

# 大学生应激性生活事件与自杀意念的关系： 归因方式和心理求助的调节效应？

梁丽婵<sup>1</sup>，李欢欢<sup>1,2</sup>

(1.中山大学心理学系,广东 广州 510275;2.中国人民大学心理学系,北京 100872)

**【摘要】** 目的:在大学生群体中,探讨个体的归因方式、心理求助、应激性生活事件与自杀意念的关系,检验归因方式和心理求助是否能在应激性生活事件与自杀意念的关系中起调节作用。方法:采用自杀意念量表、青少年生活事件量表、大学生归因方式问卷、心理求助问卷等对广州某大学 373 名在校大学生进行施测,利用层次回归对变量间的效应关系进行分析。结果:①应激性生活事件与自杀意念存在显著相关( $r=0.30, P<0.001$ );②可控性归因方式和向亲友求助的意愿在应激性生活事件与自杀意念的关系中起着显著的调节作用。结论:可控性归因倾向、向亲友求助的意愿能降低应激性生活事件对个体产生的不利影响,是减少个体自杀意念产生的保护因素。

**【关键词】** 自杀意念;归因方式;心理求助;应激

中图分类号: R395.2

文献标识码: A

文章编号: 1005-3611(2011)05-0625-03

## Relations Between Stress Life Events and Suicide Ideation: Attributional Style and Help-Seeking as Moderators?

LIANG Li-chan, LI Huan-huan

Department of Psychology, Sun Yat-Sen University, Guangzhou 510275, China

**【Abstract】 Objective:** The present study explored whether attributional style and help-seeking were moderators on the influence of negative life events to suicide ideation among college students. **Methods:** Three hundred and seventy-three college students recruited from Guangzhou completed the self-reported measures of the Chinese version of Suicide Ideation Questionnaire (SIQ), Adolescent Self-Rating Life Events Check List (ASLEC), Attributional Style Questionnaire (ASQ), and General Help-seeking Questionnaire (GHSQ). Hierarchical Regression Analysis was used to explore the interactive effects. **Results:** ①Stressful life experiences were significantly correlated with individual suicidal ideation. ②Attributional style and help-seeking moderated the influence of stressful life events on suicide ideation. **Conclusion:** Stressful life events contributing to suicide ideation are moderated through attributional style and help-seeking.

**【Key words】** Suicidal ideation; Attributional style; Help-seeking; Stress

自杀是全球关注的重大心理健康问题。对于我国 15-34 岁人群而言,自杀位列死因之首<sup>[1]</sup>。许多研究者对自杀的成因进行探索。“应激-易感素质”模型(the stress-diathesis model)提出:当高易感素质的个体遭遇应激事件时,个体和外部因素交互作用,更易出现自杀<sup>[2]</sup>。易感素质决定个体对外界的知觉、体验和行为反应,作用较外部事件更大<sup>[2]</sup>。根据“应激-易感素质”模型,应激性事件是自杀的重要诱发因素,但并不必然导致自杀意念和行为的产生。因为,在应激及行为后果之间,会存在一些重要的心理保护机制,如乐观<sup>[3]</sup>、积极的自我评价<sup>[4]</sup>等。

归因方式在抑郁症的发生、发展和转归中起着重要的作用<sup>[5]</sup>。有研究发现,个体知觉到的压力水平、归因方式对躯体疾病的影响存在显著的交互作用。即当个体倾向于对负性事件做出消极归因时,随着压力的增加,躯体疾病发生率也显著增加<sup>[6]</sup>。个体

倾向于对负性事件进行内部、稳定和整体的归因,对正性事件进行外部、不稳定和局部的归因,个体对未来的控制感更低,更有可能产生绝望感。心理求助,是指积极主动向别人寻求心理帮助的意愿和行为<sup>[7]</sup>,是外界帮助个体的突破口,可能是心理危机的一个重要保护因素。因此,在应激诱发自杀意念的过程中,归因方式和心理求助行为是否是重要的调节因素,是本研究关注的问题。

## 1 对象与方法

### 1.1 对象

在广州中山大学随机选取 400 名在校大学生为研究对象,获得有效样本 373 名,平均年龄为  $20.08 \pm 1.46$  岁,男性 180 人,女性 193 人。大一 77 人,大二 143 人,大三 74 人,大四 70 人,研究生 9 人。

### 1.2 工具

#### 1.2.1 青少年生活事件量表 (Adolescent Self-Rating

Life Events Check List, ASLEC)<sup>[8]</sup> 共 27 个条目。对于每个条目,受测者先判断最近一年有无发生,若发生过再评价事件对自己的影响程度,分为“没有”、“轻度”、“中度”、“重度”、“极重”五个等级。

1.2.2 大学生归因方式问卷 (Attributional Style Questionnaire) 参考 Peterson 等人编制的归因方式问卷 (ASQ)<sup>[9]</sup>、扩展版归因方式问卷 (EASQ)<sup>[10]</sup> 编制而成,该问卷由 12 个场景组成,正负性事件各半,受测者写下事件的主要原因,并在内外在、稳定性、整体性、可控性四个维度采用 Likert7 点量表评分。

1.2.3 自杀意念自评量表 (Suicide Ideation Questionnaire) 参考国外和台湾使用的相关量表<sup>[11,12]</sup>,编制自杀意念量表,全量表共 23 个条目。采用 Likert7 点评分,“0”表示“从来没有过”,“6”表示“几乎每天都有”。

1.2.4 心理求助问卷 (The General Help-seeking Questionnaire) 参考 Wilson 等<sup>[13]</sup>编制的一般求助问卷,通过个体评价自己向各种帮助源寻求帮助的可能性来测量个体的求助意愿。共列举 8 个帮助源,采用 Likert7 点评分,“1”表示“非常不可能”,“7”表示“非常可能”。

1.2.5 Beck 抑郁量表 (Beck Depression Inventory, BDI)<sup>[14]</sup>和 Beck 绝望感量表 (Beck Hopelessness Scale, BHS)<sup>[15]</sup> 抑郁量表共 21 个类别,每个类别均有从无到极重的症状描述,共四级,分别赋值为 0-3。绝望感量表共 20 个条目,采用 1-0 (正误型) 评分。

### 1.3 施测程序与统计分析

个别施测和团体施测 (以班级为单位) 相结合,匿名作答。运用 SPSS16.0 统计软件进行统计分析。

## 2 结 果

### 2.1 各变量的描述统计

所有被试均在一年内遭受过应激事件的困扰,经历过 5 件以上占 91.2%,经历过 10 件或以上占 56.4%,主要是学习压力、适应问题和人际关系问题。

大学生对正负性事件的归因倾向一致,倾向于把事件归因为内部的 ( $5.20 \pm 0.50$ )、稳定的 ( $5.06 \pm 0.60$ )、整体的 ( $4.78 \pm 0.74$ )、可控的 ( $4.85 \pm 0.60$ ) 原因。

当产生自杀的念头时,大学生倾向于向他人寻求心理帮助 ( $t(344) = -6.31, P < 0.001$ ),最可能向亲密伴侣 ( $5.20 \pm 1.88$ )、朋友 ( $5.10 \pm 1.86$ ) 求助,最不可能向父母以外的家庭成员 ( $2.95 \pm 1.97$ )、老师 ( $2.76 \pm 1.85$ ) 以及电话求助热线 ( $2.76 \pm 2.03$ ) 求助。

大学生在自杀意念问卷得分偏高 ( $6.77 \pm 7.80$ )。

有过自杀意念者为 118 人,占 31.63%;21 人报告最近一个月内至少有一次自杀想法,占 5.63%。

### 2.2 应激性事件与自杀意念的关系

结果显示,应激性生活事件与自杀意念存在显著的正相关 ( $r = 0.30, P < 0.001$ )。无自杀意念者经历的应激事件频率、程度与有自杀意念者存在显著差异 ( $Z = -4.51, P < 0.001; Z = -3.30, P < 0.01$ )。

表 1 归因的可控性维度在应激性事件和自杀意念的关系中的调节效应

	<i>Un.B</i>	<i>Beta</i>	<i>t</i>	方程的 $R^2$	$\Delta R^2$
模型 1 (常量)	0.35		0.42		
抑郁	0.39	0.27	5.02***		
绝望	0.67	0.23	4.33***	0.18***	
模型 2 (常量)	1.77		2.02*		
抑郁	0.32	0.22	4.02***		
绝望	0.49	0.17	3.12**		
应激量	0.14	0.15	3.08**		
归因可控性	-2.21	-0.13	-2.78**	0.22***	0.04**
模型 3 (常量)	1.71		1.95		
抑郁	0.32	0.22	4.05***		
绝望	0.47	0.16	2.97**		
应激量	0.13	0.15	2.91**		
归因可控性	-2.25	-0.14	-2.85**		
应激量 × 归因可控性	-0.17	-0.11	-2.28*	0.23***	0.01*

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

表 2 向亲友求助的意愿在应激性事件和自杀意念的关系中的调节效应

	<i>Un.B</i>	<i>Beta</i>	<i>t</i>	方程的 $R^2$	$\Delta R^2$
模型 1 (常量)	1.84		3.44**		
抑郁	0.33	0.36	6.55***		
绝望	0.12	0.07	1.17	0.15***	
模型 2 (常量)	2.40		4.26***		
抑郁	0.28	0.31	5.42***		
绝望	0.09	0.05	0.90		
应激量	0.07	0.12	2.21*		
寻求亲友帮助的意愿	-0.13	-0.12	-2.45*	0.18***	0.03***
模型 3 (常量)	2.53		4.56***		
抑郁	0.27	0.30	5.28***		
绝望	0.07	0.04	0.73		
应激量	0.07	0.11	2.21*		
寻求亲友帮助的意愿	-0.16	0.14	-2.99*		
应激量 × 寻求亲友帮助的意愿	-0.02	-0.17	-3.56***	0.21***	0.03***

### 2.3 归因方式、心理求助的调节作用分析

本研究采用层次回归检验调节效应。第一层放入的是控制变量,控制抑郁和绝望两个自杀高危因素的影响。第二层放入的是预测变量。第三层放入的是预测变量之间交互作用 (乘积项)。

结果显示,应激性事件对自杀意念具有显著的正向预测作用,只有归因方式的可控性维度对自杀

意念具有显著的负向预测作用;当应激性生活事件和可控性归因的交互作用进入回归方程以后,对于自杀意念的预测显著提高。向亲友求助的意愿对自杀意念具有显著的负向预测作用;当应激性生活事件和向亲友求助意愿的交互作用进入回归方程后,对自杀意念的预测显著提高。当寻求专业帮助的意愿、应激性事件为预测变量,自杀意念为因变量时,寻求专业帮助不能显著预测自杀意念( $\beta=-0.03, P>0.05$ ),且寻求专业帮助与应激性事件的应激量的交互作用不显著( $\beta=-0.07, P>0.05$ )。

### 3 讨 论

本研究发现,事件的可控性归因在应激事件与自杀意念的关系中起显著的调节作用,能部分缓解应激事件造成的负性影响。这一结果得到相关研究的支持。如 Weiner 等研究提出,将事件进行可控性归因的个体,对于事件的控制感更强,自我效能感较高<sup>[16]</sup>。归因训练,能使个体形成比较积极的归因方式,减少消极情绪的产生<sup>[17]</sup>。提示将事件归因为内部可控原因的个体,对未来的预期更积极,应激事件的负性作用较小,因而较少产生自杀意念。

心理求助是指人们在处理问题时寻求心理帮助的意愿和行为,一般有两种途径,一是非专业途径,如向家人、朋友等求助;二是专业途径,如向专业心理咨询、辅导机构求助。而本研究发现向亲友寻求帮助在应激性事件和自杀意念的关系中起着显著的调节作用。因为向亲友求助是个体采用的一种应对心理问题的积极手段和策略,能调节应激事件造成的消极影响。这也体现了心理求助的作用,它是自杀危机干预的重要手段。但是,本研究中并未发现寻求专业帮助在应激事件与自杀意念的关系中存在调节作用。结合大学生寻求心理帮助方式的调查结果,大学生在遭遇应激事件时,更多倾向于向亲密伴侣和朋友寻求帮助,很少人愿意向专业心理工作者求助。有研究认为妨碍大学生寻求专业心理咨询帮助的因素包括对心理问题可控性的判断<sup>[18]</sup>,面对问题时的自我效能感,忌讳面子、对隐私的考虑等。这也可能是本研究中专业心理帮助的调节作用并未显现的原因。这一结果提示校园应更多的关注如何让专业心理帮助进入学生帮助源的选择范围内,真正发挥专业心理帮助的作用。

### 参 考 文 献

1 Phillips MR, Li XY, Yang GH. Suicide rates in china 1995-

1999. *Lancet*, 2002, 359: 835-840
- 2 Mann JJ, Waternaux C, Gretchen HL, Malone K. Toward a clinical model of suicidal behavior in Psychiatric Patients. *Am J Psychiatry*, 1999, 156: 181-189
- 3 Johnson J, Gooding PA, Wood AM, Tarrier N. Resilience as positive coping appraisals: Testing the schematic appraisals model of suicide(SAMS). *Behaviour Research and Therapy*, 2010, 48: 179-186
- 4 Hirsch JK, Wolford K, LaLonde SM, Brunk L, Morris AP. Dispositional optimism as a moderator of the relationship between negative life events and suicide ideation and attempts. *Cognitive Therapy and Research*, 2007, 31: 533-546
- 5 郭文斌,姚树桥,黄敏儿,吴大兴. 自动思维及古印方式对抑郁症作用的多因素分析. *心理科学*, 2005, 28(2):392-394
- 6 Jackson B, Sellers RM, Peterson C. Pessimistic explanatory style moderates the effect of stress on physical illness. *Personality and Individual Differences*, 2002, 32: 567-573
- 7 Rickwood D, Frank PD, Coralie JW, et al. Young people's help-seeking for mental health problems. *Australian e-Journal for the Advancement of mental health*, 2005, 4(3): 55-65
- 8 刘贤臣,刘连启,杨杰,等. 青少年生活事件量表的编制与信效度检验. *中国临床心理学杂志*, 1997, 5: 34-36
- 9 Peterson C, Semmel A. The attributional style questionnaire. *Cognitive Therapy and Research*, 1982, 6(3): 287-300
- 10 Peterson C, Villanova P. An expanded attributional style questionnaire. *Journal of Abnormal Psychology*, 1988, 97(1): 87-89
- 11 Reynolds WM. Suicidal ideation questionnaire-junior. Odessa, FL: Psychological Assessment Resources, 1987
- 12 郑圣华,柯慧贞. 性别对与台湾大学生性倾向与自杀关联性之调节分析. 台湾:国立成功大学, 2007
- 13 Wilson CJ, Deane FP, Ciarrochi J, Rickwood D. Measuring help-seeking intentions: Properties of the general help-seeking questionnaire. *Canadian Journal of Counselling*, 2005, 39: 15-28
- 14 Beck AT. Depression: Cause and treatment. Philadelphia: University of Pennsylvania Press, 1967
- 15 Beck AT, Weissman A, Lester D, et al. The measurement of pessimism: The hopelessness Scale. *J Consult Clin Psychol*, 1974, 42(6): 861-865
- 16 Weiner B. An attributional theory of achievement motivation and emotion. *Psychological Review*, 1985, 82: 548-573
- 17 李成奇. 大学生归因方式及其与心理健康关系研究. 上海:华东师范大学, 2004
- 18 夏勉,江光荣. 个人责任归因对心理求助行为的影响. *中国临床心理学杂志*, 2007, 15(2):217-219

(收稿日期:2011-03-16)