

高职学生自杀意念的影响因素及行为预防

——基于 P 校的调查

刘颂迪¹ 王红鑫²

1. 平顶山职业技术学院, 平顶山;

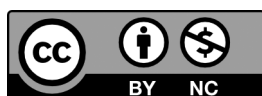
2. 昆明文理学院, 昆明

摘要 | 为了深入了解高职学生的心理健康状况, 为实现其生命教育的科学化、规范化、制度化提供一定的参考依据, 为更好地落实高职学生自杀行为预防、预警工作提供参考。采用简单随机抽样方法, 选取 P 校学生作为研究对象, 采用贝克自杀意念调查量表 (SSI)、抑郁自评量表 (SDS)、青少年生活事件量表 (ASLEC) 以及一般资料调查表, 分析其自杀意念的影响因素, 并对部分调查对象进行深度访谈, 考察高职学生的心理健康状况, 为高职学生心理健康教育和生命教育提供借鉴和参考。

关键词 | 高职学生; 自杀意念; 影响因素; 行为预防

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 引言

2017 年 3 月 2 日, 世界卫生组织 (World Health Organization, WHO) 发布的首份《预防自杀: 一项全球要务》报告显示, 全球每年有 80 多万人死于自杀, 即大约每 40 秒就有 1 人轻生。^[1]我国每年平均约有 28.7 万人自杀, 几乎占全球自杀人数的 30%。中国心理卫生协会的调查统计显示, 自杀已成为我国位列第五的死亡原因。而在 15—34 岁的年轻人群中, 自杀更是列为首位死因, 其中大学生自杀现象尤为突出。学者研究表明, 大学生自杀率是同龄一般人口的 2—4 倍, 高于同龄非大学生年轻人, 并呈逐年上升趋势。^[2]

学生自杀问题已经成为专家学者研究的重点问题, 引起各级政府、教育行政部门、高校、家庭及全社会的普遍关注。2011 年 2 月教育部办公厅发布了《普通高等学校学生心理健康工作基本建设标准 (试

行)》通知,同年5月教育部办公厅又发布了《普通高等学校学生心理健康教育课程教学基本要求》。2018年7月中共教育党组发布《高等学校心理健康指导纲要》(41号文件),为进一步提升心理育人质量,促进学生心理健康素质与思想道德素质、科学文化素质协调发展,明确提出了高校开展心理健康教育的全面工作要求。在上述背景下,多数研究将研究对象聚焦于普通本科院校大学生,针对高职学生的研究较为匮乏。此外,高职学生正处在青年成长阶段,身体、心理和思想尚未完全成熟,更容易产生心理问题,严重甚至危及身心健康。因此本研究选取 P 校高职学生作为研究对象,探究高职学生心理健康状况及与自杀意念有关的主要影响因素,为预防高职学生自杀提供科学依据,从而引起人们对大学生自杀行为的广泛关注。

2 对象与方法

2.1 研究对象

本研究中的研究对象为高职院校 P 校学生。采取简单随机抽样的方法,在一年级至三年级高职学生中随机发放问卷,共发放问卷 160 份,通过对数据进行整理并剔除无效问卷,剩余有效问卷 145 份,有效率 90.6%。

2.2 研究方法

(1) 研究工具:①自制问卷,基本情况问题包括性别、年级、学生来源、家庭类型、是否独生子女、家庭收入、在校生活费用、专业满意程度、学习成绩、心理咨询或治疗史等。借鉴贝克自杀意念量表^[3],用来量化和评估自杀意念,得分越高,自杀意念越强烈。抑郁自评量表(SDS),是一种能够反映病人主观抑郁症状的自评量表,它被广泛应用在门诊,对抑郁症进行筛查。青少年生活事件心理量表(ASLEC)^[4],共 27 个题目,可评估青少年 6 个方面的压力大小:学习压力、人际关系、丧失、受惩罚、健康适应和其他。问卷表采用 5 级评分:即无影响(1)、轻度(2)、中度(3)、重度(4)和极重度(5),得分越高说明个体受到的压力越大。②采用随机抽样的方法,在 P 高职院校中随机抽取 303 名一年级到三年级高职学生,收集数据。③依据贝克自杀意念量表的第二部分对所抽取学生进行划分,当学生的主动和被动自杀的愿望程度得分和为 2,即为没有自杀意念,得分和为 3-6 分时有自杀意念,得分和为 2 的样本作为对照组,得分和为 3-6 分时为自杀意念组。④将对照组与自杀意念组进行数据统计分析,通过 Pearson 相关性分析和线性回归分析,探寻学生自杀意念出现的影响因素。

(2) 评定方法:研究者逐条讲解测试问卷,且申明本研究将不会给受试者带来任何负面影响,受试者以自评的方式集中填写问卷,所有问卷填写后当场收回,由研究者逐一检查,要求受试者即时对漏填项目进行补充。

(3) 统计学分析:所有资料在 Excel 2010 中进行输入、统一归类、整理后用统计软件 SPSS 23.0 进行统计学数据分析。人口学变量如性别、年级、生源地、家庭类型等进行简单描述统计分析,探索不同人口学变量学生之间的差异性。测量表中变量则对其进行复制,并对测量量表进行相关性分析。

3 高职学生心理健康状况结果与分析

3.1 高职学生自杀意念

依据贝克自杀意念量表的第二部分进行划分,当学生的主动和被动自杀的愿望程度得分和为2,即为没有自杀意念,得分和为3-6分时有自杀意念,得分和为2的样本作为对照组,得分和为3-6分时为自杀意念组。据统计,对照组有98人,占总人数的67.6%;自杀意念组有47人,占总人数的32.4%。由此可见P校高职学生有三分之一左右的学生曾产生过自杀意念,值得学校引起重视。

表1 自杀意念组(n=47)与对照组(n=98)主要人口学特征

Table 1 Main demographic characteristics of suicide ideation group (n = 47) and control group (n = 98)

		对照组		自杀意念组	
变量		人数	构成比	人数	构成比
性别	男	43	29.7%	16	11.0%
	女	55	37.9%	31	21.4%
年级	一年级	23	15.8%	17	11.7%
	二年级	19	13.1%	8	5.5%
	三年级	56	38.6%	22	15.2%
来源地	大城市	6	4.1%	10	6.8%
	中小城镇	21	14.5%	12	8.3%
	农村	71	48.9%	25	17.2%
	孤儿	0	0%	2	1.4%
家庭类型	单亲	7	4.8%	8	5.5%
	残疾	2	1.4%	2	1.4%
	烈士或优抚对象子女	0	0%	1	0.7%
	低保家庭	7	4.8%	3	2.1%
	建档立卡贫困户	14	9.7%	3	2.1%
是否为独生子女	双亲	68	46.9%	28	19.3%
	是	22	15.2%	14	9.7%
	否	76	52.4%	33	22.8%
在校生活费用每月	800 元以下	12	8.3%	5	3.4%
	800–1500 元	48	33.1%	28	19.3%
	1500–2000 元	30	20.7%	11	7.6%
	2000 元以上	8	5.5%	3	2.1%
对本专业是否满意	十分满意	13	8.9%	5	3.4%
	比较满意	34	23.4%	19	13.1%
	一般满意	40	27.6%	17	11.7%
	不太满意	6	4.1%	5	3.4%
	非常不满意	5	3.4%	1	0.7%
学习成绩	很好	17	11.7%	4	2.7%
	中上	25	17.2%	7	4.8%
	中等	44	30.3%	26	17.9%
	中下	8	5.5%	5	3.4%
有无心理咨询或治疗史	很差	4	2.7%	5	3.4%
	有	4	2.7%	10	6.8%
	无	94	64.8%	37	25.5%

（1）心理健康状况的年级差异

由卡方检验（单因素 ANOVA 检验）分析，P 校不同年级的高职学生与青少年生活事件影响指数之间的显著性概率值 $P=0.006<0.05$ ，差异显著。年级与青少年生活事件影响指数的相关系数为 0.229^{**} ，为中等程度负相关。主要有以下几方面可能：一方面，一年级新生基础知识薄弱，所以在学习新知识的过程中相对困难，在学习能力上难免会产生挫败感与自卑感，又或是刚入学因被人误会、错怪或受人冷落产生孤独感；另一方面，一年级新生来自全国各地，生活习惯的不同加剧了人际交往的紧张感。在两年的校园生活后，学生的心智方面得到了磨炼，心理承受能力有所提高，因此年级越高，大学生的生活事件影响指数会随之减小。

（2）心理健康状况的性别差异

性别与抑郁指数之间的相关度系数为 0.217 ，通过显著性分析发现，性别男女（配对样本 t 检验）与抑郁系数之间的差异 $P=0.009<0.05$ ，差异显著，说明抑郁指数与性别两个变量间存在联系。根据美国精神医学学会出版的《精神障碍诊断与统计手册第五版（DSM-5）》，在美国在青少年早期发病的群体中，女性个体患病率比男性高 1.5 倍到 3 倍。^[5] 女大学生多因情感挫折、精神疾病、学业不良、就业压力等原因，无法排解消极情绪，从而增加抑郁的可能，在抑郁症患者中女性的自杀百分率（ $15\%-48\%$ ）高于男性（ $4\%-27\%$ ）也说明了这点。

（3）心理健康状况的家庭类型差异

经卡方检验（单因素 ANOVA 检验），不同家庭类型的学生自杀意念强度的相关系数为 0.235^{**} ，显著性概率值 $P=0.004<0.05$ ，差异显著，这说明家庭类型对高职学生自杀意念的产生有一定的影响。在这里，家庭类型分为“孤儿、单亲、残疾、烈士或优抚对象子女、低保家庭、建档立卡贫困户及双亲”7 种类型，其中前 2 种均属于结构不健全家庭，即家庭成员缺失。由于父母早亡或是离异，子女对父母关爱的缺失，不仅使他们面对生活中遇到的问题得不到指导，而且极易产生自闭、自卑等多种心理问题。有研究发现，单亲家庭和他人照顾家庭的大学生比双亲家庭更担心犯错误。^[6] 他们过分追求完美和成功，即使很小的瑕疵也会使其产生恐惧感，或是陷入深深的自责中，从而加剧自杀意念的形成。

（4）心理健康状况的性别差异

经卡方检验（单因素 ANOVA 检验），学习成绩与自杀的可能性、自杀意念强度、生活事件影响三个变量之间的相关系数分别为 0.460^{**} 、 0.175^{*} 、 0.164^{*} ，显著性概率值分别为 $P=0.001$ 、 0.035 、 0.049 均 <0.05 ，与自杀可能性的差异最为显著，呈负相关。学生从小形成的“分数意识”已经根深蒂固，将学习成绩作为考查学生是否优秀的不二标准。进入大学校园，更多的是学生自主学习，可不少学生仍心存“临时抱佛脚”的侥幸心理。但随着“高校清退”制度的实行，成绩不良意味着重修、补考、影响奖学金，甚至退学，学生的学业压力无形中被加大。近年来，频频发生的由于学习成绩不佳导致大学生自杀的事件中，多是学生害怕考试失败或不理想，失去自信，觉得人生毫无意义，从而动了自杀的念头。

（5）心理健康状况的专业满意度

由卡方检验（单因素 ANOVA 检验），学生的专业满意度与生活事件指数之间的相关系数为 0.237^{**} ，显著性概率值 $P=0.004<0.05$ ，差异显著，说明专业的满意与否对学生的心理会产生一定的影响。主要可能有两个方面：一是对本专业学习的困惑。无论是教学方法还是学习方法，大学与初高中相比都有

很大差异,这些差异使得学习能力不足、自律意识弱的学生难以适应,学习缺乏动力使其变得被动和消极,心理上产生压力、矛盾、困惑和焦虑。二是对本专业缺乏热爱。虽然部分学生选择所学专业,但在报考时他们可能并不清楚自己究竟想做什么,能做什么,需要什么,对自己的专业范围、兴趣特长、实践能力缺乏正确的预判。

3.2 生活事件

ASLEC 的制定是在外国文献的基础上^[7-10],同时通过对多个群体的施测进行修改,由于制定者并未对研究对象进行具体的年龄或者当前就读水平进行限定。使用对象由最初的中学生到现在扩大到使用于大学生^[11-13],用于探讨生活事件与抑郁、自杀意念等的关系。针对大学生的调查结果显示,其在人际交往、学习生活等方面压力更大,焦虑和抑郁比例远比健康人高。^[14, 15]而对于高职学生的心理研究相对缺乏。通过表2中的变量“青少年生活事件影响指数”与变量“自杀意念强度”的积差相关系数为0.271,显著性概率值 $P=0.001<0.05$,达到显著水平,这说明青少年生活事件影响指数对大学生自杀意念强度存在明显的影响。

表2 大学生生活事件影响指数^①与自杀意念强度^②的相关关系

Table 2 Correlation between life events impact index and suicidal ideation intensity in college students

		青少年生活事件影响指数	自杀意念强度
青少年生活事件影响指数	皮尔森 (Pearson) 相关	1	0.271 (**)
	显著性 (双尾)		0.001
	N	144	144
自杀意念强度	皮尔森 (Pearson) 相关	0.271 (**)	1
	显著性 (双尾)	0.001	
	N	144	145

注: ** 在显著水平为 0.01 时 (双尾), 相关显著。

3.3 抑郁与自杀行为

精神疾病中自杀风险最高的是抑郁症。费立鹏等在一项全国性病例对照的心理解剖研究发现,自杀者患抑郁症的比例高达40%,抑郁程度重是导致自杀的最重要的预测变量。^[16]中国心理卫生协会 (China Association for Mental Health, CAMH) 的有关数据统计,我国抑郁症发病率约为3%-5%,目前已有超过2600万人患有抑郁症。有关调查显示,目前我国大学生出现抑郁的人数比例高达20%-60%,已超过国

① 青少年生活事件心理量表分为人际关系、学习压力、受惩罚、健康适应等六个维度。从事件影响程度与事件影响时长两个变量出发,各个事件刺激量 = 事件影响程度 * 事件影响时长,事件刺激量越高,学生的生活压力越大。

② 自杀意念强度: 测试者首先完成贝克自杀意念量表前5个题,如果第4和第5个项目的选择答案都是“没有”,那么则视为没有自杀意念,问卷结束。如果第4或者第5个项目任意1个选择答案是“弱”或者“中等到强烈”,那么就认定为有自杀意念,需要继续完成后面的14个项目。

际大学生的平均抑郁水平。^[17] 在本研究中, 调查结果显示重度抑郁的学生人数占总人数的 4.1%, 中度抑郁的学生人数占总人数的 22.1%, 轻度抑郁的学生数占总人数的 49%, 无抑郁的学生数占总人数的 22.8% (见表 2), 学生普遍存在抑郁现象。可见, 处在学业巨大压力下的大学生是极易患抑郁症的群体之一。通过“抑郁严重度指数”与“自杀倾向”对样本检验统计, 两个变量之间平均数差异为 -41.14427, 差异检验的 t 统计量等于 -19.986, 显著性概率值 $P=0.000<0.05$, 达到显著水平, 这说明抑郁严重度对大学生自杀倾向有着重要的影响。抑郁情绪或许有时只是表面现象, 但它可能是其他精神问题的症状之一。结合皮尔逊相关性分析发现, 通过对各抑郁指数组抑郁指数与自杀意念强度组相关性分析发现, 抑郁指数与自杀意念强度大体呈现正相关的关系, 其中重度抑郁者的自杀意念强度达到惊人的 0.894。由此可见抑郁指数对于大学生自杀意念的形成起着重要作用。

表 3 抑郁严重度指数与自杀意念强度^①统计表

Table 3 Depressive Severity Index and Intensity of Suicidal Ideation

程度	次数	百分比	相关性系数
无抑郁	33	22.8	0.002
轻度抑郁	71	49	0.027
中度抑郁	32	22.1	0.103
重度抑郁	6	4.1	0.894

3.4 自杀意念强度的线性回归分析

基于相关性分析, 可以看到大学生的抑郁指数与生活实践影响指数与大学生的自杀意念强度存在一定程度的相关, 且 p 值 <0.05 , 大学生的自杀意念强度和生活事件的影响较大。通过建立自杀意念强度与生活指数、抑郁指数相关关系的回归方程预测与自杀意念强度与生活指数、抑郁指数相关关系, 发现在大学生群体中抑郁指数与生活事件指数对大学生自杀意念的形成, 以及一年的强度有重要的影响。如表 4 所示:

表 4 自杀意念强度与生活指数对大学生自杀意念强度的回归分析

Table 4 Regression Analysis of the Intensity of Suicidal Ideation and Life Index on the Intensity of Suicidal Ideation of College Students

变量	调整 R^2	Durbin-Watson	整体显著性系数 (Anova ²)	变量显著性系数
抑郁指数	0.501	1.97	0.012	0.047
生活事件指数				0.012

从表 4 可以看到, 线性回归模型与原始数据拟合后, 线性回归方程能反映原始数据的 50%, DW 统

① 基于抑郁自评量表 (SDS) 所测, 计算公式为抑郁严重度指数 = 各条目累积分 / 80 (最高总分), 指数分值越高, 表示抑郁情绪的程度越高, 抑郁指数在 0.50 以下为无抑郁, 0.50-0.59 为轻微至轻度抑郁, 0.60-0.69 为中度抑郁, 0.70 以上为重度抑郁。

计系数为 1.97 接近 2, 因此判断回归不存在伪回归, 自杀意念强度与生活指数对大学生自杀意念强度为正相关。Anova2 分析, 偏值为 0.012, 说明至少存在 1 个自变量对自杀意念强度有显著影响, 结合抑郁指数影响系数为 0.047, 生活事件影响指数为 0.012, 说明抑郁指数和自杀意念强度对自杀意念强度有显著影响, 且抑郁指数与自杀意念强度不存在共性。显然, 生活事件指数影响程度抑郁指数远大于抑郁指数, 结合抑郁指数程度的分析, 仅中度抑郁与重度抑郁指数与大学生的自杀意念强度存在相关, 但中度抑郁与重度抑郁的学生群体较少, 因此存在抑郁指数影响程度小于生活事件指数的情形, 事实上学生的抑郁大多是由生活事件所导致。因此, 在生活中高职院校应注重周围发生事件对学生的影响, 以达到实践教育、榜样教育的目的, 同时注重学生的心理指导, 关注问题学生。

4 讨论

通过统计分析结果可以看到, 在 P 校高职学生群体中, 不同人口学变量大学生之间的自杀意念、抑郁指数、生活指数有着明显的差异性。其中生活事件指数与高职学生的自杀意念强度相关系数大于 0.2, 由此可知大学生的自杀意念很大程度受生活因素的影响。通过对生活事件变量与自杀意念强度进行相关性分析后发现, 影响学生自杀意念形成的生活事件主要有学习、人际关系、家庭关系以及恋爱四个部分。其中考试失败或成绩不理想是导致学生自杀意念形成的主要影响因素, 二者的相关系数高达 0.277。人际关系对学生自杀意念的形成也有着重要的影响, 主要表现为与同学或好友发生纠纷以及与教师关系紧张。二者与自杀意念的相关系数分别为 0.259 和 0.255。恋爱不顺和自杀意念的相关度较高, 其相关系数为 0.263。家庭因素则是由于过度施加的学习压力造成了自杀意念的形成, 其相关系数为 0.248。而家庭经济困难、亲友死亡等因素并不是学生自杀意念形成的主要影响因素。由此可见, 学生的生活事件指数的高低主要受学习和人际关系压力的影响。

在抑郁指数方面, 则可以看到抑郁指数与自杀意念强度之间呈现显著的相关性。抑郁指数越高, 高职学生的自杀意念强度越强。通过对学生近一个星期的实际感受进行谈话发现, 近期感觉自己身体不适、心情不适的学生自杀意念强度明显偏高。特别是近期感觉自己闷闷不乐、身体疲劳、晚上睡眠不好、近期一阵一阵想哭、体重下降等变量, 与自杀意念强度的相关性系数均在 0.310 以上, 其中近期感觉到身体疲乏与自杀意念强度的相关性更是高达 0.378, 接近 0.4。由此可见, 学生的自杀意念形成、自杀意念强度都与抑郁指数有着明显的相关性。

5 自杀行为预防建议

在我国, 对自杀现象的研究曾一度成为禁区, 改革开放后才开始起步, “自杀是自绝于人民, 是叛党、叛国的行为”。^[18] “自杀预防”区别于“自杀危机干预”, 主要指对所有潜在的自杀人群进行防患于未然的提前性干预, 提高他们对自杀危害性的认识, 从而减小这些群体在未来的自杀率。它采用更宏观、更综合, 更侧重教育学和社会学的方法, 防止学生自杀意念的形成和发展。从 P 高职院校高职学生的自杀意念调查中可以看到, 有相当比例的大学生产生了自杀意念, 需要引起高校的重视, 并建立相应的预防机制。当下, 生命教育、死亡教育和生死教育逐渐成为教育界、学术界讨论的热点话题, 研究领域不断拓展和深化, 并取得了初步成果。可近年来, 虽然我国较多关注大学生的心理健康教育, 但对高职院校

校大学生这个群体关注较少,对于高职学生的心理健康状况更是少之又少。由于多数大学生没有经历过苦难与挫折的磨炼,耐挫能力较差,一旦遇到挫折便会不知所措,无法正确应对,甚至引发种种心理问题。有些学生可能一蹶不振,甚至轻视自己的生命,采用极端的方式来解决,因此大学生自杀意念的影响因素需引起重视,这样才能防患于未然。

5.1 国家层面建立出台相关预防措施与法律

2002 年 6 月 25 日中华人民共和国教育部颁布第 12 号令,自 2002 年 9 月 1 日起施行《学生伤害事故处理办法》。该办法对学校应当依法承担相应的责任的具体情形做了明确的规定,在第 12 条中规定,“学生自杀、自伤的”学生伤害事故,如学校已履行了相应职责,行为并无不当的,无法律责任。2012 年 10 月 26 日第十一届全国人民代表大会常务委员会第二十九次会议通过了《中华人民共和国精神卫生法》,自 2013 年 5 月 1 日起施行。在其中的第 28 条、第 30 条和第 40 条等条款中提到“伤害自身的”行为,其近亲属、所在单位、当地公安机关应立即采取措施予以制止,医疗机构应当对其实施住院治疗。欧美国家已经出台了一些预防自杀的对策,日本出台了《自杀对策基本法》等,我国虽然多年来已经在大学生自杀预防工作中积累了实际经验,但仍未制定出适合我国国情与实际的大学生自杀预防法。

5.2 政府层面加强外部预防

政府在预防大学生自杀行为应做到以下几方面:(1)严格控制媒体的报道。目前,各类媒体对自杀的报道和描述越来越多,而大多数研究结果证实,自杀行为可以通过模仿习得,例如同一点、同样的自杀工具等。因此,政府应对媒体的报道进行严格把控,避免炒作和渲染自杀,避免具体细节和办法等。(2)加强对自杀工具的防范。政府相关部门应加强对各类农药及处方药的限制和管理,家用煤气的无毒处理,刀具等危险器具的管理等,从而减少大学生自杀工具的可得性与获取的方便性。(3)设立专门的自杀急救中心。中心工作人员应由受过专门训练的社会工作者、心理学家以及志愿者组成,进行 24 小时值班并提供免费服务。例如北京市 2017 年心理援助热线数据首次公布,15 年来为 29 万多人次提供心理咨询服务。^[17]经过电话热线咨询,一些有自杀意念的人得到有效救助。(4)提高相关工作人员的重视。加大有关行政部门、高校及医疗机构工作人员玩忽职守、徇私舞弊等违法行为的处罚力度,同时,对在预防自杀工作中做出突出贡献的社会组织和个人,给予表彰、奖励。

5.3 高校层面强化心理健康教育

经过对 P 校高职学生进行访谈,多数人表示并不清楚知道学校心理咨询室的位置或是学校心理健康咨询的联系方式,导致大学生产生的不良情绪无法得到排解。在全体大学生中加强学生心理健康教育,提高大学生的心理挫折承受能力,是高校预防大学生自杀的根本措施。主要途径有以下几个方面:

(1) 开设新开辅导课程或专题讲座,加大宣传力度,帮助他们掌握有关心理适应的技巧,合理宣泄情绪。并适当地向学生宣讲自杀预防常识,知道心理疾病的早期识别、求助技巧和配合治疗,并且了解自杀者的先期征兆和一般救助常识,如果发现周围有异常的学可以及时给以救助。

(2) 发挥心理协会作用。开展一系列有助于大学生身心健康的宣传教育活动,如利用广播、网络、报纸、宣传栏等媒体宣传心理健康知识,组织心理沙龙,演出心理剧等。

(3) 创造良好的校园文化氛围。改善校园文明设施与教学生活条件,创造轻松自由、宽松平等的文化环境,并通过各种学术活动、社团活动、社会实践活动,丰富大学生的课余生活,为学生提供充分的自我发展空间,能够在集体活动中体验归属感、成功感、满意感。

(4) 加强对特殊群体的关注,掌握学生的实时动态。

参考文献

- [1] 世界卫生组织. 精神卫生, 自杀预防 [EB/OL]. [2020-01-01]. https://www.who.int/mental_health/suicide-prevention/zh/.
- [2] 张健东. 大学生自杀心理机制的形成 [J]. 山东省青年管理干部学院学报, 2005 (3): 33-35.
- [3] Beck AT, Kovacs M, Weissman A. Assessment of suicidal intention: the scale for suicide ideation [J]. Consult Clin Psychol, 1979 (47): 343-352.
- [4] 陈华, 贾存显, 刘贤臣. 青少年生活事件量表评定及应用研究进展 [J]. 中国公共卫生, 2016, 32 (8): 4.
- [5] Phillips M R. Suicide rates in China, 1995—1999 [J]. The lancet, 2002, 359 (3): 73-82.
- [6] 亢莉. 大学生抑郁与应激源、认知评价、人格特征及社会支持的相关研究 [D]. 西安: 陕西师范大学, 2004.
- [7] Xia L X, Ding C, Hollon S D, et al. Self-supporting personality and psychological symptoms: the mediating effects of stress and social support [J]. Personality and Individual Differences, 2013, 54 (3): 408-413.
- [8] Peng L, Zhang J, Li M, et al. Negative life events and mental health of Chinese medical students: the effect of resilience, personality and social support [J]. Psychiatry Research, 2012, 196 (1): 138-141.
- [9] Zhou L, Fan J, Du Y. Cross-sectional study on the relationship between life events and mental health of secondary school students in Shanghai, China [J]. Shanghai Archive of Psychiatry, 2012, 24 (3): 162-171.
- [10] Liu X C, Tein J Y. Life events, psychopathology, and suicidal behavior in Chinese adolescents [J]. Journal of Affective Disorders, 2005, 86 (2-3): 195-203.
- [11] 孙淑荣, 张百军, 孙淑华, 等. 大学生生活事件应对方式与心理健康的相关研究 [J]. 山西财经大学学报, 2013, 35 (1): 147-148.
- [12] 胡朋利, 张仲明, 杨圆圆, 等. 大学生生活事件、心理一致感和抑郁的关系 [J]. 中国健康心理学杂志, 2012, 20 (11): 1722-1724.
- [13] 梁丽婵, 李欢欢. 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 [J]. 中国临床心理学杂志, 2011, 19 (5): 625-627.
- [14] Evans T M, Bira L, Gastelum J B, et al. Evidence for a mental health crisis in graduate education [J]. Nat Biotechnol, 2018 (36): 282-284.
- [15] Hyun J K, Quinn B C, Madon T, et al. Graduate student mental health: needs assessment and utilization of counseling services [J]. JCSD, 2006 (47): 247-266.
- [16] 东方资讯. 为什么得了抑郁症的人都不爱动? [EB/OL]. [2020-01-01]. <http://mini.eastday.com/a/190716012145974-3.html>.

- [17] 豆丁网. 分层剖析大学生自杀的原因 [EB/OL] . [2020-01-01] . <https://www.docin.com/p-1015975435.html>.
- [18] 翟书涛. 选择死亡: 自杀现象及自杀心理透视 [M] . 北京: 北京出版社, 2001.

Influencing Factors and Behavioral Prevention of Suicidal Thoughts in Vocational Students —Survey Based on P-School

Liu Songdi¹ Wang Hongxin²

1. PingDingShan Vocational and Technical College, PingDingShan Henan;
2. Kunming College of Arts and Sciences, Kunming Yunnan

Abstract: In order to deeply understand the mental health status of higher vocational students, to provide a certain reference basis for the scientific, standardized and institutionalized life education of higher vocational students, and to provide a reference for better implementation of the prevention and early warning of suicide behavior of higher vocational students. Using a simple random sampling method, P school students were selected as the research objects, and the Baker Suicidal thoughts Survey Scale (SSI), depression self-assessment scale (SDS), adolescent life event scale (ASLEC) and general data questionnaire were used to analyze the influencing factors of suicidal thoughts, and conducted in-depth interviews with some of the survey subjects to examine the mental health status of higher vocational students, providing reference and reference for mental health education and life education of higher vocational students.

Key words: Higher vocational students; Suicidal thoughts; Influencing factors; Behavioral prevention