

无法忍受不确定性与大学生囤积行为：应对方式和情绪调节困难的链式中介作用

黄雨点

西南大学心理学部，重庆

收稿日期：2025年10月17日；录用日期：2025年11月7日；发布日期：2025年11月20日

摘 要

为探讨无法忍受不确定性与大学生囤积行为的关系及应对方式和情绪调节困难在其中的作用，使用简版无法忍受不确定性量表、适用于中国大学生群体的囤积量表、简易应对方式量表以及简版情绪调节困难量表对342名大学生开展调查。结果表明：(1) 无法忍受不确定性与消极应对方式、情绪调节困难、大学生囤积行为显著正相关，与积极应对方式显著负相关；囤积行为与消极应对方式、情绪调节困难显著正相关，与积极应对方式显著负相关；情绪调节困难与消极应对方式显著正相关，与积极应对方式负相关；(2) 无法忍受不确定性显著正向预测大学生囤积行为，该作用通过应对方式和情绪调节困难的中介作用以及两者的链式中介作用实现。研究揭示了大学生囤积行为的形成路径，为大学生囤积行为的干预提供启发。

关键词

无法忍受不确定性，囤积行为，应对方式，情绪调节困难，大学生

Intolerable Uncertainty and Hoarding Behavior in College Students: The Chain Mediating Effect of Coping Style and Difficulty Regulating Emotions

Yudian Huang

Faculty of Psychology, Southwest University, Chongqing

Received: October 17, 2025; accepted: November 7, 2025; published: November 20, 2025

Abstract

To explore the relationship between intolerance uncertainty and hoarding behavior in college

文章引用：黄雨点(2025). 无法忍受不确定性与大学生囤积行为：应对方式和情绪调节困难的链式中介作用. *心理学进展*, 15(11), 374-382. DOI: 10.12677/ap.2025.1511613

students, as well as the role of coping style and difficulty regulating emotions, this study surveyed 342 college students using Intolerance of Uncertainty Scale-12, Saving Inventory-Revised, Simplified Coping Style Questionnaire, and Difficulties in Emotion Regulation Scale-16. The results indicated that: (1) Intolerance uncertainty was significantly and positively correlated with hoarding behavior in college students, as well as negative coping style and difficulty regulating emotions, and negatively correlated with positive coping style. Conversely, hoarding behavior in college students was significantly positively correlated with negative coping style and difficulty regulating emotions, but negatively correlated with positive coping style. Difficulty regulating emotions was significantly positively correlated with negative coping style and negatively correlated with positive coping style. (2) Intolerance uncertainty significantly positively predicts hoarding behavior in college students through the mediating effect of coping style and difficulty regulating emotions, as well as the chain mediation of both factors. This research uncovers the formation path of hoarding behavior in college students, which provides inspiration for the intervention of hoarding behavior in college students.

Keywords

Intolerable Uncertainty, Hoarding Behavior, Coping Style, Difficulty Regulating Emotions, College Students

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

当今社会处在一个快速变化的时期,个体生活中充斥着不确定性(陈杨丽, 2021; David et al., 2021)。由于大学生群体处于特殊的人生发展阶段,其面临的不确定性愈加明显,导致部分对不确定性耐受程度较低的大学生难以适应快速变化的环境(矫勋, 2019; Worden et al., 2019),产生一系列认知偏差和心理健康问题(姚泥沙等, 2023; Hunt et al., 2017; Koerner et al., 2017)。大学阶段要求其掌握与他人共享生活空间的技能,但囤积行为往往侵占公共空间,进而严重影响自身及他人的学习与生活秩序(张旭等, 2020)。

无法忍受不确定性是大学生囤积行为的重要预测因子,从临床(囤积障碍患者)与非临床(大学生、社区样本)加以证实(Baldwin et al., 2017; Wheaton et al., 2016)。无法忍受不确定性综合模型指出,无法忍受不确定性(Intolerance of Uncertainty)是个体在感知、解释并回应未知情境时所表现出的一种系统性认知偏差(Strout et al., 2018),会导致个体一系列心理反应(Koerner et al., 2017; Buhr & Dugas, 2002): 认知(负面或正面评价的连续体); 情绪(消极或积极状态的连续体); 以及行为(旨在避免或改变不确定情况的有意识或无意识反应)。无法忍受不确定性水平越高,个体越倾向于对不确定性刺激(即未知)进行威胁或机会感知,引发消极或积极情绪,产生回避或寻求行为(Carleton et al., 2012)。

而囤积可以被视为一种回避行为,个体的某些特质会引发或增强这种回避行为。囤积的认知行为模型认为,囤积行为(Hoarding Behavior)通常被界定为个体持续性地过度获取并难以舍弃大量表面无用或价值有限的物品,最终导致物品堆积失控的现象(Kress et al., 2016)。高无法忍受不确定性的囤积者可能会采取囤积行为,以避免因可能丢弃珍贵物品而产生的不确定感(Baldwin et al., 2017; Koerner et al., 2017)。临床结果显示,囤积者由于不确定物品的使用与否,在移动或丢弃时,经常担心有难以容忍的错误发生(Gilliam & Tolin, 2010; Oldfield, 2009)。这种对不确定情境的负性评价与低容忍,显著削弱了其决策效能(Yap & Grisham, 2019),进而促成物品的持续累积(Oglesby et al., 2013)。尽管理论与实证研究均证

实无法忍受不确定性对大学生群体囤积行为具有显著预测力,但二者间潜在的中介或调节机制仍缺少系统阐释。

应对方式(Coping Style)和情绪调节困难(Difficulty Regulating Emotions)可能是无法忍受不确定性与大学生囤积行为之间的中介因素。应对方式是指个体遭遇应激源时,为重塑不利情境或缓解其诱发的负性情绪而启动的一系列认知-行为调节机制,对个体顺利适应环境产生积极影响(Shekriladze et al., 2021; Zou et al., 2024)。既往研究通常将其划分为积极应对方式和消极应对方式(解亚宁, 1998)。情绪调节困难则指个体在情绪的觉察、解释、接纳、调控与表达等环节出现功能失调,同时缺乏依据情境需求灵活选用策略的能力(Fu et al., 2024; Gratz & Roemer, 2008)。作为心理健康风险与适应障碍的重要预测指标(Jiang et al., 2020),情绪调节困难往往促使个体使用非适应性策略,如反刍、回避、压抑或否认等,以试图减轻情绪负荷(Nielsen et al., 2017)。

不确定性管理理论认为,经历不确定性会消耗人们的认知和情绪资源(Wang et al., 2025)。积极应对方式和消极应对方式都可能是无法忍受不确定性和囤积行为的影响因素。个体首先对不确定性做出反应,当个体经历消极情绪时,将不确定性视为一种威胁;当经历积极情绪时,则将其视为一种机会(Stockinger et al., 2025)。反之,这些评估会导致个体要么回避信息,要么寻求信息,以此来管理不确定性(李志勇等, 2015; Birrell et al., 2011; Zou et al., 2024)。不确定性强化假说进一步指出,不确定事件本身即可捕获注意并诱发好奇,进而促使个体倾注更多情绪(Fu et al., 2024),这种过度投入放大了对不确定线索的负性反应,造成情绪调节负荷骤增(Wang et al., 2025),导致囤积行为。Gratz 和 Roemer 的实证结果亦表明,无法忍受不确定性水平越高的个体,在预期未知情境时越倾向于采用消极应对方式,其情绪调节能力随之受损,相应的囤积行为更加严重。鉴于目前关于应对方式(积极、消极)、情绪调节困难与无法忍受不确定性、囤积行为之间关系仍需要更多实证数据的支持。

综上所述,本研究以无法忍受不确定性综合模型、囤积的认知行为模型、不确定性管理理论以及既有实证研究为框架,拟探讨无法忍受不确定性与大学生囤积行为的关系,以及应对方式(消极、积极)和情绪调节困难在二者关系中的作用机制,为揭示大学生囤积行为的形成路径及干预策略提供针对性建议。

2. 对象与方法

2.1. 研究对象

通过 G*Power 计算样本量,需要招募 124 名被试才能够在 $\alpha = 0.05$ (双尾检验)的显著水平下检验到把握度为 80% ($\text{Power} = 1 - \beta$)的统计学差异。采用方便取样法,研究者通过问卷星平台(<https://www.wjx.cn/vm/Ossbfg1.aspx#>)随机发送问卷,地区涵盖重庆、广东、江西、湖南、四川、北京等地,共计发放问卷 400 份。参与研究的被试可以通过扫码或点击链接的方式填写问卷。删除部分少填、漏填、乱填的问卷后,回收有效问卷 342 份。其中男性 159 人(46.49%),女性 183 人(53.51%);大一 45 人(13.16%),大二 129 人(37.72%),大三 115 人(33.62%),大四 53 人(15.50%);年龄位于 18~25 岁之间, ($M = 21.07$; $SD = 1.37$);受教育程度均为大学本科在读。所有被试对研究内容知情同意且自愿参加研究。

2.2. 研究工具

2.2.1. 无法忍受不确定性量表

采用张亚娟等(2017)修订的简版无法忍受不确定性量表(IUS-12)。共 12 个条目,包含抑制性焦虑(1、2、3、4、5、8、10)和预期性焦虑(6、7、9、11、12)两个维度,采用从“完全不符”到“完全符合”的 5 点计分,得分越高表示无法忍受不确定性越高。该量表在中国大学生样本中表现出良好的信效度。该量表在本研究中的 Cronbach's α 系数为 0.852。

2.2.2. 囤积量表

采用唐谭等(2012)修订的适用于中国大学生群体的囤积量表(SI-R)。共 21 个条目, 包含获取 - 难丢弃(4、5、7、9、11、12、14、15、16、17、19、21)和堆积(1、2、3、6、8、10、13、18、20)两个维度, 采用从“从来没有”到“极大程度”的 5 点计分, 得分越高表示个体囤积行为越严重。该量表在本研究中的 Cronbach's α 系数为 0.950。

2.2.3. 应对方式量表

采用解亚宁(1998)编制的简易应对方式量表(SCSQ), 包含积极应对方式分量表(12 个条目, 如“与人交谈, 倾诉内心烦恼”)和消极应对方式分量表(8 个条目, 如“试图忘记整个事情”)。采用从“从不采用”到“经常采用”的 4 点计分, 两个分量表分别计分, 分数越高代表越频繁使用相应的应对方式。本研究两个分量表的 Cronbach's α 系数分别为 0.748 和 0.729。

2.2.4. 情绪调节困难量表

采用 Bjureberg 等(2016)和王国猛等(2021)修订的简版情绪调节困难量表(DERS-16), 共 16 个条目。该量表采用从“从不”到“总是”的 5 点计分, 总分越高表示个体情绪调节越困难。该量表在本研究中的 Cronbach's α 系数为 0.947。

2.3. 数据处理与统计分析

采用 SPSS 27.0 对变量进行共同方法偏差分析、描述性统计和相关分析; 采用 AMOS 25.0 进行链式中介效应分析。

3. 结果

3.1. 共同方法偏差检验

采用 Harman 单因素法评估自我报告法采集数据可能导致的共同方法偏差问题。结果表明, 有 4 个因子特征值大于 1, 单个因子最大变异解释量为 29.35% (<40%), 初步说明不存在典型的共同方法偏差问题。KMO 值为 0.94 (>0.7), 并且 Bartlett 球形检验 p 值小于 0.001, 说明数据适合进行分析。表明不存在典型的共同方法偏差问题。

3.2. 描述性统计及相关分析结果

表 1 列出了各变量的描述性统计分析结果和相关分析结果, 无法忍受不确定性与消极应对方式、情绪调节困难、大学生囤积行为显著正相关($p < 0.001$), 与积极应对方式显著负相关($p < 0.001$); 消极应对方式与情绪调节困难、大学生囤积行为显著正相关($p < 0.001$); 积极应对方式与情绪调节困难($p < 0.05$)、大学生囤积行为($p < 0.05$)负相关; 情绪调节困难与大学生囤积行为显著正相关($p < 0.01$)。

Table 1. Descriptive statistics and correlation analysis of variables ($N = 342$)

表 1. 各变量描述性统计和相关分析结果($N = 342$)

变量	<i>M</i>	<i>SD</i>	1	2	3	4	5
1 无法忍受不确定性	38.03	8.36	1				
2 消极应对方式	20.07	3.98	0.38***	1			
3 积极应对方式	36.13	5.02	-0.17***	-0.00	1		
4 情绪调节困难	46.64	14.28	0.62***	0.42***	-0.28*	1	
5 大学生囤积行为	56.92	16.90	0.60***	0.42***	-0.28*	0.65**	1

注: *表示 $p < 0.05$, **表示 $p < 0.01$, ***表示 $p < 0.001$, 下同。

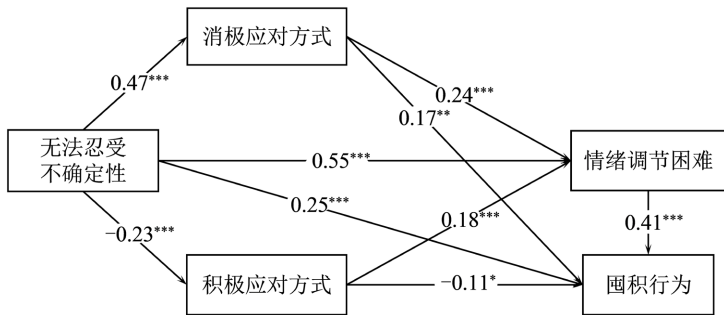
3.3. 无法忍受不确定性与大学生囤积行为的链式中介效应分析

以无法忍受不确定性为自变量，大学生囤积行为为因变量，消极应对方式、积极应对方式和情绪调节困难为中介变量，建立结构模型，如图 1 所示。采用 AMOS 协方差结构模型进行检验，如表 2 所示， $\chi^2/df = 2.28$ ，GFI = 0.92，AGFI = 0.89，RMSEA = 0.06，NFI = 0.92，IFI = 0.95，TLI = 0.94，CFI = 0.95，PNFI = 0.74，PCFI = 0.77，说明模型对数据具有出色的拟合。

Table 2. Model fit test
表 2. 模型适配度检验

拟合指标		参考标准或临界值	实测结果
绝对拟合指标	χ^2/df	<3	2.28
	GFI	>0.9	0.92
	AGFI	>0.9	0.89
	RMSEA	<0.08	0.06
增值拟合指标	NFI	>0.9	0.92
	IFI	>0.9	0.95
	TLI	>0.9	0.94
	CFI	>0.9	0.95
简约拟合指标	PNFI	>0.5	0.74
	PCFI	>0.5	0.77

如图 1 所示，无法忍受不确定性显著正向预测大学生囤积行为($\beta = 0.25, p < 0.001$)，无法忍受不确定性显著正向预测消极应对方式($\beta = 0.47, p < 0.001$)，消极应对方式显著正向预测大学生囤积行为($\beta = 0.17, p < 0.01$)，这表明无法忍受不确定性可能会通过消极应对方式间接影响大学生囤积行为。而无法忍受不确定性显著负向预测积极应对方式($\beta = -0.23, p < 0.001$)，积极应对方式负向预测大学生囤积行为($\beta = -0.11, p < 0.05$)，这表明无法忍受不确定性可能会通过积极应对方式间接影响大学生囤积行为。此外，无法忍受不确定性显著正向预测情绪调节困难($\beta = 0.55, p < 0.001$)，情绪调节困难显著正向预测大学生囤积行为($\beta = 0.41, p < 0.01$)，这表明无法忍受不确定性可能会通过情绪调节困难间接影响大学生囤积行为。消极应对方式能正向预测情绪调节困难($\beta = 0.24, p < 0.001$)，积极应对方式也能正向预测情绪调节困难($\beta = 0.18, p < 0.001$)，说明应对方式(积极、消极)和情绪调节困难在无法忍受不确定性与大学生囤积行为间起链式中介作用。



注：模型中所有数据均为标准化路径系数。

Figure 1. Results of the chain mediation model
图 1. 链式中介模型结果

采用 Bootstrap 对以上路径进一步检验,抽取 5000 次样本,置信区间设置为 95%,结果见表 3。从表 3 可见,无法忍受不确定性对大学生囤积行为的作用过程中,应对方式(积极、消极)、情绪调节困难发挥链式中介作用,中介效应值为 0.40,95%置信区间为[0.30,0.50]。其中,无法忍受不确定性 $\Rightarrow$ 消极应对方式 $\Rightarrow$ 囤积行为,95%置信区间为[0.03,0.15];无法忍受不确定性 $\Rightarrow$ 积极应对方式 $\Rightarrow$ 囤积行为,95%置信区间为[0.01,0.06];无法忍受不确定性 $\Rightarrow$ 情绪调节困难 $\Rightarrow$ 囤积行为,95%置信区间为[0.14,0.32];无法忍受不确定性 $\Rightarrow$ 消极应对方式 $\Rightarrow$ 情绪调节困难 $\Rightarrow$ 囤积行为,95%置信区间为[0.02,0.08];无法忍受不确定性 $\Rightarrow$ 积极应对方式 $\Rightarrow$ 情绪调节困难 $\Rightarrow$ 囤积行为,95%置信区间为[0.01,0.04]。所述中介效应值均在置信区间之内,且所有置信区间均不含 0,说明应对方式(消极、积极)和情绪调节困难的链式中介效应均成立。

Table 3. Mediation effect test ($N = 342$)

表 3. 中介效应检验($N = 342$)

	路径关系	Effect	95%CI	<i>p</i>	效应量
直接效应	无法忍受不确定性 $\Rightarrow$ 囤积行为	0.25	[0.11, 0.40]	0.002	39.25%
中介效应	无法忍受不确定性 $\Rightarrow$ 消极应对方式 $\Rightarrow$ 囤积行为	0.08	[0.03, 0.15]	0.001	12.31%
	无法忍受不确定性 $\Rightarrow$ 积极应对方式 $\Rightarrow$ 囤积行为	0.03	[0.01, 0.06]	0.023	3.89%
	无法忍受不确定性 $\Rightarrow$ 情绪调节困难 $\Rightarrow$ 囤积行为	0.22	[0.14, 0.32]	0.001	34.89%
	无法忍受不确定性 $\Rightarrow$ 消极应对方式 $\Rightarrow$ 情绪调节困难 $\Rightarrow$ 囤积行为	0.05	[0.02, 0.08]	0.000	7.01%
	无法忍受不确定性 $\Rightarrow$ 积极应对方式 $\Rightarrow$ 情绪调节困难 $\Rightarrow$ 囤积行为	0.02	[0.01, 0.04]	0.001	2.65%
	总中介效应	0.40	[0.30, 0.50]	0.001	60.75%
总效应	直接效应 + 总中介效应	0.64	[0.54, 0.73]	0.001	100%

4. 讨论

研究基于无法忍受不确定性综合模型、囤积的认知行为模型、不确定性管理理论,采用结构方程模型,验证了无法忍受不确定性与大学生囤积行为的关系,并验证了应对方式(消极、积极)和情绪调节困难在无法忍受不确定性和大学生囤积行为关系中的链式中介作用。

无法忍受不确定性可以有效预测大学生囤积行为,与无法忍受不确定性综合模型中提出的个体对未知情境或事件的心理反应(Koerner et al., 2017; Strout et al., 2018)以及与囤积的认知行为模型强调的某些特质会引发或增强囤积行为的论点相一致(Frost & Hartl, 1996)。即高无法忍受不确定性的个体倾向于对不确定性刺激(即未知)进行威胁感知,引发负性情绪和心理不适(Carleton et al., 2012),并试图避免这种不确定的情况(Koerner et al., 2017)。而囤积也可以被视为一种回避行为,即高无法忍受不确定性的囤积者可能会采取囤积行为,以避免因可能丢弃珍贵物品而产生的不确定感(Baldwin et al., 2017; Koerner et al., 2017)。与以往研究一致,囤积者在面对是否移动或丢弃物品时,常因难以确认其未来用途而担忧“犯不可挽回之错”(Gilliam & Tolin, 2010; Oldfield, 2009)。对不确定性的负性加工及低容忍削弱了其决策效率(Williams & Viscusi, 2016),从而导致生活空间混乱和物品的大量囤积(Wheaton et al., 2016)。但是无法忍受不确定性对囤积行为的影响是否会影响其他心理过程和行为,还需要更加深入的研究。

应对方式(消极、积极)、情绪调节困难在无法忍受不确定性与大学生囤积行为的关系中发挥链式中介作用。应对方式是个体在面对应激源时所采取的一系列认知-行为反应(姚泥沙等, 2023; 袁书等, 2023),囤积行为与个体对压力刺激(即不确定性)的应对方式有关(Frank et al., 2006)。由于应对方式通常分为积极应对方式和消极应对方式(解亚宁, 1998),且国内外研究证实,积极应对方式和消极应对方式都是无法忍

受不确定性和囤积行为的影响因素。即高无法忍受不确定性者倾向于对不确定性刺激进行威胁感知,做出消极应对;而低无法忍受不确定性者则进行机会感知,做出积极应对(李志勇等, 2015; Birrell et al., 2011; Zou et al., 2024)。本研究中同时探究了积极应对方式和消极应对方式的作用。研究结果符合不确定性管理理论的预期,个体首先对不确定性做出反应,当个体经历消极情绪时,将不确定性视为一种威胁;当经历积极情绪时,则将其视为一种机会。反之,这些评估会导致个体要么回避信息,要么寻求信息(Stockinger et al., 2025),以此来管理不确定性。

此外,情绪调节困难在无法忍受不确定性和囤积行为之间发挥重要作用,这一路径与不确定性强化假设高度吻合。不确定性事件会吸引个体注意力,促使个体过度投入情感资源,进而放大对不确定性线索的负性反应;这种失衡的情绪投入显著增加调节负荷(Wang et al., 2025),最终导致囤积行为。其潜在机制在于,高无法忍受不确定性个体无论面对何种概率及任何后果的不确定情境,都倾向于负性情绪唤醒,情绪调节困难程度增加(Mazaheri, 2015; Sundermann & DePrince, 2015)。而情绪调节困难的个体在情绪的觉察、解释、接纳、调控与表达等环节出现功能失调,并进一步影响其选择应对策略的能力(叶宝娟等, 2017; Anderson et al., 2018; Weiss et al., 2019),产生避免或改变不确定情况的有意识或无意识反应(Fergus & Valentiner, 2011),囤积就是其中一种典型的回避反应。

本研究着眼于大学生群体,结合理论和实证研究,从应对方式和情绪调节困难的角度,探讨无法忍受不确定性与大学生囤积行为的内在机制。但囤积行为在其他社会群体(老年人、妇女)更为普遍,约2.3%~6%的个体表现出明显的物品囤积(Turna et al., 2018),研究结论是否可以从大学生群体推广到其他群体中还需要进一步实证研究来提供证据。其次,在信息时代下,个体囤积行为呈现出“数字化特点”(Zhang & Chen, 2025),数字囤积成为社交媒体用户应对信息过载的一种自我调节和表达个性化需求的方式(张铮, 刘晨旭, 2024; Qiao & Ye, 2025),未来研究可以深入探讨数字囤积的影响机制。再者,无法忍受不确定性对囤积行为的影响具有个体化差异,当前的研究结果是否能够推广到种族等其他以文化或者价值观划分的群体,还需要多样化的取样进行验证。最后,研究验证了在无法忍受不确定性与大学生囤积行为之间,消极应对方式和积极应对方式的平行中介关系,以及与情绪调节困难的链式中介关系,但消极应对方式和积极应对方式作为两种截然不同的应对策略,二者的具体作用机制仍需要更加深入的研究。

5. 结论

1) 无法忍受不确定性与消极应对方式、情绪调节困难、大学生囤积行为显著正相关,与积极应对方式显著负相关;囤积行为与消极应对方式、情绪调节困难显著正相关,与积极应对方式显著负相关;情绪调节困难与消极应对方式显著正相关,与积极应对方式负相关。2) 无法忍受不确定性显著正向预测大学生囤积行为,该作用通过应对方式(消极、积极)和情绪调节困难的中介作用以及两者的链式中介作用实现。

参考文献

- 陈杨丽(2021). 高中生无法忍受不确定性对心理弹性的影响: 问题解决的中介作用. *中小学心理健康教育*, 21(29), 9-13.
- 矫勋(2019). 无法忍受不确定性对抑郁情绪的影响: 沉思反应的中介作用和情绪调节的调节作用. 硕士学位论文, 哈尔滨: 哈尔滨师范大学.
- 解亚宁(1998). 简易应对方式量表信度和效度的初步研究. *中国临床心理学杂志*, 6(2), 53-54.
- 李志勇, 王大鹏, 吴明证, 欧阳儒阳, 沈丹琦(2015). 无法忍受不确定性与担忧、焦虑的关系: 问题取向的中介作用. *中国临床心理学杂志*, 23(5), 808-811+814.
- 唐谭, 王建平, 唐苏勤, 赵丽娜(2012). 囤积量表修订版在中国大学生中的修订. *中国临床心理学杂志*, 20(1), 21-24.
- 王国猛, 郭文, 沈金娇(2021). 简版情绪调节困难量表在中国大学生群体中的信效度. *中国临床心理学杂志*, 29(5), 956-961.

- 姚泥沙, 杨寅, 舒淑, 殷小川(2023). 不确定性不耐受对情绪问题的影响——应对的中介作用与正念的调节作用. *北京大学学报(自然科学版)*, 59(2), 317-325.
- 叶宝娟, 方小婷, 杨强, 郑清, 刘林林, 郭少阳(2017). 情绪调节困难对大学生手机成瘾的影响: 相貌负面身体自我和社交回避与苦恼的链式中介作用. *心理发展与教育*, 33(2), 249-256.
- 袁书, 陈有国, 黄希庭(2023). 压力生活事件、人生态度和应对方式对大学生抑郁的影响. *社区心理学研究*, 15(1), 255-268.
- 张旭, 张守臣, 孙婉, 王磊, 宋琳婷, 赵建芳, 刘勇(2020). 无法忍受不确定性与大学生囤积行为的关系: 一个有中介的调节效应模型. *中国临床心理学杂志*, 28(4), 773-778.
- 张亚娟, 宋继波, 高云涛, 武圣君, 宋蕾, 苗丹民(2017). 无法忍受不确定性量表(简版)在中国大学生中的信效度检验. *中国临床心理学杂志*, 25(2), 285-288.
- 张铮, 刘晨旭(2024). 海量信息下社交媒体用户数字囤积的心理机制初探. *西南民族大学学报(人文社会科学版)*, 45(4), 135-142.
- Anderson, L. K., Claudat, K., Cusack, A., Brown, T. A., Trim, J., Rockwell, R. et al. (2018). Differences in Emotion Regulation Difficulties among Adults and Adolescents across Eating Disorder Diagnoses. *Journal of Clinical Psychology*, 74, 1867-1873. <https://doi.org/10.1002/jclp.22638>
- Baldwin, P. A., Whitford, T. J., & Grisham, J. R. (2017). The Relationship between Hoarding Symptoms, Intolerance of Uncertainty, and Error-Related Negativity. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 39, 313-321. <https://doi.org/10.1007/s10862-016-9577-3>
- Birrell, J., Meares, K., Wilkinson, A., & Freeston, M. (2011). Toward a Definition of Intolerance of Uncertainty: A Review of Factor Analytical Studies of the Intolerance of Uncertainty Scale. *Clinical Psychology Review*, 31, 1198-1208. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2011.07.009>
- Bjureberg, J., Ljótsson, B., Tull, M. T., Hedman, E., Sahlin, H., Lundh, L. et al. (2016). Development and Validation of a Brief Version of the Difficulties in Emotion Regulation Scale: The DERS-16. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 38, 284-296. <https://doi.org/10.1007/s10862-015-9514-x>
- 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., 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>
- David, J., Visvalingam, S., & Norberg, M. M. (2021). Why Did All the Toilet Paper Disappear? Distinguishing between Panic Buying and Hoarding during COVID-19. *Psychiatry Research*, 303, Article 114062. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2021.114062>
- Fergus, T. A., & Valentiner, D. P. (2011). Intolerance of Uncertainty Moderates the Relationship between Catastrophic Health Appraisals and Health Anxiety. *Cognitive Therapy and Research*, 35, 560-565. <https://doi.org/10.1007/s10608-011-9392-9>
- Frank, E., Salchner, P., Aldag, J. M., Salomé, N., Singewald, N., Landgraf, R. et al. (2006). Genetic Predisposition to Anxiety-Related Behavior Determines Coping Style, Neuroendocrine Responses, and Neuronal Activation during Social Defeat. *Behavioral Neuroscience*, 120, 60-71. <https://doi.org/10.1037/0735-7044.120.1.60>
- Frost, R. O., & Hartl, T. L. (1996). A Cognitive-Behavioral Model of Compulsive Hoarding. *Behaviour Research and Therapy*, 34, 341-350. [https://doi.org/10.1016/0005-7967\(95\)00071-2](https://doi.org/10.1016/0005-7967(95)00071-2)
- Fu, H., Pan, M., & Lai, M. (2024). Sources of Negative Emotions and Tactics of Self-Emotion Regulation among College Students during COVID-19 School Closure in China. *Frontiers in Public Health*, 12, Article 1265353. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2024.1265350>
- Gilliam, C. M., & Tolin, D. F. (2010). Compulsive Hoarding. *Bulletin of the Menninger Clinic*, 74, 93-121. <https://doi.org/10.1521/bumc.2010.74.2.93>
- Gratz, K. L., & Roemer, L. (2008). Multidimensional Assessment of Emotion Regulation and Dysregulation: Development, Factor Structure, and Initial Validation of the Difficulties in Emotion Regulation Scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 30, 315-315. <https://doi.org/10.1007/s10862-008-9102-4>
- Hunt, T. K., Forbush, K. T., Hagan, K. E., & Chapa, D. A. N. (2017). Do Emotion Regulation Difficulties When Upset Influence the Association between Dietary Restraint and Weight Gain among College Students? *Appetite*, 114, 101-109. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2017.03.029>
- Jiang, Q., Zhao, F., Xie, X., Wang, X., Nie, J., Lei, L. et al. (2020). Difficulties in Emotion Regulation and Cyberbullying among Chinese Adolescents: A Mediation Model of Loneliness and Depression. *Journal of Interpersonal Violence*, 37, NP1105-NP1124. <https://doi.org/10.1177/0886260520917517>

- Koerner, N., Mejia, T., & Kusec, A. (2017). What's in a Name? Intolerance of Uncertainty, Other Uncertainty-Relevant Constructs, and Their Differential Relations to Worry and Generalized Anxiety Disorder. *Cognitive Behaviour Therapy*, 46, 141-161. <https://doi.org/10.1080/16506073.2016.1211172>
- Kress, V. E., Stargell, N. A., Zoldan, C. A., & Paylo, M. J. (2016). Hoarding Disorder: Diagnosis, Assessment, and Treatment. *Journal of Counseling & Development*, 94, 83-90. <https://doi.org/10.1002/jcad.12064>
- Mazaheri, M. (2015). Difficulties in Emotion Regulation and Mindfulness in Psychological and Somatic Symptoms of Functional Gastrointestinal Disorders. *Iranian Journal of Psychiatry and Behavioral Sciences*, 9, e954. <https://doi.org/10.17795/ijpbs-954>
- Nielsen, S. K. K., Lønfeldt, N., Wolitzky-Taylor, K. B., Hageman, I., Vangkilde, S., & Daniel, S. I. F. (2017). Adult Attachment Style and Anxiety—The Mediating Role of Emotion Regulation. *Journal of Affective Disorders*, 218, 253-259. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2017.04.047>
- Oglesby, M. E., Medley, A. N., Norr, A. M., Capron, D. W., Korte, K. J., & Schmidt, N. B. (2013). Intolerance of Uncertainty as a Vulnerability Factor for Hoarding Behaviors. *Journal of Affective Disorders*, 145, 227-231. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2012.08.003>
- Oldfield, V. B. (2009). Compulsive Hoarding and Acquiring: Therapist Guide. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 37, 236-238.
- Qiao, N., & Ye, S. (2025). Research on the Path of Digital Hoarding Behavior among Digital Natives Based on the I-PACE Model in China. *Open Journal of Applied Sciences*, 15, 1793-1816. <https://doi.org/10.4236/ojapps.2025.156122>
- Shekriladze, I., Javakhishvili, N., & Chkhaidze, N. (2021). Culture Related Factors May Shape Coping during Pandemics. *Frontiers in Psychology*, 12, Article 634078. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.634078>
- Stockinger, K., Dresel, M., Marsh, H. W., & Pekrun, R. (2025). Strategies for Regulating Achievement Emotions: Conceptualization and Relations with University Students' Emotions, Well-Being, and Health. *Learning and Instruction*, 98, Article 102089. <https://doi.org/10.1016/j.learninstruc.2025.102089>
- Strout, T. D., Hillen, M., Gutheil, C., Anderson, E., Hutchinson, R., Ward, H. et al. (2018). Tolerance of Uncertainty: A Systematic Review of Health and Healthcare-Related Outcomes. *Patient Education and Counseling*, 101, 1518-1537. <https://doi.org/10.1016/j.pec.2018.03.030>
- Sundermann, J. M., & DePrince, A. P. (2015). Maltreatment Characteristics and Emotion Regulation (ER) Difficulties as Predictors of Mental Health Symptoms: Results from a Community-Recruited Sample of Female Adolescents. *Journal of Family Violence*, 30, 329-338. <https://doi.org/10.1007/s10896-014-9656-8>
- Turna, J., Patterson, B., Simpson, W., Pullia, K., Khalesi, Z., Grosman Kaplan, K. et al. (2018). Prevalence of Hoarding Behaviours and Excessive Acquisition in Users of Online Classified Advertisements. *Psychiatry Research*, 270, 194-197. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2018.09.022>
- Wang, T., Nie, Y., Yao, X., Zhang, J., Li, Y., Sun, H. et al. (2025). The Chain Mediating Role of Emotion Regulation and Stress Perception in Physical Activity Alleviating College Students' Health Anxiety. *Scientific Reports*, 15, Article No. 29189. <https://doi.org/10.1038/s41598-025-14481-3>
- Weiss, N. H., Darosh, A. G., Contractor, A. A., Schick, M. M., & Dixon-Gordon, K. L. (2019). Confirmatory Validation of the Factor Structure and Psychometric Properties of the Difficulties in Emotion Regulation Scale-positive. *Journal of Clinical Psychology*, 75, 1267-1287. <https://doi.org/10.1002/jclp.22768>
- Wheaton, M. G., Abramowitz, J. S., Jacoby, R. J., Zwerling, J., & Rodriguez, C. I. (2016). An Investigation of the Role of Intolerance of Uncertainty in Hoarding Symptoms. *Journal of Affective Disorders*, 193, 208-214. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2015.12.047>
- Williams, M., & Viscusi, J. A. (2016). Hoarding Disorder and a Systematic Review of Treatment with Cognitive Behavioral Therapy. *Cognitive Behaviour Therapy*, 45, 93-110. <https://doi.org/10.1080/16506073.2015.1133697>
- Worden, B., Levy, H. C., Das, A., Katz, B. W., Stevens, M., & Tolin, D. F. (2019). Perceived Emotion Regulation and Emotional Distress Tolerance in Patients with Hoarding Disorder. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 22, Article 100441. <https://doi.org/10.1016/j.jocrd.2019.100441>
- Yap, K., & Grisham, J. R. (2019). Unpacking the Construct of Emotional Attachment to Objects and Its Association with Hoarding Symptoms. *Journal of Behavioral Addictions*, 8, 249-258. <https://doi.org/10.1556/2006.8.2019.15>
- Zhang, X., & Chen, X. (2025). What Drives Digital Hoarding? Understanding the Impact of Perceived Value and the Mediating Role of Security on Digital Hoarding Behavior. *Current Psychology*, 44, 1333-1346. <https://doi.org/10.1007/s12144-024-07268-8>
- Zou, M., Liu, B., Ji, J., Ren, L., Wang, X., & Li, F. (2024). The Relationship between Negative Coping Styles, Psychological Resilience, and Positive Coping Styles in Military Personnel: A Cross-Lagged Analysis. *Psychology Research and Behavior Management*, 17, 13-21. <https://doi.org/10.2147/prbm.s447096>