

心理素质对儿童生活满意度的影响：安全感和社交焦虑的链式中介作用

徐凡茜¹, 王心怡¹, 李佳倪¹, 陈万芬^{1*}, 张大均²

¹苏州科技大学教育学院, 江苏 苏州

²西南大学心理学部, 重庆

收稿日期: 2025年11月4日; 录用日期: 2025年12月2日; 发布日期: 2025年12月16日

摘 要

为探讨心理素质和儿童生活满意度之间的关系及内在机制, 研究采用小学生心理素质量表、安全感量表、儿童社交焦虑量表以及学生生活满意度量表对1711名小学生进行调查。结果发现: (1) 心理素质、安全感和儿童生活满意度两两之间呈显著正相关; 社交焦虑与心理素质、安全感和儿童生活满意度之间均呈显著负相关。(2) 心理素质可以显著正向预测儿童生活满意度。(3) 安全感和社交焦虑在心理素质对儿童生活满意度的影响中起到链式中介作用。研究揭示, 可通过多种途径提高儿童生活满意度, 如提高心理素质、增强安全感和降低社交焦虑等。

关键词

心理素质, 安全感, 社交焦虑, 生活满意度, 链式中介作用

The Effect of Psychological *Suzhi* on Children's Life Satisfaction: The Chain Mediating Effect of Sense of Security and Social Anxiety

Fanxi Xu¹, Xinyi Wang¹, Jiani Li¹, Wanfen Chen^{1*}, Dajun Zhang²

¹School of Education, Suzhou University of Science and Technology, Suzhou Jiangsu

²Faculty of Psychology, Southwest University, Chongqing

Received: November 4, 2025; accepted: December 2, 2025; published: December 16, 2025

*通讯作者。

文章引用: 徐凡茜, 王心怡, 李佳倪, 陈万芬, 张大均(2025). 心理素质对儿童生活满意度的影响: 安全感和社交焦虑的链式中介作用. *心理学进展*, 15(12), 220-228. DOI: 10.12677/ap.2025.1512646

Abstract

To explore the relationship and underlying mechanism between psychological *suzhi* and children's life satisfaction, this study investigated 1711 elementary school students, using the Brief Psychological *suzhi* Scale for Primary Students, the Sense of Security Scale, the Children's Social Anxiety Scale, and the Students' Life Satisfaction Scale. The results showed that (1) there were significant positive correlations between psychological *suzhi*, sense of security, and children's life satisfaction; there were significant negative correlations between social anxiety and psychological *suzhi*, sense of security, and children's life satisfaction. (2) Psychological *suzhi* significantly and positively predicted children's life satisfaction. (3) Sense of security and social anxiety played chain mediating roles in the effect of psychological *suzhi* on children's life satisfaction. These findings indicated that children's life satisfaction can be improved in a variety of ways, such as improving psychological *suzhi*, enhancing the sense of security, and reducing social anxiety.

Keywords

Psychological *Suzhi*, Sense of Security, Social Anxiety, Life Satisfaction, Chain Mediating Effect

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

随着积极心理学的兴起,心理健康研究逐渐从“心理问题防治”转向“完全心理健康”的促进视角,强调心理健康不仅需要避免/减少负面症状(例如抑郁、焦虑等),更需关注积极心理体验(如生活满意度等)(王鑫强,张大均,2011,2012)。生活满意度作为主观幸福感知层面的核心成分,体现了个体依据自身内在标准对生活质量所进行的综合性评估。该概念不仅独立于积极情感与消极情感,还凭借其稳定性和可测量性,成为评估心理健康状况的关键指标(Busseri, 2018)。因此,探讨生活满意度的形成机制具有重要意义。现有研究发现,心理素质对生活满意度产生重要影响(Nie et al., 2025)。

心理素质是国内学者在推进素质教育进程中所提出的一个重要本土学术概念。它是指个体以生理条件为基础,将外在获得的环境刺激内化为稳定的、基本的、衍生性的,且与适应行为和创造行为紧密关联的心理品质,包含认知品质、个性品质和适应能力(张大均等,2000;张大均,2003)。已有研究发现,心理素质水平较高的青少年,其生活满意度较高(陈万芬等,2017;董泽松,张大均,2015;孔欣雨等,2024;缪华灵等,2020;Nie et al., 2025);而且研究表明开展心理素质教育可以有效提升青少年的生活满意度水平(孔欣雨等,2024)。由此可知,青少年心理素质可以有效预测其生活满意度水平。相对于青少年和成人而言,儿童生活满意度的内在机理研究还相对较少。然而,儿童的认知、情绪情感和社会性发展有别于青少年和成人(林崇德,2018),因此,有必要开展研究探讨儿童心理素质影响其生活满意度的内部作用机制。

1.1. 安全感的中介作用

安全感是个体对可能出现的给身体或心理带来危险或风险的预感,以及个体在应对处置时的有力感或无力感,主要表现为确定感和可控制感(叶浩生,1994)。现有研究表明个体心理素质能显著正向预测其

安全感(何花, 张大均, 2019)。心理素质水平高的个体通常认知发展较好、具备良好的个性品质和适应能力(张大均, 王鑫强, 2012), 在应对外界环境变化和各种压力情境时, 他们可能拥有充足的能力和技巧, 能够获得较多的成功体验, 进而感受到较多的确定性和掌控感。而心理素质水平较低的个体, 在各种活动中, 往往会感知到更多的无力感、不确定感与不可控感。Maslow (1943)的需要层次理论把人的基本需要分为七大类: 生理需要、安全需要、爱与归属的需要、尊重需要、认知需要、审美需要、自我实现的需要。安全感作为个体第二层次的需要(Maslow, 1943), 是一种从恐惧和焦虑中脱离出来的信心、安全和自由的感觉, 是满足一个人现在和将来各种需要的感觉(阿瑟·S·雷伯, 2003)。马斯洛认为, 安全感是决定心理健康(如, 生活满意度)的重要因素, 可以被看作是心理健康的同义词(安莉娟, 丛中, 2003)。已有研究表明(刘少锋, 梁永锋, 2016), 安全感对个体生活满意度具有显著正向影响, 是生活满意度的有效预测变量。当个体对当前与未来的安全有充分的把握时, 能够正面接纳自己, 乐于进行人际交往, 敢于承担困难的任務以追求更高的生活目标, 从而能更多地表现出对目前生活质量的积极评价与幸福感(曾伟楠等, 2016)。据此, 提出研究假设: 安全感在心理素质与儿童生活满意度的关系中起中介作用。

1.2. 社交焦虑的中介作用

社交焦虑是指在与人际交往时产生的一种恐惧、焦虑不安的情绪反应以及回避行为。具体表现为: 害怕被陌生人注视, 害怕被别人评价等(郭晓薇, 2000)。已有研究表明, 心理素质水平的高低可以直接影响心理健康水平(张大均, 王鑫强, 2012), 而社交焦虑作为焦虑的重要表现形式之一, 能够有效地衡量个体心理健康状况的消极水平(刘广增等, 2019)。因此, 心理素质可以显著负向预测个体的社交焦虑。研究发现个体的心理素质水平越低, 其社交焦虑水平就会越高(刘广增等, 2019; 潘朝霞, 胡天强, 2018; 张婷, 张大均, 2019)。社交焦虑从多个领域影响生活满意度, 对于儿童, 社交焦虑主要是通过影响其在学校中与老师、同伴的关系来影响他们的生活满意度。现有研究已证实青少年的社交焦虑可以负向预测其生活满意度(陆爱桃等, 2019; Eng et al., 2005)。由此提出假设: 社交焦虑在心理素质和生活满意度之间发挥中介作用。

1.3. 安全感与社交焦虑的链式中介作用

研究发现, 安全感能够负向预测个体的社交焦虑水平(黄亚梅等, 2020; 杨琳, 吴丹, 2015; 王慧雅等, 2024), 个体具有较低水平的安全感时会促进社交焦虑的提升; 若个体具有较高的心理安全感时, 心里便会更有底气和自信来应对社交场合, 在与他人进行社交时也会显得更加勇敢, 因此会有较低水平的社交焦虑(胡钰雪, 2017)。Maslow (1943)的需要层次理论指出, 归属需要是在前一层安全需要的基础上出现。如果个体的安全需要没有得到满足, 与他人进行社交的需求会减弱, 这时在面对与他人的社交活动时, 就会勇气不足以及产生相应的社交焦虑(杨昊明, 2019)。据此, 本研究提出假设: 安全感和社交焦虑在心理素质和儿童生活满意度之间存在链式中介作用。

综上所述, 本研究将对来自不同地区的小学生进行调查, 试图揭示心理素质对儿童生活满意度的正向影响以及安全感和社交焦虑在二者之间的作用机制。

2. 研究方法

2.1. 研究对象

本研究采用分层整群抽样方法, 从我国东部、中部和西部地区选取 7 个省市(河南、湖南、吉林、安徽、四川、云南、贵州) 10 所小学中的四、五、六年级学生作为研究对象。共发放 1952 份问卷, 剔除规律作答、部分作答等无效问卷, 剩余有效问卷 1711 份, 有效作答率为 87.65%。其中, 东部四年级 589

人, 五年级 570 人, 六年级 552 人; 男生 799 人(46.70%), 女生 771 人(45.06%), 未报告性别 141 人(8.24%)。

2.2. 研究工具

2.2.1. 心理素质

采用张大均等人(2017)修订的小学生心理素质量表, 该量表由一个一般因子(心理素质)和三个特殊因子(认知品质、个性品质和适应能力)构成, 共 27 个题项。采用 1 (非常不符合)~5 (非常符合)五级计分, 被试得分越高, 表明其心理素质水平越好。本研究中, 该量表的内部一致性系数为 0.91。

2.2.2. 安全感

选用丛中和安莉娟(2004)编制的安全感量表, 包含人际安全感和确定控制感两个因子, 每个因子 8 个条目。采用 1 (非常符合)~5 (非常不符合)五级计分, 被试得分越高, 意味着其安全感水平越高。本研究中, 该量表的内部一致性系数为 0.86。

2.2.3. 社交焦虑

采用 La Greca 等人(2010)编制的儿童社交焦虑量表, 包含害怕消极评价和社交回避及苦恼两个因子, 量表共含 10 个条目。采用 0 (从不是这样)~2 (一直是这样)三级计分, 被试得分越高, 表明其社交焦虑水平越高。本研究中, 该量表的内部一致性系数为 0.83。

2.2.4. 生活满意度

采用 Huebner (1991)编制的学生生活满意度量表, 共 7 个题项, 其中 2 个题项为反向计分题。采用 1 (非常不同意)~6 (非常同意)六级计分, 对反向计分题进行反向计分, 被试总得分越高, 表示其生活满意度水平越高。本研究中, 该量表的内部一致性系数为 0.54。该量表的内部一致性系数低于理想标准, 这与该量表题项数量较少, 也有 2 个反向计分题有关; 还与东西方文化差异和语言差异有关(Jiang et al., 2018, 2021)。尽管如此, 该量表中文版仍旧得到学界应用和认可(侯娟等, 2009; 潘彦谷等, 2017)。

2.3. 研究程序

本研究依据分层整群抽样原则, 对我国东部、中部和西部地区的小学生进行抽样并开展团体施测。在测试过程中, 主试均为经过系统且严格培训的心理学专业教师或研究生, 以确保测试的专业性和规范性。测试前, 主试要求被试认真研读指导语, 明确作答要求后填写问卷。整个测试耗时约 30 分钟, 填写完成后当场由主试收回。此外, 在开展研究前, 已获得参与学校校长的知情同意, 同时征得了所有参与儿童及其家长的知情同意。

2.4. 数据分析

采用 SPSS 26.0 对变量内部一致性和共同方法偏差进行检验, 随后进行描述性统计和相关分析, 之后再使用 PROCESS 4.0 插件(Hayes, 2022)建构结构方程模型, 并借助 Bootstrap 程序检验链式中介效应。

3. 结果与分析

3.1. 共同方法偏差检验

本研究采用 Harman 单因子法检验共同方法偏差。结果表明, 共有 11 个特征根大于 1 的因子, 第一个因子解释的变异量为 18.15%, 小于 40%的临界值(周浩, 龙立荣, 2004), 说明本研究不存在明显共同方法偏差。

3.2. 描述性统计

该研究中主要变量的偏度系数(skewness)取值在-0.48 到 0.61 之间,峰度系数(kurtosis)取值在-0.53 到 0.45 之间,表明数据符合正态分布假设。方差膨胀因子(VIF)取值在 1.10 到 1.46 之间,表明数据不存在多重共线性。平均数差异检验的效应量 Cohen's d 值大于 0.20,统计显著的结果才有实际意义(胡竹菁, 2010)。独立样本 t 检验结果和 d 值表明,儿童心理素质存在显著性别差异, $t(1568) = -6.86, p < 0.001$, Cohen's d = -0.35; 男生显著低于女生。

表 1 呈现了本研究四个主要变量的平均数、标准差和相关系数。相关分析结果显示,儿童心理素质、安全感和生活满意度两两之间呈显著正相关; 儿童社交焦虑与心理素质、安全感和生活满意度之间均呈显著负相关。

Table 1. Means, standard deviations, and correlation matrix of all variables (N = 1711)

表 1. 各变量的平均数、标准差和相关系数矩阵(N = 1711)

变量	$M \pm SD$	心理素质	安全感	社交焦虑	生活满意度
心理素质	100.54 \pm 17.88	—			
安全感	51.82 \pm 13.28	0.25**	—		
社交焦虑	16.22 \pm 4.71	-0.27**	-0.54**	—	
生活满意度	27.89 \pm 5.69	0.32**	0.22**	-0.21**	—

注: ** $p < 0.01$ 。

3.3. 中介效应检验

使用 SPSS 中 PROCESS 插件里的 Model 6 检验安全感和社交焦虑在心理素质对儿童生活满意度影响中的链式中介作用。同时,根据独立样本 t 检验结果,本研究把性别作为协变量加以控制。本分析中重复取样 5000 次,并计算 95%置信区间,结果如表 2 所示: 心理素质能够显著正向预测儿童生活满意度($\beta = 0.102, p < 0.001$)和安全感($\beta = 0.185, p < 0.001$),显著负向预测社交焦虑($\beta = -0.038, p < 0.001$); 安全感显著负向预测社交焦虑($\beta = -0.180, p < 0.001$); 当心理素质、安全感与社交焦虑同时预测儿童生活满意度时,安全感能显著正向预测儿童生活满意度($\beta = 0.049, p < 0.001$),社交焦虑能显著负向预测儿童生活满意度($\beta = -0.091, p < 0.01$),此时心理素质对儿童生活满意度的正向预测仍然显著($\beta = 0.086, p < 0.001$),这表明安全感和社交焦虑在心理素质和儿童生活满意度之间的链式中介作用成立。链式中介作用图如下图 1 所示。

Table 2. Regression analysis of the relationships among variables in the model

表 2. 模型中变量关系的回归分析

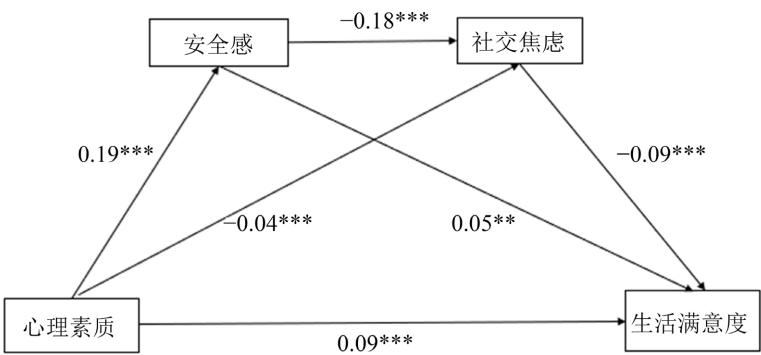
回归方程		整体拟合指数			回归系数显著性	
结果变量	预测变量	R	R ²	F	β	t
生活满意度	心理素质	0.32	0.10	96.13***	0.10	13.83***
安全感	心理素质	0.26	0.07	60.03***	0.19	10.58***
社交焦虑	心理素质	0.56	0.31	260.40***	-0.04	-6.87***
	安全感				-0.18	-24.51***
生活满意度	心理素质	0.36	0.13	61.98***	0.09	11.35***
	安全感				0.05	4.22***
	社交焦虑				-0.09	-2.74**

注: ** $p < 0.01$; *** $p < 0.001$ 。β 为非标准化回归系数。

用 Bootstrap 抽样的方法对中介效应进行检验, 结果(如表 3 所示)表明, 心理素质对儿童生活满意度的直接预测作用显著, 安全感和社交焦虑在心理素质和儿童生活满意度之间起链式中介作用。其中, 以安全感为中介变量的间接效应为 0.009 (95% CI = [0.005, 0.014]), 以社交焦虑为中介变量的间接效应为 0.003 (95% CI = [0.001, 0.007]), 以安全感与社交焦虑为链式中介变量的间接效应为 0.003 (95% CI = [0.001, 0.006]), 总间接效应为 0.016 (95% CI = [0.011, 0.021]), 它们的 Bootstrap 95%置信区间均不包含 0, 表明以上间接效应均达到显著水平。

Table 3. Mediation effect analysis of sense of security and social anxiety
表 3. 安全感和社交焦虑的中介效应分析

	效应值	BootSE	95%置信区间		效应占比
			下限	上限	
总效应	0.102	0.007	0.087	0.116	100%
直接效应	0.086	0.008	0.071	0.101	84.313%
总间接效应	0.016	0.003	0.011	0.021	15.686%
心理素质→安全感→生活满意度	0.009	0.002	0.005	0.014	8.824%
心理素质→社交焦虑→生活满意度	0.003	0.001	0.001	0.007	2.941%
心理素质→安全感→社交焦虑→生活满意度	0.003	0.001	0.001	0.006	2.941%



注：图中路径系数为非标准化系数。

Figure 1. Chain mediation effect of sense of security and social anxiety between children's psychological quality and life satisfaction
图 1. 安全感和社交焦虑在儿童心理素质和生活满意度之间的链式中介作用

4. 讨论

本研究对儿童群体的心理素质、安全感、社交焦虑和生活满意度四者之间的关系进行了分析, 探讨了心理素质与儿童生活满意度之间的复杂作用机制。

本研究发现儿童心理素质对其生活满意度具有显著的正向预测作用, 与本研究的假设相符, 也与先前的研究结果相一致(董泽松, 张大均, 2015; 王鑫强, 张大均, 2011, 2012; Nie et al., 2025), 表明心理素质是儿童生活满意度的重要预测因素。高心理素质个体往往具有良好的认知能力、适应能力和个性特征, 更加有可能成功处理各种生活事件, 应对压力, 管理情绪, 随机应变, 获得良好的自我效能感, 进而保持良好的生活满意度(陈万芬等, 2017)。在儿童成长历程中, 心理素质具有至关重要的作用。因此, 未来的研究可以通过多样化的干预措施和教育策略, 帮助儿童提升心理素质, 从而促进其生活满意度的提高(孔欣雨等, 2024), 为儿童的健全发展奠定坚实基础。

研究发现,安全感在心理素质与儿童生活满意度的关系中起中介作用。心理素质较高的人能积极领悟和运用环境中的保护性因素(如领悟社会支持,张婷,张大均,2019; Luo & Zhang, 2025),构建良好的外在保护系统(王鑫强,张大均,2012),而这些支持保护性因素与个体的安全感显著相关(何花,张大均,2019);同时,随着心理素质的提高,儿童对自身能力的自信增强,对环境的适应能力提升,产生更多的确定感和可控感,进而感受到更多的安全感。当儿童具备较高的安全感时,倾向于积极投入人际互动(刘少锋,梁永锋,2016),愿意与他人建立良好人际关系,在开展的各类活动中能够体验到强烈的确定感和可以掌控感,这种积极的心理体验会促使其产生较高程度的生活满意感。因此,可以通过提升儿童的安全感(如,提升依恋质量,减少父母冲突和儿童期虐待等,王明忠等,2013;朱相华等,2006; Bowlby, 1973)来促进其生活满意度的提高。

本研究还发现,社交焦虑在心理素质影响生活满意度的关系中起中介作用。心理素质较高的个体,在社交场合中不会过度在意他人对自己的评价,而且在与他人进行社交时的自我评价水平更高,自信心更强,社交焦虑水平较低(张婷,张大均,2019)。由此,个体会倾向于参与社交活动,扩大社交圈,建立良好的人际关系。拥有良好人际关系的人,往往持有良好的社会支持水平,其生活满意度也会更高(Kasprzak, 2010)。反之,社交焦虑水平较高的人往往会害怕积极和消极评价,经受社交、学业等方面的功能损伤,导致较低的生活质量,对个人成就、个人成长、社交功能等方面都感到不满意(Dryman et al., 2016)。因此,可以通过降低儿童的社交焦虑(如,进行社交技能训练,开展认知偏差矫正等干预策略,Beidel et al., 2014; Liu et al., 2017)来促进其提升生活满意度。

此外,研究发现安全感和社交焦虑在心理素质和儿童生活满意度中发挥链式中介作用。当儿童具备较高的安全感时,他们更容易感受到被喜欢、被接纳(安莉娟,丛中,2003),较少产生社交焦虑(Pan et al., 2018)。根据依恋理论(Bowlby, 1973),安全感较高的人在社交场合中往往更加自信从容,更加有勇气去展现自我、表达自我,更有能力与他人保持良好互动,从而减少社交焦虑产生的可能性,进而提高儿童的生活满意度。

尽管本研究取得了一定成果,但仍存在局限性。其一,本研究样本仅选取自小学四、五、六年级学生,后续研究可适当扩大儿童样本的年龄跨度,以提升研究结论的适用范围。其二,本研究运用横断面研究设计,难以明确变量间的因果关系。未来的研究可以采用纵向设计,以进一步验证本研究的发现,并探索心理素质、安全感、社交焦虑与生活满意度之间的关系如何随时间发展变化。其三,本研究主要探讨了个体自身因素(包括安全感与社交焦虑)在心理素质与生活满意度之间的中介机制。未来研究可以进一步考察其他潜在影响因素(如家庭环境、学校氛围、社会支持等)的作用,以便更全面地剖析儿童生活满意度的形成机制。

5. 结论

(1) 儿童心理素质、安全感和生活满意度两两之间呈显著正相关;儿童社交焦虑与心理素质、安全感和生活满意度之间均呈显著负相关。(2) 心理素质与儿童生活满意度显著相关。(3) 安全感和社交焦虑在心理素质对儿童生活满意度的影响中具有部分中介效应,通过心理素质→安全感→生活满意度、心理素质→社交焦虑→生活满意度、心理素质→安全感→社交焦虑→生活满意度3条路径实现。

基金项目

江苏省高等学校大学生创新创业训练计划(202410332078Y)。

参考文献

阿瑟·S·雷伯(2003). *心理学词典*. 上海译文出版社.

- 安莉娟, 丛中(2003). 安全感研究述评. *中国行为医学科学*, 12(6), 698-699.
- 曾伟楠, 马泽威, 王文娜, 王燕菲(2016). 自尊在心理安全感与生活满意度关系中的中介作用. *中国健康心理学杂志*, 24(10), 1491-1494.
- 陈万芬, 张大均, 潘彦谷, 罗世兰, 刘广增(2017). 青少年父母依恋与生活满意度的关系: 心理素质的中介作用. *心理学探新*, 37(4), 352-357.
- 丛中, 安莉娟(2004). 安全感量表的初步编制及信度、效度检验. *中国心理卫生杂志*, (2), 97-99.
- 董泽松, 张大均(2015). 中学生心理素质、情绪调节策略与生活满意度的关系. *西南大学学报(社会科学版)*, 41(6), 99-103+191.
- 郭晓薇(2000). 大学生社交焦虑成因的研究. *心理学探新*, 20(1), 55-58.
- 何花, 张大均(2019). 心理素质对初一和高一新生问题行为的影响: 孤独感与安全感的中介作用. *西南大学学报(自然科学版)*, 41(2), 46-51.
- 侯娟, 邹泓, 李晓巍(2009). 流动儿童家庭环境的特点及其对生活满意度的影响. *心理发展与教育*, 2(40), 78-85.
- 胡钰雪(2017). 有留守经历大学生的应对方式、心理安全感和社交焦虑的关系研究. 硕士学位论文, 贵阳: 贵州师范大学.
- 胡竹菁(2010). 平均数差异显著性检验统计检验力和效果大小的估计原理与方法. *心理学探新*, 30(1), 68-73.
- 黄亚梅, 许慧, 顾红磊, 王婷婷, 李新彦(2020). 班级同学关系、师生关系与高一新生社交焦虑: 安全感的中介作用. *中国临床心理学杂志*, 28(4), 853-856.
- 孔欣雨, 刘广增, 程科(2024). 青少年心理素质与生活满意度的关系及分类干预策略研究. *教育观察*, 13(33), 71-75.
- 林崇德(2018). *发展心理学*. 人民教育出版社.
- 刘广增, 张大均, 莫文静, 李佳佳, 朱政光(2019). 青少年心理素质对社交焦虑的影响及其性别差异. *西南师范大学学报(自然科学版)*, 44(02), 91-96.
- 刘少锋, 梁永锋(2016). 大学生心理安全感与生活满意度相关研究. *牡丹江师范学院学报(哲学社会科学版)*, (2), 120-122.
- 陆爱桃, 郑爽, 李美荣, 洪秀秀, 凌虹(2019). 自尊、社交焦虑与生活满意度: 基于失明/正常视力青少年的有中介调节模型(英文). *应用心理学*, 25(1), 80-94.
- 缪华灵, 何晓燕, 郭宇涵, 郭成(2020). 中职学生不同来源的社会支持与生活满意度的关系: 心理素质的中介作用. *西南大学学报(自然科学版)*, 42(10), 132-139.
- 潘朝霞, 胡天强(2018). 中学生自尊和评价恐惧在心理素质与社交焦虑中的中介作用. *中国心理卫生杂志*, 32(8), 676-681.
- 潘彦谷, 张大均, 武丽丽(2017). 小学生心理素质问卷的修订及验证——基于双因子模型. *西南大学学报(社会科学版)*, 43(2), 127-133.
- 王慧雅, 梁晓燕, 陈泽瑾, 王玮(2024). 父母情感忽视对中学生社交焦虑的影响: 同伴接纳与安全感的链式中介作用. *中小学心理健康教育*, (17), 10-15.
- 王明忠, 周宗奎, 范翠英, 陈武(2013). 父母冲突对青少年社交焦虑的影响: 序列中介效应分析. *心理发展与教育*, 29(2), 166-173.
- 王鑫强, 张大均(2011). 心理健康双因素模型述评及其研究展望. *中国特殊教育*, (10), 68-73.
- 王鑫强, 张大均(2012). 心理素质与心理健康关系模型构建: 对 PTH 和 DFM 的超越. *西南大学学报(社会科学版)*, 38(6), 67-74+174.
- 杨昊明(2019). *大学生正念、核心自我评价、安全感和社交焦虑的关系研究*. 硕士学位论文, 哈尔滨: 哈尔滨工程大学.
- 杨琳, 吴丹(2015). 有留守经历的大学生的心理安全感和社交焦虑的关系. *科教导刊*, (9), 165-166.
- 叶浩生(2004). *现代西方心理学流派*. 江苏教育出版社.
- 张大均(2003). 论人的心理素质. *心理与行为研究*, (2), 143-146.
- 张大均, 冯正直, 郭成, 陈旭(2000). 关于学生心理素质研究的几个问题. *西南师范大学学报(哲学社会科学版)*, (3), 56-62.
- 张大均, 陆星月, 程刚, 潘彦谷(2017). 小学生心理素质量表全国常模的制定. *西南大学学报(社会科学版)*, 43(6), 91-97+194-195.

- 张大均, 王鑫强(2012). 心理健康与心理素质的关系: 内涵结构分析. *西南大学学报(社会科学版)*, 38(3), 69-74+174.
- 张婷, 张大均(2019). 中学新生心理素质与社交焦虑的关系: 自尊和领悟社会支持的中介作用. *西南大学学报(自然科学版)*, 41(2), 39-45.
- 周浩, 龙立荣(2004). 共同方法偏差的统计检验与控制方法. *心理科学进展*, (6), 942-950.
- 朱相华, 沈学武, 杨永杰, 王成东, 沈青锋, 魏贤玉, 等(2006). 神经症患者不安全感心理及其与儿童期虐待的关系. *中国行为医学科学*, 15(12), 1087-1089.
- Beidel, D. C., Alfano, C. A., Kofler, M. J., Rao, P. A., Scharfstein, L., & Wong Sarver, N. (2014). The Impact of Social Skills Training for Social Anxiety Disorder: A Randomized Controlled Trial. *Journal of Anxiety Disorders*, 28, 908-918. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2014.09.016>
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and Loss: Separation: Anxiety and Anger*. Basic Books.
- Busseri, M. A. (2018). Examining the Structure of Subjective Well-Being through Meta-Analysis of the Associations among Positive Affect, Negative Affect, and Life Satisfaction. *Personality and Individual Differences*, 122, 68-71. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.10.003>
- Dryman, M. T., Gardner, S., Weeks, J. W., & Heimberg, R. G. (2016). Social Anxiety Disorder and Quality of Life: How Fears of Negative and Positive Evaluation Relate to Specific Domains of Life Satisfaction. *Journal of Anxiety Disorders*, 38, 1-8. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2015.12.003>
- Eng, W., Coles, M. E., Heimberg, R. G., & Safren, S. A. (2005). Domains of Life Satisfaction in Social Anxiety Disorder: Relation to Symptoms and Response to Cognitive-Behavioral Therapy. *Journal of Anxiety Disorders*, 19, 143-156. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2004.01.007>
- Hayes, A. F. (2022). *Introduction to Mediation, Moderation, and Conditional Process Analysis: A Regression-Based Approach* (3rd ed.). Guilford Publications.
- Huebner, E. S. (1991). Initial Development of the Student's Life Satisfaction Scale. *School Psychology International*, 12, 231-240. <https://doi.org/10.1177/0143034391123010>
- Jiang, X., Fang, L., Stith, B. R., Liu, R., & Huebner, E. S. (2018). A Psychometric Evaluation of the Chinese Version of the Students' Life Satisfaction Scale. *Applied Research in Quality of Life*, 13, 1081-1095. <https://doi.org/10.1007/s11482-017-9576-x>
- Kasprzak, E. (2010). Perceived Social Support and Life-Satisfaction. *Polish Psychological Bulletin*, 41, 144-154. <https://doi.org/10.2478/v10059-010-0019-x>
- La Greca, A. M., Dandes, S. K., Wick, P., Shaw, K., & Stone, W. L. (2010). Development of the Social Anxiety Scale for Children: Reliability and Concurrent Validity. *Journal of Clinical Child Psychology*, 17, 84-91. https://doi.org/10.1207/s15374424jccp1701_11
- Liu, H., Li, X., Han, B., & Liu, X. (2017). Effects of Cognitive Bias Modification on Social Anxiety: A Meta-Analysis. *PLOS ONE*, 12, e0175107. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0175107>
- Luo, S., & Zhang, D. (2025). Psychological Maltreatment and Loneliness in Chinese Children: A Moderated Mediation Model of Psychological Suzhi and Perceived Social Support. *Children and Youth Services Review*, 179, Article 108581. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2025.108581>
- Maslow, A. H. (1943). A Theory of Human Motivation. *Psychological Review*, 50, 370-396. <https://doi.org/10.1037/h0054346>
- Nie, Q., Yang, C., Chen, C., Furlong, M., Chan, M., Zhang, D. et al. (2025). Growing Minds, Diverging Paths: Psychological Suzhi Trajectories and Adolescent Adjustment in China. *Journal of Youth and Adolescence*, 54, 3023-3040. <https://doi.org/10.1007/s10964-025-02228-2>
- Pan, Z., Zhang, D., Hu, T., & Pan, Y. (2018). The Relationship between Psychological Suzhi and Social Anxiety among Chinese Adolescents: The Mediating Role of Self-Esteem and Sense of Security. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 12, Article No. 50. <https://doi.org/10.1186/s13034-018-0255-y>