

摘要

非自杀性自伤行为已经成为全球关注的公共卫生事件，这一行为常见于青春期，在处于成年早期的大学生群体中的发生率也呈逐年上升的规律，自伤行为与自杀行为显著相关，成为自杀行为的显著预测因素。因此，如何帮助大学生减少自伤行为，提高个体心理健康水平，是本研究的重点。先前的研究表明，黑暗人格与非自杀性自伤行为存在显著相关关系，也就是说，拥有这种特质越多的个体，其自伤行为也会越频繁、越严重。其次，在自伤行为的影响因素方面，负性情绪也是一大预测因素，当个体的抑郁情绪不断增加且无法调节时，也会影响个体的自伤行为。最后，情绪调节策略，即认知重评和表达抑制在这个过程中显得尤为重要。那么，黑暗人格到底对自伤行为有什么样的影响，抑郁情绪和情绪调节策略又在这其中起什么作用，是本研究需要去研究的问题。

本文共有三个研究，在研究一中，采用质性研究的方法，对兰州市某高校的 25 名学生进行访谈，通过访谈调查大学生自我伤害行为的影响因素，为研究 2 结构方程模型的制定提供依据。在研究二中，采用黑暗三联征量表、青少年自伤量表、情绪调节量表和贝克抑郁量表对兰州市某所高校的 1290 名被试进行问卷调查，采用相关分析、中介模型和有调节的中介模型来检验抑郁情绪、认知重评和表达抑制在大学生黑暗人格对自伤行为所起的不同作用。在研究三中，将 46 名学生分为两组，采用基于认知行为疗法的团体辅导方法，对干预组的学生(26 人)，进行为期共六周的团体辅导，对于对照组的学生(20 人)不进行干预训练，在干预即刻结束和干预结束后两周进行后测和第二次后测检验，用来评估干预效果。研究结果如下：

- (1) 黑暗人格、自伤行为、认知重评、表达抑制和抑郁情绪之间均存在相关关系；
- (2) 抑郁情绪在黑暗人格和非自杀性自伤行为中起中介作用；
- (3) 认知重评和表达抑制在黑暗人格和非自杀性自伤行为之间起调节作用；
- (4) 采用认知行为团体辅导，可以有效降低抑郁情绪水平。

本文通过三个研究探讨了黑暗人格与非自杀性行为的关系，以及抑郁情绪、认知重评和表达抑制在其中起到的作用。希望能为降低大学生的自伤行为提供一定的理论基础，同时也能为提升个体的心理健康水平提供一定的参考。这些研究结果表明，黑暗人格对大学生非自杀性自伤行为有着重要的影响，而且抑郁情绪、表达抑制和认知重评在黑暗人格对非自杀性自伤行为的影响中发挥着重要的作用。同时发现，采用认知行为疗法的干预训练对降低大学生抑郁情绪水平，从而进一步降低大学生群体的自伤行为有明显的效果。

关键词：黑暗人格；非自杀性自伤行为；抑郁情绪；情绪调节策略；团体心理辅导

Abstract

Non-suicidal self-injurious behavior has become a public health event of global concern, and this behavior is common in adolescence, and the incidence in the college student population in early adulthood has shown a pattern of increasing each year, and self-injurious behavior is significantly associated with suicidal behavior and becomes a significant predictor of suicidal behavior. Therefore, how to help college students reduce self-injurious behaviors and improve individual mental health is the focus of this study. Previous research indicated that dark personality was significantly associated with non-suicidal self-injurious behavior, meaning that individuals with more of this trait would also have more frequent and more severe self-injurious behavior. Secondly, negative emotions are also a significant predictor of self-injurious behavior, and when individuals have increasing and unregulated depression, it also affects self-injurious behavior. Finally, emotion regulation strategies, namely cognitive reappraisal and expression inhibition, are particularly important in this process. The question of how dark personality affects self-injurious behavior and what role depressive mood and emotion regulation strategies play in this process is what needs to be examined in this study.

There are three studies in this research. In Study 1, a qualitative research method was used to interview 25 students from a college in Lanzhou City to investigate the factors influencing self-injurious behavior of college students through interviews and to provide a basis for the development of the structural equation model for Study 2. In Study 2, 1290 subjects from a college in Lanzhou City were investigated using the Dark Triad Inventory, the Adolescent Self-Injury Scale, the Emotion Regulation Scale, and the Beck Depression Inventory, and correlation analysis, mediation models, and mediated models with moderation were used to examine the different roles of depressed mood, cognitive reappraisal, and expression inhibition in the dark personality of college students on self-injurious behavior. In Study 3, 46 students were divided into two groups and group counseling based on Cognitive-behavioral Therapy was used for a total of six weeks for students in the intervention group (26 students), and for students in the control group (20 students) without intervention training, and post-test and a second post-test was

administered at the immediate end of the intervention and two weeks after the end of the intervention and used to assess the effects of the intervention. The results of the study were as follows:

(1) Correlations were found between dark personality, self-injurious behavior, cognitive reappraisal, expression inhibition, and depressed mood;

(2) Depressed mood mediates between dark personality and non-suicidal self-injurious behavior;

(3) Cognitive reappraisal and expressive inhibition play a moderating role between dark personality and non-suicidal self-injurious behaviors;

(4) The use of cognitive-behavioral group counseling is effective in reducing depressed mood levels.

This article explores the relationship between dark personality and non-suicidal self-injurious behaviors and the role played by depressed mood, cognitive reappraisal, and expression inhibition through three studies. It is intended to provide some theoretical basis for reducing self-injurious behaviors among college students and may also provide some references for improving the psychological health of individuals. These findings suggest that dark personality has an important impact on non-suicidal self-injurious behaviors among college students, and depressed mood, expressive inhibition, and cognitive reappraisal play an important role in the influence of dark personality on non-suicidal self-injurious behaviors. Meanwhile, group counseling based on cognitive-behavioral therapy can effectively intervene in college students' depressed mood, thus reducing the level of college students' depressed mood to lower non-suicidal self-injurious behaviors.

Keywords: Dark Personality; Non-suicidal Self-injurious Behavior; Depressed Mood; Emotion Regulation Strategies; Group Counseling

目 录

1 引 言	1
2 文献综述	4
2.1 非自杀性自伤行为及其相关研究.....	4
2.2 黑暗人格及其相关研究.....	8
2.3 黑暗人格与非自杀性自伤行为的关系.....	9
2.4 抑郁情绪及其相关研究.....	10
2.5 抑郁情绪与非自杀性自伤行为的关系.....	11
2.6 情绪调节策略及其相关研究.....	12
2.7 情绪调节策略与非自杀性自伤行为的关系.....	14
2.8 质性研究的理论基础.....	15
3 问题提出及研究意义	17
3.1 已有研究不足.....	17
3.2 问题提出.....	17
3.3 研究意义.....	19
3.3.1 理论意义.....	19
3.3.2 实践意义.....	20
4 研究内容	21
5 研究一：黑暗人格与非自杀性自伤行为的关系：基于扎根理论的质性研究	22
5.1 研究目的.....	22
5.2 研究方法与程序.....	22
5.2.1 研究工具.....	22
5.2.2 研究对象.....	23
5.2.3 研究流程.....	23
5.3 研究结果.....	25
5.3.1 开放式编码.....	25
5.3.2 主轴编码.....	28
5.3.3 选择性编码.....	28
5.3.4 理论饱和度检验.....	29
5.4 模型分析.....	29
5.5 讨论与小结.....	30
6 研究二：黑暗人格与非自杀性自伤行为的关系建模	31

6.1 研究目的	31
6.2 研究假设	31
6.3 研究方法	31
6.3.1 研究对象	31
6.3.2 研究工具	32
6.3.3 研究设计与程序	34
6.4 研究结果与分析	35
6.4.1 共同方法偏差控制与检验	35
6.4.2 各变量及其维度之间的基本情况	35
6.4.3 各变量及其维度在人口学变量上的特征	36
6.4.4 各变量及其维度与非自杀性自伤行为间的相关分析	39
6.4.5 抑郁情绪的中介作用分析	40
6.4.6 有调节的中介模型	41
6.5 讨论与小结	44
7 研究三：基于理情疗法的大学生抑郁情绪的团体辅导	45
7.1 研究目的	45
7.2 研究假设	45
7.3 研究方法	45
7.3.1 研究对象	45
7.3.2 研究工具	46
7.3.3 研究设计与程序	46
7.3.4 团体辅导方案	47
7.4 研究结果与分析	49
7.4.1 干预组、对照组在前测上的差异检验	49
7.4.2 干预在抑郁情绪和非自杀性自伤行为指标上的效果分析	49
7.4.3 抑郁情绪的方差分析结果	49
7.4.4 非自杀性自伤行为的重复测量方差分析结果	50
7.5 讨论与小结	50
8 总讨论	52
8.1 影响大学生非自杀性自伤行为的因素	52
8.2 黑暗人格、抑郁情绪、表达抑制与非自杀性自伤行为的关系	53
8.2.1 主要变量的相互作用机制	53
8.2.2 抑郁情绪的部分中介作用	54
8.2.3 表达抑制的调节作用	55

8.3 理性情绪疗法对大学生抑郁情绪干预的作用	56
9 应用启示与结论	58
9.1 应用启示	58
9.2 结论	60
10 研究不足与展望	61
参考文献	62
致 谢	70
附 录	72
个人简介、攻读硕士期间的研究成果	82

1 引言

非自杀性自伤是指的是(Non-suicidal Self-injury, 非自杀性自伤行为)在没有自杀意念的情况下, 直接、故意地伤害自己的身体器官或组织, 不符合社会主流行为, 也不会导致死亡的行为(Zetterqvist, 2015), 具有反复性、故意性和自我隐匿性(乔慧芬 等, 2012)。非自杀性自伤行为发生年龄多为 10~24 岁(Lang J et al., 2021), 从全球视角看, 在我国有 22.1%的儿童青少年出现了非自杀性自伤行为(Lim, et al, 2019), 并且有逐年上升的趋势。韩阿珠等人(2017)采用 Meta 方法对中国内地初中学生进行了非自杀性自伤行为的流行病学调查, 纳入了 22 篇文献, 样本总数为 146936 例, 其中非自杀性自伤行为的检出率为 27.4%。Maciejewski 等(2014)在对基因与环境对非自杀性自伤行为与自杀想法的影响的研究中发现, 这两类行为有着累死的生物学基础, 在当代年轻人中, 非自杀性自伤行为可以显著地预测个体未来的自杀行为, 可能会严重阻碍个体的身心健康发展(Hawton et al., 2012)。由于自伤行为的反复性(即重复出现相同的自我伤害行为), 导致其致死率风险也随之升高。因此, 对自伤行为进行干预时也应该考虑到反复性的影响。

近几年来, 随着我国经济和社会的快速发展, 高等教育学校的规模和学生的数量也呈现递增趋势。然而, 在大学生群体中, 自伤行为时有发生, 且有逐渐上升的趋势。有学者对国内的大学生自伤行为进行了调查研究, 结果显示大学生自伤行为的发生率为 15.8%(穆菁菁 等, 2019)。非自杀性自伤行为不仅会对个体产生生理损害, 还会影响到情绪功能, 使个体体验到各种负性情绪, 进而导致人际交往及工作、学业表现的下降。同时, 非自杀性自伤行为还与多种心理行为病理症状存在“共生关系”, 如焦虑、抑郁、睡眠障碍、自杀意念、自杀未遂及社会适应困难等(Izquierdo et al., 2021)。

由于其高发生率、可重复的行为以及长期的致命危险, 导致了大学生非自杀性自伤害行为日益严重, 其预防和管理是当前大学生心理健康工作的重点。除了那些需要住院进行系统治疗的严重精神障碍或自杀的个体之外, 大多数伴有非自杀性自伤行为大学生, 都会在学校中维持正常的生活和学习。所以, 心理干预是对接个体需求和心理健康护理的重要和有效途径。

目前, 对其进行干预的研究才刚开始, 与其流行特征、临床表现相比, 有关其干预与治疗的报道还很少。在自伤行为研究领域中, 关于自伤行为发生的心理机制模型研究是一个比较常见的话题, 包括心理病理模型、情绪-认知模型、体验-回避模型、二维度功能模型等被广泛接受的解释自伤行为的心理机制模型, 分

别从家庭和环境因素、个体情绪调节因素、个体适应能力因素以及人际交往因素等四个角度对自伤行为的产生进行了阐述(刘晓倩, 2021)。其中心理发展病理模型是最早被广泛认可的理论之一,该理论认为自伤行为的产生是由于个体在早年经历了创伤性事件后导致了个体产生了心理发展障碍。认为个体在早年经历了创伤性事件后,可能会出现某些消极的情感体验,并且这些消极体验可能会对个体今后的人格发展造成影响,如果个体不能顺利地度过这一时期,就可能会发生自伤行为。此外,该理论还认为自伤行为是个体为了避免再次体验到同样的消极情感而采取的自我保护行为。具有自伤行为的个体具有较高的自杀意念和尝试自杀行为的可能性(Klonsky et al., 2013; Nock et al., 2006),与没有自伤行为的个体相比,个体在自伤后产生自杀念头的几率要高 4 倍,自杀企图的可能性高出 22 倍(Georgiades et al., 2019);对成年被试的研究中发现,自伤个体的自杀率是非自伤个体的 30 倍高(Cooper et al., 2005; Olfson et al., 2017)。以往的研究表明,大学生自伤行为的发生率为 15.8%。王俊(2019)等人通过问卷调查,对中国皖南、皖北地区三所大学的 4363 大学生进行了一次研究。研究表明在这 3 所高校中,自伤行为的检出率为 42.5%。也会提高他们的自杀几率,是判定个体在将来是否会有自杀行为的一个重要指标。因此,自伤行为需要被关注,尤其是处在成年早期的大学生。

据统计,在大学生中,出现自我伤害行为的最主要原因是抑郁和焦虑等情绪因素,当个体的基本心理特征越强时,其发生自我伤害的风险也就越大。顾怀婷(2018)等人的研究发现表明,具有较高抑郁水平的大学生更容易出现自伤行为。除此之外,有自伤者较无自伤者更易产生述情障碍,并且与自伤行为之间存在显著的正相关关系。张连生(2012)等人的研究发现,抑郁情绪也是大学生自伤行为的一大影响因素,两者之间显著相关。也就是说,抑郁情绪对自我伤害行为有直接影响。自我伤害的动机是对负面情绪的逃避,其自我伤害的过程是由消极的强化机制所维持。这种负强化作用,使不愉快的情绪刺激和自伤行为之间的联系得到了加强,也就是说,当个体再次面临不愉快的情绪体验时,自伤行为就会变成一种自动化的逃避反应(江光荣 等, 2011)。在自伤的认知-情绪模型中, Hasking 等人(2017)提出,个体在面对负性情绪刺激时,会产生情绪反应倾向,形成负性自我图式,对自伤结果的期望,抵抗对自伤行为的自我效能,以及缺乏适应的情绪调控策略,这些都会使个体更容易发生自伤。以上结果表明,心理病理学特征对大学生的自伤害行为有一定的预测作用。因此,关于情绪调节策略的相关研究应运而生,该领域也开始受到研究者们的关注,随着研究的深入得出一些可行的策略。

此外，人格特质也是通常被认为是自伤行为的诱发因素，黑暗三联征，即人格的黑暗面，包括精神病态，自恋和马基雅维利主义三个维度。已有学者从知觉压力、抑郁应对等方面探讨了个性特征与非自杀性自伤行为的相关性，并发现大五人格特征与其相关。研究发现，感知的应激分数越高，对抑郁的应付分数就越低，二者之间呈现出一种负相关，即，具有高应激水平和抑郁类型的特定个性的个体与非自杀性自伤行为有某种关联(李盼盼, 2020)。据此可以推测，黑暗三联征人格与非自杀性自伤行为之间可能存在存在一定的关联。

基于此，本研究将以黑暗人格、抑郁情绪、认知重评、表达抑制与非自杀性自伤行为为主要变量，通过定性和定量研究相结合的方法，深入探讨黑暗人格、抑郁情绪、认知重评、表达抑制与非自杀性自伤行为之间的内在联系，并给出了相应的干预策略。

2 文献综述

2.1 非自杀性自伤行为及其相关研究

非自杀性自伤(Non-suicidal Self-injury, 非自杀性自伤行为)是指非自觉的、自主的、非文化认同的、无有意识自杀意图的身体伤害(Nixon et al., 2008)。通常的自伤方式有皮肤划伤、严重的抓挠、撞击、殴打或者烧伤自己(David, 2009; Maria, 2015),不同类型的自伤行为可能在同一时间发生,并具有相似的关联性(Prinstein & Mitchell, 2008)。

非自杀性自伤是美国于 2013 年发布的《精神疾病诊断与统计手册》(Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder)第五版(以下简称 DSM-5)中,首次其列为尚未明确诊断的一种精神障碍,亟待深入研究和进一步确定。DSM-5 定义的自伤障碍(Non-suicidal Self-injury Disorder)除了符合以往的自伤行为定义标准外,还需要符合:(1)在过去一年里,实施自伤行为的时间在 5 天或 5 天以上;(2)自我伤害的行为与以下因素有联系: a.心理上的诱因:在自伤行为出现前,存在着人际关系上的问题、有负面的情绪或想法(如抑郁、焦虑、紧张、愤怒、痛苦或自责等); b.冲动; c.自伤的观念; d.预期可以通过自我伤害减轻人际关系问题,或者减少负面情感、认知状况或诱发积极情绪状态;(3)这样的行为或者它的后果,会导致具有临床意义的抑郁、痛苦情绪,或者造成人际交往、学习以及其他重要的社会功能的丧失;(4)这种行为并不发生在精神错乱、谵妄或中毒状态下。对于有发育障碍者,自伤行为不应该是一种何重复固定模式的体现。这一现象无法用另一种精神或心理障碍来解释(例如精神障碍、广泛性发育障碍、智力迟钝、莱斯-尼汉综合征、带有自伤的刻板运动障碍或拔毛癖);(5)不存在自杀倾向,自我伤害造成的死亡率较低。这表明,相对于有无自伤行为,DSM-5 对于自伤性精神疾病的定义更为严格,且患者很有可能伴有更为严重的情感和认知问题。

有关性别差异对自伤行为的影响的研究至今还没有形成一致的结论,一些学者认为,在自伤方面,女性的自伤程度比男性高(Janis et al., 2006; Monto et al., 2018; Ross & Heath, 2002; Zetterqvist et al., 2013);或是男性比女性有更多的自伤行为(蒋志成 等, 2020);但是另一些研究显示,在自伤的行为上,男性和女性之间并不存在明显的差别(Gratz et al., 2002; Muehlenkamp & Gutierrez, 2004; Tresno et al., 2012)。所以在非自杀性自伤行为的性别差异上,至今还未有统一定论。在美国各州,高中男生的自伤发生率为 6.4%-14.8%,高中女生的自伤发生率为 17.7%-30.8%(Monto et al., 2018);另一项在欧洲 11 个国家的研究报告显示,自伤

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/776045004130010211>