

大学生的幽默风格与自杀风险:自尊的中介作用

赵久波, 张小远, 赵静波, 肖蓉

(南方医科大学公共卫生学院心理学系, 广州 510515)

【摘要】 目的:探讨大学生幽默风格与自杀风险的关系及自尊在这两者间的中介作用。方法:采用自杀行为问卷-修订版、中文版幽默风格问卷、自尊量表对 1310 名在校大学生进行问卷调查。结果:①亲和型、自恋型幽默与自杀风险存在显著负相关,与自尊存在显著的正相关;自贬型、嘲讽型幽默与自杀风险存在显著正相关,与自尊存在显著负相关。其中自恋型幽默与自杀风险相关程度最高,而亲和型最低。②自尊在亲和型幽默与自杀风险间起完全中介作用,在其余三种与自杀风险起部分中介作用。结论:在四种幽默风格中,自恋型幽默对大学生自杀风险的预测作用最大,而亲和型幽默最小,前者既可以直接影响大学生自杀风险,又可通过自尊对大学生自杀风险产生间接影响。

【关键词】 大学生;幽默风格;自尊;自杀

中图分类号: R395.6

文献标识码: A

文章编号: 1005-3611(2013)05-0839-04

Humor Style and Suicide Risk in College

Student: Mediating Effect of Self-esteem

ZHAO Jiu-bo, ZHANG Xiao-yuan, ZHAO Jing-bo, XIAO Rong

Department of Psychology, School of Public Health, Southern Medical University, Guangzhou 510515, China

【Abstract】 Objective: To explore the relationship between humor style and suicide risk, and the mediating effect of self-esteem. **Methods:** A total of 1310 college students from one Chinese university completed a survey on suicidal behaviors questionnaire-revised, the humor style questionnaire, and the self-esteem scale. **Results:** ①Affiliative humor and self-enhancing humor were negatively correlated with suicide risk, and positively correlation with self-esteem. Self-defeating humor and aggressive humor were positively correlated with suicide risk, and negatively correlated with self-esteem. Of the four humor styles, the degree of correlation between self-enhancing humor and suicide risk was the highest, and affiliative humor was the lowest. ②The effect of affiliative humor on suicided risk was completely mediated by self-esteem, and other three humor styles on suicided risk were partially mediated by self-esteem. **Conclusion:** Among the four humor styles, self-enhancing humor style may be a most important protective factor against suicided risk, and affiliative humor style was smallest one. The former can directly affect suicided risk, and also indirectly influence it through self-esteem.

【Key words】 College student; Humor style; Self-esteem; Suicide

自杀是蓄意或自愿采取某种手段结束自己生命的行为^[1],也是大学生最突出的心理健康问题,大学生自杀更是牵动着每个人敏感的神经^[2]。如何降低自杀风险,减少自杀事件的发生是当前心理卫生领域的研究热点与难点。自杀是危险因素和保护因素博弈的结果,但既往的研究大多数聚焦于自杀的危险因素,探讨个体为何会自杀,而对阻止自杀事件发生起重要作用的保护因素关注不足。阐明导致自杀的危险因素固然重要,但找出一个个体在同样的应激条件下为何不自杀而是选择活下来同样意义重大。

【基金项目】 本研究得到国家科技支撑计划项目(2009BAI77B01);广东省高校人文社科重大攻关项目(2012GXM-0006);广东省哲学社会科学规划研究项目(07SJY004);广东省思想政治教育课题(2012ZY013);南方医科大学“科研启动计划”青年科技人员培育项目(校科学[2012]126号)和南方医科大学公共卫生学院院长基金(GW201244)的资助

通讯作者:张小远, E-mail: zhxy1619@126.com

在积极心理学思潮的影响下,大学生积极心理品质逐渐被自杀领域的研究者所关注。其中幽默感就是一种与欢笑、打趣等有关的一种积极品质^[3],被马斯洛列为自我实现者的 15 种人格特征之一^[4]。幽默感通过促进身体健康、引起积极情绪、改变威胁性认知与有效地问题解决,来调节客观负性应激事件对个体的影响,减轻主观压力感与心理痛苦体验,减少自杀意念的萌生,降低自杀风险^[5,6]。Martin^[7]将幽默风格区分为适应型与非适应型,前者又可细分为亲和型与自恋型,而后者则可分为自贬型与嘲讽型。国外已有研究表明幽默风格跟个体自杀意念密切相关,尤其是亲和型幽默,它是大学生自杀意念的重要保护因子^[6]。

有研究表明幽默风格与个体自尊水平存在紧密联系,其中适应性幽默风格与自尊存在显著正相关,而非适应性幽默风格则与自尊存在显著负相关^[8,9]。

同时也有研究发现个体自尊水平与自杀风险存在联系^[10],低自尊与自杀意念高度正相关,在一定程度上可预测自杀意念^[11],自尊还可以通过抑郁而间接影响自杀风险^[12]。

由此可见,幽默风格、自尊与自杀风险之间存在复杂的联系。然而在大学生中,幽默风格与自杀风险关系具体是如何?哪种幽默风格与自杀风险关系更为密切?自尊在两者之间的作用又是如何?这些问题有待探讨。

1 对象与方法

1.1 对象

以班级为单位抽取广东某高校全日制本科在校大学生为研究对象,共发放问卷 1400 份,回收有效问卷 1310 份,有效率 93.57%。有效样本的平均年龄 19.26 ± 0.93 岁,其中男生 458 人(34.96%),女生 852 人(65.04%);农村 660 人(50.40%),城镇 650 人(49.60%);独生子女 262 人(20.00%),非独生子女 1048 人(80.00%)。

1.2 工具

1.2.1 自杀行为问卷-修订版(Suicidal Behaviors Questionnaire-Revised, SBQ-R)^[13] 其中文版已在中国大学生中应用,具有可靠的信效度^[14]。自杀行为问卷共有 4 个条目,包括既往自杀意念、自杀计划与自杀行为,最近一年内的自杀意念,自杀威胁性,未来自杀可能性。该量表总分为 3-18 分,总分越高,自杀风险越高。

1.2.2 幽默风格量表(Humor Style Questionnaire, HSQ) 由 Manin 等人编制,陈国海进行修订,共 25 个条目,含四个维度:亲和型、自强型、嘲讽型和自贬型幽默风格,每个项目采用 1~7 七级计分法,计算维度分,得分越高表明受试者的幽默风格倾向强。

1.2.3 自尊量表(Self-Esteem Scale, SES)^[15] 包括 10 个条目,分 1~4 四级评分,计算总分,分值越高,自尊程度越高。

1.3 统计分析

应用 SPSS17.0 统计软件,进行统计描述、Pearson 相关分析和分层回归分析。

2 结 果

2.1 幽默风格、自尊与自杀风险之间的相关分析

自尊与自杀风险的得分呈显著负相关,亲和型幽默、自强型幽默与自杀风险得分呈显著负相关,与自尊的得分呈显著正相关,嘲讽型幽默、自贬型幽默与自杀风险得分呈显著正相关,见表 1。

2.2 自尊在幽默风格与自杀风险之间的中介作用

本研究假设的中介模型是幽默风格-自尊-自杀风险,按照中介作用检验的步骤分别检验基于不同幽默风格的 ABCD 四个中介模型,对自尊的中介作用进行检验。第一步,以自杀风险为因变量,以幽默风格为自变量做回归分析,ABCD 四个模型中原始标准化回归系数分别是 -0.09, -0.22, 0.14, 0.17 ($P < 0.01$);第二步,以自尊为因变量,以幽默风格为自变量做回归分析,ABCD 四个模型中原始标准化回归系数分别是 0.29, 0.38, -0.17, -0.20 ($P < 0.01$);第三步,以自杀风险为因变量,同时以幽默风格和自尊为自变量做回归分析,结果显示, A 模型中亲和型幽默风格对自杀风险的直接效应不显著 ($r = 0.01, P > 0.50$), 中介变量自尊对自杀风险的作用显著 ($r = -0.34, P < 0.01$), 说明自尊在亲和型幽默和自杀风险之间是完全中介效应,效应值为 0.10。 B 模型中,自强型幽默对自杀风险的负向预测作用显著 ($r = -0.11, P < 0.01$), 同时自尊的负向预测作用显著 ($r = -0.11, P < 0.01$), 表明自尊在自强型幽默与自杀风险之间具有部分中介效应,效应值为 0.12,中介效应占总效应的比例为 55%; CD 模型中嘲讽型幽默、自贬型幽默对自杀风险的正向预测作用显著 ($r = 0.14, r = 0.17, P < 0.01$), 自尊的负向预测作用显著 ($r = -0.17, r = -0.20, P < 0.01$), CD 模型中介效应值分别为 0.06, 0.07, 中介效应占总效应的比例分别为 43% 和 42%。见表 2。

表 1 幽默风格、自尊与自杀风险之间的相关分析 ($M \pm SD, r, n = 1310$)

项目	$M \pm SD$	自杀风险	自尊	亲和型幽默	自强型幽默	嘲讽型幽默
自杀风险	5.04 ± 2.28	1				
自尊	31.32 ± 4.43	-0.34**	1			
亲和型幽默	39.14 ± 8.57	-0.09**	0.29**	1		
自强型幽默	23.35 ± 6.61	-0.22**	0.38**	0.40**	1	
嘲讽型幽默	14.67 ± 6.35	0.14**	-0.17**	0.06*	-0.07*	1
自贬型幽默	12.49 ± 5.25	0.17**	-0.20**	0.04	-0.03	0.40**

注: * $P < 0.05$, ** $P < 0.01$, 下同。

表2 自尊在幽默风格与自杀风险之间的中介作用回归分析

中介模型假设	步骤	因变量	自变量	β	t	P	R^2	ΔR^2	F
A 亲和型幽默 -自尊-自杀	第一步	自杀风险	亲和型幽默	-0.09	-3.30	0.001	0.01	0.01**	10.87**
	第二步	自尊	亲和型幽默	0.29	11.06	0.000	0.09	0.09**	122.28**
	第三步	自杀风险	亲和型幽默 自尊	0.01 -0.34	0.35 -12.60	0.730 0.000	0.12	0.12**	85.40**
B 自强型幽默 -自尊-自杀	第一步	自杀风险	自强型幽默	-0.22	-8.13	0.000	0.14	0.14**	66.15**
	第二步	自尊	自强型幽默	0.38	14.83	0.000	0.09	0.09**	219.99**
	第三步	自杀风险	自强型幽默 自尊	-0.11 -0.30	-3.78 -10.72	0.000 0.000	0.13	0.12**	93.40**
C 嘲讽型幽默 -自尊-自杀	第一步	自杀风险	嘲讽型幽默	0.14	4.94	0.000	0.02	0.02**	24.18**
	第二步	自尊	嘲讽型幽默	-0.17	-6.29	0.000	0.03	0.03**	39.55**
	第三步	自杀风险	嘲讽型幽默 自尊	0.08 -0.33	3.12 -12.40	0.003 0.000	0.12	0.12**	90.48**
D 自贬型幽默 -自尊-自杀	第一步	自杀风险	自贬型幽默	0.17	6.18	0.000	0.03	0.03**	38.14**
	第二步	自尊	自贬型幽默	-0.20	-7.40	0.000	0.04	0.04**	54.68**
	第三步	自杀风险	自贬型幽默 自尊	0.10 -0.32	3.96 -12.08	0.000 0.000	0.13	0.13**	94.18**

3 讨 论

本研究结果显示,四种幽默风格与自杀风险的相关均具有统计学意义。从相关方向来看,亲和型、自强型与自杀风险呈负相关,自贬型、嘲讽型与自杀风险呈正相关,这与 Tucker 等^[6]的研究结果一致。从四种相关程度来看,自强型与自杀风险相关程度最大,而亲和型最小,这与赵晶晶等^[16]、王爱芬^[17]的研究结果一致,即自强型幽默对我国大学生的影响比亲和型幽默的大。然而这一结果却与国外学者 Tucker 等人^[6]的研究不符,Tucker 等在美国大学生中所得的结果是亲和型幽默与自杀关系更为密切,是自杀意念的一个重要保护因子,而自强型幽默的作用相对较弱。

为何在中国大学生中亲和型幽默在个体自杀中的保护作用较小呢?亲和型幽默主要能起到人际间的亲和作用,Tucker 等人^[6]从自杀人际理论阐释了为何亲和型幽默在美国大学生自杀意念中起着很重要的保护作用,因为它加强了人际间关系,缓冲了社交紧张,增强归属感,减轻包袱感,从而减少个体的自杀意念。而本研究中,亲和型幽默与大学生自杀风险的关联程度相对较弱,其可能的原因在于:①中国大学生的自杀主要是跟因“学习、就业与前途”等而引发的绝望感密切相关。国内学者如许淑瑛^[18]、杨雪龙等^[2]、郑爱明等^[19]均在其研究中阐明与证实绝望感是大学生自杀的关键心理危险因素。国内关于大学生绝望或自杀的应激事件研究结果表明:当前我国大学生的绝望感主要滋生于学习负担与考试失败^[20]、对专业不满意^[19,21]、对就业与前途的担忧与迷茫^[21]。这可能是亲和型幽默对我国大学生自杀的保护作用

较小甚至微乎其微的原因之一。②亲和型幽默对我国大学生自杀的微乎其微的保护作用是通过自尊这个中介变量生效的。本研究考察了自尊对亲和型幽默与自杀风险关系的中介作用,发现加入自尊变量后,亲和型幽默与自杀风险之间的相关没有达到显著,即亲和型幽默与自杀风险原有的关系被自尊完全中介。仔细斟酌幽默风格量表涉及亲和型幽默的条目,可发现亲和型幽默可能更多反映的是杨中芳^[22]所描述的国人自我中表面的“公我”内容——面子或面子功夫,面子是“外表自尊”^[23],相对于以自我能力为基础的“内里自尊”,“外表自尊”对个体自杀的保护作用可能相对较小。

本研究对自尊在自强型幽默与自杀风险关系的中介作用分析结果,表明自强型幽默对自杀风险的影响存在两条途径,途径一是自强型幽默对自杀风险的直接作用。第一,自强型幽默经常伴随着笑,笑能引起生理变化,如放松肌肉,增加荷尔蒙的分泌与提高免疫力等^[24],起到强健身体作用,从而使个体拥有健康的身体来抵抗人生重压。第二,自强型幽默使处于人生低谷期的个体得以宣泄焦虑、郁闷等负面情绪,并诱发开心、愉悦等正性情绪^[25],替代使个体萌生自杀想法的抑郁情绪,或者阻断个体的抑郁情绪向绝望感发展。第三,自强型幽默使个体以幽默、达观人生态度而非悲观消极态度来应对人生困境与挫折,后者是启动个体自杀历程的始作俑者。幽默能帮助人们避免过于严肃地看重所面临的问题,能与问题保持适当的心理距离。与此同时,幽默能使个体转换认知,重新框定问题,视当前挫折为挑战与磨练,从不同的视角来看问题,从而发展较多的可供选择和解决问题的方法^[26]。这就改变了 Chiles 概括自

杀者的“三是”认知特点^[27];认为问题是不能忍受,是无法解决的,是不可避免的,从而避免了个体将自杀作为解决问题的最后唯一途径。

自强型幽默对自杀风险的影响途径二是,自强型幽默通过自尊影响个体自杀风险。即自强型幽默能增强个体自尊水平,高自尊作为保护因子使个体远离自杀风险。国内外研究结果^[8,28]均支持自强型幽默能够增强个体自尊水平,如 Zeigle-Hill、Besser^[29]研究证明个体对自强型幽默的使用能够增强了自我,从而提升了自尊水平。刘倩倩等人^[10]分析了大学生自杀行为与自尊的关系,发现大学生的自尊水平越高,采取自杀行为的倾向越低。张小远等^[11]对医学生自杀意念与自尊水平关系研究结果表明自尊对大学生自杀意念的影响,认为低自尊会使个体对自我价值感降低,增强自我否定与丧失感,产生生活及自我无意义感,进而可能导致自杀意念的产生。综合以上分析结果,本研究得出的关于自强型幽默通过自尊影响大学生自杀风险结论是合乎逻辑且可信的。

非适应型的幽默风格与个体自杀风险的提高有关。本研究结果显示,嘲讽型和自贬型幽默与自杀风险呈正相关,与自尊呈负相关,自尊在两种幽默风格中均存在部分中介作用。既往国内外的研究都发现^[9,24,30],嘲讽型和自贬型幽默作为消极的幽默风格对心理健康是有害的,采用消极幽默风格的个体是相对内向、并且偏向于神经质的,低责任性和宜人性的,同时提高了其抑郁的水平,而这些人格特征和抑郁症状又是提升自杀风险的重要因素。因此,非适应型的幽默风格与自杀风险之间存在正相关。此外,两种非适应型的幽默会通过自尊的损害而提高了自杀风险。自尊首先表现为自我尊重和自我爱护,同时还包含要求他人,集体和社会对自己尊重的期望。运用嘲讽型幽默的个体在生活中经常会使用讽刺、嘲笑、挖苦、愚弄和贬低他人,不顾对方感受地表达幽默,这种幽默倾向常与攻击和敌对的行为相伴随,使个体无法被他人接纳,更不能获得来自外界的尊重,从而降低了个体的自尊水平。Stieger 等的研究显示^[9],自贬型幽默风格的运用会使个体易获得较低自我感知,认可较低自我评价标准,从而出现自尊受损,且这种关联从长远来看更加明显。嘲讽型和自贬型两种幽默倾向使个体从自我、他人及社会获得的尊重减少,从而降低个体的自尊水平。低自尊常与抑郁和自杀意念的出现密切相关,从而使得自贬型和嘲讽型两种非适应型的幽默风格通过自尊这一中介变量提高了自杀风险。

参 考 文 献

- 1 朱智贤. 心理学大辞典. 北京:北京师范大学出版社,1989. 991
- 2 杨雪龙,童辉杰. 大学生自杀风险评估及相关社会心理因素研究. 中国临床心理学杂志,2010,18(6): 695-697,694
- 3 袁立新,张积家,陈曼,等. 幽默感对压力事件与心理健康关系的调节作用. 中国临床心理学杂志,2008,16(6):576-578
- 4 Martin RA. Sense of humor. In Lopez SJ, Snyder CR. Positive psychological assessment: A handbook of models and measures. Washington, DC: American Psychological Association, 2003. 313-326
- 5 李梅. 幽默感对压力的调节作用:效果及其机制. 东北师范大学,2008
- 6 Tucker RP, Wingate LR, O'Keefe VM, et al. The moderating effect of humor style on the relationship between interpersonal predictors of suicide and suicidal ideation. Personality and Individual Differences, 2013, 54(5): 610-615
- 7 Martin RA, Puhlik-Doris P, Larsen G, et al. Individual differences in uses of humor and their relation to psychological well-being: Development of the Humor Styles Questionnaire. Journal of Research in Personality, 2003, 37(1): 48-75
- 8 Liu K W Y. Humor styles, self-esteem and subjective happiness. Discovery-SS Student E-Journal, 2012, 1: 21-41
- 9 Stieger S, Formann AK, Burger C. Humor styles and their relationship to explicit and implicit self-esteem. Personality and Individual Differences, 2011, 50(5): 747-750
- 10 刘倩倩,李辉,方晓义,等. 云南省大学生自杀意念、自杀行为与自尊及心理健康状况的调查研究. 中国健康心理学杂志,2007,15(1):57-58
- 11 张小远,俞守义,赵久波,等. 医学生自杀意念与人格特征、内外控和自尊水平的关系研究. 第四军医大学学报, 2007,28(8):747-749
- 12 陈冲,洪月慧,杨思,等. 应激性生活事件、自尊和抑郁在自杀意念形成中的作用. 中国临床心理学杂志,2010,18(2):190-191,164
- 13 Osman A, Bagge CL, Gutierrez PM, et al. The suicidal behaviors questionnaire-revised (SBQ-R): Validation with clinical and nonclinical samples. Assessment, 2001, 8(4): 443-454
- 14 Zhao JB, Yang XL, Xiao R, et al. Belief system, meaningfulness, and psychopathology associated with suicidality among Chinese collegestudents: A cross-sectional survey. BMC Public Health, 2012, 12: 668
- 15 汪向东. 自尊量表:心理卫生评定量表手册. 北京:中国心理卫生杂志社,1999. 318-320

- 16 Charlop MH, Milstein JP. Teaching autistic children conversational speech using video modeling. *Journal of Applied Behavior Analysis*, 1989, 22: 275-285
- 17 Wert BY, Neisworth JT. Effects of video self-modeling on spontaneous requesting in children with autism. *Journal of Positive Behavior Interventions*, 2003, 5(1): 30-34
- 18 D'Ateno P, Mangiapanello K, Taylor BA. Using video modeling to teach complex play sequences to a preschooler with autism. *Journal of Positive Behavior Interventions*, 2003, 5(1): 5-11
- 19 Buggey T, Toombs K, Gardener P. Training responding behaviors in students with autism. using videotaped self-modeling. *Journal of Positive Behavior Interventions*, 1999, 1: 205-214
- 20 Haring TG, Kennedy CH, Adams MJ, et al. Teaching generalization of purchasing skills across community settings to autistic youth using videotape modeling. *Journal of Applied Behavior Analysis*, 1987, 20(1): 89-96
- 21 Shipley-Benamou R, Lutzker JR, Taubman M. Teaching daily living skills to children with autism through instructional video modeling. *Journal of Positive Behavior Interventions*, 2002, 4(3): 165-175
- 22 Tager-Flusberg H. Autistic children's talk about psychological states: deficits in the early acquisition of a theory of mind. *Child Development*, 1992, 63(1): 161-172
- 23 LeBlanc LA, Coates AM, Daneshvar S, et al. Using video modeling and reinforcement to teach perspective-taking skills to children with autism. *Journal of Applied Behavior Analysis*, 2003, 36: 253-257
- 24 Buggey T. Video self-modeling applications with students with autism spectrum disorder in a small private school setting. *Focus on Autism and Other Developmental Disabilities*, 2005, 20(1): 52-63
- 25 Clark E, Beck D, Sloane H, et al. Self-modeling with pre-schoolers. *School Psychology*, 1993, 14: 83-89
- 26 Buggey T. Efficacy of videotaped self-modeling with preschoolers with language delay. Memphis: TN: The University of Memphis. (ERIC Document Reproduction Service No. ED 390211), 1995b
- 27 Schwartz IS, Baer DM. Social validity assessments: Is current practice state of the art? *Journal of Applied Behavior Analysis*, 1991, 24: 189-204

(收稿日期:2013-06-10)

(上接第 841 页)

- 16 赵晶晶,孔风,王勇慧,等. 大学生害羞与孤独感的关系:幽默风格的中介作用. *中国临床心理学杂志*, 2012, 20(1): 102-104
- 17 王爱芬. 大学生的幽默风格及其与认知风格、应对方式、心理健康的研究. 华东师范大学, 2011
- 18 许淑瑛,张素凤. 大学生自杀历程模式之验证:生死态度与无望感为中介. 国立台湾大学心理学研究所, 2005
- 19 郑爱明,袁勇贵,王志琳,等. 医科大学生无望感的心理社会因素调查. *中国心理卫生杂志*, 2005, 19(12): 807-809
- 20 汪雪莲,许能锋. 学习相关问题与大学生自杀意念的关系研究. *中华行为医学与脑科学杂志*, 2009, 18(1): 68-69
- 21 钱文彩,刘宝花,黄悦勤,等. Beck 无望感量表在医学生中的应用及信度效度分析. *中国学校卫生*, 2008, 29(7): 612-614
- 22 杨中芳. 如何理解中国人. 重庆:重庆大学出版社, 2009. 344
- 23 丛晓波. 自尊的本质研究. 东北师范大学, 2006
- 24 Martin RA. Sense of humor and physical health: Theoret

ical issues, recent findings, and future directions. *Humor: International Journal of Humor Research*, 2004, 17(1/2): 1-20

- 25 Kuiper NA, McKenzie SD, Belanger K A. Cognitive appraisals and individual differences in sense of humor: Motivational and affective implications. *Personality and Individual Differences*, 1995, 19(3): 359-372
- 26 Abel MH. Humor, stress, and coping strategies. *Humor - International Journal of Humor Research*, 2002, 15(4): 365-381
- 27 李功迎. 自杀与自伤. 北京:人民卫生出版社, 2009. 94
- 28 陈世民,孙配贞,郑雪,等. 高校生幽默感问卷编制及信效度检验. *中国临床心理学杂志*, 2011, 19(2): 167-170
- 29 Zeigler-Hill V, Besser A. Humor style mediates the association between pathological narcissism and self-esteem. *Personality and Individual Differences*, 2011, 50(8): 1196-1201
- 30 陈国海, Martin RA. 大学生幽默风格与精神健康关系的初步研究. *心理科学*, 2007, 30(1): 219-223

(收稿日期:2013-03-07)