ trợ và Alpha của Cronbach = 0,87 cho chiều cạnh Tương tác tiêu cực. Không có item nào bị loại khỏi hai chiều cạnh này.

### **2.3. Phân tích dữ liệu**

Các dữ liệu được phân tích bằng phần mềm SPSS phiên bản 23.0. Những phép toán được sử dụng gồm phép thống kê mô tả (tính điểm trung bình (M), độ lệch chuẩn (SD), giá trị phần trăm) và phép thống kê suy luận (tính tương quan giữa các biến thông qua hệ số r Pearson, so sánh giá trị trung bình bằng các phép tính T-test, Oneway Anova). Ngoài ra, nghiên cứu cũng sử dụng phần mềm Process 4.3 để kiểm tra mô hình điều tiết, với các phép toán sử dụng mô hình 1 (xem phần kết quả nghiên cứu) đã được thực hiện.

### **2.4. Đạo đức trong nghiên cứu**

Nghiên cứu tuân thủ theo hướng dẫn Helsinki về đạo đức trong nghiên cứu. Nghiên cứu không ẩn chứa bất kỳ rủi ro tiềm ẩn nào với khách thể. Các khách thể đã được thông báo về chủ đề, mục đích, phương pháp nghiên cứu và giải thích về quyền tự quyết trong việc tham gia/không tham gia nghiên cứu. Các khách thể trước khi trả lời bảng hỏi đã ký đồng thuận có hiểu biết về việc tham gia nghiên cứu. Các thông tin gây nhận diện cá nhân đã không được thu thập trong nghiên cứu này và tính bảo mật được tôn trọng.

## **3. Kết quả nghiên cứu**

Bảng 1 giới thiệu điểm trung bình, độ lệch chuẩn và hệ số tương quan của các biến chính trong nghiên cứu. Trong nghiên cứu này, biến “Sự rõ ràng về khái niệm bản thân” được xem xét như biến độc lập; biến điều tiết “Sự tiết lộ bản thân” được cụ thể hóa dưới hai khía cạnh là “Mức độ tự bộc lộ bản thân” và “Thành thật khi bộc lộ bản thân”; biến phụ thuộc “Chất lượng mối quan hệ bạn bè” được xem xét dưới hai khía cạnh là “Sự hỗ trợ” và “Tương tác tiêu cực”.

Các kết quả trong bảng 1 cho thấy, sự rõ ràng về khái niệm bản thân có mối liên hệ nghịch chiều với tương tác tiêu cực trong mối quan hệ bạn bè và không có mối liên hệ có ý nghĩa thống kê với sự hỗ trợ trong mối quan hệ bạn bè. Kết quả này cho thấy khi cá nhân càng nhận thức rõ ràng và nhất quán về bản thân mình, họ càng có khả năng giảm thiểu những tương tác tiêu cực trong mối

quan hệ với bạn bè. Kết quả này khẳng định một phần giả thuyết 1 trong nghiên cứu.

**Bảng 1: Điểm trung bình, độ lệch chuẩn và hệ số tương quan giữa các biến chính (N = 369)**

Các biến	Khoảng điểm	M (SD)	(1)	(2)	(3)	(4)
1. Sự rõ ràng về khái niệm bản thân	10 - 50	29,17 (6,83)	-	-	-	-
2. Mức độ tự bộc lộ bản thân	7 - 49	26,29 (7,39)	0,15**	-	-	-
3. Thành thật khi bộc lộ bản thân	8 - 42	26,07 (6,40)	0,24***	0,33***	-	-
4. Sự hỗ trợ	5 - 25	17,80 (3,48)	-0,08, ns	0,27***	0,18***	-
5. Tương tác tiêu cực	6 - 29	13,73 (4,09)	-0,19***	-0,01, ns	-0,07, ns	0,06, ns

Ghi chú: \*\*:  $p < 0,01$ ; \*\*\*:  $p < 0,001$ , ns (non significant) - không có ý nghĩa thống kê.

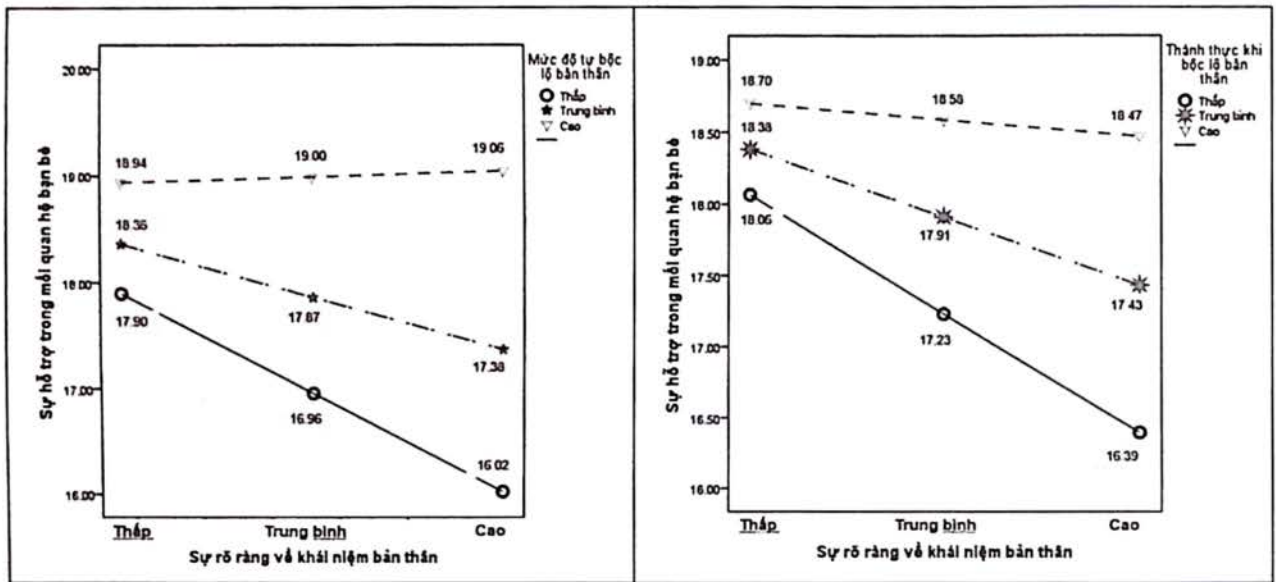
Về sự tự bộc lộ bản thân, kết quả cho thấy cả hai chiều cạnh là mức độ bộc lộ bản thân và sự thành thật khi bộc lộ bản thân đều có tương quan thuận chiều mức yếu với chiều cạnh sự hỗ trợ trong mối quan hệ bạn bè nhưng không có mối liên hệ có ý nghĩa với chiều cạnh tương tác tiêu cực. Như vậy, khi cá nhân càng có xu hướng bộc lộ bản thân nhiều và bộc lộ một cách thành thực thì họ càng có nhiều khả năng thúc đẩy sự hỗ trợ lẫn nhau trong mối quan hệ với các bạn. Kết quả này cũng chỉ khẳng định một phần giả thuyết 2 trong nghiên cứu.

Ngoài ra, có mối tương quan thuận với mức tương quan yếu giữa sự rõ ràng về khái niệm bản thân với mức độ tự bộc lộ bản thân và sự thành thật khi bộc lộ bản thân trong nhóm khách thể nghiên cứu. Điều này chỉ ra rằng, khi cá nhân càng nhận thức rõ ràng và nhất quán về bản thân mình thì họ càng có khả năng bộc lộ bản thân nhiều hơn cũng như sự thành thật trong các chia sẻ về bản thân sẽ cao hơn và ngược lại.

Kiểm tra khác biệt về sự rõ ràng về khái niệm bản thân, sự tự bộc lộ bản thân và chất lượng mối quan hệ bạn bè theo các đặc điểm nhân khẩu - xã hội của khách thể, các kết quả từ kiểm định T-test và One-way Anova cho thấy gần như không có khác biệt giữa các nhóm khách thể nghiên cứu. Nói cách khác, gần như không có sự phân hóa giữa các nhóm khách thể xét theo các đặc điểm giới tính, độ tuổi, tính chất mối quan hệ, trình độ đào tạo.



Nhằm đánh giá vai trò của các chiều cạnh tự bộc lộ bản thân (thể hiện ở hai chiều cạnh mức độ tự bộc lộ bản thân và sự thành thực khi bộc lộ bản thân trong mối quan hệ giữa sự rõ ràng về khái niệm bản thân và chất lượng mối quan hệ bạn bè (thể hiện ở hai chiều cạnh sự hỗ trợ và tương tác tiêu cực), các phép tính kiểm tra vai trò điều tiết của các biến liên quan đến tự bộc lộ bản thân đã được thực hiện, áp dụng mô hình 1 trong phần mềm Process. Các kết quả ghi nhận như trình bày dưới đây.



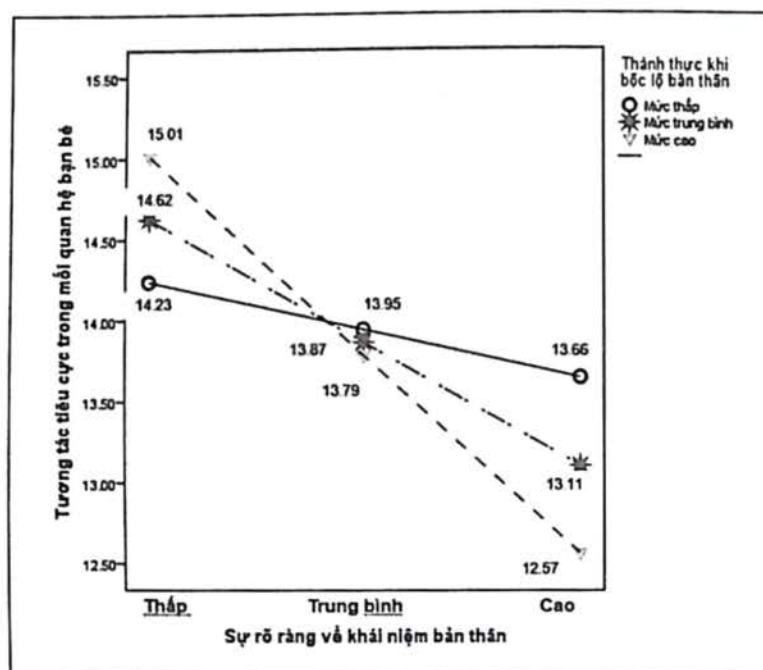
**Hình 1:** Vai trò điều tiết của các chiều cạnh của Tự bộc lộ bản thân trong mối quan hệ giữa Sự rõ ràng về khái niệm bản thân và Sự hỗ trợ trong mối quan hệ bạn bè (N = 369)

Kết quả từ mô hình điều tiết cho thấy, biến Mức độ tự bộc lộ bản thân có thể điều tiết cho mối quan hệ giữa biến Sự rõ ràng về khái niệm bản thân và Sự hỗ trợ trong mối quan hệ bạn bè. Sự kết hợp giữa biến Sự rõ ràng về khái niệm bản thân và Mức độ tự bộc lộ bản thân giải thích được 10,7% sự biến thiên của biến Sự hỗ trợ trong mối quan hệ bạn bè ( $\beta = 0,01$ ;  $t = 2,95$ ;  $p < 0,01$ ; 95% C.I.: [0,03; 0,02]). Kết quả này có ý nghĩa thống kê với nhóm khách thể báo cáo mức độ tự bộc lộ bản thân ở mức thấp ( $\beta = -0,13$ ;  $t = -3,18$ ;  $p < 0,01$ ; 95% C.I.: [-0,20; -0,06]) và với nhóm khách thể báo cáo mức độ tự bộc lộ bản thân ở mức trung bình ( $\beta = -0,07$ ;  $t = -2,73$ ;  $p < 0,01$ ; 95% C.I.: [-0,12; -0,02]). Điều thú vị ghi nhận ở kết quả này là: Các khách thể nhận thức về bản thân rõ ràng và nhất quán ở mức thấp khi kết hợp với mức độ tự bộc lộ bản thân ở mức thấp và trung bình lại có điểm báo cáo sự hỗ trợ trong mối quan hệ bạn bè cao, ngược lại, các khách thể nhận thức về bản thân rõ ràng và nhất quán ở mức cao khi kết hợp với mức độ tự bộc lộ bản thân ở mức thấp và trung bình có điểm số hỗ trợ trong mối quan hệ bạn bè lại thấp. Hệ số hồi quy cũng cho thấy sự phân hóa ở nhóm khách thể báo

cáo mức độ tự bộc lộ bản thân thấp là cao hơn so với nhóm khách thể báo cáo mức độ tự bộc lộ bản thân ở mức trung bình (hệ số hồi quy lần lượt là -0,13 và -0,07). Nhưng kết quả không có ý nghĩa thống kê với nhóm khách thể báo cáo mức độ tự bộc lộ bản thân ở mức cao. Nói cách khác, khi đã bộc lộ bản thân ở mức cao thì khách thể không bị phân hóa về cảm nhận hỗ trợ trong mối quan hệ bạn bè dựa theo các mức độ nhận thức về bản thân nữa.

Tương tự như vậy, kết quả cũng ghi nhận vai trò điều tiết của biến Thành thực khi bộc lộ về bản thân trong mối liên hệ giữa Sự rõ ràng về khái niệm bản thân và Sự hỗ trợ trong mối quan hệ bạn bè. Cụ thể là: Sự kết hợp giữa biến Sự rõ ràng về khái niệm bản thân và biến Thành thực khi bộc lộ bản thân có thể giải thích cho 6% sự thay đổi của biến Sự hỗ trợ trong mối quan hệ bạn bè ( $\beta = 0,09$ ;  $t = 2,31$ ;  $p < 0,05$ ; 95% C.I.: [0,01; 0,02]). Kết quả này có ý nghĩa thống kê với nhóm báo cáo sự thành thực khi bộc lộ bản thân ở mức thấp ( $\beta = -0,12$ ;  $t = -3,32$ ;  $p < 0,01$ ; 95% C.I.: [-0,19; -0,05]) và mức trung bình ( $\beta = -0,07$ ;  $t = -2,54$ ;  $p < 0,05$ ; 95% C.I.: [-0,12; -0,02]). Một lần nữa, các kết quả lại cho thấy xu hướng ở những khách thể cho rằng mức độ thành thực khi bộc lộ bản thân ở mức thấp và mức trung bình, điểm số sự hỗ trợ trong mối quan hệ bạn bè của họ bị phân hóa theo mức độ họ có thể nhận thức rõ ràng và nhất quán về bản thân mình. Theo đó, những người có mức độ thấp trong nhận thức rõ ràng và nhất quán về bản thân lại có điểm số hỗ trợ trong mối quan hệ cao hơn so với người nhận thức về bản thân ở mức trung bình và mức cao. Hệ số hồi quy cũng cho thấy sự phân hóa ở nhóm khách thể có sự thành thực khi bộc lộ bản thân ở mức thấp là rõ ràng hơn so với nhóm khách thể có sự thành thực khi bộc lộ bản thân ở mức trung bình (hệ số hồi quy lần lượt là -0,12 và -0,07). Tuy nhiên, các kết quả không có ý nghĩa thống kê ở nhóm khách thể có điểm số thành thực khi bộc lộ bản thân ở mức cao.

Cuối cùng, kết quả cũng ghi nhận vai trò điều tiết của biến Thành thực khi bộc lộ bản thân trong mối liên hệ giữa biến Sự rõ ràng về khái niệm bản thân và Tương tác tiêu cực trong mối quan hệ bạn bè ( $\beta = -0,01$ ;  $t = -2,53$ ;  $p < 0,01$ ; 95% C.I.: [-0,02; -0,01]) với 5% sự biến thiên của biến phụ thuộc được giải thích. Ngược lại với các kết quả phía trên, vai trò điều tiết chỉ có ý nghĩa với nhóm có mức độ Thành thực khi bộc lộ bản thân ở mức trung bình ( $\beta = -0,11$ ;  $t = -3,41$ ;  $p < 0,01$ ; 95% C.I.: [-0,17; -0,05]) và mức cao ( $\beta = -0,17$ ;  $t = -4,37$ ;  $p < 0,01$ ; 95% C.I.: [-0,25; -0,10]) và không có ý nghĩa thống kê với nhóm có mức độ Thành thực khi bộc lộ bản thân ở mức thấp.



**Hình 2:** Vai trò điều tiết của Thành thực khi bộc lộ bản thân trong mối liên hệ giữa Sự rõ ràng về khái niệm bản thân và Tương tác tiêu cực trong mối quan hệ bạn bè ( $N = 369$ )

Dữ liệu ở hình 2 cho thấy, sự phân hóa về điểm số Tương tác tiêu cực trong mối quan hệ bạn bè của nhóm Thành thực khi bộc lộ bản thân mức cao là mạnh mẽ hơn so với nhóm Thành thực khi bộc lộ bản thân ở mức trung bình (hệ số hồi quy lần lượt là  $-0,17$  và  $-0,11$ ). Khi sự rõ ràng về khái niệm bản thân là thấp kết hợp với sự thành thực khi bộc lộ bản thân ở mức cao thì điểm số tương tác tiêu cực trong mối quan hệ bạn bè là cao nhất, không chỉ ở trong nhóm nhỏ mà kết quả này đúng trên toàn bộ khách thể. Ngược lại, khi sự rõ ràng về bản thân là cao kết hợp với sự thành thực khi bộc lộ bản thân cũng cao thì những điểm số tương tác tiêu cực trong mối quan hệ với bạn bè là thấp nhất trong toàn bộ khách thể. Xu hướng tương tự cũng diễn ra ở nhóm khách thể có sự thành thực khi bộc lộ bản thân ở mức trung bình, tuy nhiên, sự phân hóa điểm số tương tác tiêu cực ở nhóm này không mạnh mẽ bằng nhóm có mức độ cao về thành thực khi bộc lộ bản thân. Tóm lại, các kết quả trên khẳng định giả thuyết 3 trong nghiên cứu, theo đó, tự bộc lộ bản thân có thể điều tiết mối liên hệ giữa sự rõ ràng về khái niệm bản thân và chất lượng mối quan hệ bạn bè.

#### 4. Bàn luận

Mục đích của bài viết này nhằm khám phá mối liên hệ giữa sự rõ ràng về khái niệm bản thân và chất lượng mối quan hệ bạn bè ở thanh thiếu niên và đánh giá vai trò của tự bộc lộ bản thân trong mối quan hệ nêu trên. Một số kết quả có ý nghĩa được ghi nhận như sau:

Thứ nhất, sự rõ ràng về khái niệm bản thân chỉ có mối liên hệ có ý nghĩa theo chiều nghịch với chiều cạnh tương tác tiêu cực trong mối quan hệ bạn bè, nhưng không có ý nghĩa với sự hỗ trợ trong mối quan hệ đó. Phát hiện này có thể được lý giải theo quan điểm của Erikson (1968) rằng, khi thanh thiếu niên thiết lập một ý thức rõ ràng và chắc chắn về bản thân, họ có khả năng đánh giá những mối quan hệ họ đang có, xác định đặc điểm mỗi quan hệ mà họ muốn có và đầu tư hơn vào những mối quan hệ này, từ đó làm gia tăng chất lượng mỗi quan hệ bạn bè họ đang có (Becht và cộng sự, 2017). Bên cạnh đó, những cá nhân có mức độ rõ ràng về bản thân cao hiểu biết rõ ràng và nhất quán về niềm tin, giá trị và vai trò của họ, từ đó giao tiếp hiệu quả hơn trong các mối quan hệ (Campbell, 1990) và có xu hướng giải quyết xung đột tốt hơn (Bechtold và cộng sự, 2010). Do vậy, những cá nhân có hiểu biết rõ ràng, nhất quán và ổn định về các đặc tính của bản thân càng nhiều, họ càng có khả năng giảm thiểu các tương tác tiêu cực xảy ra trong các dạng mối quan hệ nói chung và trong mối quan hệ bạn bè nói riêng.

Thứ hai, tự bộc lộ bản thân, ngược lại, có mối liên hệ có ý nghĩa theo chiều thuận với chiều cạnh sự hỗ trợ trong mối quan hệ bạn bè, nhưng không có mối liên hệ với chiều cạnh tương tác tiêu cực. Kết quả này cũng trùng lặp với phát hiện của Morman và cộng sự (2012) khi cho rằng việc bộc lộ bản thân làm gia tăng sự gần gũi, sự hài lòng và tính cam kết trong mối quan hệ bạn bè. Hơn nữa, tự bộc lộ bản thân được chứng minh là yếu tố trực tiếp làm gia tăng sự hỗ trợ xã hội (Weisz và cộng sự, 2016; Taniguchi và Thompson; 2021). Do đó, khi cá nhân càng chia sẻ nhiều hơn về cảm xúc và trải nghiệm họ đã/đang trải qua, điều này thúc đẩy sự hỗ trợ và giúp đỡ của bạn bè dành cho họ nhiều hơn, đồng thời họ cũng sẵn sàng trợ giúp bạn bè khi cần và gia tăng sự thân mật, vui vẻ của cả hai trong mối quan hệ bạn bè.

Thứ ba, tự bộc lộ bản thân đóng vai trò điều tiết cho mối quan hệ giữa sự rõ ràng về khái niệm bản thân và chất lượng mỗi quan hệ bạn bè. Điều thú vị là khi là một biến đơn nhất, sự rõ ràng về khái niệm bản thân không có tác động có ý nghĩa đến sự hỗ trợ trong mối quan hệ bạn bè. Nhưng khi kết hợp với mức độ tự bộc lộ bản thân thì sự rõ ràng về khái niệm bản thân có thể tác động đến cảm nhận về sự hỗ trợ trong mối quan hệ bạn bè ở các khách thể. Thú vị hơn nữa là trong số những khách thể báo cáo mức độ thể hiện bản thân thấp, những người có nhận thức rõ ràng và nhất quán về bản thân cũng ở mức thấp lại có cảm nhận về sự hỗ trợ trong mối quan hệ bạn bè cao hơn so với những người có nhận thức bản thân ở mức trung bình và cao. Tương tự như vậy, trong số những khách thể báo cáo mức độ tự thể hiện bản thân ở mức trung bình thì nhóm những người có nhận thức rõ ràng về bản thân ở mức thấp cũng có điểm số hỗ trợ trong mối quan hệ bạn bè cao hơn so với nhóm nhận thức bản thân mức trung bình và mức cao. Dù không tìm được những nghiên cứu liên quan trực tiếp đến mối quan hệ giữa ba biến này nhưng những lý giải của Cameron và cộng sự (2009) về lòng tự trọng và

tự bộc lộ bản thân có thể được tham khảo để giải thích cho các phát hiện trong nghiên cứu vì lòng tự trọng được xem là có mối liên hệ mật thiết với sự rõ ràng về khái niệm bản thân. Theo đó, chúng tôi cho rằng, việc một cá nhân có hiểu biết về bản thân ở mức thấp, đồng thời bộc lộ bản thân cũng ở mức thấp sẽ làm hạn chế khả năng hiểu biết của người xung quanh về họ. Nhưng chính việc che giấu bản thân kết hợp với sự không chắc chắn về bản thân khiến họ cảm thấy họ được coi trọng một cách tích cực hơn trong mối quan hệ, họ được hỗ trợ và gần gũi với đối tác thân thuộc hơn (Cameron và cộng sự, 2009). Tương tự như vậy, cũng ở những khách thể có mức độ bộc lộ bản thân thấp và trung bình, một người có sự rõ ràng về bản thân cao lại cảm nhận sự hỗ trợ trong mối quan hệ thấp vì vai trò của sự bộc lộ bản thân không được phát huy lợi ích của nó khi cá nhân gặp khó khăn. Các nghiên cứu chỉ ra rằng, bộc lộ bản thân mang lại những lợi ích đáng kể trong việc thúc đẩy hỗ trợ xã hội và cảm nhận hạnh phúc (Lee, Noh và Koo, 2013; Weisz và cộng sự, 2016; Taniguchi và Thompson; 2021). Do vậy, khi mức độ hiểu biết về bản thân cao nhưng cá nhân ít bộc lộ bản thân, họ cũng làm giảm cơ hội nhận được sự hỗ trợ trong mối quan hệ bạn bè.

Cũng trong dòng kết quả này, các phát hiện từ nghiên cứu cho thấy sự thành thực khi bộc lộ bản thân đóng vai trò điều tiết trong cả mối liên hệ giữa sự rõ ràng về khái niệm bản thân và sự hỗ trợ trong mối quan hệ bạn bè, lẫn mối liên hệ giữa sự rõ ràng về khái niệm bản thân và tương tác tiêu cực trong mối quan hệ bạn bè. Tuy nhiên, chiều hướng điều tiết thì có sự khác biệt. Cụ thể là, khi sự rõ ràng về bản thân thấp nhưng kết hợp với thành thực khi bộc lộ bản thân ở mức thấp và trung bình thì điểm số hỗ trợ trong mối quan hệ bạn bè cao hơn so với nhóm rõ ràng về bản thân ở mức trung bình và cao. Nhưng khi sự rõ ràng về bản thân là cao kết hợp với sự thành thực khi bộc lộ bản thân cũng cao thì những tương tác tiêu cực với bạn bè là thấp nhất. Kết quả này có thể được giải thích ở chỗ, khi hiểu biết về bản thân không rõ ràng nhưng cá nhân lại có xu hướng bày tỏ bản thân cao, cá nhân dễ khiến người khác rơi vào tình cảnh không hiểu biết/hiểu nhầm về mình do sự thiếu tính nhất quán và thiếu tính ổn định trong bản thân. Điều này làm gia tăng sự mâu thuẫn, xung đột do hành vi và biểu hiện của cá nhân là khó dự đoán.

## **5. Kết luận**

Những phát hiện từ nghiên cứu này cho thấy sự rõ ràng về khái niệm bản thân và tự bộc lộ bản thân đều có ảnh hưởng đến những chiều cạnh khác nhau trong chất lượng mối quan hệ bạn bè ở thanh thiếu niên. Điều quan trọng là sự kết hợp giữa các mức độ khác nhau của khái niệm về bản thân và tự bộc lộ bản thân tác động theo những cách khác nhau đến cảm nhận của cá nhân về chất lượng mối quan hệ bạn bè. Trong đó có thể thấy rằng khi cá nhân có hiểu biết rõ ràng về bản thân kết hợp với tự bộc lộ bản thân một cách thành thực và mức độ bộc lộ bản thân cao thì cảm nhận về sự hỗ trợ trong mối quan hệ bạn bè cũng cao và những tương tác tiêu cực trong mối quan hệ bạn bè là thấp. Các kết quả này có

thể là nguồn tham khảo cho phụ huynh, giáo viên trong việc hướng dẫn cho thanh thiếu niên cách thức nâng cao hiểu biết về bản thân cũng như cách thức bộc lộ bản thân một cách phù hợp. Thông qua đó, thanh thiếu niên có thể nâng cao chất lượng mối quan hệ với bạn bè đồng trang lứa, góp phần thúc đẩy chất lượng cuộc sống của bản thân.

### Tài liệu tham khảo

1. Ayduk, Ö., Gyurak, A., & Luerssen, A. (2009). Rejection sensitivity moderates the impact of rejection on Self-Concept clarity. *Personality & Social Psychology Bulletin*, 35(11), 1467-1478. <https://doi.org/10.1177/0146167209343969>.
2. Becht, A., Nelemans, S. A., Van Dijk, M., Branje, S., Van Lier, P., Denissen, J. J. A., & Meeus, W. (2017). Clear Self, Better Relationships: Adolescents' Self-Concept clarity and relationship quality with parents and peers across 5 years. *Child Development*, 88(6), 1823-1833. <https://doi.org/10.1111/cdev.12921>.
3. Bechtoldt, M. N., De Dreu, C. K. W., Nijstad, B. A., & Zapf, D. (2010). Self-Concept clarity and the management of social conflict. *Journal of Personality*, 78(2), 539-574. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2010.00626.x>.
4. Brown, B. B., & Larson, J. (2009). Adolescents' Relationships with Peers. In *Handbook of adolescent psychology* (R. M. Lerner & L. Steinberg (Eds.), pp. 74-103). Hoboken, NJ: Wiley. <https://doi.org/10.1002/9780471726746.ch12>.
5. Buote, V. M., Pancer, S. M., Pratt, M. W., Adams, G. R., Birnie-Lefcovitch, S., Polivy, J., & Wintre, M. G. (2007). The importance of friends. *Journal of Adolescent Research*, 22(6), 665-689. <https://doi.org/10.1177/0743558407306344>.
6. Cameron, J. J., Holmes, J. G., & Vorauer, J. D. (2009). When self-disclosure goes awry: Negative consequences of revealing personal failures for lower self-esteem individuals. *Journal of Experimental Social Psychology*, 45(1), 217-222.
7. Campbell, J. D. (1990). Self-esteem and clarity of the self-concept. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59(3), 538-549. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.59.3.538>.
8. Campbell, J. D., Assanand, S., & Di Paula, A. (2003). The structure of the Self-Concept and its relation to psychological adjustment. *Journal of Personality*, 71(1), 115-140. <https://doi.org/10.1111/1467-6494.t01-1-00002>.
9. Campbell, J. D., Trapnell, P. D., Heine, S., Katz, I. M., Lavallee, L. F., & Lehman, D. R. (1996). Self-concept clarity: Measurement, personality correlates, and cultural boundaries. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(1), 141-156. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.70.1.141>.
10. Cristóbal, E., Flavián, C., & Guinalíu, M. (2007). Perceived e-service quality (PeSQ). *Managing Service Quality*, 17(3), 317-340. <https://doi.org/10.1108/09604520710744326>.
11. Crocetti, E., Branje, S., Rubini, M., Koot, H. M., & Meeus, W. (2016). Identity Processes and Parent-Child and Sibling Relationships in Adolescence: A Five-Wave Multi-Informant longitudinal study. *Child Development*, 88(1), 210-228. <https://doi.org/10.1111/cdev.12547>.

12. Demir, M., Özen, A., Doğan, A., Bilyk, N., & Tyrell, F. A. (2011). I Matter to My Friend, Therefore I am Happy: Friendship, Mattering, and Happiness. *Journal of Happiness Studies*, 12(6), 983-1005. <https://doi.org/10.1007/s10902-010-9240-8>.
13. DeVellis, R. F. (2017). *Scale development: Theory and applications*. Los Angeles, CA: SAGE.
14. Erikson, E. (1968). *Identity, youth and crisis*. New York. <https://doi.org/10.1126/science.161.3838.257>.
15. Fincham, F. D., & Rogge, R. D. (2010). Understanding relationship Quality: Theoretical challenges and new tools for assessment. *Journal of Family Theory & Review*, 2(4), 227-242. <https://doi.org/10.1111/j.1756-2589.2010.00059.x>.
16. Finkenauer, C., Van De Kerkhof, P., & Pronk, T. (2018). Self-Disclosure in relationships. In *Cambridge University Press eBooks* (pp. 271-281). <https://doi.org/10.1017/9781316417867.022>.
17. Furman, W., & Buhrmester, D. (2009). Methods and Measures: The Network of Relationships Inventory: Behavioral Systems Version. *International Journal of Behavioral Development*, 33(5), 470-478. <https://doi.org/10.1177/0165025409342634>.
18. Furman, W., & Wehner, E. A. (1994). Romantic views: Toward a theory of adolescent romantic relationships. In *Advances in adolescent development: Volume 6, Relationships during adolescence* (R. Montemayor, G.R. Adams, G.P. Gullota (Eds.)), pp. 168-195). Thousand Oaks, CA: Sage.
19. Lee, K., Noh, M., & Koo, D. (2013). Lonely people are no longer lonely on social networking sites: The Mediating role of Self-Disclosure and Social Support. *Cyberpsychology, Behavior and Social Networking*, 16(6), 413-418. <https://doi.org/10.1089/cyber.2012.0553>.
20. Lewandowski, G., & Nardone, N. (2012). Self-concept clarity's role in Self-Other agreement and the accuracy of behavioral prediction. *Self and Identity*, 11(1), 71-89. <https://doi.org/10.1080/15298868.2010.512133>.
21. Lewandowski, G., Nardone, N., & Raines, A. J. (2010). The role of self-concept clarity in relationship quality. *Self and Identity*, 9(4), 416-433. <https://doi.org/10.1080/15298860903332191>.
22. McIntyre, K. P., Mattingly, B. A., & Lewandowski, G. (2017). Self-Concept clarity and romantic relationships. In *Springer eBooks* (pp. 107-124). [https://doi.org/10.1007/978-3-319-71547-6\\_6](https://doi.org/10.1007/978-3-319-71547-6_6).
23. Merdin-Uygur, E., Sarial-Abi, G., Gürhan-Canlı, Z., & Hesapçı, Ö. (2018). How does self-concept clarity influence happiness in social settings? The role of strangers versus friends. *Self and Identity*, 18(4), 443-467. <https://doi.org/10.1080/15298868.2018.1470563>.
24. Morman, M. T., Schrodtt, P., & Tornes, M. (2012). Self-disclosure mediates the effects of gender orientation and homophobia on the relationship quality of male same-sex friendships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 30(5), 582-605. <https://doi.org/10.1177/0265407512463991>.
25. Orr, E., & Moscovitch, D. A. (2015). Blending in at the cost of losing oneself: Dishonest Self-Disclosure erodes Self-Concept clarity in social anxiety. *Journal of Experimental Psychopathology*, 6(3), 278-296. <https://doi.org/10.5127/jep.044914>.

26. Pang, T., Wu, H., Zhang, X., & Zhang, X. (2024). Self-Concept Clarity and Loneliness among College Students: The Chain-Mediating Effect of Fear of Negative Evaluation and Self-Disclosure. *Behavioral Sciences*, 14(3), 194. <https://doi.org/10.3390/bs14030194>.
27. Proudfoot, J. G., Wilson, D. W., Valacich, J. S., & Byrd, M. (2018). Saving face on Facebook: privacy concerns, social benefits, and impression management. *Behaviour & Information Technology (Print)*, 37(1), 16-37. <https://doi.org/10.1080/0144929x.2017.1389988>.
28. Richman, S. B., Pond, R. S., DeWall, C. N., Kumashiro, M., Slotter, E. B., & Luchies, L. B. (2016). An Unclear Self Leads to Poor Mental Health: Self-Concept Confusion Mediates the Association of Loneliness with Depression. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 35(7), 525-550. <https://doi.org/10.1521/jscp.2016.35.7.525>.
29. Sprecher, S., & Hendrick, S. S. (2004). Self-Disclosure in Intimate Relationships: Associations with Individual and Relationship Characteristics Over Time. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 23(6), 857-877. <https://doi.org/10.1521/jscp.23.6.857.54803>.
30. Tajmirriyahi, M., & Ickes, W. (2020). Self-concept clarity as a predictor of self-disclosure in romantic relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 37(6), 1873-1891. <https://doi.org/10.1177/0265407520911131>.
31. Taniguchi, E., & Thompson, C. M. (2021). Mental illness self-disclosure among college students: a pre-requisite of social support or a booster of social support benefits? *Journal of Mental Health*, 30(3), 323-332. <https://doi.org/10.1080/09638237.2021.1922626>.
32. Valkenburg, P. M., & Peter, J. (2008). Adolescents' identity experiments on the internet. *Communication Research*, 35(2), 208-231. <https://doi.org/10.1177/0093650207313164>.
33. Von Collani, G., & Werner, R. (2005). Self-related and motivational constructs as determinants of aggression. *Personality and Individual Differences*, 38(7), 1631-1643. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2004.09.027>.
34. Waldrip, A. M., Malcolm, K. T., & Jensen-Campbell, L. A. (2008). With a Little Help from Your Friends: The Importance of High-quality Friendships on Early Adolescent Adjustment. *Social Development*, 17(4), 832-852. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9507.2008.00476.x>.
35. Weisz, B. M., Quinn, D. M., & Williams, M. K. (2016). Out and healthy: Being more "out" about a concealable stigmatized identity may boost the health benefits of social support. *Journal of Health Psychology*, 21(12), 2934-2943. <https://doi.org/10.1177/1359105315589392>.
36. Wheeless, L. R. (1976). Self-disclosure and interpersonal solidarity: Measurement, validation, and relationships. *Human Communication Research*, 3(1), 47-61. <https://doi.org/10.1111/j.1468-2958.1976.tb00503.x>.
37. Wheeless, L. R., & Grotz, J. (1976). conceptualization and measurement of reported self-disclosure. *Human Communication Research*, 2(4), 338-346. <https://doi.org/10.1111/j.1468-2958.1976.tb00494.x>.
38. Wu, C. (2009). The relationship between attachment style and self-concept clarity: The mediation effect of self-esteem. *Personality and Individual Differences*, 47(1), 42-46. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2009.01.043>.