

《心理科学进展》审稿意见与作者回应

题目：数媒时代焦虑、抑郁与社会比较的关系：一项系统综述
作者：赵立 白莎

第一轮

审稿人 1 意见:

本文采用 PRISMA 方法综述了社会比较与焦虑抑郁以及网络媒体环境的关系，构建一个理论框架，提出未来的研究方向。整体上，本文的视角为读者提供了较好的参考价值，但在写作组织上存在较大的问题：

意见 1：第一段几个概念的引入部分的写作缺少逻辑性，包括句与句之间的连贯性等。

回应：非常感谢您的仔细审阅和宝贵建议。引言中概念的引入重新梳理了逻辑，增加了“焦虑和抑郁”“社会比较”“情绪比较”等概念间关系的阐释，同时表述也格外注重句与句之间的过渡、衔接流畅自然，增强可读性。详见**修改后引言(p2-p4 标红部分)**。

意见 2：相关内容的组织也比较令人费解，例如 3 部分第一二段内容是比较重要的概念背景，却作为结果部分，建议往前提到 1 部分整合；两个命题的呈现.....

回应：感谢您的中肯建议，我们重新修订了文章的结构，在最新版本中将第三部分关于社会比较和情绪比较的概念阐释和理论背景，提前到引言第 1 部分并与原有的内容整合和逻辑梳理(见 **P2 第 2、3 段**)。命题 1 和 2 的提出和内容呈现，也相应地做了系统的梳理和调整，使本文更具规范性(见 **P9-10、P14-15 标红部分**)。

意见 3：缺少情绪比较和社会比较的关系的阐述

回应：感谢您的审阅和建议，您提出的这个建议对我们的研究很有帮助。我们遵循您的意见，在引言第 1 部分详细的阐述和补充了关于社会比较和情绪比较的关系(见 **P2-3 第 3 段**)。
情绪比较是社会比较在情绪领域的扩展，是社会比较的一种类型，即情绪的平行社会比较。其比较维度是情绪反应、情感状态及其强度，比较方向是平行比较，即与自身类似的他者比较。情绪比较和传统上行社会比较，是依据比较维度和比较方向的两种社会比较(见图 1)。虽然情绪比较和传统社会比较都受自我评估的需求驱动，但情绪比较不涉及优劣评价，也不存在威胁感、优越感和自卑感。作为一种平行社会比较，它遵循相似性假说，聚焦相似性而非差异性。

比较维度 比较方向	能力、成就、地位 外貌、人脉、财富..	情绪反应 情感、感受...
	传统上行社会比较	—
平行	传统平行社会比较	情绪比较
下行	传统下行社会比较	—

图 1 基于比较的维度-方向的社会比较分类

以下内容由于篇幅限制，二者异同在正文中未全部呈现。

社会比较和情绪比较的异同

(一)社会比较和情绪比较的相同之处主要表现在以下三个方面。

1、情绪比较和传统社会比较都受自我评估和认知澄清的需求驱动。

自我评估的需求驱动。情绪比较是传统在观点和能力的社会比较外延伸出来的个体情绪情感方面的比较，情感部分由认知决定(Ruckmick,1936)，并且情感的决定因素和观点的决定因素之间存在概念上的相似性(Wrightsmann,1960)，因此两种比较行为发生机理大致相似，都受自我评估和认知澄清的需求驱动。具体来说，社会比较理论表明，个体被自我评价的欲望所驱使来确定自己的观点是正确(观点)，并准确知道自己能够做什么(能力)(Buunk & Gibbons, 2007)。同样，当个体面临模棱两可和威胁的情境时，他们可能会感觉到一种未分化的情感被激活，必须对其进行解释以验证这种情感反应是否适合这种情境(Schachter,1964; Leroy et al, 2010)。正是这种情感状态会导致评价需求的唤醒(Festinger, 1954)，也就是说，压力会作用于处于这种状态的个体来理解和标记其现在的身体感受(Schachter & Singer,1962)。Gerard & Rabbie(1961)就情感强度方面提出，来自他人的强度信息为个体提供了一个参考框架，在该框架内评估个体自己的反应强度。当个体不确定自身的情感反应的强度时，会从其他人那里寻求信息来帮助衡量它。如果获得了关于其他人反应强度的信息后，那么他希望与其他人建立联系的需求就会降低(Gerard & Rabbie, 1961)。

认知澄清的需求驱动。Festinger(1954)还指出，每个体都有一种联系需求，每当个体对自己的能力或态度感到认知不清晰时，这种需求就会被激活。联系使人们能够进行社会比较，从而获得认知澄清(Teichman & Yona, 1987)。同样，情感的不清晰会导致与认知的不清晰相同的反应，它增强了联系倾向 (Schachter,1959)。即认知和情绪比较对联系倾向有相似的影响(Gerard, 1963; Gerard and Rabbie, 1961; Rabbie, 1963; Wrightsmann, 1960; Zimbardo and Formica, 1963)。情感唤醒状态下的内部认知不清晰可能包括：个体可能想要标记情感，测量其强度，确定从规范意义上说是否合适，或者发现他是否正在适应性地理解即将发生的情境(Gerard & Rabbie, 1961)。对当前情境的了解(也就是对情境的认知澄清)有助于理解和标记感受(Gerard, 1963)。与其他人建立联系可能会为个体提供对即将发生的危险的认知澄清或一种使被唤起的身体状态变得清晰的方法(Gerard & Rabbie, 1961)。

2、情绪比较和社会比较都遵循相似性假设

根据社会比较理论，自我评价大多数来自与自身相似的人的比较，例如个体倾向于选择观点和能力相似的其他人比较目标(即平行比较)，情绪比较更多的是相似性比较，个体关注自我与比较目标的相似性而非差异性，即选择经历过相似情境，或处于相似情绪情感状态的个体作为比较目标。选择通达模型(Mussweiler, 2003)认为，在比较阶段存在相似性假设检验和差异性假设检验这两个过程。认知资源是有限的，只能选择两种检验中的一种，主要依据自我和比较信息之间的相似度。Festinger(1954)指出人们存在评估自己能力和观点的动力，当无法进行客观评估时，他们会使用社会现实——陈述和他人的行为——帮助其进行自我评估。根据 Festinger(1954)的说法，“给定一系列可能进行比较的人，将选择与自己能力或观点接近的人进行比较”(p. 121)，即为了使社会比较最能提供信息，人们选择的比较对象应该是能力或观点与自己相似的其他人。同样，人们更愿意与经历过相同经历的其他人在一起。与处于不同情感状态的人相比，恐惧的个体期望与处于相似的情感状态的其他人在一起，以此获得情绪比较信息(Schachter,1959; Zimbardo & Formica, 1963)。个体试图通过将他们的情绪与经历类似情绪情感困境的其他人关联和比较，来结束情感不确定状态，即寻找似乎处于相似情境

并具有相似情感反应的其他人(Leroy et al, 2010)。另外, 也有证据表明, 相对陌生的一群人受到了同样的威胁, 并且每个体都预先了解了其他人的情感状态下, 为了评估自己的感受或/和减少恐惧, 这些情感被唤起(恐惧)的个体最喜欢处于相似情感状态的其他人的陪伴, 因为他们之间足够接近可以产生共情、安慰、令人安心的保证和消除疑虑的作用(Rabbie, 1963)。

3、情绪比较和社会比较都可以产生同化-对比效应。

情绪比较和社会比较的比较结果都可以通过“认同-对比”模型(Buunk & Ybema, 1997)来解释。社会比较不仅可以使个体与比较对象形成对比, 而且还会引起认同(Brown, Novick, & Kelley, 1992)。比较维度在多大程度上促进个体对比较目标的认同, 会影响比较的同化作用(Buunk & Ybema, 1997)。与上行目标的认同会提升情绪和自我评价, 与下行的目标认同会降低情绪和自我评价。此外, 当个体间建立了合作互助型联系, 在这种合作氛围下, 其他人所经历的与个体自身的情况直接相关(e.g. Cialdini, Borden, Thorne, Walker, Freeman, & Sloan, 1976; Hogg, 2000; Tesser, 1988), 个体会感觉到自己与其他人之间的结局具有对应性 (Kelley & Thibaut, 1978), 由此产生社会比较的同化效应(Buunk, 2005)。同样, 由于面对共同的压力、威胁等情绪情境, 情绪比较更多地关注与比较目标形成认同, 因此也会产生同化效应。另外, 比较聚焦在相似性还是差异性也会影响比较结果, 相似性比较引起同化, 而差异性比较产生对比(Mussweiler, 2001)。面对外界环境刺激, 个体寻求情境及情绪状态等方面相似的其他人进行情绪比较, 这种聚焦相似性的情绪比较往往具有同化作用。

(4)情绪比较和社会比较都会对群体产生趋同作用。

在群体情境下, 社会比较的过程会使处于同一群体中的个体的观点、能力和立场趋于统一, 情绪比较的过程则会导致个体间的情感状态及水平差异减小。

为了使社会比较最能提供信息, 比较对象的选择应该是能力或观点与自己相似的他者。因此, 社会比较的过程会产生趋同压力, 这种趋同压力导致了三种策略: (a) 改变个体的能力或观点, 使其更接近被比较者的能力或观点; (b) 试图将他人推向自己的水平; (c) 停止将自己的立场、能力或意见与跟自己有很大不同的进行比较(Festinger, 1954)。这些策略使得群体内自我与他者更接近。同样, 观点和能力的社会比较的趋于统一同样适用于焦虑、无聊或饱足的情感状态(Horwitz et al, 1953)。在焦虑水平的评估需求驱动下, 一群人的焦虑水平受情绪比较的影响而趋同。在群体情境中将他人作为比较对象, 那么个体的自我焦虑程度及其对他人的焦虑水平的影响会发生变化(Wrightsmann, 1960), 即焦虑强度的个体差异会降低。

(二)社会比较和情绪比较的不同之处主要表现在以下三个方面。

(1)传统社会比较的研究绝大多数聚焦在上行比较和下行比较, 而在情绪情境下, 不存在明显的上行或下行比较。

早期社会比较理论指出, 比较通常是上行的, 即与在相关维度方面表现优越的人进行比较。基于能力比较的研究表明, 个体通常更喜欢与被认为状况好的人进行比较, 即呈现出“上行驱动”(Suls & Miller, 1977)或“优于平均水平”(Alicke & Govorun, 2005; Hoorens & Buunk, 1993)。上行比较虽然可能提供信息, 但也可能具有威胁性(Brickman & Bulman, 1977)。出于这个原因, 这种上行比较经常被避免。传统社会比较理论另一个重要演变是下行比较理论。在某一特定维度上受到威胁或正在经历幸福感下降的个体通过与比自己更糟糕的人进行比较来提高主观幸福感, 尤其是在无法采取工具性行动的情况下(Wills, 1981; Mahler et al, 1996)。Gibbons & Boney McCoy (1991) 证明, 当受到威胁时, 下行比较可以改善心情, 其中高自尊的人更有可能通过贬低比较目标进行积极的下行比较, 而低自尊的人不会贬低比较目标。Gibbons & Eggleston (1996) 积

极的下行比较建议有助于人们试图克服与健康相关的行为问题，例如戒烟或其他类型的成瘾行为。他们与行为相关的原型(例如，“典型的吸烟者”或“瘾君子”)进行积极的下行比较，以努力与该原型及其所代表的群体保持距离(Gibbons & Gerrard, 1997)。与此类似，在亲密关系中面临困境的人，当被要求列出他们的关系比绝大多数更好的方面时，他们的满意度会提高(Buunk et al, 2001)。

然而，当面临压力、威胁、危机等情绪情境时，个体往往不会主动去寻求与处境不同的比自身情绪更消极或更积极的他人进行比较，也不涉及与应对外界情境刺激时表现出更轻微或更剧烈的情绪反应的他人进行比较来提高自己的主观幸福感和心情。

(2)传统社会比较理论探讨的核心问题之一是比较对自尊的影响，情绪比较不涉及传统社会比较理论中对个体自尊的影响。

社会比较的功能，除了自我评估(Festinger, 1954)和自我增强，即对自我感觉更好(Thornton & Arrowood, 1966; Wills, 1981)，社会比较也可以起到自我提升的作用，即帮助改善自己的现状(Wood, 1989)。个体在上行比较的过程中，预期能够达到上行比较目标水平时，会产生同化效应，提高自尊心。个体在下行比较产生对自我概念积极的评价，也可以增强自尊和自信，例如，外貌的下行比较能带来积极情绪(Johnson & Knobloch, 2017)。正如下行比较理论(Wills, 1981)提出，威胁会引发下行比较以试图恢复自尊，通过下行比较寻求自我增强，尤其低自尊个体下行比较更易发生。

然而无关乎自尊，面对情绪事件或压力、威胁等情绪情境，个体会感觉到一种未分化的情绪被激活，必须对其进行解释以验证这种情绪反应及强度是否适合这种情境(Leroy et al, 2010)。此时，个体更多地是通过情绪比较寻求认知澄清(对情境以及自身情绪反应和状态不确定的澄清)和情感慰藉，以帮助他们应对外界环境刺激并做出合适的情绪反应。借助情绪比较，一方面通过情境相关的信息交流实现情境的认知澄清(Kulik & Mahler, 2000)，另一方面通过与正在经历或经历过类似情绪困境的他者比较，来降低对自身情绪反应状态和强度的不确定性(Leroy et al, 2010)。

(3)与社会比较不同，寻求情感慰藉是情绪比较重要动机之一。

除自我评估和认知澄清外，情绪比较的动机还包括情感慰藉。当个体面临威胁时寻求与其他人联系和比较倾向，除了取决于评估情感和认知澄清的需要，还可能取决于直接减少焦虑等消极情绪的需要(Wrightsmann, 1960)。人们在恐惧/焦虑时希望与其他人在一起。一方面，他者的存在让个体有机会通过比较来评估自己的情绪强度和水平。新奇或模棱两可的情境下，个体不清楚如何做出适当的情绪情感反应。此时其他人的反应可能有助于了解自身担忧的适当程度，降低不确定感。另一方面，他人的同情和令人安心的保证或能消除疑惧的言行，可以直接减少焦虑(Wrightsmann, 1960)。除了自我评估和认知澄清，与其他人建立联系可能会帮助个体分散注意力，同时还有慰藉和支持(Gerard & Rabbie, 1961)。与遭遇类似经历的其他人建立联系可能会得到宝贵信息来应对并成功解决问题，同时可能激发希望，动力和灵感(Taylor & Lobel, 1989)。虽然上行或下行社会比较在某些情境下也会产生正面影响(Buunk et al, 1991)。比如当自我感觉比其他人更好可以产生宽慰和自豪感 (Dijkstra et al., 2010; de Vries et al, 2018)，但情感慰藉并非个体自发地进行传统社会比较的出发点。

意见 4：不少概念的引入缺少解释，如情绪的多数无知效应

回应：十分感谢您的审阅，您的建议为增强文章的可读性提供了很大帮助。在修改时将首次出现概念增加了补充解释和说明。如“iDisorders”“情绪的多数无知效应”和“反刍”(见 **P9 标红部分**)“错失恐惧(FOMO)”“网络疑病(Cyberchondria)”和“相对剥夺感”(见 **P7 标红部分**)，使本文更具规范性。

意见 5: 缺少 PRISMA 方法基本的结果呈现, 如研究发现对应分析结果、Effect sizes、偏倚风险等

回应: 非常感谢您的审阅。这篇文章是系统性文献综述, 参照了 PRISMA 指南 (<http://prisma-statement.org/>) 中的文献检索、筛查和纳入等一些步骤, 来控制 and 降低研究的偏倚, 保证科学严谨且具备可重复性的综述性研究。我们修改了研究方法部分的表述,

非常抱歉由于表述不当引起让您误认为这是一篇元分析, 这段时间, 我们尽了全力检索并精读了研究社会比较的和焦虑、抑郁这两者关系的实证文章, 试图补充元分析。虽然关于二者关系的实证文献看似不少, 但由于学者们对社会比较这一变量的含义和测度形形色色, 难以统一。实际上, 在研究同一种比较维度和方向的文献不够 20 篇。很抱歉我们无法找到足够多确实在研究同一种变量关系(同质关系)的实证文章, 暂时不能支撑起高质量的元分析。

本文关注的社会比较这个变量的维度和方向不同细分亚型与焦虑、抑郁的关系针对每一个亚型找到至少 20 篇的实证文章来支撑我们做这个元分析, 目前是无法实现的。最新发表的社交网站上的嫉妒、社会比较和抑郁的元分析, 也仅仅找到了 9 篇。检验了以嫉妒作为 SNS 与抑郁之间中介的模型, 自我效能感、神经质、社会比较倾向、婚姻质量和友谊类型等其他变量的调节作用。

(Carraturo F, Di Perna T, Giannicola V. (2023). Envy, Social Comparison, and Depression on Social Networking Sites: A Systematic Review. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, 13(2):36-4376. DOI: 10.3390/ejihpe13020027)

如果基于现有的文献数据重复做同样的元分析, 似乎并不会会有新的发现和结论, 边际贡献不大。当然如果一定要用这个话题来做元分析, 时间充分我们愿意找着找别的折衷解决方案。

意见 6: 作为元分析和综述, 文献不够全面, 如 Parsons, C.A., Alden, L.E., & Biesanz, J.C. (2021). Influencing emotion: Social anxiety and comparisons on Instagram. *Emotion*, 21 7, 1427-1437

回应: 感谢并根据您的建议, 我们仔细阅读了 Parsons 等这篇文章及其参考文献列表, 重新核查和筛选文献, 重新检查并进一步细化了文献纳入和排除标准。同时关注并补充了近 3 年的国内外与主题密切相关的研究, 并更新追踪了在投稿期间发表的最新的相关文献。见参考文献和附录一。

意见 7: 格式规范问题较多, 如社交网络平台的催化作用等标题级别或序号, 标点符号、断句、文献引用格式.....

回应: 感谢您的审阅, 在新版本中已认真校准核对了格式, 包括不限于标点符号、断句、文献引用等, 使其符合行文规范。

.....

审稿人 2 意见

意见 1: 请认真校对全文, 避免笔误。例如, 引言第一句: 句末存在两个标点符号。

回应: 感谢您的审阅和建议, 我们认真校对了全文, 使其符合规范和要求。

意见 2: 关于社会比较的定义建议选用更符合本文主旨的定义。何婷婷老师在对社会比较下定义时,是从更好地论证社会比较和自我评价的关系的立意出发的。本文主要考虑的是社会比较对个体情绪的影响,侧重点不应该是自我评价,而是社会比较这种行为倾向的内涵。

回应: 感谢您的宝贵建议,我们认同您的看法。本文旨在强调社会比较对个体情绪的影响,遵循您的建议,我们重新表述了社会比较的定义,为突出比较行为倾向的内涵,采用当前相对广泛的社会比较的概念定义(Buunk & Gibbons, 2000),即社会比较指“自我-他者比较”的一般过程,包括“任何使个人将自己的特征与他人的特征联系起来的过程”。

意见 3: 关于“焦虑抑郁”的表述,建议分开,用顿号或其他连接词。从概念内涵上来讲,两个概念差异很大。也建议作者在论述社会比较与抑郁、焦虑的关系时,关注二者的差异。

回应: 感谢您的仔细审阅和意见,我们认同您的看法,焦虑与抑郁二者虽然都属于消极情绪或情绪障碍,但概念上的确存在较大差异。因此在修订版本中“焦虑抑郁”用顿号或“和”连接,将二者做了区分表述。此外,在论述社会比较与抑郁、焦虑的关系时,我们关注了二者的差异。例如**丧失感与抑郁的发生有关,威胁感与焦虑的发生有关;增强安全感则有利于缓解焦虑,提高希望感可以减轻抑郁(Kennerley, 1997)。**

但由于焦虑经常与抑郁同时发生且对抑郁具有潜在影响(Seligman & Ollendick, 1998; Waschbusch et al., 2003)。并非处处都做了区分阐述,例如社会比较对抑郁的作用机制与其对焦虑的影响是共通的,二者都是通过影响自我的认知和评价而产生的比较的情绪结果。

意见 4: 焦虑和抑郁不属于社会情绪。社会情绪:与社会需要相联系的情绪反应,表现为一种较为复杂而又稳定的态度体验。例如:人的善恶感、责任感、羞耻感、内疚感、荣誉感、美感、幸福感等,都是人的社会情绪。

回应: 感谢您不吝赐教,将文中关于“社会比较导致的焦虑、抑郁”,和“焦虑、抑郁情绪的社会普遍性”误述为“社会情绪”的部分述均做出修改,例如“焦虑、抑郁的社会情绪逐渐积淀和弥散”“塑造社会情绪”等。

意见 5: 社会比较与情绪比较的区别与联系是什么?在本研究中,情绪比较充当着一个什么样的角色?

回应: 感谢您的宝贵建议,修订版本中在引言第 1 部分阐述和补充了关于社会比较和情绪比较的关系(见 P2-3 第 3 段)。

情绪比较是社会比较在情绪领域的扩展,是社会比较的一种类型,即情绪的平行社会比较。其比较维度是情绪反应、情感状态及其强度,比较方向是平行比较,即与自身类似的他者比较。情绪比较和传统上行社会比较,是依据比较维度和比较方向的两种社会比较(见图 1)。虽然情绪比较和传统社会比较都受自我评估的需求驱动,但情绪比较不涉及优劣评价,也不存在威胁感、优越感和自卑感。作为一种平行社会比较,它遵循相似性假说,聚焦相似性而非差异性。

比较维度 比较方向	能力、成就、地位 外貌、人脉、财富...	情绪反应 情感、感受...
上行	传统上行社会比较	—
平行	传统平行社会比较	情绪比较
下行	传统下行社会比较	—

图 1 基于比较的维度-方向的社会比较分类

在本研究中，情绪比较是应对焦虑和抑郁的社会比较策略之一。

以下内容由于篇幅限制，二者异同在正文中未全部呈现。

社会比较和情绪比较的异同

(一)社会比较和情绪比较的相同之处主要表现在以下三个方面。

1、情绪比较和传统社会比较都受自我评估和认知澄清的需求驱动。

自我评估的需求驱动。情绪比较是传统在观点和能力的社会比较外延伸出来的个体情感情绪方面的比较，情感部分由认知决定(Ruckmick,1936)，并且情感的决定因素和观点的决定因素之间存在概念上的相似性(Wrightsmann,1960)，因此两种比较行为发生机理大致相似，都受自我评估和认知澄清的需求驱动。具体来说，社会比较理论表明，个体被自我评价的欲望所驱使来确定自己的观点是正确(观点)，并准确知道自己能够做什么(能力)(Buunk & Gibbons, 2007)。同样，当个体面临模棱两可和威胁的情境时，他们可能会感觉到一种未分化的情感被激活，必须对其进行解释以验证这种情感反应是否适合这种情境(Schachter,1964; Leroy et al, 2010)。正是这种情感状态会导致评价需求的唤醒(Festinger, 1954)，也就是说，压力会作用于处于这种状态的个体来理解和标记其现在的身体感受(Schachter & Singer,1962)。Gerard & Rabbie(1961)就情感强度方面提出，来自他人的强度信息为个体提供了一个参考框架，在该框架内评估个体自己的反应强度。当个体不确定自身的情感反应的强度时，会从其他人那里寻求信息来帮助衡量它。如果获得了关于其他人反应强度的信息后，那么他希望与其他人建立联系的需求就会降低(Gerard & Rabbie, 1961)。

认知澄清的需求驱动。Festinger(1954)还指出，每个体都有一种联系需求，每当个体对自己的能力或态度感到认知不清晰时，这种需求就会被激活。联系使人们能够进行社会比较，从而获得认知澄清(Teichman & Yona, 1987)。同样，情感的不清晰会导致与认知的不清晰相同的反应，它增强了联系倾向 (Schachter,1959)。即认知和情绪比较对联系倾向有相似的影响(Gerard, 1963; Gerard and Rabbie, 1961; Rabbie, 1963; Wrightsmann, 1960; Zimbardo and Formica, 1963)。情感唤醒状态下的内部认知不清晰可能包括：个体可能想要标记情感，测量其强度，确定从规范意义上说是否合适，或者发现他是否正在适应性地理解即将发生的情境(Gerard & Rabbie, 1961)。对当前情境的了解(也就是说对情境的认知澄清)有助于理解和标记感受(Gerard, 1963)。与其他人建立联系可能会为个体提供对即将发生的危险的认知澄清或一种使被唤起的身体状态变得清晰的方法(Gerard & Rabbie, 1961)。

2、情绪比较和社会比较都遵循相似性假设

根据社会比较理论,自我评价大多数来自与自身相似的人的比较,例如个体倾向于选择观点和能力相似的其他人比较目标(即平行比较),情绪比较更多的是相似性比较,个体关注自我与比较目标的相似性而非差异性,即选择经历过相似情境,或处于相似情绪情感状态的个体作为比较目标。选择通达模型(Mussweiler, 2003)认为,在比较阶段存在相似性假设检验和差异性假设检验这两个过程。认知资源是有限的,只能选择两种检验中的一种,主要依据自我和比较信息之间的相似度。Festinger(1954)指出人们存在评估自己能力和观点的动力,当无法进行客观评估时,他们会使用社会现实——陈述和他人的行为——帮助其进行自我评估。根据 Festinger(1954)的说法,“给定一系列可能进行比较的人,将选择与自己能力或观点接近的人进行比较”(p. 121),即为了使社会比较最能提供信息,人们选择的比较对象应该是能力或观点与自己相似的其他人。同样,人们更愿意与经历过相同经历的其他人在一起。与处于不同情感状态的人相比,恐惧的个体期望与处于相似的情感状态的其他人在一起,以此获得情绪比较信息(Schachter,1959; Zimbardo & Formica, 1963)。个体试图通过将他们的情绪与经历类似情绪情感困境的其他人关联和比较,来结束情感不确定状态,即寻找似乎处于相似情境并具有相似情感反应的其他人(Leroy et al, 2010)。另外,也有证据表明,相对陌生的一群人受到了同样的威胁,并且每个体都预先了解了其他人的情感状态下,为了评估自己的感受或/和减少恐惧,这些情感被唤起(恐惧)的个体最喜欢处于相似情感状态的其他人的陪伴,因为他们之间足够接近可以产生共情、安慰、令人安心的保证和消除疑虑的作用(Rabbie,1963)。

3、情绪比较和社会比较都可以产生同化-对比效应。

情绪比较和社会比较的比较结果都可以通过“认同-对比”模型(Buunk & Ybema, 1997)来解释。社会比较不仅可以使个体与比较对象形成对比,而且还会引起认同(Brown, Novick, & Kelley, 1992)。比较维度在多大程度上促进个体对比较目标的认同,会影响比较的同化作用(Buunk & Ybema, 1997)。与上行目标的认同会提升情绪和自我评价,与下行的目标认同会降低情绪和自我评价。此外,当个体间建立了合作互助型联系,在这种合作氛围下,其他人所经历的与个体自身的情况直接相关(e.g. Cialdini, Borden, Thorne, Walker, Freeman, & Sloan, 1976; Hogg, 2000; Tesser, 1988),个体会感觉到自己与其他人之间的结局具有对应性 (Kelley & Thibaut, 1978),由此产生社会比较的同化效应(Buunk, 2005)。同样,由于面对共同的压力、威胁等情绪情境,情绪比较更多地关注与比较目标形成认同,因此也会产生同化效应。另外,比较聚焦在相似性还是差异性也会影响比较结果,相似性比较引起同化,而差异性比较产生对比(Mussweiler, 2001)。面对外界环境刺激,个体寻求情境及情绪状态等方面相似的其他人进行情绪比较,这种聚焦相似性的情绪比较往往具有同化作用。

(4)情绪比较和社会比较都会对群体产生趋同作用。

在群体情境下,社会比较的过程会使处于同一群体中的个体的观点、能力和立场趋于统一,情绪比较的过程则会导致个体间的情感状态及水平差异减小。

为了使社会比较最能提供信息,比较对象的选择应该是能力或观点与自己相似的他者。因此,社会比较的过程会产生趋同压力,这种趋同压力导致了三种策略:(a) 改变个体的能力或观点,使其更接近被比较者的能力或观点;(b) 试图将他人推向自己的水平;(c) 停止将自己的立场、能力或意见与跟自己有很大不同的进行比较(Festinger, 1954)。这些策略使得群体内自我与他者更接近。同样,观点和能力的社会比较的趋于统一同样适用于焦虑、无聊或饱足的情感状态(Horwitz et al, 1953)。在焦虑水平的评估需求驱动下,一群人的焦虑水平受情绪比较的影响而趋同。在群体情境中将他人作为比较对象,那么个体的自我焦虑程度及其对他人的焦虑水平的影响会发生变化(Wrightsmann,1960),即焦虑强度的个体差异会降低。

(二)社会比较和情绪比较的不同之处主要表现在以下三个方面。

(1)传统社会比较的研究绝大多数聚焦在上行比较和下行比较，而在情绪情境下，不存在明显的上行或下行比较。

早期社会比较理论指出，比较通常是上行的，即与在相关维度方面表现优越的人进行比较。基于能力比较的研究表明，个体通常更喜欢与被认为状况好的人进行比较，即呈现出“上行驱动”(Suls & Miller, 1977)或“优于平均水平”(Alicke & Govorun, 2005; Hoorens & Buunk, 1993)。上行比较虽然可能提供信息，但也可能具有威胁性(Brickman & Bulman, 1977)。出于这个原因，这种上行比较经常被避免。传统社会比较理论另一个重要演变是下行比较理论。在某一特定维度上受到威胁或正在经历幸福感下降的个体通过与比自己更糟糕的人进行比较来提高主观幸福感，尤其是在无法采取工具性行动的情况下(Wills, 1981; Mahler et al, 1996)。Gibbons & Boney McCoy (1991) 证明，当受到威胁时，下行比较可以改善心情，其中高自尊的人更有可能通过贬低比较目标进行积极的下行比较，而低自尊的人不会贬低比较目标。Gibbons & Eggleston (1996) 积极的下行比较建议有助于人们试图克服与健康相关的行为问题，例如戒烟或其他类型的成瘾行为。他们与行为相关的原型(例如，“典型的吸烟者”或“瘾君子”)进行积极的下行比较，以努力与该原型及其所代表的群体保持距离(Gibbons & Gerrard, 1997)。与此类似，在亲密关系中面临困境的人，当被要求列出他们的关系比绝大多数更好的方面时，他们的满意度会提高(Buunk et al, 2001)。

然而，当面临压力、威胁、危机等情绪情境时，个体往往不会主动去寻求与处境不同的比自身情绪更消极或更积极的他人进行比较，也不涉及与应对外界情境刺激时表现出更轻微或更剧烈的情绪反应的他人进行比较来提高自己的主观幸福感和心情。

(2)传统社会比较理论探讨的核心问题之一是比较对自尊的影响，情绪比较不涉及传统社会比较理论中对个体自尊的影响。

社会比较的功能，除了自我评估(Festinger, 1954)和自我增强，即对自我感觉更好(Thornton & Arrowood, 1966; Wills, 1981)，社会比较也可以起到自我提升的作用，即帮助改善自己的现状(Wood, 1989)。个体在上行比较的过程中，预期能够达到上行比较目标水平时，会产生同化效应，提高自尊心。个体在下行比较产生对自我概念积极的评价，也可以增强自尊和自信，例如，外貌的下行比较能带来积极情绪(Johnson & Knobloch, 2017)。正如下行比较理论(Wills, 1981)提出，威胁会引发下行比较以试图恢复自尊，通过下行比较寻求自我增强，尤其低自尊个体下行比较更易发生。

然而无关乎自尊，面对情绪事件或压力、威胁等情绪情境，个体会感觉到一种未分化的情绪被激活，必须对其进行解释以验证这种情绪反应及强度是否适合这种情境(Leroy et al, 2010)。此时，个体更多地是通过情绪比较寻求认知澄清(对情境以及自身情绪反应和状态不确定的澄清)和情感慰藉，以帮助他们应对外界环境刺激并做出合适的情绪反应。借助情绪比较，一方面通过情境相关的信息交流实现情境的认知澄清(Kulik & Mahler, 2000)，另一方面通过与正在经历或经历过类似情绪困境的他者比较，来降低对自身情绪反应状态和强度的不确定性(Leroy et al, 2010)。

(3)与社会比较不同，寻求情感慰藉是情绪比较重要动机之一。

除自我评估和认知澄清外，情绪比较的动机还包括情感慰藉。当个体面临威胁时寻求与其他人联系和比较倾向，除了取决于评估情感和认知澄清的需要，还可能取决于直接减少焦虑等消极情绪的需要(Wrightsmann, 1960)。人们在恐惧/焦虑时希望与其他人在一起。一方面，他者的存在让个体有机会通过比较来评估自己的情绪强度和水平。新奇或模棱两可的情境下，个体不清楚如何做出适当的情绪情感反应。此时其他人的反应可能有助于了解自身担忧的适当程度，降低不确定感。另一方面，他人的同情和令人安心的

保证或能消除疑惧的言行，可以直接减少焦虑(Wrightsmann,1960)。除了自我评估和认知澄清，与其他人建立联系可能会帮助个体分散注意力，同时还有慰藉和支持(Gerard & Rabbie, 1961)。与遭遇类似经历的其他人建立联系可能会得到宝贵信息来应对并成功解决问题，同时可能激发希望，动力和灵感(Taylor & Lobel, 1989)。虽然上行或下行社会比较在某些情境下也会产生正面影响(Buunk et al, 1991)。比如当自我感觉比其他人更好可以产生宽慰和自豪感 (Dijkstra et al., 2010; de Vries et al, 2018)，但情感慰藉并非个体自发地进行传统社会比较的出发点。

意见 6: 情绪的社会比较和上行社会比较似乎是两种对于社会比较的不同分类方法，依据也有所不同。为何在论证时将两者放在一起进行讨论？是否考虑到这两种不同分类的其他类型的社会比较？

回应: 感谢您的仔细审阅和建议。在修订版的论文中，我们重新为这篇文章所关注的两种社会比较做出了更明确具体的解释(见图 1)。情绪比较和传统上行社会比较，是依据比较维度和比较方向的分类的两种社会比较。情绪比较，其比较的维度是情绪情感反应的状态或强度，比较的方向是平行比较，即与自身相类似的人比较。情绪的上行/下行社会比较没有这个说法；而传统社会比较的比较维度包括能力、智力、成就、地位、外貌、身体意象、人际关系等涉及优劣评价的方面，其比较的方向涵盖上行、平行和下行比较。

之所以将情绪的社会比较和上行社会比较放在一起论证，是因为考虑到这篇文章主要是围绕社会比较与焦虑、抑郁的关系展开。与焦虑、抑郁相联系，已有研究绝大多数是传统上行社会比较是引发焦虑、抑郁的因素。为了更聚焦和服务于这篇文章的主旨，“传统上行社会比较对焦虑、抑郁具有消极影响，而情绪比较对焦虑、抑郁具有积极影响”，所以主要论证了这两种社会比较。

非常感谢您的真知灼见，我们遵循您的意见，重新认真考虑了其他类型的社会比较，在修改的新版本中新添了传统下行社会比较的讨论(见 P3-4 页第 5-6 段)：

抑郁是上行对比性情绪，另一种悲观的社会比较——下行同化比较也会产生消极情绪(Park & Baek, 2018)。可以说，传统上行社会比较或消极社会比较可能会增加抑郁和焦虑的可能。

下行比较也可能增加积极情绪 (Wills, 1981)。作为情绪定向应对策略，下行比较可以帮助个体缓冲压力和管理消极情绪体验(Aspinwall & Taylor, 1993)。根据自我评价维护模型(Tesser, 1988)，自尊受到威胁时，个体通过下行比较来维护其稳定的水平，改善情绪。下行比较可以提高自我评价，实现自我满足 (Hakmiller, 1966)，提高主观幸福感(Diener & Fujita, 1997)。针对面临某种威胁时，个体幸福感与认为自己比他人更好的感觉呈正相关 (Van der Zee et al, 1998)。例如应对疾病和健康问题，下行比较可以降低威胁感(即问题的严重程度)，并与积极调整有关(Tennen et al, 2000)。换句话说，下行比较的对比效应会带来积极的情绪结果。

由于平行社会比较研究较少(观点、态度和个性特质等，见 P11 表 1)，且没有发现传统平行比较和焦虑、抑郁相关的文献，因此不纳入这篇文章的讨论范畴。

意见 7: 1.“以往研究还发现，网络媒体环境的差异对社会比较与焦虑抑郁关系的影响迥异。”

这一段落列举了两方面迥异的影响，但是段尾缺乏对这双重影响的提炼概括与总结。请试着补充使行为脉络更清晰。

回应：非常感谢并遵循您的建议，针对“网络媒体环境对社会比较与焦虑、抑郁关系的双重影响”的讨论，我们补充了凝练和概括性的总结。修改后完整内容如下(P4 第 3 段标红部分)：

由此可见，社交网络平台的催化作用加剧了上行社会比较对焦虑、抑郁的负面影响，而网络健康社区为情绪比较提供了平台，社区可供性(特性)促进情绪比较发生，因而有效缓解焦虑和抑郁。

意见 8：在研究方法部分，“遵循系统性文献综述及元分析方法(Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses, PRISMA)的方法”，语义重复，应表述为“遵循系统性文献综述及元分析方法”。

回应：在最新版本论文中已修正了表述。

意见 9：请仔细检查文中的参考文献，例如第一段中“长期的焦虑和抑郁情绪会导致焦虑和抑郁障碍，二者常被认为有较高共病率。”此处应有参考文献支持。

回应：已认真核对了全文的参考文献，在引用前人观点时标注了文献支撑和来源。

意见 10：“对于社会比较和焦虑抑郁的关系，前人研究存在分歧”，该处，作者没有很好的论述两者的分歧。

回应：感谢您的宝贵意见。我们在新版本中重新梳理、补充和完善了对关于“社会比较和焦虑、抑郁的关系”的文献综述和论证，增加了下行比较的讨论。修改后内容见(P3-4 页标红部分)：

对于社会比较和焦虑、抑郁的关系，前人研究存在分歧：一些研究发现社会比较是引发、维持和加重焦虑和抑郁的重要因素之一，社会比较中的自我评价与抑郁和焦虑有显著关联(McCarthy & Morina, 2020; Sturman & Mongrain, 2008)。例如，能力范畴的社会比较与抑郁、嫉妒(Park & Baek, 2018)，自卑、焦虑(Goodman et al., 2021; Okano & Nomura, 2023)等消极情绪之间存在正相关。职场上行社会比较(薪水、绩效、人际关系等)是个体心理压力源(宋琪等, 2023)。根据焦虑和抑郁的社会等级理论(social rank theory)，比较产生的低社会等级感会导致焦虑(Trower & Gilbert, 1989) 和抑郁 (Gilbert & Allan, 1998; Wetherall et al., 2019)。当个体认为自己在重要维度的比较中无法保持优越感和低人一等的认知会更容易导致抑郁(黄顺森等, 2022)。抑郁是上行对比性情绪，另一种悲观的社会比较——下行同化比较也会产生消极情绪 (Park & Baek, 2018)。可以说，传统上行社会比较或消极社会比较可能会增加抑郁和焦虑的可能。

下行比较也可能增加积极情绪 (Wills, 1981)。作为情绪定向应对策略，下行比较可以帮助个体缓冲压力和管理消极情绪体验(Aspinwall & Taylor, 1993)。根据自我评价维护模型(Tesser, 1988)，自尊受到威胁时，个体通过下行比较来维护其稳定的水平，改善情绪。下行比较可以提高自我评价，实现自我满足 (Hakmiller, 1966)，提高主观幸福感(Diener & Fujita, 1997)。针对面临某种威胁时，个体幸福感与认为自己比他人更好的感觉呈正相关 (Van der Zee et al, 1998)。例如应对疾病和健康问题，下行比较可以降低威胁感(即问题的严重程度)，并与积极调整有关(Tennen et al, 2000)，换句话说，下行比较的对比效应会带来积极的情绪结果。

意见 11：“为有效获取国内外相关文献，在 Web of Science 核心合集数据库、EBSCO 和 Springer Link 外文数据库，以及知网中文数据库中进行检索。文献检索检索式为 TS =(social comparison” or “comparison” or “compare*”)； And TS =(“social media” or “social

network*” or “community”) ; And TS =(depression or anxiety or emotion); “(社会比较+比较)*(抑郁+焦虑+情绪情感)”。为什么中文期刊搜索中不包含社交媒体?

回应:感谢您的仔细审阅,已作出修正。中文文献检索时实际采用的检索式为“(社会比较+比较)*(抑郁+焦虑+情绪情感)*(社交平台+社交媒体)”。

意见 12: 作者在“3.1 作为引致原因的社会比较”部分,更多地在论证上行社会比较所带来的影响,如传统(上行)比较会引致焦虑抑郁;传统(上行)社会比较在社交网络平台上更易发生;消极的社会比较已被证明是社交媒体使用与焦虑抑郁的中介机制等。但是作者提出的研究命题 1: 社交网络平台的特点加剧了社会比较对焦虑抑郁的负面影响。既然前文更多论述消极的上行社会比较,然而命题中只提到社会比较,作者是否有考虑过上行比较和下行比较的区别,以及此处是否用上行社会比较更合适?

回应:我们非常感谢并接受了您的宝贵建议,命题 1 中“社会比较”修改为“传统上行社会比较”。

关于上行和下行比较的区别,我们确实也考虑过,在上个版本的正文中只提到一句,未展开详细阐述。

无论是上行比较还是下行比较,都可以产生积极或消极的情绪结果(Buunk et al, 1991)。与上行比较目标形成对比并与下行比较目标认同会降低自我评价,产生消极情绪结果;相反,上行认同和下行对比会提升自我评价,产生积极情绪结果。也就是说,寻求与上行比较的联系,可以带来积极情绪,但可能会损害自尊;同样,下行比较可能会提升自尊但会损害情绪(Taylor & Lobel, 1989)。个体进行社会比较时,会决定自己的表现是否比比较目标更差或更好(Dijkstra et al., 2010; Festinger, 1954)。当认为自己比其他人更糟糕时,会引发沮丧和怨恨,从而增加比较的负面影响;相反,感觉比其他人更好,可以产生宽慰和自豪感,从而增加积极影响(Dijkstra et al., 2010; de Vries et al, 2018)。

下行比较被证明是一种以情绪为定向应对策略和管理消极情绪反应的一种策略(Aspinwall & Taylor, 1993)。人们利用社会比较的功能来提高主观幸福感(Diener & Fujita, 1997)。下行比较可以提高自我评价水平,实现自我满足(Hakmiller, 1966)。正如自我评价维护模型(Tesser, 1988)表明,当个体的自尊受到威胁时,通过下行比较来维护其稳定的水平,改善情绪。下行比较的另一种表现形式是通过贬低过去的自我,肯定当前的自我(即时间性自我评价理论),以此来寻求自我满足的感觉(Albert, 1977)。

下行比较还被视为应对疾病和健康问题的策略。有相当多的证据表明,通常通过下行比较形成对自己有利的评价与积极调整有关(Tennen et al, 2000)。如,一些老年人在面临健康状况相对较差的类似比较目标,会对自身健康状况会做出更加积极正面的评估(Suls, Marco, & Tobin, 1991)。类似结论还适用于高危婴儿的母亲(Alieck et al, 1997),关节炎患者(Giorgino et al, 1994),癌症患者(Van der Zee et al, 1996),心理障碍者(Gibbons & Buunk, 1999),处于压力状态下的残疾人(Buunk, 1995) 和乳腺癌患者(Taylor et al, 1983)。

此外,许多针对面临某种威胁的人群的相关研究表明,个体的幸福感与认为自己比他人更好的感觉呈正相关。例如,心脏康复者在感觉比其他人更好时,所经历的心理压力较少(Helgeson & Taylor, 1993);下行比较会降低不孕不育带来的威胁(Stanton, 1992);同样,当孕妇在控制情绪和身体症状困扰等方面对自己进行更有利的评价时,其焦虑程度不会随着时间的推移明显增加(Dias & Lobel, 1997);当老年人进行更多自我增强的比较时表现出更高水平的体力活动(Rickabaugh & Tomlinson-Keasy, 1997);癌症患者在感觉比其他人更好时,会产生更高水平的主观幸福感,独立于身体和心理痛苦的程度(Van der Zee et al, 1998);与进行不利比较的儿童癌症患者相比,进行更有利的比较所经历的健康问题会相对较少(Eiser & Eiser, 2000)。学者们已经对社会比较在人们如何应对健康问题,如何理解自己的健康风险,如何

以及何时决定寻求身体症状的护理以及如何适应严重疾病的应用做出了诸多探索。这些研究表明了社会比较理论在健康疾病管理问题中的适用性。

考虑到篇幅限制，仅仅将一部分下行比较的讨论呈现在正文中(见 P3-4 页标红部分):

抑郁是上行对比性情绪，另一种悲观的社会比较——下行同化比较也会产生消极情绪 (Park & Baek, 2018)。可以说，传统上行社会比较或消极社会比较可能会增加抑郁和焦虑的可能。

下行比较也可能增加积极情绪 (Wills, 1981)。作为情绪定向应对策略，下行比较可以帮助个体缓冲压力和管理消极情绪体验(Aspinwall & Taylor, 1993)。根据自我评价维护模型 (Tesser, 1988)，自尊受到威胁时，个体通过下行比较来维护其稳定的水平，改善情绪。下行比较可以提高自我评价，实现自我满足 (Hakmiller, 1966)，提高主观幸福感(Diener & Fujita, 1997)。针对面临某种威胁时，个体幸福感与认为自己比他人更好的感觉呈正相关 (Van der Zee et al, 1998)。例如应对疾病和健康问题，下行比较可以降低威胁感(即问题的严重程度)，并与积极调整有关(Tennen et al, 2000)，换句话说，下行比较的对比较效应会带来积极的情绪结果。

之前未将关于下行比较的讨论呈现在正文中，出于以下三种考虑。

第一，这篇文章更多地想突出社交媒体平台情境的作用，即平台特点对比较的情绪结果的影响，聚焦社交媒体情境，由于社交平台的特征，上行社会比较往往更容易发生。

第二，焦虑和抑郁使个体经常遭受(关于自我的)不确定性和低控制感体验(Butzer & Kuiper, 2006)，这种对自身情绪状态有很高不确定感促进了社会比较的发生(Marsh & Webb, 1996)。此外，给定社会比较信息，焦虑和抑郁使个体更倾向于进行上行比较(Swallow & Kuiper, 1992)，更容易产生消极想法(Beck, 1967)，这种消极的、自我贬低的社会比较使其得出更多负面的批判性自我评价。即焦虑与抑郁可能会增加个体对上行比较信息的关注，寻求更多的上行比较而不是下行比较(Butzer & Kuiper, 2006, Ahrens & Alloy, 1997; B äzner et al., 2006)。

第三，关于比较的追踪性研究表明，传统下行社会比较带来的积极情绪结果是暂时的，频繁的社会比较会导致幸福感的降低(Kernis et al., 2000; Kleinke & Miller, 1998)。即个体通过比较体验到的更多的积极情绪(如快乐)和更少的消极情绪(如痛苦)并非是长久的，会随着频繁地进行比较而降低。而且也有证据表明 Facebook 下行比较也与抑郁相关(Steers et al., 2014)。

意见 13: 研究命题 2 中网络健康社区的 6 个特征如何理解?

回应: 在论述情绪比较对焦虑和抑郁的缓解作用之后，网络健康社区作为一个环境因素，对这一积极作用具有正向调节作用。也就是说，网络健康社区的特性/可供性，契合情绪比较发生的基础，为参与比较创造了便利条件，促进了情绪比较对焦虑和抑郁的缓解作用。

这 6 个特性是基于对网络健康社区内的情绪情感和社会比较的研究总结和分析，我们认为这 6 个特性与情绪比较密切相关，即命题 2。根据您的建议，我们在修改版中修改了命题 2 的提出: (见 P14-15 页标红部分):

网络健康社区的可供性使个体有机会交流、讨论和比较症状、情绪困境和情绪反应。个体获取比较信息，将自身的境遇和消极情绪(如担忧、压力、恐惧、焦虑和抑郁等)与社区中他人的情况比较，得出其自身问题比其所认为的更普遍的结论，进而意识到问题没预想的严重。这符合 Goethals and Darley (1987)的研究结果: 被告知患有的疾病很罕见的个体感知到的疾病严重性，与提供相同描述但被告知该疾病很普遍的个体相比，要高得多。因此，情绪比较过程可以打破个体的这种“唯一性谬误”(fallacy of uniqueness) (指受到情绪困扰的人往往错误地认为他们的问题是独一无二的，这种倾向可能会加剧他们的痛苦) (Suls et al.,

1990), 使困难经历正常化(Barta et al., 2023), 降低威胁感和不安全感。由于身处群体中时往往会感到安全, 个体通过情绪的平行比较可以获得“人多的安全感”(safety-in-numbers), 即实现以数量寻求安全感(Dhar & Sherman, 1996)。而增强安全感则有利于缓解焦虑(Kennerley, 1997)。情绪比较过程中, 个体与相似他者之间的情感交互, 共情慰藉, 抱团取暖, 鼓励陪伴等情感支持都会产生希望感(Barta et al., 2023), 而提高希望感可以减轻抑郁(Kennerley, 1997)。Helgeson and Mickelson (1995)也发现平行比较可以建立共同纽带, 降低唯一性, 比上行和下行比较更有利于提升情绪。

网络健康社区提供了有益的社会比较机会 (Locock & Brown, 2010)。Barta et al. (2023) 也指出, 社区连接了相似他者, 促进了平行比较。社区中相似他者可以帮助个体衡量和评估情境、对压力源的情绪反应及其适当性, 以及应对情况, 也更善于提供信息和情感支持(Barta et al., 2023), 因而促进情绪比较的发生。换句话说, 网络健康社区促进了情绪比较。网络健康社区为个体提供了情绪比较的平台, 社区特性决定了情绪交互和情感交流的环境。网络社区的可供性, 即匿名性、(用户)同质性、规范性、社交性和即得性的特性, 在一定程度上满足了情绪比较的相似性基础, 便于用户参与情绪比较, 为情绪比较的发生创造了便利条件。因此提出:

研究命题 2: 网络健康社区的可供性便于个体参与情绪比较, 有效促进焦虑和抑郁的缓解。

参考文献

- Ahrens, A. H., & Alloy, L. B. (1997). Social comparison processes in depression. In *Health, coping, and well-being: Perspectives from social comparison theory.* (pp. 389-410). Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Albert, S. (1977). Temporal comparison theory. *Psychological Review*, 84, 485-503.
- Allan, S., & Gilbert, P. (1995). A social comparison scale: Psychometric properties and relationship to psychopathology. *Personality and Individual Differences*, 19(3), 293-299. [https://doi.org/https://doi.org/10.1016/0191-8869\(95\)00086-L](https://doi.org/https://doi.org/10.1016/0191-8869(95)00086-L)
- Amoroso, D. M., & Walters, R. H. (1969). Effects of anxiety and socially mediated anxiety reduction on paired-associate learning. *Journal of Personality and Social Psychology*, 11 4, 388-396.
- Appel, H., Gerlach, A. L., & Crusius, J. (2016). The interplay between Facebook use, social comparison, envy, and depression. *Current Opinion in Psychology*, 9, 44-49. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2015.10.006>
- Aspinwall, L. G., & Taylor, S. E. (1993). Effects of social comparison direction, threat, and self-esteem on affect, self-evaluation, and expected success. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64 5, 708-722.
- Barta, K., Wolberg, K., & Andalibi, N. (2023). Similar Others, Social Comparison, and Social Support in Online Support Groups. *Proceedings of the ACM on Human-Computer Interaction.*, 7(CSCW2), 1-35. <https://doi.org/10.1145/3610086>
- B äzner, E., Brömer, P., Hammelstein, P., & Meyer, T. D. (2006). Current and former depression and their relationship to the effects of social comparison processes. Results of an internet based study. *Journal of Affective Disorders*, 93(1), 97-103. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.jad.2006.02.017>
- Bennenbroek, F. T. C., Buunk, B. P., van der Zee, K. I., & Grol, B. (2002). Social comparison and patient information: what do cancer patients want? *Patient Education and Counseling*, 47(1), 5-12. [https://doi.org/https://doi.org/10.1016/S0738-3991\(02\)00018-6](https://doi.org/https://doi.org/10.1016/S0738-3991(02)00018-6)
- Butzer, B., & Kuiper, N. A. (2006). Relationships between the frequency of social comparisons and self-concept clarity, intolerance of uncertainty, anxiety, and depression. *Personality and Individual Differences*, 41(1), 167-176. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2005.12.017>

- Chen, Z. Z., Wu, Y., Ma, H. Y., Niu, G. F., & Wang, W. X. (2023). The Effect of Social Networking Site Use on Depression in Graduate Students: The Mediating Role of Negative Social Comparison and Moderating Role of Implicit Personality Theories. *Behavioral Sciences*, 13(5), Article 412. <https://doi.org/10.3390/bs13050412>
- Colasante, T., Lin, L., De France, K., & Hollenstein, T. (2022). Any time and place? Digital emotional support for digital natives. *Am Psychol*, 77(2), 186-195. <https://doi.org/10.1037/amp0000708>
- Dabbs, J. M., Jr., & Helmreich, R. L. (1972). Fear, anxiety, and affiliation following a role-played accident. *J Soc Psychol*, 86(2), 269-278. <https://doi.org/10.1080/00224545.1972.9918628>
- de la Torre-Luque, A., Fiol-Veny, A., Balle, M., Nelemans, S., & Bornas, X. (2020). Anxiety in Early Adolescence: Heterogeneous Developmental Trajectories, Associations with Risk Factors and Depressive Symptoms. *Child Psychiatry & Human Development*, 51. <https://doi.org/10.1007/s10578-019-00936-y>
- Dhar, R., & Sherman, S. (1996). The Effect of Common and Unique Features in Consumer Choice. *Journal of Consumer Research*, 23, 193-203. <https://doi.org/10.1086/209477>
- Everaert, J., Bronstein, M. V., Cannon, T. D., & Joormann, J. (2018). Looking Through Tinted Glasses: Depression and Social Anxiety Are Related to Both Interpretation Biases and Inflexible Negative Interpretations. *Clinical Psychological Science*, 6(4), 517-528. <https://doi.org/10.1177/2167702617747968>
- Festinger, L. (1954). A theory of social comparison processes. *Human Relations*, 7, 117-140. <https://doi.org/10.1177/001872675400700202>
- Fischer, A., Manstead, A., Lewis, I., Haviland-Jones, J., & Barrett, L. (2016). Social Functions of Emotion and Emotion Regulation. In.
- Gerard, H. B. (1963). Emotional uncertainty and social comparison. *The Journal of Abnormal and Social Psychology*, 66(6), 568-573. <https://doi.org/10.1037/h0045226>
- Gerard, H. B., & Rabbie, J. M. (1961). Fear and social comparison. *J Abnorm Soc Psychol*, 62, 586-592. <https://doi.org/10.1037/h0048524>
- Gibbons, F. X., Blanton, H., Gerrard, M., Buunk, B., & Eggleston, T. (2000). Does Social Comparison Make a Difference? Optimism as a Moderator of the Relation between Comparison Level and Academic Performance. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 26(5), 637-648. <https://doi.org/10.1177/0146167200267011>
- Gilbert, P., & Allan, S. (1998). The role of defeat and entrapment (arrested flight) in depression: an exploration of an evolutionary view. *Psychol Med*, 28(3), 585-598. <https://doi.org/10.1017/s0033291798006710>
- Goethals, G. R., & Darley, J. M. (1987). Social comparison theory: Self-evaluation and group life. In *Theories of group behavior* (pp. 21-47). Springer.
- Goodman, F. R., Kelso, K. C., Wiernik, B. M., & Kashdan, T. B. (2021). Social comparisons and social anxiety in daily life: An experience-sampling approach. *J Abnorm Psychol*, 130(5), 468-489. <https://doi.org/10.1037/abn0000671>
- Hakmiller, K. L. (1966). Threat as a determinant of downward comparison. *Journal of Experimental Social Psychology*, 1, 32-39. [https://doi.org/https://doi.org/10.1016/0022-1031\(66\)90063-1](https://doi.org/https://doi.org/10.1016/0022-1031(66)90063-1)
- Hankin, B. L., Young, J. F., Abela, J. R. Z., Smolen, A., Jenness, J. L., Gulley, L. D., Technow, J. R., Gottlieb, A. B., Cohen, J. R., & Oppenheimer, C. W. (2015). Depression from childhood into late adolescence: Influence of gender, development, genetic susceptibility, and peer stress. *Journal of Abnormal Psychology*, 124(4), 803-816. <https://doi.org/10.1037/abn0000089>
- Helgeson, V. S., & Mickelson, K. D. (1995). Motives for Social Comparison. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 21(11), 1200-1209. <https://doi.org/10.1177/01461672952111008>
- Higgins, J. P. T., Thomas, J., Chandler, J., Cumpston, M., Li, T., Page, M., & Welch, V. (2019). *Cochrane handbook for systematic reviews of interventions*. <https://doi.org/https://doi.org/10.1002/9781119536604.ch3>
- Irmer, A., & Schmiedek, F. (2023). Associations between youth's daily social media use and well-being are

- mediated by upward comparisons. *Communications Psychology*, 1(1), 12.
<https://doi.org/10.1038/s44271-023-00013-0>
- Jang, K., Park, N., & Song, H. (2016). Social comparison on Facebook: Its antecedents and psychological outcomes. *Computers in Human Behavior*, 62, 147-154.
<https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.03.082>
- Jiang, S., & Ngien, A. (2020). The Effects of Instagram Use, Social Comparison, and Self-Esteem on Social Anxiety: A Survey Study in Singapore. *Social Media + Society*, 6.
- Jing, Y., & Jiang, G. (2024). "No man is an island": How Chinese netizens use deliberate metaphors to provide "depression sufferers" with social support. *Digit Health*, 10, 20552076241228521.
<https://doi.org/10.1177/20552076241228521>
- Johnson, B. (2021). Look Up, Look Down: Articulating Inputs and Outputs of Social Media Social Comparison. *Journal of Communication Technology*, 4. <https://doi.org/10.51548/joctec-2021-003>
- Kernis, M. H., Paradise, A. W., Whitaker, D. J., Wheatman, S. R., & Goldman, B. N. (2000). Master of One's Psychological Domain? Not Likely if One's Self-Esteem is Unstable. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 26(10), 1297-1305. <https://doi.org/10.1177/0146167200262010>
- Kleinke, C. L., & Miller, W. F. (1998). How Comparing Onself Favorably with Others Relates to Well-Being. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 17(1), 107-123. <https://doi.org/10.1521/jscp.1998.17.1.107>
- Kulik, J. A., & Mahler, H. I. M. (2000). Social Comparison, Affiliation, and Emotional Contagion under Threat. In J. Suls & L. Wheeler (Eds.), *Handbook of Social Comparison: Theory and Research* (pp. 295-320). Springer US. https://doi.org/10.1007/978-1-4615-4237-7_15
- Lee, S. Y. (2014). How do people compare themselves with others on social network sites?: The case of Facebook [Article]. *Computers in Human Behavior*, 32, 253-260. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.12.009>
- Leroy, T., Christophe, V., Delelis, G., Corbeil, M., & Nandrino, J.-L. (2010). Social affiliation as a way to socially regulate emotions: Effects of others' situational and emotional similarities. *Current Research in Social Psychology*, 16.
- Li, S. Y., & Feng, B. (2015). What to Say to an Online Support-Seeker? The Influence of Others' Responses and Support-Seekers' Replies. *Human Communication Research*, 41(3), 303-326.
<https://doi.org/10.1111/hcre.12055>
- Li, Y. (2019). Upward social comparison and depression in social network settings. *INTERNET RESEARCH*, 29(1), 46-59. <https://doi.org/10.1108/IntR-09-2017-0358>
- Locock, L., & Brown, J. B. (2010). 'All in the same boat'? Patient and carer attitudes to peer support and social comparison in Motor Neurone Disease (MND). *Social Science & Medicine*, 71(8), 1498-1505.
<https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2010.06.043>
- McCarthy, P. A., & Morina, N. (2020). Exploring the association of social comparison with depression and anxiety: A systematic review and meta-analysis. *Clin Psychol Psychother*, 27(5), 640-671.
<https://doi.org/10.1002/cpp.2452>
- McComb, C. A., Vanman, E. J., & Tobin, S. J. (2023). A Meta-Analysis of the Effects of Social Media Exposure to Upward Comparison Targets on Self-Evaluations and Emotions. *Media Psychology*.
<https://doi.org/10.1080/15213269.2023.2180647>
- McPherson, M., Smith-Lovin, L., & Cook, J. M. (2001). Birds of a Feather: Homophily in Social Networks. *Annual Review of Sociology*, 27(1), 415-444. <https://doi.org/10.1146/annurev.soc.27.1.415>
- Molleman, E., Pruyn, J., & van Knippenberg, A. (1986). Social comparison processes among cancer patients. *Br J Soc Psychol*, 25 (Pt 1), 1-13. <https://doi.org/10.1111/j.2044-8309.1986.tb00695.x>
- Morris, W. N., Worchel, S., Bios, J. L., Pearson, J. A., Rountree, C. A., Samaha, G. M., Wachtler, J., & Wright, S. L.

- (1976). Collective coping with stress: group reactions to fear, anxiety, and ambiguity. *J Pers Soc Psychol*, 33(6), 674-679. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.33.6.674>
- Morse, S., & Gergen, K. (1970). Social Comparison, Self-Consistency, and the Concept of Self. *Journal of Personality and Social Psychology*, 16, 148-156. <https://doi.org/10.1037/h0029862>
- Mussweiler, T. (2003). Comparison Processes in Social Judgment: Mechanisms and Consequences. *Psychological review*, 110, 472-489. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.110.3.472>
- Okano, H., & Nomura, M. (2023). Examining social anxiety and dual aspects of social comparison orientation: the moderating role of self-evaluation of social skills. *FRONTIERS IN PSYCHOLOGY*, 14, Article 1270143. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1270143>
- Park, H., & Park, Y. (2023). Negative upward comparison and relative deprivation: sequential mediators between social networking service usage and loneliness. *Current Psychology*, 1-11. <https://doi.org/10.1007/s12144-023-05057-3>
- Park, H. J., & Park, Y. B. (2023). Negative upward comparison and relative deprivation: sequential mediators between social networking service usage and loneliness. *Current Psychology*, 1-11.
- Park, S. Y., & Baek, Y. M. (2018). Two faces of social comparison on Facebook: The interplay between social comparison orientation, emotions, and psychological well-being. *Computers in Human Behavior*, 79, 83-93. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.10.028>
- Parsons, C. A., Alden, L. E., & Biesanz, J. C. (2021). Influencing Emotion: Social Anxiety and Comparisons on Instagram. *Emotion*, 21(7), 1427-1437. <https://doi.org/10.1037/emo0001044>
- Przybylski, A. K., Murayama, K., DeHaan, C. R., & Gladwell, V. (2013). Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out. *Computers in Human Behavior*, 29(4), 1841-1848. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.02.014>
- Schachter, S. (1959). *The psychology of affiliation: Experimental studies of the sources of gregariousness*. Stanford Univer. Press.
- Seligman, L. D., & Ollendick, T. H. (1998). Comorbidity of Anxiety and Depression in Children and Adolescents: An Integrative Review. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 1, 125-144.
- Smith, R. H. (2000). Assimilative and contrastive emotional reactions to upward and downward social comparisons. In *Handbook of social comparison: Theory and research*. (pp. 173-200). Kluwer Academic Publishers. https://doi.org/10.1007/978-1-4615-4237-7_10
- Stukas, A., & Clary, E. (2012). Altruism and Helping Behavior. In (pp. 100-107). <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-375000-6.00019-7>
- Sturman, E., & Mongrain, M. (2008). Entrapment and Perceived Status in Graduate Students Experiencing a Recurrence of Major Depression. *Canadian Journal of Behavioural Science/Revue canadienne des sciences du comportement*, 40, 185-188. <https://doi.org/10.1037/0008-400X.40.3.185>
- Suls, J., Wan, C. K., Barlow, D. H., & Heimberg, R. G. (1990). The fallacy of uniqueness: Social consensus perceptions of anxiety disorder patients and community residents. *Journal of Research in Personality*, 24(4), 415-432. [https://doi.org/10.1016/0092-6566\(90\)90031-Z](https://doi.org/10.1016/0092-6566(90)90031-Z)
- Suls, J., & Wheeler, L. (2000). A Selective History of Classic and Neo-Social Comparison Theory. In *Handbook of Social Comparison: Theory and Research* (pp. 3-19). Kluwer Academic Publishers. https://doi.org/10.1007/978-1-4615-4237-7_1
- Swallow, S. R., & Kuiper, N. A. (1992). Mild Depression and Frequency of Social Comparison Behavior. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 11(2), 167-180. <https://doi.org/10.1521/jscp.1992.11.2.167>
- Tandoc, E. C., Ferrucci, P., & Duffy, M. (2015). Facebook use, envy, and depression among college students: Is facebook use depressing? *Computers in Human Behavior*, 43, 139-146.

<https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.chb.2014.10.053>

- Tang, J., Yao, X., & Yu, G. (2021). Exploring the Online Behavior of Users of Online Depression-Focused Communities: Comparing Communities with Different Management Types. *Psychol Res Behav Manag*, 14, 1707-1724. <https://doi.org/10.2147/prbm.S323027>
- Teichman, M. (1977). Affiliative behaviours among soldiers during war-time. *British Journal of Social and Clinical Psychology*, 16(1), 3-7. <https://doi.org/https://doi.org/10.1111/j.2044-8260.1977.tb00995.x>
- Tesser, A. (1988). Toward a Self-Evaluation Maintenance Model of Social Behavior. In L. Berkowitz (Ed.), *Advances in Experimental Social Psychology* (Vol. 21, pp. 181-227). Academic Press. [https://doi.org/https://doi.org/10.1016/S0065-2601\(08\)60227-0](https://doi.org/https://doi.org/10.1016/S0065-2601(08)60227-0)
- Thoits, P. A. (2021). "We Know What They're Going Through": Social Support from Similar versus Significant Others [Article]. *SOCIOLOGICAL QUARTERLY*, 62(4), 643-664. <https://doi.org/10.1080/00380253.2020.1802360>
- Trower, P., & Gilbert, P. (1989). New theoretical conceptions of social anxiety and social phobia. *Clinical Psychology Review*, 9(1), 19-35. [https://doi.org/https://doi.org/10.1016/0272-7358\(89\)90044-5](https://doi.org/https://doi.org/10.1016/0272-7358(89)90044-5)
- Verduyn, P., Gugushvili, N., Massar, K., Täht, K., & Kross, E. (2020). Social comparison on social networking sites. *Curr Opin Psychol*, 36, 32-37. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2020.04.002>
- Wang, W., Wang, M. Z., Hu, Q., Wang, P. C., Lei, L., & Jiang, S. (2020). Upward social comparison on mobile social media and depression: The mediating role of envy and the moderating role of marital quality. *Journal of Affective Disorders*, 270, 143-149. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.03.173>
- Wang, Z., Walther, J. B., Pingree, S., & Hawkins, R. P. (2008). Health information, credibility, homophily, and influence via the Internet: Web sites versus discussion groups. *Health Commun*, 23(4), 358-368. <https://doi.org/10.1080/10410230802229738>
- Waschbusch, D. A., Sellers, D. P., LeBlanc, M., & Kelley, M. L. (2003). Helpless attributions and depression in adolescents: the roles of anxiety, event valence, and demographics. *J Adolesc*, 26(2), 169-183. [https://doi.org/10.1016/s0140-1971\(02\)00134-3](https://doi.org/10.1016/s0140-1971(02)00134-3)
- Weiss, H. M., & Cropanzano, R. (1996). Affective Events Theory: A theoretical discussion of the structure, causes and consequences of affective experiences at work. In *Research in organizational behavior: An annual series of analytical essays and critical reviews*, Vol. 18. (pp. 1-74). Elsevier Science/JAI Press.
- Wetherall, K., Robb, K. A., & O'Connor, R. C. (2019). Social rank theory of depression: A systematic review of self-perceptions of social rank and their relationship with depressive symptoms and suicide risk. *Journal of Affective Disorders*, 246, 300-319. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.jad.2018.12.045>
- Wills, T. (1981). Downward Comparison Principles in Social Psychology. *Psychological Bulletin*, 90, 245-271. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.90.2.245>
- Wrightsmann, L. S., Jr. (1960). Effects of waiting with others on changes in level of felt anxiety. *J Abnorm Soc Psychol*, 61, 216-222. <https://doi.org/10.1037/h0040144>
- Yang, Y., Ta, N., & Li, Z. (2022). Investigating the Obsessive and Compulsive Features of Cyberchondria: A Holistic Review. *Front Psychol*, 13, 897426. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.897426>
- Yoon, S., Verona, E., Schlauch, R., Schneider, S., & Rottenberg, J. (2020). Why do depressed people prefer sad music? *Emotion*, 20(4), 613-624. <https://doi.org/10.1037/emo0000573>
- Yue, Z. Y., Zhang, R. W., & Xiao, J. (2022). Passive social media use and psychological well-being during the COVID-19 pandemic: The role of social comparison and emotion regulation. *Computers in Human Behavior*, 127, Article 107050. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2021.107050>
- Zhen, R., Quan, L., & Zhou, X. (2018). How does social support relieve depression among flood victims? The contribution of feelings of safety, self-disclosure, and negative cognition. *J Affect Disord*, 229, 186-192.

第二轮

审稿人 1 意见:

修改版已经有了很大改善, 建议发表。

回应: 感谢您的仔细审阅, 以及对这篇文章的肯定和鼓励。

审稿人 2 意见:

意见 1: 在前言中, 作者提到社会比较的三种类型: 上行比较、平行比较(情绪比较)和下行同化比较均可能会增加抑郁和焦虑的可能, 同时作者也提到下行社会比较也可能会增加积极情绪。因此, 我对于下行社会比较与抑郁和焦虑的关系尤其关心。而在讨论部分却没有看到这一部分的解释, 希望作者予以回答。

回应: 感谢您的中肯建议, 我们遵循您的意见, 在讨论部分详细阐述和补充了关于下行比较与抑郁、焦虑的关系(见 **P3 第 2 段、P4 第 2 段、P6 第 2 段、P8 第 3 段、P11 第 3 段、P13 第 2 段和 P11 第 1 段**), 同时修改了相应的框架图(图 4、5、6)以及**命题 1 和 2**。

意见 2: 作者的修改使得社会比较与情绪比较的关系更加清晰。然而, 情绪比较的引出过于突兀。我认为此处还应加强衔接。

回应: 非常感谢您的仔细审阅和中肯建议。我们修改了引言中“情绪比较”概念的引出, 使上下文衔接更加流畅(见 **P2 第 3 段标红的部分**)。“**比较维度除观点和个性特质外, 也可以是..., 情绪也是社会比较的维度之一...**”

意见 3: 本文的研究主题是数媒时代焦虑、抑郁与社会比较的关系, 然而在心理学领域中, 焦虑、抑郁和社会比较这三个变量, 尤其是抑郁和焦虑早已得到了较为广泛的研究和讨论。本文在系统性文献综述的基础上, 是否提出了创新性或具有建设性的结论呢? 请试着对研究的理论意义和实践意义进行更充分的说明。

回应: 十分感谢您的宝贵建议, 我们遵循您的意见, 进一步补充和完善了本研究的理论意义和实践意义, 重点指明了建设性结论和创新所在(见 **P16 第 1-3 段以及 P18 标红的部分**)。

本文基于情感事件理论和社会比较理论构建研究框架, 力图从社会因素角度探索焦虑和抑郁的引致因素及其发生发展机制。通过对不同的社会比较亚型的细分, 本文在一定程度上厘清了已有文献中关于社会比较与焦虑、抑郁的看似矛盾、复杂的研究结论, 以及社会比较对焦虑、抑郁产生双重影响的内在逻辑。系统梳理文献发现, 焦虑和抑郁的起因和缓解均与社会比较相关。具体而言, 消极的社会比较(传统上行比较和下行同化比较)会引发和加重焦虑和抑郁, 而积极的社会比较(情绪比较和下行对比比较)可以缓解和应对焦虑和抑郁。

此外, 本文还阐明了网络媒体环境对社会比较与焦虑、抑郁关系的权变影响, 其中社交网络平台和网络健康社区发挥不同的作用, 为理解和应对数媒时代语境下焦虑和抑郁现象提供了新视角。具体而言, 社交网络平台对消极社会比较(主要是传统上行比较)的负面影响具有催化作用, 网络健康社区特征为情绪比较提供了便利条件, 便于情绪比较的积极作用的发挥, 因而有效促进焦虑和抑郁的缓解。

最后本研究对情绪比较的系统梳理和深入探讨, 推进了社会比较理论在情绪情感领域的探索, 扩展了情绪比较的适用性, 尤其是在应对情绪健康问题领域。同时深入探讨了社会比较与焦虑、抑郁的双向影响, 强调了个体消极情绪的自我增强螺旋, 这点在焦虑和抑郁群体

的情绪问题的解决值得注意。

实践层面

本研究确定了焦虑、抑郁情绪与网络健康社区可供性的关联。建议网络社区服务、运营和设计尝试以匿名性、(用户)同质性、规范性、社交性和即得性等特征为抓手，为情绪比较提供更便利的环境和平台，有效缓解焦虑和抑郁。例如，从社交性的角度看，一方面优化社交属性和功能，打造网络健康社区和社交 APP 互联互通的数字平台体系，便于弱关系向强关系转化。另一方面强化情感交流功能，基于新媒体技术赋予用户更多表达、解释和传达情感的方式，提升情绪交互的便捷性。从用户同质性的角度考虑，建议优化大数据推荐算法，根据用户浏览或搜索历史记录推荐帖子和匹配病友，或智能转介到心理咨询服务和在线筛查链接，降低寻找相似用户的成本。同时，网络社区平台可以整合用户发布的信息，推送包含社会比较信息的内容和帖子，避免推送用户进行传统上行比较等消极社会比较的内容，增加平行比较的信息，以引导健康有利的积极的社会比较发生。

意见 4：在“3.2 社交网络平台的催化作用”和“3.4 网络健康社区的缓解作用”部分，引用的绝大部分文献都并非近五年内发表在国内外期刊上的，有必要检索最新的文献与研究进展并对本文的所引用的文献进行更新。

回应：非常感谢您的建议，我们重新追踪了近五年内的文献和研究进展，更新“3.2 社交网络平台的催化作用”和“3.4 网络健康社区的缓解作用”所引用的文献。

意见 5：格式规范问题较多，如中文文献引用格式不规范，图 1、图 3、图 4 等插在一个段落中间，图与图例分开等问题，请仔细校对并修改。

回应：十分感谢您的审阅，在新版本中已修改了图表格式和文献引用，使其符合行文规范。

意见 6：在 3.3 中“Zimbardo and Formica (1963)发现单纯的恐惧激发比较欲望，而社会所不容(尴尬情境下)的焦虑抑制比较欲望。”应该是“Zimbardo 和 Formica(1963)发现...”，文中还有很多类似表述。

回应：感谢您的仔细审阅，在新版本中已认真校准核对了正文中的所有引述格式，包括不限于标点符号、断句、文献引用等，使其符合行文规范。

意见 7：在引言部分关于变量的论述，如对情绪比较的论述部分没有逻辑性，表述也不够简练。此外，在论述社会比较和焦虑抑郁的关系时，“下行比较也可能增加积极情绪 (Wills, 1981)。作为.....换句话说，下行比较的对比效应会带来积极的情绪结果。”这一部分可以放到“另一些研究表明情绪比较可以缓解压力和焦虑”后，使逻辑更加清晰。

回应：非常感谢您的仔细审阅和宝贵建议。引言中在引入概念时，重新梳理对情绪比较的论述逻辑，精简了表述。同时在论述社会比较和焦虑、抑郁的关系格外注重行文逻辑，句与句之间的过渡、衔接流畅自然，增强可读性。修改后引言见 p2-p4 标红部分。

意见 8：请认真校对文章标点符号的使用。例如，3.2 社交网络平台的催化作用部分，第三段中是否应改为：人们选择性展示最满意、最理想的特征。

回应：感谢并根据您的建议，新版本中认真核对了全文的标点符号的使用。

意见 9：在 3.3 作为应对策略的社会比较部分，社会比较到底可以给情绪比较带来哪些功能？二者之间的具体关系是什么？

回应：感谢您的仔细审阅和意见，您提出的这个建议对我们的研究很有帮助。我们在“3.3 作为应对策略的社会比较部分”重新阐述和补充了关于社会比较和情绪比较的具体关系**(见 P12-13 标红部分)**。情绪比较具有认知澄清、共情慰藉和预防借鉴三方面的作用，作为社会比较的一种类型，情绪比较的这三个功能与一般社会比较的作用相契合并不冲突。具体而言，(1)情绪比较可以实现认知澄清，这与社会比较满足自我评估需求的作用相一致。(2)情绪比较可以带来共情慰藉，这与社会比较对情绪的潜在积极影响一致。(3) 情绪比较被证明是高效寻求信息的方式之一，具有预防借鉴的作用。这与社会比较的相似性假说一致，即社会比较具有提供信息的功能，相似他者使这一功能最大化。

意见 10：请仔细检查文章的语句，确保句与句之间的连贯性，比如“消极社会比较介导 Facebook 使用与抑郁的关系，比较频率和比较产生的负面情绪都与高自我不确定、高自我意识和低自尊相关，比较通过反刍导致抑郁(Feinstein et al., 2013)”这句话是否有不通顺现象。

回应：非常感谢您的审阅，我们仔细阅读了全文，并在最新版本中修正了不通顺表述，使全文更加连贯顺畅。

意见 11：对于核心概念的介绍，例如上行社会比较、情绪比较等，是否可以考虑加入实例说明，来具体阐述什么样的情况属于情绪比较?什么情况不属于?

回应：十分感谢您的审阅和宝贵意见，您的建议为增强文章的可读性提供了很大帮助。我们遵循您的意见，在最新版本论文中在引入核心概念的同时加入实例说明来具体阐述这些概念。详见 **p3、12 标红部分**。

对情绪的不确定会引发情绪比较 (emotional comparison)，即个体将自身情绪反应的认知、状态和强度与经历(过)相似情境的他人进行比较以评估情绪的适切性。例如，相同遭遇的病友之间比较情绪反应和感受。

抑郁是上行对比情绪(如看到事业成功的人感觉自己一事无成)，而另一种消极社会比较(以悲观消极的方式来解释比较信息)——下行比较的同化效应也会产生消极情绪 (Park & Baek, 2018)，如看到求职失败的人觉得自己将来也是同样的命运。

但无论是恐惧、焦虑、不确定和压力与社会比较之间关系的实验文献，还是关于社会比较信息的实地研究，更普遍强调情境相似性，如与面临相同压力的他人或患有同种疾病的病友比较。

意见 12：在文献库中有些研究只选取了抑郁或焦虑其中一个作为因变量，在本文阐述中，这两种情绪几乎是同时出现，是否考虑将两种情绪分开说明论述呢?

回应：感谢您的宝贵建议，我们遵循您的意见，修订版本中在 **3.1、3.2、3.3、3.4** 中将两种情绪分开论述，详见 **p7-16 标红部分**。

3.1 作为引致原因的社会比较

传统上行比较会使个体产生相对剥夺感(因比较而感知到不平等感，丧失基本权利的一种主观认知和情绪体验)和威胁感(与负性自我评价、消极自我概念、自我贬低有关)(Park & Park, 2023)。而丧失感与抑郁的发生有关，威胁感与焦虑的发生有关 (Kennerley, 1997)，因此传统上行比较会引致焦虑和抑郁。

负性注意偏向(侯娟, 2021)以及消极偏见和积极忽视 (Everaert et al., 2018)增强了其对上行比较信息的关注 (Ahrens & Alloy, 1997)，使其寻求更多的上行比较 (B äzner et al., 2006)。。另一方面，消极图式使个体往往以悲观、消极的方式来解释社会比较信息，即使在下行比较时也会担忧自己将会与他人一样不幸或糟糕，这种下行同化比较使其陷入更强的消极情绪。

因此，传统上行比较和下行同化比较(即消极社会比较)是焦虑和抑郁的引致因素之一。

3.2 社交网络平台的催化作用

...消极社会比较被证明是社交网络平台使用与抑郁的中介机制...

...消极社会比较被证明也是社交网络平台使用与焦虑的中介机制...

研究命题 1: 社交网络平台的特点加剧了消极社会比较(主要是传统上行社会比较)对(a)抑郁和(b)焦虑的负面影响。

3.3 作为应对策略的社会比较

下行比较可以提高自我评价(Wills, 1981)，实现自我满足 (Hakmiller, 1966)，增强自尊，产生积极情绪，减少焦虑 (Amoroso & Walters, 1969; Morse & Gergen, 1970)，提高主观幸福感 (Diener & Fujita, 1997)。面临某种健康威胁时，幸福感与个体认为自己比他人更好的感觉正相关 (Van der Zee et al, 1998)。例如应对疾病和健康问题，下行对比比较可以降低威胁感(即问题的严重程度)，并与积极调整有关 (Tennen et al, 2000)。另一方面，焦虑、抑郁、不确定性、低控制和挫败感会唤起与相似他者比较感受和应对方式的需求 (Bennenbroek et al., 2002)。而情绪比较也被证明是个体在压力和威胁情境下产生的焦虑、担忧等消极情绪的一种应对努力。

因此积极的社会比较(情绪比较和下行对比比较)可以帮助有效应对焦虑等消极情绪。

3.4 网络健康社区的缓解作用

...社区中的情绪比较过程可以打破个体的“唯一性谬误”使困难经历正常化(Barta et al., 2023)，降低威胁感和不安全感。由于身处群体中时往往会感到安全，个体通过情绪比较可以获得“人多的安全感”，而增强安全感则有利于缓解焦虑(Kennerley, 1997)。情绪比较过程中，个体与相似他者之间的情感交互，共情慰藉，抱团取暖，鼓励陪伴等情感支持都会产生希望感(Barta et al., 2023)，而提高希望感可以减轻抑郁(Kennerley, 1997)。

研究命题 2: 网络健康社区的可供性便于个体参与积极的社会比较(主要是情绪比较)，有效促进(a)焦虑和(b)抑郁的缓解。

值得注意的是，由于焦虑经常与抑郁同时发生，加上社会比较对抑郁和焦虑的作用机制是共通的(二者都是社会比较通过影响对自我的认知和评价进而产生的消极情绪)，所以并非处处都做了区分阐述。其他未修改的表述为了精简表述，限制篇幅。

第三轮

审稿人 2 意见

意见 1: 在引言部分，引用了较多文献进行了充分的支撑，然而所引用的文献绝大部分都是陈旧的、发表于五年前或十年前的，请试着对支撑文献进行适当的更新。

回应: 感谢您的仔细审阅，我们遵循您的建议，适当更新了引言中的文献引用，除了一些概念定义和理论提出。见 **p2-4 引言**。在论文其他章节 **3.2** 和 **3.4** 也适当做了更新。

意见 2: 作者在摘要中用语精炼，但语言不够通顺，如“具体而言”没有说明是结果的具体呈现，稍显突兀；且最后一句研究意义的说明不够全面，请试着补充。

回应: 非常感谢您的宝贵建议，我们检查了摘要表述，将“具体而言”改为“研究发现”，并补充阐述了研究意义。见 **P1** 标红的部分

研究推进了社会比较理论在情绪情感领域的探索，确定了焦虑和抑郁情绪与网络健康社区可供性的关联，也为网络社区服务、运营和设计的原则提供参考和借鉴，以帮助个体应对心理健康问题。研究还指出了焦虑、抑郁和社会比较关系后续研究的可能。

意见 3: 研究问题是“当前社会比较和焦虑、抑郁的关系如何”，但在检索文献时并未有特定的时间要求，且文中并未介绍所检索到的文献的发表年限，那检索到的早期的文献是否能回答本研究的研究问题呢？

回应: 非常感谢您的仔细审阅和宝贵建议，遵循您的建议，以及研究目的，我们修改了文章研究问题的表述，并限定了文献检索时间(近 15 年)，重新修改了**图 2 及附录**相应的部分，详见 **p5** 标红的部分。注，由于文献溯源和滚雪球式二次检索文献中还是会涉及到比较早的文献)。

意见 4: 关于网络健康社区如何缓解焦虑和抑郁的论述，对于这个研究假设，有没有相关的实证研究或者案例研究可以支持你的观点？如果有的话，可以考虑在你的论述中引用和讨论这些实证研究的结果。

回应: 感谢您的中肯建议，我们在 3.4 论述“网络健康社区如何缓解焦虑和抑郁”时引用和讨论实证研究的结果，更改详见 **p15-16** 标红的部分。

网络健康社区的可供性使个体有机会交流、讨论和比较症状、情绪困境和情绪反应。**Jang 等 (2016)** 发现平台用户从这种社会比较中感知到社会支持，进而提高心理幸福感和心理健康水平。人们可以从与自己相似的比较对象那里获益。从经历过类似情况的人那里寻求建议或帮助往往是最有用的，此外面临相似问题或具有相似背景的他人提供的支持具有高可信度和满意度。**Barta 等 (2023)**对社交媒体上的妊娠损失社区研究发现，网络健康社区通过将相似他人或具有共同经历的同伴联系在一起促进社会比较和应对，尤其是平行比较。社区中相似他者可以作为参照帮助个体衡量和评估情境、对压力源的情绪反应及其适当性，以及对情况的评估和应对能力，也更善于提供信息和情感支持，感知到的社会支持作为社会比较的另一个心理结果，因而促进情绪比较的发生。同时强调了网络健康社区的包容性，社区容忍个体因接触不良内容而产生的不适感和潜在的负面情绪后果，因为他们相信其他人会认为这些内容是有益的或有帮助的。**Locock 和 Brown (2010)** 通过社会比较理论框架解释了在线互助社区如何提供社会支持以及有益的社会比较机会。当成员开始将自己定义为患者之一，而不是感叹“为何那个患者恰好就是我”时则出现身份认同，同时看到其他人能够很好地应对病情，会带来希望。

网络社区的在线交流中，用户的信息及其健康状况会引发社会比较(Malloch et al, 2023)。自我披露健康问题时，个体的疾病经历的叙述框架是其思考和情绪的信号。用户从中获取比较信息，将自身的境遇和消极情绪(如担忧、压力、恐惧、焦虑和抑郁等)与社区中他人的情况比较，得出其自身问题比其所认为的更普遍的结论，进而意识到问题没预想得严重。这符合 **Goethals 和 Darley (1987)**的研究结果...

第四轮

审稿人 2 意见

意见 1: “因此，传统上行比较和下行同化比较（即消极社会比较）使焦虑和抑郁的引致因素之一。”请全文校对，减少低级错误。

回应: 感谢您的仔细审阅，已认真校对全文。

意见 2: 研究发现与构想部分解释了研究结果。然而纵观全文，第三部分所占比例过于大，而假设提出所占比例过于小。请尝试调整文章篇幅详略，以免头重脚轻。

回应：非常感谢您的中肯建议，最新版本中主要调整了第三部分的篇幅，使论证详略得当，重点突出。主要修改在于：补充强化了命题提出部分的阐述（“3.2 社交网络平台的催化作用”和“3.4 网络健康社区的缓解作用”）；同时精简控制其他部分的内容篇幅（“3.1 作为引致原因的社会比较”和“3.3 作为应对策略的社会比较”）。详见 p6-p15。

意见 3：在第三部分，作者提出了 2 个研究命题。研究命题应该是某种推测性的说法。此处是作者提出的假设还是本研究得出的结果？

回应：感谢您的仔细审阅，这 2 个研究命题是作者所提的假设，遵循您的建议在最新版本中调整了研究命题的表述，详见 P10、P15 标红部分。

研究命题 1：社交网络平台的特点可能加剧消极社会比较（主要是传统上行社会比较）对(a)抑郁和(b)焦虑的负面影响。

研究命题 2：网络健康社区的可供性便于个体参与积极的社会比较（主要是情绪比较），可能促进(a)焦虑和(b)抑郁的缓解。

意见 4：“从社会因素角度分析，社会比较可能使个体产生消极情绪，成为引发和加剧焦虑、抑郁的社会应激源。”请说明为什么从社会因素角度分析焦虑、抑郁的引致因素及其发生发展机制，并说明除社会比较外其他的社会因素，从其他社会因素逐步引入到社会比较这一变量。

回应：感谢您的审阅。从社会因素角度分析的原因在于：首先，新冠疫情后，社会环境发生了巨大变化，在当前社会环境和经济下行压力下，全球约 10 亿人正在遭受精神障碍困扰。根据世卫组织统计数据，焦虑和抑郁的发病率大幅增加，抑郁症患者激增 5300 万，增幅高达 27.6%。重度抑郁症和焦虑症的病例分别增加了 28% 和 26%，其中社会因素不容忽视。

其次，焦虑和抑郁的病原论比较复杂，除医学和遗传学、生物学、环境学等因素（涉及进化理论、精神分析理论、神经学理论、行为理论、心理动力学理论等）外，社会因素也是导致焦虑和抑郁的重要病因之一。

由于作者的研究领域属于社会科学，接触社会学领域相关的理论较多，例如已有研究从社会等级理论（Price et al, 1994）、负面认知理论（Beck, 1976）、无望理论（Abramson, Metalsky & Alloy, 1989）和习得性无助理论（Seligman, 1975）解释了抑郁症的起源，而社会比较与这些导致焦虑和抑郁病原论存在一定的关联性，所以研究将社会比较作为了切入点。

根据您的建议，最新版本修改了引言部分的表述，从其他因素逐步引入到了社会比较这一变量，详见 P2 第 1 段标红部分。

...除医学和遗传学、生物学、环境学等因素(涉及进化理论、精神分析理论、神经学理论、行为理论和心理动力学理论等)外，社会因素也是导致焦虑和抑郁的重要病因之一。尤其新冠疫情后社会竞争急速加剧，焦虑和抑郁风险检出率大幅增加，社会因素的影响不容忽视。从社会因素角度分析，社会比较可能使个体产生消极情绪，成为引发和加剧焦虑、抑郁的社会应激源。

意见 5：“作为两种最常见情绪健康和心理适应问题，焦虑和抑郁情绪的全民性特征日趋明显。”这句话有没有文献或数据支撑？如果有的话可以加以补充。

回应：感谢您的建议，最新版本中已补充文献支撑，详见 P1 第 1 段标红部分。

意见 6： 筛选文献是作者一个人完成的吗？如果是，如何保证筛选文章质量，是否会遗漏

某些信息？如果不是，可以对文献筛选过程进行一个稍微详细一点描述。

回应：感谢您的仔细审阅和建议。筛选文献是由全部作者共同完成的。初筛是通过阅读文献标题、摘要、关键词和图表，判断其是否与研究主题紧密相关，然后进入全文阅读筛查阶段。深入全文阅读的筛选主要关注研究方法清晰、样本量较大、研究结果具有代表性的文献。同时也注重文献与研究问题的关联性，比如主题匹配度、方法适用性、理论框架支撑和实证结果的参考价值等。按标准一步步筛查过程中，同一篇文献需作者共同决定后才可纳入综述。此外由水平较高的作者进一步补充具有较强学理性和理论深度，提供研究视角和丰富学术内容、代表主流观点和重要进展的文献。筛选时还考虑了文献来源和被引情况，以获取与研究问题紧密相关的高影响力文献。比如按被引次数对检索到的文献排序，权威期刊文献优先着重关注。筛选出高质量文献后，还利用一些功能比如 Cited References 进行文献回溯阅读，Times Cited 追踪文献新进展，Related Records 拓宽相关文献。总之，根据研究问题和目标，筛选文献的过程秉持严谨的态度，注重文献的代表性、权威性和时效性以确保所选文献的质量和可靠性。

根据您的建议，最新版本中详细说明了文献筛选过程，详见 **P5-6 页第 2-3 段标红部分**。

根据文献标题、摘要、关键词和图表进行初步筛选后对符合当前研究范围的文献全文阅读。全文阅读重点关注研究方法清晰、样本量较大、研究结果具有代表性的文献，也考虑其与研究问题的关联性，如主题匹配度、方法适用性、理论支撑和实证结果的参考价值等。筛选出的高质量文献还使用 Cited References, Times Cited 和 Related Records 功能回溯、追踪和拓宽相关文献。

为保证文献分析结果的准确性、权威性和可靠性，本研究针对初步检索到的 1713 篇文献制定了文献纳入/排除标准。图 2 详细报告了文献识别、筛选、纳入或剔除的过程及原因。第一次剔除过程的 1-6 条为系统性文献综述法普遍采用的筛选标准，其余则是在审查全部文献后聚焦研究主题，基于研究问题，限定研究对象而采用的标准。按标准一步步筛查过程中，同一篇文献两人决定后纳入综述。另外由水平较高的作者进一步筛查补充具有理论深度、提供研究视角、代表主流观点和重要进展的文献。总之，筛选文献过程秉持严谨的态度，基于研究问题和目标，注重文献的代表性和时效性。针对筛选后的 59 篇文献，研究从作者、年份、研究情境、方法、变量以及结论等维度对其进行编码分析(见附录一)。

意见 7：文中语句仍存在多处不通顺的现象，比如：在研究方法第一段出现两个检索等等。

请认真校对全文并进行修改文中的内容及格式。

回应：感谢您的仔细审阅，已逐字阅读并作出修正。

意见 8：在文中提到的一些矛盾研究结果可以进行更深入的分析 and 讨论，探讨导致不同结果的可能原因。比如，社会比较在一些研究中被认为是导致焦虑和抑郁的因素，而在其他研究中却被视为减轻压力和消除不确定性的方式。通过分析这些不同结果背后的因素，可以为进一步研究提供启示。

回应：十分感谢您提出的建议，对论文提升有很大帮助。已有研究关于社会比较对焦虑和抑郁的影响有不同结论，正如您所讲，深入比较和分析这些矛盾的研究结果有助于收获研究新发现、启迪研究新思路，开拓研究新视野。

社会比较在一些研究中被认为是导致焦虑和抑郁的因素，而在其他研究中却被视为减轻压力、焦虑和消除不确定性的方式。究其原因，首要的是社会比较的策略或方式，比较的维度和方向等；其次社会文化环境和个体人格特质也会影响社会比较的情绪结果；最后还包括情境因素，即社会比较与焦虑、抑郁的关系受网络媒体环境的影响。这

些方面指明了未来深入研究的可能的方向，在最新版本中分别补充展开了相应的讨论。
详见 P16-17 以及 P18-19 标红部分。

学理层面：社会比较在一些研究中被认为是焦虑和抑郁引致因素，在其他研究中被视作缓解压力、焦虑和消除不确定的方式。究其原因，社会比较的策略和方式是影响社会比较的情绪结果的重要因素。其次，社会比较与焦虑和抑郁的关系还受社会文化环境特征和人格特质的影响。此外网络媒体环境的作用也不容小觑。社会比较随情境改变而变化。社交媒体的技术可供性(如 web3.0 支持交互中更高的沉浸感，增强拟人性)可以改变和塑造社会比较的信息环境和比较目标的呈现(如瘦理想)，在线社会比较行为及其结果是有待进一步研究的课题。总体而言，社会比较与焦虑、抑郁的关系的未来研究，应立足数媒时代背景和中国社会现实，更加聚焦虚拟世界中的社会比较，可能的研究方向如图 6 所示。

首先值得深入探讨的是个体使用网络媒体平台参与社会比较的不同形态及其情绪结果，包括但不限于焦虑和抑郁。研究可以基于在线情境，从比较维度(吸引力、社交能力、受欢迎程度、外貌、情绪反应...)，比较方向(上行、下行、平行比较)、比较策略(积极的/有利的/乐观的/自我保护的比较、消极的/不利的/悲观的比较)，比较方式(相似性、差异性、时间性比较)和比较过程(同化和对比)等方面进一步探究在线社会比较对认知(如理想美内化、自我意象、自我概念、自我意识...)和其他情绪(如嫉妒、不公平感、羞耻等)的中介作用，以扩展和丰富机制机理研究。

...

实践层面：本研究确定了焦虑、抑郁情绪与网络健康社区可供性的关联。因此建议网络社区服务、运营和设计尝试以匿名性、(用户)同质性、规范性、社交性和即得性等特征为抓手，为情绪比较提供更便利的环境和平台，以有效缓解焦虑和抑郁。例如，从社交性的角度看，一方面优化社交属性和功能，打造网络健康社区和社交 APP 互联互通的数字平台体系，便于弱关系向强关系转化，促进深度沟通。因为被动使用社交媒体(如查看他人资料和动态等，通常是一键式或肤浅的交流, Burke & Kraut, 2016)接触威胁自尊的信息触发消极比较，会带来负面情绪，而主动使用网络媒体平台(如发帖分享，通常是针对性地书面或深度交流)参与积极的比较则可能会产生积极情绪。另一方面，强化情感交流功能。基于新媒体技术赋予用户更多表达、解释和传达情感的方式，提升情绪交互的便捷性，使其可以更生动、真实而便捷地分享情绪，情绪在传播中得以加工、强化和发酵，向更大范围蔓延，也更容易感染他人或引发共鸣。从用户同质性的角度考虑，建议优化大数据推荐算法，根据用户浏览或搜索历史记录推荐帖子和匹配病友，或智能转介到心理咨询服务和在线筛查链接，降低寻找相似用户的成本。同时，网络社区平台可以整合用户发布的信息，推送包含社会比较信息的内容和帖子，避免推送引发传统上行比较等消极社会比较的内容，增加平行比较的信息，以引导健康的、有利的和积极的社会比较发生。

意见 9：在探讨网络媒体环境对社会比较与焦虑、抑郁关系的影响时，可以结合一些相关调查数据，以展示不同的网络环境如何影响个体的社会比较行为。

回应：十分感谢，我们遵循您的建议，查阅补充了国内外相关调查报告数据，使研究关于网络媒体环境对社会比较与焦虑、抑郁关系的影响的论证部分更具说服力，主要改动呈现在在 3.2 社交网络平台的催化作用和 3.4 网络健康社区的缓解作用这两部分。包括最新发布的《中国社交媒体报告》、《中国社交媒体影响报告》、《中国社交媒体平台指南》、《数字化精神心理健康服务行业》蓝皮书和《中国精神心理健康》蓝皮书等。**详见 P8 第 3 段、P13 第 1 段标红部分。**

全民社交催生了用户多元化和平台多元化的社交媒体生态，微信、微博、抖音和论坛类社交媒体和数字平台的社交功能已渗透到日常生活中。根据最新发布的《中国社交媒体使用报告》、《中国社交媒体影响报告》和《中国社交媒体平台指南》，截至 2022 年 12 月，我国网民数已突破 10.67 亿，其中 95.13% 为社交媒体用户，76% 频繁上网发布帖，53% 在网上分享自己所做的一切，社交媒体日均使用时长为 2 时 12 分。同时用户也愈发警惕社交媒体的负面影响，例如 18% 认为会被别人“晒”幸福影响心态，31% 感到空虚浮躁，34% 无法集中注意力...

疫情过后国家政策密集发布，推动了精神心理健康数字医疗飞速发展，人们对利用数字平台预防或治疗精神心理健康问题的接受度不断提升。《2023 年度中国精神心理健康》蓝皮书报告，截至 2022 年 12 月，线上诊疗用户规模达 3.63 亿，同比增长 34%。此外网络平台上心理健康话题讨论热度持续不减。焦虑、抑郁和压力的解决方法在 B 站上搜索量已达 410 万、520 万和 327 万，同比增长 176%、139% 和 224%。

KANTAR:《2022 中国社交媒体影响报告》.Available from <https://www.aifabu.com/details/21652>

KAWO:《2022 中国社交媒体报告》.Available from <http://www.199it.com/archives/1447884.html>

KAWO:《2023 中国社交媒体平台指南》.Available from <https://kawo.com/cn/2023> 中国社交媒体平台指南

好心情:《2023 年度中国精神心理健康》蓝皮书.Available from

https://m.baidu.com/bh/m/detail/ar_9176227104150348268

好心情:《2022 年数字化精神心理健康服务行业》蓝皮书.Available from

<https://cn.chinadaily.com.cn/a/202204/28/WS626a5e2ba3101c3ee7ad2feb.html>

第五轮

编委 1 意见：同意发表。

编委 2 意见：

意见 1：核心问题：这是一篇系统综述，还是已获国家课题改写成“研究构想”？如果是前者，那么系统综述并不是这样写的，特别是经系统综述后纳入的文献，需要进行系统定量与定性相结合的分析，建议参考同类论文，做大的调整。如果是“研究构想”，跟进展已发的同类研究也完全不一样，建议也参考同类论文，做大修改。

回应：非常感谢您的仔细审阅。这篇文章是系统性文献综述，参照了 PRISMA 指南 (<http://prisma-statement.org/>) 中的文献检索、筛查和纳入等步骤，来控制和降低研究的偏倚，保证科学严谨且具备可重复性的综述性研究。收到返修意见后，我们进一步全力检索并精读研究社会比较的和焦虑、抑郁这两者关系的实证文章，试图补充进行 meta-analysis。虽然关于二者关系的实证的文献看似不少，但由于在定量研究中社会比较这一变量的含义和测度形形色色，难以统一。实际上，在研究同一种比较维度和比较方向的实证文章，或者说，切切实实在研究同一种变量关系(同质关系)的实证文章，不足 20 篇，支撑不了一篇高质量的 meta-analysis。本文关注的社会比较这一变量的不同细分亚型与焦虑、抑郁的关系。针对每一种亚型找到至少 20 篇的实证文章做定量分析，目前是无法实现的。Carraturo, Di Perna & Giannicola (2023) 对于社交网站上的嫉妒、社会比较和抑郁的元分析，也仅仅找到了 9 篇。检验 SNS 使用与抑郁之间的关系模型，其中嫉妒是中介变量，自我效能感、神经质、社会比较倾向、婚姻质量和友谊类型等变量起调节作用。本研究已囊括了这一研究发现。如果基

于现有的文献数据重复做同样的 meta-analysis，似乎并不会会有新的发现和结论，边际贡献不大，也并非本研究的出发点。

根据 Siddaway, Wood & Hedges (2019), “进行文献综述的两个出发点之一是决定哪种类型的综述最合适（另一个出发点是确定是否需要综述）。从广义上讲，综述文章分为两类，一类涉及定量信息，另一类涉及定性信息。定性方法还是定量方法最合适，取决于现有文献的性质和状况、研究问题以及理论和实证问题。所进行的文献综述类型必须在逻辑上符合综述的目的。(p. 754) ...定性综述也可以采用同样的复制、严格和透明的方法和表述方式来进行和报告”...其中叙述性综述适用于需要对使用不同方法或研究不同理论概念、构造和/或关系的定量研究进行文献综述的情况。它综合了单项定量研究的结果，不涉及研究结果的统计意义。它可将不同主题的研究联系在一起，进行重新解释或相互联系，以发展或评估一种新理论（所审查的每项证据的价值都来自于它如何帮助建立或评估理论）；也可以用来对某一主题的理论和研究的发展情况进行叙述。(p. 755) 例如，Baumeister 和 Leary(1995)综合了大量独立的文献，阐述了归属需求是一种普遍而强大的人类动机的理论。

对于社会比较与焦虑、抑郁的关系的研究，除了定量文章外还有很多使用定性或混合等不同研究方法的文献，其中一些重要文献也纳入了综述范围，综合判断我们选择了最适合的系统综述类型。由于同质的研究数量少支撑不了元分析，我们补充了文献可视化分析来弥补这一不足，**详见 p6、7 标红部分**。关于此领域已有综述只局限于社会比较的某一方面，例如霍淑慧等（2024）综述了社交媒体上行对个体认知、情绪和行为的影响。这些综述似乎不够系统和全面，未注意到社会比较的理论分支（情绪的社会比较）的一系列研究发现。因此（更广义的）社会比较与（更聚焦的）焦虑和抑郁的关系，以及网络媒体环境的影响，在数字化时代背景下这一领域开展新的系统性研究是比较有价值的。

[1]霍淑慧,尹斐,曾聪,等.社交媒体上行社会比较对个体认知、情绪和行为的影响(综述)[J].*中国健康心理学杂志*,2024,32(02):193-198.

[2]Siddaway, A. P., Wood, A. M., & Hedges, L. V. (2019). How to do a systematic review: a best practice guide for conducting and reporting narrative reviews, meta-analyses, and meta-syntheses. *Annual review of psychology*, 70, 747-770.

[3] Carraturo F, Di Perna T, Giannicola V. (2023). Envy, Social Comparison, and Depression on Social Networking Sites: A Systematic Review. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, 13(2):364-376.

意见 2：题目考虑增加副标题，体现“系统综述”。

回应：感谢您的审阅，已修改题目为“数媒时代焦虑、抑郁与社会比较的关系：一项系统综述”

意见 3：图 2，建议采用标准化的图示，参考同类元分析流程图。

回应：感谢您的审阅，已参考期刊同类元分析流程图做了修改。**详见 p5 图 2。**

意见 4：图 3-图 5 只是图 6 的分解，可以不要，直接在图 6 完整呈现。

回应：感谢审阅与建议，已将图 3-图 5 合并到图 6 中，**详见 p23 图 5。**

意见 5：提出的研究命题是啥意思？系统综述一般不提出研究问题。

回应：感谢审阅，已将研究命题改为了基于文献分析后提出的研究假设。

意见 6: 后面的未来研究建议之类, 每点是论述式的, 不要写成 PPT 式的分点报告。

回应: 感谢审阅, 遵循您的建议, 对未来研究建议的论述做了修改, 详见 p22-25。

第六轮

编委 2 意见

经多轮修改, 论文质量有较明显的提升。仍有一个疑问, 在综述中提出各种假设吗? H1, H2.....恕我见得少, 请问是在哪个心理学期刊看到的?

回应: 感谢您的仔细审阅和建议, 新版本中的研究“假设”改回了“命题”。定量元分析的论文中提假设, 不适用于本研究, 再次感谢您的审阅。

主编意见:

意见 1: 在研究展望处增加对研究方法学的评述和建议。

回应: 非常感谢您的仔细审阅和建议, 已在第四章中增加了对研究方法的评述和建议。详见 p67 标红部分。

意见 2: “另外水平较高的作者进一步筛查补充具有理论深度.....”是否可改为“比较资深的作者”

回应: 感谢您的宝贵建议, 已修改相关语句, 详见 p55 标红部分。

意见 3: 系统综述中不宜提出假设或命题, 建议不要突出文中的两个命题, 可以弱化一下表述, 改为“本研究推测.....”或类似的说法。

回应: 非常感谢您的中肯建议, 已经删除了假设或命题, 详见 p60、66 标红部分。