Advances in Psychology 心理学进展, 2026, 16(11), 236-245
Published Online November 2026 in Hans. https://www.hanspub.org/journal/ap
https://doi.org/10.12677/ap.2026.1611545

Hans汉斯

数字媒介间接创伤暴露的心理接近性机制：一个整合性理论框架

安海艳，陈　晶*

西南医科大学人文与管理学院，四川　泸州

收稿日期：2026年9月26日；录用日期：2026年11月6日；发布日期：2026年11月18日

摘　要

目的：解释数字媒介间接接触重大公共危机事件、重大群体性公共安全事件及灾害相关信息时，地理上遥远的事件如何获得个人意义，并提出媒介化创伤应激的整合性心理接近框架。方法：采用叙述性理论整合，区分一般媒介暴露与诊断性创伤暴露，综合社会身份、自我相关性、心理距离、共情、记忆加工及数字媒介行为相关证据。结果：感知相似性、共享社会身份、受害者认同及既往相似经历可能提高事件自我相关性，并与社会、时间或假设性心理距离的变化相联系；公共叙事、集体记忆和传播环境可能构成情境条件。心理接近性可能增强威胁评估、共情与记忆加工，并在可行动感、社会支持和情绪调节等条件下关联亲社会反应或创伤相关痛苦。个体的主动信息寻求、主动脱离及回避与平台的推荐呈现条件可能共同塑造后续实际接触。结论：媒介化创伤应激宜被理解为个体赋义、加工与结果分化及人－平台动态交互的待检验过程，而非暴露时长的单向结果。完整链式路径尚需随机实验、密集纵向追踪及数字行为数据检验。

关键词

媒介化创伤应激，心理接近性，自我相关性，社会身份，灾难性刷屏

Psychological Proximity in Digital Media-Mediated Indirect Trauma Exposure: An Integrative Theoretical Framework

Haiyan An, Jing Chen*

School of Humanities and Management, Southwest Medical University, Luzhou Sichuan

Received: September 26, 2026; accepted: November 6, 2026; published: November 18, 2026

*通讯作者。

文章引用：安海艳，陈晶(2026). 数字媒介间接创伤暴露的心理接近性机制：一个整合性理论框架. *心理学进展, 16(11),* 236-245. DOI: 10.12677/ap.2026.1611545

Abstract

Purpose: To explain how geographically distant events acquire personal meaning when individuals indirectly encounter information about major public crises, major collective public-safety incidents, and disasters through digital media, and to propose an integrative psychological proximity framework for media-mediated traumatic stress. Methods: This narrative theoretical integration distinguishes general media exposure from diagnostically defined trauma exposure and synthesizes evidence on social identity, self-relevance, psychological distance, empathy, memory processing, and digital-media behavior. Results: Perceived similarity, shared social identity, identification with victims, and prior similar experiences may increase event-specific self-relevance and be associated with changes in social, temporal, or hypothetical psychological distance; public narratives, collective memory, and communication environments may serve as contextual conditions. Psychological proximity may enhance threat appraisal, empathy, and memory processing and, depending on opportunities for action, social support, and emotion regulation, may be associated with prosocial responses or trauma-related distress. Individuals' active information seeking, active disengagement and avoidance, together with platforms' recommended-content presentation conditions, may jointly shape subsequent actual exposure. Conclusion: Media-mediated traumatic stress should be understood as a set of testable processes involving individuals' meaning-making, psychological processing and differentiated outcomes, and dynamic person-platform interactions, rather than as a unidirectional consequence of exposure duration. The complete sequential pathway requires further examination using randomized experiments, intensive longitudinal tracking, and digital-behavior data.

Keywords

Media-Mediated Traumatic Stress, Psychological Proximity, Self-Relevance, Social Identity, Doomscrolling

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

重大公共危机事件、重大群体性公共安全事件与灾害的心理影响过去常受到物理距离限制，但数字媒介正在改变公众接触相关信息的方式。社交媒体、直播、短视频和用户生成内容使远方受众能够近乎实时地看到第一人称影像、具有较强情绪唤起性的内容及其反复传播。已有研究显示，重大公共事件相关媒体暴露与急性应激、创伤相关症状及功能受损存在关联，但效应幅度和个体差异不容忽视。以重大公共危机事件发生后的媒体暴露研究为例，高水平事件相关媒体接触与更高急性应激存在统计关联；Pfefferbaum 等(2019)对电视报道接触的 Meta 分析发现，其与创伤后应激反应的合并相关为 r = 0.17 (95% CI [0.13, 0.22])，提示总体关联较小(Holman et al., 2014; Pfefferbaum et al., 2019)。这一估计针对电视报道的既有研究，不能直接视为全部数字媒介的统一效应。因此，媒介暴露应被理解为可能的风险情境，而不是应激反应的充分原因。

已有研究逐渐从“看了多少”转向“看到了什么以及如何理解”。Holman 等(2020)的实证研究关注媒体内容差异及其心理关联；Holman 等(2024)则从观点性论文角度讨论图形化影像可能放大心理痛苦的证据和解释，不宜将后者视为新的因果实验。在持续性重大公共危机事件情境下，Gazit 等(2026)的 6 周追踪研究进一步发现，主观认为媒体接触具有压力的评价与创伤相关症状存在个体内和个体间关联，并在周次滞

后分析中呈现双向联系；这一结果不能直接推出媒体使用时长与症状间的双向因果关系。这提示，需要解释的并非只有媒介暴露是否与心理反应相关，还包括为何同一事件会对不同观察者获得不同的个人意义。

本文提出，关键转换可能发生在“事件–受害者–自我”的关系上：感知相似性、共享社会身份、受害者认同和既往相似经历可能提高事件的自我相关性，继而与部分心理距离的变化相联系，并影响威胁、共情与记忆加工；相关心理痛苦还可能伴随主动信息寻求、推荐性接触或脱离回避等过程，改变后续暴露。公共叙事与集体记忆可能影响这一意义建构过程。本文是一篇围绕理论问题组织既有证据的叙述性整合综述，不以穷尽检索或量化证据汇总为目标，亦未提出新的实证数据。本文据此提出媒介化创伤应激的整合性心理接近框架，将研究重点从“暴露了多少”推进到“事件如何变得与我有关，以及后续信息接触如何被共同塑造”。

2. 概念边界与媒介化创伤应激

讨论数字媒介间接创伤暴露首先需要守住诊断边界。《精神障碍诊断与统计手册（第五版文本修订版）》所界定的创伤后应激障碍 Criterion A 包括本人亲历、现场目击、得知亲近者遭遇符合条件的创伤，以及特定职业情境下反复或极端接触创伤细节；普通情况下，通过电子媒体、电视、电影或图片观看创伤内容并不因此构成 Criterion A 暴露(American Psychiatric Association, 2022)。因此，媒体观看后出现侵入、焦虑或高唤醒，不等于媒体暴露本身被重新定义为诊断意义上的创伤。

与之相关的概念也不能混用。替代性创伤最初描述治疗师等助人专业人员因长期共情性接触来访者创伤而产生的认知图式和世界观改变(McCann & Pearlman, 1990)；继发性创伤应激更强调因间接接触他人创伤而产生的侵入、回避和高唤醒等创伤样症状(Bride et al., 2004)。媒介替代性创伤则把暴露路径扩展到普通公众通过新闻和数字媒体接触他人苦难，其测量与理论边界仍在发展(Liu & Liu, 2020)。

为整合不同研究传统，本文采用“媒介化创伤应激(Media-Mediated Traumatic Stress, MMTS)”作为工作性上位术语，指个体通过媒介间接接触创伤事件的呈现后，与该暴露相关的创伤样认知、情绪、生理或行为应激反应。MMTS 不是新的诊断，不等同于创伤后应激障碍，也不意味着 Criterion A 暴露；其用途仅是为急性应激、继发性创伤应激、媒介替代性创伤、侵入性表象和威胁反应等异质结果提供共同分析层级(见表 1)。这样的处理既避免“创伤”概念无限扩张，也保留了数字媒介产生真实心理影响的研究空间(Haslam & McGrath, 2020)。

Table 1. Conceptual boundaries of media-mediated traumatic stress
表 1. 与媒介化创伤应激相关的核心概念边界

概念	典型暴露路径	核心内涵	与 Criterion A/PTSD 关系	本文定位
直接创伤暴露	亲历、现场目击、得知亲近者遭遇、职业性反复接触	诊断框架规定的创伤暴露	可符合	诊断参照点
替代性创伤	长期、共情性接触创伤者及其叙事	认知图式、世界观和安全感累积改变	不等于 Criterion A 或 PTSD	历史理论前身
继发性创伤应激	传统上经助人关系间接接触他人创伤	侵入、回避、高唤醒等创伤样症状	症状可类似 PTSD，但不等于诊断	症状导向构念
媒介替代性创伤	通过新闻、社交媒体、视频等接触创伤材料	媒介暴露相关的替代性创伤样痛苦	通常不满足 Criterion A	新兴媒介特异构念
媒介化创伤应激	通过媒介间接接触创伤事件呈现	广义创伤样认知、情绪、生理和行为应激反应	不意味着 Criterion A 或 PTSD	本文工作性上位术语

3. 从“他们”到“我/我们”：自我相关性的形成

媒介内容并不能单独决定心理意义。面对同一受害者，观察者可能因年龄、职业、家庭角色、生活阶段或经历的相似，而产生“这个人像我”的感知相似性。Krans (2013)在健康学生样本中呈现高、低自我相关性及对照条件的情绪性影片材料，发现高自我相关性条件在一周后的非自主记忆报告更多；该实验支持人物背景线索可能影响记忆可及性，但不能据此断言一般数字媒介观看必然产生临床创伤反应。

比相似性更进一步的是受害者认同，即观察者能够把自己放入对方处境，产生“这也可能发生在我身上”的反事实模拟。以重大公共危机事件为背景的研究发现，较强受害者认同与更多创伤相关症状存在关联(Herberman Mash et al., 2016)。在群体层面，共享社会身份又把“他”的遭遇转化为“我们”的遭遇。Relihan 等(2023)在两个大型美国样本中发现，与事件受害者共享显著社会身份者报告更多事件相关媒体暴露和更高急性应激，媒体暴露解释了其中部分统计关联。需要指出，上述研究来自特定社会事件与群体背景，其关联并不意味着可以直接外推到所有灾害和公共危机情境。

社会身份并非单纯风险因素。同一身份既可能提高群体威胁敏感性，也可能带来归属、社会支持、集体效能和共同应对(Muldoon et al., 2019)。因此，更合适的定位是把感知相似性、受害者认同、共享社会身份以及既往相似经历视为多条通往“自我相关性”的路径。所谓自我相关性，是事件在多大程度上与“我是谁、我属于谁、我是否安全、我的重要关系以及我的过去和未来”建立联系。其核心转换不是“他与我客观上有多像”，而是事件是否从“发生在他们身上的事情”变成“与我或我们有关的事情”。既往相似经历还提供了自传体入口。对于曾经历过地震、暴力、重大疾病或亲人丧失的人，相似的远方影像可能更容易激活既有记忆和情绪网络，使当前事件不再是完全陌生的信息。由此，自我相关性不应被简化为单一人格特质，而应被理解为观察者与具体事件之间动态形成的关系：同一个人面对不同事件可以表现出完全不同的自我相关性，同一事件也会因身份线索和个人历史不同而获得不同意义。

这一观点也有助于避免把社会身份病理化。共享身份首先改变的是“这件事是否关于我们”，而不是直接决定心理后果。只有当群体相关性进一步与危险的可发生性、个人脆弱感或持续威胁结合时，才更可能形成自我相关威胁；若同时存在社会支持、集体效能和可行动感，则高度相关性也可能转化为积极的集体应对。因此，自我相关性更像一个意义入口，而不是预设方向的风险指标。同时，社会身份的显著性并非只由个体特征决定。事件在公共叙事中被赋予何种集体意义，以及社会对相关经历的共同记忆，都可能影响“我们”这一身份边界的激活程度。此处属于本框架提出的情境性推论，仍需跨文化和跨传播情境检验。

4. 心理接近性：自我相关性与深度加工之间的桥梁

自我相关性为何可能增强远方事件的心理影响？解释水平理论提供了关键桥梁。Trope 和 Liberman (2010)提出，人们围绕“此时–此地–自我”组织空间、时间、社会和假设性心理距离；心理距离与抽象程度存在理论联系。Moran 和 Eyal (2022)的两项 Meta 分析发现，拉开心理距离总体能够减弱情绪体验，但效应受到情绪类型与加工层次影响，因此不能假定所有心理距离维度对媒介暴露均产生等量或同方向的作用。

本文把“心理接近性”理解为较低心理距离在媒介化创伤情境中的正向表述，而不是另造一个与心理距离平行的新构念。一个发生在数千公里之外的事件，其空间距离仍然很高，但如果受害者与观察者共享身份、事件正在直播、后果被认为也可能发生在自己身上，则社会、时间或假设性距离可能出现不同程度的降低。数字媒介因而可能使空间距离与部分心理距离发生解耦，形成“地理上遥远、心理上临近”的状态；不同距离维度并不必然同步变化。

数字媒介并不会自动制造这种接近。图形化影像、第一人称视角、实时性、个体化叙事和重复呈现

只是提供降低距离的可供性，其效应取决于观察者如何解释内容。本文因此提出：自我相关性可能使事件在社会和可能性维度上向自我靠近，而媒介呈现进一步增强其即时性和具体性。完整的“身份/相似性 → 自我相关性 → 心理接近性 → 创伤相关应激”链条目前尚未由单一研究验证，因此应被视为可检验的整合性理论路径。从这一角度看，数字媒介“压缩距离”的作用至少有五种可能形式：视觉生动性使抽象伤亡变为具体感知经验；第一人称视角提高对受害者处境的模拟；个体化叙事使统计意义上的受害者变成可识别的人；实时传播降低时间距离；不断更新和重播则使事件难以退回“已经结束的过去”。但这些特征都不是充分条件。同一第一人称视频可能使一名观察者高度卷入，也可能被另一名观察者迅速划走。真正值得研究的是媒介可供性与自我相关性的交互，而非假定某种媒介形式具有普遍、固定的心理效应。

心理接近性还可能是多维而非单维状态。例如，一起发生在遥远地区的重大公共危机事件可以在空间上很远，却因受害者属于内群体而在社会上很近；直播降低时间距离，而“这也可能发生在我们身上”的判断又降低假设性距离。未来研究因此需要检验不同距离维度是否具有相同作用，尤其是社会距离和假设性距离是否比纯粹空间距离更能解释远方创伤的心理影响。

5. 心理接近后的威胁、共情与记忆加工

心理接近本身并不是病理结果，更可能首先提高事件的心理加工优先级。其后至少存在三类关键过程。第一是威胁评估。当“他人的危险”被表征为“与我或我们有关的危险”时，观察者更可能提高主观易感性并持续监控威胁。既有重大公共事件研究显示，共享社会身份与更高急性应激存在统计关联(Relihan et al., 2023)，受害者认同亦与创伤相关症状存在关联(Herberman Mash et al., 2016)。临床创伤认知理论中的“当前威胁感”也提示，决定持续反应的并非事件客观发生在何处，而是它是否仍被表征为当前自我安全问题(Ehlers & Clark, 2000)。这一理论只能作为机制借鉴，不能用于把普通媒体观看等同于临床创伤。

第二是共情加工。共情不是单一的“越高越危险”。Davis (1983)区分了以他人福祉为中心的共情关注和以自身不适为中心的个人痛苦。心理接近可能同时增强两者：前者更容易通向同情、帮助和集体应对，后者则可能伴随焦虑、反刍和回避。Salles 等(2024)在观看受伤运动员视频的实验中发现，中、高相似性条件均可表现出较高共情关注，而高相似性条件并未呈现中等相似性条件所见的较低回避性不适，提示二者的关系并非简单线性。该研究测量了多种情绪及行为生理指标，不能把单一表情指标直接等同于临床心理痛苦。因此，心理接近应被理解为可能改变心理卷入方式的条件，而不是单向风险因素。

第三是记忆编码。创伤影片范式表明，健康参与者观看高情绪强度的创伤性视听材料后可以出现可测量的侵入性表象和非自主记忆，这为研究间接视觉暴露的记忆机制提供了实验模型，但并不等于复制临床创伤(Holmes et al., 2004; James et al., 2016)。Krans (2013)进一步发现，提高影片人物与观看者的自我相关性线索后，一周内报告的非自主记忆可能增加。由此，自我相关性和心理接近可能不仅与“感受有多强”有关，也与内容能否进入自我相关记忆加工有关。

未来需要在真实数字媒体环境中直接检验威胁、共情和记忆三条路径的相对贡献及其交互。三条机制在真实心理过程中也可能相互强化。自我相关威胁可能提高对危险线索的注意，注意又可能加深记忆编码；情绪卷入可能提高事件的显著性，使相关表象之后更容易浮现；侵入性表象也可能重新激活威胁感。这些交互仍是待检验的机制假设，因此单独测量焦虑或共情不足以验证完整框架。

特别需要区分亲社会反应与个人痛苦。二者并不是一个连续体的两个端点：一个人可以同时强烈同情受害者、愿意捐助，又因“这也可能发生在我身上”而出现明显焦虑。未来研究应同时测量实际帮助、捐赠或集体行动，以及个人痛苦、威胁感、反刍和侵入性记忆，从而识别心理接近何时促进有行动出口的关怀，何时转化为难以调节的自我导向痛苦。概括而言，共情关注、集体效能、可行动感、社会支持和

明确行动出口更可能导向亲社会路径；自我相关威胁、不可控感、缺乏行动出口、低社会支持、情绪调节困难和既往创伤更可能导向个人痛苦与侵入性反应。

6. 数字媒介环境下的行为选择与动态反馈

数字媒介使间接创伤信息接触不再局限于一次性“刺激–反应”，而可能呈现“心理状态–信息行为–后续接触”的动态联系。第一条路径是主动信息寻求：威胁感和不确定性可能促使个体有目标地搜寻消息，以确认安全、核实事实或寻求帮助。这类行为具有潜在适应性；但若持续搜索不再减少不确定感，且缺乏明确终止条件，则可能发展为反复浏览负性内容的灾难性刷屏。灾难性刷屏与较差心理健康存在关联，但现有证据尚不足以推断单一因果方向(Satici et al., 2023; Sharpe et al., 2026)。

关于暴露与心理痛苦的时间性关系，Thompson 等(2019)基于美国全国样本开展跨三年的纵向研究，报告了重大群体性公共安全事件相关媒体暴露、其后创伤相关症状、对未来事件的担忧以及随后另一事件的信息接触之间的时间顺序关联。该证据提示暴露与痛苦可能跨事件相互维持，但其时间尺度为数月至数年，不能直接推断个体在短时段内“痛苦增加–立即搜索”的因果机制。Gazit 等(2026)在 389 名成年人中开展 6 周、每周一次的追踪，发现“将媒介接触感知为有压力”与创伤后应激症状的滞后双向关联；该关联针对主观媒体压力评价及症状，并非直接证明观看时长与症状之间的双向作用。因此，目标导向的信息核实和难以停止的重复性负面浏览需分别操作化，且不同时间尺度的结果不宜混为一谈。

与主动搜索不同，推荐性信息接触首先是一种由平台内容分发与用户注意选择共同形成的接触情境，而非独立于平台的个体心理行为。即使没有明确搜索意图，用户仍可能在信息流中遇见相关内容；既往的搜索、点击、停留或互动，也可能与后续内容呈现机会相联系。Li 等(2024)在中国 1317 名大学生的航空事故相关问卷研究中发现，推荐系统使用处于社交媒体使用与替代性创伤统计关联的间接路径中，但横断面自报数据不能证明推荐算法具有独立因果作用，更不能将感知到的推荐频率等同于客观推送记录。主动信息寻求与推荐性接触可交织发生：前者可能留下参与信号，后者也可能引发新的搜索。研究应分别识别主动接触意图、信息呈现机会、是否实际观看及后续接触行为，避免将“被推送”直接等同于“发生有效暴露”。

另一类个体行为是主动脱离与回避，包括结束浏览、屏蔽关键词、调整信息偏好或暂时停止关注。此类行为通常可以降低主动接触，但并不能保证平台不再呈现相关内容，也不能直接推定症状缓解。需要根据行为功能、灵活性、持续时间及日常功能后果，区分有助于恢复活动的信息退出与由持续威胁感驱动的僵化回避。重复接触后的心理反应也可能表现为敏化、习惯化或其他变化。因此，第三层并非三条互斥的行为通道，而是“个体主动信息行为与平台分发条件–后续实际接触–下一时段心理状态”之间的可变反馈过程。注意控制、情绪调节、不确定性耐受及社会支持可能改变这一过程，但其调节作用仍有待直接检验。

7. 整合性心理接近框架

基于前述证据，本文提出整合性心理接近框架(见图 1)。第一层为心理意义形成：感知相似性、共享社会身份、受影响者认同与既往相似经历可能提高事件自我相关性，并与较低的部分心理距离维度相联系；公共叙事和集体记忆可能提供情境条件。第二层为加工与结果分化：心理接近性可能提高威胁、共情及记忆加工的优先级，同时与亲社会关注、行动或个人痛苦及侵入性表象等不同结果相联系，两类结果可以共存。第三层为行为选择、分发环境与动态反馈：心理痛苦及不确定感可能改变个体的信息搜索、继续浏览和主动退出行为；平台的信息分发则影响相关内容再次呈现的机会。二者共同塑造后续实际接触，并可能与下一时段的心理反应形成反馈。主动退出及回避并不预设为保护性结果，算法分发也不被视为已证实的独立原因。

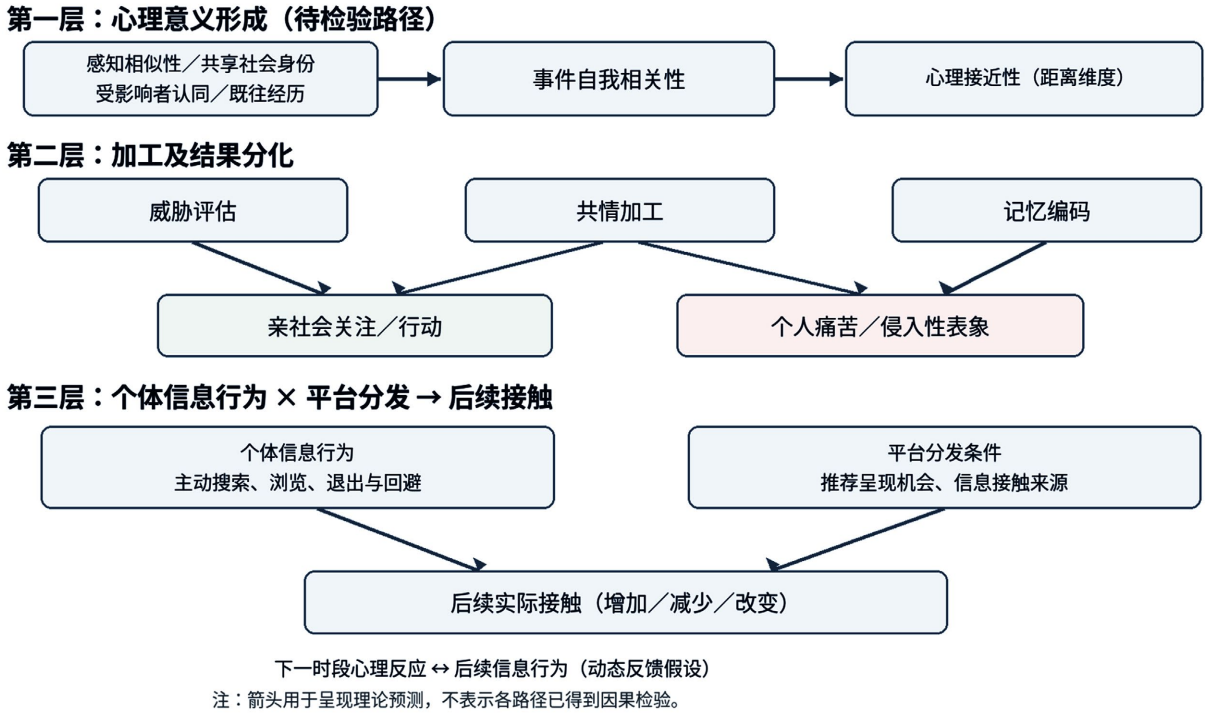


Figure 1. Integrative psychological proximity framework of media-mediated traumatic stress
图 1. 媒介化创伤应激的整合性心理接近框架

与单纯以暴露总量解释媒介心理效应的路径相比，本框架有三项理论推进：首先，解释事件如何通过社会身份和个体经验获得自我意义；其次，将心理接近性视作影响加工优先级的潜在条件，而非病理结局本身；最后，把未来信息接触理解为个体信息行为与平台呈现机会共同作用的结果。图 1 以理论路径展示这些关系，其中各箭头不表示因果关系已被验证；尤其是完整链式中介、推荐接触的独立作用及短时动态反馈，均应在适当研究设计中进一步检验。

8. 理论边界与未来研究议程

本框架属于跨文献理论整合，而非已经整体检验的统一中介模型。研究设计必须区分感知相似性、事件自我相关性、心理距离与威胁评估：自我相关性侧重事件与个人身份、经历和重要关系的关联；心理距离分别指向社会、时间、空间及假设性维度；威胁评估则侧重潜在危害、可控性与安全判断。尤其不能仅用“这会发生在我身上”同时测量假设性距离和自我威胁，也不宜将“受害者与我相似”既当作相似性操纵检验又当作自我相关性的全部指标。应对拟用题项进行专家评审、独立预测试、因素结构与区分效度检验，并把媒介暴露分解为内容特征、呈现机会、实际观看与主动或被动接触来源。

8.1. 实证研究设计示例

研究设计 A：以随机组间实验检验“感知相似性－自我相关性－心理距离”的理论路径。可使用经伦理审核的同一灾害或公共安全事件模拟新闻材料，在控制事件核心事实、严重程度和视觉强度的条件下，仅改变受影响人物与参与者相匹配的年龄、生活角色等背景线索，设置高、低相似性条件。相似性操纵的有效性、材料可信度与唤醒度宜在独立预测试样本中核验，正式实验可将操纵检验放在核心结果测量后，以降低题项启动效应。应预先明确主要结局、排除标准、样本量依据及预期方向。主测量中分别评估事件自我相关性、社会距离、假设性距离、威胁评估、共情关注与个人痛苦，避免概念重叠；在伦

理许可下，于 24 小时至 7 天内以简短日记记录自发侵入性表象。可采用组间比较、潜变量测量检验及 Bootstrap 间接效应估计，并对多条路径作适当控制。随机分配能够支持被操纵相似性条件对结果的因果效应，但在未随机操纵中介时，链式中介仍依赖额外假设，不能自动解释为因果过程。

研究设计 B：采用 7~14 天的密集纵向设计，结合每日多个固定或随机时点的生态瞬时评估和经知情同意的数字行为记录。每次测量心理痛苦、不确定性、主动搜索意图及控制感，并区分主动搜索、平台推荐呈现、实际观看和主动退出；如条件允许，使用隐私保护的使用日志或接触来源记录交叉核验自报结果。研究方案需预先说明时段间隔、缺失数据处理、设备记录权限与隐私保护，并记录整体事件关注度随时间变化的趋势。可采用多层滞后模型或适合测量密度的动态结构方程模型，将个体间差异与个体内波动分开：检验某时段痛苦高于个人通常水平时，下一时段搜索、实际推荐接触或退出的可能性是否变化；也检验接触后痛苦是否改变。需区分推荐呈现机会与实际观看，并关注个体退出后仍被动遇见信息的情境。若使用受控信息流随机分配内容呈现机会，可进一步考察平台分发条件的影响；自然追踪产生的时间顺序证据本身仍不能单独确立因果性。

8.2. 社会文化情境与理论适用边界

社会文化情境可能通过“事件意义建构”和“信息接触结构”两个层面影响框架的适用性。首先，新闻框架的选择与强调方式可能改变受众如何界定事件、进行责任归因及判断其与所属群体的关系；框架理论为这一分析提供基础，但不能直接证明本文提出的完整心理接近路径(Entman, 1993)。其次，集体记忆并非既往事件的简单累加，而是嵌入社会实践和群体认同的解释资源；家庭、社区与公共纪念活动中的记忆叙事，可能使未曾亲历类似事件的个体也赋予报道内容较高的身份意义(Olick & Robbins, 1998)。再次，不同环境中的报道选择、信息可获得性、公共传播规范与平台分发条件，可能改变受众接触到的事件表征及其持续性。与此相关的共享身份和媒介暴露关联已有具体情境中的观察证据(Relihan et al., 2023)，但现有研究尚不足以确证公共叙事经由自我相关性和心理距离产生同一条稳定因果路径。上述情境条件可能改变社会身份线索的显著性，也可能通过社会支持、集体效能和行动机会影响结果分化。后续跨情境研究应先检查测量等值性，分别比较信息接触结构、叙事框架与理论路径，不宜将不同社会背景简化为单一文化分组变量。

8.3. 理论可证伪性与研究伦理

本框架需要设定能够区分“操作失败”“统计证据不足”与“理论预测未获支持”的检验标准。首先，如相似性材料未能改变感知相似性，应优先修改操纵方式，而不能据此否定心理接近框架。其次，在操纵有效、测量信度与研究检验力充分的前提下，如高、低相似性条件未产生预期的自我相关性差异，则相似性通向自我相关性的路径需要重新评估；如自我相关性变化而心理距离没有预期变化，则应重新检验心理距离的中介地位；如距离变化而威胁、共情或记忆加工未发生对应变化，则需考虑模型路径的必要性及情境边界，而非只增加事后解释。对于反馈层，若明确测量间隔并控制先前水平和共同时间趋势后，个体内心理痛苦仍不预测后续实际接触，则应限制该反馈假设的适用范围。在伦理方面，不应以增强刺激强度换取较大统计效应；应使用经审查的模拟或低风险材料，开展适当筛查、知情同意、随时退出和事后情绪恢复，并保护受影响者的隐私与尊严。

9. 结语

数字媒介使公众得以跨越物理现场接触重大公共危机事件、重大群体性公共安全事件及灾害相关信息，但一般媒介观看不能等同于诊断意义上的创伤暴露。本文提出，事件与个体身份、经历及重要关系之间形成的自我相关性，可能与部分心理距离的降低相联系；心理接近性进而可能改变威胁、共情及记

忆加工，并与亲社会反应或个人痛苦等不同结果相关。此后，主动搜索、浏览、退出和回避等个体行为，以及平台内容分发所形成的实际接触机会，可能共同塑造下一阶段的心理反应。公共叙事、集体记忆与社会支持属于值得检验的情境条件。本文提出的是叙述性整合框架而非完成验证的因果模型，仍需随机实验、密集纵向测量和客观数字行为数据进行相互补充的检验。

参考文献

American Psychiatric Association (2022). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (5th ed., Text rev.). American Psychiatric Association Publishing.

Bride, B. E., Robinson, M. M., Yegidis, B., & Figley, C. R. (2004). Development and Validation of the Secondary Traumatic Stress Scale. *Research on Social Work Practice, 14,* 27-35. https://doi.org/10.1177/1049731503254106

Davis, M. H. (1983). Measuring Individual Differences in Empathy: Evidence for a Multidimensional Approach. *Journal of Personality and Social Psychology, 44,* 113-126. https://doi.org/10.1037/0022-3514.44.1.113

Ehlers, A., & Clark, D. M. (2000). A Cognitive Model of Posttraumatic Stress Disorder. *Behaviour Research and Therapy, 38,* 319-345. https://doi.org/10.1016/s0005-7967(99)00123-0

Entman, R. M. (1993). Framing: Toward Clarification of a Fractured Paradigm. *Journal of Communication, 43,* 51-58. https://doi.org/10.1111/j.1460-2466.1993.tb01304.x

Gazit, T., Greenblatt-Kimron, L., Lavenda, O., Palgi, Y., Weissberger, G., & Shrira, A. (2026). When War Sneaks in through the Window: Media Exposure and Trauma during Ongoing Crises. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*. https://doi.org/10.1037/tra0002248

Haslam, N., & McGrath, M. J. (2020). The Creeping Concept of Trauma. *Social Research: An International Quarterly, 87,* 509-531. https://doi.org/10.1353/sor.2020.0052

Herberman Mash, H. B., Ursano, R. J., Benevides, K. N., & Fullerton, C. S. (2016). Identification with Terrorist Victims of the Washington, DC Sniper Attacks: Posttraumatic Stress and Depression. *Journal of Traumatic Stress, 29,* 41-48. https://doi.org/10.1002/jts.22069

Holman, E. A., Garfin, D. R., & Silver, R. C. (2014). Media's Role in Broadcasting Acute Stress Following the Boston Marathon Bombings. *Proceedings of the National Academy of Sciences, 111,* 93-98. https://doi.org/10.1073/pnas.1316265110

Holman, E. A., Garfin, D. R., & Silver, R. C. (2024). It Matters What You See: Graphic Media Images of War and Terror May Amplify Distress. *Proceedings of the National Academy of Sciences, 121,* e2318465121. https://doi.org/10.1073/pnas.2318465121

Holman, E. A., Garfin, D. R., Lubens, P., & Silver, R. C. (2020). Media Exposure to Collective Trauma, Mental Health, and Functioning: Does It Matter What You See? *Clinical Psychological Science, 8,* 111-124. https://doi.org/10.1177/2167702619858300

Holmes, E. A., Brewin, C. R., & Hennessy, R. G. (2004). Trauma Films, Information Processing, and Intrusive Memory Development. *Journal of Experimental Psychology: General, 133,* 3-22. https://doi.org/10.1037/0096-3445.133.1.3

James, E. L., Lau-Zhu, A., Clark, I. A., Visser, R. M., Hagenaars, M. A., & Holmes, E. A. (2016). The Trauma Film Paradigm as an Experimental Psychopathology Model of Psychological Trauma: Intrusive Memories and Beyond. *Clinical Psychology Review, 47,* 106-142. https://doi.org/10.1016/j.cpr.2016.04.010

Krans, J. (2013). The Self and Involuntary Memory: Identifying with the Victim Increases Memory Accessibility for Stressful Events. *Consciousness and Cognition, 22,* 1298-1304. https://doi.org/10.1016/j.concog.2013.08.006

Li, K., Li, J., & Li, Y. (2024). The Effects of Social Media Usage on Vicarious Traumatization and the Mediation Role of Recommendation Systems Usage and Peer Communication in China after the Aircraft Flight Accident. *European Journal of Psychotraumatology, 15,* Article ID: 2337509. https://doi.org/10.1080/20008066.2024.2337509

Liu, C., & Liu, Y. (2020). Media Exposure and Anxiety during COVID-19: The Mediation Effect of Media Vicarious Traumatization. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 17,* Article No. 4720. https://doi.org/10.3390/ijerph17134720

McCann, I. L., & Pearlman, L. A. (1990). Vicarious Traumatization: A Framework for Understanding the Psychological Effects of Working with Victims. *Journal of Traumatic Stress, 3,* 131-149. https://doi.org/10.1007/bf00975140

Moran, T., & Eyal, T. (2022). Emotion Regulation by Psychological Distance and Level of Abstraction: Two Meta-Analyses. *Personality and Social Psychology Review, 26,* 112-159. https://doi.org/10.1177/10888683211069025

Muldoon, O. T., Haslam, S. A., Haslam, C., Cruwys, T., Kearns, M., & Jetten, J. (2019). The Social Psychology of Responses to Trauma: Social Identity Pathways Associated with Divergent Traumatic Responses. *European Review of Social Psychology,*

30, 311-348. https://doi.org/10.1080/10463283.2020.1711628

Olick, J. K., & Robbins, J. (1998). Social Memory Studies: From “Collective Memory” to the Historical Sociology of Mnemonic Practices. *Annual Review of Sociology, 24,* 105-140. https://doi.org/10.1146/annurev.soc.24.1.105

Pfefferbaum, B., Nitiéma, P., & Newman, E. (2019). Is Viewing Mass Trauma Television Coverage Associated with Trauma Reactions in Adults and Youth? A Meta-Analytic Review. *Journal of Traumatic Stress, 32,* 175-185. https://doi.org/10.1002/jts.22391

Relihan, D. P., Jones, N. M., Holman, E. A., & Silver, R. C. (2023). Shared Social Identity and Media Transmission of Trauma. *Scientific Reports, 13,* Article No. 11609. https://doi.org/10.1038/s41598-023-33898-2

Salles, B. M., Fadel, J. V., & Mograbi, D. C. (2024). Moderate Similarity Leads to Empathic Concern, but High Similarity Can Also Induce Personal Distress Towards Others’ Pain. *PsyCh Journal, 13,* 322-334. https://doi.org/10.1002/pchj.720

Satici, S. A., Gocet Tekin, E., Deniz, M. E., & Satici, B. (2023). Doomscrolling Scale: Its Association with Personality Traits, Psychological Distress, Social Media Use, and Wellbeing. *Applied Research in Quality of Life, 18,* 833-847. https://doi.org/10.1007/s11482-022-10110-7

Sharpe, A. T. R., Tyndall, I., Poulus, D. R., Obine, E. A. C., & Sharpe, B. T. (2026). The Influence of Doomscrolling on Mental Health: A Scoping Review. *Mental Health and Digital Technologies, 3,* 290-342. https://doi.org/10.1108/mhdt-10-2025-0068

Thompson, R. R., Jones, N. M., Holman, E. A., & Silver, R. C. (2019). Media Exposure to Mass Violence Events Can Fuel a Cycle of Distress. *Science Advances, 5,* eaav3502. https://doi.org/10.1126/sciadv.aav3502

Trope, Y., & Liberman, N. (2010). Construal-Level Theory of Psychological Distance. *Psychological Review, 117,* 440-463. https://doi.org/10.1037/a0018963