

# 上行社会比较与大学生就业焦虑的关系： 有调节的中介模型

陈泳仪，苏忻潼，王如怡

乐山师范学院教育科学学院，四川 乐山

收稿日期：2025年12月17日；录用日期：2026年1月12日；发布日期：2026年1月26日

## 摘 要

为探讨上行社会比较与大学生就业焦虑的关系，以及核心自我评价和成长型思维在其中的作用机制，采用上行社会比较量表、核心自我评价量表、成长型思维量表和就业焦虑量表对603名在校大学生进行问卷调查。结果表明：1) 上行社会比较与就业焦虑呈显著正相关关系；核心自我评价与上行社会比较、就业焦虑呈显著负相关；2) 核心自我评价在上行社会比较与就业焦虑间起中介作用；3) 成长型思维显著正向调节了上行社会比较→核心自我评价→就业焦虑这一中介过程的前半段路径。该结论为核心自我评价在上行社会比较与就业焦虑间的中介作用及成长型思维在上行社会比较与核心自我评价间的调节作用提供了可能解释模型。

## 关键词

就业焦虑，上行社会比较，核心自我评价，成长型思维

# The Relationship between Upward Social Comparison and University Students' Employment Anxiety: A Moderated Mediation Model

Yongyi Chen, Xintong Su, Ruyi Wang

School of Educational Sciences, Leshan Normal University, Leshan Sichuan

Received: December 17, 2025; accepted: January 12, 2026; published: January 26, 2026

## Abstract

To explore the relationship between upward social comparison and university students' employment

文章引用：陈泳仪，苏忻潼，王如怡(2026). 上行社会比较与大学生就业焦虑的关系：有调节的中介模型. 心理学进展, 16(1), 442-451. DOI: 10.12677/ap.2026.161050

anxiety, as well as the roles of core self-evaluation and a growth mindset in this relationship, a questionnaire survey was conducted with 603 university students using the Upward Social Comparison Scale, Core Self-Evaluation Scale, Growth Mindset Scale, and Employment Anxiety Scale. The results indicated that: 1) Upward social comparison was significantly positively correlated with employment anxiety, while core self-evaluation was significantly negatively correlated with both upward social comparison and employment anxiety; 2) Core self-evaluation mediated the relationship between upward social comparison and employment anxiety; 3) A growth mindset significantly positively moderated the first half of the mediating pathway from upward social comparison → core self-evaluation → employment anxiety. This conclusion provides a possible explanatory model for the mediating role of core self-evaluation between upward social comparison and employment anxiety, as well as the moderating role of a growth mindset between upward social comparison and core self-evaluation.

## Keywords

Employment Anxiety, Upward Social Comparison, Core Self-Evaluation, Growth Mindset

Copyright © 2026 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

就业焦虑是个体对未来职业发展的不确定性而出现的消极情绪体验(Cho & Moon, 2019)。近年来,高校毕业生人数持续增加,就业问题普遍困扰着大学生,焦虑情绪随之难以避免(王叶苹, 2025; 曹菲, 2024)。就业焦虑不仅受外部环境的影响,还受个人认知评价的影响,当个体将就业压力视为威胁时,更容易产生焦虑情绪(李秋菊, 2019)。尽管其相关研究日益丰富,但还有许多影响因素有待考究。对此,本研究将进一步探讨大学生就业焦虑还可能存在的影响因素。

社会比较是个体通过比较自己与他人的差异来完善自我评估的过程,其分为上行、平行及下行社会比较(Festinger, 1954)。且社会比较已内化成一种无需意志驱动的习惯(邢淑芬, 俞国良, 2006)。其中,个体会出于“追求卓越”的内在动机,通常倾向于上行社会比较,借此激发进取心(Buunk & Gibbons, 2007)。然而,上行社会比较水平较高的个体极易引发个体产生焦虑、抑郁等消极情绪,进而对个体心理健康构成威胁(Martin et al., 2002; 王雷萍等, 2024)。Conroy (2001)进一步为上行社会比较与焦虑情绪间的机制提供了一个可能的解释模型:当个体在进行上行比较并感受到差距时,容易形成较低的自我评估,产生焦虑情绪。多项研究发现,上行社会比较与就业焦虑间存在正相关关系(陈继文等, 2024; 彭蓉, 2023; 栗靖淳, 2024; Feinstein et al., 2013)。对此,提出假设 1: 上行社会比较与就业焦虑间存在显著正相关。

Judge (1997)提出核心自我评价是个体在潜意识中对自身能力和价值的基本评价,并由自尊、一般自我效能感、神经质和控制点等特质构成,该结构具有跨文化的一致性,在中国文化背景下也适用(Judge et al., 2003; 杜卫等, 2007; 吴超荣, 甘怡群, 2005)。McCarthy 和 Morina (2020)针对青少年研究发现个体进行上行社会比较时会引发对比和同化效应,但多数情况下表现为对比效应。这一过程会动摇大学生的心理稳定性,产生消极自我评价(童媛添等, 2017; Blanton, 2001)。对此,社会比较与自我评价可能存在密切关系。且已有研究表明两者存在显著正相关(方必基等, 2016)。自我评价模型认为,个体有维持良好自我评价和价值的基本需求,当个体将自己与他人价值比较,但没有达到他人的表现时,会让个体处于消极状态(Greenwald, 1980)。同时有研究表明个体焦虑情绪与消极认知存在显著相关(Smith & Capuzzi,

2019)。虽然核心自我评价与就业焦虑的关系研究鲜少,但构成要素自我效能感、自尊等特质与就业焦虑存在显著相关(陈勇,熊忠东,2008;李志勇等,2012)。同时,有研究表明核心自我评价对状态焦虑呈显著负相关(Xiao et al., 2014)。而就业焦虑本质上属于状态焦虑的一种(张艺玲,黄子杰,2007),据此推测核心自我评价与就业焦虑之间可能存在负相关。综合来看,上行社会比较不仅能直接影响就业焦虑,还能通过核心自我评价间接影响,或许此路径有助于为其潜在作用机制提供一个可能的解释模型。对此,提出假设 2:核心自我评价在上行社会比较与就业焦虑间起到中介作用。

Dweck (2006)基于内隐能力理论将思维模式分为固定型和成长型思维,具有前者思维的个体认为能力是固定的,而后者则认为能力是有可塑性的(Dweck, 2000),且此个体会更倾向于将挫折视为自我完善的机会,从而表现出更强的情绪调节能力和积极应对策略(Lam & Zhou, 2020; Schroder et al., 2015)。对于成长型思维与核心自我评价,已有研究证明两者间呈显著正相关(胡心怡等, 2022)。在 Dweck (2000)提出的思维模式理论中,拥有成长型思维的个体会更善于将挑战转化为机会,在困难情境中消极情绪水平较低;反之则容易出现消极情绪(Dweck, 1986; Dweck & Leggett, 1988)。有许多研究还发现成长型思维与自我效能感、控制点等核心自我评价构成特质间均呈显著正相关(刁春婷,周文倩等, 2020),相关干预也有助于维持个体内隐自尊的稳定性(胡晨, 2021)。成长型思维不仅影响着个体对情境的解释,还可以调节个体的情绪(余芝云,连榕, 2019)。研究表明具备成长型思维的个体更倾向于将学业中的上行社会比较视为自我提升的契机(Blackwell et al., 2007),并在跨文化背景下也普遍展现出更积极的应对方式(Oyserman, 2006)。以上研究提示着成长型思维在上行社会比较情境下的调节作用。另外需注意的是固定型与成长型思维在个体中并非完全对立,二者共存于个体并在不同情境和时间中被激发(Dweck et al., 1995)。据此可知,成长型思维模式是可以通过训练发展的。对此,提出假设 3:成长型思维在上行社会比较与核心自我评价之间起调节作用。

综上,研究构建了一个有调节的中介模型(图 1),以考察核心自我评价的中介作用和成长型思维的调节作用。

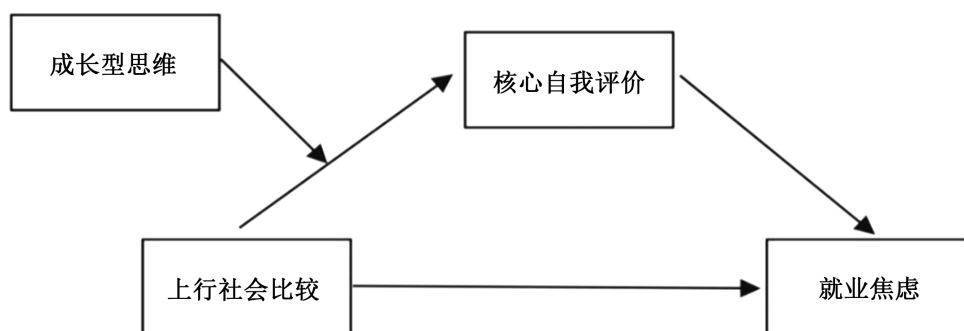


Figure 1. Hypothesized model  
图 1. 假设模型

## 2. 方法

### 2.1. 被试

采用随机抽样法对某省公办本科院校大一至大四在校大学生进行问卷调查,通过问卷星平台收集问卷,共 679 份,经过筛选剔除无效问卷(其中剔除测谎题作答错误、答题时间过长的问卷 76 份)后,剩余有效问卷 603 份。其中男性 232 人,占比 38.5%;女性 371 人,占比 61.5%;且大一学生 133 人,占比 22.1%;大二学生 165 人,占比 27.4%;大三学生 201 人,占比 33.3%;大四学生 104 人,占比 17.2%。

## 2.2. 测量工具

### 2.2.1. 上行社会比较量表

采用 Gibbons 和 Buunk (1999)编制、白学军等人(2013)翻译修订的上行社会比较量表。量表共 6 道题,采用 Likert 5 点计分,从 1 分(很不符合)到 5 分(很符合),无反向计分题。总分越高,则个体上行社会比较倾向越高。该量表信效度良好(刘丽红, 2021),本研究中该量表的 Cronbach's  $\alpha$  系数为 0.78。

### 2.2.2. 就业焦虑量表

采用张玉柱和陈中永(2006)编制的就业焦虑量表,量表共 26 道题目,分为就业竞争压力、缺乏就业支持、就业自信心不足、就业前景担忧 4 个维度。采用 Likert 5 点计分,从 1 分(完全不符合)到 5 分(完全符合),总分范围在 26 到 130 分,分数越高,个体就业焦虑水平越高。该量表信效度良好(张玉柱, 姚德雯, 2011),在本研究中该量表的 Cronbach's  $\alpha$  系数为 0.90。

### 2.2.3. 核心自我评价量表

采用 Judge 等(2003)编制、杜建政等(2012)修订的核心自我评价量表,量表共 10 道题目,其中,第 2、3、5、7、8、10 题为反向计分题,其余题为正向计分题。量表采用 Likert 5 点计分,从 1 分(完全不符合)到 5 分(完全符合),分数越高,个体核心自我评价水平越高。该量表信效度良好(张亚利等, 2024),在本研究中该量表的 Cronbach's  $\alpha$  系数为 0.80。

### 2.2.4. 成长型思维量表

采用 Dweck (2006)编制、家晓余(2018)翻译修订的成长型思维量表,量表共 20 道题,其中第 1、4、7、8、11、12、14、16、17、20 题为反向计分题,其余为正向计分题。量表采用 4 点计分,从 1 分(非常不同意)到 4 分(非常同意),得分越高,则表明个体越具有成长型思维模式。该量表信效度良好(汤倩, 彭苏浩, 2024),在本研究中该量表的 Cronbach's  $\alpha$  系数为 0.80。

## 2.3. 研究程序

研究采用线上问卷施测,在遵循参与者自愿加入的前提下,为确保测试的标准化和有效性,问卷设计遵循了统一的指导说明,并维持了特定的编排逻辑。在正式问卷前向被试呈现问卷说明和知情同意书,然后参与者依次完成就业焦虑量表、上行社会比较量表、核心自我评价量表和成长型思维量表,在被试完成问卷后,立即提交收回。

## 2.4. 数据收集与分析

采用 SPSS 27.0 对收集的数据进行信度检验、描述统计、相关分析和线性回归分析。最后,使用 SPSS 宏程序 PROCESS 对变量进行中介效应检验及有调节的中介效应检验。

## 3. 结果

### 3.1. 共同方法偏差检验

采用 Harman 单因素检验法对上行社会比较、核心自我评价、成长型思维以及就业焦虑量表中的所有原始题进行因子分析,检验是否存在共同方法偏差。所有题项中共有 17 个特征值大于 1 的因子,其中第一个因子的方差解释率为 16%,小于经验值 40%,因此研究中不存在共同方法偏差。

### 3.2. 上行社会比较、核心自我评价、成长型思维与就业焦虑的描述统计和相关分析

研究采用皮尔逊相关分析法对上行社会比较、核心自我评价、成长型思维以及就业焦虑变量间的相

关系进行检验，结果如表 1 所示。

从表中可以看出，上行社会比较与就业焦虑呈显著正相关( $r = 0.38, p < 0.001$ )，而上行社会比较与核心自我评价呈显著负相关( $r = -0.31, p < 0.001$ )；与成长型思维则呈显著正相关( $r = 0.17, p < 0.001$ )。同时，核心自我评价与就业焦虑也呈显著负相关( $r = -0.45, p < 0.001$ )；成长型思维与核心自我评价呈显著正相关( $r = 0.20, p < 0.001$ )；成长型思维与就业焦虑呈显著负相关( $r = -0.24, p < 0.001$ )。

**Table 1.** Descriptive statistics and correlative analysis among variables (N = 603)

**表 1.** 各变量的描述统计与相关分析(N = 603)

|        | 上行社会比较   | 核心自我评价   | 成长型思维    | 就业焦虑 | <i>M</i> ± <i>SD</i> |
|--------|----------|----------|----------|------|----------------------|
| 上行社会比较 | 1        |          |          |      | 19.93 ± 4.39         |
| 核心自我评价 | -0.31*** | 1        |          |      | 31.38 ± 4.08         |
| 成长型思维  | -0.17*** | 0.20***  | 1        |      | 52.11 ± 4.74         |
| 就业焦虑   | 0.38***  | -0.45*** | -0.24*** | 1    | 89.38 ± 14.54        |

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

### 3.3. 有调节的中介模型检验

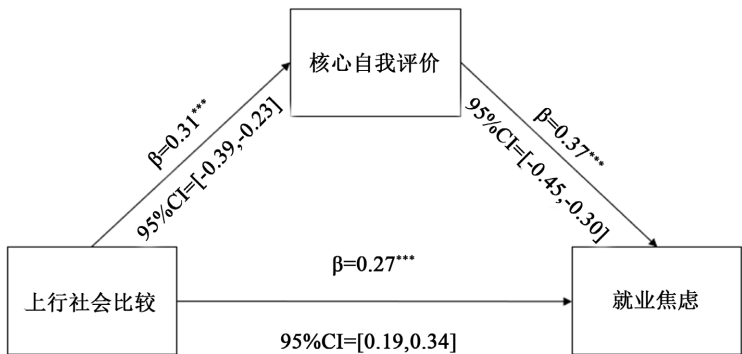
研究将各变量进行标准化数据处理，按照以往研究的建议(温忠麟，叶宝娟，2014)，运用 PROCESS 插件对有调节的中介模型进行检验。

首先建立简单中介模型，将上行社会比较作为预测变量、核心自我评价作为中介变量、就业焦虑作为结果变量，运用 PROCESS 中的 model 4 对变量采用偏差校正的百分位 Bootstrap 法(5000 次)进行中介效应检验，结果见表 2、图 2。

**Table 2.** Mediating effect analysis of core self-evaluation

**表 2.** 核心自我评价的中介效应分析

|      | 效应量  | Boot 标准误 | 95% CI 下限 | 95% CI 上限 | 效应占比   |
|------|------|----------|-----------|-----------|--------|
| 总效应  | 0.38 | 0.04     | 0.30      | 0.46      |        |
| 直接效应 | 0.27 | 0.04     | 0.19      | 0.34      | 71.05% |
| 间接效应 | 0.11 | 0.02     | 0.08      | 0.15      | 28.95% |



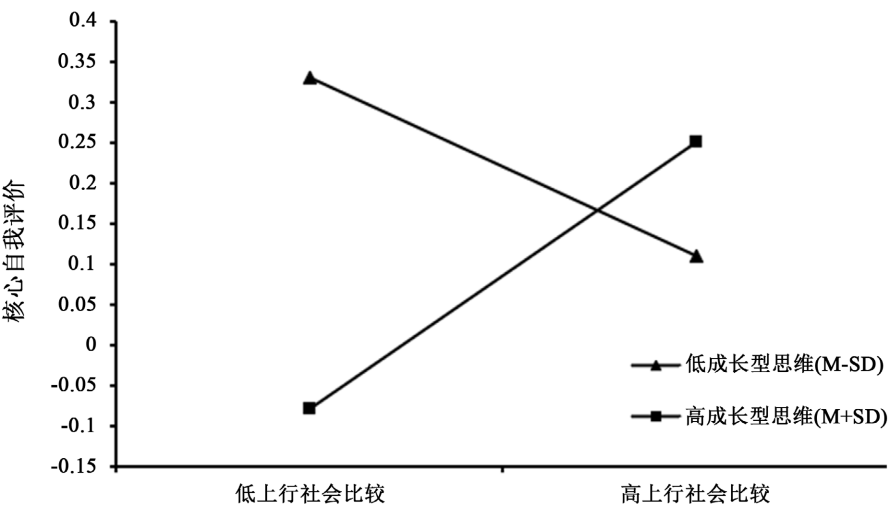
**Figure 2.** Mediation model  
**图 2.** 中介模型



结果显示,上行社会比较对就业焦虑的总效应显著(总效应为 0.38,  $p < 0.001$ , 95% CI = [0.30, 0.46]),上行社会比较与就业焦虑的直接效应显著(直接效应为 0.27,  $p < 0.001$ , 95% CI = [0.19, 0.34]);上行社会比较与核心自我评价间存在显著负相关( $\beta = -0.31$ ,  $p < 0.001$ , 95% CI = [-0.39, -0.23]);核心自我评价与就业焦虑间存在显著负相关( $\beta = -0.37$ ,  $p < 0.001$ , 95% CI = [-0.45, -0.30]),间接效应显著(间接效应为 0.11,  $p < 0.001$ , 95% CI = [0.08, 0.15]),效应占比为 28.95%,假设 1 和假设 2 成立。

接着运用 PROCESS 中的 model 7 检验成长型思维在上行社会比较与核心自我评价间的调节效应。如图 3 所示,上行社会比较与成长型思维交互项的标准化回归系数显著( $\beta = 0.15$ ,  $p < 0.001$ , 95% CI = [0.09, 0.21]), Index 系数为-0.06,  $p < 0.001$ , 95% CI = [-0.09, -0.02], 置信区间不包含 0, 说明存在调节的中介效应,有调节的中介模型成立。具体结果:对于低成长型思维水平个体( $M - 1SD$ ),核心自我评价的中介效应显著(中介效应为 0.15, 95% CI = [0.10, 0.20]);对于高成长型思维水平个体( $M + 1SD$ ),核心自我评价的中介效应不显著(中介效应为 0.04, 95% CI = [-0.01, 0.08])。综上,假设 3 成立。

为更好解释成长型思维的调节作用,通过简单斜率分析考察不同成长型思维水平( $M \pm SD$ )下,上行社会比较对核心自我评价的效应值。结果显示,对于低成长型思维水平( $M - 1SD$ )的个体,上行社会比较与核心自我评价间存在显著负相关( $\beta_{\text{simple}} = -0.41$ ,  $p < 0.001$ , 95% CI = [-0.50, -0.32]);而对于高成长型思维水平( $M + 1SD$ )的被试,上行社会比较与核心自我评价间没有显著相关关系( $\beta_{\text{simple}} = -0.10$ ,  $p = 0.053$ , 95% CI = [-0.21, 0.01])。



注:成长型思维高于均值一个标准差代表高成长型思维;低于均值一个标准差代表低成长型思维。

**Figure 3.** The moderating effect of growth mindset on upward social comparison and core self-evaluation  
**图 3.** 成长型思维在上行社会比较与核心自我评价的调节效应

## 4. 讨论

### 4.1. 大学生上行社会比较与就业焦虑

研究发现,上行社会比较与大学生就业焦虑存在显著正相关。这与以往实证研究的结果一致(陈继文等, 2024; 栗靖淳, 2024; Feinstein et al., 2013),验证了研究假设 1。其内在机制在于,当个体进行上行社会比较时,会感知到自身与理想标准的差距,且伴随着就业焦虑(王雷萍等, 2024)。在求职情景中,高上行社会比较水平的个体往往会伴随着就业焦虑,特别是在竞争激烈的就业环境中,上行社会比较的频率可能会更高,个体的就业焦虑情绪问题更为凸显(Gibbons & Buunk, 1999)。同时,高上行社会比较水平

个体在此过程中更容易陷入“比较-怀疑-焦虑”循环,这种循环会伴随着就业焦虑水平提高(连帅磊等, 2017)。对此,可以看出在就业市场中,大学生就业焦虑情绪与大学生上行社会比较密切相关。

#### 4.2. 核心自我评价在上行社会比较与就业焦虑间的中介作用

结果发现核心自我评价在上行社会比较与就业焦虑间存在中介作用。这一结果验证了假设 2,且与以往研究具有一致性,虽然前者研究中的焦虑类型为社交焦虑(刘丽红, 2021),但其都展现了核心自我评价在上行社会比较与特定焦虑情绪间的中介作用。

一方面,在就业竞争场景中,较高水平上行社会比较的个体往往会表现出较低的核心自我评价水平。这类个体容易因参照对象的优秀引起自我怀疑,影响心理稳定性,进而形成更多负面自我评价(彭蓉, 2023)。比如高上行社会比较水平大学生的自我效能感水平较低,会更容易出现自我否定的消极认知(刘丽红, 2021),且自我效能感是核心自我评价和抗压的关键心理资源,其下降往往伴随着焦虑情绪水平的提高(Bandura, 1997)。另一方面,核心自我评价作为重要的心理资源,其水平较低的个体面对压力事件时,更会遵循威胁性评价,产生消极自我评价(Lazarus & Folkman, 1984),研究表明焦虑情绪的出现,通常与个体的消极自我认知紧密相连(Smith & Capuzzi, 2019)。当面对压力事件时,低核心自我评价水平个体常常伴随着焦虑情绪的产生。尤其在竞争激烈的就业压力事件中,大学生更容易通过上行社会比较评估自身竞争力,而消极的自我认知评价常伴随就业焦虑(Bandura, 1997)。研究共同表明了核心自我评价水平与就业焦虑间的负相关关系。

综上,实证研究进一步指出上行社会比较与就业焦虑的相关关系并不是只有直接路径,核心自我评价可以作为中介变量,在其相关关系中起到一定作用。对此,若个体能够控制自身的核心自我评价水平,则可能在一定程度上可以通过核心自我评价缓解上行社会比较与就业焦虑间的负相关关系。

#### 4.3. 成长型思维在上行社会比较与核心自我评价间的调节作用

研究结果表明成长型思维在上行社会比较与核心自我评价间起调节作用,此结果验证了假设 3。通过进一步的简单斜率分析发现,低成长型思维水平的调节作用显著,但高成长型思维水平的不显著,符合理论预期。

成长型思维影响着个体对情境的解释,相比于固定性思维个体,具有成长型思维的个体会积极看待上行社会比较,会将外部条件视为发展机会,塑造较强的自我概念,减弱外界影响的冲击(Oyserman, 2006; Zhao et al., 2019)。而上行社会比较多为自发性过程,难以主观控制(Gilbert et al., 1995),个体无法避免进行社会比较,但可通过调节自己的思维模式改善对上行社会比较与核心自我评价的负相关。因此,上行社会比较与成长型思维的相互作用会显著正向调节个体的核心自我评价。

对于低成长型思维个体,其思维模式与 Dweck (2006)提出的固定性思维个体相似,即认为能力是固定不变的。这类个体在进行上行社会比较时,自我概念会产生动摇,需依赖外部评价来维持稳定(Swann, 1987),这也导致他们对外界反馈会格外敏感,此思维模式与心理韧性呈负相关(Lockwood & Kunda, 1997)。若低成长型思维在上行社会比较与核心自我评价的负向关系中起到调节作用,则其二者间会呈现出更强的负相关性。

相比之下,高成长型思维个体更相信能力是可以通过努力改变的(Dweck, 2006)。他们把上行比较视作成长机会而非威胁,对自我评价更多依靠内在标准(Lockwood & Kunda, 1997)。这类个体具备更强的自主性和学习主动性,自我概念会更稳定,能够积极应对社会比较,缓冲社会比较的冲击(Deci & Ryan, 2000)。对此,高成长型思维在上行社会比较与核心自我评价间起到缓冲作用,有效调节上行社会比较对核心自我评价的负相关关系,则说明高成长型思维水平的调节作用不显著。此结果强调了大学生培养成长型思维的重

要性,同时结果提示成长型思维在一定程度上可以弱化上行社会比较与核心自我评价间的负相关关系。

#### 4.4. 不足与展望

研究仍存在局限性。首先,研究采用的是横向调查设计。虽能表现出变量间的相关关系,但难以明确因果关系。且无法展现变量间的动态影响,限制了研究对机制演变过程的深入理解。未来研究可以采用纵向研究,例如在入学、求职季、毕业初期等关键时间点多次测量核心变量,由此深入考察变量间的因果路径及其在发展过程中的变化,为有效干预提供理论基础。其次,研究中的样本代表性限制了研究结论的泛化性。本研究主要聚焦于大学生群体,该群体虽存在明显的就业焦虑问题,但其年龄、社会经验和职业发展阶段等方面类似,则可能会与其他群体的社会比较以及焦虑体验(例如在职人员,再就业群体等)存在差异,未来研究可扩大取样范围,拓展不同职业发展阶段的群体,检验模型在不同群体中的适用性和差异性。最后,尽管研究采用了成熟量表,但问卷调查法存在一定的局限性。受访者可能受到社会赞许性和情绪状态的影响,导致报告偏离真实情况(Podsakoff et al., 2003)。未来研究可以结合行为实验(例如让个体对失败反应的任务)或内隐联想测验,更客观地测量被试的态度,从而提高测量的精确度。

#### 5. 结论

- 1) 上行社会比较与就业焦虑呈正相关。
- 2) 核心自我评价在上行社会比较与就业焦虑间起中介作用。
- 3) 成长型思维在上行社会比较与核心自我评价间起调节作用。

#### 基金项目

本研究得到四川省省级大学生创新创业训练计划项目(S202510649200)的资助。

#### 参考文献

- 白学军, 刘旭, 刘志军(2013). 初中生社会比较在成就目标与学业自我效能感之间的中介效应. *心理科学*, 36(6), 1413-1420.
- 曹菲(2024). *大学生社会支持与就业焦虑的关系机制及干预研究*. 硕士学位论文, 青岛: 青岛大学.
- 陈继文, 曾鑫玉, 李过, 许磊, 史更虎, 彭顺(2024). 上行社会比较对大学生学习内卷的影响: 焦虑的中介与自我肯定的调节作用. *中国健康心理学杂志*, 32(6), 913-919.
- 陈勇, 熊忠东(2008). 浅论贫困大学生就业焦虑及对策. *时代文学(下半月)*, (12), 143-144.
- 刁春婷, 周文倩, 黄臻(2020). 小学生成长型思维模式与学业成绩、生活满意度的关系: 学业自我效能感的中介作用. *心理与行为研究*, 18(4), 524-529.
- 杜建政, 张翔, 赵燕(2012). 核心自我评价的结构验证及其量表修订. *心理研究*, 5(3), 54-60.
- 杜卫, 张厚粲, 朱小姝(2007). 核心自我评价概念的提出及其验证性研究. *心理科学*, (5), 1057-1060.
- 方必基, 薛盼盼, 刘彩霞(2016). 免费医学生社会比较与核心自我评价的关系研究. *湖南学院学报(医学版)*, 18(3), 40-44.
- 胡晨(2021). *高中生成长型思维对挫折情境下内隐自尊的影响及其干预研究*. 硕士学位论文, 芜湖: 安徽师范大学.
- 胡心怡, 刘霞, 耿梅芳, 杨艺馨(2022). 大学生核心自我评价与学习投入的关系——成长型思维和学业情绪的链式中介作用. *山西高等学校社会科学学报*, 34(8), 65-70.
- 家晓余(2018). *个体能力观对创造性思维的影响*. 博士学位论文, 杭州: 浙江大学.
- 李秋菊(2019). *就业焦虑现状调查及对策研究*. 硕士学位论文, 西安: 陕西师范大学.
- 李志勇, 吴明证, 陶伶, 何雪莲(2012). 大学生自尊、无法忍受不确定性、职业决策困难与就业焦虑的关系. *中国临床心理学杂志*, 20(4), 564-566.
- 连帅磊, 孙晓军, 牛更枫, 周宗奎(2017). 社交网站中的上行社会比较与抑郁的关系: 一个有调节的中介模型及性别差异. *心理学报*, 49(7), 941-952.



- 刘丽红(2021). 上行社会比较与社交焦虑的关系: 核心自我评价和内外倾性的作用. *山西大学学报(哲学社会科学版)*, 44(6), 131-136.
- 彭蓉(2023). 上行社会比较对大学生就业焦虑的影响: 相对剥夺感与失败恐惧的链式中介作用. *健康心理学杂志*, 31(9), 1389-1394.
- 栗靖淳(2024). *上行社会比较视角下大学生的社交媒体使用与就业焦虑*. 硕士学位论文, 北京: 北京外国语大学.
- 汤倩, 彭苏浩(2024). 成长型思维对高职新生就业焦虑的影响: 手机冷落行为的中介作用. *中国健康心理学杂志*, 32(4), 616-620.
- 童媛添, 邱晓雯, 连帅磊, 张苗苗(2017). 社交网站上行社会比较对青少年抑郁的影响: 社交焦虑的中介作用. *中国临床心理学杂志*, 25(3), 498-501.
- 王雷萍, 赵怡霖, 张镇(2024). 中老年人社交媒体使用与正/负向情绪: 上行和下行社会比较的中介作用. *心理学探新*, 44(2), 134-141.
- 王叶苹(2025). 大学生就业焦虑的作用界定——基于社会比较视角. *山西能源学院学报*, 38(3), 65-67.
- 温忠麟, 叶宝娟(2014). 有调节的中介作用模型检验方法: 竞争还是替补? *心理学报*, 46(5), 714-726.
- 吴超荣, 甘怡群(2005). 核心自我评价: 一个验证性因素分析. *北京大学学报(自然科学版)*, (4), 622-627.
- 邢淑芬, 俞国良(2006). 社会比较: 对比效应还是同化效应. *心理科学进展*, 14(6), 944-949.
- 余芝云, 连榕(2019). 内隐理论对心理健康的影响及其作用机制. *山东师范大学学报(人文社会科学版)*, 64(2), 105-112.
- 张亚利, 靳康悦, 周璇, 韩海宾(2024). 父母手机冷落与中职生网络偏差行为: 核心自我评价的中介作用. *教育生物学杂志*, 12(3), 199-203.
- 张艺玲, 黄子杰(2007). 高校毕业生择业焦虑研究. *中国校医*, 21(3), 358-360.
- 张玉柱, 陈中永(2006). 高校毕业生择业焦虑问卷的初步编制. *中国心理卫生杂志*, 20(8), 555-557.
- 张玉柱, 姚德雯(2011). 高校毕业生择业焦虑问卷的跨地区验证和比较. *心理与行为研究*, 9(2), 120-124.
- Bandura, A. (1997). *Self-Efficacy: The Exercise of Control*. Macmillan.
- Blackwell, L. S., Trzesniewski, K. H., & Dweck, C. S. (2007). Implicit Theories of Intelligence Predict Achievement across an Adolescent Transition: A Longitudinal Study and an Intervention. *Child Development*, 78, 246-263. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2007.00995.x>
- Blanton, H. (2001). Evaluating the Self in the Context of Another: The Three-Selves Model of Social Comparison Assimilation and Contrast. In G. B. Moskowitz (Ed.), *Cognitive Social Psychology: The Princeton Symposium on the Legacy and Future of Social Cognition* (pp. 75-87). Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Buunk, A. P., & Gibbons, F. X. (2007). Social Comparison: The End of a Theory and the Emergence of a Field. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 102, 3-21. <https://doi.org/10.1016/j.obhdp.2006.09.007>
- Cho, E., & Moon, H. (2019). Relationship of College Students' Job-Seeking Anxiety and Employment Preparation Behavior: With the Mediating Effects of Career Decision Making Self-Efficacy and Social Support. *Korean Association for Learner-Centered Curriculum and Instruction*, 19, 693-716. <https://doi.org/10.22251/jlcci.2019.19.19.693>
- Conroy, D. E. (2001). Progress in the Development of a Multidimensional Measure of Fear of Failure: The Performance Failure Appraisal Inventory (PFAI). *Anxiety, Stress & Coping*, 14, 431-452. <https://doi.org/10.1080/10615800108248365>
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "What" and "Why" of Goal Pursuits: Human Needs and the Self-Determination of Behavior. *Psychological Inquiry*, 11, 227-268. [https://doi.org/10.1207/s15327965pli1104\\_01](https://doi.org/10.1207/s15327965pli1104_01)
- Dweck, C. S. (1986). Motivational Processes Affecting Learning. *American Psychologist*, 41, 1040-1048. <https://doi.org/10.1037/0003-066x.41.10.1040>
- Dweck, C. S. (2000). *Self-Theories: Their Role in Motivation, Personality, and Development*. Psychology Press.
- Dweck, C. S. (2006). *Mindset: The New Psychology of Success* (pp. 210-233). Random House.
- Dweck, C. S., & Leggett, E. L. (1988). A Social-Cognitive Approach to Motivation and Personality. *Psychological Review*, 95, 256-273. <https://doi.org/10.1037/0033-295x.95.2.256>
- Dweck, C. S., Chiu, C., & Hong, Y. (1995). Implicit Theories and Their Role in Judgments and Reactions: A Word from Two Perspectives. *Psychological Inquiry*, 6, 267-285. [https://doi.org/10.1207/s15327965pli0604\\_1](https://doi.org/10.1207/s15327965pli0604_1)
- Feinstein, B. A., Hershenberg, R., Bhatia, V., Latack, J. A., Meuwly, N., & Davila, J. (2013). Negative Social Comparison on Facebook and Depressive Symptoms: Rumination as a Mechanism. *Psychology of Popular Media Culture*, 2, 161-170. <https://doi.org/10.1037/a0033111>
- Festinger, L. (1954). A Theory of Social Comparison Processes. *Human Relations*, 7, 117-140. <https://doi.org/10.1177/001872675400700202>

- Gibbons, F. X., & Buunk, B. P. (1999). Individual Differences in Social Comparison: Development of a Scale of Social Comparison Orientation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76, 129-142. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.76.1.129>
- Gilbert, D. T., Giesler, R. B., & Morris, K. A. (1995). When Comparisons Arise. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 227-236. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.2.227>
- Greenwald, A. G. (1980). The Totalitarian Ego: Fabrication and Revision of Personal History. *American Psychologist*, 35, 603-618. <https://doi.org/10.1037/0003-066x.35.7.603>
- Judge, T. A. (1997). The Dispositional Causes of Job Satisfaction: A Core Evaluations Approach. *Research in Organizational Behavior*, 19, 151-188.
- Judge, T. A., Erez, A., Bono, J. E., & Thoresen, C. J. (2003). The Core Self-Evaluations Scale: Development of a Measure. *Personnel Psychology*, 56, 303-331. <https://doi.org/10.1111/j.1744-6570.2003.tb00152.x>
- Lam, K. K. L., & Zhou, M. (2020). A Serial Mediation Model Testing Growth Mindset, Life Satisfaction, and Perceived Distress as Predictors of Perseverance of Effort. *Personality and Individual Differences*, 167, Article ID: 110262. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110262>
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. Springer Publishing Company.
- Lockwood, P., & Kunda, Z. (1997). Superstars and Me: Predicting the Impact of Role Models on the Self. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73, 91-103. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.73.1.91>
- Martin, R., Suls, J., & Wheeler, L. (2002). Ability Evaluation by Proxy: Role of Maximal Performance and Related Attributes in Social Comparison. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82, 781-791. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.82.5.781>
- McCarthy, P. A., & Morina, N. (2020). Exploring the Association of Social Comparison with Depression and Anxiety: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 27, 640-671. <https://doi.org/10.1002/cpp.2452>
- Oyserman, D. (2006). High Power, Low Power, and Equality: Culture Beyond Individualism and Collectivism. *Journal of Consumer Psychology*, 16, 352-356. [https://doi.org/10.1207/s15327663jcp1604\\_6](https://doi.org/10.1207/s15327663jcp1604_6)
- Podsakoff, P. M., MacKenzie, S. B., Lee, J., & Podsakoff, N. P. (2003). Common Method Biases in Behavioral Research: A Critical Review of the Literature and Recommended Remedies. *Journal of Applied Psychology*, 88, 879-903. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.88.5.879>
- Schroder, H. S., Dawood, S., Yalch, M. M., Donnellan, M. B., & Moser, J. S. (2015). The Role of Implicit Theories in Mental Health Symptoms, Emotion Regulation, and Hypothetical Treatment Choices in College Students. *Cognitive Therapy and Research*, 39, 120-139. <https://doi.org/10.1007/s10608-014-9652-6>
- Smith, T. F., & Capuzzi, G. (2019). Using a Mindset Intervention to Reduce Anxiety in the Statistics Classroom. *Psychology Learning & Teaching*, 18, 326-336. <https://doi.org/10.1177/1475725719836641>
- 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>
- Xiao, W., Zhou, L., Wu, Q., Zhang, Y., Miao, D., Zhang, J. et al. (2014). Effects of Person-Vocation Fit and Core Self-Evaluation on Career Commitment of Medical University Students: The Mediator Roles of Anxiety and Career Satisfaction. *International Journal of Mental Health Systems*, 8, Article No. 8. <https://doi.org/10.1186/1752-4458-8-8>
- Zhao, Q., Wichman, A., & Frishberg, E. (2019). Self-Doubt Effects Depend on Beliefs about Ability: Experimental Evidence. *The Journal of General Psychology*, 146, 299-324. <https://doi.org/10.1080/00221309.2019.1585320>