

DOI:10.3969/j.issn.1000-9760.2023.02.010

初中生自杀意念的影响因素

魏梦琦¹ 综述 刘燕^{1,2} 审校

(¹ 济宁医学院精神卫生学院; ² 济宁医学院循证医学中心, 济宁 272013)

摘要 自杀是一个严重公共卫生问题,是导致初中生死亡的原因之一。自杀意念往往是发生自杀行为的前提,可以帮助我们提早发现并预防自杀死亡的发生。本文主要针对初中生的自杀意念现状以及人口学、遗传、心理、环境等方面的影响因素进行综述,为制定中学生自杀预防公共卫生措施提供依据。

关键词 自杀意念;初中生;影响因素

中图分类号:R395.1 文献标识码:B 文章编号:1000-9760(2023)04-117-04

Inflencing factors of suicidal ideation in junior middle school students

WEI Mengqi¹, LIU Yan^{1,2}

(¹ School of Mental Health; ² Center of Evidence-Based Medicine, Jining Medical University, Jining 272013, China)

Abstract: Suicide has become a serious public health problems and one of the causes of junior middle school students' death. Suicidal ideation is the first step of suicide, which can help us identify and prevent deaths from suicide earlier. This paper mainly reviews the current situation of suicidal ideation among junior middle school students and the influencing factors of demography, genetics, psychology and environment, so as to provide a basis for formulating public health measures of suicide prevention in junior middle school students.

Keywords: Suicidal ideation; Junior middle school students; Influencing factor

自杀是一个严重的全球公共健康问题,每年约有 80 万人死于自杀^[1]。在青少年群体中,自杀已经成为第四大死亡原因^[1]。自杀行为包括自杀意念、自杀企图和自杀死亡^[2],其中自杀意念往往是自杀行为的早期心理活动,对自杀风险具有一定的预测作用,可以帮助我们更早地发现并预防自杀死亡^[3]。12~15 岁青少年正步入青春期,生理和心理发育极不平衡,容易产生心理健康问题,自杀意念检出率高达 13.6%^[4]。预防青少年自杀,特别是对于处于身心发展关键时期的中学生来说,是一项重要的社会公共问题。本文将对初中生自杀意念现状及其影响因素做一综述。

1 初中生自杀意念流行病学现状

不同国家和地区初中生自杀意念不同^[5]。西方国家的总体终生自杀率高于非西方国家,其中澳

大利亚、美国、英国和加拿大初中生的自杀率在断上升,一些中低收入国家初中生自杀流行率也呈现稳定趋势,此外非洲青少年自杀意念终生流行率最高(37%),欧洲最低(13.7%),北美洲、南美洲和亚洲分别为 30.2%、28.5%、14.2%^[5-6]。中国初中阶段学生自杀意念检出率为 16.7%^[7]。因此,初中生自杀意念高发是个全球共性问题,必须高度关注并探讨初中生自杀产生的具体原因。

2 初中生自杀意念的影响因素

2.1 人口学因素

与初中生自杀意念有关的人口学危险因素主要是性别、年龄等。在性别方面,中西方研究观点是一致的,女生自杀意念检出率明显高于男生^[7-9],这可能与女生心理成熟较早、内心情感丰富等因素有关^[7]。与顺性别(性别认同与出生时确定性别一致)青少年相比,跨性别(性别认同与出生时确定性别不一致)青少年更容易产生自杀意念,其中,跨性别女性(出生时生理性别为男性而自我性别认同为女性)自杀意念更高^[10]。因此,预防初中

[基金项目]泰山学者青年专家人才项目(tsqn201909145);

济宁医学院教师科研扶持基金(JYFC2019JS003)

[通信作者]刘燕,E-mail:hakunaly@163.com

生自杀要充分考虑性别问题,针对不同性别的初中生采用不同的预防措施,女性尤其是跨性别群体应为预防的关键对象。目前,针对跨性别初中生群体自杀意念的研究较少,未来还需要更多研究来探讨跨性别初中生群体的自杀相关行为。年龄方面,中西方得出的结果是不一致的。唐慧琳等^[3]对中国南京 661 名初中生研究发现,不同年级自杀意念强度不同,高年级自杀意念强度高于低年级。Flores 等^[9]对美国人群近 27,000 名初中生进行研究,并没有发现自杀意念检出率存在年级差异。研究结果不同可能与两国教育政策、学习背景有关,相比于美国,中国高年级的初中生面临更重的升学压力。民族/种族方面,国外研究发现不同种族自杀意念不同,与白种人相比,黑种人、西班牙裔、亚裔和其他族裔初中生自杀意念检出率更高^[9]。中国虽是多民族国家,但研究显示中国少数民族的自杀意念和自杀发生率与汉族差异性不大,可能与各个民族的学生处在同一教学环境中,所接受的知识一致有关^[11]。目前针对中国初中生群体不同民族自杀意念的研究较少,未来还需要更多的研究来进一步明确民族因素在自杀意念中的作用。以上提示我们需要关注与初中生自杀意念有关的人口学特征,及时对处于危险中的初中生提供帮助与支持。

2.2 遗传因素

自杀可能与遗传变异有关^[2]。Erlangsen 等^[12]对 6024 名重症精神障碍患者及 44240 名健康人进行对照研究,确定了与自杀企图显著相关的 3 个 SNPs 位点,均位于 20 号染色体上,即 rs4809706、rs4810824 和 rs6019297。Docherty 等^[13]也确定了和自杀死亡显著相关的 2 个基因座,分别位于 13 号染色体(5 个 SNPs 位点,即 rs34399104、rs35518298、rs34053895、rs66828456、rs35502061)和 15 号染色体(rs35256367)。国内在自杀遗传学上的研究相比于欧美国家要少。Wei 等^[14]研究报道了 CYP24A1(rs6013897)可能是一种新的自杀未遂潜在的遗传基因。大样本全基因组关联研究帮助我们进一步确定了自杀可能与特定的遗传基因有关。但自杀的遗传学确切病因及分子机制尚不明确,未来仍需要更多大样本且在不同的种族之间开展研究,进一步明确上述基因与自杀的因果关系。我们在关注自杀遗传性的同时,还需要关注遗传与环境因素交互作用对自杀的影响,尽量减少环境因素对自杀意念或行为的负性影响。

2.3 心理因素

初中生心理健康问题也是预测自杀意念的重

要的因素。情绪失调会产生相应的冲动行为,如果对自己产生的负面情绪不能有效地调节,那么自杀意念就可能作为一种解决问题的策略而出现^[15]。而积极情绪则可能是抑郁等消极情绪和自杀意念之间的一种重要中介,如果初中生在与人相处中不断进行自我贬低的话,将会产生更多的消极情绪和自杀意念^[16]。可知,消极负面的情绪会增加初中生的自杀意念。除上述危险因素,近几年与自杀意念有关的保护性因素逐渐成为研究的焦点。心理弹性可能是自杀意念的保护性因素,与自杀意念呈负相关^[3]。生命意义感也是预防自杀意念的保护性因素,其可以帮助个人应对人类发展特定阶段的心理风险^[17]。因此,保护性因素可以降低初中生的自杀意念。未来需更多的研究来探索与自杀意念有关的保护性因素以及相关机制。同时,各类学校需要开授相关的心理学课程,并设立心理疏导站或学生心理工作室等,帮助初中生应对各种心理问题。

2.4 精神障碍

患有精神障碍的初中生自杀意念风险高于普通人,比如重度抑郁、焦虑障碍等。物质过度使用也与自杀意念有关。过度使用酒精与初中生自杀意念有关,开始饮酒年龄越早,饮酒醉酒频率越高,自杀意念的风险就越高^[18]。与中国不同的是,西方国家的初中生更有概率接触到毒品。对美国新墨西哥州初中生研究发现,使用毒品的初中生有较高水平的自杀意念^[19]。另一项研究也证实了滥用大麻会增加初中生的自杀意念^[9]。可见,物质滥用会增加初中生自杀意念的风险,且有害无利。一项韩国的研究发现具有潜在和高风险智能手机成瘾的初中生其自杀意念的可能性增加^[20]。因此,除关注物质滥用外,未来研究还应关注到初中生的手机使用问题,进一步探讨手机成瘾与自杀意念的因果关系。重视初中生的精神障碍、物质使用及手机成瘾问题,对预防初中生自杀具有非常重要的意义。

2.5 环境因素

2.5.1 家庭环境

家庭对初中生自杀意念起到了重要的影响作用。积极的父母教养方式与初中生的自杀意念呈负相关,父母教养方式越消极,初中生的自杀意念水平越高^[4]。家庭功能(家庭凝聚力和家庭成员灵活性)与自杀意念也有关,当家庭功能失调时,初中生在处理问题时就会由于缺少学习的榜样而变得情绪化,增加自杀意念的风险,而与家庭成员之间的情感纽带越紧密,应对家庭变故能力

就会越强,自杀想法就会越少^[21]。因此,家庭亲密度、适应性、凝聚力及家庭支持越高的初中生自杀意念风险就越低^[17]。积极的家庭环境能够降低初中生的自杀意念,未来的研究应关注与家庭环境有关的保护性因素。家庭是个人成长的重要场所,如果家庭环境出现不良现象,将会影响初中生的心理健康,要高度关注初中生家庭成长环境。

2.5.2 学校环境 学校是学生生涯中度过时间最长的场所,需要高度关注学校因素对初中生自杀意念的影响。师生有效关系可以发展为预防初中生自杀的保护性因素,感受到老师关心和鼓励的初中生有较低水平的自杀意念^[9]。初中生对校园生活、学校人际关系越担忧其自杀意念风险越高,而学校工作人员的支持和同学间的信任则是自杀意念的保护因素^[22]。因此,良好的师生关系、同学关系和校园生活环境可以降低初中生自杀意念的风险。学校各级部门需要积极处理初中生教育过程中出现的消极因素,及时对有自杀意念的初中生予以帮助,避免自杀悲剧的发生。未来还可以进一步探讨学校所采取的相关预防措施是否对初中生自杀意念产生影响。

2.5.3 不良经历 童年期的不良经历增加初中生自杀意念的风险,比如经历虐待、忽视、欺凌、压力性生活事件等。言语欺凌、财产相关欺凌、关系欺凌、身体欺凌和网络欺凌均与自杀意念的高风险密切相关^[23]。随着互联网、社交媒体和电子设备的快速发展,“网暴”现象屡见不鲜,网络欺凌逐渐成为关注的焦点。Flores 等^[9]研究证实了遭受网络欺凌的初中生自杀意念检出率增高。复杂的网络环境使还在成长中的初中生难以分辨是非真假,直接或间接地受到网络环境的不良影响。学校和社会应对初中生开展反欺凌的宣传教育,增强初中生的自我保护能力,对受欺凌初中生及时进行心理干预,创造良好的网络环境。压力性生活事件也会增加自杀意念的风险,比如学业压力、人际关系冲突等^[22]。因此,干预初中生自杀意念需要了解他们过往的不良经历。创造一个良好的环境需要家庭、学校和社会的共同参与。

2.5.4 睡眠 睡眠对于健康来说至关重要,充足的睡眠时间有益于身心健康。睡眠剥夺是自杀意念的独立危险因素,每晚睡眠少于 4h 或睡眠时间更少的初中生自杀意念检出率增加^[9]。手机成瘾同样也影响睡眠,夜晚使用手机时间越长,睡眠时间就越短,自杀意念检出率就越高^[20]。因此,初中生的睡眠问题也是需要密切关注的社会现象,未来

需要更多的研究探讨睡眠与自杀意念之间的关联。需要采取强有力的保护措施以保证初中生实现充足的睡眠,比如限制夜晚电子设备使用时间、开展家庭作业减负活动、建议或强制未开展午睡的中学开展午睡活动等。

3 小结与展望

初中生的自杀意念与多方面因素有关,即自杀意念并不是与单一因素所造成的,而是各个因素之间相互作用,涉及人口学、生物、家庭、学校、个人心理特征等方面。预防初中生的自杀意念需要家庭、学校以及社会的全力配合与支持。目前,大部分初中生自杀相关研究都是横断面调查,并不能确定风险因素与中学生自杀之间的因果关系,部分研究样本来源的群体具有局限性,或缺乏充足的样本量,导致研究结果外推受限。另外,研究数据来源于被调查者自我报告,容易产生回忆偏倚,且缺乏相关文化背景信息收集。最后,尚缺乏不同国家或种族之间的差异分析。

未来需要在初中生群体开展基于不同文化背景的纵向研究,还需要在识别初中生自杀意念影响因素上开展更广泛且全面的预测因素研究。建议相关职能部门需要及时制定良好的初中生自杀预防策略,以保障广大初中生的心理健康。

利益冲突:所有作者均申明不存在利益冲突。

参考文献:

- [1] World Health Organization. Suicide worldwide in 2019: Global health estimates [DB/OL]. (2022-08-19) [2022-8-19] <https://apps.who.int/iris/handle/10665/326948>,2021-06-17/2023-01-18.
- [2] Cha CB, Franz PJ, M Guzmán E, et al. Annual research review: Suicide among youth - epidemiology, (potential) etiology, and treatment [J]. *J Child Psychol Psychiatry*, 2018, 59(4): 460-482. DOI: 10.1111/jcpp.12831.
- [3] 唐慧琳,王思怡,胡永恒. 初中生社会支持与自杀意念的关系:心理韧性的中介效应 [J]. *心理月刊*, 2022, 17(2): 33-35. DOI: 10.19738/j.cnki.psy.2022.02.010.
- [4] Tian S, Zhang TY, Miao YM, et al. Psychological distress and parental involvement among adolescents in 67 low-income and middle-income countries: A population-based study [J]. *J Affect Disord*, 2021, 282: 1101-1109. DOI: 10.1016/j.jad.2021.01.010.
- [5] Lim KS, Wong CH, McIntyre RS, et al. Global lifetime and 12-month prevalence of suicidal behavior, deliberate

- self-harm and non-suicidal self-injury in children and adolescents between 1989 and 2018: A meta-analysis [J]. *Int J Environ Res Public Health*, 2019, 16(22): 4581. DOI: 10.3390/ijerph16224581.
- [6] Padmanathan P, Bould H, Winstone L, et al. Social media use, economic recession and income inequality in relation to trends in youth suicide in high-income countries: a time trends analysis [J]. *J Affect Disord*, 2020, 275: 58-65. DOI: 10.1016/j.jad.2020.05.057.
- [7] 邹广顺, 吕军城, 乔晓伟. 中国中学生自杀意念检出率的 meta 分析 [J]. *中国心理卫生杂志*, 2021, 35(8): 643-650. DOI: 10.3969/j.issn.1000-6729.2021.08.006.
- [8] 刘霞, 张跃兵. 儿童青少年情绪障碍患者自杀意念及其相关因素分析 [J]. *济宁医学院学报*, 2020, 43(3): 170-173. DOI: 10.3969/j.issn.1000-9760.2020.03.005.
- [9] Flores JP, Stuart EA, Swartz KL, et al. Risk and protective factors associated with suicidal thoughts and behaviors among maryland middle school students [J]. *School Ment Health*, 2022, 14(4): 1024-1043. DOI: 10.1007/s12310-022-09521-6.
- [10] Thoma BC, Salk RH, Choukas-Bradley S, et al. Suicidal-ity disparities between transgender and cisgender adolescents [J]. *Pediatrics*, 2019, 144(5): e2019-e1183. DOI: 10.1542/peds.2019-1183.
- [11] 杨婷婷, 卢次勇, 陈钢, 等. 贵州少数民族地区中学生自杀意念及尝试自杀影响因素分析 [J]. *中国学校卫生*, 2019, 40(7): 1017-1020. DOI: 10.16835/j.cnki.1000-9817.2019.07.016.
- [12] Erlangsen A, Appadurai V, Wang Y, et al. Genetics of suicide attempts in individuals with and without mental disorders: A population-based genome-wide association study [J]. *Mol Psychiatry*, 2020, 25(10): 2410-2421. DOI: 10.1038/s41380-018-0218-y.
- [13] Docherty AR, Shabalina AA, DiBlasi E, et al. Genome-wide association study of suicide death and polygenic prediction of clinical antecedents [J]. *Am J Psychiatry*, 2020, 177(10): 917-927. DOI: 10.1176/appi.ajp.2020.19101025.
- [14] Wei YX, Liu BP, Qiu HM, et al. Effects of vitamin D-related gene polymorphisms on attempted suicide [J]. *Psychiatr Genet*, 2021, 31(6): 230-238. DOI: 10.1097/YPG.0000000000000295.
- [15] Hatkevich C, Penner F, Sharp C. Difficulties in emotion regulation and suicide ideation and attempt in adolescent inpatients [J]. *Psychiatry Res*, 2019, 271: 230-238. DOI: 10.1016/j.psychres.2018.11.038.
- [16] Lee CY, Chiang YC, Li A, et al. Influence of humor expression on suicidal ideation among adolescents: Mediating effects of depressive emotion and positive emotion [J]. *BMC Psychiatry*, 2020, 20(1): 421. DOI: 10.1186/s12888-020-02814-7.
- [17] Yang Q, Hu YQ, Zeng ZH, et al. The relationship of family functioning and suicidal ideation among adolescents: The mediating role of defeat and the moderating role of meaning in life [J]. *Int J Environ Res Public Health*, 2022, 19(23): 15895. DOI: 10.3390/ijerph192315895.
- [18] Lee JW, Kim BJ, Lee CS, et al. Association between suicide and drinking habits in adolescents [J]. *Soa Chongsyonon Chongsin Uihak*, 2021, 32(4): 161-169. DOI: 10.5765/jkacap.210024.
- [19] Greene N, Tomedi L, Reno J, et al. The role of substance use and resiliency factors on suicidal ideation among middle school students [J]. *J Sch Health*, 2020, 90(2): 73-80. DOI: 10.1111/josh.12854.
- [20] Shinetsetseg O, Jung YH, Park YS, et al. Association between smartphone addiction and suicide [J]. *Int J Environ Res Public Health*, 2022, 19(18): 11600. DOI: 10.3390/ijerph191811600.
- [21] Cong CW, Ling WS, Fitriana M. Family functioning, coping strategy, and suicidal ideation among adolescents [J]. *J Child Adolesc Ment Health*, 2020, 32(2-3): 131-140. DOI: 10.2989/17280583.2020.1848852.
- [22] Nakano M, Yamazaki C, Teshirogi H, et al. How worries about interpersonal relationships, academic performance, family support, and classmate social capital influence suicidal ideation among adolescents in Japan [J]. *Tohoku J Exp Med*, 2022, 256(1): 73-84. DOI: 10.1620/tjem.256.73.
- [23] Wang H, Bragg F, Guan Y, et al. Association of bullying victimization with suicidal ideation and suicide attempt among school students: A school-based study in Zhejiang Province, China [J]. *J Affect Disord*, 2023, 323: 361-367. DOI: 10.1016/j.jad.2022.11.087.

(收稿日期 2022-08-19)

(本文编辑:石俊强)