

A Meta-analysis of the Relationship between Fear of Negative Evaluation and Social Anxiety

You Qingxiu* Fei Guoai

Department of psychology, College of Education Science, Shanxi Normal University,
Linfen

Abstract: objective: to use meta-analysis to explore the relationship between fear of negative evaluation and social anxiety. Methods: 8 chinese and 22 english papers, which include 14368 subjects were collected from various chinese and foreign databases. Results: (1) Through the meta-analysis of random effect models, it was found that the fear of negative evaluation was highly positively correlated with social anxiety ($r = 0.56$). (2) An analysis of regulatory effects showed that subjects had a moderating effect on fear of negative assessment and social anxiety.

Key words: Fear of negative evaluation; Social anxiety; Meta-analysis

Received: 2020-02-28 ; Accepted: 2020-03-13 ; Published: 2020-04-07

负面评价恐惧与社交焦虑关系的元分析

尤清秀* 费国爱

山西师范大学教育科学学院心理学系, 临汾

邮箱: 16635711129@163.com

摘要: 目的: 采用元分析技术探讨负面评价恐惧与社交焦虑的关系。方法: 通过多种中外数据库搜集到符合标准的中文文献8篇, 英文文献22篇, 共包括14368名被试。结果: (1) 通过随机效应模型元分析发现, 负面评价恐惧与社交焦虑呈高度正相关 ($r=0.56$)。 (2) 调节效应分析表明, 调查对象对负面评价恐惧和社交焦虑有调节作用。

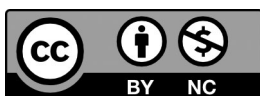
关键词: 负面评价恐惧; 社交焦虑; 元分析

收稿日期: 2020-02-28; 录用日期: 2020-03-13; 发表日期: 2020-04-07

Copyright © 2019 by author(s) and SciScan Publishing Limited

This article is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>



1 引言

1.1 负面评价恐惧

评价恐惧是一个新兴研究领域，从一开始起就引起了心理学家广泛的关注。有进化理论家（Gilbert, 2001）认为，负面评价恐惧最初可能起到了适应性的目的，因为避免其他人的负面评价可以防止被别人排斥。到2008年，Weeks, Heimberg和Rodebaugh提出了一个新的概念——正面评价恐惧[1]，2012年Weeks和Howell将两者合并在一起形成一个评价恐惧的二阶模型[2]。评价恐惧包括负面评价恐惧和正面评价恐惧，负面评价恐惧是指个体在与他人交往的过程中，对于他人给出的负面评价感到苦恼[3]，正面评价恐惧是指为他人正面的评价而苦恼和担忧。当评价恐惧程度较高时，对正常的社交有阻碍作用，在交流与评价时，会产生焦虑、不安、苦恼的情绪，严重时会造成抑郁、攻击行为等，有害身心健康。

大量研究表明，负面评价恐惧与各种焦虑情绪、行为障碍紧密相连。陈社妍的研究发现，负面评价恐惧与考试焦虑呈显著正相关，考试焦虑作为一个被评价的具体场景，与负面评价恐惧息息相关；潘朝霞的研究发现，正面和负面评价恐惧显著正向预测社交焦虑[4]。Cheri A. Levinson研究表明，负面评价恐惧显著正向预测进食障碍和社交焦虑[5]。Wei-Ting Wang的研究表明，负面评价恐惧与抑郁呈显著正相关[6]。可见，负面评价恐惧作为一个普遍存在的情绪因素与众多消极结果相联系，但是，其中与社交焦虑的关系已经引起研究者的高度关注，具体关系如何还需要进一步的元分析技术来揭示。

1.2 社交焦虑

焦虑情绪普遍存在于大家的生活中，比如考试焦虑、社交焦虑，其中社交焦虑（social anxiety）是指对某一种或多种人际处境有强烈的忧虑、紧张不安或恐惧的情绪反应和回避行为[7]，主要表现为在社交情形下对他人的评价具有强烈的害怕和恐惧感[8]。社交焦虑通常开始于14-16岁之间，正处于青春期时期，社交焦虑不仅会降低生活满意度、友谊质量、损害同伴关系，而且严重时还能形成暴力行为、攻击行为等。由于社交焦虑生成和影响的复杂性和广泛性，

近年来持续受到研究者的关注。

大量研究探讨了社交焦虑的风险因子，其中自尊和负面评价恐惧是两个重要的风险因子。张亚利等人的元分析结果表明，自尊与社交焦虑呈中等程度的负相关 [9]。社交焦虑的认知行为模型一致认为社交焦虑的鲜明特点在于对社会评价的功能失调性信念与消极的自我图式，所以，评价恐惧被认为是社交焦虑的认知和情绪风险因子，与社交焦虑呈显著正相关，这得到大量研究的证实。Rapee 和 Heimberg 认为，社交焦虑个体形成了一个有偏见的自我心理表征和形象，同时将他们的注意力资源集中在形象的负面，并用于监测社会环境中的负面评价指标；感知到的负面评价会刺激焦虑的增加，以及其他人所看到的自我形象的其他负面方面的增加，从而形成一个不适应的反馈回路 [10]。Cheri A. Levinson 的研究表明，社交外表焦虑是社交焦虑和饮食失调症状之间的共同风险因素，而负面评价恐惧则是评估社交焦虑症状的唯一危险因素 [11]。Andrew R. Menatti 的研究结果表明，负面评价恐惧与社交焦虑呈显著正相关，与饮食障碍呈显著正相关。最近关于负面评价恐惧的研究，不仅继续支持其在社交焦虑中的相关性，而且还证明了这种关系是稳健的，即使考虑到其他风险因素，例如，IU、AS、损伤/疾病敏感性以及与疼痛相关的焦虑 [12]，但是具体两者之间的相关程度如何，是否会受研究特征的干扰就成了新的探讨问题。

1.3 负面评价恐惧和社交焦虑的关系

关于两者的关系，有理论和研究进行了解释。认知心理学认为评价恐惧的产生是基于负面的自我表征和消极的他人图式，并伴随有忧虑和不安等情绪体验 [13]。也就是说，当一个评价恐惧水平高的个体，自我评价通常较低，这时他会自觉的认为别人对自己的评价也较低，周围的环境都是具有威胁性的，这个时候就更加把注意力集中在自己身上，因此就会产生焦虑、不安、苦恼的情绪。同时，社交焦虑的认知行为模型一致认为社交焦虑的鲜明特点在于对社会评价的功能失调性信念与消极的自我图式 [14]。所以，评价恐惧被认为是社交焦虑的认知和情绪风险因子 [15]，与社交焦虑显著正相关。在社交焦虑中，负面评价恐惧是唯一解释变量，超过了正面评价恐惧的解释量，并且独特地预测了与社交焦虑相

关的顺从行为和社会比较倾向 [16]。从上述描述,我们可以看出负面评价恐惧和社交焦虑紧密联系,但是目前就两者之间关系并没有使用定量回顾方法进行大量分析已有结果的文献。接下来,研究采用元分析技术探讨负面评价恐惧和社交焦虑的关系以及影响两者关系的调节变量,可以整合多项研究成果,避免单一研究的局限性,得到更加准确的结果,有助于认识负面评价恐惧和社交焦虑的相关程度,为减少社交焦虑的发生提供一定的指导方向。

2 研究方法

2.1 文献检索

全面搜索相关中英文文献,中文文献使用中国知网、万方数据库和维普数据库,以评价恐惧(负面评价恐惧)和社交焦虑(社会焦虑、交往焦虑、互动焦虑、社交回避苦恼)为关键词进行检索;英文文献通过 PubMed、Science Direct、Wiley、Springerlink、Proquest 学术文库,以 fear of negative evaluation (fear of evaluation) 为第一个关键词分别与 social anxiety、interaction anxiousness、interaction anxiety、social avoidance distress 进行搭配检索,共检索到中文文献 75 篇,英文文献 444 篇(其中 Wiley 搜索到 5 篇, springerlink 搜索到 22 篇, proquest 搜索 8 篇, Science Direct 搜索到 221 篇, PubMed 搜索到 188 篇)。

2.2 文献纳入标准

纳入元分析的文献标准如下:(1)必须是实证研究,综述类文献和元分析被排除。(2)文献中有报告负面评价恐惧和社交焦虑的相关系数。(3)文献中涉及到的数据不能重复,如果一个数据结果发表在了两篇以上的论文中,选择其中一篇纳入元分析中。(4)特殊群体,如精神病患者、病人排除。根据以上纳入标准,总共得到中文文献 8 篇,英文文献 22 篇,30 个独立效果量。

2.3 文献编码

对纳入元分析的文献进行如下编码:文献信息(作者名+发表时间),样本量,

调查对象，相关系数，测量工具。具体情况见表1。

表1 纳入元分析研究的基本资料

Table 1 Basic Information for Inclusion in Meta-analysis Studies

作者 (发表时间)	样本量	相关系数	调查对象	测量工具
潘朝霞, 2018	1459	0.27	初中和高中学生	SAD
李昶, 2018	446	0.44	大学生	SAS
钟佑洁, 2011	655	0.55	大学生	SIAS
彭顺, 2019	424	0.38	大学生	SIAS
赵程, 2016	312	0.44	大学生	IAS
孙易卓, 2015	2770	0.50	高中生	SIAS
韩思竹, 2015	290	0.48	大学生	SIAS
刘翻, 2013	280	0.49	大学生	IAS
Wei-Ting Wang, 2012	566	0.45	大学生	IAS
Andrew R. Menatti, 2015	167	0.65	大学生	SIAS
Cheri A. Levinson, 2012	118	0.65	大学生	SIAS
Cheri A. Levinson, 2013	236	0.64	大学生	SIAS
R. Nicholas Carleton, 2007	322	0.65	大学生	SIAS
Rachel A. Sluis, 2014	81	0.58	大学生	SIAS
Margo C. Villarosa-Hurlocker, 2018	412	0.47	大学生	SIAS
Weeks, Justin W, 2010	423	0.65	大学生	IAS
Isilay N. Kizilcik, 2016	286	0.61	大学生	SAS
G Kent, S Keohane, 2001	600	0.48	社会人士	IAS
Pawijit, Y, 2017	80	0.59	大学生	IAS
Keong Yap, 2016	382	0.69	社会人士	SAS
Michelle J. N. Teale Sapach1, 2015	325	0.43	社会人士	SIPS
Gang Cheng, 2014	717	0.55	大学生	SIAS
Nicholas P. Allan, 2016	462	0.76	社会人士	SIAS
Justin W Weeks, 2012	585	0.66	大学生	SIPS
M M Monfries, 1994	385	0.49	社会人士	SADS
M. Taylor Dryman, 2015	100	0.70	大学生	SIPS
Isabel L Kampmann, 2018	62	0.53	大学生	SAS
Justin W. Weeksa, 2014	585	0.67	大学生	SIAS
R. Nicholas Carleton, 2010	286	0.49	社会人士	SADS
Eric A. Storch, 2004	552	0.56	高中生	SADS

2.4 统计分析

主要分析负面评价恐惧和社交焦虑的相关系数，以 CMA2.0 为分析软件，主要采用 Cochrane Q 对效果量进行异质性检验，计算 I^2 值。当 $I^2 \geq 75\%$ 提示存在实质性的异质性 [17] (Huedo-Medina, S  nchez-Meca, Mar  n-Mart  nez,

& Botella, 2006)。此时应选用随机效应模型更加合理。一般通过采用漏斗图(funnel plot)、Classic Fail-safe N 检验与 Egger's 检验等方法来评估元分析的发表偏倚。

3 研究结果

3.1 异质性检验

经异质性检验,各个研究之间 Q 检验显著, $p < 0.01$, I^2 值为 92.785%, 大于 75%, 表明各研究之间是异质的, 故选用随机效应模型。

3.2 发表偏倚检验

首先使用漏斗图检验发表是否有偏倚, 见图 1。图片显示, 所有研究文献基本分布在效应量的两侧, 说明存在发表偏倚的风险偏小。为了更加准确地检验结果, 在此采用失安全系数法(Classic Fail-safe N)与 Egger's 回归法检验, 结果见表 2。从失安全系数得到的结果来看, 还需要 2890 篇文章才能是原来显著的结果变成不显著, 显然是不可能的。Egger's 回归检验的结果中, $p > 0.05$, 所以存在发表偏倚的风险偏小。

表 2 发表偏倚检验结果

Table 2 Results of Publication Bias Test

Classic Fail-safe N	Egger's Intercept	SE	LL	UL	<i>p</i>
2890	3.01	1.55	-0.16	6.19	0.06

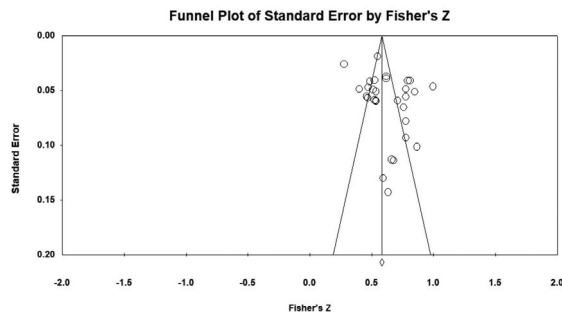


图 1 效应值分布漏斗图

Figure 1 Funnel Diagram of Effect Value Distribution

3.3 主效应检验

通过随机效应模型检验结果表明，共有 30 个效应量，被试总数为 14368，相关系数为 0.56。具体结果见表 3。

表 3 随机效应模型分析结果

Table 3 Results of Random Effect Model Analysis

N	r	95%CI		双侧检验	
		LL	UL	Z	p
14368	0.56	0.51	0.60	18.81	0.000

3.4 调节效应检验

分别检验测量工具和调查对象的调节作用，检验结果表明，（1）测量工具对负面评价恐惧和社交焦虑的调节作用不显著，亚组分析结果中，Q 值为 3.879， $p=0.423$ ， $p>0.05$ ，结果不显著。（2）调查对象对负面评价恐惧和社交焦虑的调节作用显著，亚组分析结果中，Q 值为 102.31， $p=0.00$ ，结果显著，大学生和社会人士相关系数较高，高中生和青少年相关系较低。具体结果见表 4。

表 4 调节效应检验结果

Table 4 Results of Adjustment Effect Test

调节变量	类别	k	r	95%CL		Qb	p
				LL	UL		
测量工具	IAS	5	0.53	0.44	0.61	3.879	0.423
	SADS	4	0.44	0.29	0.58		
	SAS	4	0.58	0.43	0.69		
	SIAS	14	0.58	0.52	0.63		
	SIPS	3	0.61	0.42	0.74		
调查对象	大学生	21	0.57	0.52	0.61	102.306	0.000
	青少年	1	0.27	0.22	0.32		
	高中生	2	0.50	0.47	0.53		
	社会人士	6	0.57	0.44	0.68		

4 讨论

4.1 负面评价恐惧和社交焦虑的主效应

通过搜集关于负面评价恐惧和社交焦虑的中英文文献,进行元分析得到结果为两者呈高相关,即负面评价恐惧高的个体社交焦虑程度也普遍较高。该研究结果与以往的研究结果相一致。

该结果符合社交焦虑的认知行为模型,该模型一致认为社交焦虑的鲜明特点在于对社会评价的功能失调性信念与消极的自我图式,社交焦虑的根源是个体对社交情境中负面评价可能性的评估,即当个体进入到可能有负面评价的社交情境之中,就会产生焦虑体验[18]。也就是说社交焦虑的个体有一个消极的自我形象,主要是分配他们的注意力注意外部威胁的资源,这是由他们有偏见的心理表征造成的,因此,他们批判性地看待他人,并将重点放在社会环境中任何负面评价的指标上[19]。负面评价恐惧是指个体在与他人交往的过程中,对于他人给出的负面评价感到苦恼。负面评价恐惧高的个体对自我评价通常较低,更可能认为他人会给出自己负面评价,倾向于认为社交场景时具有威胁的,于是就会产生焦虑情绪。相反,负面评价恐惧低的个体,并不会提前设想别人会给自己进行负面评价,自我评价水平较高,对他人的评价不敏感,在社交场景中能够进行有效的沟通与交流,能够与他人建立良好的社交关系,因而社交焦虑水平较低。该结果表明,负面评价恐惧对社交焦虑有重要影响,两者效应量达到高相关,但是即使这样也无法揭示变量之间的因果关系。

4.2 负面评价恐惧与社交焦虑的调节效应

研究表明,测量工具对负面评价恐惧和社交焦虑的调节作用不显著,也就是说五个社交焦虑测量工具测量的负面评价恐惧和社交焦虑的相关系数之间没有显著差异。可能是因为五个测量工具都是测量独立于行为之外的主观焦虑情绪,而且五个量表的题目较多,都是利用多种场景进行描述社交焦虑表现和状况。五个量表之间的相关性很高,特别是SIPS量表是由最初的社交恐惧症量表和社会交往焦虑量表组成。因此能比较准确的测量出两者之间的关系,并

且没有显著差异。

元分析还发现,调查对象对负面评价恐惧和社交焦虑的调节作用显著,大学生和社会人的相关系数较大,高中生和青少年相关系数较低。与 Carleton R N 的研究结果相一致,负面评价恐惧与社交焦虑在青少年、青年和成人中呈中度相关 [20]。但是,本研究的结果是在成人中呈高度相关,这可能与两者的研究群体不一样有关。在现实生活中,相对于未成年,成年人可能面对的压力更大,经历的消极事件更多,对自我的评价处于波动阶段,趋于较低,当一个人对自我评价较低时,往往会自动的认为别人对自己的评价也较低,变得更加在意他人的看法,此时如进入社交情境时,面对即将到来的负面评价自然而然的会产生焦虑、苦恼情绪 [21]。而且大学生和社会人士这种有固定特性的人群,比如大学生刚刚成年,整个评价系统还没有稳定,影响因素多种多样,较容易受他人对自己的评价影响。社会人士在职场中,饱经霜雪,在多种场合经历各种辛酸的事情,久而久之,在与人交往时,就会出现较多的焦虑苦恼情绪。相反,高中生和青少年时期都以学业为重,社交圈很窄,社交情境经历不多,相对于大学生和社会人士来说,两者相关系数较低。即便如此,青少年和高中生的负面评价恐惧与社交焦虑的之间依旧呈现中等程度的相关,要引起我们的注意。总体而言,负面评价恐惧和社交焦虑的元分析有丰富的理论意义和现实意义。理论上对负面评价恐惧和社交焦虑的相关程度和相关方向及调节变量的检验,进一步理清了负面评价恐惧和社交焦虑的影响机制。实践上,不管是在学校还是在社会上,要充分利用各种条件进行心理健康教育普及,提高自我评价,不过多在意他人的评价,减少对他人评价的恐惧和焦虑情绪,积极应对各种社交场景。

5 结论

通过元分析发现,负面评价恐惧与社交焦虑呈高相关,也就是说负面评价恐惧水平越高,社交焦虑水平越高。另外还发现,调查对象调节负面评价恐惧和社交焦虑之间的关系。

参考文献

- [1] Weeks J W, Heimberg R G, Rodebaugh T L. The Fear of Positive Evaluation Scale: Assessing a proposed cognitive component of social anxiety [J]. *J Anxiety Disord*, 2008, 22 (1): 44-55.
<https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2007.08.002>
- [2] Weeks J W, Howell A N. The Bivalent Fear of Evaluation Model of Social Anxiety: Further Integrating Findings on Fears of Positive and Negative Evaluation [J]. *Cognitive Behaviour Therapy*, 2012, 41 (2): 83-95.
<https://doi.org/10.1080/16506073.2012.661452>
- [3] 陈祉妍. 中学生负面评价恐惧与考试焦虑的相关性[J]. *中国心理卫生杂志*, 2002 (12): 49-51. <https://doi.org/10.2143/EPN.12.1.504131>
- [4] 潘朝霞, 张大均, 潘彦谷, 等. 中学生自尊和评价恐惧在心理素质与社交焦虑中的中介作用 [J]. *中国心理卫生杂志*, 2018, 32 (8): 676-681.
- [5] Levinson C A, Rodebaugh T L. Social anxiety and eating disorder comorbidity: The role of negative social evaluation fears [J]. *Eating behaviors*, 2012, 13 (1): 27-35. <https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2011.11.006>
- [6] Wang W T, Hsu W Y, Chiu Y C, et al. The hierarchical model of social interaction anxiety and depression: The critical roles of fears of evaluation [J]. *Journal of Anxiety Disorders*, 2012, 26 (1): 215-224.
<https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2011.11.004>
- [7] 张丛丽, 周宗奎. 被动性社交网站使用、社交焦虑、反刍思维与青少年抑郁的关系: 有调节的中介效应分析 [J]. *中国临床心理学杂志*, 2018, 26 (3): 490-493, 497.
- [8] 刘广增, 潘彦谷, 李卫卫, 等. 自尊对青少年社交焦虑的影响: 自我概念清晰性的中介作用 [J]. *中国临床心理学杂志*, 2017 (1): 151-154.
- [9] 张亚利, 李森, 俞国良. 自尊与社交焦虑的关系: 基于中国学生群体的元

- 分析 [J]. 心理科学进展, 2019, 27 (6): 1005-1018.
- [10] Rapee R M, Heimberg R G. A cognitive-behavioral model of anxiety in social phobia [J]. Behaviour Research & Therapy, 1997, 35 (8): 741-756.
[https://doi.org/10.1016/S0005-7967\(97\)00022-3](https://doi.org/10.1016/S0005-7967(97)00022-3)
- [11] Levinson C A, Rodebaugh T L, White E K, et al. Social appearance anxiety, perfectionism, and fear of negative evaluation. Distinct or shared risk factors for social anxiety and eating disorders? [J]. Appetite, 2013, 67 (Complete): 125-133. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2013.04.002>
- [12] Carleton R N, Abrams M P, Asmundson G J G, et al. Pain-related anxiety and anxiety sensitivity across anxiety and depressive disorders [J]. Journal of Anxiety Disorders, 2009, 23 (6): 791-798.
<https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2009.03.003>
- [13] 潘朝霞, 张大均, 潘彦谷, 等. 中学生自尊和评价恐惧在心理素质与社交焦虑中的中介作用 [J]. 中国心理卫生杂志, 2018.
- [14] Clark D M, Wells A. A cognitive model of social anxiety [M] // R. G. Heimberg, M. R. Liebowitz, D. A. Hope, & F. R. Schneier (Eds.), Social phobia: diagnosis, assessment, and treatment. New York: The Guilford Press, 1995.
- [15] Haikal M, Hong R Y. The effects of social evaluation and looming threat on self-attentional biases and social anxiety [J]. J anxiety disord, 2010, 24(3): 345-352. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2010.01.007>
- [16] Weeks J W. The Disqualification of Positive Social Outcomes Scale: A novel assessment of a long-recognized cognitive tendency in social anxiety disorder [J]. Journal of anxiety disorders, 2010, 24 (8): 856-865.
<https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2010.06.008>
- [17] Tania B Huedo-Medina, Julio Sanchez-Meca, Fulgencio Marin-Martinez, et al. Assessing heterogeneity in meta-analysis: Q statistic or I² Index? [J]. Psychological Methods, 2006, 11 (2): 193-206.

<https://doi.org/10.1037/1082-989X.11.2.193>

- [18] Bautista C L, Hope D A. Fear of Negative Evaluation, Social Anxiety and Response to Positive and Negative Online Social Cues [J] . Cognitive Therapy & Research, 2015, 39 (5) : 658-668.

<https://doi.org/10.1007/s10608-015-9687-3>

- [19] Leary M R, Kowalski R M. Social Anxiety [M] . Guilford: New York, 1995.

- [20] Carleton R N, Collimore K C, Asmundson G J G. Social anxiety and fear of negative evaluation: Construct validity of the BFNE-II [J] . Journal of Anxiety Disorders, 2007, 21 (1) : 131-141.

<https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2006.03.010>

- [21] Cheng G, Zhang D, Ding F. Self-esteem and fear of negative evaluation as mediators between family socioeconomic status and social anxiety in Chinese emerging adults [J] . int j soc psychiatry, 2015, 61 (6) : 569-576.

<https://doi.org/10.1177/0020764014565405>