

社交焦虑障碍个体的高成本回避： 想象陪伴对于恐惧泛化的抑制作用

汇报时间：2023.10.15

目录

C

A

T

A

L

O

G

01



引言



02



研究1方法

03



研究1结果与讨论



04



研究2方法

05



研究2结果与讨论



06



结论

07



不足与展望



08



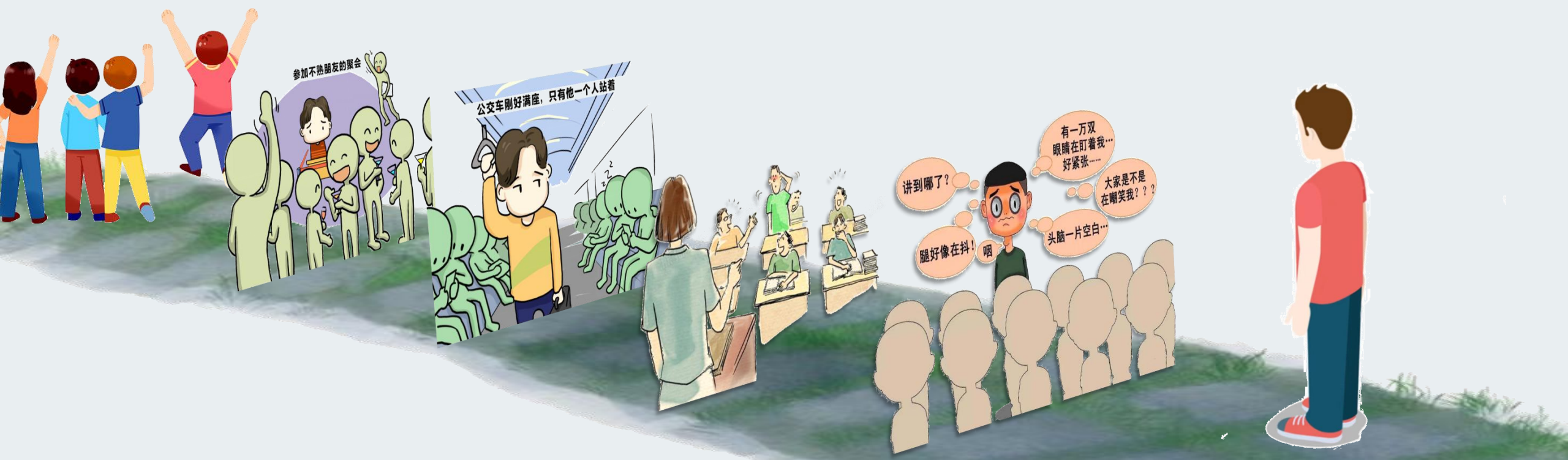
实践意义




Part 01

引言

我也很想和大家正常相处……



病理机制



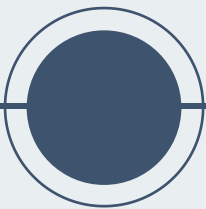
生物因素：
杏仁核、内
侧前额叶皮
层、后扣带
皮层等脑区
的过度激
活……



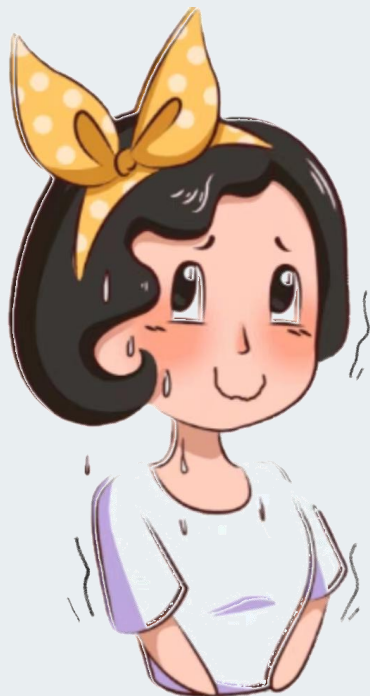
社会因素：
家庭
学校
社会环境
……



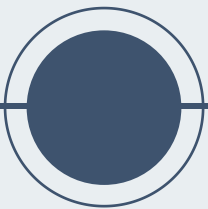
心理因素：
敏感
自卑
对他人评价
恐惧
情绪不稳
定……



社交焦虑障碍

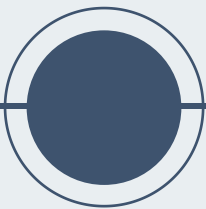


社交焦虑障碍 (Social anxiety disorder, SAD) 个体会对一种或多种社会情境产生持续的强烈恐惧，表现出明显的负性情绪反应，包括高度生理唤醒、负性认知偏差和回避行为等。



回避本身是对威胁的适应性反应，
个体通过回避来缓解恐惧和痛苦(Kirlic
et al., 2017)。

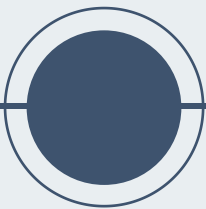




回 避



当回避行为变得过度，并且在没有威胁的情况下持续存在，或推广到没有威胁的情况或刺激时，这种行为可能会成为适应不良。



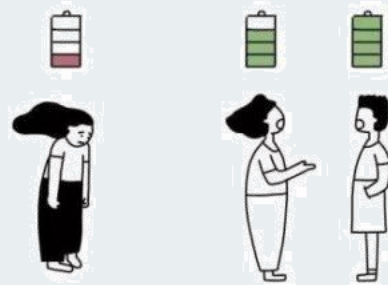
回避



社交情境

回避行为

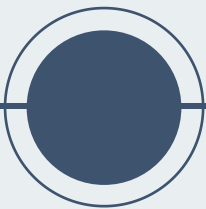
焦虑缓解



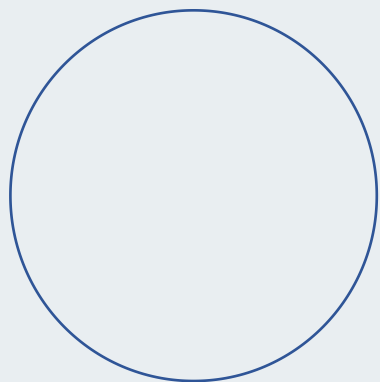
社交情境

过度回避

积极结果
丧失



回避

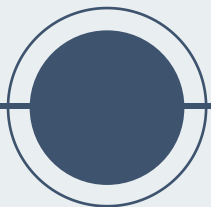


中性刺激(CS)

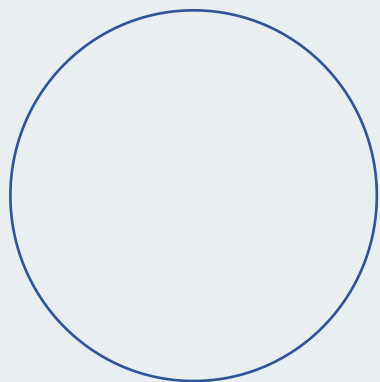


厌恶刺激(US)

恐惧反应(CR)



回避



中性刺激(CS)



厌恶刺激(US)

是否回避？

A. 回避 B. 不回避

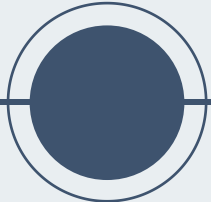


低成本回避

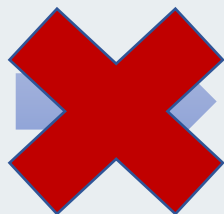
成本是区分适应性和不适应性回避的关键。最近的一些研究建立了成本回避范式，将成本嵌入到趋近回避冲突中进行研究，其中，回避反应与接近的激励等欲望相冲突 (Pittig, 2019; Pittig & Dehler, 2019; Pittig et al., 2014)。



高成本回避



在同事和领导面前提案



面临其他场景时

.....



想象陪伴是从格式塔心理治疗“加强支持”的一个重要技术中提取出来的。它是指个体在面对压力与困难时，可以想象一个同伴(朋友、伴侣等) 给其提供内在支持，其创造的积极意象所表现出的个体所需的品质能有效提升个体的积极情绪。

想象陪伴不仅包括个体对于同伴人物本身的想象，还包括个体对获得该人物的陪伴支持的场景的想象。

想象陪伴



本研究为了检验SAD的患者是否出现高成本的回避以及恐惧的泛化，通过探索高、低成本回避条件下的回避条件反射和恐惧泛化的差异，进一步检验SAD患者回避的内部机制。实验过程中记录回避次数、厌恶刺激(US) 预期评分、对厌恶刺激的焦虑和不愉快程度。

研究一在传统恐惧泛化的基础上调整改进了实验范式，通过回避条件反射范式及“screaming-lady”范式中的厌恶刺激类型，研究了SAD患者的高成本回避行为及其恐惧泛化。在研究二中，我们开创性的提出了想象陪伴这一创新性概念，并进一步探讨了想象陪伴对SAD患者恐惧泛化的抑制作用。

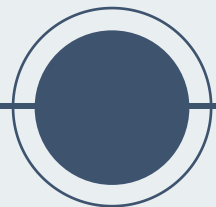




Part 02

研究1方法

- 研究1的被试由22名SAD患者和22名健康被试组成。
- 被试来源：参与者均从社会中大规模招募。
- 其中SAD患者使用社交互动焦虑量表(SIAS) 来评估其社交焦虑水平，高社交焦虑者再由精神科医生根据DSM-5进行诊断，最终被诊断为社交焦虑患者的被试纳入我们的SAD组。最终有22名健康对照者和22名SAD患者被纳入US预期评分和回避反应数据的分析，在全部实验结束后给予参与者一定的报酬。



社交互动焦虑量表(Social Interaction Anxiety Scale, SIAS)

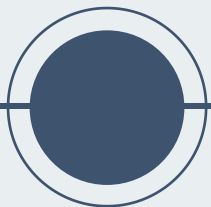
本量表用于评估人际交往焦虑。量表得分越高，个体的社交焦虑越高。

20题，Likert 5点计分，
Cronbach's $\alpha = 0.92$

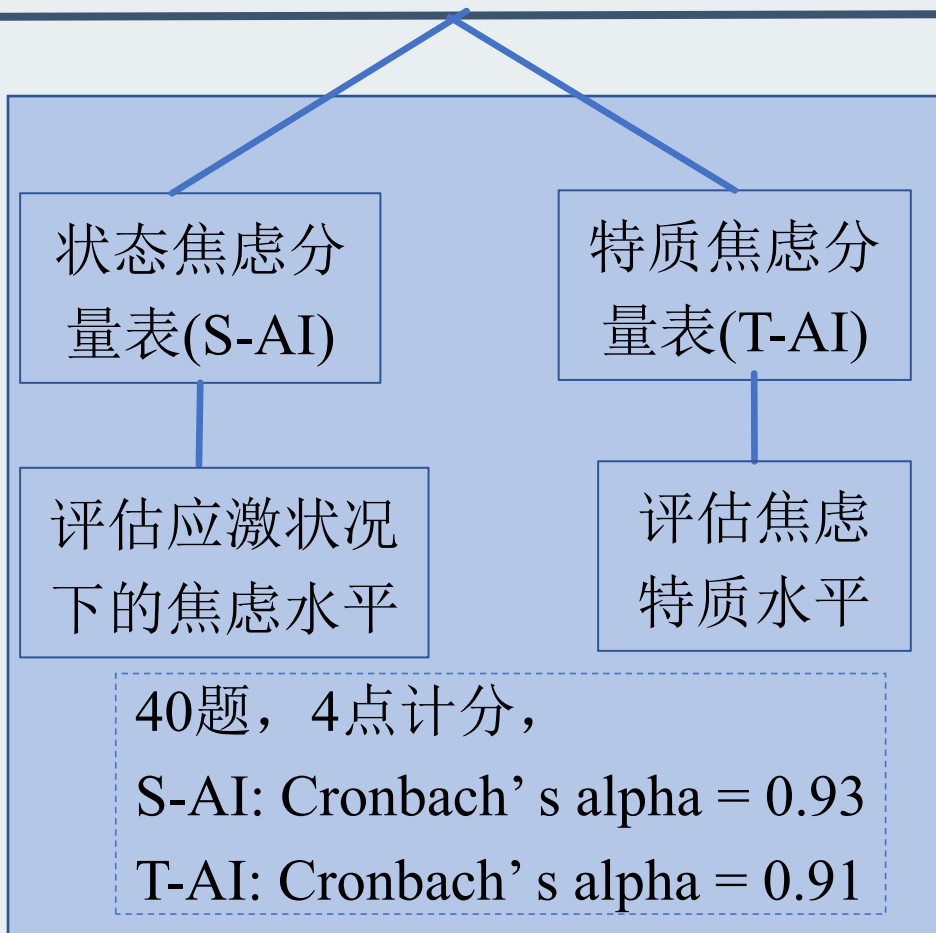
贝克抑郁量表(the Beck Depression Inventory, BDI)

本量表是应用最为广泛的抑郁症状自评量表之一。量表得分越高，抑郁程度越严重。

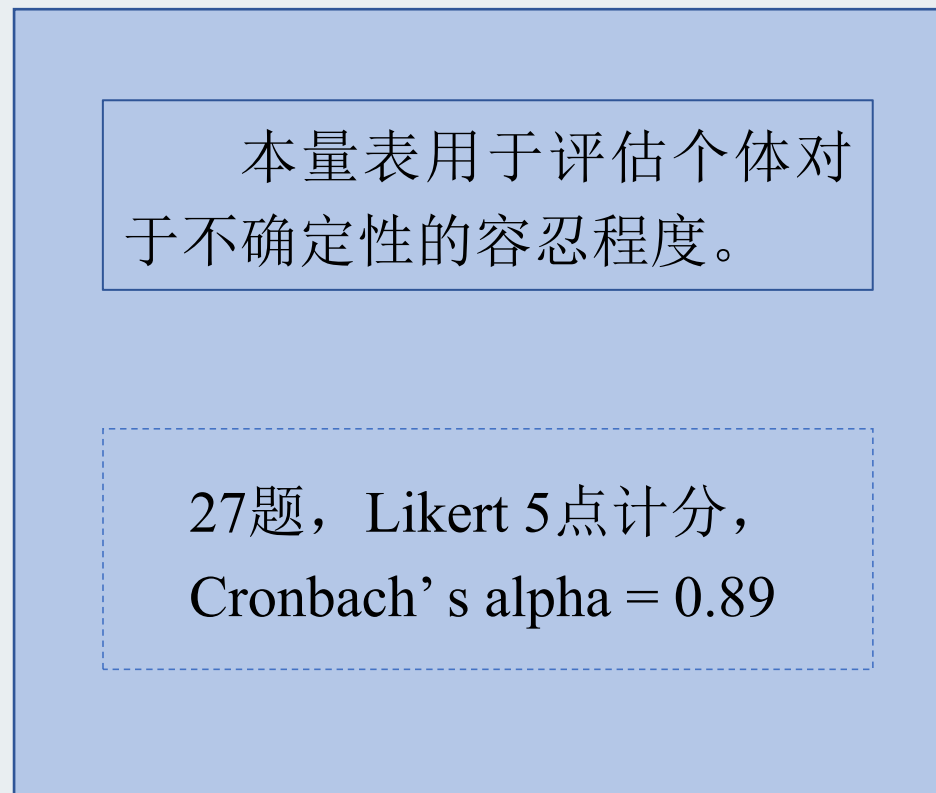
21题，4点计分，
Cronbach's $\alpha = 0.92$

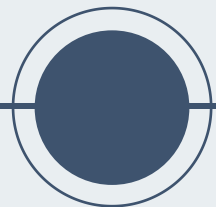


状态-特质焦虑量表(State-Trait Anxiety Inventory, STAI)



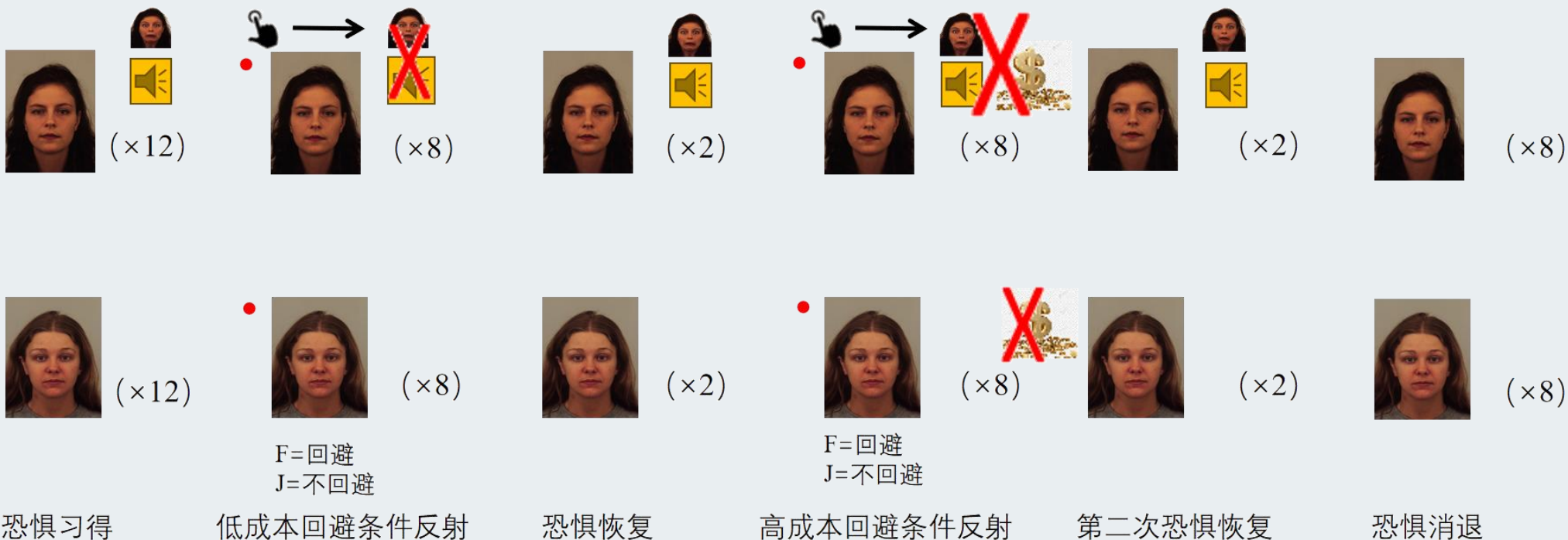
不确定性不容忍量表(Intolerance of Uncertainty Scale, IUS-27)





研究一过程

被试在进入实验室后被告知实验流程，签署知情同意书，填写系列问卷，最后进入 Credamo 平台完成条件反射任务。



- 研究1为2(组别: SAD患者vs. HC对照组) \times 2(阶段: 低成本回避阶段vs. 高成本回避阶段) \times 2(刺激类型: CS+ vs. CS-) 的混合实验设计
- 其中组别为被试间变量, 阶段为被试内变量, 刺激类型为被试内变量。因变量为厌恶刺激(US) 预期评分和回避次数。



Part 03

研究1结果及讨论

在低成本回避阶段，SAD患者($M = 5.41$, $SD = 2.93$) 和健康对照组($M = 4.59$, $SD = 2.79$) 均对CS+表现出频繁的回避，二者CS+的回避次数无显著差异， $t(42) = .95$, $p = .349$ 。

对于CS-刺激，SAD患者在此阶段的回避次数($M = 2.82$, $SD = 3.39$) 要显著高于健康对照组($M = .86$, $SD = 1.55$), $t(29) = 2.46$, $p < .05$ ，这说明SAD患者比对照组出现了更高的恐惧泛化。

➤ 讨论：

表明低成本回避上是一种适应性反应，与焦虑症的病理性回避无关(Krypotos et al., 2018; Pittig et al., 2020)。而且，SAD患者比HC对照组出现了更高的恐惧泛化，SAD患者比HC更倾向于不必要地回避安全线索(CS-)，这一发现表明，在最初的回避条件反射阶段，SAD患者越来越倾向于将条件回避行为泛化为安全线索。

在高成本回避阶段中，SAD患者对于CS+的回避次数显著大于健康对照组， $t(39.4) = 2.33, p < .05$ 。

此阶段SAD患者对CS-的回避次数也显著大于健康对照组， $t(28.7) = 2.43, p < .05$ 。

➤ 讨论：

当避免厌恶结果与获得金钱结果相冲突时，SAD患者表现出更高的回避。当不良结果停止时，患者的这种高成本回避持续存在。这些发现与病理性回避在没有客观威胁的情况下持续存在的临床现象有关。因此，本研究结果证明了高成本回避对焦虑性精神病理的诊断有效性。

重复测量模型表明，健康组的阶段×刺激类型的交互作用显著， $F(1, 21) = 16.16$ ， $p < 0.01$ ；阶段的主效应显著，低成本阶段回避次数显著大于高成本阶段， $F(1, 21) = 19.11$ ， $p < 0.001$ ；刺激类型的主效应显著，CS+回避次数显著大于CS-， $F(1, 21) = 20.04$ ， $p < 0.001$ 。**SAD**组的阶段×刺激类型的交互作用不显著， $F(1, 21) = 1.37$ ， $p = 0.255$ ；阶段的主效应不显著， $F(1, 21) = 4.09$ ， $p = 0.056$ ；刺激类型的主效应显著，CS+回避次数显著大于CS-， $F(1, 21) = 20.58$ ， $p < 0.001$ 。

➤ 讨论：

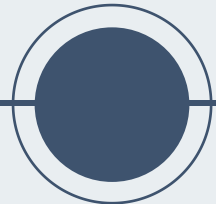
两组刺激类型的主效应都显著，说明两组在条件性恐惧方面没有差异，但只有健康组的交互和阶段主效应显著，这是因为当回避会失去奖励时，健康组会表现出回避的减少，SAD组却没有表现出回避的减少，此时SAD患者的回避行为是非适应性的。



Part 04

研究2方法

- 研究2为被试内设计，自变量为想象陪伴，因变量为厌恶刺激(US)预期评分和回避次数。
- 研究2的被试与研究1相同，将研究1中的22名SAD患者重新纳入研究2中，为了避免练习效应和疲劳效应，这22名SAD患者在研究1结束的三天之后，再继续参与研究2的实验。



积极情绪子量表(the Positive Affect Scale, PANAS-PA)

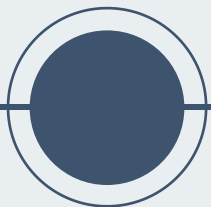
积极情绪
子量表

评估积极
情绪强度

10题, Likert 5点计分,
Cronbach's $\alpha = 0.87$

意象生动性的自我报告

- 要求在诱导完成之后被试口头报告自己对于脑海中形成的生动意象的程度, 从1-10分进行评分, 确保被试在脑海中形成了关于陪伴对象的意象。



研究二过程

填写知情同意书

20分钟访谈诱导被
试进行想象陪伴

完成接下来的条
件反射任务程序


使用积极情绪子量
表评估被试积极情
绪的基线水平

再次用PANAS 子
量表对被试进行
积极情绪后测以
及意象生动性的
自我报告

Part 05

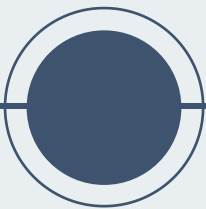
研究2结果及讨论

研究2中，参与者认为尖叫声和恐惧表情引起的焦虑程度($M = 4.50$, $SD = 2.54$)与不愉快程度($M = 5.36$, $SD = 2.17$)均为中等水平。配对样本t检验表明，社交焦虑个体在研究2中由US引起的焦虑水平显著低于研究1, $t(21) = -2.42$, $p = .025$, 但US引起的不愉快程度在研究2和研究1中没有显著差异, $t(21) = -1.90$, $p = .071$ 。在想象陪伴后，参与者的积极情绪量表得分显著高于想象陪伴之前, $t(21) = 6.94$, $p < .001$ 。



➤ 讨论：

通过诱导SAD患者的想象陪伴，结果发现想象陪伴可以有效减少由厌恶刺激引起的焦虑水平，但是没有降低不愉快程度，同时，能够有效的诱发个体的积极情绪。



在高成本回避阶段，研究2中参与者对于CS+的回避次数显著低于研究1， $t(21) = -3.55$ ， $p < .01$ 。被试在研究2中对于CS-的回避次数也显著低于研究1， $t(21) = -3.45$ ， $p < .01$ 。

在高成本回避阶段结束时，SAD组在研究2中对CS+的US预期评分显著低于研究1， $t(21) = -2.12$ ， $p < .05$ ，对于CS-的US预期评分也显著低于研究1， $t(21) = -2.60$ ， $p < .05$ 。

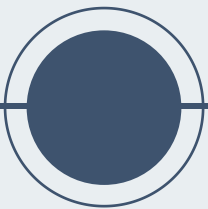
➤ 讨论：

表明想象陪伴有效减少SAD的回避和条件性恐惧水平及恐惧泛化水平。想象陪伴帮助个体有意识地诱导积极情绪，从而缓解对疼痛相关恐惧的过度泛化以及回避的泛化，想象陪伴创造的积极意象可以给SAD患者在行为、认知和情绪中可以提供一种安全感，抑制恐惧反应。



Part 06

结论



结论



深入了解恐惧和回避学习的机制对于我们理解功能性恐惧调节及社交焦虑患者的治疗至关重要。在低成本回避条件反射阶段，社交焦虑患者和健康对照组都存在回避行为，但社交焦虑患者在高成本回避条件反射阶段具有过度(病理性)回避，且恐惧泛化程度比健康对照组高。我们发现想象陪伴能有效抑制社交焦虑患者在高成本回避阶段的恐惧泛化水平，为未来的研究中治疗社交焦虑患者提供了新的干预思路。

Part 07

不足与展望



- 在被试选择方面，本研究选取的样本不具有广泛代表性。
- 未来研究可以在样本群体的选择上结合经济发展水平，抽取东部、西部和中部地区的几所代表性学校作为样本，使得研究结果的针对性和推广性得到提升。



- 本研究的数据均通过自我报告获得，可能出现方法效应。
- 未来可综合多种信息渠道进行数据收集，从而为社交焦虑患者的恐惧泛化的干预提供更为坚实的理论基础。



- 在研究内容方面，研究中可涉及的变量有限。
- 在未来的研究中，要综合考虑其他因素对社交焦虑患者的恐惧泛化的影响，对无关变量进行更好地控制，以此提高研究结果的准确性。

Part 08

研究意义

- ✓ 在实证研究中对社交焦虑障碍的病理性回避这一内部机制进行了验证。此外，本研究将社交焦虑障碍高成本回避的研究拓展到了恐惧泛化领域，为未来研究提供了新的切入点。
- ✓ 现实意义上，本研究探讨抑制社交焦虑障碍患者的恐惧泛化是非常有必要的，有助于进一步理解社交焦虑障碍的病理机制和相关症状，对未来针对社交焦虑障碍的治疗提供了新的干预思路。



请各位老师批评指正！