

负面评价恐惧与大学生社交焦虑的关系： 社会自我效能感的中介作用

徐运宏，张家颖，李钰颖

贵州大学公共管理学院，贵州 贵阳

收稿日期：2023年11月8日；录用日期：2023年12月19日；发布日期：2023年12月28日

摘要

我国大学生的社交焦虑水平偏高，社交焦虑不但会影响大学生心理健康、诱发心理疾病，甚至会使个体产生自伤、自杀等攻击性行为。本研究设计并发放负面评价恐惧、社交焦虑与社会自我效能感三项量表，使用SPSS26.0对回收数据进行相关关系分析，并采用AMOS24.0进行模型建构和验证了社会自我效能感对大学生负面评价恐惧与社交焦虑的中介作用。探明了大学生负面评价恐惧对社交焦虑的正向预测作用，社会自我效能感的中介作用以及大学生负面评价恐惧、社交焦虑与社会自我效能感三者的相互作用机制，为更好解决大学生社交焦虑问题提供了理论支持。

关键词

人际关系，负面评价恐惧，社交焦虑，社会自我效能感

The Relationship between Fear of Negative Evaluation and Social Anxiety of College Students: The Mediating Effect of Social Self-Efficacy

Yunhong Xu, Jiaying Zhang, Yuying Li

School of Public Administration, Guizhou University, Guiyang Guizhou

Received: Nov. 8th, 2023; accepted: Dec. 19th, 2023; published: Dec. 28th, 2023

Abstract

The level of social anxiety of college students in our country is on the high side. Social anxiety will

文章引用：徐运宏，张家颖，李钰颖(2023). 负面评价恐惧与大学生社交焦虑的关系：社会自我效能感的中介作用. 心理学进展, 13(12), 6431-6440. DOI: 10.12677/ap.2023.1312821

not only affect the mental health of college students, but also induce mental diseases. This study designed and distributed three questionnaires of negative evaluation fear, social anxiety and social self-efficacy, and used SPSS26.0 to analyze the correlation between the collected data. A MOS24.0 model was used to construct and verify the mediating effect of social self-efficacy on college students' fear of negative evaluation and social anxiety. This paper probes into the positive predictive effect of university students' fear of negative evaluation on social anxiety, the mediating effect of social self-efficacy and the interaction mechanism of fear of negative evaluation, social anxiety and social self-efficacy to provide theoretical support for better relieving social anxiety of college students.

Keywords

Relationships, Fear of Negative Evaluation, Social Anxiety, Social Self-Efficacy

Copyright © 2023 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. 研究背景

马克思主义强调人的本质“在其现实性上是各种社会关系的总和”。我们人生的各个阶段都面临着各种复杂多样的人际关系。作为在校大学生，宿舍之间、班级之间、组织之间、师生之间等等，都需要进行人际关系的处理，一旦处理不好，就会出现影响人际关系问题。例如人际交往出现群体分化问题后，使得人际关系发展出现障碍(李赛, 2009)，若得不到及时解决，甚至会引发更大的冲突。有关大学生人际交往问题的案例随处可见，无论是由心理问题导致的不良社交，还是由性格问题产生的社交冲突，或是寝室关系不和谐导致的惨案，这无一不体现大学生在处理人际关系的经验以及社会实践方面的能力都有所欠缺。

随着“社交恐惧症”这一网络热词的出现，不擅长处理人际关系群体的声音才以这样一种娱乐化的方式被大众听见。大学生群体的“社恐”问题似乎尤为严重：小组讨论时不敢与不熟悉的同学交谈，更不敢提出反对意见；课堂展示时，不管准备得多充分，上台后还是紧张到大脑一片空白；路上遇到同学老师总想回避，不敢大方打招呼；戴上帽子、塞好耳机、一副遮住半张脸的墨镜、最后加上口罩才敢出门，走路的时候也一直低着头看手机……

社交恐惧症又称社交焦虑，其特征是当处在公共场所或与人打交道时出现显著而持久的害怕，怕被别人注视或否定评价、担心在他人面前出丑或遭遇尴尬，因而尽力回避社交(郭晓薇, 2000)。具体表现为害怕负面评价，倾向于回避社交场合，避无可避时则会出现焦虑心理并伴随一定的生理反应(刘洋, 张大均, 2010)。研究表明，从儿童期到青春期，个体社交焦虑呈现出显著的增长趋势(李波等, 2003)，并在13至23岁期间达到高峰(田学英, 2007)，而我国在校大学生的年龄恰好处于社交焦虑的高发期，约80%的社交焦虑会发生在个体20岁之前(李新影, 2018)。还有数据表明，我国大学生社交焦虑水平偏高，有27.2%的大学生处于高度焦虑状态，另有14.1%的大学生表现为高度恐惧交流(李英等, 2005)。社交焦虑程度高的个体除了社交回避及苦恼等问题外，往往还伴有抑郁、双相情感障碍等并发症，严重的社交回避及苦恼不但会影响大学生心理健康、诱发心理疾病，甚至也会使个体产生自伤、自杀、攻击性行为。

因此，本研究旨在探明何种因素是社交焦虑的前因变量，以及各因素的影响力和相互作用机制，为更好解决大学生社交焦虑问题提供参考。

2. 文献回顾

2.1. 社交焦虑

社交焦虑(Social Anxiety)是个人可以经历的最常见的心理健康问题之一(Schry et al., 2012)。它被定义为个体在社交情境中表现出明显的害怕或焦虑,甚至导致社交回避的一种心理问题(McNeil & Randall, 2014)。

目前国内学者有关社交焦虑的研究从家庭等角度介入,主要集中在社交焦虑的成因分析层面。就总体而言,对社交焦虑的成因解释大致可分为外部环境和个体两个层面。其中,外部环境层面包括父母冲突(Grych et al., 2000)、同伴疏离(王玉洁等, 2020)等,个体层面则包括对他人的评价恐惧(寇沛雍, 2021)、社会排斥(贾彦茹等, 2019)、自尊(路翠萍, 郑希付, 2023)、个体的性格特征(彭顺等, 2019)等。

产生焦虑情绪是导致社交焦虑个体产生社交回避的主要原因(Spence & Rapee, 2016)。而社交焦虑作为大学生中常见的一种心理问题,其不良影响早已涉及到个体生活的各个方面,具体包括人际交往、心理健康、求职面试等(吴桐等, 2021)。

2.2. 负面评价恐惧与社交焦虑

负面评价恐惧(Fear of Negative Evaluation, FNE)被定义为个体处于社交情境中时,会主动地对他人所给予可能的负面评价持有的恐惧(Weeks et al., 2008)。

社交焦虑的认知行为模型认为,产生社交焦虑的首要因素是个体对他人负面评价的恐惧(Cheng et al., 2015)。负面评价恐惧高的个体具有更高的社交焦虑。实证研究发现负面评价恐惧与自尊(Cheng et al., 2015)、外表完美主义(刘港, 成俊会, 2023)、社会自我效能感(张文溪, 2016)密切相关,而自尊(杨静等, 2022)、外表完美主义(刘港, 成俊会, 2023)、社会自我效能感(曹呈旭等, 2021)则是大学生社交焦虑问题的显著预测因素。基于此,本研究假设负面评价恐惧对社交焦虑有正向预测作用。

2.3. 负面评价恐惧与社会自我效能感

社会自我效能感(Social Self-Efficacy)这一概念最早来源于班杜拉(self-efficacy)理论,此后 Smith 和 Betz 于 2000 年正式明确界定了社会自我效能感的概念,即个体对自己参加社交任务,且对社会互动中发展、维持人际关系能力的自信心和信念,是人们对自己社交能力和表现的一种主观认知(Smith & Betz, 2000)。

有研究对负面评价恐惧与社会自我效能感之间的关系进行了探讨,得出负面评价恐惧会对个体社会自我效能感有一定影响。若个体拥有较高的负面评价恐惧,其社会自我效能感越低(张文溪, 2016; 寇沛雍, 2021)。总之,个体对自身的评价水平能够显著影响其自信心水平。个体由于负面刺激而导致对自身的负面评价,则会导致个体的自信心下降,进而导致个体在社会互动中发展、维持人际关系的能力的自信心下降(寇沛雍, 2021)。这说明负面评价恐惧能够显著预测社会自我效能感,二者之间显著负相关。

2.4. 社会自我效能感与社交焦虑

班杜拉(self-efficacy)理论指出:个体社会自我效能感的降低可能会导致社交焦虑(Bandura, 1997)。在社交情景中,社会自我效能感较低的个体在社会交往中会更多地采取回避(Smith & Betz, 2000)、退缩等态度或行为(Kashdan & Roberts, 2004),容易产生社交焦虑(Fan et al., 2010)。这些研究表明,社会自我效能感与社交焦虑呈显著性负相关(周文莉, 2005)。因此,社会自我效能感对社交焦虑具有负向预测作用(褚晓伟等, 2016; Black et al., 2012)。

此外,已有研究发现社会自我效能感在诸多心理变量,如负面评价恐惧(寇沛雍, 2021)、社会排斥(许磊等, 2021)、社会支持(张佳妮, 2013)与社交焦虑之间起到中介作用,因此,本研究假设社会自我效能感在负面评价恐惧对社交焦虑的关系中起到中介作用。

综上所述,负面评价恐惧、社会自我效能感以及社交焦虑两两之间均存在着密切关系,但三者之间的关系有待进一步验证。此外,有关社交焦虑的研究大多集中在成因分析上,关于负面评价恐惧对社交焦虑内在机制的影响研究并不多,且同时从他人对个体的评价和个体自我评估两个角度考虑社交焦虑的研究也比较少。因此,本研究旨在进一步探讨负面评价恐惧与社交焦虑的关系,以及社会自我效能感的中介作用,为预防和解决大学生社交焦虑问题提供理论支撑。

3. 研究的目的及研究意义

3.1. 研究目的

在技术革新、人口变化、以及全球化的推动下,“00后”大学生心理更易受到就业压力、学业压力、社交压力等因素干扰,心理焦虑已成为高校大学生心理教育工作的主要问题。在此背景下,研究探讨社交焦虑对大学生心理健康发展具有重要意义。基于此,本研究采用定量研究方法,重点探究负面评价恐惧与社交焦虑的关系,以及社会自我效能感的中介作用,尝试寻找预防和减缓大学生社交焦虑问题的可操作手段。

3.2. 研究意义

本研究聚焦大学生负面评价恐惧、社交焦虑与社会自我效能感之间的关系,深入探讨负面评价恐惧通过社会自我效能感作为中介影响社交焦虑的作用,对大学生心理健康发展具有重要理论意义和实践意义。

3.2.1. 理论意义

以往研究对负面评价恐惧、社交焦虑进行了大量研究,揭示了负面评价恐惧与社交焦虑的关系,表明负面评价恐惧对社交焦虑有重要影响,但研究大多以负面评价恐惧为中介,探究众多变量与社交焦虑之间的影响关系。然而,社交焦虑的认知模型指出,负面评价恐惧对社交焦虑的预测作用需要通过其他变量来实现。因此,本研究探讨负面评价恐惧通过社会自我效能感作为中介影响社交焦虑的作用,有助于对社交焦虑相关理论做出有益补充。

此外,同时从他人对个体的评价和个体自我评估两个角度考虑社交焦虑的研究较少,本研究进一步分析负面评价恐惧、社交焦虑与社会自我效能感的关系及其内在机制,也能为相关研究提供有效借鉴和参考。

3.2.2. 实践意义

本研究旨在进一步探讨负面评价恐惧与社交焦虑的关系,以及社会自我效能感的中介作用,为预防和解决大学生社交焦虑问题提供现实指导。

本研究探究负面评价恐惧、社交焦虑与社会自我效能感的关系,了解大学生社交效能感、负面评价恐惧与社交焦虑状况,同时进一步分析社会自我效能感在负面评价恐惧与社交焦虑作用的中介效应,有利于指导大学生的人际交往,改善社交焦虑情绪,促进其社会化发展。

本研究以期为高校心理健康教育工作提供有效参考和意见。从而帮助其选择合适的切入角度,提高大学生个人信心和积极正面应对他人评价的能力,实现大学生社交焦虑问题的有效预防和解决。

4. 研究对象与方法

4.1. 研究对象与资料收集方式

本研究采用网络与线下的方式对贵州大学的333位在校大学生进行调查,剔除作答时间过短等无效问卷19份,最终收集有效数据314份,有效率94.29%。其中,男生137人。女生177人。

4.2. 研究工具

4.2.1. 社会自我效能感量表

采用最初由 Smith 和 Betz 编制, 后由范津砚和孟慧修订的社会自我效能感量表(2012)。修订后的中文版在中国人群中具有较高的信度和效度, 量表包含 18 个项目, 采用 Likert5 点计分(1 完全没有信心~5 完全有信心), 为单维结构, 得分越高表示个体的社会自我效能感水平越高。本研究对中文版量表进行本土化修改, 选取 4 个项目进行测量, 无反向计分条目, 该量表的内部一致性 Cronbach's α 系数为 0.809, 内部一致性 α 系数在 0.639~0.886 之间, 达到统计学要求。

4.2.2. 负面评价恐惧量表

采用陈祉妍(2002)修订的负面恐惧量表。该量表为单维结构, 共 12 个条目, 采用 1 (完全不相符)到 5 (完全相符)的 5 点计分, 得分越高表示个体的负面评价恐惧越强。本研究对量表进行合理化修改, 选取 8 个项目进行测量, 该量表的 Cronbach's α 为 0.935。

4.2.3. 社交焦虑量表

采用 Leary (汪向东等, 1999)编制的交往焦虑量表, 该量表为单维结构, 共 15 个条目, 采用 1 (完全不相符)到 5 (完全相符)的 5 点计分, 得分越高表示个体越对社交感到焦虑、恐惧。本研究选取 8 个项目, 无反向计分条目, 各项目的因素负荷在 0.52~0.69 之间, 具有较好的结构信度(Smith & Betz, 2000), 该量表的 Cronbach's α 为 0.896, 达到统计学要求。

4.2.4. 研究方法

在剔除不合格问卷后, 将问卷录入 SPSS26.0 进行数据整理、信度检验分析。通过相关性分析探讨负面评价恐惧、社会自我效能感和社交焦虑三者之间的关系, 采用 AMOS24.0 进行模型建构和验证分析。

5. 数据分析结果

5.1. 共同方法偏差检验

本研究采用 Harman 单因素检验方法(周浩, 龙立荣, 2004), 对问卷中的所有项目进行探索性因素分析。结果显示, 20 个项目中, 共提取出 4 个特征值大于 1 的因子, 共解释了 67.868%的方差变异。其中, 第一个因子解释了总变异量的 33.73%, 小于标准的 40%临界值。因此, 本研究数据不存在严重的共同方法偏差(如表 1 所示)。

Table 1. Common method bias test -Harman univariate test data

表 1. 共同方法偏差检验-Harman 单因素检验数据

| Component | Initial Eigenvalues | | |
|-----------|---------------------|---------------|--------------|
| | Total | % of Variance | Cumulative % |
| 1 | 6.746 | 33.73 | 33.73 |
| 2 | 3.768 | 18.839 | 52.569 |
| 3 | 1.723 | 8.614 | 61.183 |
| 4 | 1.337 | 6.684 | 67.868 |
| 5 | 0.961 | 4.803 | 72.671 |
| 6 | 0.869 | 4.345 | 77.016 |

Continued

| | | | |
|----|-------|-------|--------|
| 7 | 0.746 | 3.732 | 80.748 |
| 8 | 0.63 | 3.15 | 83.898 |
| 9 | 0.556 | 2.781 | 86.679 |
| 10 | 0.493 | 2.466 | 89.146 |
| 11 | 0.395 | 1.975 | 91.121 |
| 12 | 0.386 | 1.93 | 93.051 |
| 13 | 0.315 | 1.575 | 94.626 |
| 14 | 0.269 | 1.344 | 95.97 |
| 15 | 0.207 | 1.033 | 97.003 |
| 16 | 0.182 | 0.908 | 97.911 |
| 17 | 0.158 | 0.789 | 98.7 |
| 18 | 0.108 | 0.542 | 99.242 |
| 19 | 0.097 | 0.485 | 99.727 |
| 20 | 0.055 | 0.273 | 100 |

Extraction method: Principal component analysis.

5.2. 负面评价恐惧、社会自我效能感、社交焦虑的相关分析

在中介作用分析之前,需先确定自变量、因变量和中介变量具有相关性。运用皮尔逊(Pearson)相关检验,分析结果显示:负面评价恐惧、社交焦虑和社会自我效能感的显著相关。其中,负面评价恐惧和社交焦虑的相关系数为0.513 ($P < 0.001$),介于0.40~0.70之间,属于中度相关;负面评价恐惧和社会自我效能感的相关系数为-0.458 ($P < 0.001$),介于0.40~0.70之间,属于中度相关;社交焦虑和社会自我效能感的相关系数为-0.304 ($P < 0.001$),介于0.40以下,属于弱相关(如表2所示)。

由此可见,负面评价恐惧和社交焦虑呈显著正相关($P < 0.001$),与社会自我效能感呈显著负相关($P < 0.001$);社交焦虑和社会自我效能感呈负相关关系($P < 0.001$)。

Table 2. The correlation analysis among the fear of negative evaluation, social anxiety and social self-efficacy of college students

表 2. 大学生负面评价恐惧、社交焦虑和社会自我效能感之间的相关分析

| 变量 | M ± SD | 负面评价恐惧 | 社交焦虑 | 社会自我效能感 |
|---------|--------------|-----------------------|-----------------------|---------|
| 负面评价恐惧 | 24.28 ± 1.45 | 1 | | |
| 社交焦虑 | 24.45 ± 1.33 | 0.513 ^{***} | 1 | |
| 社会自我效能感 | 11.94 ± 0.66 | -0.458 ^{***} | -0.304 ^{***} | 1 |

注: *** $P < 0.001$ 。

5.3. 社会自我效能感的中介作用

为检验大学生的社会自我效能感在负面评价恐惧对社交焦虑以下过程中的中介效应,在 AMOS24.0

中运用结构方程模型进行分析、根据已有理论以及中介效应检验程序，以负面评价恐惧为自变量，社会自我效能感为中介变量，社交焦虑为因变量，构建相应的结构方程模型。如表 3 所示，结果表明，各拟合指标良好($\chi^2/df = 1.538$, $IFI = 0.837$, $TLI = 0.806$, $NFI = 0.804$, $RMSEA = 0.07$)。

Table 3. Standardized path coefficient analysis of negative perception evaluation, social self-efficacy and social anxiety
表 3. 负面感知评价、社会自我效能感和社交焦虑的标准化路径系数分析

| 因变量 | 社会焦虑 | | 社会自我效能感 | | 社交焦虑 | |
|---------|----------|-------|----------|----------|-----------|----------|
| | β | t | β | t | β | t |
| 负面感知 | 0.374 | 7.364 | -0.474 | -4.892** | 0.128 | 5.091** |
| 社会自我效能感 | | | | | -0.224 | -4.884** |
| R 方 | 0.376 | | 0.21 | | 0.508 | |
| 调整后 R 方 | 0.369 | | 0.201 | | 0.497 | |
| F | 54.233** | | 23.927** | | 45.920*** | |

用 Bootstrap 法进行中介检验及置信区间估计，将抽取的次数设置为 5000。结果表明，负面评价恐惧对社交焦虑的直接效应显著($P < 0.05$)，标准化直接系数为 0.128；负面评价恐惧通过社会自我效能感对社交焦虑的间接效应为 0.106，其 95% 的置信区间为[0.046, 0.166]， $P < 0.05$ ，置信区间不含 0。因此，社会自我效能感的中介作用成立，且在负面评价恐惧对社交焦虑的影响中，直接效应占总效应的 54.701%，中介效应占总效应的 45.299% (如图 1 所示，其中 $e1 = 0.190$ ； $e2 = 0.232$ ； $e3 = 0.301$ ……)。

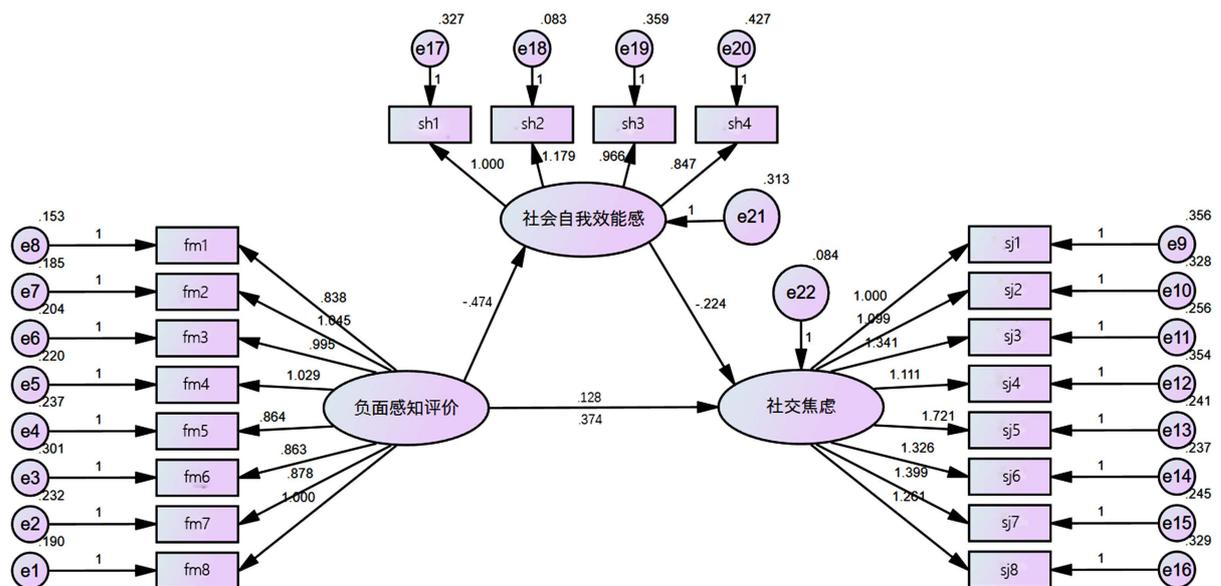


Figure 1. The mediating model of social anxiety between negative evaluation fear and social anxiety
图 1. 社交焦虑在负面评价恐惧与社交焦虑间的中介模型

综上，社会自我效能感在负面评价恐惧与社交焦虑之间起着部分中介作用，即具有高负面评价恐惧的人会具有较低的社会自我效能感，进而具有较高的社交焦虑。

6. 总结与讨论

6.1. 大学生负面评价恐惧能负向预测社会自我效能感

本研究表明,负面评价恐惧与社会自我效能感呈显著负相关,能负向预测社会自我效能感。大学生对自我的负面评价恐惧越高,则其社会自我效能感越低,在社交中的不适感与自卑心理越强,进而引发一系列社交恐惧与社交担忧。

6.2. 大学生负面评价恐惧能正向预测社交焦虑

本研究表明,负面评价恐惧和社交焦虑呈显著正相关,能正向预测社交焦虑。大学生对自我的负面评价恐惧越高,则越容易产生社交焦虑。相应的,降低大学生的自我负面评价恐惧,则对于社交焦虑有着减缓作用。

6.3. 大学生社会自我效能感和社交焦虑呈负相关关系

本研究表明,大学生的社会自我效能感越高,则其社交焦虑越低;反之,大学生的社会自我效能感越低,其社交焦虑越高。

6.4. 社会自我效能感对于负面评价恐惧与社交焦虑起中介作用

综上,负面评价恐惧能预测大学生的社交焦虑与社会自我效能感,再者,社会自我效能感能够部分中介负面评价恐惧与社交焦虑的关系。即大学生对自我负面评价恐惧高使得社会自我效能感低,从而产生较高的社交焦虑。

7. 讨论

本研究探讨了大学生社会自我效能感、负面评价恐惧及社交焦虑三个变量之间的关系,对此,相关高校可以通过本研究的结论进行建议与干预来促进大学生的身心健康。本文发现大学生的负面评价恐惧显著影响社交焦虑,针对这个发现,高校心理辅导的开展可以从帮助大学生提高自我钝感力,忽视部分他人评价的视角来降低其负面评价恐惧,进而降低人们的社交焦虑以及产生的不良后果。此外,社会自我效能感发挥的中介作用表明,大学生可以通过提升社会自我效能的方式来降低社交中的焦虑与恐惧。

但本研究仅从理论构建层面验证了大学生社会自我效能感的中介作用,对于其实际的具体作用方式与途径还需后续研究进一步补充。而本研究针对的大学生群体具有社会阅历不丰富、辨识能力不强、心智水平发展尚不充分等心理特征(邓伦,2017),因此本研究结论存在一定群体局限性。但为我国更好解决大学生社交焦虑问题提供参考,为大学生身心健康教育也提供了一定的理论方向与支持。

参考文献

- 曹呈旭,七十三,金童林(2021). 社会自我效能感与大学生社交焦虑的关系:负面评价恐惧的中介作用. *内江师范学院学报*, 36(12), 21-24.
- 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*, 16(12), 855-857.
- 褚晓伟,范翠英,柴唤友,等(2016). 初中生受欺负与社交焦虑:社会自我效能感的中介作用. *中国临床心理学杂志*, 24(6), 1051-1054.
- 邓伦(2017). 大学生群体心理特征及思想政治教育引导. *科教导刊(下旬)*, (18), 86-87.
- 郭晓薇(2000). 大学生社交焦虑成因的研究. *心理学探新*, 20(1), 55-58.
- 贾彦茹,张守臣,金童林,等(2019). 大学生社会排斥对社交焦虑的影响:负面评价恐惧与人际信任的作用. *心理科学*, 42(3), 653-659.

- 寇沛雍(2021). 评价恐惧对中学生社交焦虑的影响: 情绪调节自我效能感的中介作用. 硕士学位论文, 乌鲁木齐: 新疆师范大学.
- 李波, 钟杰, 钱铭怡(2003). 大学生社交焦虑易感性的回归分析. *中国心理卫生杂志*, 17(2), 109-112.
- 李赛(2009). 当前大学生人际关系现状分析及对策. *沧桑*, (3), 175-176.
- 李新影(2018). 大学生如何克服“社交恐惧症”. *人民论坛*, (36), 109.
- 李英, 刘爱书, 张守臣(2005). 团体心理辅导对大学生人际交往焦虑的影响. *中国健康心理学杂志*, 13(4), 252-256.
- 刘港, 成俊会(2023). 大学生外表完美主义与社交焦虑的关系: 面子意识和负面评价恐惧的链式中介作用. *中国健康心理学杂志*, 31(7), 1067-1071.
- 刘洋, 张大均(2010). 评价恐惧理论及相关研究述评. *心理科学进展*, 18(1), 106-113.
- 路翠萍, 郑希付(2023). 低自尊还是高“他尊”? 高、低社交焦虑者的不同内隐自尊特性——来自 EAST 的证据. *心理发展与教育*, 39(6), 808-816.
- 彭顺, 汪夏, 牛更枫, 等(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.
- 田学英(2007). 大学生情感表达和个人评价与社交焦虑的关系. *中国学校卫生*, (11), 991-992.
- 汪向东, 王希林, 马弘(1999). *心理卫生评定量表手册*. 中国心理卫生杂志社.
- 王玉洁, 窦凯, 聂衍刚(2020). 同伴疏离与青少年社交焦虑: 情绪调节效能感的中介效应. *教育导刊*, (7), 39-43.
- 吴桐, 杨柠溪, 蔡丽, 等(2021). 自悯对社交焦虑的影响: 自尊和评价恐惧的中介作用. *中国临床心理学杂志*, 29(1), 169-172+78.
- 许磊, 张晴晴, 牛更枫, 等(2021). 社会排斥对手机依赖的影响: 社会自我效能感和社交焦虑的中介作用. *中国临床心理学杂志*, 29(2), 323-327.
- 杨静, 汪波, 王晓旋, 等(2022). 大学生自尊与社交焦虑的关系: 锻炼行为的中介作用——以安徽省某高校为例. *商丘师范学院学报*, 38(12), 56-59.
- 张佳妮(2013). *初中生社交焦虑及自我效能感、社会支持的关系研究*. 硕士学位论文, 长沙: 湖南师范大学.
- 张文溪(2016). 负面评价恐惧与社会自我效能感的关系研究. *才智*, (4), 258.
- 周浩, 龙立荣(2004). 共同方法偏差的统计检验与控制方法. *心理科学进展*, 12(6), 942-950.
- 周文莉(2005). *大学生社交效能感的评估及与社交焦虑的关系研究*. 硕士学位论文, 苏州: 苏州大学.
- Bandura, A. (1997). Self-Efficacy: The Exercise of Control. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, (13), 158-166. <https://doi.org/10.1891/0889-8391.13.2.158>
- Black, J. J., Tran, G. Q. et al. (2012). Alcohol Expectancies and Social Self-Efficacy as Mediators of Differential Intervention Outcomes for College Hazardous Drinkers with Social Anxiety. *Addictive Behaviors*, 37, 248-255. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2011.10.004>
- Cheng G, Zhang D. et al. (2015). Self-Esteem and Fear of Negative Evaluation as Mediators between Family Socioeconomic Status and Social Anxiety in Chinese Emerging Adults. *International Journal of Social Psychiatry*, 61, 569-576. <https://doi.org/10.1177/0020764014565405>
- Fan, J., Meng, H., Gao, X. et al. (2010). Validation of a U.S. Adult Social Self-Efficacy Inventory in Chinese Populations 17. *The Counseling Psychologist*, 38, 473-496. <https://doi.org/10.1177/0011000009352514>
- Grych, J. H., Fincham, F. D. et al. (2000). Interparental Conflict and Child Adjustment: Testing the Medial Role of Appraisals in the Cognitive-Contextual Framework. *Child Development*, 71, 1648-1661. <https://doi.org/10.1111/1467-8624.00255>
- Kashdan, T. B., & Roberts, J. E. (2004). Social Anxiety's Impact on Affect, Curiosity, and Social Self-Efficacy during a High Self-Focus Social Threat Situation. *Cognitive Therapy and Research*, 28, 119-141. <https://doi.org/10.1023/B:COTR.0000016934.20981.68>
- McNeil, D., & Randall, C. (2014). Conceptualizing and Describing Social Anxiety and Its Disorders. In S. G. Hofmann, & P. M. DiBartolo (Eds.), *Social Anxiety* (3rd ed., pp. 3-26). Academic Press. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-394427-6.00001-7>
- Schry, A. R., Roberson-Nay, R. et al. (2012). Measuring Social Anxiety in College Students: A Comprehensive Evaluation of the Psychometric Properties of the SPAI-23. *Psychological Assessment*, 24, 846-854. <https://doi.org/10.1037/a0027398>
- Smith, H. M., & Betz, N. E. (2000). Development and Validation of a Scale of Perceived Social Self-Efficacy. *Journal of Career Assessment*, 8, 283-301. <https://doi.org/10.1177/106907270000800306>

- Spence, S. H., & Rapee, R. M. (2016). The Etiology of Social Anxiety Disorder: An Evidence-Based Model. *Behaviour Research and Therapy*, 86, 50-67. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2016.06.007>
- Weeks, J. W., Heimberg, R. G. et al. (2008). The Fear of Positive Evaluation Scale: Assessing a Proposed Cognitive Component of Social Anxiety. *Journal of Anxiety Disorders*, 22, 44-55. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2007.08.002>