

# 社交网站使用对青少年社交焦虑的影响机制

王雪皎, 王树青\*, 井玉汝

济南大学教育与心理科学学院, 山东 济南

收稿日期: 2022年8月24日; 录用日期: 2022年9月16日; 发布日期: 2022年9月27日

## 摘要

社交焦虑是指由想象或现实的社会交往情境而引发个体产生的恐惧、紧张和害怕等情绪体验。以往研究表明, 社交焦虑已成为青少年群体中最普遍的心理问题之一。移动互联网时代, 越来越多的青少年参与到网络社交活动中, 社交网站使用成为影响青少年社交焦虑的一个新途径。负面评价恐惧、人际不确定性、线上积极反馈和自尊在社交网站使用对青少年社交焦虑的影响中起重要作用。未来研究可以继续深化机制探讨, 并针对这些影响因素制定适宜方案, 从而有效改善青少年的社交焦虑。

## 关键词

社交网站使用, 社交焦虑, 影响机制, 青少年

# Influence Mechanism of Social Networking Site Use on Adolescent Social Anxiety

Xuejiao Wang, Shuqing Wang\*, Yuru Jing

School of Education and Psychology, University of Jinan, Jinan Shandong

Received: Aug. 24<sup>th</sup>, 2022; accepted: Sep. 16<sup>th</sup>, 2022; published: Sep. 27<sup>th</sup>, 2022

## Abstract

Social anxiety refers to the emotional experience of fear, tension and fear caused by the imaginary or real social interaction situation. Previous studies have shown that social anxiety has become one of the most common psychological problems among adolescents. In the era of mobile Internet, more and more teenagers are participating in online social activities, and the use of social networking sites has become a new way to affect adolescents' social anxiety. Fear of negative evaluation

\*通讯作者。

tion, interpersonal uncertainty, online positive feedback and self-esteem play an important role in the influence of social networking site use on adolescents' social anxiety. Future research can continue to deepen the mechanism and formulate appropriate programs for these influencing factors, so as to effectively improve social anxiety in adolescents.

## Keywords

Use of Social Networking Sites, Social Anxiety, Influence Mechanism, Adolescents

Copyright © 2022 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

移动互联网时代,网络环境的多元化及开放性等特点为青少年进行社会交往活动提供了一个新的环境,尤其对那些具有一定社交障碍或社交能力低下的青少年来说,通过社交网站也可以发展良好的人际关系,改善其社交焦虑。同时社交网站也给青少年的人际交往带来一些消极影响,例如会由于担心隐私泄露及错过他人信息等变得紧张、焦虑,而这会引发青少年的社交焦虑。

社交焦虑(social anxiety)是指由想象或现实的社会交往情境而引发个体产生的恐惧、紧张和害怕等情绪体验(姜永志等, 2019)。青少年时期是自我意识快速发展的时期,要求独立是这一时期的突出表现,大多数青少年会逐渐摆脱与家庭及父母的交往,转向社会交往,交往范围及接触人群不断扩大,在交往中遇到的问题也逐渐突出,这使得青少年时期既是社交焦虑的初显期,也是多发期(刘广增等, 2019),社交焦虑对青少年的身心健康及社会适应均会产生影响,因而,研究青少年社交焦虑的成因显得尤为重要。已有研究虽发现社交网站使用与青少年社交焦虑关系密切,但研究结果却不一致。有研究认为青少年的被动性社交网站使用会产生更严重的焦虑感,因为社交网站具有印象管理的功能,因而青少年在被动浏览他人信息的过程中,会接触到大量的积极信息,这些积极信息会激发上行社会比较,从而使青少年产生自卑感,并加剧在社会交往过程中的消极情绪体验及焦虑感(Lee, 2014)。也有研究认为有较高现实社交焦虑的青少年通过主动使用社交网站降低了社交焦虑水平。他们认为可能是因为在社交网站上主动地进行社交时,个体会采取更加舒适轻松的方式与他人进行交往,会体验到更多的积极情绪,增加网络人际互动的的时间,同时,这种网络社交会使线下人际关系得到进一步发展,提升线下社交的信心。因此,社交网站使用可以缓解个体的社交焦虑症状(Shaw et al., 2015)。

综上,目前对于社交网站使用影响社交焦虑的研究结果的不一致可能是由主动或被动的社交网站使用方式导致的。因此,本文基于社交网站使用方式的视角,对国内外研究成果及理论进行梳理,揭示网络环境对青少年社交焦虑的影响机制,并指明该领域未来的研究方向。

## 2. 社交网站使用的概念界定

社交网站使用是指个体登录社交网站(例如 QQ 和微信),并使用其提供的服务以及功能的过程。基于以往研究,主要通过以下三个层面对社交网站使用进行考察:对一般性社交网站使用的考察(如使用强度、频率);对使用方式的考察(主动性使用与被动性使用);对具体行为的考察(如自我呈现、点赞)(何佳, 2020)。

本文主要关注青少年社交网站使用方式,将社交网站使用方式分为主动性和被动性两种,前者主要强调个体主动更新朋友圈、通过语音或视频等方式加强与朋友沟通及情感联系等积极参与网络社交的行

为；后者主要强调个体单纯地浏览他人的朋友圈等收集信息，但不与他人进行沟通和互动的一种消极参与行为(Chen et al., 2016)。自我呈现作为一种具体的社交网站使用行为，同时也是一种最常见的主动性社交网站使用方式。社交网站自我呈现主要分为积极呈现和真实呈现两种，前者指的是个体选择性地呈现自己的积极特质，后者指的是个体不做任何修饰地呈现自己的真实情况(Kim & Lee, 2011)。关于社交网站使用对青少年心理发展影响的研究表明，主动性社交网站使用有利于维持良好的人际关系，增强社会联结，尤其是主动地在社交网站中进行自我呈现时，会提高青少年的自我意识及幸福感，促进青少年的心理发展及社会适应(刘勤学等, 2019)，而被动性社交网站使用会降低幸福感，催生焦虑与抑郁等负面结果，是青少年心理健康的潜在风险因素(Shaw et al., 2015)。

### 3. 社交网站使用对青少年社交焦虑的影响

#### 3.1. 社交网站使用方式的直接影响

根据使用-满足理论，个体对于媒体类型及使用方式的选择都是为了满足特定的需求，具有一定的目的性和主动性(Chen & Leung, 2016)。青少年使用社交网站可以满足其交友、娱乐及获取资讯等各种需求，同时，根据主动性与被动性使用方式的不同，所满足的需求也是不同的。主动性社交网站使用可以满足青少年的人际及娱乐需求，增进人际关系；而被动性社交网站使用主要可以满足青少年的信息需求，被动的信息浏览行为不利于人际关系的发展，因而两种不同的使用方式对青少年的社交焦虑产生不同影响。

##### 3.1.1. 主动性社交网站使用

社交网站的主动使用可以促进青少年的人际沟通，增进彼此的了解，发展与维持良好的人际关系，进而影响其心理社会适应。社交网站的主动使用也会使青少年感受到来自朋友的陪伴与支持，提高积极自我意象水平和安全感，降低社交焦虑水平(钟萍等, 2017)。研究发现，青少年在社交网站中主动联系好友及发布动态等行为有利于促进线上互动，增强其社会联结感及社交信心，其次，社交网站由于其跨时空的特性，可以帮助青少年结交更多志趣相投的朋友，从而降低其孤独感和疏离感，获得归属感，这些因素均可以缓冲青少年的社交焦虑体验(陈光辉等, 2018)。因此，对于青少年来说，主动性社交网站使用水平越高，越能够促进人际互动，同时在人际互动中发展良好的人际关系及社交资源，降低其社交焦虑程度。

自我呈现作为一种常见的主动性社交网站使用行为，也对青少年的社交焦虑产生重要影响。青少年既可以在社交网站中进行自我印象管理，呈现积极的自我信息，也可以在社交网站中呈现真实的自我信息，这两种行为均可以提升青少年的网络人际互动，增进人际关系与社交信心(刘勤学等, 2019)，缓解社交焦虑。具体来说，进行积极呈现的青少年，倾向于在社交网站中展示自己优秀的一面，塑造一个美好的自我形象，有利于提升自身关注度及积极的自我意识，从而降低消极体验对自身的影响，同时，这种美好的自我形象又可以帮助他们获得更多的积极评价，提升积极情绪体验，一定程度上缓解社交焦虑水平(姜永志等, 2022)。而进行真实呈现的青少年，不仅能够在社交网站中呈现自己的优点，也勇于呈现自己的缺点，便于好友对自己进行深入且全面的了解，这种真实性会拉近彼此之间的心理距离，提升人际好感度，更容易获得他人的支持与信任，从而提高青少年的社交信心，缓解其社交焦虑水平(刘庆奇等, 2016)。可见，自我呈现作为一种具体的主动性社交网站使用行为，也会通过增进青少年的人际互动及社交信心来降低青少年的社交焦虑水平。

##### 3.1.2. 被动性社交网站使用

被动性社交网站使用被认为是影响青少年社会交往的潜在危险因素。一方面，在碎片化时代，越来越

越多的青少年在闲暇时间喜欢通过浏览他人的朋友圈或微博等来收集信息或消磨时间,长时间在社交网站中被动地对他人的信息进行浏览,会占用青少年大量用于线下社交的时间,从而导致较低的社会参与度及联结感,甚至会削弱青少年的社交技能及参与线下社交的动机,在线下社交时更容易诱发社交焦虑(李松等, 2022)。同时,长期处于这种被动状态的青少年在遇到社交情境时会将这种被动性扩展到社会交往活动中,社交主动性会降低,人际互动时更容易体验到紧张、焦虑的感觉,转而又会将社交网站视为逃避现实社交的避难所,长此以往,青少年的社交技能极易受损,社交焦虑水平会更高。

另一方面,当个体在社交网站中浏览他人的状态时,会接收到大量关于他人的信息,由于他人在社交网站中倾向于进行印象管理,会选择性地呈现大量的积极信息(精心修过的照片、旅游打卡及个人成就等),社会比较理论认为,长时间浏览这些积极信息极易诱发青少年的上行社会比较,从而产生嫉妒、不满和失落等负面情绪(陈必忠, 2020)。同时,当青少年看到他人的动态收到大量的点赞及评论时,会认为他人的社交资源更丰富,社交技能更高,从而使自己的社交信心受挫,增加社交焦虑水平(张霞等, 2020)。一项青少年研究表明,在控制了被动性社交网站使用强度及网络支持等干扰因素之后,被动性社交网站使用仍能导致更高水平的焦虑(Thorisdottir et al., 2019)。可见,被动性社交网站使用不仅会降低青少年的人际互动积极性,产生社交焦虑,还容易使青少年处于上行社会比较之中,以一种消极的态度看待自己的社交能力及社交资源,提高青少年的社交焦虑水平。

### 3.2. 社交网站使用影响青少年社交焦虑的内部机制

作为网络时代的“原住民”,当代青少年的社交活动已经逐渐由线下转移到线上,网络已经成为影响青少年社会交往的重要环境,社交网站使用方式不仅可以直接影响青少年的社交焦虑,还可以通过复杂的内部作用机制对其产生影响。发展情境论认为个体的心理发展受到个体与环境交互作用的影响(张文新, 陈光辉, 2009),而根据以往研究,负面评价恐惧、人际不确定性和自尊等个体因素以及线上积极反馈这一网络环境因素在社交网站使用影响青少年社交焦虑的过程中发挥重要作用,下面将以社交网站使用方式为基础,探讨这些因素在其中的影响机制。

#### 3.2.1. 负面评价恐惧

负面评价恐惧是指对他人给予的潜在、可能的负面评价的一种忧惧(Weeks et al. 2005)。社交焦虑的认知行为模型表明,社交焦虑的引发过程会导致个体高估负面结果,并维持社交焦虑的错误信念(Capriola-Hall et al., 2018)。这就意味着,当个体过度关注他人的评价、过多地注意社会互动中的消极信号以及过高地估计社交情境中可能出现的负面评价时,就会自然地认为他人对自己持有一个消极的评价,极易引发焦虑,并且会持续地维持着这种焦虑感。一项点探测任务的研究对此做出了解释,即高焦虑的个体会存在严重的注意偏差及认知偏差,他们对消极评价等威胁性信息会更加敏感,这些威胁性信息在特定脑区的停留时间更长,这种对威胁性信息的注意偏向又会加剧个体的焦虑感(杨智辉, 王建平, 2011)。

对于青少年来说,他们正处在一个自我意识快速发展的阶段,因而会格外关注社会交往过程中他人对自己的评价。研究表明,负面评价恐惧在青少年中尤为突出(叶贝等, 2019)。当青少年在社交网站上发布个人动态及信息时,既希望得到他人的积极反馈和评价,又害怕得到他人的负面反馈和评价,当然如果某条动态没有得到他人的任何评价,也倾向于认为这是一种负面反馈,因为大多数青少年会认为这是他人对自己所发布的内容不喜欢所导致的。这种对于他人评价的恐惧及认知偏差是导致青少年社交焦虑的关键因素。研究表明,负面评价恐惧在社交媒体情境中广泛存在,会加剧个体的人际交往困难及人际交往中的紧张感,是产生社交焦虑的重要因素(彭顺等, 2019),个体的负面评价恐惧越高,在与他人交往的过程中就越担心他人对自己做出消极的评价,因而社交焦虑水平就越高。



### 3.2.2. 人际不确定性

人际不确定性是个体在人际互动过程中由于某些不确定因素的存在,而无法做出一个具体且明确的评价时所形成的一种迟疑不决的心理状态,当个体处于较高的不确定性情境时,往往倾向于获取相应的信息来减少这种不确定性,从而促进人际交往(周爱保,周鹏生,2008)。研究表明,信息分享可以降低人际交往过程中的不确定性水平,提高人际关系质量(Kwon & Suh, 2010)。主动性社交网站使用为青少年获取及传递信息提供了一个理想的环境,一方面,主动性社交网站使用可以增进人际沟通,而沟通本身就是一个信息分享的过程,可以促进彼此的了解,降低交往过程中的不确定性;另一方面,青少年可以通过他人在社交网站上呈现出的个人信息(个人主页、动态等)来了解对方,也可以通过在社交网站上呈现自己的信息,增进他人对自己的了解,信息通过这种相互的自我表露过程得到了共享,也可以增进彼此之间的了解,降低人际交往中的不确定性及焦虑感,缓解青少年的社交焦虑。

研究发现,社交网站使用可以通过人际不确定性的中介作用对个体的人际吸引力产生影响(Fox & Warber, 2014)。此外,国内研究者通过研究发现,主动性社交网站使用可以负向预测青少年的人际不确定性,人际不确定性越低的个体友谊质量越高,在人际交往时会表现的越积极、从容,进而可以缓解个体的社交焦虑水平(连帅磊等,2017)。同时,青少年在社交网站中发布的动态及个人信息等会引发他人的关注与交流,这一互动过程可以传递彼此的观点、看法及价值观等,也可以增进了解,降低交往过程中的不确定性,缓解焦虑。

### 3.2.3. 自尊

自尊指个体对自己的一种评价,是预测个体心理健康的重要指标,并影响个体的心理发展与行为改变(胥兴春等,2021)。随着社交网站的发展与普及,网络对个体自尊的影响逐渐受到研究者的关注。补偿假说认为,社交网站避免了面对面交往中的许多消极因素,为那些低自尊的个体提供了一个理想的社交环境,他们可以通过线上环境进行自我呈现,发展人际关系,弥补线下无法获得的关系需要的满足;富者更富假说认为,社交网站对那些高自尊的个体更为有利,他们会将在线下人际交往中的优势延伸到线上,从而获得更多的人际交往空间,发展更大的朋友圈(孙晓军等,2017)。虽然两种假说存在对立,但是一致认为社交网站的主动使用可以给个体带来发展人际关系的新机会,无论低自尊还是高自尊的个体都会从中受益。而被动性社交网站使用则会由于社会比较的存在而诱发个体产生嫉妒等消极情绪,根据积极情绪的扩展与建构理论,积极情绪有利于个体扩展思维范畴,建设心理资源,而消极情绪则会缩减思维范畴,阻碍心理资源的建设,自尊作为一种重要的心理资源,显著受到消极情绪的影响(赵伟佳,2017)。

同时,自尊作为人际关系的监视器,也被许多研究者认为是预测青少年社交焦虑的一个有效因素(Chen et al., 2014)。自尊水平较高的青少年对自己有更积极的评价,对他人的信任更高,在社交时的表现更积极主动,心态更加积极、理性、平和,容易被他人喜欢和接纳,较少受到消极体验的影响,从而体验到较少的社交焦虑。反之,自尊水平低的青少年,对自己的评价较低,同时,缺乏人际信任感,在社交时常表现出回避行为,社会联结程度较低,缺乏安全感和主动性,从而更易体验到焦虑等消极情绪。

### 3.2.4. 线上积极反馈

线上积极反馈指的是线上好友对于个体发布的动态给出的点赞、积极评论等支持性回应,在网络时代是一种重要且特殊的社会支持类型,广泛地存在于社交网站之中。当青少年进行真实自我呈现之后,好友可以及时了解到真实的情况,这种不添加任何修饰的呈现可以拉近人与人之间的距离,提升亲密度,从而有利于获得好友的线上支持和积极反馈(刘庆奇等,2016)。邢靖文等人(2022)通过研究发现,青少年在社交网站中发布的自拍作为一种基于图片的自我呈现方式,由于具有清晰的特征线索,更易激活社交临场感相关的脑区,从而提升人际交往的真实感及亲密感,获得更多的好友点赞及积极评论,促进人际

关系的发展。另一方面,进行积极呈现的青少年希望通过这一方式获得更多的积极反馈,因而会最大化的呈现自己的优点及理想化的自我形象,以往研究证明这种积极呈现由于包含了优秀、讨喜等特点确实可以帮助青少年获得更多的点赞及积极评论(杨秀娟等,2017)。

根据情绪增强假说,线上积极反馈作为一种自我呈现的结果,可以提升青少年的积极情绪,抑制消极情绪(社交焦虑),是人际关系的保护因素(Bareket-Bojmel et al., 2016)。同时,实证研究也表明,社交网站使用可以通过提升个体感知到的线上积极反馈来缓解青少年在社交环境中的社交焦虑。青少年在社交网站中的积极自我呈现不仅有利于获得更多的点赞和支持性评论,而且有利于提升人际亲密度及社交信心,从而可以缓解社交时的焦虑体验(姜永志等,2019)。对于青少年来说,他们正处在一个发展的过渡期,对自我的认知还不够成熟,且极易受到外界因素的干扰,尤其是那些渴望被认同和关注的青少年,当他们在社交网站中获得他人的积极反馈时,即意味着获得了他人的支持与认可,在社交方面将会产生更积极的自我效能感及自我认知,这有利于促进个体的心理社会适应,缓解社交焦虑。

## 4. 总结与展望

综上所述,在移动互联网时代,社交网站使用成为影响青少年社交焦虑的新途径。主动和被动的社交网站使用方式对社交焦虑的影响不同,并且,社交网站使用通过负面评价恐惧、线上积极反馈、人际不确定性和自尊等因素影响青少年的社交焦虑。总之,社交网站是一把双刃剑,掌握合理的使用方式能够促进人际沟通与了解,增进人际关系,进而缓解个体的社交焦虑;但是,长时间沉溺其中,会逐渐扩大现实自我与网络自我的差距,反而会增进个体在现实社交中的焦虑情绪。

虽然关于社交网站使用对社交焦虑影响的研究已经获得了许多丰富且有价值的成果,但仍存在一些有待于进一步完善和讨论的问题,未来可以从以下几个方面进行研究。

### 4.1. 全方面考察社交网站的使用状况

目前对于社交网站使用的研究大多集中于使用方式与策略等层面,但是随着社交网站的普及,其复杂程度逐渐增大,研究逐渐多样化,不应该仅仅局限于从这几个方面来加以研究,未来应开展对社交网站使用更多方面的研究,比如社交网站使用动机、使用强度等。此外,对于使用方式的研究大多集中于被动性社交网站使用,而缺乏对于主动性社交网站使用的研究。由于生活观念的转变,对于社交网站的依赖程度逐渐加强,大多数青少年都习惯于使用社交网站来维持人际关系,因此在社交网站上会表现出更多的主动性使用行为,今后的研究也应该进一步加强对主动性社交网站使用的研究。

另一方面,在移动互联网时代,各种社交网站如雨后春笋般竞相出现,比如快手、抖音等短视频软件的流行,就为青少年进行网络社交提供了一个又一个新平台,这些短视频平台的出现不仅更新了他们的网络社交方式,更在一定程度上对个体的心理和社会适应产生重要影响,因此加强新媒体环境下的新兴社交网站使用的研究及对社交焦虑影响的研究显得尤为重要。

### 4.2. 丰富社交网站使用对社交焦虑影响的内部机制研究

已有研究考察了环境因素(线上积极反馈)及个体自身因素(自尊、负面评价恐惧、人际不确定性)等在社交网站使用对社交焦虑影响中的作用,揭示了二者之间的部分作用机制,未来研究还需要深入探究其他中介变量的影响。例如,根据使用与满足理论,社交网站使用会在一定程度上满足个体的关系需要及归属需要等,这些基本心理需要的满足可以促进人际关系的发展,缓解社交焦虑,但是目前还未有研究直接考察社交网站使用通过基本心理需要满足来缓解个体社交焦虑。此外,目前研究倾向于关注个体自身因素对社交焦虑的影响,根据发展情境论,个体的心理发展受到个体与环境交互作用的影响,由于个体的独特性,环境及社会因素对个体的影响会因人而异,并且会与个体自身因素产生不同的交互作用,

因此,未来研究应该关注个体因素、社会因素及环境因素是如何相互作用,共同影响青少年的社交焦虑,从而更全面地揭示社交焦虑的影响因素,也为临床上预防、干预及治疗社交焦虑提供理论指导。

### 4.3. 开展社交网站环境中线上社交焦虑的研究

已有的研究大多关注个体的现实社交焦虑,认为社交网站的使用有利于缓解社交焦虑,根据社会补偿理论,线上交往由于具有较低的社会线索、虚拟性、时间灵活性和匿名性等优点,逐渐变成众多社交焦虑人群补偿缺失的线下互动的有效方式,个体沉迷于社交网站使用,并且倾向于通过社交网站使用来回避令自己感到焦虑的线下社交场合。但是,随着网络的发展,社交网站的黑暗面也逐渐凸显出来,它可能成为一种新的压力源,使个体产生许多与焦虑相关的负面情绪(陈必忠等,2020)。例如,在社交网站使用过程中,个体会由于担心自己的隐私被泄露而产生焦虑情绪,又或者由于害怕错过他人消息而反复查看手机,由此加剧自己的紧张与焦虑等。因此加强对线上社交焦虑的研究是十分有必要的,要明确线上社交焦虑的形成过程和作用机制,从而在更大程度上降低社交焦虑。

### 4.4. 丰富网络环境对青少年社交焦虑的干预措施

社交焦虑是青少年群体中普遍存在的一种心理问题,对该问题的干预研究也由来已久。以往的研究主要关注认知行为疗法在缓解个体社交焦虑中的作用。虽然这种干预手段对社交焦虑的改善效果显著,但是主要依托于咨询师或者治疗师,较少从社交焦虑人群自身出发寻找解决方案,助其自助。社交网站的产生或许是一个很好的契机,社交焦虑人群可以通过社交网站的使用主动地探索并适应社会,促进身心健康发展。同时,大量研究发现社交网站使用与社交焦虑之间关系密切,那么未来研究可以从社交网站使用强度、方式及策略等角度入手,寻找合理有效的线上干预方法,具体可以从以下两个方面入手:首先,学校和家庭教育者应该引导青少年正确使用社交网站,要引导青少年主动参与网络社交,而不是沉溺在他人的“朋友圈”当中,同时要掌握好社交网站使用的度,并鼓励青少年在社交网站中进行自我呈现,通过与他人的积极互动增进人际了解,提升其人际关系,并将这种社交能力及人际关系扩展到线下,缓解其社交焦虑。其次,应该加强青少年的网络素质教育,避免在社交网站中对他人的恶意评论与消极反馈,甚至是网络暴力行为,培养正确的社交网站使用动机,发挥社交网站在人际交往方面的积极作用。

## 参考文献

- 陈必忠(2020). 被动性社交网站使用与社会自我效能感:有调节的中介模型. *心理技术与应用*, 8(5), 291-297.
- 陈必忠, 张绮琳, 张瑞敏, 郑雪(2020). 线上社交焦虑:社交媒体中的人际负性体验. *应用心理学*, 26(2), 180-192.
- 陈光辉, 赵清玲, 赵伟佳, 陈佳(2018). 主动性社交网站使用对孤独感的影响:线上粘结型社会资本的中介作用. *青少年学刊*, (6), 25-30.
- 何佳(2020). *社交网站使用对大学生社交焦虑的影响*. 硕士学位论文, 南京:东南大学.
- 姜永志, 白晓丽, 七十三, 乌云特娜(2019). 青少年社交网络使用对社交焦虑的影响:线上积极反馈与自尊的链式中介. *中国特殊教育*, (8), 76-81.
- 姜永志, 白晓丽, 张璐, 赵思琦(2022). 青少年线上积极自我呈现与幸福感的关系:线上积极反馈与自尊的作用. *心理发展与教育*, 38(1), 45-53.
- 李松, 陈旭, 冉光明, 张琪(2022). 被动性社交网站使用与社交焦虑:反刍思维和自我建构的作用. *心理发展与教育*, (5), 2-10.
- 连帅磊, 田媛, 孙晓军, 张晨艳(2017). 主动性社交网站使用与青少年友谊质量的关系:积极反馈和人际不确定性的中介作用. *心理与行为研究*, 15(2), 197-204.
- 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*



报(自然科学版), 44(2), 91-96.

- 刘勤学, 孙佳宁, 余思(2019). 社交网站中的自我呈现与青少年网络利他行为: 网络社交效能和希望的作用. *心理发展与教育*, 35(5), 530-539.
- 刘庆奇, 孙晓军, 周宗奎, 牛更枫, 孔繁昌, 连帅磊(2016). 社交网站真实自我呈现对生活满意度的影响: 线上积极反馈和一般自我概念的链式中介作用. *心理科学*, 39(2), 406-411.
- 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.
- 孙晓军, 柴唤友, 牛更枫, 崔曦曦, 连帅磊, 田媛(2017). 社交网站中的自我表露对青少年孤独感的影响: 一个有调节的中介模型. *心理发展与教育*, 33(4), 477-486.
- 邢靖文, 段长英, 张金凤, 王茜, 孙晓军(2022). 社交网站中的自拍对友谊质量的影响: 一个有调节的中介模型. *心理技术与应用*, 10(1), 21-30.
- 胥兴春, 李欢, 刘雅丽(2021). 自尊与亲社会行为的关系: 来自元分析的证据. *心理技术与应用*, 9(8), 449-460.
- 杨秀娟, 周宗奎, 孙晓军, 刘庆奇, 连帅磊(2017). 社交网站积极自我呈现与青少年抑郁: 链式中介效应分析. *中国临床心理学杂志*, 25(3), 489-493.
- 杨智辉, 王建平(2011). 广泛性焦虑个体的注意偏向. *心理学报*, 43(2), 164-174.
- 叶贝, 李丹, 代同同, 刘俊升, 陈欣银(2019). 青少年早期负面评价恐惧的发展轨迹及其影响因素. *心理科学*, 42(1), 62-67.
- 张文新, 陈光辉(2009). 发展情境论——一种新的发展系统理论. *心理科学进展*, 17(4), 736-744.
- 张霞, 林嘉仪, 张积家(2020). 被动性社交网站使用与孤独感的关系及其链式中介作用. *中国临床心理学杂志*, 28(1), 63-66+162.
- 赵伟佳(2017). 社交网站使用对大学生自尊的影响: 线上好友数量的中介作用和性别的调节作用. *心理技术与应用*, 5(7), 403-412.
- 钟萍, 邓慧华, 张光珍, 梁宗保, 陆祖宏(2017). 青少年友谊关系质量与社交焦虑的相互影响: 一项交叉滞后分析. *心理发展与教育*, 33(6), 727-733.
- 周爱保, 周鹏生(2008). 人际交往的不确定性减少理论(URT)述评. *心理科学*, 31(6), 1499-1501.
- Bareket-Bojmel, L., Moran, S., & Shahar, G. (2016). Strategic Self-Presentation on Facebook: Personal Motives and Audience Response to Online Behavior. *Computers in Human Behavior*, 55, 788-795. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.10.033>
- Capriola-Hall, N. N., Wieckowski, A. T., Ollendick, T. H., & White, S. W. (2018). The Influence of Social Communication Impairments on Gaze in Adolescents with Social Anxiety Disorder. *Child Psychiatry and Human Development*, 49, 672-679. <https://doi.org/10.1007/s10578-018-0782-z>
- Chen, C., & Leung, L. (2016). Are You Addicted to Candy Crush Saga? An Exploratory Study Linking Psychological Factors to Mobile Social Game Addiction. *Telematics & Informatics*, 33, 1155-1166. <https://doi.org/10.1016/j.tele.2015.11.005>
- Chen, W., Fan, C., Liu, Q., Zhou, Z., & Xie, X. (2016). Passive Social Network Site Use and Subjective Well-Being: A Moderated Mediation Model. *Computers in Human Behavior*, 64, 507-514. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.04.038>
- Chen, Y. M., Wu, Y. P., Zhang, Y. J., Wang, P., Han, L., & Gao, F. Q. (2014). Relationships between Parenting Style, Self-Perception and Shyness among Chinese Early Adolescents. *Journal of Psychology Research*, 4, 897-904. <https://doi.org/10.17265/2159-5542/2014.11.007>
- Fox, J., & Warber, K. M. (2014). Social Networking Sites in Romantic Relationships: Attachment, Uncertainty, and Partner Surveillance on Facebook. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 17, 3-7. <https://doi.org/10.1089/cyber.2012.0667>
- Kim, J., & Lee, J.-E. R. (2011). The Facebook Paths to Happiness: Effects of the Number of Facebook Friends and Self-Presentation on Subjective Well-Being. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 14, 359-364. <https://doi.org/10.1089/cyber.2010.0374>
- Kwon, I. W. G., & Suh, T. (2010). Factors Affecting the Level of Trust and Commitment in Supply Chain Relationships. *Journal of Supply Chain Management*, 40, 4-14. <https://doi.org/10.1111/j.1745-493X.2004.tb00165.x>
- Lee, S. Y. (2014). How Do People Compare Themselves with Others on Social Network Sites?: The Case of Facebook. *Computers in Human Behavior*, 32, 253-260. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.12.009>
- Shaw, A. M., Timpano, K. R., Tran, T. B., & Joormann, J. (2015). Correlates of Facebook Usage Patterns: The Relationship



between Passive Facebook Use, Social Anxiety Symptoms, and Brooding. *Computers in Human Behavior*, 48, 575-580. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.02.003>

Thorisdottir, I. E., Sigurvinsdottir, R., Asgeirsdottir, B. B., Allegrante, J. P., & Sigfusdottir, I. D. (2019). Active and Passive Social Media Use and Symptoms of Anxiety and Depressed Mood among Icelandic Adolescents. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 22, 535-542. <https://doi.org/10.1089/cyber.2019.0079>

Weeks, J. W., Heimberg, R. G., Fresco, D. M. et al. (2005). Empirical Validation and Psychometric Evaluation of the Brief Fear of Negative Evaluation Scale in Patients with Social Anxiety Disorder. *Psychological Assessment*, 17, 179-190. <https://doi.org/10.1037/1040-3590.17.2.179>