

# 元认知团体干预和系统脱敏对社交焦虑大学生干预效果评价

王玉杰, 师彦洁

开封大学国际教育学院, 河南 475000

**【摘要】 目的** 探讨元认知团体干预对社交焦虑障碍大学生自我心理弹性的影响, 为寻找改善大学生心理健康的手段提供参考。**方法** 将 48 名存在社交焦虑障碍的大学生进行随机分组, 对照组 (24 例) 进行系统脱敏治疗, 研究组 (24 例) 接受元认知团体心理干预。对比 2 组干预前后的社交焦虑评分、心理健康水平及自我心理弹性评分变化。**结果** 两组干预后的 SCL-90 总评分及各因子评分均较干预前降低 ( $P$  值均  $<0.05$ ), 并且研究组的降幅更明显 ( $P < 0.05$ )。研究组末次随访的 SCL-90 总评分及各因子评分与干预后差异无统计学意义 ( $P > 0.05$ ); 对照组末次随访的 SCL-90 总评分及各因子评分均较干预后提高 ( $P$  值均  $<0.05$ )。与干预前相比, 2 组干预后的 LSAS, HAMA 评分均降低, ER 89 评分升高 ( $P < 0.05$ )。研究组末次随访的 LSAS, HAMA, ER 89 评分与干预后比较, 差异均无统计学意义 ( $P$  值均  $>0.05$ )。对照组末次随访的 LSAS, HAMA 评分高于干预后, ER 89 评分低于干预后 ( $P$  值均  $<0.05$ )。不论是干预后还是末次随访, 研究组的 LSAS, HAMA 评分均低于对照组, ER 89 评分均高于对照组 ( $P < 0.05$ )。**结论** 元认知团体心理干预能够有效改善社交焦虑障碍大学生的自我心理弹性, 减轻焦虑症状, 从而增强社交自信与主动性, 改善社交焦虑障碍。

**【关键词】** 团体处理; 焦虑; 精神卫生; 干预性研究; 学生

**【中图分类号】** G 444 R 179 **【文献标识码】** A **【文章编号】** 1000-9817(2019)02-0242-04

**Influence of metacognitive group intervention on resilience among college students with social anxiety disorder/WANG Yu-jie, SHI Yanjie. International Education College of Kaifeng University, Henan Province(475000), China**

**【Abstract】 Objective** To explore the influence of metacognitive group intervention on resilience of college students with social anxiety disorder. **Methods** Forty-eight college students with social anxiety disorder were randomized into two groups. The control group (24 patients) received systemic desensitization, and the experiment group (24 patients) received metacognitive group psychological intervention. Social anxiety score, mental health and resilience score were compared before and after intervention of two groups. **Results** The total scores of SCL-90 and the sub-scores of each dimension were significantly decreased after intervention, especially among the experiment group ( $P < 0.05$ ). No significant difference were found in the total score of SCL-90 and the scores of each factor at the last follow-up and after intervention in the experiment group ( $P > 0.05$ ). For control group, the total scores of SCL-90 and sub-scores of each dimension increased at the last follow-up compared with after intervention. Compared with before intervention, the LSAS and HAMA scores of the two groups significantly decreased, and the ER 89 score increased ( $P < 0.05$ ). There were no significant differences in the LSAS, HAMA, and ER 89 scores at the last follow-up and after intervention in the experiment group ( $P > 0.05$ ). For control group, the LSAS and HAMA scores at the last follow-up increased, and the ER 89 score decreased compared with after intervention ( $P < 0.05$ ). The LSAS and HAMA scores in the experiment group were significantly lower, and the ER 89 score was significantly higher, than those of the control group after intervention and at the last follow-up ( $P < 0.05$ ). **Conclusion** Metacognitive group psychological intervention can effectively improve resilience among college students with social anxiety disorder, helps reducing anxiety symptoms and promote social self-confidence and initiative.

**【Key words】** Group processes; Anxiety; Mental health; Intervention studies; Students

社交焦虑障碍也称社交恐惧症或社交焦虑症, 指患者在社交场合会表现出急性焦虑发作, 严重者还可能发生惊恐的一种精神障碍疾病<sup>[1]</sup>。社交焦虑障碍患者会明显且持续地惧怕与人交际, 在社交场合中表现得窘迫、局促不安, 会下意识地回避各种需要与人交流的场景。目前, 临床治疗社交焦虑障碍的方法以心理治疗与药物治疗为主, 但实践发现药物治疗的副作用明显, 而心理治疗可长期进行, 并且有助于预防复发<sup>[2]</sup>。元认知干预技术是临床常用的一种心理治

疗手段, 能通过暗示性学习、认知调整让个体掌握正确的元认知知识, 增加积极的情绪体验, 从而形成积极的适应性行为反应<sup>[3]</sup>。为明确元认知干预技术对社交焦虑障碍的干预效果, 本研究选取 2 组存在社交焦虑障碍的大学生进行对照研究, 现报道如下。

## 1 对象与方法

**1.1 对象** 于 2018 年 3—12 月, 选取开封大学国际教育学院的 48 名存在社交焦虑障碍的大学生经知情同意后作为研究对象。纳入标准: (1) 符合《精神障碍诊断》第 4 版<sup>[3]</sup>制定的社交焦虑障碍诊断标准; (2) 经症状自评量表 (Symptom Checklist 90, SCL-90) 评估, 焦虑因子及人际关系敏感因子评分均显著高于标准

**【作者简介】** 王玉杰 (1972—), 男, 河南鹿邑人, 硕士, 副教授, 主要研究方向为心理学。

DOI: 10.16835/j.cnki.1000-9817.2019.02.023

分数; (3) 社交焦虑量表 (Liebowitz Social Anxiety Scale, LSAS) 评分 >38 分; 汉密尔顿焦虑量表 (Hamilton Anxiety Scale, HAMA) 评分 >29 分; 无其他精神疾病或躯体重大疾病; (4) 入组前 3 个月未服用过抗精神病类药物。排除标准: (1) 伴有其他精神障碍者; (2) 有严重躯体疾病者; (3) 沟通障碍及不愿配合研究者。使用随机数字表法进行分组 (每组 24 名), 研究组接受元认知团体心理干预, 其中男生 14 名, 女生 10 名, 年龄 18~24 岁, 平均 (20.65±1.64) 岁, 大一 8 名, 大二 6 名, 大三 6 名, 大四 4 名; 对照组进行系统脱敏治疗, 其中男生 16 名, 女生 8 名, 年龄 19~23 岁, 平均 (21.06±1.51) 岁, 大一 7 名, 大二 9 名, 大三 5 名, 大四 3 名。两组的一般资料经过  $\chi^2$  检验或  $t$  检验, 性别构成比、平均年龄、年级分布差异均无统计学意义 ( $P$  值均 > 0.05)。入组对象均对本次研究知情了解, 自愿参与研究。本研究通过了开封大学伦理学审核。

## 1.2 方法

**1.2.1 系统脱敏治疗** (1) 学习放松技巧。教会患者如何进行放松训练, 放松方法包括腹式呼吸法、音乐疗法等, 要求患者掌握放松技巧, 每日练习, 直至能够让自己自如地进入身心放松状态。(2) 建构焦虑等级。与患者沟通交流, 探讨其恐惧的各种社交情境。选择对应不同焦虑程度的社交情境, 让患者按照焦虑程度从高到低依次排序。即让患者先讲出一个最为恐惧的社交事件或情境, 将其赋值 100, 再让患者讲述一个自己最不会感到焦虑的情境或事件, 赋值 0 (控制事件)。以 2 个事件为标准, 让患者根据自己的主观感受, 对每一个事件的焦虑程度进行打分、排序。在脱敏治疗过程中, 在患者出现明显紧张、不适时可引用控制事件, 以帮助患者放松身心。相邻事件焦虑程度值差距在 5~10, 共选取 10~20 个焦虑事件用于脱敏治疗。(3) 系统脱敏。在患者能够自如地放松身心后, 开始实施脱敏治疗。脱敏治疗选择的焦虑事件等级从小到大, 依次递进。患者放松后, 要求患者开始想象某一焦虑事件或场景, 在确定患者有恐惧感或焦虑感后, 嘱其停止想象, 放松身心, 平静后再重复一次。每次放松后, 要求患者对自己当前的焦虑程度进行评分, 若评分 >25 分, 则持续放松, 反复想象、放松, 直至患者对该事件不再有焦虑感为止, 之后再进入更高一级焦虑事件的想象、放松, 按照此方法不断重复, 直至患者对最高等级焦虑事件脱敏为止。每周开展 1 次系统脱敏治疗, 每次 90 min。

**1.2.2 元认知团体心理干预** 将研究组 24 例社交焦虑障碍大学生分为 4 组, 每 6 人为一组, 分组进行元认知心理干预, 每周 1 次, 每次 90 min。(1) 认知调整。在深入了解患者社交焦虑主要症状的基础上, 让患者认识到自己对自身症状的错误认知是由本身存在的消极情绪所造成的, 同时帮助患者纠正对自身症状产生原因的错误认知。与患者一起探讨有哪些社交事件/场景会让自己产生类似焦虑症状, 然后再针对事

件/场景向患者解释为何会引发焦虑, 让患者了解到自己的消极情绪对于焦虑症状的发生产生关键性作用。逐步形成如下认知: 在社交场景中, 由于条件性焦虑与恐怖情绪的出现, 导致个体产生消极行为反应, 而个体对自身行为反应的消极评价又会进一步触发消极认知情绪, 从而加重消极行为反应, 并且过程是循序渐进的, 最终会陷入一个恶性循环。通过引导患者正确认知自身社交焦虑症状的产生, 可以让患者更加积极地配合后续的治疗干预。(2) 条件性情绪干预。采用肌肉渐进式放松训练, 让患者完全放松身心。在患者完全放松身心后, 治疗者通过语言向患者描述一个患者向往的、美好的场景, 或患者期望达到的一种状态, 将患者的情绪调动到一个较高的、积极的状态。在此场景中, 患者脑海中的社交场景不会受到消极情绪的影响, 患者可以主动、顺畅地与他人交流、沟通, 在此过程中患者会感受到通过与他人交流来展现自我是一种非常积极、愉悦的体验, 从而逐步对社交行为产生自信心。治疗者在此基础上不断地对患者进行条件性情绪干预, 进一步强化患者在社交过程中的愉悦体验, 使患者能够处于愉悦情绪的良性循环中, 进而让患者在社交活动中逐步表现地自信、轻松。在干预过程中, 小组成员相互之间可分享心理感受、心得体会, 营造轻松、愉悦的社交氛围。(3) 自我调节指导。每次进行干预时, 治疗者都要教会患者如何进行自我放松, 如何让自己产生愉悦情绪, 如何满足自己的社交表现。在每次干预结束后, 嘱患者回去后要对自己当天的干预内容进行复习, 要求患者坚持每天记录自己的情绪变化, 每次在情绪波动时进行深呼吸的次数, 及患者进行自我鼓励的内容等。向患者推荐一些有助于放松身心的小技巧, 让患者能够灵活地放松或绷紧肌肉。在出现情绪剧烈波动时, 可借助这些小技巧进行自我调节与放松, 从而很好地调节自我情绪。此外, 要求患者选择一项自己喜爱的运动, 如瑜伽、慢跑、快走等, 坚持进行锻炼, 每天的锻炼时间控制在 30~40 min。

**1.3 观察指标** 2 组的干预时间均为 3 个月, 干预结束后均随访 6 个月以上。(1) 选用症状自评量表 (SCL-90)<sup>[4]</sup> 评估 2 组大学生干预前后的心理健康水平。量表由 Derogatis 编制, 包含 10 个因子 (精神症状、人际关系、个人生活习惯、睡眠、饮食、情感、思维、意识、感觉等) 共 90 个条目, 单项采用 1~5 分 Likert 5 级评分法, 从“没有”到“严重”依次计 1~5 分, 评分越高表明症状越严重, 心理健康水平越差。量表各维度的 Cronbach  $\alpha$  系数在 0.79~0.87 之间, 信度良好。(2) 选用社交焦虑量表 (LSAS)<sup>[5]</sup> 对两组大学生干预前后的社交焦虑程度进行评估。量表由 25 个条目组成, 包括回避、社交恐惧、操作恐惧 3 个分量表和 1 个不计入总分的条目。单项采用 4 级评分法, 受试者根据自己的主观体验进行评分, 从“无”到“重”依次计 0~3 分。评分越高表明社交焦虑障碍越严重, 评分 >38 分即认

为存在社交焦虑障碍。量表的 Cronbach  $\alpha$  系数为 0.87。(3)运用汉密尔顿焦虑量表(HAMA)<sup>[6]</sup>评估两组大学生干预前后的焦虑程度,量表由 Hamilton 编制,由 14 个条目组成,单项采用 0~4 分 Likert 5 级评分法,从“无症状”到“极重”依次评 0~4 分,评分>14 分即可判断为肯定有焦虑,评分越高焦虑越严重。量表的 Cronbach  $\alpha$  系数为 0.88。(4)采用自我心理弹性量表(Ego Resiliency Scale ,ER 89)<sup>[7]</sup>评估来给 2 组大学生干预前后的心理弹性水平,量表由 Block、Kreman 编制,共设 14 个条目,单项采用 1~4 分 4 点计分法,从“根本不适用”到“非常适用”依次计 1~4 分。总分越高说明心理弹性越好。量表的 Cronbach  $\alpha$  系数为 0.85,信度良好。

1.4 统计学方法 数据运用 SPSS 20.0 软件进行处

理,计数资料比较进行 $\chi^2$ 检验,计量资料( $\bar{x}\pm s$ )比较进行  $F$  或  $t$  检验,以  $P<0.05$  为差异有统计学意义。

2 结果

2.1 SCL-90 评分 2 组大学生干预前、干预后、末次随访的 SCL-90 评分比较,差异均有统计学意义( $P<0.05$ )。2 组大学生干预前的 SCL-90 总评分及各因子评分比较,差异均无统计学意义( $P>0.05$ );与干预前相比,2 组干预后的 SCL-90 总评分及各因子评分均降低,并且研究组的降幅更明显( $P$  值均 $<0.05$ )。研究组末次随访的 SCL-90 总评分及各因子评分与干预后相比,差异均无统计学意义( $P$  值均 $>0.05$ );对照组末次随访的 SCL-90 总评分及各因子评分均较干预后提高( $P$  值均 $<0.05$ )。见表 1。

表 1 2 组大学生干预前后 SCL-90 评分比较( $\bar{x}\pm s$ )

| 组别                | 统计值   | 躯体化                     | 强迫                      | 敏感                      | 抑郁                      | 焦虑                      | 敌对                      | 恐怖                      | 偏执                      | 精神病性                    | 总评分                        |
|-------------------|-------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|----------------------------|
| 研究组<br>( $n=24$ ) | 干预前   | 1.54±0.10               | 1.89±0.15               | 2.87±0.23               | 1.60±0.13               | 2.02±0.16               | 1.65±0.13               | 1.23±0.07               | 2.35±0.20               | 1.26±0.16               | 189.71±12.85               |
|                   | 干预后   | 1.10±0.13 <sup>ab</sup> | 1.32±0.21 <sup>ab</sup> | 1.75±0.32 <sup>ab</sup> | 1.10±0.16 <sup>ab</sup> | 1.41±0.23 <sup>ab</sup> | 1.15±0.17 <sup>ab</sup> | 0.81±0.12 <sup>ab</sup> | 1.61±0.23 <sup>ab</sup> | 0.89±0.15 <sup>ab</sup> | 134.56±18.64 <sup>ab</sup> |
|                   | 末次随访  | 1.09±0.15 <sup>ab</sup> | 1.31±0.30 <sup>ab</sup> | 1.76±0.33 <sup>ab</sup> | 1.11±0.15 <sup>ab</sup> | 1.40±0.25 <sup>ab</sup> | 1.16±0.18 <sup>ab</sup> | 0.82±0.14 <sup>ab</sup> | 1.62±0.18 <sup>ab</sup> | 0.88±0.14 <sup>ab</sup> | 134.61±17.50 <sup>ab</sup> |
|                   | $F$ 值 | 6.54                    | 7.01                    | 8.51                    | 6.97                    | 7.54                    | 6.22                    | 5.97                    | 6.24                    | 5.89                    | 10.54                      |
|                   | $P$ 值 | 0.02                    | 0.02                    | 0.01                    | 0.02                    | 0.02                    | 0.02                    | 0.03                    | 0.03                    | 0.03                    | 0.00                       |
| 对照组<br>( $n=24$ ) | 干预前   | 1.56±0.12               | 1.90±0.17               | 2.85±0.30               | 1.65±0.17               | 2.06±0.12               | 1.64±0.12               | 1.25±0.16               | 2.40±0.21               | 1.28±0.15               | 190.62±13.71               |
|                   | 干预后   | 1.24±0.25 <sup>a</sup>  | 1.47±0.35 <sup>a</sup>  | 2.22±0.36 <sup>a</sup>  | 1.25±0.14 <sup>a</sup>  | 1.64±0.21 <sup>a</sup>  | 1.33±0.18 <sup>a</sup>  | 0.96±0.14 <sup>a</sup>  | 1.85±0.24 <sup>a</sup>  | 0.96±0.17 <sup>a</sup>  | 150.31±19.53 <sup>a</sup>  |
|                   | 末次随访  | 1.33±0.18 <sup>ac</sup> | 1.58±0.42 <sup>ac</sup> | 2.71±0.44 <sup>ac</sup> | 1.51±0.23 <sup>ac</sup> | 1.93±0.36 <sup>ac</sup> | 1.50±0.21 <sup>ac</sup> | 1.17±0.23 <sup>ac</sup> | 2.18±0.36 <sup>ac</sup> | 1.12±0.18 <sup>ac</sup> | 178.82±20.63 <sup>ac</sup> |
|                   | $F$ 值 | 5.01                    | 5.21                    | 4.75                    | 5.62                    | 6.24                    | 7.65                    | 6.67                    | 7.51                    | 6.21                    | 9.24                       |
|                   | $P$ 值 | 0.04                    | 0.04                    | 0.04                    | 0.04                    | 0.02                    | 0.01                    | 0.02                    | 0.02                    | 0.03                    | 0.00                       |

注:a 与本组干预前比较, $P<0.05$ ;b 与对照组同时期比较, $P<0.05$ ;c 与对照组干预后比较, $P<0.05$ 。

2.2 LSAS 评分 与干预前相比,2 组干预后的 LSAS 评分均降低( $t$  值分别为 6.25,3.02, $P<0.05$ ),并且研究组的降幅更明显( $P<0.05$ )。研究组末次随访的 LSAS 评分与干预后比较,差异无统计学意义( $P>0.05$ );对照组末次随访的 LSAS 评分较干预后提高( $t=4.02$ , $P<0.05$ )。研究组干预后及末次随访的 LSAS 评分均低于对照组( $P$  值均 $<0.05$ )。见表 2。

( $P>0.05$ );对照组末次随访的 ER 89 评分较干预后降低( $t=6.51$ , $P<0.05$ )。研究组干预后及末次随访的 ER 89 评分均高于对照组( $P$  值均 $<0.05$ )。见表 2。

3 讨论

元认知指个体对当前认知活动的自我调节,主要由元认知知识、元认知体验与元认知监控 3 个部分组成<sup>[8]</sup>。元认知知识指与认知有关的知识。元认知体验指伴随认知活动的情绪与认知体验;元认知监控指个体为达到预期目标而主动对自身认知活动进行的监控与调节<sup>[9]</sup>。基于元认知的心理干预,能够让个体对自身症状产生的核心因素有正确认知,认识到条件性情绪与自身症状的产生密切相关,消极的条件性情绪会引起焦虑、抑郁、敌对、强迫等症状,而积极的条件性情绪能够产生主动、自信等积极情绪,从而消除自身的消极心理相关症状<sup>[10]</sup>。国外有学者指出<sup>[11]</sup>,消除恐怖对象是治疗消除焦虑的有效方法,引起焦虑的刺激存在的情况下,人为地构造一个与之不相符的反应可全部或部分抑制焦虑,弱化焦虑与刺激间的联系。元认知心理干预让患者在放松状态下,逐步接近其所恐惧的事件或情境,可逐步消除对该事件的恐惧感。系统脱敏治疗也是社交焦虑障碍常用的心理治疗方法,该方法是通过对抗条件反射来达到脱敏、治愈心理疾病的目的<sup>[12]</sup>。心理弹性指个体在经历重大心理危机事件或遇到强烈心理刺激后,保持健康、积

表 2 2 组干预前后的 LSAS,HAMA,ER 89 评分比较( $\bar{x}\pm s$ )

| 调查时间 | 人数    | 统计值 | LSAS       | HAMA       | ER 89      |
|------|-------|-----|------------|------------|------------|
| 干预前  | 研究组   | 24  | 75.69±3.24 | 37.34±6.54 | 31.65±2.25 |
|      | 对照组   | 24  | 76.70±4.65 | 37.52±5.96 | 32.01±2.16 |
|      | $t$ 值 |     | 0.87       | 0.10       | 0.57       |
| 干预后  | 研究组   | 24  | 29.02±2.14 | 7.45±1.58  | 41.75±3.74 |
|      | 对照组   | 24  | 43.24±2.33 | 10.23±2.37 | 37.56±2.63 |
|      | $t$ 值 |     | 22.02      | 4.78       | 4.49       |
| 末次随访 | 研究组   | 24  | 22.91±1.85 | 7.50±2.13  | 40.52±2.71 |
|      | 对照组   | 24  | 37.25±2.21 | 16.46±1.78 | 33.14±3.64 |
|      | $t$ 值 |     | 24.38      | 15.81      | 7.97       |
|      | $P$ 值 |     | 0.00       | 0.00       | 0.00       |

2.3 HAMA 评分 2 组干预后、末次随访的 HAMA 评分均较干预前降低,并且研究组干预后、末次随访的 HAMA 评分均低于对照组( $P$  值均 $<0.05$ )。

2.4 ER 89 评分 2 组干预后的 ER 89 评分均较干预前升高( $t$  值分别为 5.22,4.63, $P<0.05$ )。研究组末次随访的 ER 89 评分与干预后比较,差异无统计学意义

极适应性,以及重获健康的能力。国内有学者认为,心理弹性是个体在逆境中更好生存的保护性因素,有利于提升个体的自信心<sup>[13]</sup>。张姗姗等<sup>[14]</sup>认为,大学生的心理弹性与社交焦虑存在着显著的负相关关系,组成心理弹性的自我效能、社交能力、家庭凝聚力可用于预测个体社交焦虑的发生。由此可见,提升个体的心理弹性,将有助于缓解和消除社交效率。本次研究结果显示,两组干预后的 ER 89 评分较干预前升高,但是相比对照组,研究组的 ER 89 评分改善幅度更明显,并且研究组末次随访的 ER 89 评分高于对照组。说明不论是系统脱敏还是元认知团体干预,均有助于提升社交焦虑障碍患者的自我心理弹性,但是相比系统脱敏,元认知团体干预对心理弹性的提升效果更为显著。这是因为元认知干预能够不断强化个体的积极情绪,让患者的情绪、心理状态进入到一个良性循环状态,并在日常生活中不断进行强化、巩固,从而让个体能够更加地乐观、自信、积极,进而使其心理弹性显著提升。

本研究说明,元认知团体干预与系统脱敏治疗对社交焦虑障碍均有明显的治疗效果,但是系统脱敏治疗较易复发,远期疗效不佳;而元认知团体干预对社交焦虑障碍的近期与远期疗效均更为显著。可能是因为社交焦虑障碍是一种由外界刺激而引发的心理障碍,患者可能经常处于外界刺激环境中,外界环境的刺激容易使患者形成条件反射,从而使患者一联想到相关情境就会产生焦虑情绪,所以脱敏治疗更易复发。而元认知干预能够持续不断地强化患者的积极情绪,让患者的积极情绪与积极行为形成良性循环,这种良性循环能够通过患者的练习不断加强,并在日常实践中得到持续巩固,增强患者的社交自信,所以能够获得较好的短期与长期治疗效果。另一方面,采用团体方式开展元认知干预,由于团队成员均为社交焦虑障碍患者,更能体会相互间的感受,能够让患者置身于相对安全的社交环境,充分发挥共情作用,从而更容易相互敞开心扉,积极地相互交流,与国内文献报道结论相符<sup>[15]</sup>。

综上所述,元认知团体心理干预能够有效改善社交焦虑障碍大学生的自我心理弹性,减轻焦虑症状,从而增强社交自信与主动性,改善社交焦虑障碍,应用效果显著,值得推广。

#### 4 参考文献

- [1] 刘佳.摆脱焦虑,重建交友信心:元认知干预技术对社交焦虑障碍的个案干预[J].中小学心理健康教育,2017,18(35):51-53.
- [2] 唐继亮,余嘉元,宣宾,等.社交焦虑障碍“团体实证认知行为疗法”的构建[J].中国临床心理学杂志,2018,26(1):200-204,174.
- [3] 贺果扬,陈江江,李珏,等.系统脱敏疗法联合舍曲林治疗社交焦虑障碍的临床研究[J].基层医学论坛,2017,21(22):2936-2937.
- [4] DEROGATIS L R, LIPMAN R S, COVI L. SCL-90: an outpatient psychiatric rating scale: preliminary report [J]. Psychopharmacology Bull, 1973, 9(1):13-28.
- [5] GLISCHINSKI M V, WILLUTZKI U, STANGIER U, et al. Liebowitz Social Anxiety Scale (LSAS): Optimal cut points for remission and response in a German sample [J]. Clin Psychol Psychother, 2018, 25(3):465-473.
- [6] GARALEJIC E, BOJOVICJJOVIC D, DAMJANOVIĆ A, et al. Hamilton anxiety scale (HAMA) in infertile women with endometriosis and its correlation with magnesium levels in peritoneal fluid [J]. Psychiatr Danub, 2010, 22(1):64-67.
- [7] ALESSANDRI G, VECCHIONE M, CAPRARA G, et al. The Ego Resiliency Scale revised: A crosscultural study in Italy, Spain, and the United States [J]. Europ J Psychol Ass, 2012, 28(2):139-146.
- [8] 袁敏兰,任正伽,朱鸿儒,等.社交焦虑障碍认知行为治疗前后静息局部一致性研究[J].四川大学学报(医学版),2016,47(6):898-903.
- [9] 李雨辰,孟雅静,袁敏兰,等.社交焦虑障碍与认知团体行为治疗疗效及预后的影响因素[J].四川大学学报(医学版),2017,48(6):928-932.
- [10] 刘希童,王振,肖泽萍.自我注意对社交焦虑等精神障碍的影响[J].上海交通大学学报(医学版),2018,38(8):996,997-1000.
- [11] MÄNSSON K N T, SALAMI A, CARLBRING P, et al. Structural but not functional neuroplasticity one year after effective cognitive behaviour therapy for social anxiety disorder [J]. Behav Brain Res, 2017, 338(318):45-51.
- [12] RABINAK C A, MORI S, LYONS M, et al. Luan Phan. Acquisition of CS-US contingencies during Pavlovian fear conditioning and extinction in social anxiety disorder and posttraumatic stress disorder [J]. J Affect Disord, 2017,38(207):76-85.
- [13] 栗艳,葛玲.自信心训练对社交焦虑患者应对方式的影响研究[J].校园心理,2016,14(2):92-93.
- [14] 张姗姗,宋利.大学生心理弹性与社交焦虑的关系研究[J].安徽理工大学学报(社会科学版),2016,18(5):70-74.
- [15] 马长林,陆铮,胡春水,等.文拉法辛配合元认知干预技术治疗社交焦虑障碍的研究[J].国际精神病学杂志,2017,44(3):454-456,466.

收稿日期:2018-10-29;修回日期:2019-01-02

(上接第 241 页)

- [7] MATHUR V K, FREEMAN D G. atheoretical model of adolescent suicide and some evidence from US data [J]. Health Econ, 2002, 11(8):695-708.
- [8] 张亚.留守青少年犯罪问题和预防途径[J].人民法治,2015,12(12):88-91.
- [9] 郭黎岩,陈晨.儿童期躯体虐待与大学生攻击性及自尊的关系[J].中国学校卫生,2016,37(4):529-530,534.
- [10] 李健,金小红.情感互动仪式链下的流动青少年犯罪问题探究:基于家庭在情感互动中的融入性研究[J].青少年犯罪问题,2013,7

(4):57-64.

- [11] 张嫔.留守中学生的攻击性行为及其干预策略[J].内蒙古教育,2018,5(5):13-14.
- [12] 陈君.三所高校医学生心理健康状况及其家庭影响因素研究[D].广州:南方医科大学,2017.
- [13] 金小红.城市流动青少年犯罪的社会学研究[M].武汉:华中科技大学出版社,2014:160-164.

收稿日期:2018-09-11;修回日期:2018-12-08