

DOI:10.3969/j.issn.1000-9760.2025.04.003

# 大学生抑郁对自杀意念的影响机制： 感知累赘与未来取向的作用

文月黎<sup>1</sup> 金童林<sup>1,2</sup>

(<sup>1</sup> 内蒙古师范大学心理学院; <sup>2</sup> 内蒙古高校人文社科重点研究基地心理健康教育研究与服务中心, 呼和浩特 010022)

**摘要** **目的** 探讨大学生抑郁、自杀意念、感知累赘与未来取向之间的关系。**方法** 采用流调中心抑郁量表、Beck 自杀意念量表、未来取向量表以及感知累赘分量表对 575 名大学生进行调查。**结果** 大学生抑郁得分(38.72±8.56)分,检出率为 70.61%(n=406),自杀意念(6.57±2.01)分,检出率为 23.13%(n=133),感知累赘(14.74±7.65)分,未来取向(37.93±6.58)分,抑郁的大学生同时具有自杀意念的检出率为 22.09%(n=127);抑郁与感知累赘、自杀意念呈正相关( $r=0.55, 0.56, P<0.01$ ),与未来取向负相关( $r=-0.27, P<0.01$ );抑郁正向预测自杀意念;感知累赘在抑郁与自杀意念之间起部分中介作用,中介效应占总效应的 27.94%;未来取向在抑郁与自杀意念之间起调节作用( $\beta=-0.80, P<0.05$ )。**结论** 抑郁不仅直接影响大学生的自杀意念,还通过感知累赘影响大学生的自杀意念,未来取向缓和了抑郁对自杀意念的影响。

**关键词** 大学生;抑郁;自杀意念;感知累赘;未来取向

中图分类号:R749.4 文献标识码:A 文章编号:1000-9760(2025)08-299-05

## The mechanism of college students' depression on suicidal ideation: the role of perceived burdensomeness and future orientation

WEN Yueli<sup>1</sup>, JIN Tonglin<sup>1,2</sup>

(<sup>1</sup> College of Psychology, Inner Mongolia Normal University; <sup>2</sup> Mental Health Education Research and Service Center, Key Research Center of Humanities and Social Science in Inner Mongolia Colleges and Universities, Hohhot 010022, China)

**Abstract: Objective** To explore the relationship among depression, suicidal ideation, perceived burdensomeness, and future orientation. **Method** A survey was conducted on 575 college students using the center for epidemiological studies depression scale, beck scale for suicide ideation, future orientation scale, and perceived burdensomeness subscale. **Result** College students scored 38.72±8.56 in depression, with a detection rate of 70.61% (n=406), 6.57±2.01 in suicidal ideation, with a detection rate of 23.13% (n=133), 14.74±7.65 in perceived burden, and 37.93±6.58 in future orientation. The detection rate of suicidal ideation among depressed college students was 22.09% (n=127); Depression was positively correlated with perceived burdensomeness and suicidal ideation ( $r=0.55, 0.56, P<0.01$ ), and negatively correlated with future orientation ( $r=-0.27, P<0.01$ ); Depression positively predicts suicidal ideation; Perceived burdensomeness partially mediates the relationship between depression and suicidal ideation, accounting for 27.94% of the total effect; Future orientation plays a moderating role between depression and suicidal ideation ( $\beta=-0.80, P<0.05$ ). **Conclusion** Depression not only directly affects college students' suicidal ideation, but also has an impact on college students' suicidal ideation through perceived burdensomeness. Future orientation mitigates the impact of depression on suicidal ideation.

**Keywords:** College student; Depression; Suicidal ideation; Perceived burdensomeness; Future orientation

[基金项目] 内蒙古自治区自然科学基金项目(2022MS03004)

[通信作者] 金童林, Email: psyjin@sina.com

自杀意念是自杀行为的重要前奏,是个体头脑中出现想要自杀的想法<sup>[1]</sup>。其在大学生群体中的检出率不容忽视<sup>[2]</sup>。而抑郁是个体持久的心境低落、认知功能损伤、意志活动减退以及无法有效调整自身状态的心境障碍<sup>[3]</sup>,与自杀意念关系尤为紧密。中重度抑郁将伴随着自杀意念的产生<sup>[4]</sup>。此外,11.1%的抑郁大学生群体具有高自杀风险<sup>[5]</sup>。抑郁与自杀意念均是大学生群体中的重要公共卫生问题<sup>[6]</sup>,且抑郁是自杀意念的重要风险因素<sup>[1]</sup>。因此,深入考察二者之间的关系及其中的作用机制,对于预防大学生自杀具有一定的现实意义与理论意义。

感知累赘作为负性认知评估维度,是个体在人际互动中觉察到自己是他人(如:家人、朋友)的累赘<sup>[7]</sup>。从心理动力理论视角来看,这种认知偏差源于个体内在心理冲突的转化过程,主要表现为自我价值感贬损与向内攻击<sup>[8]</sup>。对于抑郁个体而言,在改变意愿与行动力失调的矛盾冲突下,容易低估自身社会价值,继而导致人际互动中情感体验的扭曲,即将常规社会交往曲解为负担加重过程。这种持续的负担感易引发绝望感与无助感,增加大学生自杀意念的发生风险<sup>[9-10]</sup>。

未来取向指的是个体对未来的认知规划能力<sup>[11]</sup>,被视为一种保护因素,有助于预防行为问题<sup>[12]</sup>。在诸如地震、洪水等重大灾难事件中,未来取向被认为是受灾群体恢复的重要指标<sup>[13]</sup>。此外,在医疗系统中亦将未来取向作为保护因素,通过询问患者关于未来的计划或目标的问题来评估其自杀风险<sup>[14]</sup>。有研究发现,未来取向缓解了抑郁与压力之间的关系<sup>[15]</sup>。因此,增强未来取向可能是缓解抑郁大学生产生自杀意念的有效途径。

## 1 对象与方法

### 1.1 对象

于2024年12月2日至2024年12月6日采用整体取样法,选取内蒙古自治区某高校大学生进行线下调查,共发放问卷600份,剔除规律作答,重要信息缺失的问卷25份,最终有效数据为575份,有效率为95.8%。其中,男生213人(37.04%),女生362人(62.95%);大一121人(21.04%),大二201人(34.95%),大三145人(25.17%),大四108人(18.78%);独生子女275人(47.82%),非独生子女300人(52.17%);年龄(20.49±1.04)岁。本

研究涉及的所有工具和流程获得内蒙古师范大学伦理委员会认可(24112801)。

### 1.2 研究工具

**1.2.1 流调中心抑郁量表(center for epidemiological studies depression scale, CES-D)** 采用Radloff<sup>[16]</sup>编制的量表,该量表主要测量个体过去一周内的抑郁程度以及频率,共20题,包括积极情绪、人际关系、躯体症状以及抑郁情绪4个维度。采用4点计分方式,从0(偶尔或无,少于1d)~3(多数时间或全部时间,5~7d)计分,得分越高,表示个体的抑郁风险越高,28分是抑郁症的分界线<sup>[17]</sup>。本研究该量表Cronbach's  $\alpha$ 是0.83。

**1.2.2 未来取向主义量表(future orientation scale, FOS)** 采用Joireman等<sup>[18]</sup>编制的未来取向主义量表,共7个项目,包括对当前结果的思考以及对未来的思考2个维度,无反向计分题,采用7点计分方式,从1(非常不同意)~7(非常同意)计分,得分越高表示个体的未来倾向水平越高。本研究该量表Cronbach's  $\alpha$ 为0.86。

**1.2.3 自杀意念量表(Beck scale for suicide ideation, BSI)** 采用Beck等<sup>[19]</sup>编制,李献云等<sup>[20]</sup>修订的自杀意念量表。该量表包括19题,每题对应个体自杀意念的不同方面,本研究采用该量表的前5题来计算个体的自杀意念强度,通过4、5题区分自杀意念者与无自杀意念者,若4、5题均选“否”则为无自杀意念者。采用3点计分方式,每个题的选项不一致,无反向计分题。本研究该量表Cronbach's  $\alpha$ 为0.81。

**1.2.4 感知累赘量表(perceived burdensomeness scale, PBS)** 采用Van Orden等<sup>[21]</sup>编制,李晓敏等<sup>[7]</sup>修订的感知累赘分量表。采用7点计分。从1(非常不同意)~7(非常同意)计分,得分越高,则表示个体的感知累赘水平越高。本研究该量表Cronbach's  $\alpha$ 为0.93。

### 1.3 质量控制

培训发放问卷的心理学硕士;要求被调查者阅读研究知情同意书,在阅读完后方能填写问卷,并要求被调查者严格按照说明独立完成问卷;现场回收调查问卷。排除规律作答、内容不完整的问卷。

### 1.4 统计学方法

采用SPSS 27.0分析;采用AMOS 26.0进行潜中介模型检验;采用Mplus 8.3进行模型对比以及潜调节模型检验。在中介和调节效应分析中,对

所有潜变量的指标采用标准化处理,并将性别、年级以及是否独生子女作为控制变量纳入。

## 2 结果

### 2.1 共同方法偏差检验

采用 Harman 单因子检验对共同方法偏差进行诊断。发现未旋转情况下,有 5 个因子特征值大于 1,第一个因子的方差解释量为 8.54%,远低于 40%的临界值。因此,本研究不存在较大的共同方法偏差。

### 2.2 各变量描述性统计与相关性分析

大学生抑郁检出率为 70.61% (406 人),大学生自杀意念检出率为 23.13% (133 人),抑郁的大学生同时具有自杀意念的检出率为 22.09% (127 人)。抑郁与感知累赘、自杀意念呈正相关 ( $r=0.55, 0.56, P<0.01$ ),抑郁、感知累赘、自杀意念与未来取向呈负相关 ( $r=-0.35 \sim -0.27, P<0.01$ )。见表 1。

表 1 各变量的描述性统计和相关分析 ( $n=575$ )

	$\bar{x} \pm s$	1	2	3	4
1 抑郁	38.72±8.56	1			
2 感知累赘	14.74±7.65	0.55**	1		
3 自杀意念	6.57±2.01	0.56**	0.55**	1	
4 未来取向	37.93±6.58	-0.27**	-0.35**	-0.29**	1

注: \*\*  $P<0.01$ 。

### 2.3 抑郁→感知累赘→自杀意念的中介模型

采用 AMOS 26.0 对整个模型的拟合程度进行检验,本研究共有 4 个潜变量。结果显示: $\chi^2/df=2.655$ ,  $CFI=0.900$ ,  $TLI=0.894$ ,  $IFI=0.901$ ,  $RMSEA=0.05$ ,  $95\%CI[0.054, 0.061]$ ,模型拟合较好。中介效应的检验结果显示,有无控制变量的中介模型拟合均表现良好,见表 2。其中,在加入性别、年级以及是否独生子女的控制变量后,抑郁正向预测自杀意念 ( $\beta=0.49, P<0.001, 95\%CI[0.318, 0.584]$ ),抑郁正向预测感知累赘 ( $\beta=0.69, P<0.001, 95\%CI[0.673, 0.958]$ ),感知累赘显著预测自杀意念 ( $\beta=0.28, P<0.001, 95\%CI[0.150, 0.399]$ ),间接效应值为 0.19,  $95\%CI[0.136, 0.337]$ ,中介效应占总效应比为 27.94%。见图 1。

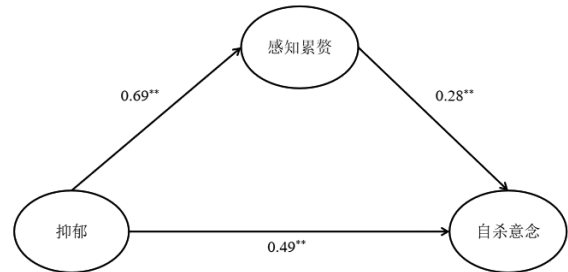
### 2.4 未来取向的潜调节检验

使用 Mplus 8.3 结合 LMS 法对未来取向进行调节效应检验。首先,进行模型比较。第一步,设

置初始模型,将在抑郁为自变量的简单中介模型基础上,加入未来取向的主效应。结果显示, $\chi^2/df=3.40$ ,  $CFI=0.871$ ,  $TLI=0.862$ ,  $SRMR=0.05$ ,  $RMSEA=0.06$ ,  $95\%CI[0.062, 0.068]$ ,模型拟合较好。第二步,在初始模型的基础上加入潜交互项(抑郁×未来取向)。运用似然比法检验初始模型与潜调节模型,结果显示, $LogL_{\text{初始模型}}=-24171.072$ ,  $LogL_{\text{潜调节模型}}=-24167.307$ 且  $LR_{(df=2)}=0.001$ ,表明潜调节模型优于初始模型。其次,在潜调节模型中,设置偏差校正的 Bootstrap 的检验方法,重复抽样 5 000 次。结果显示,抑郁能够预测自杀意念 ( $\beta=0.47, P<0.001$ )与感知累赘 ( $\beta=0.61, P<0.001$ ),感知累赘也可预测自杀意念 ( $\beta=0.31, P<0.001$ )。未来取向在抑郁与自杀意念之间的调节效应显著 ( $\beta=-0.80, P<0.05$ ),调节效应见图 2。

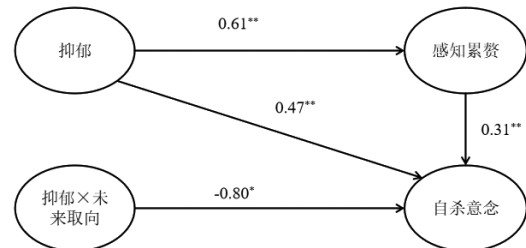
表 2 中介模型检验拟合指数

		$\chi^2/df$	CFI	TLI	IFI	RMSEA	95%CI
无控制变量	直接效应	2.576	0.933	0.926	0.933	0.05	[0.051, 0.061]
	中介效应	2.910	0.911	0.903	0.911	0.06	[0.058, 0.066]
加入控制变量 性别、年级、独生子女	直接效应	2.655	0.912	0.902	0.912	0.05	[0.053, 0.062]
	中介效应	2.625	0.910	0.901	0.910	0.05	[0.053, 0.061]



注: \*\*  $P<0.05$ 。

图 1 加入控制变量后的潜变量中介模型



注: \*\*  $P<0.01$ , \*  $P<0.05$ 。

图 2 调节效应模型图

在 Mplus 8.3 中,分别计算未来取向在高分位 ( $M+1SD$ ) 和低位 ( $M-1SD$ ) 时抑郁对自杀意念的回归系数及其显著性水平,结果显示 ( $\beta=0.19, t=1.201, P>0.05; \beta=0.80, t=4.482, P<0.001$ )。这表明,当未来取向水平越高,抑郁对大学生自杀意念的影响不显著;当未来取向水平偏低时,抑郁对大学生自杀意念的影响显著。见图 3。

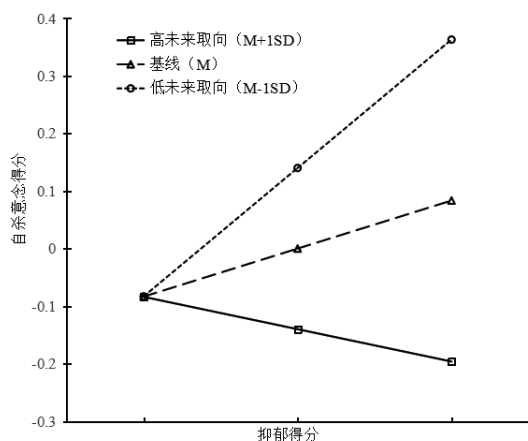


图 3 简单斜率检验

### 3 讨论

本研究首先对大学生进行了抑郁与自杀意念的筛查,结果发现抑郁大学生自杀意念的检出率与自杀意念的大学生检出率基本一致。其次,通过构建有调节的中介模型,结果显示抑郁显著正向预测大学生的自杀意念。双重证据均显示了抑郁是自杀意念的重要风险因素,与以往的研究结论一致<sup>[22]</sup>。抑郁的大学生经常体验到情绪低落以及无助感,这些负面情绪经过不断的累积,最终将增加大学生产生自杀意念的风险<sup>[23]</sup>。研究结论提示,干预大学生的抑郁不仅能降低大学生的抑郁水平,而且也能减少大学生的自杀风险。

本研究发现,感知累赘在抑郁与大学生自杀意念之间的部分中介作用成立,与以往的研究结果一致<sup>[24]</sup>。一方面,消极的自我负担认知容易与抑郁症状形成恶性循环,使个体的心理防御机制逐渐失效<sup>[25]</sup>;另一方面,强烈的自我累赘感,将导致绝望感突破自我保护屏障,最终转化为自杀意念的心理准备状态<sup>[26]</sup>。根据心理动力理论<sup>[8]</sup>,这种中介机制本质上是“自我价值冲突→认知偏差加强→产生消极行为”的演化过程。具体而言,抑郁状态下的情感枯竭会削弱大学生对积极人际关系的感知

能力,表现为倾向于放大自身对他人造成的负面影响,进而形成稳定的自我累赘感知图式。而这种认知图式将会强化自身存在缺乏价值的思维,最终催生自杀意念。此外,感知累赘与自杀意念呈正相关,说明强烈的负性主观认知会加大个体自杀意念的强度与持续性<sup>[10]</sup>。因此,本研究结果进一步证实了心理动力学理论的观点。基于这些发现,提醒我们去帮助纠正抑郁的大学生的错误认知,并结合心理动力理论中的自我修复功能,引导大学生将负性自我认知转化为暂时性成长困境,从而形成正确的认知图式。

本研究发现,未来取向对“抑郁→自杀意念”有显著的调节作用,进一步证实了未来取向作为心理因素的保护作用<sup>[12]</sup>。从作用机制来看,未来取向通过双重途径发挥作用:一方面表现为对可能性自我的积极建构,帮助大学生将现实困境转化为对未来意义的追寻<sup>[27]</sup>;另一方面,通过高瞻远瞩的思维方式,有效缓解由抑郁引发的不合理信念<sup>[12]</sup>。此外,值得我们注意的是,个体差异可能影响未来取向的保护效能:首先,积极性格特质能够助力未来取向的缓冲作用<sup>[28]</sup>。同时,未来取向较强的女性,表现出更显著的尽责性的人格特质<sup>[29]</sup>;其次,安全型依恋与更好的情绪调节能力将会增强个体对未来建构的效能感<sup>[30]</sup>。这些发现提示对未来取向的培养需考虑个体化差异因素。综上所述,鉴于这些研究结论,增强大学生的未来取向可以从多维度展开。在学校层面,建议将未来规划纳入心理健康课程,培养大学生的时间洞察力;在家庭层面,营造积极家庭环境氛围,培养其安全型依恋,增强大学生对未来规划的能力;在社会层面,强化媒体对积极未来导向内容的传播力度,同时完善大学生心理健康服务体系。

利益冲突:所有作者均申明不存在利益冲突。

### 参考文献:

- [1] Van Orden KA, Witte TK, Cukrowicz KC, et al. The interpersonal theory of suicide[J]. Psychological review, 2010, 117(2): 575. DOI:10.1037/a0018697.
- [2] Li ZZ, Li YM, Lei XY, et al. Prevalence of suicidal ideation in Chinese college students: a meta-analysis[J]. PLoS One, 2014, 9(10): e104368. DOI:10.1371/journal.pone.0104368.
- [3] 江开达. 精神病学[M]. 北京:人民卫生出版社, 2005: 123-124.
- [4] Venta A, Mellick W, Schatte D, et al. Preliminary evidence that

- thoughts of thwarted belongingness mediate the relations between level of attachment insecurity and depression and suicide-related thoughts in inpatient adolescents[J]. *J Social Clini Psy*, 2014, 33 (5) :428-447. DOI:10. 1521/jsep. 2014. 33. 5. 428.
- [5] 张芮,杨晨韵,张耀东. 中国大学生抑郁影响因素的 Meta 分析[J]. *中国全科医学*, 2020, 23(35) :4497-4502.
- [6] Mofatteh M. Risk factors associated with stress, anxiety, and depression among university undergraduate students [J]. *AIMS Public Health*, 2021, 8(1) :36-65. DOI: 10. 3934/publichealth. 2021004.
- [7] 李晓敏,辛铁钢,袁靖,等. 人际需求问卷中文版测评大学生样本的效度与信度[J]. *中国临床心理学杂志*, 2015, 23(4) : 590-593. DOI:10. 16128/j. cnki. 1005-3611. 2015. 04. 005.
- [8] Deal KH. Psychodynamic theory [J]. *Advances in Social Work*, 2007, 8(1) :184-195.
- [9] Shin M, Choi H. The mediation effect of frustrated interpersonal needs on the relationship between non-suicidal self-harm and suicidal ideation among college students [J]. *J Korean Acad Psychia Mental Health Nur*, 2020, 29(3) :273-283. DOI: 10. 12934/jk-pmh. 2020. 29. 3. 273.
- [10] Cornejo-Babida PL. Aggressive behavior and suicidal ideation of adolescents with high and low level of frustration intolerance [J]. *Asian J Educ Hum Dev*, 2020, 1(1) . DOI: 10. 69566/ajehd. v1i1. 17.
- [11] Raynor JO. Future orientation and achievement motivation: toward a theory of personality functioning and change [M]//Cognition in human motivation and learning. Psychology Press, 2013: 199-232. DOI:10. 4324/9780203780909-13.
- [12] Johnson SR, Blum RW, Cheng TL. Future orientation: a construct with implications for adolescent health and wellbeing [J]. *Int J Adolesc Med Health*, 2014, 26(4) :459-468. DOI: 10. 1515/ijamh-2013-0333.
- [13] Gan Y, Xie X, Wang T, et al. Thriving in the shadow of the 2008 Sichuan earthquake: two studies on resilience in adolescents [J]. *J Health Psychol*, 2013, 18(9) :1232-1241. DOI: 10. 1177/1359105312459897.
- [14] Levine J, Sher L. Future orientation and suicide [J]. *Eur Arch Psychiatry Clin Neurosci*, 2024, 274(7) :1777-1778. DOI: 10. 1007/s00406-023-01688-6.
- [15] Zheng L, Lippke S, Chen Y, et al. Future orientation buffers depression in daily and specific stress [J]. *Psych J*, 2019, 8(3) : 342-352. DOI:10. 1002/pchj. 283.
- [16] Radloff LS. A self-report depression scale for research in the general population [J]. *Appl Psychol Measure*, 1977, 1: 385-401. DOI: 10. 1177/014662167700100306.
- [17] Radloff LS. The use of the center for epidemiologic studies depression scale in adolescents and young adults [J]. *J Younth Adolesc*, 1991, 20(2) :149-266. DOI: 10. 1007/BF01537606.
- [18] Joireman J, Balliet D, Sprott D, et al. Consideration of future consequences, ego-depletion, and self-control: support for distinguishing between CFC-Immediate and CFC-Future sub-scales [J]. *Pers Individ Differ*, 2008, 45(1) :15-21. DOI:10. 1016/j. paid. 2008. 02. 011.
- [19] Beck AT, Kovacs M, Weissman A. Assessment of suicidal intention: the Scale for Suicide Ideation [J]. *J Consult Clin Psychol*, 1979, 47(2) :343-352. DOI:10. 1037//0022-006x. 47. 2. 343.
- [20] 李献云,费立鹏,张亚利,等. Beck 自杀意念量表中文版在大学生中应用的信效度 [J]. *中国心理卫生杂志*, 2011, 25(11) :862-866. DOI: 10. 3969/j. issn. 1000-6729. 2011. 11. 013.
- [21] Van Orden KA, Cukrowicz KC, Witte TK, et al. Thwarted belongingness and perceived burdensomeness: construct validity and psychometric properties of the Interpersonal Needs Questionnaire [J]. *Psychol Assess*, 2012, 24(1) :197-215. DOI: 10. 1037/a0025358.
- [22] 谭琪珺,栾焯,徐超,等. 中国大学生自杀意念检出率的 Meta 分析 [J]. *现代预防医学*, 2022, 49(7) :1269-1274.
- [23] Casey SM, Varela A, Marriott JP, et al. The influence of diagnosed mental health conditions and symptoms of depression and/or anxiety on suicide ideation, plan, and attempt among college students: findings from the healthy minds study, 2018-2019 [J]. *J Affec Disord*, 2022, 298(Pt A) :464-471. DOI: 10. 1016/j. jad. 2021. 11. 006.
- [24] Bell CM, Ridley JA, Overholser JC, et al. The role of perceived burden and social support in suicide and depression [J]. *Suicide Life Threat Behav*, 2018, 48(1) :87-94. DOI: 10. 1111 /sltb. 12327.
- [25] 张凤筠,龚中英,邵鑫泽,等. 抑郁情绪大学生的负性认知加工偏差 [J]. *中国健康心理学杂志*, 2022, 30(1) :134-139. DOI:10. 13342/j. cnki. cjhp. 2022. 01. 027.
- [26] 张殊玥,程诗婷,方杰,等. 归属感受挫和累赘感知对大学生自杀意念的影响:生命意义的中介作用 [J]. *中国特殊教育*, 2019, 23(9) :85-90.
- [27] DeVolder ML, Lens W. Academic achievement and future time perspective as a cognitive-motivational concept [J]. *J Personal Social Psych*, 1982, 42(3) :566.
- [28] Drummond S, Brough P. Coping, Personality and the Workplace: future-oriented coping and personality [M]. London: Routledge, 2016:1-13.
- [29] Park G, Schwartz HA, Sap M, et al. Living in the past, present, and future: measuring temporal orientation with language [J]. *J Pers*, 2017, 85(2) :270-280. DOI:10. 1111/jopy. 12239.
- [30] Dennis A, Ogden J, Hepper E G. Evaluating the impact of a time orientation intervention on well-being during the COVID-19 lockdown: past, present or future? [J]. *J Positive Psych*, 2022, 17(3) :419-429. DOI:10. 1080/17439760. 2020. 1858335.

(收稿日期 2025-03-08)

(本文编辑:甘慧敏)