Advances in Psychology 心理学进展, 2026, 16(11), 189-198
Published Online November 2026 in Hans. https://www.hanspub.org/journal/ap
https://doi.org/10.12677/ap.2026.1611540

Hans汉斯

社会排斥与大学生社交回避的关系：社交焦虑的中介作用与共同反刍的调节作用

章宸烨

贵州师范大学心理学院，贵州 贵阳

收稿日期：2026年9月28日；录用日期：2026年11月2日；发布日期：2026年11月13日

摘　要

本研究旨在探讨社会排斥对大学生社交回避的影响，并检验社交焦虑的中介作用及共同反刍的调节作用。采用方便抽样法向682位在校大学生发放问卷，使用大学生社会排斥问卷、社交回避及苦恼量表、青少年社交焦虑量表和中文简版共同反刍问卷施测。结果表明：1) 社会排斥显著正向预测社交回避；2) 社交焦虑起部分中介作用，间接效应值为0.08，95%置信区间为[0.07, 0.10]，占总效应的57.14%；3) 共同反刍显著调节社会排斥对社交焦虑的影响，高共同反刍个体的中介效应高于低水平。研究显示，社会排斥与大学生社交回避存在正向关联，社交焦虑在其中具有一定的中介作用；共同反刍水平较高的个体，其社会排斥与社交焦虑之间的关联更强，可为高校干预大学生社交回避提供依据。

关键词

社会排斥，社交焦虑，共同反刍，社交回避

The Relationship between Social Exclusion and Social Avoidance among College Students: The Mediating Role of Social Anxiety and the Moderating Role of Co-Rumination

Chenye Zhang

School of Psychology, Guizhou Normal University, Guiyang Guizhou

Received: September 28, 2026; accepted: November 2, 2026; published: November 13, 2026

文章引用: 章宸烨(2026). 社会排斥与大学生社交回避的关系: 社交焦虑的中介作用与共同反刍的调节作用. *心理学进展, 16(11),* 189-198. DOI: 10.12677/ap.2026.1611540

Abstract

This study aimed to examine the effect of social exclusion on social avoidance among college students, and to test the mediating role of social anxiety and the moderating role of co-rumination. A convenience sampling method was used to distribute questionnaires to 682 college students, who completed the College Students' Social Exclusion Questionnaire, the Social Avoidance and Distress Scale, the Social Anxiety Scale for Adolescents, and the Chinese brief version of the Co-Rumination Questionnaire. The results showed that: 1) social exclusion significantly and positively predicted social avoidance; 2) social anxiety played a partially mediating role, with an indirect effect of 0.08, 95% CI [0.07, 0.10], accounting for 57.14% of the total effect; and 3) co-rumination significantly moderated the effect of social exclusion on social anxiety, and the mediating effect was larger for individuals with high co-rumination than for those with low co-rumination. These findings suggest that social exclusion was positively associated with social avoidance among college students, and that social anxiety played a partial mediating role in this association; moreover, the association between social exclusion and social anxiety was stronger among individuals with higher levels of co-rumination, which may provide a basis for interventions aimed at alleviating college students' social avoidance.

Keywords

Social Exclusion, Social Anxiety, Co-Rumination, Social Avoidance

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. 引言

社会排斥(social exclusion)是指个体被某一社会团体或他人排斥或拒绝，其归属需求和关系需求受到阻碍的现象和过程(杜建政，夏冰丽，2008)。这一概念最早源于社会学对贫困与社会剥夺的讨论，其内涵由物质层面逐步向社会文化层面演进，并逐渐成为社会心理学关注的核心议题(代利凤，2006)。从需求满足的角度看，社会排斥剥夺的是人类最基本的归属需要(Baumeister & Leary, 1995)。Williams 等(2000)提出的需求–威胁时间模型进一步刻画了排斥发生后的心理过程：在反射性阶段，个体的归属感、自尊、控制感和有意义的存在感会立即受到威胁并体验到社交疼痛；在反思性阶段，个体开始评估排斥的原因与伤害并思考应对方式；如果排斥长期持续，个体则进入退避阶段，表现出持续的社会退缩(Williams & Nida, 2022)。已有研究表明，社会排斥会同时影响个体的认知、情绪与人际行为。大学生正处于从青春期晚期向成年早期过渡的阶段，社交重心从家庭转向同伴群体，对排斥线索的知觉也更为敏感，是遭受社会排斥的高危群体(Leary et al., 2003)。国内研究亦发现，大学生感知到的社会排斥与其自杀意念、社交焦虑等适应不良指标显著相关(Zhu et al., 2024)。

社会退缩(social withdrawal)是个体在各种情境中主动将自己从社会互动中隔离出来的行为倾向，依据社交趋近动机与社交回避动机的不同组合，可进一步区分为羞怯、社交淡漠与社交回避三种亚型(Asendorpf, 1990; Coplan & Armer, 2007; Coplan et al., 2015)。其中，社交回避(social avoidance)以低社交趋近动机和高社交回避动机为核心特征，表现为对潜在社交伤害的预防性规避(Coplan et al., 2013; Sang et al., 2018)。与高趋近与高回避并存的羞怯、低趋近与低回避并存的社交淡漠相比，社交回避反映的是个体为

避免再次受到伤害而主动抑制交往意愿的倾向，在大学生群体中与孤独感、抑郁情绪以及自杀意念、自伤行为等适应不良结果密切相关(Nelson, 2013)。

社会排斥与社交回避之间的联系可能并非直接发生，而是通过社交焦虑这一内部心理状态得以传递。Clark 和 Wells (1995)提出的社交焦虑认知行为模型指出，社交行为不仅受外部情境的影响，还受到负面认知图式、威胁感知与安全行为策略的共同驱动。社会排斥作为典型的负面社交情境，会激活个体关于被拒绝、无价值的内在信念，使注意资源由外部情境转向自我监控，并将自身的生理唤起解读为失败即将发生的信号，从而形成较高水平的社交焦虑(Leary, 1990)。实验研究也发现，高社交焦虑个体在被排斥后，其负面情绪与威胁感知的恢复更为缓慢(Zadro et al., 2006)。国内以大学生为对象的研究同样显示，社会排斥能够显著正向预测社交焦虑，并且这种影响会通过负面评价恐惧等认知因素传递(贾彦茹等，2019)。当社交焦虑被激活后，个体会预期社交情境中较高的评价风险，并倾向于通过回避来降低即时的焦虑体验；已有研究表明，回避是维持社交焦虑的重要行为策略，高社交焦虑个体在日常生活与实验室任务中均表现出更强的回避倾向(Hofmann, 2007; Rodebaugh et al., 2024)。

情绪调节理论认为，个体对负面情绪的调节方式会直接影响情绪体验的强度与持续时间，非适应性的调节策略会延长并加剧负面情绪(Gross, 1998)。共同反刍(co-rumination)是一种典型的人际取向的非适应性情绪调节方式，指个体与重要他人反复、持续地讨论同一问题，反复推测问题成因并聚焦负面感受，却较少指向问题解决(Rose, 2002)。元分析发现，反刍类的情绪调节策略与焦虑、抑郁等内化问题关系密切(Aldao et al., 2010)。共同反刍虽有助于增进友谊亲密感，但同时会显著提升个体的内化问题水平，这一“双刃剑”效应在青少年与大学生群体中均得到验证(Calmes & Roberts, 2008; Jose et al., 2012)。观察研究进一步表明，共同反刍水平较高的个体在经历负面事件后，更容易陷入反复讨论细节与负面感受的循环(Rose et al., 2014)。据此推测，共同反刍可能构成社会排斥影响社交焦虑的边界条件，在面对同等程度的社会排斥时，高共同反刍的个体更可能通过与同伴反复讨论被排斥的细节，持续聚焦负面感受并强化“社交情境具有威胁性”的信念，从而体验到更强的社交焦虑。

综上所述，本研究采用横断面问卷调查，检验社交焦虑与共同反刍在社会排斥影响大学生社交回避过程中的中介与调节作用。

2. 研究方法

2.1. 研究对象

采用方便取样，通过线上和线下共发放问卷 682 份，剔除乱答、作答时间过短、明显规律作答问卷，最终回收问卷 636 份，有效率为 93.3%。其中男生 249 人(39.2%)，女生 387 人(60.8%)；年龄范围：19~25 岁 623 (98.0%)人，26~30 岁 13 人(2.0%)；大一 98 人(15.3%)，大二 208 人(32.6%)，大三 199 (31.1%)人，大四 94 人(14.7%)，研究生 40 人(6.3%)。

2.2. 研究工具

2.2.1. 大学生社会排斥问卷

采用吴惠君等(2013)编制的《大学生社会排斥问卷》，共 19 个条目，包含直接排斥与间接排斥两个维度。问卷采用 5 点计分，1 分表示“从未”，5 分表示“总是”，总分越高表明个体所经历的社会排斥越严重。在本研究中，该问卷的 Cronbach’s α 系数为 0.96。

2.2.2. 社交回避及苦恼量表

采用戴晓阳(2010)修订的《社交回避及苦恼量表》，选取其中的回避分量表测量社交回避。原量表共

28 个条目，回避分量表包含 14 个条目，采用“是/否”二分计分，其中 7 个条目为反向计分题(第 4、9、14、16、22、25、27 题)，得分越高表明个体的社交回避倾向越强。在本研究中，该分量表的 Cronbach’s α 系数为 0.94。

2.2.3. 青少年社交焦虑量表

采用朱海东(2008)修订的《青少年社交焦虑量表》，共 13 个条目，包含害怕负面评价、一般情境下社会回避及苦恼、陌生情境下社会回避及苦恼三个维度。量表采用 5 点计分，得分越高表明社交焦虑程度越严重。在本研究中，该量表的 Cronbach’s α 系数为 0.93。

2.2.4. 中文简版共同反刍问卷

采用张云雪等(2021)修订的中文简版共同反刍问卷，共 9 个条目，采用 5 点计分，得分越高表明个体的共同反刍水平越高。在本研究中，该问卷的 Cronbach’s α 系数为 0.91。

2.3. 统计分析

本研究采用 SPSS 27.0 以及 PROCESS 4.1 宏插件对变量进行共同方法偏差检验、描述性统计、相关分析以及调节效应分析。

3. 结果

3.1. 共同方法偏差检验

为检验自评量表调查是否存在共同方法偏差的问题，采用 Harman 单因素检验法进行共同方法偏差的检验。结果显示特征值大于 1 的因子有 6 个，其中第一个因子解释了 33.1%的变异量，小于 40%的临界标准，表明不存在共同方法偏差的问题。

3.2. 描述性统计与相关分析

本研究中被试在各主要变量上的平均数、标准差及变量间相关系数如表 1 所示。结果表明各主要变量之间在统计学上均存在显著正相关。

Table 1. Means, standard deviations, and correlations among the study variables
表 1. 各变量的平均数、标准差和相关系数

	平均数	标准差	1	2	3	4
1) 社会排斥	48.83	18.06	1			
2) 社交回避	7.59	5.30	0.442**	1		
3) 社交焦虑	39.63	12.79	0.499**	0.654**	1	
4) 共同反刍	30.07	8.55	0.113**	0.266**	0.280**	1

注：N = 636，$^{*}p < 0.05$，$^{**}p < 0.01$，$^{***}p < 0.001$ (下同)。

3.3. 中介效应检验

以社会排斥为自变量，社交回避作为因变量，社交焦虑作为中介变量，同时，将年级、年龄、性别、户口地、是否独生子女作为控制变量。采用 Hayes 编制的 PROCESS 程序，选取 5000 个 bootstrap 样本，在社会排斥与社交回避的关系中，检验社交焦虑的中介作用。结果见表 2，方程一中，以社交回避为结果变量，社会排斥显著正向预测社交回避($\beta = 0.46, p < 0.001$)；方程二中，以社交焦虑为结果变量，社会排

斥显著正向预测社交焦虑($\beta = 0.52, p < 0.001$)；方程三中，以社交回避为结果变量，社会排斥仍显著正向预测回避($\beta = 0.17, p < 0.001$)，同时焦虑显著正向预测回避($\beta = 0.55, p < 0.001$)；这说社交明焦虑在社会排斥与社交回避之间起着部分中介的作用，如图 1 所示。

Table 2. Regression analysis of the mediating role of social anxiety
表 2. 社交焦虑中介作用的回归分析

回归方程		整体拟合指标			回归系数显著性		
结果变量	预测变量	R	R^2	F (df)	β	SE	t
社交回避	年级	0.49	0.24	33.49*** (6)	0.10	0.17	2.73***
	性别				0.14	0.39	3.89***
	年龄				−0.03	1.33	−0.74
	户口地				0.05	0.40	1.47
	是否独生				0.08	0.40	2.17*
	社会排斥				0.46	0.01	13.03***
社交焦虑	年级	0.53	0.28	40.98*** (6)	0.07	0.41	1.91
	性别				0.11	0.91	3.21**
	年龄				−0.04	3.12	−1.08
	户口地				0.10	0.93	2.80**
	是否独生				0.01	0.95	0.28
	社会排斥				0.52	0.02	15.18***
社交回避	年级	0.68	0.46	77.11*** (7)	0.06	0.15	2.02*
	性别				0.08	0.33	2.54*
	年龄				−0.01	1.12	−0.18
	户口地				0.00	0.34	−0.05
	是否独生				0.07	0.34	2.39*
	社会排斥				0.17	0.01	4.92***
	社交焦虑				0.55	0.01	16.03***

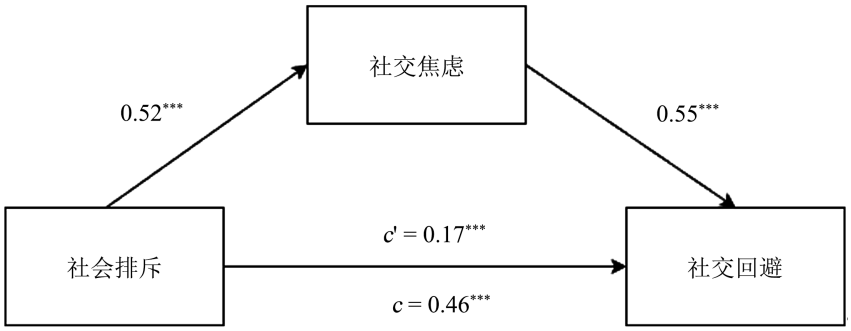


Figure 1. The mediating role of social anxiety
图 1. 社交焦虑的中介作用

采用 Bootstrapping 法检验社交焦虑的中介效应，中介效应分析如表 3，中介效应值 β = 0.08，95%的置信区间[0.07, 0.10]，不包括 0，间接效应占总效应的 57.14%，社交焦虑在社会排斥与社交回避的关系间具有部分中介作用。

Table 3. Mediation analysis of social anxiety
表 3. 社交焦虑的中介效应分析

	效应值	标准误	Bootstrap 95% CI		占总效应比
			下限	上限	
总效应	0.14	0.01	0.16	0.46	
直接效应	0.05	0.01	0.03	0.07	
间接效应	0.08	0.01	0.07	0.10	57.14%

3.4. 调节效应检验

据温忠麟和叶宝娟(2014)提出的检验方法，探讨社会排斥通过社交焦虑影响社交回避的模型是否受到共同反刍的调节作用。结果见表 4，以社交焦虑为因变量，社会排斥与共同反刍的交互项显著正向预测社交焦虑(β = 0.01, $p < 0.05$)。

Table 4. The moderating role of co-rumination
表 4. 共同反刍的调节作用

回归方程		整体拟合指标			回归系数显著性		
结果变量	预测变量	R	R2	F (df)	β	SE	t
社交焦虑	年级	0.57	0.33	38.69 (8)	0.45	0.40	1.13
	性别				2.22	0.89	2.51*
	年龄				−4.65	3.02	−1.54
	户口				2.35	0.90	2.60**
	独生				0.56	0.92	0.61
	社会排斥				0.33	0.02	13.42***
	共同反刍				0.33	0.05	6.50***
	社会排斥 × 共同反刍				0.01	0.00	2.68**

为进一步检验有调节的中介作用，将共同反刍按照 M ± SD 分为高、中、低三组，根据表 5 可知，共同反刍得分的高、中、低组中，社会排斥通过社交焦虑对社交回避有显著影响，并且低分组的效应(0.06)低于中分组效应(0.08)低于高分组(0.09)。简单斜率图如图 2 所示，对于高共同反刍水平的个体而言，其社会排斥与社交焦虑之间的斜率绝对值较大，而对于低共同反刍水平的个体而言，其社会排斥与社交焦虑之间的斜率绝对值较小。因此，共同反刍正向调节社会排斥对社交焦虑的正向影响。总之，共同反刍对社会排斥通过社交焦虑对社交回避的间接效应有显著的调节作用。

Table 5. Conditional indirect effects at different levels of co-rumination
表 5. 不同共同反刍水平的中介效应

共同反刍	中介效应值	Boot SE	Boot LLCI	Boot ULCI
M − 1SD	0.06	0.01	0.04	0.08
M	0.08	0.01	0.06	0.09
M + 1SD	0.09	0.01	0.07	0.11

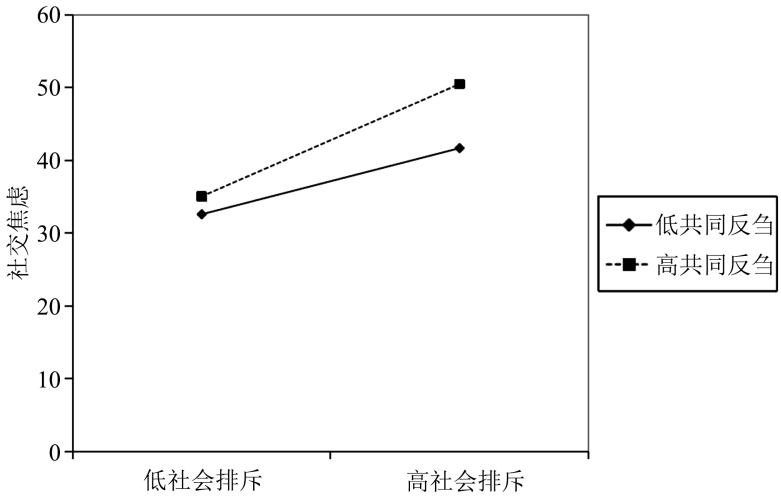


Figure 2. Simple slope plot
图 2. 简单斜率图

4. 讨论

4.1. 社会排斥与社交回避的关系

本研究的结果支持了社会排斥正向预测大学生社交回避的假设。这一结果与需求–威胁时间模型的预期一致：长期或反复的排斥会使个体进入退避阶段，主动减少人际接触以减少再次受挫的可能(Williams & Nida, 2022)。从社会退缩的亚型结构来看，社交回避的核心是低社交趋近动机与高社交回避动机的组合(Coplan et al., 2013)，而社会排斥恰恰同时削弱了接近他人的动机并提高了规避伤害的动机，因而成为社交回避形成的直接推动因素。

值得注意的是，已有研究在排斥后的行为指向上存在分歧，一部分研究发现被排斥者会表现出更多的亲社会行为(Lakin et al., 2008; Maner et al., 2007)。本研究的结果更支持防御性反应的观点(Molden et al., 2009; Ren et al., 2016)。两种结果之间的张力可能来自测量对象的差异：以社会退缩的整体倾向或社交意愿为指标时，容易同时包含寻求重新联结与回避接触两种动机；而本研究聚焦于社交回避这一特定亚型，能够更清晰地反映排斥后的防御性行为指向。

4.2. 社交焦虑的中介作用

本研究发现，社交焦虑在社会排斥与社交回避之间起部分中介作用，间接效应占总效应的 57.14%。这一结果与社交焦虑的认知行为模型相契合(Clark & Wells, 1995)。社会排斥作为一种具有评价威胁性的负面社交经历，会激活个体关于被拒绝与无价值的内在信念，使个体将注意力从外部情境转向自我监控，并对自身的生理唤起作出威胁性解释，从而提升社交焦虑水平(Leary, 1990)。国内以大学生为对象的研究

也发现，社会排斥能够通过负面评价恐惧等认知因素预测更强的社交焦虑(贾彦茹等，2019)。

当社交焦虑被激活后，回避成为降低当下焦虑体验的直接策略。高社交焦虑个体倾向于预期较高的评价风险，因而回避可能被评价的社交情境(Hofmann, 2007; Rodebaugh et al., 2024)。这种回避虽然可以在短期内缓解不适，却也剥夺了个体获得与预期相反的反馈的机会，使“社交情境具有威胁性”的信念难以被修正，进而形成“排斥–焦虑–回避–更少社交反馈”的循环。中介效应的成立说明社交焦虑是社会排斥影响社交回避的重要心理机制，也为从认知层面开展干预提供了切入点。

4.3. 共同反刍的调节作用

研究结果还显示，共同反刍显著调节了社会排斥对社交焦虑的影响，表现为高共同反刍个体的社会排斥对社交焦虑的预测作用更强，且社会排斥经由社交焦虑影响社交回避的间接效应随共同反刍水平升高而增大。这与情绪调节的视角相一致：共同反刍作为一种非适应性的情绪调节方式，虽然有助于增进友谊亲密感，却会延长并放大负面情绪体验(Aldao et al., 2010; Rose, 2002)。在经历社会排斥之后，高共同反刍的个体更可能与同伴反复讨论被排斥的细节、反复推测原因并聚焦负面感受，这一过程不断强化个体对社交情境的威胁性认知，从而进一步推高社交焦虑(Rose et al., 2014)。

需要谨慎指出的是，本研究所观察到的调节效应还存在一种替代解释。共同反刍与特质焦虑、负性情感及一般性的情绪调节困难存在稳定相关(Aldao et al., 2010)，因此高共同反刍的个体本身可能具备更高的焦虑易感性，在面对任何负性事件时都更容易表现出较强的焦虑反应。如果这一解释成立，交互项反映的将是一种较为普遍的易感性，而非对社会排斥的特异性反应。本研究无法完全排除这一可能：一方面，研究未测量特质焦虑、负性情感或一般情绪调节能力，无法在统计上将其分离；另一方面，研究未设置非人际性质的负性事件作为对照条件，无法直接比较调节效应在不同应激源上的差异。

尽管如此，仍有若干线索提示该效应具有一定的人际特异性。第一，共同反刍的定义核心在于“与他人共同”对负面情绪进行反复加工，其内容与功能本身嵌于人际情境之中(Rose, 2002)，与泛化的情绪宣泄或独自反刍并不等同；第二，共同反刍对人际压力的作用较为突出，其模式与个体化反刍存在差异(Rose et al., 2014)；第三，本研究的交互效应在控制性别、年级、户口地等变量后依然显著，而性别是共同反刍最主要的人口学相关因素之一(Calmes & Roberts, 2008)，这在一定程度上说明该效应并非仅由共同反刍的性别分布差异所驱动。

4.4. 研究意义与实践启示

在理论层面，本研究将社会退缩的亚型视角与社交焦虑的认知行为模型结合起来，回应了社会排斥后行为指向的争议，说明社会排斥对大学生社交回避的影响是通过社交焦虑实现的，并且受到共同反刍这一人际情绪调节特征的调节。这一有调节的中介模型同时刻画了社会排斥影响社交回避的内部机制与边界条件。

在实践层面，研究结果提示高校心理健康教育应重视两方面工作。一是关注社会排斥经历对学生的影响，尤其是宿舍关系疏离、同伴排挤等日常排斥情境，及时识别在人际互动中长期处于边缘位置的学生；二是关注学生之间的情绪互动方式，引导学生觉察反复讨论负面事件所带来的情绪代价，减少共同反刍式的交流，转而发展指向问题解决的应对策略。同时，鉴于社交焦虑在路径中的中介作用，针对评价恐惧、自我聚焦注意等认知成分的干预，可能比单纯鼓励学生“多参加活动”更为有效。

5. 研究局限性

本研究存在以下局限。第一，研究采用横断问卷设计，虽然中介与调节效应的检验以理论推导为基础，但无法确定变量之间的时间顺序与因果方向，未来需要通过实验操纵社会排斥或社交焦虑水平，进

一步检验因果路径。第二，数据全部来自自我报告，虽然共同方法偏差检验结果可以接受，但社交回避仍可能受到社会赞许性的影响，未来可引入行为指标以提高测量的客观性。第三，样本来源较为集中，主要为在校大学生，研究结论向其他年龄阶段人群推广时需要谨慎。第四，本研究仅考察了共同反刍对前半路径的调节作用，未来研究可同时考察其对直接路径与后半路径的调节，并纳入焦虑、抑郁、孤独感等潜在混杂因素，以更完整地刻画社会排斥影响社交回避的边界条件。此外，本研究未测量特质焦虑与一般负性情感等易感性指标，也未设置非人际负性事件作为对照条件，因而无法确认共同反刍的调节作用是否特异于社会排斥这一应激源。

6. 结论

本研究以 636 名大学生为对象，检验了社会排斥影响社交回避的中介机制与调节条件。结果显示，社会排斥显著正向预测大学生的社交回避；社交焦虑在社会排斥与社交回避之间起部分中介作用，即社会排斥通过提升社交焦虑水平进而增加社交回避倾向；共同反刍显著调节社会排斥对社交焦虑的影响，并进一步调节社会排斥经由社交焦虑影响社交回避的间接效应，高共同反刍个体的中介效应更强。

上述结果表明，社会排斥经历与大学生社交回避之间的关系既取决于个体的社交焦虑水平，也受到其与同伴互动方式的调节。高校在开展心理健康教育与社交适应干预时，可同时关注学生的排斥经历、社交焦虑体验以及同伴间的情绪互动模式，帮助学生减少防御性回避，逐步恢复适应性的人际参与。

参考文献

代利凤(2006). 社会排斥理论综述. *当代经理人, (7),* 229-231.

戴晓阳(2010). *常用心理评估量表手册*. 人民军医出版社.

杜建政, 夏冰丽(2008). 心理学视野中的社会排斥. *心理科学进展, (6),* 981-986.

贾彦茹, 张守臣, 金童林, 张璐, 赵思琦, 李琦(2019). 大学生社会排斥对社交焦虑的影响: 负面评价恐惧与人际信任的作用. *心理科学, 42(3),* 653-659.

温忠麟, 叶宝娟(2014). 有调节的中介模型检验方法: 竞争还是替补? *心理学报, 46(5),* 714-726.

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.

张云雪, 解子惠, 吕高荣, 申世玉, 厉萍(2021). 中文简版共同反刍问卷在 1354 名护生中应用的信效度评价. *山东大学学报(医学版), 59(7),* 85-90+96.

朱海东(2008). *青少年依恋与社交焦虑的关系研究*. 硕士学位论文, 重庆: 西南大学.

Aldao, A., Nolen-Hoeksema, S., & Schweizer, S. (2010). Emotion-Regulation Strategies across Psychopathology: A Meta-Analytic Review. *Clinical Psychology Review, 30,* 217-237. https://doi.org/10.1016/j.cpr.2009.11.004

Asendorpf, J. B. (1990). Beyond Social Withdrawal: Shyness, Unsociability, and Peer Avoidance. *Human Development, 33,* 250-259. https://doi.org/10.1159/000276522

Baumeister, R. F., & Leary, M. R. (1995). The Need to Belong: Desire for Interpersonal Attachments as a Fundamental Human Motivation. *Psychological Bulletin, 117,* 497-529. https://doi.org/10.1037/0033-2909.117.3.497

Calmes, C. A., & Roberts, J. E. (2008). Rumination in Interpersonal Relationships: Does Co-Rumination Explain Gender Differences in Emotional Distress and Relationship Satisfaction among College Students? *Cognitive Therapy and Research, 32,* 577-590. https://doi.org/10.1007/s10608-008-9200-3

Clark, D. M., & Wells, A. (1995). A Cognitive Model of Social Phobia. In R. G. Heimberg, M. R. Liebowitz, D. A. Hope, & F. R. Schneier (Eds.), *Social Phobia: Diagnosis, Assessment, and Treatment* (pp. 69-93). The Guilford Press.

Coplan, R. J., & Armer, M. (2007). A "Multitude" of Solitude: A Closer Look at Social Withdrawal and Nonsocial Play in Early Childhood. *Child Development Perspectives, 1,* 26-32. https://doi.org/10.1111/j.1750-8606.2007.00006.x

Coplan, R. J., Ooi, L. L., & Nocita, G. (2015). When One Is Company and Two Is a Crowd: Why Some Children Prefer Solitude. *Child Development Perspectives, 9,* 133-137. https://doi.org/10.1111/cdep.12131

Coplan, R. J., Rose-Krasnor, L., Weeks, M., Kingsbury, A., Kingsbury, M., & Bullock, A. (2013). Alone Is a Crowd: Social Motivations, Social Withdrawal, and Socioemotional Functioning in Later Childhood. *Developmental Psychology, 49,* 861-875. https://doi.org/10.1037/a0028861

Gross, J. J. (1998). Antecedent- and Response-Focused Emotion Regulation: Divergent Consequences for Experience, Expression, and Physiology. *Journal of Personality and Social Psychology, 74,* 224-237. https://doi.org/10.1037/0022-3514.74.1.224

Hofmann, S. G. (2007). Cognitive Factors That Maintain Social Anxiety Disorder: A Comprehensive Model and Its Treatment Implications. *Cognitive Behaviour Therapy, 36,* 193-209. https://doi.org/10.1080/16506070701421313

Jose, P. E., Wilkins, H., & Spendelow, J. S. (2012). Does Social Anxiety Predict Rumination and Co-Rumination among Adolescents? *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology, 41,* 86-91. https://doi.org/10.1080/15374416.2012.632346

Lakin, J. L., Chartrand, T. L., & Arkin, R. M. (2008). I Am Too Just Like You: Nonconscious Mimicry as an Automatic Behavioral Response to Social Exclusion. *Psychological Science, 19,* 816-822. https://doi.org/10.1111/j.1467-9280.2008.02162.x

Leary, M. R. (1990). Responses to Social Exclusion: Social Anxiety, Jealousy, Loneliness, Depression, and Low Self-Esteem. *Journal of Social and Clinical Psychology, 9,* 221-229. https://doi.org/10.1521/jscp.1990.9.2.221

Leary, M. R., Kowalski, R. M., Smith, L., & Phillips, S. (2003). Teasing, Rejection, and Violence: Case Studies of the School Shootings. *Aggressive Behavior, 29,* 202-214. https://doi.org/10.1002/ab.10061

Maner, J. K., DeWall, C. N., Baumeister, R. F., & Schaller, M. (2007). Does Social Exclusion Motivate Interpersonal Reconnection? Resolving the "Porcupine Problem". *Journal of Personality and Social Psychology, 92,* 42-55. https://doi.org/10.1037/0022-3514.92.1.42

Molden, D. C., Lucas, G. M., Gardner, W. L., Dean, K., & Knowles, M. L. (2009). Motivations for Prevention or Promotion Following Social Exclusion: Being Rejected versus Being Ignored. *Journal of Personality and Social Psychology, 96,* 415-431. https://doi.org/10.1037/a0012958

Nelson, L. J. (2013). Going It Alone: Comparing Subtypes of Withdrawal on Indices of Adjustment and Maladjustment in Emerging Adulthood. *Social Development, 22,* 522-538. https://doi.org/10.1111/j.1467-9507.2012.00671.x

Ren, D., Wesselmann, E., & Williams, K. D. (2016). Evidence for Another Response to Ostracism: Solitude Seeking. *Social Psychological and Personality Science, 7,* 204-212. https://doi.org/10.1177/1948550615616169

Rodebaugh, T. L., Grossman, J. T., Tonge, N. A., Shin, J., Frumkin, M. R., Rodriguez, C. R., Ortiz, E. G., & Piccirillo, M. L. (2024). Avoidance and Fear Day by Day in Social Anxiety Disorder. *Psychotherapy Research, 35,* 282-295.

Rose, A. J. (2002). Co-Rumination in the Friendships of Girls and Boys. *Child Development, 73,* 1830-1843. https://doi.org/10.1111/1467-8624.00509

Rose, A. J., Schwartz-Mette, R. A., Glick, G. C., Smith, R. L., & Luebbe, A. M. (2014). An Observational Study of Co-Rumination in Adolescent Friendships. *Developmental Psychology, 50,* 2199-2209. https://doi.org/10.1037/a0037465

Sang, B., Ding, X., Coplan, R. J., Liu, J., Pan, T., & Feng, X. (2018). Assessment and Implications of Social Avoidance in Chinese Early Adolescents. *The Journal of Early Adolescence, 38,* 554-573. https://doi.org/10.1177/0272431616678988

Williams, K. D., & Nida, S. A. (2022). Ostracism and Social Exclusion: Implications for Separation, Social Isolation, and Loss. *Current Opinion in Psychology, 47,* Article 101353. https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2022.101353

Williams, K. D., Cheung, C. K. T., & Choi, W. (2000). Cyberostracism: Effects of Being Ignored over the Internet. *Journal of Personality and Social Psychology, 79,* 748-762. https://doi.org/10.1037/0022-3514.79.5.748

Zadro, L., Boland, C., & Richardson, R. (2006). How Long Does It Last? The Persistence of the Effects of Ostracism in the Socially Anxious. *Journal of Experimental Social Psychology, 42,* 692-697. https://doi.org/10.1016/j.jesp.2005.10.007

Zhu, J., Xie, P., & Zhang, X. (2024). Social Exclusion and Suicide Intention in Chinese College Students: A Moderated Mediation Model. *Frontiers in Psychology, 15,* Article ID: 1354820. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1354820