

青少年焦虑影响因素综述

林慧慧

浙江工业大学教育学院, 浙江 杭州

收稿日期: 2024年9月3日; 录用日期: 2024年10月17日; 发布日期: 2024年10月29日

摘要

焦虑是指个体面临潜在危险或威胁时出现的紧张、忧虑等情绪。处于青春期的青少年正经历如激素波动、自我认同的探索、社交关系的建立以及学业和未来规划等生理和心理的剧烈变化, 使得青少年更容易感受到焦虑。如不及时干预, 焦虑情绪可能会恶化为焦虑障碍, 甚至可能延续到成年。PPCT理论模型和焦虑的易感-应激理论模型都认为, 个体的焦虑水平不仅受到内在易感性或个人特质的影响, 还与他们所遭遇的生活应激事件或环境影响密切相关。因此, 本研究基于焦虑的易感-应激模型, 从动态的角度探讨、梳理了影响青少年焦虑的影响因素, 为学校、家长降低青少年焦虑, 减少心理健康问题, 帮助其健康成长提供一定的参考。

关键词

青少年, 焦虑, 易感因素, 应激

Review of Influencing Factors of Adolescent Anxiety

Huihui Lin

College of Education, Zhejiang University of Technology, Hangzhou Zhejiang

Received: Sep. 3rd, 2024; accepted: Oct. 17th, 2024; published: Oct. 29th, 2024

Abstract

Anxiety refers to the tension, anxiety and other emotions that occur when individuals face potential dangers or threats. During adolescence, adolescents are undergoing drastic physical and psychological changes such as hormonal fluctuations, self-identity exploration, social relationship building, and academic and future planning, which can make adolescents more susceptible to anxiety. Without timely intervention, anxiety can deteriorate into anxiety disorders that may persist into adulthood. Both the PPCT theoretical model and the premise-stress theoretical model believe that the

anxiety level of individuals is not only affected by internal susceptibility or personal characteristics, but also closely related to life stressful events or environmental influences they have encountered. Therefore, based on the predisposition-stress model of anxiety, this study explored and sorted out the influencing factors of adolescent anxiety from a dynamic perspective, providing certain references for schools and parents to reduce adolescent anxiety, reduce mental health problems, and help them grow healthily.

Keywords

Adolescent, Anxiety, Vulnerability Factors, Stress

Copyright © 2024 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

近年来,青少年的心理健康问题日益凸显,研究表明全球约有10%~20%的青少年受到心理健康问题不同程度的影响(Kieling et al., 2011),其中焦虑是青少年常见的心理问题之一,陈丹等人(2020)的调查显示,焦虑位居青少年心理问题第三位。青少年时期是一个充满挑战和变化的阶段,这个阶段的个体经常会遇到情绪上的波动和不稳定,这种情绪的不稳定,加上来自学习、人际关系等方面的压力,使得青少年特别容易感受到焦虑(杨琪琪等, 2024; 张清清等, 2024)。焦虑情绪如果得不到妥善处理,不仅可能影响青少年的身心健康、学业表现、人际关系等,还可能进一步演变成更严重的心理健康问题,甚至会延续至成年,增加成年后抑郁障碍、焦虑障碍等心理疾病的发病风险(Compas & Oppedisano, 2000)。因此,探究青少年焦虑的影响因素,对预防青少年焦虑、减少青少年的心理健康问题、改善其学习表现、提高社会适应能力、改善人际关系、促进青少年身心健康发展、落实关怀青少年心理健康的政策等都具有重要意义(周爱保等, 2022; 于晓琪等, 2021; 裴婷昊, 2024; 孙宏艳, 2024)。

焦虑是指个体在面临潜在的危险或威胁时出现的情绪状态,心理上表现为紧张、不安、忧虑和烦恼,生理上表现为呼吸急促、心跳加快等,这通常源于个体感觉到未来可能存在不明确的威胁时(周子涵等, 2024)。美国心理学家布朗芬布伦纳提出的PPCT(Process-Person-Context-Time)理论模型认为应该运用生态学的眼光来考察青少年的发展,在青少年发展与成长的过程中,其个人特质、环境对其施加的影响、个人与环境的交互作用以及时间都是重要影响因素(黄琼, 2017)。而唐海波等人(2008)提出的焦虑易感性-应激理论模型则认为,青少年焦虑的产生与发展源于个体生理或心理的易感特质因素被特定的环境因素(应激)激活,这会导致其信息加工产生偏差,增加了应激事件的负性影响以及使用非适应性的应对策略。总的来说,不同的理论模型都认为青少年焦虑的发生与维持、发展受青少年的个人特质和外界应激事件的影响,因此,从青少年的个人特质与外界应激事件的角度分析青少年焦虑,对于预防其发展为病理性焦虑具有重要意义。

2. 易感因素

易感性通常是指个体在面对内外部压力或挑战时,促使心理障碍发生的诱因或人格特质(唐海波等, 2008)。Ingram (2003)则认为易感性就是一种相对稳定但也有可能发生变化的,个体内在的,常常是潜在的一组特征,但易感性一旦被激活,就会影响个体信息加工过程、应对策略应用等,导致焦虑的发展。

2.1. 焦虑敏感性

焦虑敏感性是指对焦虑和基于焦虑的感觉的恐惧,因为相信后果将是灾难性的(Reiss et al., 1986)。焦虑敏感性是一种类似于认知脆弱性的特征,它会导致个体将其感受到的负性情绪或躯体认知放大,灾难化焦虑引起的后果,对引起焦虑的刺激产生更大的恐惧。这会导致个体丧失对焦虑的在认知或精神上的控制感,最终导致焦虑加深,甚至发展成广泛性焦虑障碍(Wheaton et al., 2012),因此焦虑敏感性也被认为是焦虑的脆弱性预测因子(Wheaton & Kaiser, 2021)。

焦虑敏感性高的个体会将自己本身的身体反应、可能产生的社会评价等加工成一个压力源(Metts et al., 2024)。具体来说,他们会将一些身体感觉视为迫在眉睫的一种身体伤害、误解为危险信号或认为社交、寻求帮助等行为会收到负面的评价并将负面评价视为一种危机,从而体验到更高水平的焦虑(Casale et al., 2014)。因此,焦虑敏感行高的个体会感受到更多的压力源。并且,高焦虑敏感性的个体对焦虑的有害影响有夸大的倾向,为了避免自己受到严重的伤害,往往会试图避免或抑制焦虑的发生,采用情绪回避或物质使用等即时有效的策略(Görgülü et al., 2023)。但是这种在短期内避免或抑制身体唤醒的僵硬努力可能会增加个体的痛苦(例如,减少社会接触和互动,限制活动范围)或者从长期来看,对刺激的身体或情绪反应会增强(例如,身体反应恢复和情绪反弹)。因此,从长期来看,高焦虑敏感性的所倾向采取的策略不仅不能缓解、减少焦虑,反而会使焦虑加剧(Zvolensky & Forsyth, 2002)。不仅如此,焦虑敏感行水平高的个体在面对压力时,会采取非适应性行为或策略调节情绪,但这可能会导致其他焦虑的产生,例如焦虑的个体可能会将进食作为应对负面情况的积极策略,而以进食作为应对方式,可能会诱发高焦虑敏感性的个体例如健康焦虑、外貌焦虑等其他焦虑(Hearon et al., 2014)。

总的来说,高焦虑敏感性的个体不仅会将平常的事件加工成威胁,焦虑源,还会扩大自身的焦虑,并且难以采取适应良好的策略应对焦虑,甚至采用加重焦虑的策略,形成焦虑-不良策略-焦虑的恶性循环。

2.2. 不确定性不耐受

不确定性不耐受是指个体无法忍受感知到不确定性,并由其引发和维持的厌恶反应(Carleton, 2016)。已有大量的理论和研究证明,不确定性不耐受在诱发以及维持焦虑上有重要作用(Carleton et al., 2012; Einstein, 2014; Grupe & Nitschke, 2013; Shihata et al., 2016)。在认知方面,高不确定性不耐受水平的个体容易发展并保持对担忧的积极信念,即相信担忧有利于为最糟糕的做好准备,而最糟糕的情况往往较少发生,因此这种信念会得到加强,导致担忧的进一步发展并保持。高不确定性不耐受水平的个体还会对问题持悲观态度,威胁化问题并认为自己的能力难以解决问题的认知会导致焦虑不断产生(Swee et al., 2019)。另外,不确定性不耐受水平高的个体倾向于以消极的方式解释不确定的信息,将不确定视为应避免的威胁,例如倾向于将歧义句子或不确定情境解释为威胁(彭雅楠等, 2022; Arditte Hall & Arditte, 2022)。在这种情况下,不确定性不耐受水平高的个体情绪调节策略的使用还会受到限制,当面对自己想象中的危险情境却又难以使用恰当的情绪调节策略的个体,容易持续处于担忧状态,导致焦虑的恶化(Ouellet et al., 2019)。

在行为方面主要是通过适应不良的行为产生焦虑(Rettie & Daniels, 2021)。不确定性不耐受水平高的个体希望能够了解更多的信息以预测事件的各种可能,反而无法将有限的资源应用在问题解决上,这可能会产生适应不良的行为,例如消极应对、推迟行动等阻碍问题解决的行为,加剧个体的担忧,最终导致焦虑(吴彩云, 2022; Dugas et al., 1998)。抑制性不确定性虽然不耐受不会减少积极应对策略的减少,但会导致消极应对策略使用的增加(Anderson et al., 2012)。另外广义不安全压力理论认为,不确定性不耐受水平高的个体过度追求信息以减少不确定性,使得他们难以做出“目前情况是安全的”的准确判断

(Einstein, 2014; Rettie & Daniels, 2021)。这种对不确定情况的辨别能力存在缺陷的个体,很难满足于当前已有的“安全”的证据,更容易产生焦虑或导致焦虑的增强(Brosschot et al., 2016)。

2.3. 不安全依恋

依恋是指个体与某特定群体(或个体)在长期的互动过程中建立起来的深厚、稳定的情感联结(张金莲, 2018), 依恋理论认为, 童年早期的经历塑造了与自己和他人的终身关系模式, 且当个体面临威胁时, 个体的依恋系统就会被激活, 并采取能够减轻痛苦, 获得安全状态的行为(Bowlby, 1982)。青少年早期与父母或其他照顾者的依恋关系在其过渡到成年初期时形成和维持其他人际关系时仍然发挥着重要作用, 甚至能够有效预测青少年能否成功应对向成年期过渡的生活变化, 特别是在焦虑等情绪方面(Rivers et al., 2024)。因此, 不安全依恋被认为是焦虑的易感因素(唐海波等, 2008)。

个体在童年早期与其照顾者产生的依恋, 塑造了个体对亲密关系的理解、感受和行为方式。健康的依恋关系有助于个体的认知、情感和社会的发展, 帮助他们建立一个安全可靠的社会支持系统, 以更灵活地应对生活事件压力, 减少焦虑的产生(李同归等, 2008; 宋海荣, 2004)。但不良的依恋关系则可能会导致焦虑症的产生且阻碍其康复, 例如依恋焦虑的个体更容易陷入冲突和不稳定的人际关系中, 使其无法从人际关系中获得足够的支持和联系来帮助焦虑症的改善(Kural & Kovacs, 2022), 而且依恋焦虑的个体往往会出现一种消极的自我意识内在工作模式, 而这种工作模式是焦虑症的重要成因(Blake et al., 2024)。最后, 依恋焦虑会阻碍个体情绪调节能力和心理弹性的发展, 导致其难以有效应对压力生活事件(Armstrong et al., 2011)。而不安全焦虑的另一种类型——依恋回避, 则因为希望能够避免求助他人, 受到拒绝, 倾向于采用抑制自己情感的表达方式或最小化负面情绪, 以此减少负面经历对自己的影响, 但这通常会使其产生更多的焦虑(Gingras et al., 2024)。

综上所述, 个体的依恋对其建立社会支持系统, 感知社会支持, 满足情感需求有着重要的意义, 而社会支持系统以及个体自身所获得的情感支持都能够缓冲负性事件伤害(Çarıkcı-Özgül & Işık, 2024)。依恋作为个体的内部工作结构, 影响着个体对焦虑的应对方式, 而应对方式决定了焦虑情绪能否得到有效缓解(Blake et al., 2024; Armstrong et al., 2011)。因此, 建立安全的依恋对减少青少年的焦虑有着重要的意义。

3. 应激

应激是指在特定情境下实际地威胁到个体身心健康发展的环境事件或长期状况, 包括妨碍个体的心理、情绪、认知和行为的功且干扰适应能力的环境压力, 它的作用就是激活潜在的易感因素, 并在它们的联合作用下导致焦虑相关症状的出现(Grant et al., 2003)。生活事件与不良的人际关系都是青少年的焦虑密切相关的应激(唐海波等, 2008)。

3.1. 生活事件

生活事件是指个体在日常工作、生活、学习中遭遇的挑战或遭遇的不幸, 通常会被作为一种应激源被研究是(Selye, 1936)。生活事件已被多种研究证实了与个体负性情绪显著相关, 负性事件更是引起抑郁、焦虑等情绪问题的重要因素。儿童早期累积生活事件数量或经历特定的负性生活事件, 包括自身经历的严重疾病等, 可能会破坏儿童的安全感、自我价值以及对他人的信任等(Keiley et al., 2001)。认知发展尚不成熟的儿童, 没有发展出属于自己的适应性应对策略, 因此, 当经历了不良生活事件后, 他们会承受更大的压力和心理脆弱性(Mertz et al., 2023)。负性生活事件会以压力的形式对个体产生影响, 增加其负性情绪的负担, 影响个体的积极社会适应, 导致适应焦虑的增加(Yang et al., 2023)。一些发生在明显的神经可塑性时期的经历, 如婴儿期、幼儿期和青春期的过渡期, 会影响个体处理错误和奖励的系统发展, 该

系统的发展影响着个体后期压力感知(Kujawa et al., 2020)。部分 ERN (错误相关性)水平较高的个体会将负性生活事件评估为过度威胁, 会高估压力事件可能导致的不良后果和风险(Riesel et al., 2021), 这会迫使他们更加严格、小心地管控自己的行为避免发生错误, 造成不良的后果, 并会做出一些能够减少错误的行为(反复确认、检查等)(Weinberg et al., 2015), 这在短期内能够减少焦虑, 但从长期来看, 反而会导致焦虑的增加(Weinberg et al., 2022)。在一项关于焦虑治疗的追踪研究中发现, 遭遇越多的负性生活事件, 个体的焦虑症状会更严重。对于青少年来说, 学习方面(考试成绩不理想、转学、作业过多)、家庭环境(父母离婚、父母生病)等生活事件, 会成为青少年的慢性压力源, 不仅会给青少年带来持续的压力以及消极的生活体验, 还可能导致个体出现认知功能障碍, 导致焦虑的增加(Casline et al., 2020; Liu et al., 2020)。

3.2. 不良同伴关系

处于青春期的青少年对于人际交往的需要逐渐从父母转向了同龄人, 相处时间仅次于家人的同龄人对青少年的各个方面都有着重要的意义(繆周芬, 2008)。青春期的青少年逐渐希望脱离父母的掌控, 在遇到问题的时候更愿意寻求同伴的帮助, 然而他们的心智却不足以让他们能够独当一面, 因此他们非常容易受到同伴关系的影响(汪均裕, 莫民强, 2004)。不良的同伴关系会影响青少年的学习、生活以及社交能力的发展, 还会导致孤独感等情绪问题的产生, 因此, 不良的同伴关系是影响青少年身心健康发展的重要因素(周宗奎等, 2015)。

多项研究都证实了同伴关系不佳的青少年更容易出现适应不良, 例如出现更多的攻击行为, 经历更多的负面情绪, 体验到更少的幸福感等(Ciairano et al., 2007; Demir & Weitekamp, 2007; 牛凯宁等, 2021)。当青少年与同伴发生冲突, 同伴关系恶化, 会导致青少年人际关系的需要满足遭到阻碍, 并导致孤独、抑郁和焦虑症状的出现(李玉霞, 2013; 曾荣等, 2010; 张豪等, 2021)。不仅如此, 经常与朋友发生冲突的青少年更有可能将自己的行为解释为不合理、不恰当的, 甚至可能会贬低自己的整体自我价值, 导致负面情绪的进一步恶化(Keefe & Berndt, 1996)。而且, 与同伴的消极相处可能会导致青少年的社会疏离感(曾荣等, 2010), 进而产生对消极同伴评价的担忧、失去同伴地位的恐惧以及抑郁和焦虑的感觉(Kong et al., 2022)。因此同伴关系不佳的青少年可能会经历更大的焦虑和压力。

4. 小结

青少年成长的 PPCT 理论模型与焦虑的易感性 - 应激模型都强调个体的内在易感性(个人特质)与外在应激事件(环境影响)交互作用, 产生焦虑的动态、变化过程。但以往研究仅研究单一或少数因素与焦虑之间相互影响的关系, 且通常研究变量间静态的相关, 较少研究以动态、变化的角度分析焦虑。因此, 综合各种因素, 以变化、发展的角度分析青少年焦虑是一个新的方向。

参考文献

- 曾荣, 张冲, 邹泓(2010). 中学生的学校人际关系特点及其与社会适应的关系. *中国特殊教育*, (12), 72-77.
- 陈丹, 权治行, 艾梦瑶, 宗春山, 许建农(2020). 青少年心理健康状况及影响因素. *中国健康心理学杂志*, 28(9), 1402-1409.
- 黄琼(2017). 高职学生发展之问题解析与学生工作变革——基于 PPCT 模型的视角. *职业技术教育*, 38(11), 8-12.
- 李同归, 李嘉, 秦和平, 郭晓飞, 王新暖, 刘志平(2008). 大学生依恋类型对心理健康的影响. *中国心理卫生杂志*, (10), 740-743+748.
- 李玉霞(2013). 青少年抑郁、焦虑情绪与其相关因素. *中国健康心理学杂志*, 21(3), 415-417.
- 繆周芬(2008). 儿童同伴关系研究. *牡丹江大学学报*, 17(11), 84-86.
- 牛凯宁, 李梅, 张向葵(2021). 青少年友谊质量和主观幸福感的关系: 一项元分析. *心理发展与教育*, 37(3), 407-418.

- 裴婷昊(2024). 校园欺凌与青少年心理韧性的关系: 焦虑与社会支持的链式中介作用. *教育科学研究*, (1), 22-28.
- 彭雅楠, 席居哲, 周宁宁, 宋兰君(2022). 无法忍受不确定性与担忧: 对记忆偏差与解释偏差的检验. *心理科学*, 45(5), 1077-1084.
- 宋海荣(2004). *青少年依恋、自尊及其二者关系的发展性研究*. 硕士学位论文, 上海: 华东师范大学.
- 孙宏艳(2024). 影响青少年心理健康的因素及对策分析. *人民论坛*, (8), 19-24.
- 唐海波, 邝春霞, 姚树桥(2008). 焦虑障碍的易感性-应激发展观综述. *中国临床心理学杂志*, (2), 222-224.
- 汪均裕, 莫民强(2004). 高中生同伴关系发展特点研究. *广西教育学院学报*, (z1), 51-54.
- 吴彩云(2022). *无法忍受不确定性对大学生情绪调节效果的影响研究*. 硕士学位论文, 贵阳: 贵州师范大学.
- 杨琪琪, 郭猛, 张志清(2024). 儿童、青少年焦虑与抑郁相关研究热点与趋势. *中国临床药理学杂志*, 40(15), 2269-2272.
- 于晓琪, 李哲能, 方圆, 董妍(2021). 青少年智能手机问题性使用与焦虑的交叉滞后分析. *心理科学*, 44(4), 866-872.
- 张豪, 马田雨, 王媛, 李彩娜(2021). 初中生友谊质量与孤独感的变化轨迹: 一项多元潜变量增长模型分析. *心理发展与教育*, 37(2), 230-239.
- 张金莲(2018). 青少年依恋研究综述. *广东职业技术教育与研究*, (5), 204-207.
- 张清清, 王丹, 张磊, 郑华, 史利静, 王娜娜, 张瑞岭(2024). 新乡市中学生焦虑、抑郁情绪和行为问题现状调查. *国际精神病学杂志*, 51(3), 792-795, 807.
- 周爱保, 胡砚冰, 刘锦涛, 鲁小勇, 王有丽, 周滢鑫(2022). 青少年社交焦虑与学习投入的关系: 意向性自我调节的解释作用及其年龄差异. *心理发展与教育*, 38(1), 54-63.
- 周子涵, 潘文谊, 邱依雯, 李红, 雷怡(2024). 音乐疗法干预焦虑的作用机制. *中国临床心理学杂志*, 32(3), 711-716.
- 周宗奎, 孙晓军, 赵冬梅, 田媛, 范翠英(2015). 同伴关系的发展研究. *心理发展与教育*, 31(1), 62-70.
- Anderson, K. G., Dugas, M. J., Koerner, N., Radomsky, A. S., Savard, P., & Turcotte, J. (2012). Interpretive Style and Intolerance of Uncertainty in Individuals with Anxiety Disorders: A Focus on Generalized Anxiety Disorder. *Journal of Anxiety Disorders*, 26, 823-832. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2012.08.003>
- Arditte Hall, K. A., & Arditte, S. J. (2022). Threat-Related Interpretation Biases and Intolerance of Uncertainty in Individuals Exposed to Trauma. *SSRN Electronic Journal*, 1-10. <https://doi.org/10.2139/ssrn.4118330>
- Armstrong, A. R., Galligan, R. F., & Critchley, C. R. (2011). Emotional Intelligence and Psychological Resilience to Negative Life Events. *Personality and Individual Differences*, 51, 331-336. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2011.03.025>
- Blake, J. A., Thomas, H. J., Pelecanos, A. M., Najman, J. M., & Scott, J. G. (2024). Does Attachment Anxiety Mediate the Persistence of Anxiety and Depressive Symptoms from Adolescence to Early Adulthood? *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*. <https://doi.org/10.1007/s00127-024-02737-8>
- Bowlby, J. (1982). Attachment and Loss: Retrospect and Prospect. *American Journal of Orthopsychiatry*, 52, 664-678. <https://doi.org/10.1111/j.1939-0025.1982.tb01456.x>
- Brosschot, J. F., Verkuil, B., & Thayer, J. F. (2016). The Default Response to Uncertainty and the Importance of Perceived Safety in Anxiety and Stress: An Evolution-Theoretical Perspective. *Journal of Anxiety Disorders*, 41, 22-34. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2016.04.012>
- Çarıkçı-Özgül, D. N., & Işık, Ü. (2024). Exploring Adult Attachment and Anxiety: The Role of Intolerance of Uncertainty and Social Support. *Current Psychology*, 43, 18612-18620. <https://doi.org/10.1007/s12144-024-05659-5>
- Carleton, R. N. (2016). Into the Unknown: A Review and Synthesis of Contemporary Models Involving Uncertainty. *Journal of Anxiety Disorders*, 39, 30-43. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2016.02.007>
- Carleton, R. N., Mulvogue, M. K., Thibodeau, M. A., McCabe, R. E., Antony, M. M., & Asmundson, G. J. G. (2012). Increasingly Certain about Uncertainty: Intolerance of Uncertainty across Anxiety and Depression. *Journal of Anxiety Disorders*, 26, 468-479. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2012.01.011>
- Casale, S., Fioravanti, G., Flett, G. L., & Hewitt, P. L. (2014). From Socially Prescribed Perfectionism to Problematic Use of Internet Communicative Services: The Mediating Roles of Perceived Social Support and the Fear of Negative Evaluation. *Addictive Behaviors*, 39, 1816-1822. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2014.06.006>
- Casline, E. P., Ginsburg, G. S., Piacentini, J., Compton, S., & Kendall, P. (2020). Negative Life Events as Predictors of Anxiety Outcomes: An Examination of Event Type. *Research on Child and Adolescent Psychopathology*, 49, 91-102. <https://doi.org/10.1007/s10802-020-00711-x>
- Ciairano, S., Rabaglietti, E., Roggero, A., Bonino, S., & Beyers, W. (2007). Patterns of Adolescent Friendships, Psychological Adjustment and Antisocial Behavior: The Moderating Role of Family Stress and Friendship Reciprocity. *International Journal of Behavioral Development*, 31, 539-548. <https://doi.org/10.1177/0165025407080573>

- Compas, B. E., & Oppedisano, G. (2000). Mixed Anxiety/Depression in Childhood and Adolescence. In A. J. Sameroff, M. Lewis, & S. M. Miller (Eds.), *Handbook of Developmental Psychopathology* (pp. 531-548). Springer US. https://doi.org/10.1007/978-1-4615-4163-9_28
- Demir, M., & Weitekamp, L. A. (2007). I Am So Happy'Cause Today I Found My Friend: Friendship and Personality as Predictors of Happiness. *Journal of Happiness Studies*, 8, 181-211. <https://doi.org/10.1007/s10902-006-9012-7>
- Dugas, M. J., Gagnon, F., Ladouceur, R., & Freeston, M. H. (1998). Generalized Anxiety Disorder: A Preliminary Test of a Conceptual Model. *Behaviour Research and Therapy*, 36, 215-226. [https://doi.org/10.1016/s0005-7967\(97\)00070-3](https://doi.org/10.1016/s0005-7967(97)00070-3)
- Einstein, D. A. (2014). Extension of the Transdiagnostic Model to Focus on Intolerance of Uncertainty: A Review of the Literature and Implications for Treatment. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 21, 280-300. <https://doi.org/10.1111/cpsp.12077>
- Gingras, A., Brassard, A., Péloquin, K., Lafontaine, M., Brault-Labbé, A., & Gosselin, P. (2024). Anxiety and Depressive Symptoms in First-Time Parents: A Dyadic Longitudinal Study Based on Attachment Theory. *Journal of Affective Disorders*, 355, 122-130. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2024.01.275>
- Görgülü, S. A., Baykan, H., & Karlıdere, T. (2023). Correlation among Experiential Avoidance, Anxiety Sensitivity and Behavioral Inhibition System in Generalized Anxiety Disorder and Panic Disorder Patients. *Psychiatria Danubina*, 35, 344-354. <https://doi.org/10.24869/psyd.2023.344>
- Grant, K. E., Compas, B. E., Stuhlmacher, A. F., Thurm, A. E., McMahon, S. D., & Halpert, J. A. (2003). Stressors and Child and Adolescent Psychopathology: Moving from Markers to Mechanisms of Risk. *Psychological Bulletin*, 129, 447-466. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.129.3.447>
- Grupe, D. W., & Nitschke, J. B. (2013). Uncertainty and Anticipation in Anxiety: An Integrated Neurobiological and Psychological Perspective. *Nature Reviews Neuroscience*, 14, 488-501. <https://doi.org/10.1038/nrn3524>
- Hearon, B. A., Quatromoni, P. A., Mascoop, J. L., & Otto, M. W. (2014). The Role of Anxiety Sensitivity in Daily Physical Activity and Eating Behavior. *Eating Behaviors*, 15, 255-258. <https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2014.03.007>
- Ingram, R. E. (2003). Origins of Cognitive Vulnerability to Depression. *Cognitive Therapy and Research*, 27, 77-88. <https://doi.org/10.1023/a:1022590730752>
- Keefe, K., & Berndt, T. J. (1996). Relations of Friendship Quality to Self-Esteem in Early Adolescence. *The Journal of Early Adolescence*, 16, 110-129. <https://doi.org/10.1177/0272431696016001007>
- Keiley, M. K., Howe, T. R., Dodge, K. A., Bates, J. E., & Pettit, G. S. (2001). The Timing of Child Physical Maltreatment: A Cross-Domain Growth Analysis of Impact on Adolescent Externalizing and Internalizing Problems. *Development and Psychopathology*, 13, 891-912. <https://doi.org/10.1017/s0954579401004084>
- Kieling, C., Baker-Henningham, H., Belfer, M., Conti, G., Ertem, I., Omigbodun, O. et al. (2011). Child and Adolescent Mental Health Worldwide: Evidence for Action. *The Lancet*, 378, 1515-1525. [https://doi.org/10.1016/s0140-6736\(11\)60827-1](https://doi.org/10.1016/s0140-6736(11)60827-1)
- Kong, X., Cui, L., Li, J., & Yang, Y. (2022). The Effect of Friendship Conflict on Depression, Anxiety and Stress in Chinese Adolescents: The Protective Role of Self-Compassion. *Journal of Child and Family Studies*, 31, 3209-3220. <https://doi.org/10.1007/s10826-022-02413-y>
- Kujawa, A., Klein, D. N., Pegg, S., & Weinberg, A. (2020). Developmental Trajectories to Reduced Activation of Positive Valence Systems: A Review of Biological and Environmental Contributions. *Developmental Cognitive Neuroscience*, 43, Article ID: 100791. <https://doi.org/10.1016/j.dcn.2020.100791>
- Kural, A. I., & Kovacs, M. (2022). The Role of Anxious Attachment in the Continuation of Abusive Relationships: The Potential for Strengthening a Secure Attachment Schema as a Tool of Empowerment. *Acta Psychologica*, 225, Article ID: 103537. <https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2022.103537>
- Liu, X., Xiao, S., Luo, D., Zhang, J., Qin, L., & Yin, X. (2020). Graduate Students' Emotional Disorders and Associated Negative Life Events: A Cross-Sectional Study from Changsha, China. *Risk Management and Healthcare Policy*, 13, 1391-1401. <https://doi.org/10.2147/rmhp.s236011>
- Mertz, L. G. B., Carstensen, T. B. W., Frostholm, L., Ørnbøl, E., & Rask, C. U. (2023). Examining Associations between Early Adverse Life Events and Health Anxiety Using the Danfund Study. *Journal of Psychosomatic Research*, 174, Article ID: 111496. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychores.2023.111496>
- Metts, A. V., Roy-Byrne, P., Stein, M. B., Sherbourne, C. D., Bystritsky, A., & Craske, M. G. (2024). Reciprocal and Indirect Effects among Intervention, Perceived Social Support, and Anxiety Sensitivity within a Randomized Controlled Trial for Anxiety Disorders. *Behavior Therapy*, 55, 80-92. <https://doi.org/10.1016/j.beth.2023.05.008>
- Ouellet, C., Langlois, F., Provencher, M. D., & Gosselin, P. (2019). Intolerance of Uncertainty and Difficulties in Emotion Regulation: Proposal for an Integrative Model of Generalized Anxiety Disorder. *European Review of Applied Psychology*, 69, 9-18. <https://doi.org/10.1016/j.erap.2019.01.001>
- Reiss, S., Peterson, R. A., Gursky, D. M., & McNally, R. J. (1986). Anxiety Sensitivity, Anxiety Frequency and the Prediction of Fearfulness. *Behaviour research and therapy*, 24, 1-8. [https://doi.org/10.1016/0005-7967\(86\)90143-9](https://doi.org/10.1016/0005-7967(86)90143-9)

- Rettie, H., & Daniels, J. (2021). Coping and Tolerance of Uncertainty: Predictors and Mediators of Mental Health during the COVID-19 Pandemic. *American Psychologist*, *76*, 427-437. <https://doi.org/10.1037/amp0000710>
- Riesel, A., Härpfer, K., Kathmann, N., & Klawohn, J. (2021). In the Face of Potential Harm: The Predictive Validity of Neural Correlates of Performance Monitoring for Perceived Risk, Stress, and Internalizing Psychopathology during the COVID-19 Pandemic. *Biological Psychiatry Global Open Science*, *1*, 300-309. <https://doi.org/10.1016/j.bpsgos.2021.08.004>
- Rivers, A. S., Winston-Lindeboom, P., Weissinger, G., Watkins, N. K., & Ruan-Iu, L. (2024). Attachment to Parental Figures in Emerging Adults from Brazil, India, and Nigeria: Associations with Anxiety and Depressive Symptoms. *Journal of Social and Personal Relationships*, *41*, 1818-1845. <https://doi.org/10.1177/02654075241230453>
- Selye, H. (1936). Thymus and Adrenals in the Response of the Organism to Injuries and Intoxications. *British Journal of Experimental Pathology*, *17*, 234.
- Shihata, S., McEvoy, P. M., Mullan, B. A., & Carleton, R. N. (2016). Intolerance of Uncertainty in Emotional Disorders: What Uncertainties Remain? *Journal of Anxiety Disorders*, *41*, 115-124. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2016.05.001>
- Swee, M. B., Olino, T. M., & Heimberg, R. G. (2019). Worry and Anxiety Account for Unique Variance in the Relationship between Intolerance of Uncertainty and Depression. *Cognitive Behaviour Therapy*, *48*, 253-264. <https://doi.org/10.1080/16506073.2018.1533579>
- Weinberg, A., Dieterich, R., & Riesel, A. (2015). Error-related Brain Activity in the Age of RDoC: A Review of the Literature. *International Journal of Psychophysiology*, *98*, 276-299. <https://doi.org/10.1016/j.ijpsycho.2015.02.029>
- Weinberg, A., Kujawa, A., & Riesel, A. (2022). Understanding Trajectories to Anxiety and Depression: Neural Responses to Errors and Rewards as Indices of Susceptibility to Stressful Life Events. *Current Directions in Psychological Science*, *31*, 115-123. <https://doi.org/10.1177/09637214211049228>
- Wheaton, M. G., & Kaiser, N. (2021). Anxiety Sensitivity and Intolerance of Uncertainty as Factors Related to Adult Separation Anxiety Disorder Symptoms. *International Journal of Cognitive Therapy*, *14*, 473-484. <https://doi.org/10.1007/s41811-021-00114-w>
- Wheaton, M. G., Deacon, B. J., McGrath, P. B., Berman, N. C., & Abramowitz, J. S. (2012). Dimensions of Anxiety Sensitivity in the Anxiety Disorders: Evaluation of the Asi-3. *Journal of Anxiety Disorders*, *26*, 401-408. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2012.01.002>
- Yang, S., Huang, P., Li, B., Gan, T., Lin, W., & Liu, Y. (2023). The Relationship of Negative Life Events, Trait-Anxiety and Depression among Chinese University Students: A Moderated Effect of Self-Esteem. *Journal of Affective Disorders*, *339*, 384-391. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2023.07.010>
- Zvolensky, M. J., & Forsyth, J. P. (2002). Anxiety Sensitivity Dimensions in the Prediction of Body Vigilance and Emotional Avoidance. *Cognitive Therapy and Research*, *26*, 449-460. <https://doi.org/10.1023/a:1016223716132>