

大学新生述情障碍与社交焦虑的关系：一个有调节的中介模型

龙章敏¹, 姚小喃^{1*}, 秦涵²

¹西南民族大学教育学与心理学学院, 四川 成都

²四川省自贡市第一中学校, 四川 自贡

收稿日期: 2026年1月10日; 录用日期: 2026年2月10日; 发布日期: 2026年2月27日

摘要

目的: 探讨大学新生述情障碍与社交焦虑的关系, 重点考察负面评价恐惧在二者关系中的中介作用以及自我关怀对中介过程前半段的调节作用。方法: 采用中文版多伦多述情障碍量表、简版负面评价恐惧量表、简版自我关怀量表和社交焦虑量表对成都市320名大学新生进行问卷调查。结果: (1)述情障碍与社交焦虑呈正相关($r = 0.412, P < 0.001$); (2)负面评价恐惧在述情障碍与社交焦虑之间起部分中介作用, 中介效应值为0.24; (3)自我关怀在中介模型的前半段路径起调节作用($\beta = -0.18, P < 0.01$)。结论: 负面评价恐惧是述情障碍诱发大学新生社交焦虑的认知机制, 而自我关怀能够缓冲述情障碍对负面评价恐惧的负面作用, 高自我关怀甚至可以在两者间起阻断作用。

关键词

社交焦虑, 述情障碍, 负面评价恐惧, 自我关怀

The Relationship between Alexithymia and Social Anxiety in Freshmen: A Moderated Mediation Model

Zhangmin Long¹, Xiaonan Yao^{1*}, Han Qin²

¹College of Education and Psychology, Southwest Minzu University, Chengdu Sichuan

²Zigong City First Middle School, Zigong Sichuan

Received: January 10, 2026; accepted: February 10, 2026; published: February 27, 2026

*通讯作者。

文章引用: 龙章敏, 姚小喃, 秦涵(2026). 大学新生述情障碍与社交焦虑的关系: 一个有调节的中介模型. *心理学进展*, 16(2), 412-421. DOI: 10.12677/ap.2026.162102

Abstract

Objective: This study explored the relationship between alexithymia and social anxiety among university freshmen, and examined the mediation role of fear of negative evaluation and the moderating role of self-compassion in the first stage of the mediation model. **Methods:** A questionnaire survey was conducted among 320 college freshmen in Chengdu using the Chinese version of the Toronto Alexithymia Scale, the Brief Fear of Negative Evaluation Scale, the Brief Self-Compassion Scale, and the Social Anxiety Scale. **Results:** (1) Alexithymia was positively correlated with social anxiety ($r = 0.412, P < 0.001$); (2) Fear of negative evaluation partially mediated the relationship between alexithymia and social anxiety, with an indirect effect value of 0.24; (3) Self-compassion moderated the first half of the mediation pathway ($\beta = -0.18, P < 0.01$). **Conclusion:** Fear of negative evaluation serves as a cognitive mechanism through which alexithymia induces social anxiety in college freshmen, while self-compassion can act as a buffer in the process of alexithymia leading to fear of negative evaluation. High levels of self-compassion may even neutralize the relationship between the two.

Keywords

Social Anxiety, Alexithymia, Fear of Negative Evaluation, Self-Compassion

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

社交焦虑是指个体在面对(或预期面对)陌生或可能被他人审视的社交情境时,因担心自己言行不当、害怕受到他人否定性评价而产生担忧和焦虑情绪,并可能伴随回避行为(APA, 2013)。大学新生正处于从高中步入大学的过渡阶段,其心理能力尚未完全成熟,因此在面对更加复杂的社交环境和多重压力时,更容易出现社交焦虑问题(赵玉兵和宫浩然, 2025; 谭笑等, 2023)。以往研究发现,社交焦虑会对大学新生的身心健康造成深远而持久的负面影响,如阻碍人际关系形成(靳义君, 2019)、导致学业适应困难(Arjangi & Kusumaningsih, 2016)以及引发手机成瘾(张晓州和彭婷, 2023)等。研究显示,我国大学生中有 45.7%存在明显的社交焦虑问题(李承龙等, 2019),且呈逐年上升趋势(时蒙等, 2019)。由此可见,探讨大学新生社交焦虑的影响因素及其内在作用机制,对预防和降低大学新生社交焦虑具有重要意义。

述情障碍是社交焦虑产生的重要风险因素之一。述情障碍既可以是一种稳定的人格特质,也可以是一种由躯体疾病或心理困扰所引起的可改变的反应(Lesser, 1981),其特征是难以识别和表达自我和他人的情绪感受、外向型思维及想象力缺乏,会对青少年心理健康带来消极影响(Apfel & Sifneos, 1979; Taylor et al., 1984; Kieraité et al., 2024)。研究显示,具有情绪识别与表达困难的个体在人际互动中往往显得情感冷淡、适应不良且社交效能感较低,从而易于诱发或加剧社交焦虑(韩晶晶等, 2021)。此外,想象力贫乏和内向型思维方式也使这类个体在面对压力或冲突时更倾向于采用压抑、回避等非适应性应对方式,进一步增加了社交焦虑的发生风险(张灏等, 2024)。综上,本研究假设述情障碍能够正向预测大学新生社交焦虑(H1)。

然而,大学新生述情障碍具体如何影响社交焦虑,其内在机制尚未完全明确。述情障碍可能通过增

强个体对他人负面评价的恐惧，进而加剧社交焦虑。负面评价恐惧指的是个体在社交情境中对潜在否定性评价感到恐惧与担忧，并预期他人会给予消极评价的心理倾向(彭顺等, 2019; 高茜等, 2024)。大学新生正处于建立新人际关系的关键期，高负面评价恐惧容易导致孤独感、焦虑及人际困扰等问题(邹维兴和谢玲平, 2016; 叶艳晖和刘燕纯, 2014)。述情障碍者常因难以识别和表达情感而担心引发他人负面评价，同时也害怕自己无法妥善应对这些评价，从而强化了对负面评价的恐惧(成鹏等, 2023)。根据社交焦虑的认知模型，负面评价恐惧是社交焦虑的核心组成部分(Levinson & Rodebaugh, 2012)。在社交互动中，高负面评价恐惧的个体往往对他人评价过于敏感，倾向于夸大负面评价的可能性和后果，并对社交威胁保持高度警觉，从而体验到更强的焦虑情绪(权方英等, 2024; 武春霞等, 2024)。因此，本研究假设负面评价恐惧能够在述情障碍与社交焦虑之间起中介作用(H2)。

此外，并非所有述情障碍个体都会产生负面评价恐惧(张灏等, 2024)，两者之间可能存在调节变量。自我关怀这一积极心理资源可能缓冲述情障碍对负面评价恐惧的负面影响，从而降低社交焦虑水平。自我关怀包含自我善待、普遍人性和正念三个维度，指的是个体在面对失败、不足或痛苦时，以温暖和谅解的态度对待自己，而非严厉自我批判(Neff, 2003)。研究显示，认知情绪调节策略是大学生负面评价恐惧的重要影响因素(汪星宇等, 2024)。作为一种积极的情绪调节策略，自我关怀不仅能直接促进情绪调节，还能增强其他调节策略的效果(Moreira et al., 2020)，因而可能调节述情障碍与负面评价恐惧之间的关系。当个体述情障碍水平较高时，自我关怀能够增强个体对内在体验的关注度与情绪意识，使其能更好地识别并以温暖、谅解的态度接纳自身情绪，进而更倾向于采取适应性的策略来应对不足或失败(Gilbert et al., 2012; Wong & Mak, 2016)，从而缓解述情障碍对负面评价恐惧的影响；反之，自我关怀水平较低的个体更容易陷入自我批判，这种思维模式会持续放大对消极情绪和外部威胁的关注，不仅阻碍了个体的情绪觉察与调节能力，也使其更易采用回避或自伤等不良应对策略(Papa et al., 2024; Xue et al., 2025)，从而加剧对负面评价的恐惧。基于此，本研究假设自我关怀在述情障碍与负面评价恐惧之间起调节作用(H3)。

综上，本研究拟构建有调节的中介模型(见图 1)，探讨述情障碍与大学新生社交焦虑的关系，并重点考察负面评价恐惧在二者关系中的中介作用以及自我关怀对中介过程前半段的调节作用。

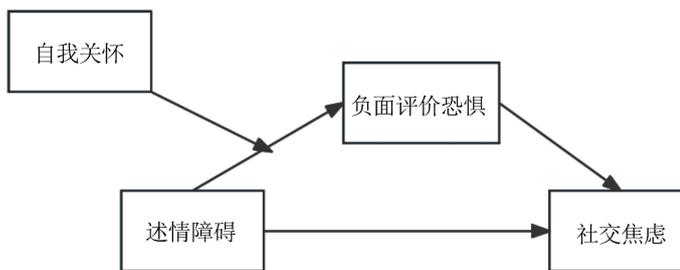


Figure 1. Moderated mediation model
图 1. 有调节的中介模型

2. 对象与方法

2.1. 被试

采用方便取样法在四川省某高校大学新生中共发放匿名问卷 363 份，剔除无效问卷 43 份，有效问卷共 320 份，有效问卷回收率为 88.15%。其中大一 213 人(66.6%)，预科生 107 (33.4%)；男生 82 人(25.6%)，女生 238 人(74.4%)；城市户籍的大学新生 156 人(48.8%)，农村户籍的大学新生 164 人(51.2%)。

2.2. 研究工具

2.2.1. 中文版多伦多情障碍量表

采用蚁金瑶等人(2003)翻译并修订的中文版多伦多情障碍量表。该量表共 20 题, 在结构上分为 3 个因子: 情感辨别不能(例如: “我常常搞不清自己有什么样的感受”)、情感表达不能(例如“我感到难以用恰当的词语来描述我的感受”)和外向型思维(例如“我更喜欢分析问题而不仅仅是描述它们”)。采用 5 点计分, 除 4、5、10、18、19 外均正向计分, 总分小于等于 51 为非述情障碍, 大于等于 61 为述情障碍。本研究中, 该量表的 Cronbach's α 系数为 0.82。

2.2.2. 简版负面评价恐惧量表

采用陈社妍(2002)修订的简版负面评价恐惧量表。该量表共 12 题, 分为正向描述(例如“我常害怕别人指出我的缺点”)和反向描述(例如“别人对我的看法并不影响我”)两个因素。采用 5 点计分, 除 2、4、7、10 外均正向计分, 总分越高, 个体的负面评价恐惧越严重。本研究中, 该量表的 Cronbach's α 系数为 0.64。

2.2.3. 简版自我关怀量表

采用 Raes 等人(2011)在原版自我关怀量表的基础上建构和验证的简版自我关怀量表。该量表共 12 题, 分为 6 个维度: 自我善良、自我批判、共通人性、孤立感、正念和过度认同。采用 5 点计分法, 除 1、4、8、9、11 和 12 外均正向计分, 得分越高自我关怀水平越高。本研究中, 该量表的 Cronbach's α 系数为 0.80。

2.2.4. 社交焦虑量表

采用彭纯子等人(2004)修订的社交焦虑量表。该量表共 15 题, 是单维度量表。采用 5 点计分, 除 3、6、10、15 外均正向计分, 总分越高, 个体的社交焦虑程度越严重。本研究中, 该量表的 Cronbach's α 系数为 0.76。

3. 结果

3.1. 共同方法偏差的检验

采用 Harman 单因子检验法进行检验, 未旋转的因子分析结果表明, 特征根大于 1 的因子有 12 个, 其中第一因子的方差解释率为 23.15%, 低于 40%的临界标准, 说明本研究数据不存在严重的共同方法偏差问题。

3.2. 描述性统计及相关分析

描述及相关分析结果表明: 述情障碍、负面评价恐惧和社交焦虑两两之间均呈显著正相关; 自我关怀与述情障碍、负面评价恐惧、社交焦虑均呈负相关(见表 1)。

Table 1. Descriptive statistics and correlation analysis results (N = 320)

表 1. 描述统计及相关分析结果(N = 320)

变量	<i>M</i>	<i>SD</i>	1	2	3	4
1. 述情障碍	24.3	9.95	1			
2. 负面评价恐惧	16.93	9.04	0.42***	1		
3. 社交焦虑	27.7	9.29	0.39***	0.67***	1	
4. 自我关怀	0.59	5.9	-0.41***	-0.40***	-0.42***	1

注: *** $P < 0.001$ 。

3.3. 有调节的中介模型检验分析

在控制性别、年级和生源地的条件下，首先，采用 PROCESS 插件中的 Model4 检验负面评价恐惧在大学新生述情障碍与社交焦虑关系中的中介效应，结果见表 2、表 3。结果显示，述情障碍对社交焦虑的正向预测作用显著($\beta = 0.36, P < 0.001$)，同时对负面评价恐惧的正向预测作用也显著($\beta = 0.38, P < 0.001$)；纳入中介变量负面评价恐惧后，述情障碍仍显著正向预测社交焦虑($\beta = 0.12, P < 0.001$)，负面评价恐惧对社交焦虑也具有显著正向预测作用($\beta = 0.63, P < 0.001$)。此外，偏差校正的百分位 Bootstrap 方法检验表明，负面评价恐惧在述情障碍与社交焦虑之间起部分中介作用(间接效应值 = 0.24, 95%置信区间 = [0.18, 0.32])，中介效应占总效应的 66.67%。

Table 2. Mediating effect test of fear of negative evaluation
表 2. 负面评价恐惧的中介效应检验

预测变量	方程 1: 社交焦虑		方程 2: 负面评价恐惧		方程 3: 社交焦虑	
	β	t	β	t	β	t
性别	2.38	2.17*	2.69	2.57*	0.69	0.78
年级	0.14	0.55	0.001	0.005	0.14	0.68
生源地	0.79	0.83	0.03	0.03	0.78	1.00
述情障碍	0.36	7.50***	0.38	8.23***	0.12	2.91**
负面评价恐惧					0.63	13.23***
R^2	0.17		0.20		0.47	
P	16.09***		19.11***		54.99***	

注: * $P < 0.05$, ** $P < 0.01$, *** $P < 0.001$ 。

Table 3. Analysis of direct effects, mediating effects, and total effects
表 3. 直接效应、中介效应及总效应分析表

影响路径	效应值	Boot 标准误	Boot CI 下限	Boot CI 上限	相对效应
直接效应	0.12	0.04	0.04	0.21	33.33%
中介效应	0.24	0.04	0.18	0.32	66.67%
总效应	0.36	0.05	0.27	0.46	100%

Table 4. Test of moderated mediation effect
表 4. 有调节的中介效应检验

预测变量	方程 1: 负面评价恐惧		方程 2: 社交焦虑	
	β	t	β	t
性别	2.94	2.95**	0.69	0.78
年级	-0.01	-0.06	0.14	0.68
生源地	0.22	0.25	0.78	1
述情障碍	0.23	4.51***	0.12	2.91**
自我关怀	-0.52	-6.08***		
述情障碍 * 自我关怀	-0.18	-3.42**		
负面评价恐惧			0.63	13.23***
R^2	0.29		0.47	
P	20.85***		54.99***	

注: ** $P < 0.01$, *** $P < 0.001$ 。

其次,采用 PROCESS 插件中的 Model 7 对有调节的中介效应进行检验,结果见表 4。结果显示,述情障碍正向预测负面评价恐惧($\beta = 0.23, P < 0.01$);自我关怀对负面评价恐惧的负向预测作用显著($\beta = -0.52, P < 0.01$);述情障碍与自我关怀的交互项对负面评价恐惧的预测作用显著($\beta = -0.02, P < 0.01$),说明自我关怀可以显著调节述情障碍对负面评价恐惧的影响。

为了进一步分析自我关怀在述情障碍与负面评价恐惧关系中的调节效应,绘制了简单斜率图(见图 2)。结果表明,当个体的自我关怀水平较低时,述情障碍对负面评价恐惧的正向预测作用显著($\beta = 5.90, t = 6.76, P < 0.01$);当个体的自我关怀水平较高时,述情障碍对负面评价恐惧的正向预测作用不显著($\beta = 1.52, P > 0.05$)。这表明,相较于高自我关怀个体而言,述情障碍对低自我关怀个体的负面评价恐惧影响更大,即足够的自我关怀可以缓冲述情障碍带来的消极影响。

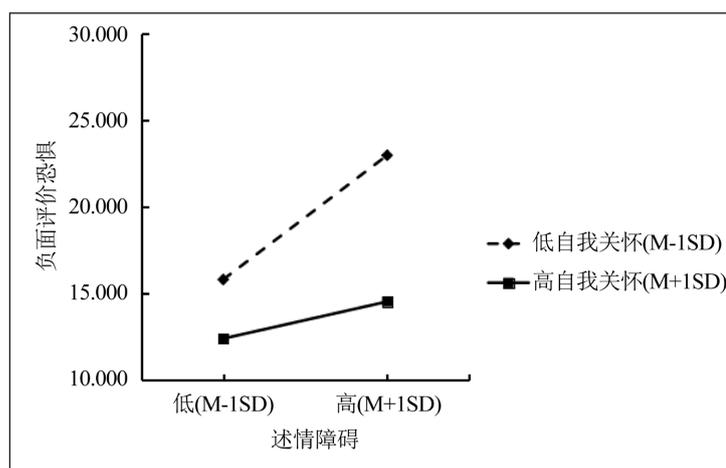


Figure 2. The moderating role of self-compassion in the relationship between alexithymia and fear of negative evaluation
图 2. 自我关怀在述情障碍与负面评价恐惧关系中的调节作用

4. 讨论

4.1. 大学新生社交焦虑状况

本研究结果显示,大学新生的社交焦虑平均得分为 27.70,值得注意的是,自 2010 年国家提出“全面提高少数民族教育发展水平”以来,少数民族预科生规模已增至 20 余万人(叶宝娟等, 2019),越来越多预科生进入汉区高校学习(廖雅琼等, 2017)。预科生不仅与大一新生同样面临环境适应与人际关系调整的普遍挑战,还需应对文化冲突、语言障碍等特殊压力,因而也可能出现社交焦虑问题。不过,本研究发现大一新生和预科生的社交焦虑水平不存在显著性差异。这可能得益于中华民族共同体宣传教育及民族间交流交往的推进,促进了民族心理融合,从而增强了个体对新环境、新文化的适应能力,并提升对主流文化和价值观的认同(韦丽炎和信鸽, 2023),因而两类学生在社交焦虑程度上并无显著差异。基于此,高校在开展心理健康工作时,应合理配置相关资源,在关注大一新生心理适应的同时,也应重视对预科生群体的心理支持。

4.2. 大学新生述情障碍与社交焦虑的关系

研究表明,大学新生的述情障碍得分越高,其社交焦虑得分也越高,即述情障碍能够正向预测社交焦虑,该结果支持了假设 1,且与已有的研究结论一致(Radetzki et al., 2021; Chu et al., 2023)。述情障碍个体常表现出较低自我意识与情绪调节能力,难以有效控制和处理焦虑、担忧等负性情绪,因

而倾向于回避可能引发不适的人际情境，并在实践中形成负向强化(Panayiotou et al., 2020)。此外，由于在情绪认知加工上存在缺陷，述情障碍者往往难以准确辨识他人情绪，也无法恰当表达自身情感，易引发人际冲突，进而促发焦虑、抑郁等情绪，最终加剧社交焦虑(符婷婷等, 2024)。同时，述情障碍者在非语言交流方面也存在不足，例如面部情绪的识别困难，这也增加了人际互动中的误解与压力，从而更易诱发社交焦虑(Spitzer et al., 2005)。综上所述，述情障碍是导致大学新生出现社交焦虑的一项重要风险因素。

4.3. 负面评价恐惧的中介作用

本研究发现，负面评价恐惧在述情障碍与社交焦虑之间起中介作用，这验证了假设2。一方面，述情障碍可以正向预测负面评价恐惧，这与前人研究结论一致(张灏等, 2023)。述情障碍者由于难以识别和表达情感，使其在面对困难和挑战时更容易使用非适应的认知情绪调节策略(Zheng & Lopez, 2024)，这类策略不仅会强化负面情绪，也会增强个体对他人负面评价的敏感与恐惧(汪星宇等, 2024)。另一方面，负面评价恐惧可以正向预测社交焦虑，这与前人的研究结果相一致(徐扬等, 2024)。对负面评价的恐惧会促使个体对社交情境产生消极预期，怀疑自身社交能力，并过度关注他人评价，从而导致社交焦虑加剧，并更可能采取回避行为以规避潜在的负面评价(牛欣荣和刘元媛, 2025)。此外，由于情感认知缺陷，述情障碍者在社交互动中更容易获得他人负面评价，进而更易关注和恐惧内外部的消极信息和评价，逐渐形成消极自我认知，最终诱发社交回避与社交焦虑(袁孟琪和毛惠梨, 2024)。由此可见，述情障碍既可以直接作用于社交焦虑，也可以通过负面评价恐惧这一中介变量间接作用于社交焦虑。

4.4. 自我关怀调节述情障碍和负面评价恐惧的关系

本研究发现，自我关怀在述情障碍与负面评价恐惧的关系中起调节作用，即自我关怀削弱了述情障碍对负面评价恐惧的消极影响。具体而言，在自我关怀水平较低的个体中，述情障碍更容易导致负面评价恐惧的增强；而高自我关怀则可以缓冲甚至阻断述情障碍的负面影响，使其无法显著预测负面评价恐惧。自我关怀被视为一种有效应对痛苦想法与情绪的方式(Neff, 2003)，它不仅有助于识别与调节消极情绪(Lyvers et al., 2020; Ren et al., 2024)，也能促进个体更准确地觉察并调整适应不良的认知与行为(Ozonder & Ordu, 2023)，从而推动其采取更具适应性的认知行为策略。对于因情感识别与表达困难而在社交中表现不佳或预期不佳的述情障碍者，自我关怀一方面使其更倾向于以温暖、客观的态度看待并接纳自身的局限，同时减少对外部评价的过度在意(Sadrzadeh et al., 2024)；另一方面也帮助其对自身情感状态与需求更为敏感，并以更健康的方式表达情感体验(Özdemir & Sağlam, 2024)。正是通过对自我局限的合理认知及对消极情绪的积极转化，自我关怀有助于降低述情障碍对负面评价恐惧的影响，并减少回避型应对策略的使用。这一发现揭示了认知因素在情绪与行为关系中的关键作用：并非所有述情障碍个体都会产生强烈的负面评价恐惧。那些能够善待自我、理解自我并客观看待自我的个体，往往具备更好的情绪调节能力与适应性认知行为策略，从而在一定程度上降低了社交焦虑的发生风险。

综上所述，本研究构建的有调节的中介模型揭示了述情障碍对社交焦虑的作用机制：述情障碍不仅直接影响大学新生的社交焦虑，还通过负面评价恐惧间接影响大学新生的社交焦虑，并且这一过程的前半路径受到自我关怀的调节。研究表示自我关怀可以在述情障碍对大学新生负面评价恐惧影响过程中起到缓冲和保护作用。这一发现有利于深化对大学新生社交焦虑机制的理解，从而提供科学有效的干预机制或策略，以减轻大学新生的心理健康问题，促进其身心健康发展。

5. 不足与展望

本研究存在以下不足：一是本研究采取的横断设计和问卷调查法，难以探究变量间的因果关系，未来可以采取纵向设计来进一步验证变量之间的因果关系。二是本研究仅考察了负面评价恐惧的中介作用

与自我关怀的调节作用, 尚未纳入其他潜在的影响机制。实际上, 述情障碍与社交焦虑之间还可能受到自尊、同理心等因素的影响(陈奕荣和邵华, 2019; Onat et al., 2025)。未来可进一步探讨其他因素在述情障碍与社交焦虑之间的作用。三是本研究样本量有限且来源相对单一, 可能限制研究结论的推广性, 后续研究可通过扩大样本规模、拓宽高校取样范围以提高代表性。四是本研究中负面评价恐惧量表的信度系数较低(0.64), 后续可通过扩大样本或更换量表进行优化。

6. 结论

(1) 述情障碍正向预测大学新生的社交焦虑(2) 大学新生的负面评价恐惧在述情障碍与社交焦虑之间起部分中介作用。(3) 自我关怀在中介模型的前半段路径起调节作用, 相较于高自我关怀个体而言, 述情障碍对低自我关怀个体的负面评价恐惧影响更大, 即足够的自我关怀可以缓冲甚至阻断述情障碍带来的消极影响。

基金项目

西南民族大学 2025 年研究生创新型科研项目(无项目编号)。

参考文献

- 陈奕荣, 邵华(2019). 述情障碍对手机成瘾倾向的预测机制: 自尊和交往焦虑的双中介效应. *苏州大学学报(教育科学版)*, 7(2), 79-86.
- 陈祉妍(2002). 中学生负面评价恐惧与考试焦虑的相关性. *中国心理卫生杂志*, (12), 855-857.
- 成鹏, 张灏, 葛文萱, 刘悦(2023). 述情障碍对手机成瘾的影响: 负面评价恐惧和自我控制的序列中介效应. *中国临床心理学杂志*, 31(3), 593-597.
- 符婷婷, 陈海燕, 宋春萍(2024). 寄宿制初中生述情障碍、社交焦虑和攻击行为的网络分析. *广西教育学院学报*, 39(4), 177-185.
- 高茜, 秦丽萍, 武云鹏, 宋洁茹(2024). 大学生正念与焦虑的关系: 负面评价恐惧与反刍思维的链式中介作用. *中国健康心理学杂志*, 32(10), 1568-1574.
- 韩晶晶, 张珊珊, 信廉欢(2021). 大学生述情障碍的潜在类别类型与抑郁症状及社交焦虑的关联. *中国学校卫生*, 42(12), 1838-1841.
- 靳义君(2019). 亲子依恋、社交焦虑及主动性人格对大学新生人际关系的影响. *西北师大学报(社会科学版)*, 56(5), 121-128.
- 李承龙, 徐坤宇, 黄贤颖, 陈娜娜, 李佳琴, 王娟, 谢琴红(2019). 负面身体自我在情绪调节策略与社交焦虑间的中介作用. *中国健康心理学杂志*, 27(10), 1564-1567.
- 廖雅琼, 叶宝娟, 金平, 许强, 李爱梅(2017). 心理韧性对汉区少数民族预科生手机依赖的影响: 有调节的中介效应. *心理发展与教育*, 33(4), 487-495.
- 牛欣荣, 刘元媛(2025). 女大学生客体化身体意识与社交焦虑的关系: 负面评价恐惧的中介作用. *校园心理*, 23(2), 106-111.
- 彭纯子, 龚耀先, 朱熊兆(2004). 交往焦虑量表的信效度及其在中国大学生中的适用性. *中国心理卫生杂志*, (1), 39-41.
- 彭顺, 汪夏, 牛更枫, 张红坡, 胡祥恩(2019). 负面评价恐惧对社交焦虑的影响: 基于社交焦虑的认知行为模型. *心理发展与教育*, 35(1), 121-128.
- 权方英, 雷晓芳, 梁滨麒, 王露, 李宏翰(2024). 负性评价恐惧与问题性手机使用: 交往焦虑和孤独感的序列中介作用. *心理发展与教育*, 40(3), 412-420.
- 时蒙, 李宁, 卢文玉, 于鑫悦, 辛素飞(2019). 中国大学生社交焦虑变迁的横断历史研究: 1998-2015. *心理研究*, 12(6), 540-547.
- 谭笑, 方圆, 赵久波, 周亮, 张小远(2023). 有留守经历大学新生社交焦虑与正念水平及述情障碍的关系. *广西医科大学学报*, 40(10), 1652-1656.
- 汪星宇, 孟莎, 王颖, 常红娟(2024). 大学生负面评价恐惧相关因素的随机森林模型分析. *中国学校卫生*, 45(11),

1579-1583.

- 韦丽炎, 信鸽(2023). 民族心理融合研究现状综述. *心理月刊*, 18(7), 223-225+233.
- 武春霞, 薛朝霞, 李静, 闫丹凤(2024). 父母心理控制对大学新生社交焦虑的影响: 核心自我评价和负面评价恐惧的链式中介作用. *中国健康心理学杂志*, 32(1), 29-34.
- 徐扬, 刘海燕, 刘慧敏(2024). 大学生社交焦虑和手机成瘾的关系: 科技侵扰和负面评价恐惧的并行中介作用. *中国健康心理学杂志*, 32(6), 926-933.
- 叶宝娟, 朱黎君, 方小婷(2019). 心理资本对少数民族预科生主流文化适应的影响: 有调节的中介模型. *中国临床心理学杂志*, 27(3), 595-598.
- 叶艳晖, 刘燕纯(2014). 大学生负面评价恐惧、人际关系困扰与主观幸福感的关系研究. *重庆理工大学学报(社会科学)*, 28(7), 140-145.
- 蚁金瑶, 姚树桥, 朱熊兆(2003). TAS-20 中文版的信度、效度分析. *中国心理卫生杂志*, (11), 763-767.
- 袁孟琪, 毛惠梨(2024). 述情障碍对大学生手机成瘾的影响: 认知融合和负面评价恐惧的链式中介作用. *心理月刊*, 19(16), 90-92.
- 张灏, 林艳, 杨毓琪, 张静秋(2023). 职业院校学生述情障碍对手机依赖的影响: 负面评价恐惧的中介和性别的调节. *中国健康心理学杂志*, 31(5), 705-710.
- 张灏, 欧仕年, 宁晓英, 刘杨, 张洛奕, 张静秋(2024). 慢性社会困境感知对戒断期冰毒成瘾者身心症状的影响: 述情障碍与社交焦虑的中介作用. *中国临床心理学杂志*, 32(3), 560-565.
- 张晓州, 彭婷(2023). 大学新生正念对手机成瘾倾向的影响: 社交焦虑的中介作用. *中国健康心理学杂志*, 31(5), 716-722.
- 赵玉兵, 宫浩然(2025). 大学生社交焦虑的动态形成机制与阶梯式干预体系的三维建构. *心理月刊*, 20(21), 206-209.
- 邹维兴, 谢玲平(2016). 自尊负面评价恐惧对有留守经历大学新生孤独感的影响. *中国学校卫生*, 37(11), 1716-1719.
- American Psychiatric Association APA (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders: DSM-5*. American Psychiatric Association.
- Apfel, R. J., & Sifneos, P. E. (1979). Alexithymia: Concept and Measurement. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 32, 180-190. <https://doi.org/10.1159/000287386>
- Arjanggal, R., & Kusumaningsih, L. P. S. (2016). The Correlation between Social Anxiety and Academic Adjustment among Freshmen. *Procedia—Social and Behavioral Sciences*, 219, 104-107. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2016.04.049>
- Chu, Y., Zhang, Y., Yang, D., Wang, S., Liang, C., Wang, X. et al. (2023). Influence of Family Function on Social Anxiety among Chinese Nursing Students: The Mediating Role of Alexithymia. *Nursing Open*, 10, 1356-1366. <https://doi.org/10.1002/nop2.1385>
- Gilbert, P., McEwan, K., Gibbons, L., Chotai, S., Duarte, J., & Matos, M. (2012). Fears of Compassion and Happiness in Relation to Alexithymia, Mindfulness, and Self-Criticism. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 85, 374-390. <https://doi.org/10.1111/j.2044-8341.2011.02046.x>
- Kieraitė, M., Bättig, J. J., Novoselac, A., Noboa, V., Seifritz, E., Rufer, M. et al. (2024). “Our Similarities Are Different” the Relationship between Alexithymia and Depression. *Psychiatry Research*, 340, Article ID: 116099. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2024.116099>
- Lesser, I. M. (1981). A Review of the Alexithymia Concept. *Psychosomatic Medicine*, 43, 531-543. <https://doi.org/10.1097/00006842-198112000-00009>
- Levinson, C. A., & Rodebaugh, T. L. (2012). Social Anxiety and Eating Disorder Comorbidity: The Role of Negative Social Evaluation Fears. *Eating Behaviors*, 13, 27-35. <https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2011.11.006>
- Lyvers, M., Randhawa, A., & Thorberg, F. A. (2020). Self-Compassion in Relation to Alexithymia, Empathy, and Negative Mood in Young Adults. *Mindfulness*, 11, 1655-1665. <https://doi.org/10.1007/s12671-020-01379-6>
- Moreira, H., & Cristina Canavarro, M. (2020). Mindful Parenting Is Associated with Adolescents' Difficulties in Emotion Regulation through Adolescents' Psychological Inflexibility and Self-Compassion. *Journal of Youth and Adolescence*, 49, 192-211. <https://doi.org/10.1007/s10964-019-01133-9>
- Neff, K. (2003). Self-Compassion: An Alternative Conceptualization of a Healthy Attitude toward Oneself. *Self and Identity*, 2, 85-101. <https://doi.org/10.1080/15298860309032>
- Onat, M., Ünver, A. B. N., Avcı, H., Dinç, G. Ş., Çöp, E., & Akay, A. P. (2025). The Relationship between Depressive Symptoms, Alexithymia, Emotion Regulation and Empathy in Adolescents with Social Anxiety Disorder. *Turkish Journal of Psychiatry*, 36, 493. <https://doi.org/10.5080/u27657>
- Özdemir, H. D., & Sağlam, M. (2024). Investigating the Mediating Role of Self-Compassion in the Relationship between

- Authenticity and Alexithymia in University Students. *Psychological Reports*.
<https://doi.org/10.1177/00332941241278591>
- Ozonder Unal, I., & Ordu, C. (2023). Alexithymia, Self-Compassion, Emotional Resilience, and Cognitive Emotion Regulation: Charting the Emotional Journey of Cancer Patients. *Current Oncology*, 30, 8872-8887.
<https://doi.org/10.3390/curroncol30100641>
- Panayiotou, G., Leonidou, C., Constantinou, E., & Michaelides, M. P. (2020). Self-Awareness in Alexithymia and Associations with Social Anxiety. *Current Psychology*, 39, 1600-1609. <https://doi.org/10.1007/s12144-018-9855-1>
- Papa, C., D'Olimpio, F., Zaccari, V., Di Consiglio, M., Mancini, F., & Couyoumdjian, A. (2024). "You're Ugly and Bad!": A Path Analysis of the Interplay between Self-Criticism, Alexithymia, and Specific Symptoms. *Current Psychology*, 43, 31027-31042. <https://doi.org/10.1007/s12144-024-06653-7>
- Radetki, P. A., Wrath, A. J., Le, T., & Adams, G. C. (2021). Alexithymia Is a Mediating Factor in the Relationship between Adult Attachment and Severity of Depression and Social Anxiety. *Journal of Affective Disorders*, 295, 846-855.
<https://doi.org/10.1016/j.jad.2021.08.057>
- Raes, F., Pommier, E., Neff, K. D., & Van Gucht, D. (2011). Construction and Factorial Validation of a Short Form of the Self-compassion Scale. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 18, 250-255. <https://doi.org/10.1002/cpp.702>
- Ren, Y., Zhang, S., Huang, C., Zhang, J., Jiang, T., & Fang, Y. (2024). Perceived Parental Rearing Styles and Depression in Chinese Adolescents: The Mediating Role of Self-Compassion. *Frontiers in Psychiatry*, 15, Article ID: 1417355.
<https://doi.org/10.3389/fpsy.2024.1417355>
- Sadrzadeh, F., Borjali, A., & Rafezi, Z. (2024). Self-Compassion and Social Anxiety Symptoms: Fear of Negative Evaluation and Shame as Mediators. *Practice in Clinical Psychology*, 12, 371-382. <https://doi.org/10.32598/jpcp.12.4.967.1>
- Spitzer, C., Siebel-Jürges, U., Barnow, S., Grabe, H. J., & Freyberger, H. J. (2005). Alexithymia and Interpersonal Problems. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 74, 240-246. <https://doi.org/10.1159/000085148>
- Taylor, G. J. (1984). Alexithymia: Concept, Measurement, and Implications for Treatment. *The American Journal of Psychiatry*, 141, 725-732.
- Wong, C. C. Y., & Mak, W. W. S. (2016). Writing Can Heal: Effects of Self-Compassion Writing among Hong Kong Chinese College Students. *Asian American Journal of Psychology*, 7, 74-82. <https://doi.org/10.1037/aap0000041>
- Xue, S., Lu, A., Zhu, K., Chen, J., Li, X., Wang, X. et al. (2025). Does Self-Compassion Moderate the Relationship between Emotional Problems and Non-Suicidal Self-Injury in Adolescence? A Moderated Network Analysis. *Journal of Adolescence*, 97, 1795-1806. <https://doi.org/10.1002/jad.70002>
- Zheng, Q., & Lopez, E. (2024). Parental Psychological Control, Alexithymia, Social Avoidance and Distress, and Coping Style among Chinese College Students. *Applied & Educational Psychology*, 5, 147-156.