

抑郁症患者过度寻求安慰的研究进展

解梦摇

辽宁师范大学心理学院, 辽宁 大连

收稿日期: 2025年3月26日; 录用日期: 2025年5月9日; 发布日期: 2025年5月21日

摘要

过度寻求安慰是指个体在他人表示厌烦, 依旧反复地寻求安慰和反馈的行为。过度寻求安慰的测量工具及方法包括了抑郁人际关系分量表、录音讨论任务、生态瞬时评估。抑郁症患者的过度寻求安慰受到个体人格特质(依恋类型、人际依赖)以及认知层面(认知-情感冲突水平、反刍思维、无法忍受不确定性)的影响。未来研究可进一步聚焦在过度寻求安慰的研究方法、本质及内涵、干预策略及本土化研究等方面, 进而推动过度寻求安慰研究的发展。

关键词

过度寻求安慰, 抑郁症患者, 焦虑型依恋

Research Progress on the Excessive Reassurance Seeking among Depression Patients

Mengyao Xie

College of Psychology, Liaoning Normal University, Dalian Liaoning

Received: Mar. 26th, 2025; accepted: May 9th, 2025; published: May 21st, 2025

Abstract

Excessive reassurance seeking refers to the behavior of repeatedly seeking comfort and feedback even when others express annoyance. Excessive reassurance seeking measure tools and methods have included the Depressive Interpersonal Relationship Inventory-Reassurance Seeking Subscale, audio-recorded discussion task, and Ecological momentary assessment. Excessive reassurance seeking in depressed patients is influenced by individual personality traits (attachment type, interpersonal dependence) as well as cognitive dimensions (level of cognitive-emotional conflict, rumination,

intolerance of uncertainty). Future research can further focus on the research methodology, nature and connotation, intervention strategies and localization of excessive reassurance seeking to promote the development of excessive reassurance seeking research.

Keywords

Excessive Reassurance Seeking, Depression Patients, Anxious Attachment

Copyright © 2025 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

过度寻求安慰(Excessive Reassurance Seeking, ERS)是指个体在他人表示厌烦后, 依旧反复地寻求安慰和反馈的行为。过度寻求安慰最初是由 Coyne 提出来的, 他认为抑郁症患者会持续、重复地向他人寻求安慰, 以降低自身的低自我价值感和抑郁症状, 同时还指出抑郁症患者可能会怀疑安慰的诚意或真实性, 继续寻求安慰, 产生过度的恶性循环(Coyne, 1976)。Joiner 等人(1992)认为抑郁症患者将 ERS 作为满足情感需求的一种手段。换句话说, 个人寻求安慰可能表面上是为了减轻对低自我价值感的担忧, 但实际上是为了获得关注和满足情感需求(Parrish & Radomsky, 2010)。Gillett 和 Mazza (2018)根据寻求安慰的目的将 ERS 分为了回避型寻求安慰、唤起型寻求安慰和双功能型寻求安慰。回避型寻求安慰是指个体通过向他人寻求安慰来减少厌恶或焦虑情绪; 唤起型寻求安慰是指个体寻求安慰是为了获得情感上的需求和保证, 例如问伴侣: “你爱我吗?”; 双功能型寻求安慰是指个体寻求安慰既是为了控制自身情绪, 也是为了获得他人的关注来满足情感上的需求, 例如问父母: “你能原谅我吗?”。以往的研究发现, ERS 不仅会降低个体亲密关系的质量, 从而导致人际拒绝和社会支持减少(Stewart & Harkness, 2015; Baer et al., 2022), 还会将抑郁症患者的抑郁情绪“传染”给他人, 增加他人患抑郁症的风险(Schwartz-Mette & Smith, 2018)。因此适当地寻求安慰对于个体发展和维持人际关系有着至关重要的意义。

抑郁症患者持续的消极情绪和精力减退, 导致抑郁症患者的社会功能恶化(Lee et al., 2021; Kupferberg et al., 2016), 例如, 人际冲突水平的增加以及较差的人际压力应对能力等(Wong et al., 2020; Lenger et al., 2022)。这可能是与抑郁症患者 ERS 和寻求负反馈等不良人际行为有关(Wakeling et al., 2020), 抑郁症患者在应对人际压力产生的消极情绪时, 常常表现出过度向他人寻求安慰的行为(Dixon-Gordon et al., 2018)。例如, 一项研究对 53 名强迫症患者、60 名焦虑症患者、54 名抑郁症患者, 以及 110 名健康个体的寻求安慰进行了比较, 结果显示, 抑郁症患者在寻求安慰频率上的得分显著高于健康个体(Haciomeroglu & Inozu, 2019)。而且 ERS 作为一种适应不良的人际行为与更严重的抑郁症状存在密切的关系(Chan & Rawana, 2021)。因此对于抑郁症患者过度寻求安慰的干预具有重要的临床意义。

已有研究表明, ERS 显著预测了抑郁症状的增加, 而且这种效应受到了年龄和抑郁症状严重程度的调节(Anagnostopoulos & Carter, 2019)。在对患抑郁的高危儿童(6~14 岁)样本的纵向研究中发现, 在经历外部困扰或父母抑郁症状增加后, 寻求安慰水平高的儿童抑郁症状的增加幅度显著高于寻求安慰水平低的儿童, 而且这种效应在较小年龄的儿童中没有发现(Abela et al., 2006; Wakeling et al., 2020)。这可能是由于随着年龄的增长, 寻求安慰的行为可能就变得不那么合理和规范了, 可能会增加其他人对此类请求的拒绝反应而不是给予安慰。此外, 在对社区样本和临床重度抑郁症患者样本的对比中发现, 尽管这两个样本都显示出 ERS 与抑郁症状之间的显著关联, 但与社区样本研究相比, 对临床重度抑郁症患者样本

的研究得出的 ERS 与抑郁症状之间的关联较低(Starr & Davila, 2008)。这个结果可能意味着过度寻求安慰的变化趋势会随着症状变得更严重而发生改变。例如, 抑郁症患者过度寻求安慰一开始可能会使症状升级, 当症状进入严重抑郁的范围时, 过度寻求安慰这一行为就会趋于平稳。

随着研究的深入, 学者们将过度寻求安慰应用于强迫症患者和焦虑症患者领域中, 把过度寻求安慰与担忧和焦虑情绪联系在一起(Haciomeroglu, 2020)。从这个角度出发, 过度寻求安慰被定义为一种积极行为, 旨在减少担忧和焦虑情绪的一种情绪调节策略(Cougale et al., 2012; Altan-Atalay & Ray-Yol, 2023)。但是 ERS 在抑郁症患者和强迫症患者中的功能和目的是不一样的: 第一, 抑郁症患者寻求安慰是想要获得情感支持和缓解情绪, 而强迫症患者寻求安慰主要是减少不确定性带来的消极情绪; 第二, 诱发因素不一样, 抑郁症患者寻求安慰是由人际问题所诱发, 而强迫症患者寻求安慰是由一般威胁所诱发。对于抑郁症患者 ERS 的研究表明它是一种适应不良的行为模式, 但并未得到实验证据的一致支持。此外, 关于其潜在机制目前尚无定论。鉴于此, 本文基于 ERS 的研究进展, 梳理 ERS 的测量工具, 总结影响抑郁症患者 ERS 的主要因素, 并指出 ERS 研究未来需进一步探索的研究方向。

2. 过度寻求安慰的测量工具及方法

2.1. 抑郁人际关系分量表

抑郁人际关系分量表(Depressive Interpersonal Relationship Inventory-Reassurance Seeking Subscale, DIRI-RS)是由 Joiner 等人(1992)编制的, 用来评估青少年 ERS 的行为倾向, 是使用最广泛的测量工具之一。DIRI-RS 包括过度寻求安慰倾向和过度寻求安慰人际后果两个维度, 总共四个项目。过度寻求安慰倾向测试包括两个项目(例如, “你是否经常向你亲近的人寻求安慰, 来确定他们是否真的关心你?”)。过度寻求安慰人际后果的测量也包括两个项目(例如, 亲近的人有时会被你“是否真的关心自己”的问题而被激怒吗?)。大量的实证研究表明 DIRI-RS 具有良好的信度和效度(Fearey et al., 2021)。例如, 一项研究为了探讨寻求安慰与抑郁症状之间的关系, 让 84 名高中生完成了 DIRI-RS、认知应对策略等量表。研究表明, 女性的 ERS 与抑郁症状存在显著正相关关系, 而且与男性相比, 高寻求安慰的女性报告的抑郁水平更高。在该研究中 DIRI-RS 的内部一致性系数为 0.79 (Vorndran Hedrick et al., 2020)。但是该量表的范围较窄、项目较少, 只适用于青少年。

Abela 等人(2006)改编了 DIRI-RS 将其应用于儿童样本中, 修订后的量表包括四项陈述(例如, “我总是需要问我的父母和朋友他们是否喜欢我”)。项目得分从 0 到 3, 得分越高表明寻求安慰的程度越高, 在该研究中该量表具有较好的内部一致性。此外 Nesi 和 Prinstein (2015)在 DIRI-RS 的基础上增加了 6 个额外项目, 包括对外表的寻求安慰(例如, 经常问别人我看起来是否有吸引力), 八卦(例如, 经常问别人是怎么看我), 以及一般的喜欢(例如, 经常问别人是否喜欢我)。该量表同样也表现出较好的内部一致性。这些量表从各个维度和情景评估了个体的 ERS, 在一定程度上扩大了 ERS 的测量范围, 但是自我报告有很大的局限性。首先, 人们对日常行为参与度的估计与实际做这些事情的频率之间存在一定的差距(Vazire & Mehl, 2008), 这导致自我报告中测量到的 ERS 与实际之间存在偏差。其次, 自我报告的 ERS 可能受到情绪状态的影响, 因此可能被人为夸大或忽略; 最后, 由于 DIRI-RS 测量的是个体过度的不良行为, 因此社会期望效应可能会对 ERS 的报告产生影响。

2.2. 录音讨论任务

录音讨论任务是指在实验室情景下, 通过对一个开放性话题的讨论来诱导个体产生寻求安慰的行为并进行录音编码的一种方法。Stewart 和 Harkness (2017)采用录音讨论任务探究了伴侣之间的过度寻求安慰, 121 对伴侣被引导到不同的房间完成了一份人格问卷, 随后得到了关于他的人格特征的虚假且模糊

的反馈(为了诱导被试产生寻求安慰的行为),之后的 5 分钟时间让他们讨论人格问卷结果是否符合他们自己的性格特征、人格问卷结果是否准确以及其他的总体印象,并且全程录音并对女性在录音讨论任务中寻求安慰行为频率进行编码,例如:“我比问卷描述的更诚实,你不觉得吗?”。结果显示,相比于其他组,在高抑郁症状和低消极关系认知的女性中,ERS 的行为显著更高。此外, Lord 等人(2020)采用相同的录音讨论任务对任务期间寻求安慰的时间进行了编码,同样得出相同的结论。相比于自我报告,录音讨论任务在一定程度上可以实时观测到个体的 ERS。在一定程度上弥补了自我报告受情绪状态和其他因素的影响。但是此实验任务也有一定的局限性,由于仅限于实验室的情境,它所诱发的 ERS 是短期的,而非长期的。此外,该任务对于 ERS 的编码是模糊的,没有明确界定过度的频率。

2.3. 生态瞬时评估

生态瞬时评估(Ecological momentary assessment; EMA)是一种在日常生活中收集信息的方法,广泛适用于社会心理学和行为科学领域(Stinson et al., 2022)。EMA 主要包括了两种方法,一种是自我监控法,这种方法要求被试主动地报告自己当前的行为,另一种是经验取样法,该方法通过一定的信号设备(智能手机等)来提示被试即时地报告自己当前的情绪或想法,这种提示的时间安排是由主试决定的(Williams et al., 2021)。这种研究方法可以避免因时间和空间的限制导致的个体记忆偏差,也经常被用来测量个体在日常生活中人际行为(Raposa & Hammen, 2018; Tran et al., 2023)。Turner 等人(2017)为了研究自杀自伤个体和非自杀自伤个体在人际能力和日常人际体验方面的差异,进行了为期 14 天的自我报告。被试每天晚上都会收到一封上面有在线问卷的链接和密码的电子邮件,并且在睡觉前完成该问卷。在问卷中被试被要求报告在三个时间段内(早上、下午和晚上)有关人际关系的事件和情绪水平。Evraire 等人(2022)采用生态瞬时评估法探讨了依恋风格与 ERS 的关系,110 对异性恋夫妇被要求每天通过线上报告他们的消极情绪水平、ERS 以及对伴侣的信任程度,为期 14 天。结果显示,焦虑型依恋水平高的个体 ERS 水平较高,回避型依恋水平高的个体 ERS 水平较低。

EMA 能够在不同的时间和不同的场合收集数据信息,在真实情境下纵向动态地研究变量间的关系,这与传统标准化的评估相比大大减少了回忆偏差,具有更高的准确性和代表性。与传统的自陈式评估相比,EMA 可以揭示行为现象的动态过程,因为这种方法是可重复测量的,并且数据收集只是集中在某一时间段,不打扰被试的正常生活,可以根据研究目的和被试实际情况进行调整。然而,EMA 并非没有局限。首先,数据的缺失问题,由于被试依从性和其他因素会导致部分数据缺失;其次,频繁收集数据会让被试产生负担,从而影响到数据的收集。但是,尽管存在这些问题,EMA 由于其高代表性、高准确性和高灵活性,仍不失为一种对人际行为评估更有效、更准确的方法。

3. 抑郁症患者过度寻求安慰的影响因素

3.1. 人格特质

3.1.1. 依恋类型

依恋是个体与他人形成的一种情感联结,这种联结最初形成于个体生命早期与其主要抚养人的互动过程,在该互动过程中,个体会形成处理人际关系的积极或消极的心理表征,即内部工作模型(Internal Working Model; IWM) (Bowlby, 1973)。Bartholomew 和 Horowitz (1991)将成人不安全型依恋分成了焦虑型依恋和回避型依恋。焦虑型依恋源于早期与抚养者的互动经历,它的特征是对与依恋相关线索的高度警惕和焦虑;依恋回避源于抚养者的拒绝和忽视,它的特征是过多地关注自我而排斥他人,即以自我为中心,对他人漠不关心。

已有研究证明,焦虑型依恋与 ERS 之间存在密不可分的关联(Loeb et al., 2021)。Shaver 等人(2005)发

现,女性的焦虑型依恋越高,在日常生活中向伴侣寻求安慰的倾向就越高。同样的,Evraire 和 Dozois (2014)的研究也发现,相比于回避型依恋的个体,焦虑型依恋的个体的 ERS 分数更高。这可能与焦虑型依恋的个体倾向于过度激活依恋系统有关,即过度追求亲密关系以满足渴望被关注的心理需求,以及过度依赖他人来调节情绪。例如, Messina 等人(2023)对 630 名成年人的研究发现,寻求安慰在焦虑型依恋和抑郁症状之间起中介作用。此时,寻求安慰可能反映了一种过度激活的依恋行为,对个体的抑郁症状产生影响。因此不同的依恋类型会影响到个体的人际行为。

3.1.2. 人际依赖

人际依赖可以定义为一种依赖型人格,人际依赖的个体常常表现出对人际拒绝的恐惧和人际关系的高需求,以顺从和合作的方式与他人相处(Natoli et al., 2021)。一项研究采用生态瞬时评估对 23 名当前重度抑郁患者、38 名缓解抑郁患者和 43 名健康对照个体完成了为期 2 周的调查。结果发现,与缓解型抑郁患者和健康对照组相比,当前重度抑郁患者对人际关系表现出更大的反应性(Sheets & Armey, 2020)。这说明了抑郁患者对人际关系的敏感性较高,更容易受到人际环境的影响。在人际关系中,人际依赖作为个体的一种人格特征,也影响着个体与他人交往的方式。McClintock 等人(2014)对筛选出来的 78 名高水平人际依赖的被试进行了研究,结果表明,即使在控制了个体的抑郁症状之后,人际依赖与 ERS 显著相关。这可能是因为依赖型个体的内在动力不足,他们对人际场景的依赖以及对人际拒绝的敏感性,都促使其向他人寻求更多的安慰和支持。

3.2. 认知层面

3.2.1. 认知 - 情感冲突水平

自我验证(Self-verification)是指人们为了获得对外界的控制感和预测感,会不断地寻求与其自我概念相一致的反馈,从而保持并强化他们原有的自我概念(Swann, 1987)。Evraire 和 Dozois (2011)的人际关系模型认为,抑郁症患者的低自我概念会促使个体通过寻求负反馈来自我验证。例如, Gallagher 等人(2024)让 91 名患者完成了一项寻求负反馈行为任务(Negative feedback-seeking behavioral task; NFS-BT), 抑郁症患者被告知其同伴在任务期间选择最能描述他们的六种积极品质和六种消极品质,研究者将这些品质呈现在不同的卡片上,要求被试只能查看六张卡片并指出他们最希望先看到哪张牌(积极或消极),然后是第二张,依此类推。每选择一次呈现消极品质的卡片,被记为 1 分。结果显示,抑郁症状的严重程度与 NFS-BT 分数显著正相关。此外,一项研究选取了 50 名抑郁患者和 50 名健康人群,比较两组被试所选择的音乐类型以及选择悲伤音乐的动机。结果表明抑郁患者表现出更高的悲伤偏好,超过一半的人选择悲伤的音乐,且抑郁患者明显倾向于自我验证而非享乐动机(Arens & Stangier, 2020)。

这种自我验证的倾向会使个体在寻求安慰和支持时陷入一种认知 - 情感的冲突,冲突水平越高,寻求安慰的倾向就越高。换句话说寻求安慰可以使抑郁患者的情感上得到满足,但是他人给予的正面反馈与个体的自我概念不一致,产生认知上的冲突。这种冲突导致抑郁患者在产生寻求安慰的行为的同时又会对他人反馈的正确性产生怀疑,这种怀疑又会促使抑郁患者“过度”寻求安慰,产生恶性循环,加剧个体的抑郁症状。

3.2.2. 反刍思维

反刍思维(rumination)是个体将注意力集中在痛苦的情况或事件的原因和影响上的一种消极重复性思维(Grafton et al., 2016)。Nolen-Hoeksema (1987)提出的抑郁反应风格理论认为反刍思维是抑郁症状发生和维持的核心危险因素。Stroud 等人(2018)发现反刍思维与 ERS 之间不仅存在显著的正相关关系,而且 ERS 在反刍思维和人际压力的增加之间起中介作用。此外,一项纵向研究的结果也表明了抑郁患者的反刍

思维能够显著预测 2 年之后 ERS 行为的增加(Clayton et al., 2021)。因此, 抑郁症患者的 ERS 的高低会受到反刍思维的影响。这可能是因为高反刍思维的个体很难将注意力从负面情绪和事件发生的因果关系中脱离出来(Figueroa et al., 2019), 从而影响个体寻求和接受社会支持的数量和质量。例如, 反刍思维与感知社会支持水平存在显著的负相关(Xia et al., 2022), 横截面证据表明, 高反刍思维的个体更有可能采取适应不良的行为寻求社会支持, 如过度的寻求安慰(Weinstock & Whisman, 2007)。

3.2.3. 无法容忍不确定性

无法忍受不确定性(Intolerance of Uncertainty; IU)也是一种逃避预期的认知偏差, 这种认知偏差使得个体倾向于认为不确定情景是消极的, 个体常常表现为恐惧和担忧不确定性的情景(Buhr & Dugas, 2002)。IU 是许多情绪障碍的一个跨诊断因素, 包括焦虑症和抑郁症等(Rosser, 2019; Shihata et al., 2017)。有研究证明 IU 与 ERS 之间存在显著的关联(Carleton et al., 2019), Clark 等人(2020)对 328 名被试进行的研究表明, IU 与 ERS 之间存在显著的正相关关系。Meyer 等人(2023)采用 EMA 来评估 104 名被试连续 14 天的寻求安慰行为与 IU 之间的关系, 结果表明, 基线时的 IU 与日常寻求安慰的行为有关。这可能是因为与 IU 水平低的人相比, IU 水平高的个体往往将不确定的情景看作是具有威胁性的, 为了应对不确定性引发的恐惧和焦虑情绪, IU 水平高的个体常使用非适应性策略, 如寻求安慰、回避(Kusec et al., 2016; Bartoszek et al., 2022)。

4. 总结与展望

综上所述, 抑郁症患者过度寻求安慰这一现象, 受人格特质与认知层面多种因素的影响。这些因素不仅从内在机制上, 塑造了抑郁症患者在寻求安慰时的行为模式与心理状态, 同时也在一定程度上, 对既有研究方法和干预措施提出了挑战。但现有研究仍存在不少局限, 如研究方法的局限性限制了对这一现象全面、深入的认识; 对过度寻求安慰本质及内涵的探究尚不充分, 影响了对其准确的理解和把握; 有效的干预策略也相对匮乏, 无法满足实际的临床需求; 本土化研究的不足, 难以形成本土理论体系。因此, 有必要在后续研究中, 对这些方面展开深入探索, 以增进对抑郁症患者过度寻求安慰现象的认识与应对能力。

4.1. 改进和完善过度寻求安慰的研究方法

前文介绍的对 ERS 的测量大多还是使用自我报告的方法, 现有的关于 ERS 的实验研究方法较少。录音讨论任务虽然在实验室通过创设一个情景来诱发个体向他人产生寻求安慰行为的方法, 但是该情景诱发的寻求安慰的内容比较单一, 因为它要求被试讨论人格特征的反馈是否与个体一致, 例如: “我真的像描述的那样不诚实吗? ”。在这个过程中对个体产生的 ERS 进行编码。但是在日常生活中抑郁症患者寻求安慰主要还是集中在寻求情感上的安慰, 而较少集中在确定自身人格特征方面。例如, 一项研究采用半结构化访谈的方法对强迫症、临床抑郁症患者和健康对照组进行了研究。结果显示与强迫症和健康对照组相比, 抑郁症患者寻求安慰的内容主要集中在感知到的社会威胁(如遗弃、失去支持时)(Parrish & Radomsky, 2010), 因此它们更有可能寻求情感的安慰。而且, 录音讨论任务是否真的能够有效诱发个体产生 ERS, 还需要更多的实证研究验证。在未来的研究中, 可以在实验室模拟不同的情景来诱导个体向他人寻求情感上的安慰, 进一步去构建更完善、严谨的实验室研究, 扩展 ERS 的研究范围。

4.2. 揭示和丰富过度寻求安慰的本质及内涵

抑郁症的人际关系理论认为 ERS 是一种个体持续反复地寻求他人对自我价值以及是否关心个体的行为倾向, 是抑郁症患者在人际关系中产生压力的核心机制(Coyne, 1976; Gillett & Mazza, 2018; Joiner &

Metalsky, 2001)。虽然目前给出了关于 ERS 的概念,但目前关于 ERS 的本质仍然有待澄清。从本文梳理的关于 ERS 的文献中来看,不清楚寻求安慰与 ERS 的区别。“过度”一词可能指频率或强度较高。然而,从理论上讲,如果一个非抑郁症患者个体经常寻求安慰,在他人看起来是可以容忍的(Hofmann et al., 2016)。只有在抑郁症患者寻求安慰时,才会使亲密他人对此行为产生厌恶(Evraire & Dozois, 2011; Hames et al., 2013)。为什么会产生这种人际后果的差异?客观上来讲,“过度”一词并不是指频率或强度的水平,而是由人际环境中的亲密他人将其定义为过度。只有当他人感受到寻求安慰带来的负面影响时,此时寻求安慰就变成了“过度”。但目前尚缺乏对 ERS 本质探索的实证研究,因此,未来应该从人际互动中的主体与互动对象两者出发,进一步探讨寻求安慰与 ERS 之间的关系,揭示 ERS 的本质及内涵。

4.3. 重视抑郁症患者过度寻求安慰的有效干预

目前,针对抑郁症患者 ERS 的干预研究比较匮乏,更没有形成体系,不断开发和完善此适应不良行为的干预策略,使其更具操作性、规范性和临床效果也是未来重要的研究方向。对抑郁症患者过度寻求安慰的干预能够促进其社交能力的发展,帮助其更好地与他人的交往(Carter et al., 2020)。ERS 的干预重点是让抑郁症患者意识到 ERS 对亲密他人的危害,提高对他人正面反馈的敏感性,合理寻求安慰,从而产生参与社会互动的兴趣。研究发现 ERS 这种适应不良行为可以通过认知行为疗法降低。例如,在 Katz 等人(2020)的研究中发现,抑郁组 ERS 的得分在 CBT 治疗过程中显著下降,而且 ERS 的降低与症状严重程度减少显著相关。针对抑郁症的认知行为疗法旨在减少与人际脆弱性相关的负面评价、功能失调的假设和核心信念(Beck, 1983),抑郁症的认知行为疗法可能通过相关的认知变化间接影响 ERS。但是认知疗法对抑郁症患者 ERS 的影响还需要进一步探索,进一步开发有效的干预策略。

4.4. 加强过度寻求安慰本土化的研究

中国传统文化价值观是以群体为本位的整体主义,而西方传统文化价值观是以个人为本位的个体主义。正是这种价值取向使中国人与亲密他人的情感联结更加紧密,相比于西方国家,中国人可能会更积极地向他人寻求情感上的安慰。然而,目前 ERS 的研究主要集中在国外,国内抑郁症患者 ERS 的文献比较单薄,缺乏系统性。李丽娜等人(2016)对社区样本的研究表明,寻求安慰水平越高,越容易出现抑郁情绪。李薇等人(2021)认为寻求安慰可以激励个体努力寻求心理安慰和帮助,有助于提高个体的心理健康服务需求水平。但在中国文化背景下,社区样本和临床样本中 ERS 与抑郁症状的关联还值得进一步探讨并通过实证研究加以证实。此外,目前国内研究的关注点主要集中在寻求支持和安慰领域,但是过度地寻求支持和安慰对个体身心健康的影响也是一个未来值得深入的话题。未来的研究应该从中国文化视角出发,深入探讨 ERS 在中国社会文化背景下的独特效应和内在机制。

参考文献

- 李丽娜, 刘霄, 马会霞, 吕少博, 王晓燕, 罗红格, 等(2016). 城镇化进程中留守妇女安慰寻求、孤独感与抑郁的相关性. *现代预防医学*, 43(7), 1217-1221.
- 李薇, 张珊珊, 齐音, 崔枫楠, 张郢, 张帆, 等(2021). 城镇化进程中留守妇女的幸福感对心理健康服务需求的影响: 安慰寻求的中介作用. *中国健康心理学杂志*, 29(12), 1761-1764.
- Abela, J. R. Z., Zuroff, D. C., Ho, M. R., Adams, P., & Hankin, B. L. (2006). Excessive Reassurance Seeking, Hassles, and Depressive Symptoms in Children of Affectively Ill Parents: A Multiwave Longitudinal Study. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 34, 165-181. <https://doi.org/10.1007/s10802-005-9011-x>
- Altan-Atalay, A., & Ray-Yol, E. (2023). Interpersonal and Intrapersonal Emotion Regulation Strategies: How Do They Interact and Influence Fear of Negative Evaluation? *Current Psychology*, 42, 4498-4503. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-01810-8>
- Anagnostopoulos, V., & Carter, M. M. (2019). Self-Report versus Informant Responses: Exploring the Relationship between

- Excessive Reassurance Seeking and Depression. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 38, 1-27. <https://doi.org/10.1521/jscp.2019.38.1.1>
- Arens, E. A., & Stangier, U. (2020). Sad as a Matter of Evidence: The Desire for Self-Verification Motivates the Pursuit of Sadness in Clinical Depression. *Frontiers in Psychology*, 11, Article 238. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00238>
- Baer, M. M., Spitz, T. L., Richmond, J. R., Tull, M. T., & Gratz, K. L. (2022). Associations of Interpersonal and Intrapersonal Emotion Regulation Strategies to Suicidal Ideation and Suicide Attempts. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 24, 1-9. <https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2022.02.003>
- Bartholomew, K., & Horowitz, L. M. (1991). Attachment Styles among Young Adults: A Test of a Four-Category Model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 226-244. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.61.2.226>
- Bartoszek, G., Ranney, R. M., Curanovic, I., Costello, S. J., & Behar, E. (2022). Intolerance of Uncertainty and Information-Seeking Behavior: Experimental Manipulation of Threat Relevance. *Behaviour Research and Therapy*, 154, Article 104125. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2022.104125>
- Beck, A. T. (1983). Cognitive Therapy of Depression: New Perspectives. In P. J. Clayton, & J. E. Barnett (Eds.), *Treatment for Depression: Old Controversies and New Approaches* (pp. 265-290). Raven Press.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and Loss: Vol. 2. Separation Anxiety and Anger*. Basic Books.
- Buhr, K., & Dugas, M. J. (2002). The Intolerance of Uncertainty Scale: Psychometric Properties of the English Version. *Behaviour Research and Therapy*, 40, 931-945. [https://doi.org/10.1016/s0005-7967\(01\)00092-4](https://doi.org/10.1016/s0005-7967(01)00092-4)
- Carleton, R. N., Desgagné, G., Krakauer, R., & Hong, R. Y. (2019). Increasing Intolerance of Uncertainty over Time: The Potential Influence of Increasing Connectivity. *Cognitive Behaviour Therapy*, 48, 121-136. <https://doi.org/10.1080/16506073.2018.1476580>
- Carter, R., Cust, F., & Boath, E. (2020). Effectiveness of a Peer Support Intervention for Antenatal Depression: A Feasibility Study. *Journal of Reproductive and Infant Psychology*, 38, 259-270. <https://doi.org/10.1080/02646838.2019.1668547>
- Chan, S., & Rawana, J. S. (2021). Examining the Associations between Interpersonal Emotion Regulation and Psychosocial Adjustment in Emerging Adulthood. *Cognitive Therapy and Research*, 45, 652-662. <https://doi.org/10.1007/s10608-020-10185-2>
- Clark, G. I., Rock, A. J., Clark, L. H., & Murray-lyon, K. (2020). Adult Attachment, Worry and Reassurance Seeking: Investigating the Role of Intolerance of Uncertainty. *Clinical Psychologist*, 24, 294-305. <https://doi.org/10.1111/cp.12218>
- Clayton, M. G., Giletta, M., Boettiger, C. A., & Prinstein, M. J. (2021). Determinants of Excessive Reassurance-Seeking: Adolescents' Internalized Distress, Friendship Conflict, and Inhibitory Control as Prospective Predictors. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 50, 88-96. <https://doi.org/10.1080/15374416.2019.1604234>
- Cogle, J. R., Fitch, K. E., Fincham, F. D., Riccardi, C. J., Keough, M. E., & Timpano, K. R. (2012). Excessive Reassurance Seeking and Anxiety Pathology: Tests of Incremental Associations and Directionality. *Journal of Anxiety Disorders*, 26, 117-125. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2011.10.001>
- Coyne, J. C. (1976). Depression and the Response of Others. *Journal of Abnormal Psychology*, 85, 186-193. <https://doi.org/10.1037/0021-843x.85.2.186>
- Dixon-Gordon, K. L., Halicz, L. A., Conkey, L. C., & Whalen, D. J. (2018). Difficulties in Interpersonal Emotion Regulation: Initial Development and Validation of a Self-Report Measure. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 40, 528-549. <https://doi.org/10.1007/s10862-018-9647-9>
- Evraire, L. E., & Dozois, D. J. A. (2011). An Integrative Model of Excessive Reassurance Seeking and Negative Feedback Seeking in the Development and Maintenance of Depression. *Clinical Psychology Review*, 31, 1291-1303. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2011.07.014>
- Evraire, L. E., & Dozois, D. J. A. (2014). If It Be Love Indeed Tell Me How Much: Early Core Beliefs Associated with Excessive Reassurance Seeking in Depression. *Canadian Journal of Behavioural Science/Revue canadienne des sciences du comportement*, 46, 1-8. <https://doi.org/10.1037/a0033486>
- Evraire, L. E., Dozois, D. J. A., & Wilde, J. L. (2022). The Contribution of Attachment Styles and Reassurance Seeking to Trust in Romantic Couples. *Europe's Journal of Psychology*, 18, 19-39. <https://doi.org/10.5964/ejop.3059>
- Fearey, E., Evans, J., & Schwartz-Mette, R. A. (2021). Emotion Regulation Deficits and Depression-Related Maladaptive Interpersonal Behaviours. *Cognition and Emotion*, 35, 1559-1572. <https://doi.org/10.1080/02699931.2021.1989668>
- Figuroa, C. A., DeJong, H., Mocking, R. J. T., Fox, E., Rive, M. M., Schene, A. H. et al. (2019). Attentional Control, Rumination and Recurrence of Depression. *Journal of Affective Disorders*, 256, 364-372. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2019.05.072>
- Gallagher, A. G., Washburn, D., Jacobson, J. A., & Harkness, K. L. (2024). Negative Feedback-Seeking in Depression: The Moderating Roles of Rumination and Interpersonal Life Stress. *Journal of Clinical Psychology*, 80, 471-489. <https://doi.org/10.1002/jclp.23624>

- Gillett, D. A., & Mazza, S. J. (2018). Clarifying a Construct: An Integrative Functional Model of Reassurance-Seeking Behaviors. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 36, 362-377. <https://doi.org/10.1007/s10942-018-0291-9>
- Grafton, B., Southworth, F., Watkins, E., & MacLeod, C. (2016). Stuck in a Sad Place: Biased Attentional Disengagement in Rumination. *Emotion*, 16, 63-72. <https://doi.org/10.1037/emo0000103>
- Haciomeroglu, B. (2020). The Role of Reassurance Seeking in Obsessive Compulsive Disorder: The Associations between Reassurance Seeking, Dysfunctional Beliefs, Negative Emotions, and Obsessive-Compulsive Symptoms. *BMC Psychiatry*, 20, Article No. 356. <https://doi.org/10.1186/s12888-020-02766-y>
- Haciomeroglu, B., & Inozu, M. (2019). Is Reassurance Seeking Specific to OCD? Adaptation Study of the Turkish Version of Reassurance Seeking Questionnaire in Clinical and Non-Clinical Samples. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 47, 363-385. <https://doi.org/10.1017/s1352465818000462>
- Hames, J. L., Hagan, C. R., & Joiner, T. E. (2013). Interpersonal Processes in Depression. *Annual Review of Clinical Psychology*, 9, 355-377. <https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-050212-185553>
- Hofmann, S. G., Carpenter, J. K., & Curtiss, J. (2016). Interpersonal Emotion Regulation Questionnaire (IERQ): Scale Development and Psychometric Characteristics. *Cognitive Therapy and Research*, 40, 341-356. <https://doi.org/10.1007/s10608-016-9756-2>
- Joiner, T. E., & Metalsky, G. I. (2001). Excessive Reassurance Seeking: Delineating a Risk Factor Involved in the Development of Depressive Symptoms. *Psychological Science*, 12, 371-378. <https://doi.org/10.1111/1467-9280.00369>
- Joiner, T. E., Alfano, M. S., & Metalsky, G. I. (1992). When Depression Breeds Contempt: Reassurance Seeking, Self-Esteem, and Rejection of Depressed College Students by Their Roommates. *Journal of Abnormal Psychology*, 101, 165-173. <https://doi.org/10.1037/0021-843x.101.1.165>
- Katz, D. E., Laposa, J. M., & Rector, N. A. (2020). Excessive Reassurance Seeking in Depression versus Obsessive-Compulsive Disorder: Cross-Sectional and Cognitive Behavioural Therapy Treatment Comparisons. *Journal of Anxiety Disorders*, 75, Article 102280. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2020.102280>
- Kupferberg, A., Bicks, L., & Hasler, G. (2016). Social Functioning in Major Depressive Disorder. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 69, 313-332. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2016.07.002>
- Kusec, A., Tallon, K., & Koerner, N. (2016). Intolerance of Uncertainty, Causal Uncertainty, Causal Importance, Self-Concept Clarity and Their Relations to Generalized Anxiety Disorder. *Cognitive Behaviour Therapy*, 45, 307-323. <https://doi.org/10.1080/16506073.2016.1171391>
- Lee, Y. J., Kim, H. C., & Jung, S. J. (2021). Depressive Subfactors and Cognitive Function in Midlife. *Journal of Affective Disorders*, 295, 752-758. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2021.08.152>
- Lenger, M., Dalkner, N., Schwalsberger, K., Hagendorfer, B., Schönthaler, E., Rieger, A. et al. (2022). Examining the Autonomic Nervous System in the Relationship among Heart Rate Variability, Stress Coping, and Cognitive Ability in Individuals with Psychiatric Disorders. *Journal of Clinical Medicine*, 11, Article 3277. <https://doi.org/10.3390/jcm11123277>
- Loeb, E. L., Stern, J. A., Costello, M. A., & Allen, J. P. (2021). With(out) a Little Help from My Friends: Insecure Attachment in Adolescence, Support-Seeking, and Adult Negativity and Hostility. *Attachment & Human Development*, 23, 624-642. <https://doi.org/10.1080/14616734.2020.1821722>
- Lord, K. A., Harkness, K. L., Suvak, M. K., & Stewart, J. G. (2020). The Affective Dynamics of Reassurance-Seeking in Real-Time Interactions. *Journal of Social and Personal Relationships*, 37, 676-694. <https://doi.org/10.1177/0265407519876991>
- McClintock, A. S., McCarrick, S. M., & Anderson, T. (2014). Excessive Reassurance-Seeking and Interpersonal Dependency: Assessing Incremental Associations. *Personality and Individual Differences*, 64, 94-97. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2014.02.023>
- Messina, I., Maniglio, R., & Spataro, P. (2023). Attachment Insecurity and Depression: The Mediating Role of Interpersonal Emotion Regulation. *Cognitive Therapy and Research*, 47, 637-647. <https://doi.org/10.1007/s10608-023-10386-5>
- Meyer, A. E., Silva, S. G., & Curry, J. F. (2023). Is Everything Really Okay? Using Ecological Momentary Assessment to Evaluate Daily Co-Fluctuations in Anxiety and Reassurance Seeking. *Behaviour Research and Therapy*, 171, Article 104429. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2023.104429>
- Natoli, A. P., Schapiro-Halberstam, S., & Kolobukhova, A. (2021). A Multimethod Investigation of Sex, Romantic Relationships, and Interpersonal Dependency. *Archives of Sexual Behavior*, 50, 2621-2629. <https://doi.org/10.1007/s10508-021-01932-x>
- Nesi, J., & Prinstein, M. J. (2015). Using Social Media for Social Comparison and Feedback-Seeking: Gender and Popularity Moderate Associations with Depressive Symptoms. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 43, 1427-1438. <https://doi.org/10.1007/s10802-015-0020-0>

- Nolen-Hoeksema, S. (1987). Sex Differences in Unipolar Depression: Evidence and Theory. *Psychological Bulletin*, 101, 259-282. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.101.2.259>
- Parrish, C. L., & Radosky, A. S. (2010). Why Do People Seek Reassurance and Check Repeatedly? An Investigation of Factors Involved in Compulsive Behavior in OCD and Depression. *Journal of Anxiety Disorders*, 24, 211-222. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2009.10.010>
- Raposa, E. B., & Hammen, C. (2018). A Daily Diary Investigation of the Influence of Early Family Adversity on Social Functioning during the Transition to Adulthood. *Social Development*, 27, 431-446. <https://doi.org/10.1111/sode.12269>
- Rosser, B. A. (2019). Intolerance of Uncertainty as a Transdiagnostic Mechanism of Psychological Difficulties: A Systematic Review of Evidence Pertaining to Causality and Temporal Precedence. *Cognitive Therapy and Research*, 43, 438-463. <https://doi.org/10.1007/s10608-018-9964-z>
- Schwartz-Mette, R. A., & Smith, R. L. (2018). When Does Co-Rumination Facilitate Depression Contagion in Adolescent Friendships? Investigating Intrapersonal and Interpersonal Factors. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 47, 912-924. <https://doi.org/10.1080/15374416.2016.1197837>
- Shaver, P. R., Schachner, D. A., & Mikulincer, M. (2005). Attachment Style, Excessive Reassurance Seeking, Relationship Processes, and Depression. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 31, 343-359. <https://doi.org/10.1177/0146167204271709>
- Sheets, E. S., & Arney, M. F. (2020). Daily Interpersonal and Noninterpersonal Stress Reactivity in Current and Remitted Depression. *Cognitive Therapy and Research*, 44, 774-787. <https://doi.org/10.1007/s10608-020-10096-2>
- Shihata, S., McEvoy, P. M., & Mullan, B. A. (2017). Pathways from Uncertainty to Anxiety: An Evaluation of a Hierarchical Model of Trait and Disorder-Specific Intolerance of Uncertainty on Anxiety Disorder Symptoms. *Journal of Anxiety Disorders*, 45, 72-79. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2016.12.001>
- Starr, L. R., & Davila, J. (2008). Excessive Reassurance Seeking, Depression, and Interpersonal Rejection: A Meta-Analytic Review. *Journal of Abnormal Psychology*, 117, 762-775. <https://doi.org/10.1037/a0013866>
- Stewart, J. G., & Harkness, K. L. (2015). The Interpersonal Toxicity of Excessive Reassurance-Seeking: Evidence from a Longitudinal Study of Romantic Relationships. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 34, 392-410. <https://doi.org/10.1521/jscp.2015.34.5.392>
- Stewart, J. G., & Harkness, K. L. (2017). Testing a Revised Interpersonal Theory of Depression Using a Laboratory Measure of Excessive Reassurance Seeking. *Journal of Clinical Psychology*, 73, 331-348. <https://doi.org/10.1002/jclp.22338>
- Stinson, L., Liu, Y., & Dallery, J. (2022). Ecological Momentary Assessment: A Systematic Review of Validity Research. *Perspectives on Behavior Science*, 45, 469-493. <https://doi.org/10.1007/s40614-022-00339-w>
- Stroud, C. B., Sosoo, E. E., & Wilson, S. (2018). Rumination, Excessive Reassurance Seeking, and Stress Generation among Early Adolescent Girls. *The Journal of Early Adolescence*, 38, 139-163. <https://doi.org/10.1177/0272431616659559>
- Swann, W. B. (1987). Identity Negotiation: Where Two Roads Meet. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53, 1038-1051. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.53.6.1038>
- Tran, A., Greenaway, K. H., Kostopoulos, J., Tamir, M., Gutentag, T., & Kalokerinos, E. K. (2023). Does Interpersonal Emotion Regulation Effort Pay off? *Emotion*, 24, 345-356. <https://doi.org/10.1037/emo0001289>
- Turner, B. J., Wakefield, M. A., Gratz, K. L., & Chapman, A. L. (2017). Characterizing Interpersonal Difficulties among Young Adults Who Engage in Nonsuicidal Self-Injury Using a Daily Diary. *Behavior Therapy*, 48, 366-379. <https://doi.org/10.1016/j.beth.2016.07.001>
- Vazire, S., & Mehl, M. R. (2008). Knowing Me, Knowing You: The Accuracy and Unique Predictive Validity of Self-Ratings and Other-Ratings of Daily Behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 95, 1202-1216. <https://doi.org/10.1037/a0013314>
- Vorndran Hedrick, A. K., Geller, P. A., Grunberg, V. A., & Mudrak, P. L. (2020). Female High-Reassurance Seekers Are at Risk for Adolescent Depression. *Advances in Mental Health*, 18, 156-165. <https://doi.org/10.1080/18387357.2019.1568836>
- Wakeling, S., Stukas, A. A., Wright, B. J., & Evans, L. (2020). Negative Feedback Seeking and Excessive Reassurance Seeking Behavior and Depression: A Meta-Analytic Review. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 39, 788-823. <https://doi.org/10.1521/jscp.2020.39.9.788>
- Weinstock, L. M., & Whisman, M. A. (2007). Rumination and Excessive Reassurance-Seeking in Depression: A Cognitive-Interpersonal Integration. *Cognitive Therapy and Research*, 31, 333-342. <https://doi.org/10.1007/s10608-006-9004-2>
- Williams, M. T., Lewthwaite, H., Frayse, F., Gajewska, A., Ignatavicius, J., & Ferrar, K. (2021). Compliance with Mobile Ecological Momentary Assessment of Self-Reported Health-Related Behaviors and Psychological Constructs in Adults: Systematic Review and Meta-Analysis. *Journal of Medical Internet Research*, 23, e17023. <https://doi.org/10.2196/17023>
- Wong, J. J., Frost, N. D., Timko, C., Heinz, A. J., & Cronkite, R. (2020). Depression and Family Arguments: Disentangling Reciprocal Effects for Women and Men. *Family Practice*, 37, 49-55. <https://doi.org/10.1093/fampra/cmz048>

Xia, H., Han, X., Cheng, J., Liu, D., Wu, Y., & Liu, Y. (2022). Effects of Negative Life Events on Depression in Middle School Students: The Chain-Mediating Roles of Rumination and Perceived Social Support. *Frontiers in Psychology, 13*, Article 781274. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.781274>