

负面评价恐惧与非自杀性自伤行为的关系： 孤独感的中介作用

李梓琴¹, 夏盛玮², 冯娅玲¹, 周 钰¹, 陈昌霞^{1*}

¹西南科技大学医学院, 四川 绵阳

²福建师范大学心理学院, 福建 福州

收稿日期: 2026年6月27日; 录用日期: 2026年8月10日; 发布日期: 2026年8月20日

摘 要

本研究旨在探讨负面评价恐惧(Fear of Negative Evaluation, FNE)与青少年非自杀性自伤行为(Non-Suicidal Self-Injury, NSSI)之间的关系, 并检验孤独感在其中的中介作用。研究采用问卷调查法, 对四川省某中学420名学生进行了横断面调查, 使用了简明负面评价恐惧量表、孤独感量表与青少年自我伤害量表。研究结果显示: (1) 负面评价恐惧与非自杀性自伤行为呈显著正相关; (2) 负面评价恐惧与孤独感呈显著正相关, 孤独感与非自杀性自伤行为也呈显著正相关; (3) 孤独感在负面评价恐惧与青少年非自杀性自伤行为之间起完全中介作用。研究结论认为, 负面评价恐惧并非直接导致青少年非自杀性自伤行为, 而是通过增强其孤独感来间接产生影响。该研究为预防和干预青少年非自杀性自伤行为提供了新理论视角和实践依据。

关键词

负面评价恐惧, 非自杀性自伤, 孤独感, 青少年, 中介效应

The Relationship between Fear of Negative Evaluation and Non-Suicidal Self-Injury: The Mediating Role of Loneliness

Ziqin Li¹, Shengwei Xia², Yaling Feng¹, Yu Zhou¹, Changxia Chen^{1*}

¹School of Medicine, Southwest University of Science and Technology, Mianyang Sichuan

²School of Psychology, Fujian Normal University, Fuzhou Fujian

Received: June 27, 2026; accepted: August 10, 2026; published: August 20, 2026

*通讯作者。

文章引用: 李梓琴, 夏盛玮, 冯娅玲, 周钰, 陈昌霞(2026). 负面评价恐惧与非自杀性自伤行为的关系: 孤独感的中介作用. 心理学进展, 16(8), 290-297. DOI: 10.12677/ap.2026.168398

Abstract

This study aims to explore the relationship between fear of negative evaluation (FNE) and non-suicidal self-injury (NSSI) among adolescents, and to examine the mediating role of loneliness in this relationship. Using a cross-sectional survey design, the study administered questionnaires to 420 students at a secondary school in Sichuan Province, employing the Brief Fear of Negative Evaluation Scale, the Loneliness Scale, and the Adolescent Self-Injury Scale. The results showed that: (1) Fear of Negative Evaluation was significantly positively correlated with non-suicidal self-injury; (2) Fear of Negative Evaluation was significantly positively correlated with loneliness, and loneliness was also significantly positively correlated with non-suicidal self-injury; (3) Loneliness fully mediates the relationship between fear of negative evaluation and non-suicidal self-injury among adolescents. The study concludes that fear of negative evaluation does not directly lead to non-suicidal self-injury among adolescents but rather exerts an indirect influence by increasing their sense of loneliness. This study provides a new theoretical perspective and practical basis for the prevention and intervention of non-suicidal self-injury among adolescents.

Keywords

Fear of Negative Evaluation, Non-Suicidal Self-Injury, Loneliness, Adolescents, Mediating Effect

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

非自杀性自伤行为(non-suicidal self-injury, NSSI)在 DSM-5 中定义为个体在不以死亡为目的的情况下,主动采取一系列包括但不限于咬伤、抓伤、烫伤、切割、在伤口上进行摩擦、挤压、揭痂等方式故意伤害自身器官或身体组织的行为,并且这些伤害程度为轻度或中度损伤。目前非自杀性自伤行为在全球范围内普遍存在(Liu et al., 2023),虽在不同国家或地区的发生率差异较大,但总体呈上升趋势(朋国胜等, 2020)。以往研究表明,非自杀性自伤行为的高发期在青少年阶段,且中国内地中学生非自杀性自伤行为的总检出率达到了 27.4%(韩阿珠等, 2017),而高中生的检出率要高于初中生(顾璇等, 2016)。研究显示,青少年阶段偶尔的非自杀性自伤行为能够预测其未来脆弱不佳的心理健康状况;稳定而重复的非自杀性自伤行为则是其成年早期心理健康问题的重要因素(Daukantaitė et al., 2021)。此外, NSSI 不仅会增加青少年心理疾病的发生率,而且也是预测青少年自杀最重要的风险因素之一(Guan et al., 2012)。虽然青少年非自杀性自伤行为已经获得全球公共卫生领域的关注,但目前对于青少年 NSSI 的干预仍缺乏系统的临床实践指南,应着重探索多模态干预方案与社会支持策略(Liu et al., 2023),以建立更有效的 NSSI 防控体系。

目前研究表明引起青少年 NSSI 的因素包括生物学、生理因素、精神障碍、负性环境因素、行为因素等,目前研究较多的包括生理因素及环境因素(Poudel et al., 2022),但迄今为止其发病机制尚不明确。近年来,随着国内外对负面评价恐惧研究的增多,负面评价恐惧作为社交焦虑的核心特征(Sun et al., 2023),可能通过孤独感加剧其非自杀性自伤行为。负面评价恐惧是指个体担心他人对自己有坏的或不恰当的印象从而过度担忧与焦虑(陈祉妍, 2002),这种恐惧常导致个体在社交情境中表现出回避行为,以避免被批评或贬低(马莹等, 2025)。负面评价恐惧水平高的个体,其社交焦虑水平也越高(王慧平, 王佳宁, 2021)。依据体验回避模型(Chapman et al., 2006),个体会采用自伤行为以逃避消极情绪体验,自伤行为通过负强

化来维持,当个体再次面临不愉快的情绪体验,自伤行为便会成为一种自动化的逃避反应(江光荣等,2011)。因此,个体也可能通过非自杀性自伤行为来回避这种消极体验。实证研究也表明,负面评价恐惧水平较高的青少年更可能表现出 NSSI 行为(Hammen, 2005; Zhang et al., 2025.)。基于此,本研究提出假设 1: 负面评价恐惧能够正向预测青少年非自杀性自伤行为。

过度警惕-回避假说认为,当个体注意到负面评价信号时,就会产生回避反应(钱铭怡等, 2004),多次的回避,会大大减少个体的社交意愿并增加其社交焦虑(袁野等, 2021),当个人在不良人际关系中察觉到的主观交往需求与现实情况存在落差,便产生孤独感(Weiss, 1975)。个体对负面评价的恐惧会干扰其与他人尝试交往,这可能会对社会交往产生不利影响,还可能提升其孤独感(Jackson et al., 2002)。相关研究表明,负面评价恐惧与孤独感呈正相关,对来自社会环境的负面评价恐惧的人,会害怕建立社会联系,久而久之就会导致孤独感的产生(Pang et al., 2024; Zou & Xie, 2016)。此外,既往研究表明,孤独感是非自杀性自伤行为的危险因素之一。

孤独感越强,非自杀性自伤行为的发生率越高(He et al., 2025)。当个体体验到孤独感时,或为了引起他人关注,可能会采用极端的攻击行为对自己或他人以此来弥补自己在社交方面的空缺与需求(Lubis & Yudhaningrum, 2020),且当面对痛苦或困难时,因为负面评价恐惧与孤独感,个体更可能将攻击与伤害转向自我(Zhang et al., 2025),以此减轻不良情绪体验,使自己获得短暂的快感与满足。从体验回避理论来看,当个体恐惧社交产生孤独感时,为了摆脱消极情绪,从而易于采取非自杀性自伤行为;当 NSSI 行为暂时缓解不良情绪后,又会促使个体继续采取 NSSI 行为(刘茜, 寻广磊, 2024)。研究发现,孤独感是 NSSI 行为的危险因素之一,孤独感越强, NSSI 行为的发生风险越高(Madjar et al., 2020)。基于上述分析,提出研究假设 2: 孤独感在负面评价恐惧和青少年非自杀性自伤行为中起中介作用。

虽然负面评价恐惧、孤独感、非自杀性自伤三者之间关系密切,但具体作用机制并不明确,既往研究也并无社交认知因素对自伤行为的影响,而有关孤独感在自伤行为的中介因素研究较多,但大部分集中于青少年的心理健康,故其作用机制尚需进一步探讨。因此,本研究试图探究负面评价恐惧、孤独感、非自杀性自伤三者之间的关系以及孤独感的中介效应。

2. 研究方法

2.1. 研究对象

本研究采用整群随机抽样法,对四川省某中学 420 名学生发放调查问卷。班级集体施测,在调查前均获得被试知情同意。共发放问卷 420 份,剔除无效问卷 22 份,收回有效问卷 398 份,有效回收率为 94.76%。其中,男生 151 人(37.9%),女生 247 人(62.1%);高一年级 205 人(51.5%),高二年级 193 人(48.5%)。

2.2. 研究工具

(1) 简明负面评价恐惧量表:采用由陈祉研(2002)修订的中文版负面评价恐惧量表。量表包含 12 个题项,采用 Likert 5 分制量表(1 = 非常不符合, 5 = 非常符合)。量表总分为 60 分,理论中值为 36 分。其中 2、4、7、10 题为负向计分。得分越高表明负面评价恐惧程度越高。本研究中,该量表的 Cronbach's α 系数为 0.92,信度良好。

(2) 孤独感量表(第三版):该量表采用由 Russell (1996)修订的第三版,该量表为自评量表,包含 20 个题项,采用 4 级频度评分,其中 9 个题项为反向计分。总分为 20 个题项分数之和,分数越高代表孤独程度越强。本研究中,该量表的 Cronbach's α 系数为 0.91,信度良好。

(3) 青少年自我伤害量表:采用由于丽霞(2013)修订的青少年自我伤害量表,用于调查过去 1 年内出

现的不以自杀为目的的自伤情况，共 19 个题项。分为两个维度：自伤频次和自伤程度，分别按次数和程度分为 4 个等级评分(0~3 分)和 5 个等级评分(0~4 分)。最终计算自伤水平为自伤频次和自伤程度的乘积。本研究中，该量表的 Cronbach's α 系数为 0.86，信度良好。

2.3. 数据处理

采用 SPSS 27.0 软件对数据进行整理分析，采用 PROCESS 4.1 插件的 Model 4 进行中介效应检验，再使用 5000 次 Bootstrap 抽样验证效应稳定性。

3. 结果

3.1. 共同方法偏差

采用 Harman 单因素检验法，对问卷所有项目进行为旋转的因子分析。结果显示，因子为旋转前共生成 8 个特征根大于 1 的因子，第一个因子解释的方差变异为 22.64%，低于临界标准 40%。说明本研究中所测数据不存在严重共同方法偏差，可以进行后续的数据分析和讨论。

3.2. 负面评价恐惧、青少年非自杀性自伤行为和孤独感的描述性统计与相关性分析

如表 1 所示，负面评价恐惧与青少年非自杀性自伤($r = 0.10, p < 0.05$)、孤独感($r = 0.29, p < 0.01$)均呈显著正相关，说明负面评价恐惧水平越高，青少年的孤独感水平越高。同时，孤独感与青少年非自杀性自伤行为存在显著的正相关($r = 0.23, p < 0.01$)，青少年的孤独感水平越高，非自杀性自伤行为发生率越高。

Table 1. A Correlational analysis of adolescents' fear of negative evaluation, non-suicidal self-injury, and loneliness scores ($N = 398$)

表 1. 青少年负面评价恐惧、非自杀性自伤行为与孤独感评分的相关分析($N = 398$)

变量	<i>M</i>	<i>SD</i>	负面评价恐惧	非自杀性自伤行为	孤独感
负面评价恐惧	38.46	9.77	1		
非自杀性自伤行为	3.87	12.67	0.11*	1	
孤独感	44.20	9.51	0.29**	0.23**	1

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

3.3. 孤独感在负面评价恐惧与非自杀性自伤行为之间的中介作用检验

Table 2. Regression analysis among the variables

表 2. 各变量间的相关分析

结果变量	预测变量	拟合指标			回归系数显著性	
		<i>R</i>	<i>R</i> ²	<i>F</i>	β	<i>t</i>
非自杀性自伤行为	负面评价恐惧	0.11	0.01	4.78	0.14	2.19*
孤独感	负面评价恐惧	0.29	0.09	36.68	0.28	6.06***
非自杀性自伤行为	负面评价恐惧	0.24	0.06	11.57	0.06	0.90
	孤独感				0.29	4.26***

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

为深入探讨孤独感、负面评价恐惧和非自杀性自伤行为的关系,采用 SPSS 宏程序 PROCESS 的 Model 4 进行中介效应检验。表 2 的结果表示,负面评价恐惧对孤独感有极其显著的正向预测作用($\beta = 0.28, p < 0.001$),孤独感可以显著正向预测非自杀性自伤行为($\beta = 0.29, p < 0.001$)。此时,负面评价恐惧对孤独感的直接预测作用不显著。

采用偏差校正的非参数百分位 Bootstrap 程序检验(表 3)表明,负面评价恐惧对非自杀性自伤行为的直接效应的 Bootstrap 95%的置信区间的上下限包括 0;孤独感在负面评价恐惧与非自杀性自伤行为之间的中介作用显著,Bootstrap 95%的置信区间的上下限不包括 0,间接效应值为 0.06,占总效应的 57.8%。因此,孤独感在负面评价恐惧与非自杀性自伤行为中起完全中介作用(图 1)。

Table 3. Mediating effects: bootstrap tests and effect sizes

表 3. 中介效应 Bootstrap 检验和效应量

路径	β	SE	LLCI	ULCI	效应占比
负面评价恐惧→非自杀性自伤行为	0.11	0.07	0.01	0.27	100%
负面评价恐惧→非自杀性自伤行为	0.05	0.07	-0.07	0.19	42.2%
负面评价恐惧→孤独感→非自杀性自伤行为	0.06	0.02	0.03	0.12	57.8%

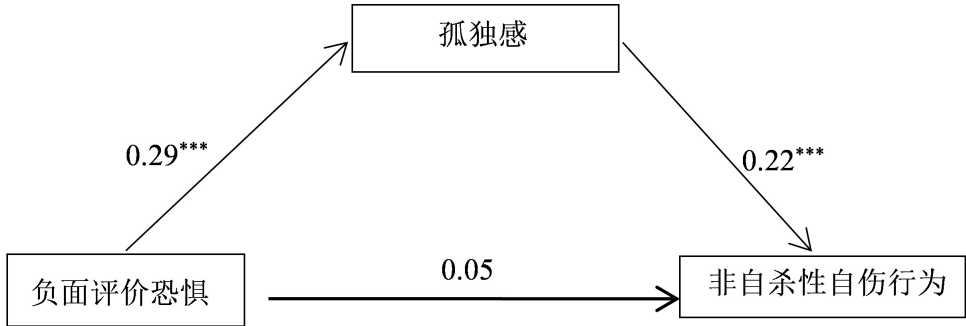


Figure 1. A Model of the mediating effect of loneliness
图 1. 孤独感的中介效应模型

4. 讨论

4.1. 负面评价恐惧对青少年非自杀性自伤行为有正向预测作用

研究证实负面评价恐惧与 NSSI 行为呈显著正相关,支持了假设 1。这一结论验证了体验回避模型 (Chapman et al., 2006)。该模型指出,个体会采用回避的应对方式(如饮酒、自伤等)来努力控制或改变负性事件诱发的消极情绪体验,进而缓解内心的痛苦。当青少年担心和恐惧外界对自己的不良评价时,可能会伴随焦虑和痛苦。为避免受到贬低或批评,个体自身又伴有低自尊、缺乏情绪管理能力(陈永娇, 王冰, 2026; Hulbert & Thomas, 2010),且无其他替代性策略, NSSI 行为可能作为一种适应不良的体验回避策略。NSSI 可以帮助青少年暂时摆脱不愿面对的消极情绪,将对消极情绪的关注转移到身体疼痛上(Lai, 2024)。这种情绪快速缓解的效果或许在短期内对 NSSI 行为产生强化作用,最终可能使 NSSI 行为成为青少年面对负面评价恐惧时的自动化反应。

4.2. 孤独感在负面评价恐惧与非自杀性自伤之间的中介作用

研究结果发现了孤独感在负面评价恐惧和青少年非自杀性自伤行为之间起完全中介作用,支持了假

设 2。从过度警惕 - 回避假说的角度来看,青少年对负面评价的恐惧会让他们更加敏锐地注意到周围环境的威胁性信息,甚至高估其威胁性(Newman & Llera, 2011)。这种状态会使青少年过度解读他人的言行、担心被他人批评贬低(杨勋露, 郭蝶, 2021)。为躲避潜在的负面评价威胁,青少年可能会主动采取回避措施,如避免社交活动、更少地感知和使用社会支持以及减少自我表露,从而伴随高孤独感。体验 - 回避模型(Chapman et al., 2006)也认为,青少年会采用一系列措施来逃避或回避某些不想要的体验,如负性情绪,但这种效果只是短期的。孤独感作为一种持续、强烈的消极情绪,青少年采用 NSSI 行为将对负性情绪的注意力转移到身体疼痛上,以回避不想要的情绪(应梦婷等, 2016; 李莹娜, 李丹, 2022)。负性情绪的快速缓解为个体带来了即时满足,这种负强化或许加强了负性情绪与 NSSI 行为之间的联系(江光荣等, 2011)。因此,孤独感在青少年负面评价恐惧和非自杀性自伤行为之间具有完全中介作用。

此外,本研究模型对 NSSI 行为的解释力较低($R^2 = 0.06$),这表明 NSSI 行为背后是一个复杂的多因素系统,负面评价恐惧和孤独感只是众多因素中较小的一部分。未来研究可以建构更完整的模型,以探讨 NSSI 行为更大的变异来源。

4.3. 研究启示与局限

以往研究负面评价恐惧对 NSSI 行为的直接效应,本研究揭示了孤独感在负面评价恐惧和非自杀性自伤行为的完全中介机制,在理论上拓宽了体验 - 回避模型、过度警惕 - 回避假说的应用范围,青少年为躲避消极情绪的痛苦,从而采取 NSSI 行为作为替代性策略,二者间的负强化作用又使得 NSSI 行为成为其面对负性情绪的自动化反应。因此,研究结果可以为探索如何预防和改善青少年的非自杀性自伤行为提供一定的实证依据。学校、家庭应注重降低青少年的孤独感,加强其社会支持系统的构建,通过组织团体社交活动等方式促进青少年情感与人际联结;同时,可采用正念帮助青少年构建起抵御负面评价恐惧的心理保护系统。正念通过对当下内外部体验的不加评判的觉察和接纳,帮助青少年从对负面评价的过度关注中抽离出来,建构积极心理资源以抵御对负面评价的恐惧(刘冕等, 2026)。

本研究存在一定局限。首先,横断面设计无法确定因果关系,未来应采用纵向追踪或实验干预设计。其次,样本主要来自城市学校,未涵盖辍学青少年等高风险群体,可能低估变量间关联强度。第三,未区分 NSSI 的功能类型(如情绪调节 vs 社交影响),未来需采用更精细的测量工具。此外,未考察家庭因素(如亲子沟通质量)可能存在的调节作用。

5. 结论

本研究得出以下结论:(1) 负面评价恐惧与非自杀性自伤行为呈显著正相关;(2) 负面评价恐惧与孤独感呈显著正相关,孤独感与非自杀性自伤行为也呈显著正相关;(3) 孤独感在负面评价恐惧与青少年非自杀性自伤行为之间起完全中介作用。

基金项目

四川省犯罪防控中心“基于领悟社会支持促进社区矫正人员融入社会的心理矫治技术研究(FZFK23-08)”资助。

参考文献

- 陈永娇, 王冰(2026). 大学生负面评价恐惧对社交焦虑的影响: 自尊与领悟社会支持的链式中介作用. *心理月刊*, 21(8), 103-106+111.
- 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.
- 顾璇, 李红影, 汤建军, 万宇辉(2016). 蚌埠市中学生自伤行为及其与心理病理状态和睡眠信念的相关性. *华南预防*

- 医学, 42(4), 360-362.
- 韩阿珠, 徐耿, 苏普玉(2017). 中国大陆中学生非自杀性自伤流行特征的 Meta 分析. *中国学校卫生*, 38(11), 1665-1670.
- 江光荣, 于丽霞, 郑莺, 冯玉, 凌霄(2011). 自伤行为研究: 现状、问题与建议. *心理科学进展*, 19(6), 861-873.
- 李莹娜, 李丹(2022). 非自杀性自伤的相关情绪调节模型研究进展. *心理学进展*, 12(1), 246-252.
- 刘冕, 刘庆霞, 王丽萍(2026). 正念对大学生负面评价恐惧的影响: 心理资本的中介作用. *校园心理*, 24(3), 247-252.
- 刘茜, 寻广磊(2024). 青少年抑郁障碍患者伴非自杀性自伤行为的研究进展. *国际精神病学杂志*, 51(6), 1684-1687.
- 马莹, 吕明, 何晶, 武江红, 李艳(2025). 来华留学生手机依赖与负面评价恐惧的关系研究: 交往焦虑的中介作用. *心理月刊*, 20(6), 116-119.
- 朋国胜, 王文婕, 王琬泞, 王艳, 王旭梅(2020). 青少年非自杀性自伤行为动机的研究进展. *神经疾病与精神卫生*, 20(3), 209-213.
- 钱铭怡, 陈曦, 钟杰(2004). 社交焦虑个体的注意偏差. *中国临床心理学杂志*, (4), 424-427.
- 王慧平, 王佳宁(2021). 完美主义错误担忧对大学生社交外表焦虑的影响: 一个链式中介模型. *中国临床心理学杂志*, 29(6), 1281-1285.
- 杨勋露, 郭蝶(2021). 青少年负面评价恐惧与社交焦虑的关系. *社会科学前沿*, 10(11), 3010-3016.
- 应梦婷, 江光荣, 于丽霞, 鲁婷(2016). 大学生自伤行为的强化敏感性基础. *心理学报*, 48(3), 258-270.
- 于丽霞(2013). 一样自伤两样人: 自伤青少年的分类研究. 博士学位论文, 武汉: 华中师范大学.
- 袁野, 黄睿智, 姜素华, 蒋柯(2021). 越焦虑越回避: 孤独感、信任感的中介作用与幸福感的调节作用. *温州医科大学学报*, 51(10), 852-856+861.
- Chapman, A. L., Gratz, K. L., & Brown, M. Z. (2006). Solving the Puzzle of Deliberate Self-Harm: The Experiential Avoidance Model. *Behaviour Research and Therapy*, 44, 371-394. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2005.03.005>
- Daukantaitė, D., Lundh, L. G., Wångby-Lundh, M., Claréus, B., Bjärehed, J., Zhou, Y. et al. (2021). What Happens to Young Adults Who Have Engaged in Self-Injurious Behavior as Adolescents? A 10-Year Follow-Up. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 30, 475-492. <https://doi.org/10.1007/s00787-020-01533-4>
- Guan, K., Fox, K. R., & Prinstein, M. J. (2012). Nonsuicidal Self-Injury as a Time-Invariant Predictor of Adolescent Suicide Ideation and Attempts in a Diverse Community Sample. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 80, 842-849. <https://doi.org/10.1037/a0029429>
- Hammen, C. (2005). Stress and Depression. *Annual Review of Clinical Psychology*, 1, 293-319. <https://doi.org/10.1146/annurev.clinpsy.1.102803.143938>
- He, Y., Xu, T., Yang, J., Li, S., Xie, Y., Chen, W. et al. (2025). Social Anxiety and Non-Suicidal Self-Injury in College Students: Loneliness Mediation and Positive Coping Moderation. *Journal of Psychology in Africa*, 35, 731-738. <https://doi.org/10.32604/jpa.2025.074914>
- Hulbert, C., & Thomas, R. (2010). Predicting Self-Injury in BPD: An Investigation of the Experiential Avoidance Model. *Journal of Personality Disorders*, 24, 651-663. <https://doi.org/10.1521/pedi.2010.24.5.651>
- Jackson, T., Fritch, A., Nagasaka, T., & Gunderson, J. (2002). Towards Explaining the Association between Shyness and Loneliness: A Path Analysis with American College Students. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 30, 263-270. <https://doi.org/10.2224/sbp.2002.30.3.263>
- Lai, C. (2024). A Review of the Influencing Factors and Development Mechanisms of Non-Suicidal Self-Injury in Adolescents. *International Journal of Social Sciences and Public Administration*, 3, 202-212. <https://doi.org/10.62051/ijsspa.v3n3.24>
- Liu, J., Li, J., Zhou, M., Liu, H., Fan, Y., Mi, S. et al. (2023). Non-Suicidal Self-Injury in Adolescents with Mood Disorders and the Roles of Self-Compassion and Emotional Regulation. *Frontiers in Psychiatry*, 14, Article ID: 1214192. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2023.1214192>
- Lubis, I. R., & Yudhaningrum, L. (2020). Gambaran Kesepian pada Remaja Pelaku Self Harm. *JPPP-Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi*, 9, 14-21. <https://doi.org/10.21009/jppp.091.03>
- Madjar, N., Sarel-Mahlev, E., & Brunstein Klomek, A. (2020). Depression Symptoms as Mediator between Adolescents' Sense of Loneliness at School and Nonsuicidal Self-Injury Behaviors. *Crisis*, 42, 144-151. <https://doi.org/10.1027/0227-5910/a000702>
- Newman, M. G., & Llera, S. J. (2011). A Novel Theory of Experiential Avoidance in Generalized Anxiety Disorder: A Review and Synthesis of Research Supporting a Contrast Avoidance Model of Worry. *Clinical Psychology Review*, 31, 371-382. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2011.01.008>
- Pang, T., Wang, H., Zhang, X., & Zhang, X. (2024). Self-Concept Clarity and Loneliness among College Students: The Chain-

- Mediating Effect of Fear of Negative Evaluation and Self-Disclosure. *Behavioral Sciences*, 14, Article No. 194. <https://doi.org/10.3390/bs14030194>
- Poudel, A., Lamichhane, A., Magar, K. R., & Khanal, G. P. (2022). Non Suicidal Self Injury and Suicidal Behavior among Adolescents: Co-Occurrence and Associated Risk Factors. *BMC Psychiatry*, 22, Article No. 96. <https://doi.org/10.1186/s12888-022-03763-z>
- Russell, D. W. (1996). UCLA Loneliness Scale (Version 3): Reliability, Validity, and Factor Structure. *Journal of Personality Assessment*, 66, 20-40. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa6601_2
- Sun, K., Li, A., Li, Y., Xie, J., Tong, Y., Ma, J. et al. (2023). A Cross-Sectional Study of Non-Suicidal Self-Injury in a Chinese Adolescent Inpatient Cohort. *Frontiers in Psychiatry*, 14, Article ID: 1109334. <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2023.1109334>
- Weiss, R. (1975). *Loneliness: The Experience of Emotional and Social Isolation*. MIT Press.
- Zhang, J., Chen, D., Ying, J., Shen, Y., Zhan, S., Zhong, R. et al. (2025). Exploring the Longitudinal Associations among Fear of Negative Evaluation, Self-Disgust, and Self-Injury in Chinese Adolescents: Disentangling Between- and Within-Person Associations. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 55, e13151. <https://doi.org/10.1111/sltb.13151>
- Zou, W., & Xie, L. (2016). The Influence of Self-Esteem and Fear of Negative Evaluation on Loneliness in College Freshmen with Left-Behind Experience. *Chinese Journal of School Health*, 37, 1716-1719.