

孤独感与认知重评在领悟社会支持与大学生自杀意念关系中的作用

郑轶男 毛宇轩 孙梦雅 杨晓峰

内蒙古师范大学心理学院, 呼和浩特

摘要 | 目的: 探讨孤独感与认知重评在领悟社会支持与大学生自杀意念关系中的作用, 为维护大学生身心健康, 对其自杀意念进行预防干预提供理论依据。方法: 2021 年 6—7 月, 从内蒙古自治区、山东省 2 所高校随机选取 1400 名大学生, 对领悟社会支持、孤独感、认知重评及自杀意念进行调查, 建立结构方程模型分析四者关系。结果: 相关分析结果显示, 领悟社会支持与大学生自杀意念、孤独感均有负向关联 ($r=-0.36, -0.42, p<0.01$); 领悟社会支持与认知重评有正向关联 ($r=0.54, p<0.01$); 孤独感与大学生自杀意念有正向关联 ($r=0.4, p<0.01$); 孤独感与认知重评有负向关联 ($r=-0.23, p<0.01$); 认知重评与大学生自杀意念有负向关联 ($r=-0.42, p<0.01$); 模型拟合结果表明, 领悟社会支持通过孤独感的完全中介作用影响大学生自杀意念及认知重评调节领悟社会支持与大学生自杀意念的关系有统计学意义 ($\chi^2/df=2.97, CFI=0.99, TLI=0.97, SRMR=0.03, RMSEA=0.06$)。结论: 孤独感在领悟社会支持与大学生自杀意念关系中起完全中介作用; 认知重评在领悟社会支持与大学生自杀意念关系中起调节作用。

关键词 | 领悟社会支持; 孤独感; 认知重评; 大学生自杀意念

Copyright © 2021 by author (s) and SciScan Publishing Limited

This article is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/). <https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>



1 问题提出

在我国, 大学生的自杀十分严重, 据调查, 我国大学生在五类非正常死亡中, 自杀死亡所占比例最大高达 7.2%, 是一般人群的 2—4 倍, 并且还呈现出逐年上升的趋势^[1]。自杀包括自杀行为 (suicidal behaviors)、自杀意念 (suicidal ideation) 以及自杀计划 (suicidal plan) 等, 其中, 自杀意念是个体自杀的前提, 有自杀意念的个体, 自杀的概率很高^[2, 3], 研究发现, 因自杀死亡的人中有 80% 曾在其自杀前表现出自杀意念^[4]。自杀意念是指个体产生与死亡、自杀或者严重自我伤害等内容有关的想法, 但未付诸行动^[5]。研究表明, 我国大学生中, 约有 12.9%—20.5% 的个体曾有过自杀意念^[6, 7],

通讯作者: 杨晓峰, 博士, 内蒙古师范大学心理学院副教授, E-mail: yangxf@imnu.edu.cn。

文章引用: 郑轶男, 毛宇轩, 孙梦雅, 等. 孤独感与认知重评在领悟社会支持与大学生自杀意念关系中的作用 [J]. 中国心理学前沿, 2021, 3 (8): 886—894.

<https://doi.org/10.35534/pc.0308105>

因此，有必要对大学生自杀意念产生的内在机制进行探讨，从而为大学生自杀意念的预防与干预提供理论支持。

1.1 孤独感在领悟社会支持与大学生自杀意念之间的中介作用

孤独感 (loneliness) 是一种负性情绪体验，主要指个体对其社会关系网络的不满意状态，具体表现为抑郁、孤立、无助、精神空落等^[8-11]。领悟社会支持 (perceived social support) 是指个体主观认为可能从周围环境获得的支持，尤其是心理和情感方面^[12, 13]。研究表明，领悟社会支持是孤独感的主要预测变量之一^[14]。基于老年群体的研究发现，领悟社会支持水平高的个体，抑郁焦虑等消极情绪少，心理健康水平高，孤独感水平低^[15-17]。此外，相关研究表明，孤独感不仅与个体生活质量有关，而且会导致个体出现自杀意念，甚至自杀行为等，按照自杀人际关系理论的观点，孤独感与自杀意念有关^[18]，孤独感是诱发个体自杀意念产生的主要原因之一^[19-22]。综上，提出本研究的假设 H1：孤独感在领悟社会支持与大学生自杀意念之间起中介作用。

1.2 认知重评在领悟社会支持与大学生自杀意念之间的调节作用

认知重评 (cognitive reappraisal) 是指个体调整看待事件的视角，重新思考事件对自己的影响，进而改变情绪^[23]。情绪调节模型理论认为，认知重评水平较低的个体改善认知较难，情绪调节能力较弱，负性情绪较多，容易产生自杀意念，而认知重评水平较高的个体能理性分析，改善认知，进而控制情绪，减少负性情绪，从而抑制自杀意念的出现。已有研究表明，个体产生的自杀意念与其认知重评水平的高低性调节有关^[24-27]。由此提出本研究的假设 H2：认知重评在领悟社会支持对大学生自杀意念的影响中起调节作用，具体而言，领悟社会支持对大学生自杀意念的影响会随着认知重评水平的不同而不同。

综上所述，本研究拟探讨孤独感在领悟社会支持与大学生自杀意念之间起到的中介作用及认知重评起到的调节作用（假设模型见图1），以期对大学生自杀意念的长期干预提供理论指导。

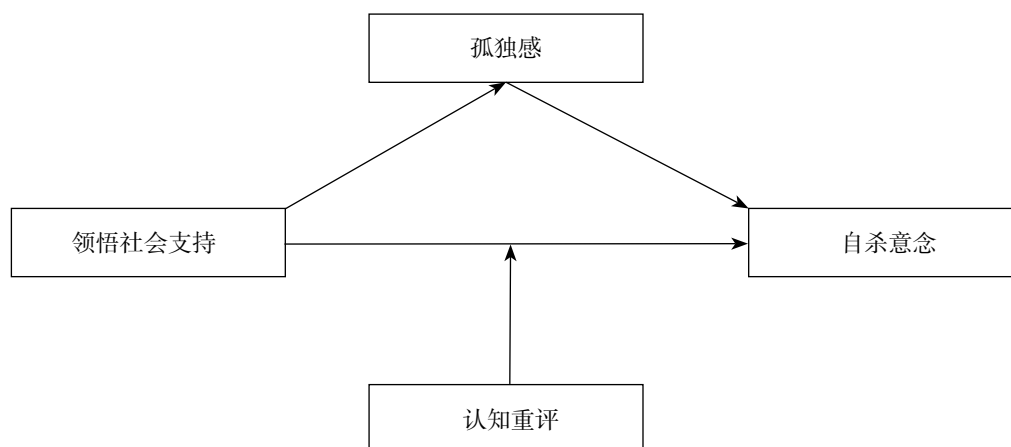


图1 领悟社会支持与大学生自杀意念关系的假设模型

Figure 1 Hypothetical model for the relationship between perceived social support and college students' suicidal ideation

2 对象与方法

2.1 对象

采用随机取样法,于2021年6—7月,选取内蒙古自治区和山东省2所高校1400名在校大学生和研究生,经知情同意后进行匿名调查。调查由接受训练的研究生担任主试,现场发放问卷,现场回收,被试理解测试指导语,控制测试过程的最大标准化。回收有效问卷1252份,有效率为89.43%。其中男生460名(36.74%),女生792名(63.26%);大一626名(50%),大二372名(29.72%),大三148名(11.82%),大四70名(5.59%),大五2名(0.16%),研究生及以上34名(2.71%);城市588名(46.96%),农村664名(53.04%)。本调查经过内蒙古师范大学心理学院伦理审查。

2.2 方法

2.2.1 领悟社会支持量表(Perceived Social Support Scale, PSSS)

由Zimet等人(1988)编制^[28],中文版由姜乾金(2001)修订^[29],主要测量个体从周围环境中领悟到社会支持的程度,得分越高表示领悟到的社会支持越多。量表包括12个题目、3个维度,每个题目均按照1~7级评分。本研究中,该量表Cronbach α 系数为0.95。

2.2.2 自杀意念量表(Positive and Negative Suicide Ideation, PANSI)

由Osman等人编制,中文版由王学志等(2011)修订^[30],主要测量近两周内个体的自杀意念情况,得分越高表示被试自杀意念越强烈。量表由14个题目、2个维度组成,每个题目均按照1~5级评分,其中自杀意念维度采用反向计分。本研究中,该量表Cronbach α 系数为0.90。

2.2.3 孤独感量表(Loneliness Scale, UCLA-III)

由Russell编制,中文版选自汪向东等(1999)编写的《心理卫生评定量表手册》^[31],主要测量个体在日常生活中知觉到的孤独感程度,得分越高表示被试感到越孤独。量表由20个题目组成,每个题目均按照1~4级评分。本研究中,该量表Cronbach α 系数为0.74。

2.2.4 认知重评量表(Cognitive Reappraisal Scale)

选自Gross(2003)编制的《Emotion Regulation Questionnaire》中的认知重评分量表,中文版由李中权等(2010)修订^[32],主要测量个体在日常生活中的认知重评策略水平,得分越高表示被试认知重评策略水平越高。量表由10个题目组成,每个题目均按照1~7级评分。本研究中,该量表Cronbach α 系数为0.91。

2.3 统计学处理

用SPSS 22.0软件分析变量间的相关关系,用Mplus 8.3软件构建结构方程模型,分析模型拟合情况并用偏差校正的非参数百分位Bootstrap法,重复抽样2000次^[33],检验中介、调节效应。采用Harman单因素检验法检验共同方法偏差,将问卷所有项目进行因子分析,结果得到10个特征值大于1的因子,共解释68.10%的变异,第1个因子解释了24.74%的变异,明显小于临界值40%,因此本研究不存在共

同方法偏差问题^[34]。检验水准 $\alpha=0.05$ 。

3 结果

3.1 领悟社会支持、孤独感、认知重评及大学生自杀意念间的相关分析

Pearson 积差相关分析发现, 领悟社会支持总分与孤独感总分呈显著负相关 ($r=-0.418, p<0.01$) ; 孤独感总分与大学生自杀意念总分呈显著正相关 ($r=0.396, p<0.01$) ; 认知重评总分与大学生自杀意念总分呈显著负相关 ($r=-0.416, p<0.01$) 。见表 1。

表 1 各主要变量间的描述统计和相关矩阵 (n=1252)

Table 1 Descriptive statistics and correlation matrix between main variables (n=1252)

	M 土 SD	1	2	3	4	5	6	7	8
1 家庭支持	5.39 土 1.17	1							
2 朋友支持	5.33 土 1.18	0.687**	1						
3 其他支持	5.26 土 1.19	0.707**	0.85**	1					
4 领悟社会支持	5.33 土 1.08	0.871**	0.93**	0.935**	1				
5 孤独感	2.37 土 0.32	-0.34**	-0.393**	-0.41**	-0.418**	1			
6 认知重评	5.07 土 0.99	0.489**	0.504**	0.497**	0.544**	-0.226**	1		
7 积极自杀意念	2.30 土 0.77	-0.407**	-0.399**	-0.381**	-0.434**	0.374**	-0.552**	1	
8 消极自杀意念	1.71 土 0.96	-0.211**	-0.164**	-0.153**	-0.192**	0.277**	-0.189**	0.223**	1
9 自杀意念	1.97 土 0.71	-0.362**	-0.322**	-0.304**	-0.36**	0.396**	-0.416**	0.661**	0.879**

注: ** $p<0.01$ 。

3.2 孤独感与认知重评的作用分析

模型拟合结果显示, 理论模型与数据吻合, 模型各指标均达到了临界值 ($\chi^2/df=2.97, CFI=0.99, TLI=0.97, SRMR=0.03, RMSEA=0.06$) 。

本研究数据运行结果如图 2 所示, 领悟社会支持对孤独感预测作用显著 ($\beta_{\text{领悟社会支持} \rightarrow \text{孤独感}} = -0.436, p<0.001$) , 其 95% 的置信区间为 $[-0.511, -0.365]$; 孤独感对大学生自杀意念预测作用显著 ($\beta_{\text{孤独感} \rightarrow \text{大学生自杀意念}} = 0.394, p<0.001$) , 其 95% 的置信区间为 $[0.275, 0.543]$; 领悟社会支持通过孤独感影响大学生自杀意念的间接效应大小为 0.172, 其 95% 的置信区间为 $[-0.242, -0.116]$; 领悟社会支持对大学生自杀意念直接预测作用不显著 ($\beta_{\text{领悟社会支持} \rightarrow \text{大学生自杀意念}} = -0.079, p>0.05$) , 其 95% 的置信区间为 $[-0.198, 0.049]$, 置信区间内包含 0, 说明孤独感在领悟社会支持与大学生自杀意念的关系中起着完全中介作用。同时, 认知重评对大学生自杀意念预测作用显著 ($\beta_{\text{认知重评} \rightarrow \text{大学生自杀意念}} = -0.623, p<0.001$) , 其 95% 的置信区间为 $[-0.789, -0.498]$; 领悟社会支持与认知重评的交互项对大学生自杀意念的预测作用显著 ($\beta_{\text{领悟社会支持} \times \text{认知重评} \rightarrow \text{大学生自杀意念}} = 0.113, p<0.001$) , 其 95% 的置信区间为 $[0.023, 0.188]$, 说明认知重评显著地调节了领悟社会支持与大学生自杀意念之间的关系。综上, 我们认为, 领悟社会支持通过孤独感的完全中介作用影响大学生自杀意念, 并且认知重评调节领悟社会支持与大学生

自杀意念之间的关系。

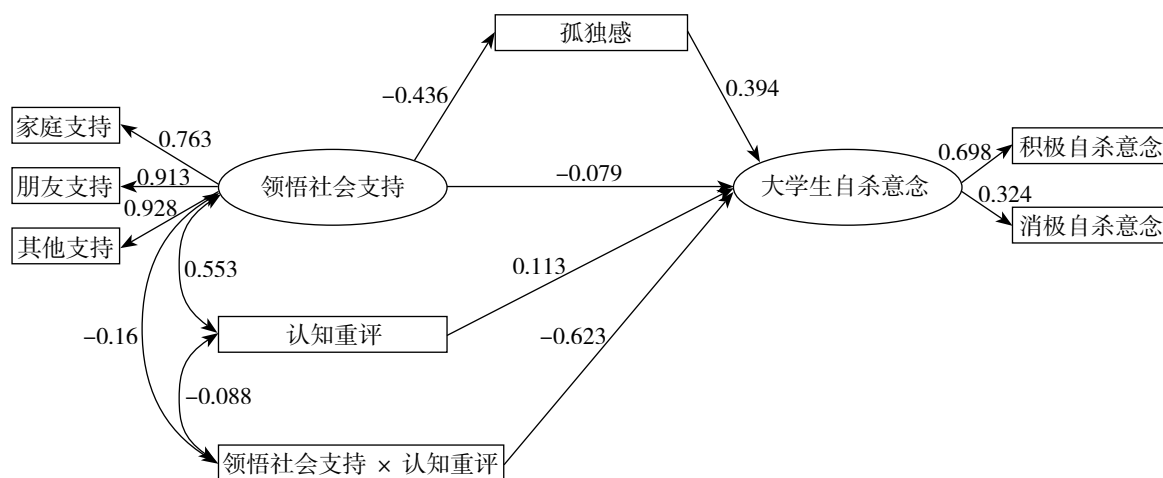


图2 领悟社会支持与大学生自杀意念关系的内部机制模型图（标准化）

Figure 2 The internal mechanism model diagram of the relationship between perceived social support and college students' suicidal ideation (standardized)

为深入分析认知重评的调节效应，本研究将认知重评分为高分组（ $M+1SD$ ）、低分组（ $M-1SD$ ），然后做出其在领悟社会支持与大学生自杀意念两者关系中的简单斜率检验图（如图3）。结果表明，在低认知重评水平下，领悟社会支持对大学生自杀意念有显著的负向预测作用（Simple slope = -0.0926 , $p < 0.05$ ），其95%的置信区间为 $[-0.0714, -0.0138]$ ；而在高认知重评水平下，领悟社会支持对大学生自杀意念的预测作用不显著（Simple slope = 0.0023 , $p > 0.05$ ），其95%的置信区间为 $[-0.0846, 0.0892]$ 。

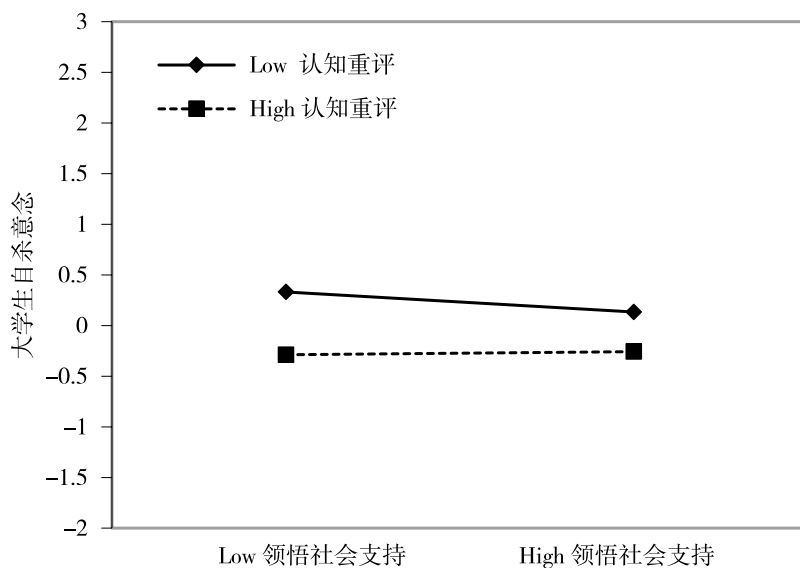


图3 认知重评作为调节效应的简单斜率检验图

Figure 3 A simple slope test of cognitive reappraisal as a moderating effect

4 讨论

本研究发现,在领悟社会支持与大学生自杀意念的关系中,孤独感起着完全中介作用。在日常生活中,当个体领悟到的社会支持较少时,往往会怀疑自己的人际交往能力以及性格等,使其恐惧与他人亲近,导致个体无法从身边的老师、朋友等处领悟到社会支持,诱使个体认定自己孤身一人,最终导致个体心理健康水平下降并产生抑郁、孤独等消极感受^[35]。此外,个体长期处于孤独感笼罩之下,会进一步增加其消极情绪体验,导致其产生抑郁^[36, 37],最终导致个体产生自杀意念。因此,大学可以通过定期组织团体心理辅导课程,加强师生交流等方式减少个体孤独感体验,进一步控制自杀意念的产生。

此外,本研究发现,认知重评显著地调节了领悟社会支持与大学生自杀意念的关系,具体来讲,在低认知重评水平下,领悟社会支持能显著地负向预测大学生自杀意念,而在高认知重评水平下,领悟社会支持不能显著地预测大学生自杀意念。由此可以说明,认知重评水平较高的个体,在面对低领悟社会支持时,可以较好地改善自我认知,重新看待领悟社会支持低的原因,并调节自己的情绪状态,减少消极情绪体验,提升幸福感^[38],最终避免自杀意念的发生。因此,在大学生心理健康教育课程中,应当注重培养提高个体的认知重评能力,向积极方向调整其归因方式,从而促进其积极情绪体验,避免自杀意念的产生。

本研究有以下两点不足,有待提高完善。第一,本研究全部采用一次性收集的问卷自评数据,且研究中一半变量属于消极的心理行为特征,被试作答时可能会考虑到社会赞许性而虚假报告,并且由于方法学限制,并不能有效分离出这些虚假偏差。因此,未来研究可以考虑将实验设计纳入问卷调查中,减少虚假偏差造成的不良影响。第二,在领悟社会支持与大学生自杀意念的关系中,孤独感和认知重评是两个不同的影响机制,认知重评是抑制机制,而孤独感却是加速机制,从某种程度上说,加速机制与抑制机制之间应当还存在着某种更深层次的内部机制来关联它们之间的联系,但局限于最初的研究思路,本研究对此更深层次的内部机制无法继续探讨,未来研究可以从以上两方面入手,深入对大学生自杀意念的发生发展机制研究。

综上所述,本研究揭示了孤独感在领悟社会支持与大学生自杀意念关系中的完全中介作用及认知重评的调节作用,为大学生自杀意念的预防和干预提供了科学依据。从某种程度证实了孤独感与认知重评对减少大学生自杀意念的重要性,同时研究结论为减少大学生自杀意念提供了新途径。

参考文献

- [1] 杨振斌,李焰.大学生非正常死亡现象的分析[J].心理与行为研究,2015,13(5):698-701.
- [2] 梁军林,孙录,赵静波,等.中学生自杀意念发生率及其影响因素分析[J].临床精神医学杂志,2000,10(3):144-146.
- [3] Kingsbury M, Sucha E, Manion, et al. Pathways from parenting practices to adolescent suicidality: evidence on the role of emotional and behavioral symptoms from a prospective cohort of Canadian children [J]. Suicide and Life-Threatening Behavior, 2020.
- [4] 肖水源.自杀危险性的临床评估[J].中国医师杂志,2001,3(2):87-90.

- [5] Pokorny A D. A scheme for classifying suicidal behaviors. 1974.
- [6] 杜睿, 江光荣. 自杀行为: 影响因素、理论模型及研究展望. 心理科学进展 [J]. 2015, 23 (8): 1437-1452.
- [7] 李献云, 费立鹏, 张亚利, 等. Beck 自杀意念量表中文版在大学学生中应用的信效度 [J]. 中国心理卫生杂志, 2011, 25 (11): 862-866.
- [8] Weiss R. The provisions of social relationships. Doing Unto Others [J]. 1974: 17-26.
- [9] 黄希庭. 简明心理学辞典 [M]. 合肥: 安徽人民出版社, 2004: 178-179.
- [10] 邹赐岚. 大学生孤独感及其与人格特征的相关研究 [D]. 重庆: 西南大学, 2005.
- [11] 邹泓. 青少年孤独感与人格五因素的关系: 人际关系的中介作用 [J]. 心理学探新, 2010, 30 (6): 75-80.
- [12] 刘晓, 黄希庭. 社会支持及其对心理健康的作用机制 [J]. 心理研究, 2010, 3 (1): 3-8+15.
- [13] 胡琳丽, 于新, 刘雪卿. 大学生领悟社会支持、核心自我评价与主观幸福感的关系 [J]. 青岛大学师范学院学报, 2011, 28 (3): 40-43.
- [14] 徐含笑. 领悟社会支持对大学生焦虑抑郁情绪的影响 [J]. 临床心身疾病杂志, 2008, 14 (1): 45-46.
- [15] 谢其利, 李崇敬, 全小山, 等. 少年夫妻老来伴: 夫妻依恋与留守老人孤独感 [J]. 心理学报, 2018, 50 (7): 771-781.
- [16] 范舒茗, 王逸欣, 焦璨. “老漂族”领悟社会支持对认知功能的影响: 有调节的中介模型 [J]. 中国临床心理学杂志, 2021, 29 (1): 165-168+73.
- [17] Guo L Q. Loneliness and Health-Related Quality of Life for the Empty Nest Elderly in the Rural Area of a Mountainous County in China [J]. Quality of Life Research, 2007, 16 (8): 1275-1280.
- [18] Van Orden K A, Witte T K, Joiner T E, et al. The interpersonal theory of suicide [J]. Psychological Review, 2010, 117 (2): 575-600.
- [19] Gallagher M, Prinstein M J, Simon V, et al. Social anxiety symptoms and suicidal ideation in a clinical sample of early adolescents: examining loneliness and social support as longitudinal mediators [J]. Journal of Abnormal Child Psychology, 2014, 42 (6): 871-883.
- [20] Lamis D A, Ballard E D, Patel A B. Loneliness and suicidal ideation in drug-using college students [J]. Suicide and Life Threatening Behavior, 44 (6): 629-640.
- [21] 李欢欢, 骆晓君, 王湘. 大学生的孤独感与自杀意念的关系: 来自内隐和外显测量的证据 [J]. 中国临床心理学杂志, 2012, 20 (6): 805-808.
- [22] 胡雅, 杨斌, 付藏媚, 等. 养老机构老年人衰弱现状及影响因素分析 [J]. 中华现代护理杂志, 2021, 27 (5): 576-581.
- [23] Gross J J. Emotion regulation: affective, cognitive, and social consequences [J]. Psychophysiology, 2002, 39 (3): 281-291.
- [24] Quoidbach J, Berry E V, Hansenne M, et al. Positive emotion regulation and well-being: comparing the impact of eight savoring and dampening strategies [J]. Personality and Individual Differences, 2010, 49 (5): 368-373.
- [25] Gross J J, John O P. Individual differences in two emotion regulation processes: implications for affect, relationships and well-being [J]. Journal of Personality and Social Psychology, 2003, 85 (2): 348-362.
- [26] Garnefski N, Kraaij V. Relationships between cognitive emotion regulation strategies and depressive

- symptoms: a comparative study of five specific samples [J]. *Personality and Individual Differences*, 2006, 40 (8): 1659-1669.
- [27] Garnefski N, Kraaij V, Spinhoven P. Negative life events, cognitive emotion regulation and emotional problems [J]. *Personality and Individual Differences*, 2001, 30 (8): 1311-1327.
- [28] Gregory D, Zimet, Nancy W, et al. The Multidimensional Scale of Perceived Social Support [J]. *J Person Ass*, 1988, 52 (1): 30-41.
- [29] 姜乾金, 祝一虹. 特质应对问卷的进一步探讨 [J]. *中国行为医学科学*, 1999, 8 (3): 167-169.
- [30] 王学志, 宫火良, 康晓然, 等. 青少年自杀意念量表中文版在高中生应用的信效度分析 [J]. *中国健康心理学杂志*, 2011, 19 (8): 964-966.
- [31] 汪向东, 王希林, 马弘, 等. 心理卫生评定量表手册: 增订版 [M]. 北京: 中国心理卫生杂志社, 1999: 127-133.
- [32] 李中权, 王力, 张厚粲, 等. 人格特质与主观幸福感: 情绪调节的中介作用 [J]. *心理科学*, 2010, 33 (1): 165-167.
- [33] 叶宝娟, 温忠麟. 有中介的调节模型检验方法: 甄别和整合 [J]. *心理学报* [J]. 2013, 45 (9): 1050-1060.
- [34] 熊红星, 张璟, 叶宝娟, 等. 共同方法变异的影响及其统计控制途径的模型分析 [J]. *心理科学进展*, 2012, 20 (5): 757-769.
- [35] 刘景, 高荣, 万宇辉. 安徽省医科大学生不同形式社会支持与自杀意念的关联及性别差异分析 [J]. *中华疾病控制杂志*, 2019, 23 (1): 80-84.
- [36] 何军旗, 田园, 胡宓, 等. 农村老年人的自杀意念与孤独感 [J]. *中国心理卫生杂志*, 2014, 28 (8): 618-622.
- [37] Isacson G. Suicide prevention—a medical breakthrough? [J]. *Acta Psychiatr Scand*, 2000, 102 (2): 113-117.
- [38] Morrish L, Rickard N, Tan C C, et al. Emotion regulation in adolescent well-being and positive education [J]. *J happy stud*, 2008, 19 (2): 1543-1564.

The role of Loneliness and Cognitive Reappraisal in Comprehending the Relationship between Perceived Social Support and College Students' Suicidal Ideation

Zhang Yinan Mao Yuxuan Sun Mengya Yang Xiaofeng

College of Psychology Inner Mongolia Normal University, Hohhot

Abstract: Objective: To explore the role of loneliness and cognitive reappraisal in comprehending the

relationship between perceived social support and college students' suicidal ideation, and to provide a theoretical basis for maintaining the physical and mental health of college students and intervening in their suicidal ideation. Methods: From June to July 2021, 1400 college students were randomly selected from two universities in Inner Mongolia Autonomous Region and Shandong Province to investigate the perceived social support, loneliness, cognitive reappraisal and suicidal ideation, and establish a structural equation model to analyze the relationship between the four. Results: The results of correlation analysis showed that there was a significant negative correlation between perceived social support, suicidal ideation and loneliness of college students ($r=-0.36, -0.42, p<0.01$); perceived social support and cognitive reappraisal were significantly positive correlation ($r=0.54, p<0.01$); loneliness is significantly positively correlated with college students' suicidal ideation ($r=0.4, p<0.01$); loneliness is significantly negatively correlated with cognitive reappraisal ($r=-0.23, p<0.01$); cognitive reappraisal is significantly negatively correlated with college students' suicidal ideation ($r=-0.42, p<0.01$); the model fitting results show that perceived social support is completely mediating through loneliness affecting college students' suicidal ideation and cognitive reappraisal adjust the relationship between perceived social support and college students' suicidal ideation are statistically significant($\chi^2/df=2.97, CFI=0.99, TLI=0.97, SRMR=0.03, RMSEA=0.06$). Conclusion: Loneliness plays a completely intermediary role between perceived social support and college students' suicidal ideation; cognitive reappraisal plays a moderating role between perceived social support and college students' suicidal ideation.

Key words: Perceived social support; Loneliness; Cognitive reappraisal; College students' suicidal ideation