

# 经历社会排斥后，自伤大学生为何做出自伤行为：自我批评与归属感需求的并行中介作用

韩高鑫

天津师范大学，天津

收稿日期：2025年11月10日；录用日期：2026年1月29日；发布日期：2026年2月26日

## 摘要

目的：采用大学生社会排斥量表、青少年自我伤害量表、自我批评量表和归属需求量表，对天津市503名大学生进行问卷调查，探讨社会排斥对大学生自伤行为的影响，并检验自我批评和归属感需求在其中的作用。结果：(1) 大学生社会排斥、自我批评、归属感需求和自伤行为两两之间均呈显著正相关；(2) 自我批评和归属感需求在社会排斥和自伤行为中发挥并行中介作用。结论：大学生社会排斥能够显著正向预测大学生自伤行为，且自我批评和归属感需求在大学生社会排斥与自伤行为之间起并行中介作用。

## 关键词

社会排斥，非自杀性自伤，自我批评，归属感需求，大学生

# Why Do College Students Engage in Non-Suicidal Self-Injury after Experiencing Social Exclusion: The Parallel Mediating Roles of Self-Criticism and Need to Belong

Gaoxin Han

Tianjin Normal University, Tianjin

Received: November 10, 2025; accepted: January 29, 2026; published: February 26, 2026

## Abstract

Objective: Using the Social Exclusion Scale for College Students, the Adolescent Self-Injury Scale, the

文章引用：韩高鑫(2026). 经历社会排斥后，自伤大学生为何做出自伤行为：自我批评与归属感需求的并行中介作用. 心理学进展, 16(2), 336-342. DOI: 10.12677/ap.2026.162093

**Self-Criticism Scale, and the Need to Belong Scale, this study surveyed 503 college students in Tianjin to investigate the effect of social exclusion on non-suicidal self-injury (NSSI) and to examine the mediating roles of self-criticism and need to belong. Results: (1) Social exclusion, self-criticism, need to belong, and NSSI behavior were all significantly and positively correlated with one another among college students. (2) Self-criticism and need to belong served as parallel mediators in the relationship between social exclusion and NSSI behavior. Conclusion: Social exclusion significantly and positively predicts NSSI behavior among college students, and self-criticism and need to belong play parallel mediating roles in the association between social exclusion and NSSI behavior.**

## Keywords

**Social Exclusion, Non-Suicidal Self-Injury, Self-Criticism, Need to Belong, College Students**

Copyright © 2026 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

## 1. 问题提出

自伤是非自杀性自伤(non-suicidal self-injury, NSSI)的简称,指个体在无自杀意图的情况下,以社会普遍不认可的方式,故意且直接对自身身体组织进行破坏的行为,如割伤、刺伤、咬伤、烫伤等(Nock, 2009; 江光荣等, 2011)。近年来,自伤行为在大学生群体中呈现较高的发生率,国外研究指出超过 10% 的大学生曾报告在上一学期进行过自伤行为(Kiekens et al., 2019),国内一项研究指出中国大学生非自杀性自伤行为检出率为 16.6%(潘珍等, 2016)。值得警惕的是,自伤行为不仅对身体直接造成伤害,还常与更严重的精神障碍或问题行为(如抑郁、自杀)相关联(Cui & Bao, 2025; Park & Ammerman, 2023; Pimenta et al., 2025),成为大学生心理健康领域的重要风险因素。

研究表明,社会排斥可能是 NSSI 行为的重要诱因之一。社会排斥(social exclusion)指个体被他人拒绝或排斥,从而其归属需求、关系需求受损的过程和现象(Williams, 2009; 宋娟等, 2024)。作为一种常见的社会负性事件,社会排斥显著损害个体心理健康,诱发一系列负性情绪体验,如羞耻、愤怒、悲伤、孤独等(王玉龙等, 2020; Baumeister et al., 2005)。当这些负性情绪未能得到有效调节时,个体可能转而采取消极的情绪应对方式,例如 NSSI 行为。已有大量研究发现,社会排斥与 NSSI 行为之间存在显著关联(Liao et al., 2025; Wang et al., 2024)。基于此提出本研究的假设 1: 社会排斥可以正向预测大学生自伤行为。

然而,值得注意的是,并非所有经历社会排斥的个体都会发展出自伤行为。个体如何感知和应对外部排斥事件,可能受到其内部心理特质的调节作用。研究表明,有自伤行为的个体相较无自伤史个体表现出显著更高水平的自我批评(Glassman et al., 2007),且自伤个体的自我批评信念程度与其更长时间的疼痛忍耐时间相关(Hooley et al., 2010)。对此,自伤的自我缺陷模型(The defective self model of NSSI)指出,自伤行为能够通过满足个体自我惩罚的需要而暂时缓解其负性情绪(Hooley et al., 2010)。此外,社会排斥经历可能诱发被排斥者自我批评的思维模式,例如王玉龙指出:社会排斥往往迫使被排斥者形成一种“我不好”的负性自我评价(王玉龙等, 2020)。在此认知模式下,个体更可能在遭遇排斥后,通过自伤行为对自我进行惩罚。基于此提出本研究的假设 2: 自我批评在社会排斥和大学生自伤行为的关系中起中介作用。

归属感需求是指与他人维持稳定、长久的和积极的关系的需求(Baumeister et al., 2007)。研究发现,

经历社会排斥的个体由于归属感需求未得到满足,往往更渴望通过与他人建立联系来恢复其归属感(李沛沛等, 2017)。例如, Williams and Jarvis (2006)的研究发现社会排斥后个体更倾向于寻求他人接纳,更愿意听从他人建议。对于部分自伤个体而言,自伤行为可能成为其表达痛苦、获取他人关注、维系人际联结的一种方式。自伤的四功能模型(The four-function model)为这一观点提供了细致的理论框架,该模型指出 NSSI 具有“人际正强化”功能,即通过自伤获得他人的关注与支持(Nock & Prinstein, 2004)。实证研究支持了这一模型。在一项对 210 名有 NSSI 行为的罪犯进行的半结构化访谈研究中,有 31.3%的自伤个体报告他们通过自伤来促进沟通(Power et al., 2016)。基于此提出本研究的假设 3: 归属感需求在社会排斥和大学生自伤行为的关系中起中介作用。

综上,本研究以自我批评、归属感需求作为中介变量,社会排斥作为自变量,自伤行为作为因变量,探究四者之间的关系。通过从个体认知加工与人际动机双重视角出发,旨在进一步揭示社会排斥作用于自伤行为的心理机制,从而为大学生自伤行为的预防与干预提供理论依据。

## 2. 对象与方法

### 2.1. 对象

本研究以天津某高校大学生为研究对象,采取方便抽样的方式进行调查研究,共发放 550 份问卷,在删除极端值和无效问卷后,共回收问卷 503 份,有效回收率约为 91.45%,其中男生 184 份,女生 319 份。

### 2.2. 方法

#### 2.2.1. 青少年自我伤害量表

本研究采用冯玉(2008)修订的青少年自我伤害量表来测量大学生自伤行为。该量表共包含 18 个项目,分别代表 18 种不同的自伤方式。量表包括自伤次数和自伤程度两个维度,其中自伤次数使用李克特 4 点量表进行评分,自伤程度使用李克特 5 点量表进行评分。最终,综合所有项目的两个维度得分乘积来衡量个体的自伤行为,总分越高表示自伤行为越严重。本研究中,该量表的 Cronbach's  $\alpha$  系数为 0.90。

#### 2.2.2. 大学生社会排斥量表

本研究采用吴惠君等(2013)编制的大学生社会排斥量表,评估大学生的社会排斥程度。该量表共包含 19 个项目,其中 1~10 项测量直接排斥,11~19 项测量间接排斥。量表采用李克特 5 点量表进行评分,总分越高代表个体遭遇的社会排斥越严重。本研究中,该量表的 Cronbach's  $\alpha$  系数为 0.93。

#### 2.2.3. 自我批评量表

本研究采用 Hooley 等(2010)编制的自我批评量表测量大学生的自我批评水平。该量表共包含 8 个项目,采用李克特 7 点量表进行评分,总分越高代表自我批评水平越高。在本研究中,该量表的 Cronbach's  $\alpha$  系数为 0.80。

#### 2.2.4. 归属需求量表

本研究采用 Leary 等(2013)编制的归属需求量表测量大学生的归属感需求水平。该量表共包含 9 个项目,其中 3 个项目(第 1, 2, 6 题)采用反向计分方式。量表采用李克特 7 点量表进行评分,总分越高代表归属感需求水平越高。在本研究中,该量表的 Cronbach's  $\alpha$  系数为 0.92。

### 2.3. 统计处理

本研究采用 SPSS 26.0 软件对数据进行共同方法偏差检验、描述性统计、相关分析,并用 PROCESS

v3.4 的模型 4 对自我批评和归属感需求的中介效应进行检验。

### 3. 结果

#### 3.1. 共同方法偏差检验

本研究采用 Harman 单因子检验法进行共同方法偏差检验。结果显示,特征根大于 1 的因子共有 11 个,其中第一个因子方差解释度为 31.95%,低于 40%,说明本研究不存在明显的共同方法偏差。

#### 3.2. 各变量的相关分析

采用皮尔逊相关分析,探究社会排斥、自我批评、归属感需求及自伤行为的相关关系,结果如表 1 所示。

**Table 1.** Correlation analysis of variables

**表 1.** 各变量的相关分析

变量	社会排斥	自我批评	归属感需求	自伤行为
社会排斥	1			
自我批评	0.66**	1		
归属感需求	0.38**	0.29**	1	
自伤行为	0.52**	0.46**	0.29**	1

注: \*\*\* $p < 0.001$ , \*\* $p < 0.01$ , \* $p < 0.05$ ; 下同。

社会排斥与自我批评( $r = 0.66, p < 0.01$ )、归属感需求( $r = 0.38, p < 0.01$ )、自伤行为( $r = 0.52, p < 0.01$ )呈显著正相关。自我批评与归属感需求( $r = 0.29, p < 0.01$ )呈显著正相关。自伤行为与自我批评( $r = 0.46, p < 0.01$ )、归属感需求( $r = 0.29, p < 0.01$ )呈显著正相关。

#### 3.3. 并行中介作用检验

利用 PROCESS 插件中的模型 4 进行中介效应检验,在分析中将性别和年级作为协变量纳入模型,结果如表 2 所示。

**Table 2.** Tests of the mediation model

**表 2.** 中介模型检验

结果变量	预测变量	拟合指标		系数显著性	
		$R^2$	$F$	$t$	$\beta$
自伤行为	社会排斥	0.27	51.45***	12.18***	0.51
自我批评	社会排斥	0.44	106.36***	17.82***	0.66
归属感需求	社会排斥	0.15	25.01***	8.33***	0.38
	自我批评			3.91***	0.22
自伤行为	归属感需求	0.31	36.33***	2.01*	0.09
	社会排斥			5.92***	0.34

社会排斥可以正向预测自伤行为( $\beta = 0.51, t = 12.18, p < 0.001$ )。社会排斥也可以显著正向预测自我批评( $\beta = 0.66, t = 17.82, p < 0.001$ )和归属感需求( $\beta = 0.38, t = 8.33, p < 0.001$ );将社会排斥、自我批评和归属

感需求同时纳入回归方程, 结果表明, 社会排斥对自伤行为的作用仍然显著( $\beta = 0.34, t = 5.92, p < 0.001$ ); 自我批评能显著正向预测自伤行为( $\beta = 0.22, t = 3.91, p < 0.001$ ); 归属感需求能显著正向预测自伤行为( $\beta = 0.09, t = 2.01, p < 0.05$ )。

此外, 如表 3 所示, 自我批评的中介效应 Bootstrap 95%置信区间为[0.03, 0.12], 不包括 0, 且中介效应值为 0.07, 占总效应的 27.82%, 说明自我批评在社会排斥与大学生自伤行为中起部分中介作用。归属感需求的中介效应的 Bootstrap 95%置信区间为[0.003, 0.03], 不包括 0, 且中介效应值为 0.02, 占总效应的 6.66%, 说明归属感需求在社会排斥与大学生自伤行为中起部分中介作用。中介模型见图 1。

Table 3. Decomposition of total effect, direct effect and mediating effect

表 3. 总效应、直接效应及中介效应分解表

效应类型	效应值	Boot 标准误	BootCI 下限	BootCI 上限	相对效应值
总效应	0.26	0.02	0.22	0.30	
直接效应	0.17	0.03	0.11	0.23	65.93%
自我批评	0.07	0.03	0.03	0.12	27.82%
归属感需求	0.02	0.01	0.003	0.03	6.66%

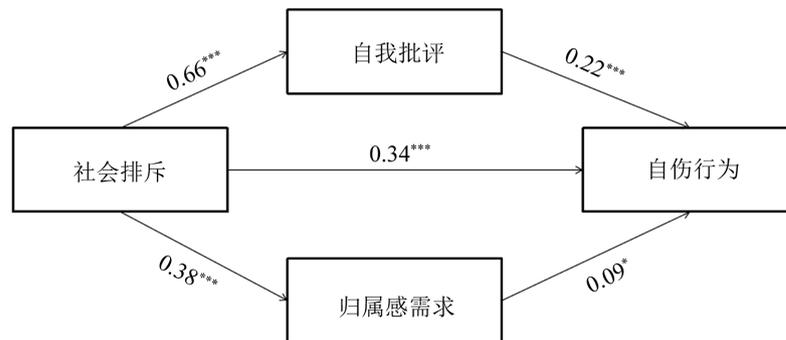


Figure 1. Parallel mediation model diagram

图 1. 并行中介模型图

#### 4. 讨论

本研究发现, 社会排斥可以正向预测大学生自伤行为, 并且自我批评与归属感需求在社会排斥与大学生自伤行为之间发挥并行中介作用, 为深入理解大学生自伤行为的心理机制提供了理论依据。

首先, 本研究发现社会排斥不仅与大学生自伤行为之间存在显著相关, 而且社会排斥能够预测大学生自伤行为的水平。这一结果表明, 个体在社会环境中越频繁或越严重地遭遇排斥, 其自伤行为发生的风险越高。这与以往关于社会排斥与 NSSI 的研究结果一致(张嘉旗等, 2017; Wang et al., 2024)。从理论角度来看, 自伤的人际或系统模型(the interpersonal/systemic model)强调个体自伤是为了缓解人际压力或解决人际问题(舒梓玥等, 2025), 社会排斥作为一种普遍的人际压力, 可能构成了大学生自伤行为的一个重要风险因素。

其次, 本研究发现自我批评在社会排斥与大学生自伤行为关系中起部分中介作用, 验证了假设 2。具体来说, 社会排斥能够显著正向预测个体的自我批评水平, 这与王玉龙等(2020)的研究结果类似——社会排斥会诱发被排斥者的羞耻感, 即对“我不好”的典型情绪反应。有研究指出, 羞耻感与自我批评高度相关, 具有跨诊断性(Nicola et al., 2016), 提示个体在遭受社会排斥后更容易产生负性自我评价。进一步,

自我批评显著正向预测自伤行为，这可能是由于，频繁经历社会排斥会促使个体将“我不好”的负性自我评价内化为稳定的负性自我认知，高自我批评个体在遭受社会排斥时容易激活这一认知，从而通过自伤行为对自我进行惩罚。这一机制与自伤的自我缺陷模型相符(Hooley et al., 2010)，该模型表明自我批评是负性事件影响自伤行为的重要认知机制。

此外，本研究发现归属感需求在社会排斥与自伤行为关系中也发挥部分中介作用，验证了假设3。具体而言，社会排斥可以显著正向预测个体的归属感需求水平，即经历排斥的大学生更加渴望与他人建立稳定和积极的联系。这一结果与前人研究类似，例如杨强等人发现社会排斥能够正向预测大学生的归属感需求(杨强等, 2018)。进一步，归属感需求水平正向预测自伤行为。此结果与自伤的四功能模型(The four-function model)相符，即部分个体通过自伤来获取他人关注以满足归属感需求，实现自伤的“人际正强化”功能(Nock & Prinstein, 2004)。这表明，社会排斥可能通过强化个体的归属感需求，并在其应对资源或社会技能不足的情况下，促使部分大学生将自伤作为获取他人关注和联结的方式，从而进一步增加自伤行为的可能性。

综上，本研究从个体认知加工与人际动机的视角揭示了社会排斥对大学生自伤行为的作用机制：社会排斥不仅可通过直接效应增加自伤风险，还可通过提高自我批评水平和激活归属感需求，进一步影响自伤行为。这一发现提示干预工作应从两个层面展开：一方面，学校和社会环境应减少对大学生的排斥体验，关注个体的社会交往和情感需求；另一方面，应重视大学生正向自我认知和有效人际交往技能的培养，例如降低自我批评水平，建立健康的归属感满足方式，引导其以恰当方式融入集体等，从而有助于预防自伤行为的发生。

本研究仍存在一定局限。首先，本研究采用横断面调查法，无法确定因果关系，未来可结合纵向设计或实验干预研究，进一步验证社会排斥对自伤行为的因果影响及机制。其次，本研究未测量抑郁或焦虑水平，因此不能完全排除社会排斥、自我批评及归属感需求对自伤行为的作用部分可能由负性情绪驱动。未来研究可在模型中加入抑郁和焦虑变量，作为协变量控制，以进一步验证社会排斥及其心理机制在预测大学生自伤行为中的独特作用。尽管如此，本研究仍从自我认知和人际动机的双重视角揭示了社会排斥通过自我批评和归属感需求影响自伤的可能机制，为大学生自伤行为的干预提供了理论依据。

## 5. 结论

- (1) 社会排斥能显著正向预测大学生自伤行为。
- (2) 自我批评和归属感需求在社会排斥和大学生自伤行为之间起并行中介作用。

## 基金项目

本文受天津师范大学研究生科研创新项目(立项号：2025KYCX062Y)资助。

## 参考文献

- 冯玉(2008). *青少年自我伤害行为与个体情绪因素和家庭环境因素的关系*. 硕士学位论文, 武汉: 华中师范大学.
- 江光荣, 于丽霞, 郑莺, 冯玉, 凌霄(2011). 自伤行为研究: 现状、问题与建议. *心理科学进展*, 19(6), 861-873.
- 李沛沛, 黄程, 寇彧(2017). 社会排斥与个体助人意愿: 归属感需求的调节作用. *中国临床心理学杂志*, 25(4), 597-602.
- 潘珍, 毛绍菊, 唐寒梅, 傅燕艳, 孙玮璇, 廖志林, 黄鹏(2016). 中国大学生非自杀性自伤检出率的 Meta 分析. *中国学校卫生*, 37(6), 878-881.
- 舒梓玥, 王玉龙, 王欣辰, 贺娟(2025). 社会排斥对青少年自伤的影响: 消极情绪的纵向中介作用. *中国临床心理学杂志*, 33(3), 516-521.
- 宋娟, 焦志彬, 杨雪, 韩高鑫, 陈祎玥, 连涛, 梁竞元(2024). 共同经历社会排斥提高女性合作倾向: 基于 fNIRS 的超

- 扫描研究. *心理与行为研究*, 22(4), 553-561.
- 王玉龙, 陈慧玲, 袁燕(2020). 社会排斥对青少年自伤的影响: 羞耻感的中介和认知重评的调节. *心理科学*, 43(2), 333-339.
- 吴惠君, 张姝玥, 曾宇倩(2013). 大学生社会排斥问卷的编制与信效度检验. *中国健康心理学杂志*, 21(12), 1829-1831.
- 杨强, 王晓敏(2018). 社会排斥对拟人化沟通产品购买意愿的影响研究——基于归属感缺失的中介作用. *经营与管理*, (4), 125-130.
- 张嘉旗, 李欢欢, 沈程峰, 王雪薇, 张玲玉, 华越尔(2017). 大学生社会拒绝与蓄意自我伤害的关系: 一个中介和调节效应的混合模型. *中国临床心理学杂志*, 25(4), 763-767.
- Baumeister, R. F., Brewer, L. E., Tice, D. M., & Twenge, J. M. (2007). Thwarting the Need to Belong: Understanding the Interpersonal and Inner Effects of Social Exclusion. *Social and Personality Psychology Compass*, 1, 506-520. <https://doi.org/10.1111/j.1751-9004.2007.00020.x>
- Baumeister, R. F., DeWall, C. N., Ciarocco, N. J., & Twenge, J. M. (2005). Social Exclusion Impairs Self-Regulation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 88, 589-604. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.88.4.589>
- Cui, S., & Bao, Q. (2025). The Relationship between Parental Psychological Control and College Students' Non-Suicidal Self-Injury: The Chain Mediation Roles of Relative Deprivation and Depression and the Moderating Role of Peer Relationships. *Behavioral Sciences*, 15, Article 729. <https://doi.org/10.3390/bs15060729>
- Glassman, L. H., Weierich, M. R., Hooley, J. M., Deliberto, T. L., & Nock, M. K. (2007). Child Maltreatment, Non-Suicidal Self-Injury, and the Mediating Role of Self-Criticism. *Behaviour Research and Therapy*, 45, 2483-2490. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2007.04.002>
- Hooley, J. M., Ho, D. T., Slater, J., & Lockshin, A. (2010). Pain Perception and Nonsuicidal Self-Injury: A Laboratory Investigation. *Personality Disorders: Theory, Research, and Treatment*, 1, 170-179. <https://doi.org/10.1037/a0020106>
- Kiekens, G., Hasking, P., Claes, L., Boyes, M., Mortier, P., Auerbach, R. P. et al. (2019). Predicting the Incidence of Non-Suicidal Self-Injury in College Students. *European Psychiatry*, 59, 44-51. <https://doi.org/10.1016/j.eurpsy.2019.04.002>
- Leary, M. R., Kelly, K. M., Cottrell, C. A., & Schreindorfer, L. S. (2013). Construct Validity of the Need to Belong Scale: Mapping the Nomological Network. *Journal of Personality Assessment*, 95, 610-624. <https://doi.org/10.1080/00223891.2013.819511>
- Liao, X., Xine, L., & Ni, J. (2025). Cross-Sectional Study of Cybervictimisation and Non-Suicidal Self-Injury among College Students in China: A Chain Mediation Effect of Emotion Dysregulation and Social Exclusion. *BMJ Open*, 15, e087346. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2024-087346>
- Nicola, H., Zuroff, D. C., Kopala-Sibley, D. C., Kelly, A. C., Matos, M., Gilbert, P. et al. (2016). Ability to Receive Compassion from Others Buffers the Depressogenic Effect of Self-Criticism: A Cross-Cultural Multi-Study Analysis. *Personality and Individual Differences*, 98, 324-332. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.04.055>
- Nock, M. K. (2009). Why do People Hurt Themselves? New Insights into the Nature and Functions of Self-Injury. *Current Directions in Psychological Science*, 18, 78-83.
- Nock, M. K., & Prinstein, M. J. (2004). A Functional Approach to the Assessment of Self-Mutilative Behavior. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 72, 885-890. <https://doi.org/10.1037/0022-006x.72.5.885>
- Park, Y., & Ammerman, B. A. (2023). For Better or Worse: The Role of Cognitive Flexibility in the Association between Nonsuicidal Self-Injury and Suicide Attempt. *Journal of Psychiatric Research*, 158, 157-164. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2022.12.040>
- Pimenta, A. R. R. B., Coelho, C., Fumega, D. F. M., & Gonçalves, S. F. (2025). Assessment of Suicide Risk and Nonsuicidal Self-Injury in College Students. *Clinical Psychologist*, 29, 93-102. <https://doi.org/10.1080/13284207.2025.2453196>
- Power, J., Smith, H. P., & Beaudette, J. N. (2016). Examining Nock and Prinstein's Four-Function Model with Offenders Who Self-Injure. *Personality Disorders: Theory, Research, and Treatment*, 7, 309-314. <https://doi.org/10.1037/per0000177>
- Wang, H. Q., Yu, P., Sun, H. L., Zhang, Z. W., & Zhu, Y. Q. (2024). The Relationship between Social Exclusion and Non-Suicidal Self-Injury (NSSI) of College Students: The Mediating Effect of Rumination. *Current Psychology*, 43, 24969-24976. <https://doi.org/10.1007/s12144-024-06206-y>
- Williams, K. D. (2009). Ostracism: A Temporal Need-Threat Model. *Advances in Experimental Social Psychology*, 41, 275-314.
- Williams, K. D., & Jarvis, B. (2006). Cyberball: A Program for Use in Research on Interpersonal Ostracism and Acceptance. *Behavior Research Methods*, 38, 174-180. <https://doi.org/10.3758/bf03192765>