

2020 届硕士学位论文

初中生网络受欺负与自杀意念的关系：  
反刍思维与心理痛苦的中介作用

作者姓名	潘恬丽
指导教师	杨继平 教授 王宋芳 中教一级
学科专业	教育硕士
研究方向	心理健康教育
培养单位	教育科学学院
学习年限	2018 年 9 月至 2020 年 6 月

二〇二〇年六月



山西大学  
2020 届硕士学位论文

# 初中生网络受欺负与自杀意念的关系： 反刍思维与心理痛苦的中介作用

作者姓名	潘恬丽
指导教师	杨继平 教授 王宋芳 中教一级
学科专业	教育硕士
研究方向	心理健康教育
培养单位	教育科学学院
学习年限	2018 年 9 月至 2020 年 6 月

二〇二〇年六月

**Thesis for Master's degree, Shanxi University, 2020**

The relationship between Cyberbullying and Suicidal  
Ideation in junior high school students: the mediating effect  
of Rumination and Psychache

Student Name	Tian-Li Pan
Supervisor	Professor Ji-Ping Yang Middle School First-class Teacher Song-Fang Wang
Major	Master of Education
Specialty	Mental Health Education
Department	School of Educational Science
Research Duration	2018.09-2020.06

June, 2020

# 目 录

中文摘要.....	I
ABSTRACT.....	II
引 言.....	1
第一章 文献综述.....	2
1.1 自杀意念.....	2
1.1.1 自杀意念的概念界定.....	2
1.1.2 自杀意念的测量.....	2
1.1.3 自杀意念的影响因素.....	2
1.1.4 自杀意念的相关研究.....	3
1.2 网络受欺负.....	4
1.2.1 网络受欺负的概念及特点.....	4
1.2.2 网络受欺负的测量.....	5
1.2.3 网络受欺负对青少年群体的消极影响.....	6
1.3 反刍思维.....	6
1.3.1 反刍思维的概念界定.....	6
1.3.2 反刍思维的相关研究.....	7
1.3.3 反刍思维的测量.....	7
1.4 心理痛苦.....	7
1.4.1 心理痛苦的概念界定.....	7
1.4.2 心理痛苦的测量.....	8
1.5 网络受欺负、反刍思维、心理痛苦和自杀意念.....	8
1.5.1 网络受欺负与自杀意念.....	8
1.5.2 网络受欺负、反刍思维与自杀意念.....	9
1.5.3 网络受欺负、心理痛苦与自杀意念的相关研究.....	10
1.5.4 网络受欺负、反刍思维、心理痛苦与自杀意念.....	11
第二章 问题的提出与假设.....	13
2.1 已有研究的局限性.....	13
2.2 研究的目的与意义.....	13

2.3 研究假设.....	13
2.4 研究设计.....	15
2.4.1 研究对象.....	15
2.4.2 研究工具.....	16
2.4.3 数据的统计与分析.....	17
2.4.4 共同方法偏差.....	17
<b>第三章 研究结果.....</b>	<b>18</b>
3.1 各变量的平均数、标准差及相关分析.....	18
3.2 各变量在性别上的差异比较.....	18
3.3 各变量在学校类型间的差异比较.....	19
3.4 各变量在年级间的差异比较.....	20
3.5 链式中介模型检验.....	20
<b>第四章 讨论.....</b>	<b>23</b>
4.1 初中生网络受欺负现象的人口学变量差异.....	23
4.2 网络受欺负、反刍思维、心理痛苦及自杀意念的关系研究.....	24
4.2.1 心理痛苦在网络受欺负与自杀意念中的中介作用.....	25
4.2.2 反刍思维及心理痛苦的链式中介作用.....	25
<b>第五章 结论.....</b>	<b>27</b>
5.1 结论.....	27
5.2 建议.....	27
5.3 研究的不足与展望.....	28
<b>参 考 文 献.....</b>	<b>30</b>
<b>附 录.....</b>	<b>38</b>
攻读学位期间取得的研究成果.....	41
致 谢.....	42
个人简介及联系方式.....	43
承 诺 书.....	44
学位论文使用授权声明.....	45

# Contents

<b>Chinese Abstract.....</b>	<b>I</b>
<b>ABSTRACT.....</b>	<b>II</b>
<b>Introduction.....</b>	<b>1</b>
<b>Chapter 1 Literature Review.....</b>	<b>2</b>
1.1 Suicidal ideation.....	2
1.1.1 Definition of suicidal ideation.....	2
1.1.2 Measurement of suicidal ideation.....	2
1.1.3 The influencing factors of suicidal ideation.....	2
1.1.4 Research on suicidal ideation.....	3
1.2 Cyberbullying.....	4
1.2.1 The concept and characteristics of cyberbullying.....	4
1.2.2 Measurement of cyberbullying.....	5
1.2.3 The influence of cyberbullying on teenagers.....	6
1.3 Rumination.....	6
1.3.1 Definition of rumination.....	6
1.3.2 Research on rumination.....	7
1.3.3 Measurement of rumination.....	7
1.4 Psychache.....	7
1.4.1 Definition of psychache.....	7
1.4.2 Measurement of psychache.....	8
1.5 Cyberbullying,rumination,psychache and suicidal ideation.....	8
1.5.1 Cyberbullying,rumination and suicidal ideation.....	8
1.5.2 Cyberbullying,psychache and suicidal ideation.....	9
1.5.3 Cyberbullying,rumination,psychache and suicidal ideation.....	10
1.5.4 Cyberbullying,rumination,psychache and suicidal ideation.....	11
<b>Chapter 2 Questions and study design.....</b>	<b>13</b>
2.1 Limitations of existing research.....	13
2.2 The purpose and significance of this research.....	13
2.3 Research hypothesis.....	13
2.4 Research method.....	15
2.4.1 Research object.....	15

2.4.2 Research tools.....	16
2.4.3 Statistics and analysis of data.....	17
2.4.4 Common method bias.....	17
<b>Chapter 3 Study Results.....</b>	<b>18</b>
3.1 The mean, standard deviation and correlation analysis of each variable .....	18
3.2 Comparison of gender differences among variables.....	18
3.3 The variation of variables in different school types.....	19
3.4 Comparison of the differences of variables between different grades.....	20
3.5 Chain mediation model validation.....	20
<b>Chapter 4 Discussion.....</b>	<b>23</b>
4.1 Differences in demographic variables of cyberbullying in junior high school students.....	23
4.2 Correlation analysis of cyberbullying, suicidal ideation, rumination, and psychache.....	24
4.2.1 Mediating role of psychache in cyberbullying and suicidal ideation.....	25
4.2.2 Chain mediating effect of rumination and psychache on cyberbullying and suicidal ideation.....	25
<b>Chapter 5 Conclusions and Suggestions.....</b>	<b>27</b>
5.1 Conclusions.....	27
5.2 Suggestions.....	27
5.3 The deficiency and prospect of the research.....	28
<b>References.....</b>	<b>30</b>
<b>Appendix.....</b>	<b>38</b>
<b>Research results .....</b>	<b>41</b>
<b>Acknowledgement.....</b>	<b>42</b>
<b>Personal introduction and contact information.....</b>	<b>43</b>
<b>Letter of commitment.....</b>	<b>44</b>
<b>Authorization statement.....</b>	<b>45</b>

## 中文摘要

自杀作为全球性的极端心理健康问题，一直以来受到各方学者的广泛关注，已有诸多研究表明，自杀意念对自杀行为有着显著的预测作用。在本研究中，将选取初中生群体为被试，对初中生网络受欺负现象和自杀意念之间的关系进行调查研究，同时选取了反刍思维和心理痛苦作为中介变量，探讨二者在网络受欺负与自杀意念之间的链式中介作用。

本研究使用问卷调查法，选取了山西省内三所初中院校（其类型分别为私立中学、公立普通中学，公立重点中学）的学生，共发放问卷 630 份，其中回收有效问卷 543 份。采用《网络受欺负量表》、《反刍思维量表》、《心理痛苦量表》及《青少年自杀意念量表》对被试群体进行问卷调查。数据回收后，利用描述性统计分析、相关分析、信度分析、独立样本 t 检验、以及中介效应分析等方法对数据进行处理。

根据本研究的结果可知：

（1）初中生的网络受欺负现象及自杀意念具有显著的性别差异，男生与女生相比更容易遭受网络欺负行为（ $t=3.58$ ， $p<0.001$ ），而女生的自杀意念水平高于男生（ $t=-2.37$ ， $p<0.05$ ）。

（2）在本研究的初中生被试群体中，网络受欺负、反刍思维、心理痛苦及自杀意念四个变量之间均存在显著的正相关。网络受欺负可对初中生的反刍思维和心理痛苦进行预测，但网络受欺负无法对初中生的自杀意念进行预测。

（3）心理痛苦在初中生网络受欺负与自杀意念中起中介作用，其中介效应为 0.05。

（4）反刍思维和心理痛苦在初中生网络受欺负与自杀意念之间的关系中起着链式中介作用，中介效应为 0.20。

本次的研究结果，不仅有助于探究青少年群体网络受欺负现象对其身心健康的影响机制，丰富网络受欺负领域的相关研究，也为预防青少年自杀提供了一定程度的理论支持。同时，呼吁相关政府部门加强网络监管政策和立法，以期更全面的保障青少年的心理健康。

关键词：初中生；网络受欺负；反刍思维；心理痛苦；自杀意念

## ABSTRACT

Adolescent suicide, a terrible mental health problem, are deeply concerned by the society. Focusing on suicidal ideation and its related factors are meaningful measure to prevent suicide, because suicidal ideation has a significant predictive effect on suicidal behavior. At present, suicides caused by cyberbullying are not individual cases and should deserve attention. This study aims to understand the relationship between the cyberbullying and suicide in junior school. The chain mediators(i.e. rumination and psychache) are also introduced and help to explore the mediating effect between cyberbullying and suicidal ideation.

Specifically, the study collect primary data by means of questionnaire survey, which consist of Revised Cyber Bullying Inventory(RCBI), Ruminative Responses Scale(RRS), Psychological Pain Assessment Scale(PPAS) and Positive and Negative Suicide Ideation(PANSI). Moreover, 630 students from different types of junior school(private school, ordinary public school and key public school) were interviewed in Shanxi province, and 543 pieces of feedback were evaluated as valid questionnaire. A series of statistical methods are adopted to analysis the obtained data, such as reliability analysis, t test, intermediary effect analysis and so on. The results of study are as followed:

(1) The influence of cyberbullying and suicidal ideation is significantly different for male students and female students in junior school. Male students suffer more cyberbullying( $t=3.58, p<0.001$ ), while female students show higher level of suicidal ideation ( $t=-2.37, p<0.05$ ).

(2) Significant positive correlations can be observed between cyberbullying, rumination, psychache and suicidal ideation. There was a significant positive correlation among the four variables of cyberbullying, rumination, psychache and suicidal ideation in junior high school. Cyberbullying can predict rumination and psychache, but cyberbullying

cannot predict suicidal ideation.

(3) It demonstrated that psychache serves as a mediating role between network bullying and suicidal ideation, with a mediating effect of 0.05.

(4) Rumination and psychache play a chain-mediating role between internet bullying and suicidal ideation for junior school students, and the mediating effect is 0.20 correspondingly.

Basing on large scale samples and system analysis, the results of current study are not only helpful for online bullying researches, but also provide theoretical support to prevent the suicidal ideation and the suicidal behavior of teenagers. Besides, it appeals for strengthening network supervision policies and legislation to guarantee the teenager's mental health.

**Key words:** Junior school students; Cyberbullying; Rumination; Psychache; Suicidal ideation



## 引言

随着网络通讯的不断发展，手机等移动通讯设备的应用和普及逐渐趋于低龄化，甚至已成为初中生的主要社交渠道和通讯手段。

在青少年群体中，传统的欺负行为屡见不鲜，但随着时代变迁，网络受欺负作为欺负行为的新形式，也开始频频出现。网络欺负是指个人或群体使用信息传播技术有意、重复地实施旨在伤害他人的恶意行为。光明网（GMW）报告称“在我国，未成年人（16岁以下）上网人数约为1.2亿左右，在全国网民总数中占比约为16%~20%。在这些青少年中，至少有一半以上的人在网络环境中曾受到过不同行为、不同程度的伤害”。据国外相关研究表明，网络欺负与受欺负现象在各地区已经非常普遍，网络欺负在不同国家和地区的发生率从4%到57%不等<sup>[1]</sup>。网络欺凌像是一只隐形的推手，不断为青少年的身心健康带去负面影响。网络受欺负与传统受欺负相比，不受地点、时间以及程度等因素的限制，具有传播速度快、影响范围广、隐蔽性强、监控难度大等特点，比传统受欺负的危害性更大。

以往研究表明，网络受欺负对自杀意念具有显著的正向预测作用，而网络欺负的高发期又处于13~15岁初中年龄阶段<sup>[2]</sup>。根据世界卫生组织2017年的报道可知，每年全球的自杀人数非常多，而自杀意念的产生，是自杀行为发生的重要风险因素。所以，本人将研究方向锁定在网络受欺负与自杀意念这两个关键词当中。

在自杀的“动机-意志整合模型”中，自杀行为发生需要经历3个阶段：前动机阶段、动机阶段和意志阶段。网络受欺负作为本研究的自变量，符合前动机阶段的背景因素及扳机事件特征。而动机阶段为自杀意图的形成阶段，以自杀的痛苦呼救模型为基础，以挫败和受困为核心<sup>[85]</sup>。个体在对于负性应激事件的诸多应对方式中，反刍思维会为个体带来痛苦及挫败感，并可能会与心理痛苦之间产生一定的交互作用，从而对个体自杀意念的形成产生一定的影响。所以，本研究将选择初中生被试群体，针对其网络受欺负现象与自杀意念之间的关系，探讨反刍思维与心理痛苦的链式中介作用。

## 第一章 文献综述

### 1.1 自杀意念

#### 1.1.1 自杀意念的概念界定

美国国立精神卫生所(NIMH)1974年将自杀行为划分为三类：自杀意念(suicidal ideation)、自杀未遂(attempted suicide)和自杀死亡(completed suicide)。由于自杀意念是自杀者早期的心理活动之一，能够显著预测自杀行为<sup>[10]</sup>，是个体实施自杀行为的高危因素<sup>[11]</sup>。Reynold将自杀意念定义为：毁灭、死亡等出现在个体的大脑思想中，其中包含从开始产生自杀想法，到如何实施自杀行为的一系列相关想法。何兆雄认为“自杀意念是个体并未实施却内在感知到的偶尔出现的自杀念头或动机，它也许不会直接导致个体自杀，但却能对个体的自杀行为进行预测，还能从其中去对个体的精神状态是否良好进行判断，同时用于评估个体自杀的危险性<sup>[12]</sup>”。

Beck所给出的自杀意念的定义为：“自杀意念是指个体已丧失了生命意志，但却并未导致实际人身伤害或死亡的自杀想法或计划<sup>[13]</sup>”。个体的自杀行为的发生必然伴随着自杀意念的出现<sup>[14]</sup>，而自杀意念是一种不易被察觉的想法或念头，具有一定隐蔽性，但却普遍存在<sup>[15]</sup>，自杀意念出现的频率越高，个体也就越可能实施自杀。据了解，大约有百分之八十的自杀死亡者，在其生前曾以各种形式表达过自己想要自杀的念头<sup>[16]</sup>。因此，对自杀行为发生的早期心理活动进行研究，有助于提前发现高危人群，并且可以及时采取有效干预措施，从而避免自杀行为的发生。

#### 1.1.2 自杀意念的测量

自杀意念的测量在学术界还没有较为统一的问卷和标准。贝克(Beck)于1979年编制了《贝克自杀意念量表》，是世界上第一个用来对自杀意念进行测量的工具，在后来自杀领域的相关研究中使用较为广泛。

本研究将使用青少年自杀意念量表中文版对初中生的自杀意念进行测量。王学志等人按照Osman,Gutierrez,Koppe,Barrios和Chiros等人编制的自杀意念量表(PANSI)，将PANSI翻译成中文，并对修订后的量表进行了重测，证实PANSI中文版具有良好的信效度，可以作为研究工具对我国青少年的自杀意念进行测评<sup>[26]</sup>。

#### 1.1.3 自杀意念的影响因素

关于自杀意念的影响因素有很多，现将其主要的影响因素归纳为两大类：

### (1) 外部因素

外部因素也可称为环境因素，分为家庭环境及社会环境两种。

在家庭环境中，不同的父母会采取不同的教养方式。有些父母对孩子过于严厉，有些父母过于溺爱孩子，有些家庭亲子关系及家庭氛围不佳，甚至出现家暴或争吵打闹等现象。以上种种都会使个体感到缺乏社会支持，对个体的身心发展产生着重要的影响。已有研究表明，不良的教养方式会导致个体的自杀风险增加<sup>[17]</sup>，家庭矛盾也是导致个体出现自杀意念的重要影响因素之一<sup>[18]</sup>。

社会环境主要是指生活中所遇到的负性生活事件。负性生活事件可对个体自杀意念的产生进行预测。李献云等通过调查发现<sup>[19]</sup>，大多数的自杀死亡者以及所有的自杀未遂者，在决定实施自杀的前一年内，均有发生负面生活事件。所以，负面生活事件可以被当做个体自杀念头出现的一个触发点。

总而言之，不论是哪种外部因素，都对个体自杀意念的产生起着至关重要的消极影响。

### (2) 内部因素

尽管影响个体自杀的外部原因有很多，但是个体的易感因素还是对自杀起着决定性的作用，其中包括个体的生理遗传因素、认知风格因素等。

根据研究结果发现，影响自杀的危险因子中，遗传因素对个体自杀起着至关重要的作用。与自杀行为相关的生物学因素会增加基因与环境的相互作用<sup>[20]</sup>，约90%的自杀死亡者都患有有一定程度的精神障碍<sup>[21]</sup>，自杀者中性格内向和较内向的比例达到了约95%，孤僻者约占52%<sup>[22]</sup>。

其次，个体的内部认知也是导致自杀意念产生的重要因素之一。在个体的人格发展过程中，对自我的正确认知和评价至关重要。如果个体的自我图式较为消极，其自杀意念产生的可能性则较大<sup>[23]</sup>。同时，拥有消极自我图式的个体，更容易出现认知偏差等问题，会导致个体看待问题的角度更为消极，面对负性生活事件，也更易选取消极的应对方式，进而影响了自杀意念的产生。

综上所述，自杀意念的产生是受到多种因素的共同影响的。但是现有研究还没有办法解释清楚各因素之间是如何交互作用。因此，还需要从更为宏观的角度，对自杀意念的产生机制和相关理论基础进行进一步的研究讨论。

#### 1.1.4 自杀意念的相关研究

自杀的压力不协调理论认为，压力不协调是导致自杀和精神疾病发生的重要原

因<sup>[24]</sup>。这种压力不协调与人们日常所感受到的压力不同，日常所感受到的压力只是一种单变量，只要有一个压力源即可产生压力。而不协调的压力则至少包含了两种压力源，或者由两个变量共同作用。本研究主要探讨的是个体危机和应对能力之间的不协调压力。负性生活事件属于个体需处理的危机的一种，若个体无法及时采取有效的应对方式，就会产生强烈的负性情绪，例如矛盾、痛苦等。当负性情绪无法消解，即有可能选择自杀这种极端的解决方式。个体的应对方式分为两种：情绪应对和问题应对。研究发现，选择情绪应对的个体更易产生自杀意念<sup>[83]</sup>，而选择问题应对的个体则相对不易产生自杀意念<sup>[78]</sup>。

在 Meehl 提出的素质-应激理论的基础上，应激-认知易感模型（Stress-vulnerability model）进一步对自杀的相关影响因素进行了解释。但由于素质-应激理论中涉及到的个体因素只局限于基因等生理方面的因素，Mann 和其同事在 1999 年提出了自杀的应激-素质模型<sup>[25]</sup>（Stress-diathesis model）。他们认为，自杀者个体拥有某种先天基因，或者在成长中获得了如人格特质等易感性因素，这使得个体在面对负性生活事件时，要比一般人更容易产生自杀意念。

关于自杀意念的研究还有很多，其影响因素也都比较分散，但基本上都集中在生理、心理和环境因素等几个方面。

## 1.2 网络受欺负

### 1.2.1 网络受欺负的概念及特点

网络受欺负是在互联网通信技术不断更新发展后出现的一种新形式的欺负，主要是通过网络的传播媒介上，比如微信、QQ、微博、电子邮件等载体，通过发送消息、发送邮件、发送评论、限制发言等方式，反复、有意的对他人进行言语攻击、图片视频攻击等多种形式的恶意伤害行为。被欺负者往往无法对自己的身心进行有效地保护。

虽然网络受欺负是通过互联网媒介平台进行实施的，但是却依然包含了传统受欺负的所有特点，比如，目的性强、具有反复性、欺负与被欺负者力量的不均衡性等。在欺负行为的实施过程中，欺负者通过对他人造成伤害而获得一定程度的满足感。而且，欺负者的行为往往是具有反复性的。被欺负者则由于自身的力量无法与欺负者抗衡而处于较弱的位置，只能被动的接受欺负。

除传统受欺负的特点之外，网络受欺负行为又叠加了网络的相关特性<sup>[3]</sup>，比如说

网络的隐蔽性、旁观者众多、无时间地点限制等。在现实生活中，欺负者在实施欺负行为时，往往因周围环境的限制、道德感的约束等因素而有所顾忌，但在网络空间中，人们在交流时普遍使用昵称，很少有实名制的顾虑，同时解除了时间和地点的限制，实施欺负的途径和方式增多，欺负者们承需担的代价变小，其行为可能更加的肆无忌惮。其次，随着互联网社交软件的普及，上网人群的数量不断增加，人们在社交媒体上，很有可能看到一些陌生人的恶意言论和行为，但极少人会对其进行制止，大部分人会选择沉默，甚至还有一部分人会选择群起围观或一起攻之。这也是网络欺负行为比传统欺负行为危害更大，持续时间更长，辐射范围更广的原因。

网络受欺负者往往在同伴群体中属于不太受欢迎的那一类，他们的自我概念较为消极，更有可能出现焦虑、痛苦、抑郁等消极情绪，更为保守，也更可能拥有低自尊<sup>[4]</sup>。

### 1.2.2 网络受欺负的测量

#### (1) 网络受欺负量表 (E-Victimization Scale)

该问卷是由 Lam 和 Li (2013) 二人编制<sup>[5]</sup>，一共有 6 道题目，在中国被试群体中具有良好的信效度。该问卷采用七点计分，被试得分越高，代表其受欺负的频次越高。

#### (2) 青少年网络受欺负问卷

该问卷由黎亚军编制 (2013)<sup>[6]</sup>，共包含 9 个题目，不区分维度，题目从 9 个方面对被试受欺负的不同方面进行测量。问卷采用 5 点计分 (计分含义: 1 分: 没有、2 分: 1-2 次、3 分: 每个月 2-3 次、4 分: 约每周 1 次、5: 每周好几次)，要求被试根据最近 3 个月内的经历作答。该问卷内部一致性系数达 0.78，间隔一个月的重测信度达 0.57。

#### (3) 网络欺负量表 (RCBI)

该量表是 2007 年由 Erdur 和 Kavut 二人编制的<sup>[7]</sup>，共由两部分组成，包括网络欺负和网络受欺负两个分量表。Topcu 和 Erdur-Baker 在 Zhou 等人修订后的 CBI 基础上，初步对网络欺负量表 (Revised Cyber Bullying Inventory, RCBI) 进行了修订，最终形成含有 28 个条目的 RCBI，问卷采用 4 点计分，用以评估被试受欺负行为的遭受频率，该量表的 Cronbach' s  $\alpha$  系数为 0.785。相比修订前的 CBI，RCBI 的条目较少，并且题目内容尽可能依托青少年使用较为频繁的电子信息交流工具 (例如微信、QQ 等)，在调查青少年的网络欺负与被欺负行为中具有较好的代表性。本研

究将采用 RCBI 对初中生的网络受欺负经历进行调查。

#### (4) 网络受欺负问卷

由 EnKwan 和 Skoric 于 2013 年编制，共包含 17 道题目，采用 6 点计分。国内的陈启玉等人对该问卷进行了中文版翻译及改编<sup>[8]</sup>，该量表的 Cronbach' s  $\alpha$  系数为 0.89。此问卷在国内研究中多次被使用，均反馈良好。

### 1.2.3 网络受欺负对青少年群体的消极影响

在埃里克森的人格发展理论中，青春期的孩子们正处于自我同一性对角色混乱的人格发展关键时期。个体的人格得以健全发展主要由两大类因素构成：生物因素和环境刺激。如果说人格由于生物因素，存在某种先天稳定性，那么在后天社会环境的刺激下，则表现出复杂性和动态性。比如：学校环境、同龄群体、大众媒体等都有可能对个体的人格发展起到较大的影响。

随着网络的覆盖面越来越广，多媒体社交似乎已成为了青少年成长中必不可少的一环，同伴间的交往早已解除时间、空间限制，使得人际交往变得轻松便利。但是，与此同时也显现出了青少年网络社交的“不安全性”。欺负与被欺负行为在网络社交中屡见不鲜，这种“升级版”的欺负行为正对青少年身心成长产生更为消极的影响。根据 2009 年 Dempsey 的研究可知，“在青少年群体中，网络受欺负现象与社交焦虑程度呈现显著的正相关。”据了解，有近五分之一的在校学生曾参与到欺负行为中，其中的大部分均为受欺负的一方<sup>[9]</sup>。经常遭受欺负的青少年，与不曾遭受欺负的同伴相比，其同伴交往、学业成绩、情绪状态、自信心等方面，更容易受到负面影响，严重者可能会导致抑郁、失眠、甚至自残自杀<sup>[79]</sup>。所以，网络受欺负对青少年心理健康方面的影响是值得人们高度关注的。

## 1.3 反刍思维

### 1.3.1 反刍思维的概念界定

1987 年，Nolen-Hoeksema 提出了反刍思维这一概念，对于反刍思维的研究，最初是围绕抑郁症的反应方式所展开的，后来才被学者们不断拓展开来。Nolen-Hoeksema 认为，反刍思维是“个体对自己所经历的事件、自身的情绪状态、脑海中的想法以及导致事件发生的可能性因素等内容进行不断反复、无意识的思考，是个体用来应对痛苦的一种方式<sup>[27]</sup>”。反刍思维出现时，个体往往不去积极的寻求问题解决的方案，而是长时间陷在反复的思考中无法自拔<sup>[55]</sup>。反刍思维一般会在消

极生活事件发生后出现，反刍思维严重的个体会伴随许多情绪问题的产生，导致其无法积极的寻求问题解决方案<sup>[28]</sup>。

### 1.3.2 反刍思维的相关研究

在反刍思维的相关研究中，反应风格理论<sup>[29]</sup>被大多数学者所认同。其中，反刍反应风格（*ruminating response style*）是指“当个体遭受负性事件冲击之后,持续性的沉溺在该事件当中难以摆脱，并且会强迫性的反复对那些消极的感受和可能导致该事件发生的原因进行思考”，比如“我为什么不能前进？我到底什么地方不对？我认为我无法摆脱”，这种反应方式是消极的,不能有效解决问题，更有害于身心健康。

之后，压力反应模型(*stress reactive model*)对反应风格理论进行了补充，Robinson和 Alloy 两名学者认为“个体的反刍思维通常会在压力事件后出现，而且在压力事件发生之前，反刍思维是可被预测的<sup>[56]</sup>”。Smith和 Alloy认为，“压力反应模型没有对反刍思维进行全面的探讨，只是简单的对压力事件进行了概括，缺少了对反刍思维所涉及的相关因素的研究，比如个体的自我认知和消极情绪等<sup>[30]</sup>”。

在目标进程理论（*goal progress theory*）中，反刍思维的出现是因个体未能实现自身的目标所导致的。Martin和 Tesser认为“反刍思维的出现是为了弥补未能达成目标的现状与原本目标间的遗憾，只能通过不断的反复思考来填补差距。当然，不同的个体对于目标失败的反应也是不尽相同的，当个体无法实现的目标层次越高，越容易出现反刍思维”。

### 1.3.3 反刍思维的测量

反刍思维反应量表(RRS)由 Nolen-Hoeksema 于 1991 年编制,一共有 22 道题目,采用 4 点计分,反刍思维越严重者得分越高。2009 年,我国学者韩秀和杨宏飞对反刍思维反应量表(RRS)进行了翻译和修订,并且对修订后的中文版反刍思维量表进行了信效度检验。检验结果证实该量表内部一致性良好,Cronbach  $\alpha$  系数为 0.90,重测信度为 0.82。目前,该量表已经成为我国反刍思维研究的正式测量工具<sup>[31]</sup>。因此,本文也采用该量表对被试的反刍思维进行测量。

## 1.4 心理痛苦

### 1.4.1 心理痛苦的概念界定

心理痛苦（*Psychache or Psychological distress*），在部分文献中也被称为“心理痛楚”，是一种区别于身体疼痛的感受。心理痛苦来源于个体心理上的压力和情绪

的创伤，它会引发个体强烈的负性情绪，是一种真实的、能够被个体感知到的丧失，属于心理学的疼痛范畴的内容。

1993年 Shneidman 提出心理痛苦的概念<sup>[32]</sup>，在其自杀理论中对于心理痛苦做了详细的阐述。他认为“心理痛苦最初源自于个体对需要的无法满足，这种受挫会引发个体的消极情绪，然后这些消极的情绪又转变为心理痛苦，当心理痛苦的程度无法被个体忍受时，便有可能通过自杀来应对”。所以，他强调几乎所有自杀案例的发生，都源自“心理痛苦”的产生。Baumeister 将心理痛苦定义为个体对自我的逃避，他认为，遇到失败的事件发生时，个体的消极归因方式会引起对自我的厌恶感，这种时候心理痛苦就会出现。同样，在个体对环境无法良好适应时，心理痛苦也会出现。

#### 1.4.2 心理痛苦的测量

在先前的研究中，部分研究者采用了自我报告法对被试的心理痛苦程度进行了测量，Bolger(1999)也曾采用过这种方法，但该方法不像量表使用的那样普遍，主要是受自我报告法的主观性和缺乏关联效度的影响。

除上述方法之外，大多数研究者还是通过量表对被试的心理痛苦程度进行测量。Holden Mehta, Cunningham 和 McLeod 共同编制了心理痛苦量表<sup>[33]</sup> (The Psychological Pain assessment Scale,简称 PPAS)用以测量个体心理痛苦的水平。该量表经过修订，由最初的 31 个条目删减到 13 个条目，采用 5 点计分的方式，具有良好的信效度，内部一致性系数为 0.94。在本研究中，将使用该量表对被试的心理痛苦程度进行测量。

### 1.5 网络受欺负、反刍思维、心理痛苦和自杀意念

#### 1.5.1 网络受欺负与自杀意念

在自杀的应激-素质模型中，认为自杀行为是近端应激因素与远端个人脆弱性或素质相互作用的结果<sup>[34]</sup>。O' Connor 在自杀的动机意志整合模型中提出“令人感到挫败和羞耻的事情所引发的受困可以导致自杀意念的产生<sup>[35]</sup> (O' Connor,2001; Konick,2013)，而压力性生活事件作为最常见、最主要的应激源，是影响个体自杀意念产生的主要因素<sup>[36]-[38]</sup>”。

在国内外的研究中，已有不少研究证实网络受欺负可以对自杀意念进行正向预测。有研究表明，有 10%至 75%的学龄学生经历过至少一次网络受欺负行为，有 20%至 40%的学生报告说他们曾多次遭受网络受欺负<sup>[39]</sup>。欺负行为会对青少年的生活产

生许多负面影响<sup>[40]</sup>，往往与许多较为严重的心理健康问题相联系，包括抑郁症、自残和自杀行为等<sup>[41]-[45]</sup>。国外已有的研究表明，至少有 20 项独立研究（25 篇文章）发现网络受欺负与自杀行为之间存在相关性<sup>[46]</sup>。当中，有研究者证实了网络受欺负对非自然儿童死亡（包括自杀）存在负面影响作用<sup>[47]</sup>。也有研究者将网络受欺负、自杀行为与其他相关因素相结合，探究网络受欺负对个体自杀行为的负面影响<sup>[48][49]</sup>。纽约的一项研究评估了 2342 名 9 年级到 12 年级的青少年受欺负、自杀意念和自杀倾向之间的关系。结果显示，大约 9% 的学生被反复欺负，经常受欺负的学生与没有受欺负的同龄人相比，有更高的抑郁、自杀念头和自杀企图的风险。即使是偶尔遭受欺负行为，也会增加抑郁和自杀意念出现的风险，尤其是对于女生而言。该研究还提到，受欺负者本身会具有较高程度的心理压力，并有潜在的抑郁和自杀倾向风险<sup>[50]</sup>。网络欺凌与传统的欺凌相比，可能是一个导致自杀意念产生的更大的风险因素。有研究者根据四个国家（美国、加拿大、澳大利亚和英国）在 8 年的时间里共 41 名与网络欺凌相关的自杀者的研究得出结论<sup>[51][52]</sup>，被网络欺负过的个体其自杀倾向要比没有遭受过此行为的个体高 1.9 倍。

综上所述，本研究将选取网络受欺负作为自变量展开进一步的讨论。

### 1.5.2 网络受欺负、反刍思维与自杀意念

在应激理论中，应对方式是“个体为平衡自身的心理状态，对应激生活事件或者所处的应激环境做出一定的认知反馈，或所采取的措施<sup>[53]</sup>”。应对方式一般分为两种，问题应对包括解决问题、寻求社会支持及重新评估；情绪应对包括否认、回避、反刍及压抑”。Nolen-Hoeksema 提出反应风格理论，同时对反刍思维进行定义：“个体对自己所经历的事件、自身的情绪状态、脑海中的想法以及导致事件发生的可能性因素等内容进行不断的反复、无意识的思考”。反刍思维出现时，个体往往不去积极的寻求问题解决的方案，而是长时间陷在思考中无法自拔，这种消极认知如果长时间保持，则会对个体积极的问题解决行为起到负面影响<sup>[54][55]</sup>。

之后，压力反应模型(stress reactive model)对反应风格理论进行了补充，Robinson 和 Alloy 两名学者在此模型中将重点放在个体面对压力时的特定反刍思维倾向。他们认为，个体的反刍思维通常会在压力事件后出现，而且在压力事件发生之前，反刍思维是可被预测的<sup>[56]</sup>。网络欺凌作为应激压力生活事件的一种，往往会对个体的情绪状态产生负面影响，带来较大的心理压力。国外有相关研究表明，反刍思维作为应对方式的一种，网络受欺负可以对其进行正向预测<sup>[57]</sup>。

在自杀的应激理论中，应对失败或者长期应激会导致个体产生抑郁绝望等感受，进而导致个体自杀意念的产生。根据应激 CPT 理论可知，应对可以作为压力事件和应激结果二者的中介变量，也就是说，通过对个体的应对方式进行影响，压力事件就可以对自杀意念的产生起到一定的作用<sup>[58]</sup>。

在已有的研究中，最早是 Ahrens 和 Linden(1996)这两位学者，他们发现反刍思维和自杀意念存在显著正相关。在众学者对于二者关系的研究中，主要得出的结论有以下几点：（1）反刍思维和自杀意念两个变量具有较为显著的相关性，反刍思维可作为自杀意念的预测因子。（2）反刍思维和自杀意念之间存在间接的关系：比如反刍思维与抑郁二者的交互作用可以对自杀意念进行预测<sup>[59]</sup>，如：反刍思维可以通过抑郁的中介作用对自杀意念进行预测<sup>[60]</sup>、反刍思维和自杀尝试史能对个体的自杀意念产生影响<sup>[61]</sup>；（3）部分研究表明，反刍思维与自杀意念之间并无显著相关<sup>[62]</sup>；（4）有国内研究者将自杀意念作因变量，反刍思维作中介变量，得出结论：反刍思维在抑郁与自杀意念的关系中起完全中介作用<sup>[63]</sup>。

综上，本研究拟选取反刍思维作为中介变量之一，对网络受欺负与自杀意念的关系进行进一步探讨。

### 1.5.3 网络受欺负、心理痛苦与自杀意念的相关研究

心理痛苦（Psychache or Psychological Distress），是由个体的失落感和心理需要的受阻引起的。1993 年 Shneidman 提出了心理痛苦触发理论（pre-eminence of Psychache suicide）。其主要观点是，心理痛苦是最能够对自杀进行预测的变量，它能够直接导致自杀。他将心理痛苦看做开关，也就是说，当个体的心理痛苦达到一定程度，个体就会因为无法承受痛苦而选择自杀。同时，他也认为，其余和自杀相关的影响因素，比如绝望、抑郁等，也是由于心理痛苦的作用才对自杀产生影响。所以，心理痛苦可以在自杀与其他相关变量的关系中，作为中介变量。在自杀的压力不协调理论中，张杰认为，不协调的压力在导致个体自杀的过程中，有可能受到心理病理学因素（如：抑郁、绝望、痛苦等）的干预或者强化。

在网络受欺负与心理痛苦的相关研究中，以往的研究探索了传统同伴欺凌所带来的严重后果，比如被欺负者会出现如焦虑、抑郁、自卑、心理痛苦、自杀意念甚至是自杀等现象<sup>[64]-[66]</sup>。网络受欺负作为传统欺负的变形升级，给被欺负者带来了一种过度曝光在公众视野之下的感觉。加之网络上信息的快速、大量传播，被欺负者也体验到在试图阻止欺负行为时所体会到的无力感，使得网络欺负行为的实施更具

攻击性。国外研究显示，网络欺凌的受害者比其他形式的欺凌受害者更容易出现心理痛苦<sup>[67]</sup>。并且，网络受欺负程度较重者比较轻者更容易感知到心理痛苦。Shneidman认为，识别并重视个体未满足的需要能够有效降低其心理痛苦程度从而阻止自杀行为的发生<sup>[32]</sup>。

综上所述，心理痛苦和自杀之间的相关性已经被诸多研究所证实<sup>[84]</sup>，且心理痛苦比绝望能更好的预测自杀危险性的增加<sup>[49]</sup>。所以，本研究选取心理痛苦作为网络受欺负与自杀意念关系间的中介变量之一。

#### 1.5.4 网络受欺负、反刍思维、心理痛苦与自杀意念

认知理论(Beck, Rush, Shaw & Emery, 1979)认为，当压力或消极的生活事件“激活”某些认知弱点时，就会导致心理痛苦，素质-压力模型常被用来说明这些关系<sup>[68]</sup>。素质-压力模型最初由 Bleuler 和 Rosenthal 于 1963 年提出，在后来的研究中，该模型被发展心理学家用来解释那些处于消极环境中的脆弱性个体的发展问题。该模型认为心理问题的产生是由个体的风险素质和消极经历共同作用的结果，因此也被称为双重风险模型(dual-risk model)。

Nolen-Hoeksema 在 1987 年提出的反应风格理论(response style theory)的基础上提出了应激-认知易感模型<sup>[69][70]</sup>。该模型指出，认知易感因素(如沉思、反刍)可能与应激产生交互作用<sup>[71][72]</sup>。研究者最初对反刍思维进行研究时，首先关注的是其与抑郁之间的关系，后继也有研究开始关注反刍思维与焦虑、社交焦虑等消极情绪之间的关系，当涉及到研究社交互动与反刍思维之间的相互作用时，研究发现反刍思维出现较多的被试在社交情境中会感到更多焦虑。

在国外学者的研究中，基于素质-压力模型的框架，探讨了反刍与不同压力之间的相互作用是否能对心理痛苦进行预测。结果发现，反刍和压力之间存在显著的相互作用，可以对心理痛苦进行预测。此研究结果不仅验证了所提出的素质-压力模型，同时将反刍思维与心理痛苦的作用机制联系起来，扩展了相关研究<sup>[73]</sup>。有研究者提出，对特定压力源的反刍可能会对个体的痛苦程度增长起一定影响作用<sup>[74]</sup>。这种“压力反应性反刍”反映了一种在压力生活事件后对消极推论进行沉思的倾向。另还有研究者发现，在压力的作用下，反刍思维的增加预示着更大的痛苦和绝望，同时，反刍的增加可以预测较低水平的自杀意念。

根据张杰提出的自杀的压力不协调理论，网络受欺负作为个体遭受的负性应激生活事件，属于危机的范畴。面对危机，个体会选择不同的应对方式。在本研究中，

主要关注遭受网络受欺负后选择消极应对的个体。前文已证，个体因应激事件所产生的反刍思维可能会维持并加剧痛苦，而痛苦也被大量研究证实为自杀意念的重要预测因子之一。所以，本研究选取了反刍思维和心理痛苦两个变量作为网络受欺负与自杀意念的链式中介。

## 第二章 问题的提出与假设

### 2.1 已有研究的局限性

通过对其他研究者在自杀意念领域的研究结果进行归纳总结，可以发现，现有的研究依然还存在些许不足：

首先，在国外针对自杀的研究领域中，对于自杀理论的运用已比较成熟，而且对自杀意念的研究也基本上形成了较为完整的体系。但在国内，有关自杀领域的研究还有待继续补充和完善，还需从理论上进一步探讨相关影响因素的作用。而且，国内对自杀意念的研究大多集中在流行病学及单一影响因素方面，缺少了多重影响因素的研究，所以说国内的研究还缺乏一定的系统全面性。

其次，近年来，自杀这个领域不仅得到了心理学相关研究者的广泛关注，更得到了政府和学校等心理健康教育者的重视。但大多数人更关注导致自杀结果的因素，而忽略了对于产生自杀意念的过程研究，缺乏对个体自我能动性相关的因素探究。

### 2.2 研究的目的与意义

在以往的研究中，许多研究者已经证实网络受欺负可以正向预测自杀意念。为了对青少年群体的网络社交状况及心理健康状况加以关注，本研究决定选择初中生群体作为被试，进一步探究在初中生群体中，个体遭受网络受欺负后导致其自杀意念产生的可能因素。将选取反刍思维与心理痛苦两个变量作为链式中介，进一步发现网络受欺负与自杀意念二者间的多重影响因素是如何起作用的，以及两个影响因素之间的内部机制。

如果本研究可以达到预期的结果，希望能够丰富青少年自杀意念的相关研究。尽微薄之力帮助大家进一步寻找预防青少年自杀意念产生的途径及方式，从而尽可能的避免由自杀意念产生导致的自杀行为发生，具有一定的现实意义。

### 2.3 研究假设

网络受欺负作为传统受欺负的变形，由于其存在范围更广、影响更大、隐蔽性更强等特点，在青少年群体中频发。根据前人的研究，受欺负可以正向预测自杀意念。根据自杀的应激理论可知，个体长期处于应激事件中会导致其产生负性情绪进

而导致自杀的发生。网络受欺负属于个体遭遇的应激事件，由于受欺负行为本身往往具有频发性，并非偶然发生一次，所以会导致个体长期处于该应激事件中无法脱身。在自杀意念的各项相关研究结果表明，危机和压力生活事件又是导致个体自杀意念产生的重要影响因素之一。据此本研究提出假设 1：网络受欺负可正向预测自杀意念。

个体经历负性生活事件或者压力事件时，自发性的反复的思维现象被称为反刍思维。当个体遭受负性生活事件后，许多个体会选择类似反刍的方式进行不良应对，长时间的反复思考该事件发生的原因、对自身可能存在的问题进行反思并陷入负面情绪不能自己。在 Nolen-Hoeksema 提出的应激-认知易感模型中曾指出<sup>[69][70]</sup>，认知易感因素（如沉思、反刍等）可能与应激事件产生交互作用，从而引发或加剧抑郁症状<sup>[71][72]</sup>，而抑郁又是引发个体自杀意念产生的关键因素。在先前的研究中也学者证实反刍思维可以对自杀意念进行预测，应激 CPT 理论认为应对在压力事件与应激结果之间起中介作用<sup>[75]</sup>。所以本研究提出假设 2：遭受过网络受欺负的个体，通过反刍思维的中介作用，影响个体自杀意念的产生，反刍思维为网络受欺负与自杀意念间的中介变量。

心理痛苦是由心理上或者情绪上的压力感或创伤感所导致的。网络受欺负行为之所以区别于传统受欺负行为，是因为这种“欺负”不同于传统欺负的实施方式，不涉及对个体的身体造成伤害，而是更大程度的对个体的心理造成消极影响，使个体感受到较强的负性情绪，从而产生痛苦、沮丧等丧失感。根据心理痛苦触发理论（Pre-eminence of Psychache Suicide），个体的心理痛苦程度是能够对自杀意念进行预测的，据此提出假设 3：遭受过网络受欺负并产生心理痛苦的个体，会更易产生自杀意念，心理痛苦为网络受欺负与自杀意念间的中介变量。

作为自杀压力不协调理论当中的四种不协调的压力源之一，危机和危机应对技能的缺乏<sup>[24]</sup>是本研究中主要进行探讨的。当个体经历危机事件后，以网络受欺负为例，应对不良者的个体认知会变得不协调，这种不协调会给个体带去心理上的挫折感，这时压力、痛苦等负面的情绪如果无法排解，就会与前者共同构成不协调的压力源。这种不协调的压力要比认知的不协调带来的后果更为严重，极端情况下，会导致自杀意念的产生甚至是自杀的发生<sup>[24]</sup>。所以，本研究提出假设 4：反刍思维与心理痛苦在网络受欺负与自杀意念的关系中起链式中介作用。

基于以上假设，构建本研究的假设模型，如图 1 所示：

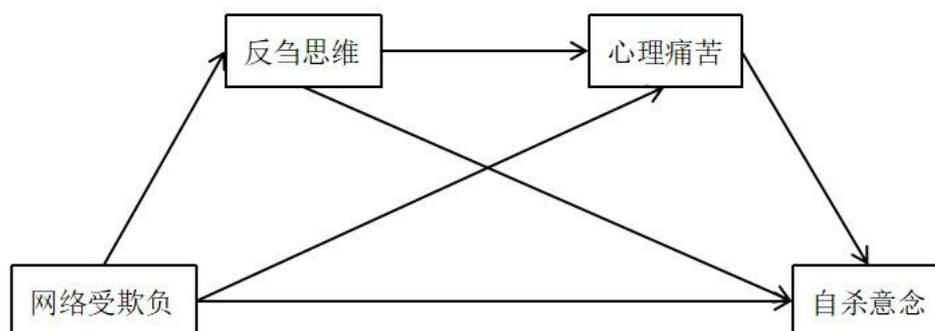


图 1 研究假设模型

## 2.4 研究设计

### 2.4.1 研究对象

本研究采用简单随机抽样的方法，在山西境内 3 所中学进行问卷发放，分别选取一所私立中学，一所公立重点中学，以及一所公立非重点中学进行调查。共发放调查问卷 630 份，有 580 份被回收，回收率为 92.06%，最终可用于本研究的有效可用问卷为 543 份，有效率为 86.19%。在网络受欺负的调查中，只有 51 位被试未曾遭受过网络欺负行为，占比 9.4%，另外 492 位被试，均遭受过不同程度的网络欺负行为，该比例达到了总有效问卷的 90.6%。其余的被试人口学数据情况见表 1。

表 1 被试人口学数据描述表 (N=543)

被调查者的特征	类别	频数	百分比 (%)
性别	男	286	52.7
	女	257	47.3
年级	初一	300	55.2
	初二	167	30.8
	初三	76	14.0
学校	私立	166	30.6
	公立重点	218	40.1
	公立非重点	159	29.3
独生子女	是	183	33.7

	否	360	66.3
周 1-5 平均每天上网时间	0-3h	526	96.9
	4-7h(含 7h)	17	3.1
	8-10h(含 10h)	0	0
	10h 以上	0	0
周末平均每天上网时间	0-3h	381	70.2
	4-7h(含 7h)	117	21.5
	8-10h(含 10h)	21	3.9
	10h 以上	24	4.4
主要上网场所	学校	40	7.4
	网吧	3	0.5
	家里	465	85.6
	其他场所	35	6.5

#### 2.4.2 研究工具

##### (1) 网络受欺负问卷

本次问卷发放，选用了 2016 年由诸晓伟和范翠英修订的中文版网络欺负量表（Revised Cyber Bullying Inventory, RCBI）<sup>[76]</sup>，该量表最初是 2010 年由 Topcu 和 Erdur-Baker 进行编制的。本研究只选取其中的网络受欺负分量表，对初中生的网络受欺负情况进行测量。量表共含有 14 个条目，采用 4 点计分，其含义分别为：从未遭遇、1 次、2 到 3 次及 3 次以上。被试量表的得分越高，说明其遭受网络欺负的频率越高。在本研究中，该量表的内部一致性较高，Cronbach  $\alpha$  系数为 0.72。

##### (2) 反刍思维量表

使用 Nolen-Hoeksema 和 Morrow（1991）编制，后由韩秀和杨宏飞（2009）修订的反刍思维量表（Ruminative Responses Scale, RRS）中文版<sup>[77]</sup>对本研究被试的反刍思维进行测量。一共包含 22 道题目，无反向计分题，采用 4 点计分，其含义分别为：从不、偶尔、经常和总是。被试得分越高，说明其反刍思维越严重。在本研究中，该量表具有良好的信效度，其 Cronbach  $\alpha$  系数为 0.92。

##### (3) 心理痛苦量表

采用 Ronald Holden 编制的心理痛苦量表<sup>[33]</sup>对初中生的心理痛苦程度进行评估。

该量表为单维度结构量表，内部一致性较高，具有良好的信效度。心理痛苦量表共包含 13 道题，无反向计分题目，采用 5 点计分方式进行评估，其中 1 代表从不，2 代表有时，3 代表经常，4 代表非常多，5 代表几乎总是。被试得分越高，说明其心理痛苦程度越大。在本研究中，其 Cronbach  $\alpha$  系数为 0.92。

#### (4) 青少年自杀意念量表

青少年自杀意念量表 (Positive and Negative Suicide Ideation, PANSI) 由 Osman 等人编制，后由王学志等人进行翻译、修订<sup>[26]</sup>。该量表一共包含 14 道题目，采用 5 点计分法，1 代表从未如此，2 代表很少如此，3 代表有些时候，4 代表常常如此，5 代表一直如此。其中第 1、2、6、9、13、14 题为反向计分题，根据得分高低判断被试的自杀意念是否强烈。在本研究中，该量表 Cronbach  $\alpha$  系数为 0.9，具有良好的信效度。

#### 2.4.3 数据的统计与分析

首先，通过问卷调查法对本研究中的数据进行收集。然后，使用 SPSS22.0 统计软件，对本研究的数据进行统计和分析。选择 Process 宏插件中的 Model 6 (链式中介模型)，对理论假设模型设置于 95% 置信区间，进行了 5000 次样本抽样检验。

#### 2.4.4 共同方法偏差

在本研究中，为了控制共同方法偏差，采用了以下方式进行控制和检验：首先，在问卷发放过程中，指导语说明此问卷为匿名填写，所有信息将会受到严格保密并只用于科学研究。然后，采用 Harman 单因素方法，将所研究变量的所有施测题目进行探索性因素分析，检验是否存在共同方法偏差。由结果可知，本研究不存在共同方法偏差，共析出 13 个特征值大于 1 的因子，并且第一个因子解释的变异量为 29.04%，小于 40% 的临界标准<sup>[86]</sup>。

### 第三章 研究结果

#### 3.1 各变量的平均数、标准差及相关分析

表 2 各变量的描述统计、相关分析结果

研究变量	M	SD	1	2	3	4
1 网络受欺负	17.73	3.80	1			
2 反刍思维	44.00	13.30	0.46***	1		
3 心理痛苦	23.22	11.16	0.40***	0.73***	1	
4 自杀意念	28.07	10.27	0.21***	0.44***	0.61***	1

注：\* $p < 0.05$ ，\*\* $p < 0.01$ ，\*\*\* $p < 0.001$ ，下同

由表 2 可见，初中生的网络受欺负、反刍思维、心理痛苦与自杀意念四个变量之间呈显著的正相关，结果表明，本次调查的数据适合做进一步研究分析。

#### 3.2 各变量在性别上的差异比较

表 3 各变量在性别上的差异比较

变量	男 (N=286)		女 (N=257)		t
	M	SD	M	SD	
网络受欺负	18.28	0.25	17.12	0.20	3.58***
反刍思维	43.90	0.78	44.00	0.83	-0.10
心理痛苦	22.99	0.64	23.46	0.72	-0.49
自杀意念	27.17	0.57	29.26	0.67	-2.37*

使用独立样本 t 检验的方式，将性别作为自变量，网络受欺负、反刍思维、心理痛苦与自杀意念的总分作为因变量，分析性别在不同变量上的差异性。结果如表 3 所示，反刍思维及心理痛苦在性别上并无显著差异，但在遭受网络欺负行为上存在显著差异，具体表现为男生显著高于女生 ( $t=3.58$ ,  $p < 0.001$ )；女生的自杀意念要高于男生 ( $t=-2.37$ ,  $p < 0.05$ )。说明本研究中，初中生的自杀意念具有显著的性别

差异。

### 3.3 各变量在学校类型间的差异比较

表 4 各变量在学校类型间的差异比较

变量	学校类型	M	SD	F	多重比较
网络受欺负	私立中学	19.22	4.95		
	公立重点中学	17.05	3.23	19.68***	私立>公立非重点>公立重点
	公立非重点中学	17.12	2.50		
反刍思维	私立中学	50.63	14.96		
	公立重点中学	38.85	10.72	41.69***	私立>公立非重点>公立重点
	公立非重点中学	44.16	12.03		
心理痛苦	私立中学	27.94	14.09		
	公立重点中学	20.41	8.04	24.47***	私立>公立非重点>公立重点
	公立非重点中学	22.13	9.77		
自杀意念	私立中学	30.86	11.56		
	公立重点中学	27.39	10.04	8.97***	私立>公立重点>公立非重点
	公立非重点中学	26.39	8.51		

将学校类型作为自变量，以网络受欺负、反刍思维、心理痛苦与自杀意念为因变量，进行单因素方差分析，探讨不同的学校类型是否会对各个变量产生影响。由表 4 可知，不同学校类型在四个变量上均存在显著的差异性。在网络受欺负方面，私立中学的得分要高于公立非重点中学，而公立非重点中学又高于公立重点中学，说明私立中学的初中生更容易遭受网络欺负（ $F=19.68$ ， $p<0.001$ ）；在反刍思维及心理痛苦感方面，私立中学的得分要高于公立非重点中学，公立非重点中学的得分则高于公立重点中学，说明私立中学的初中生反刍思维更严重（ $F=41.69$ ， $p<0.001$ ），其心理痛苦感也程度更高（ $F=24.47$ ， $p<0.001$ ）；在自杀意念方面，私立中学的得分要高于公立重点中学，公立重点中学的得分则高于公立非重点中学，说明私立中学及公立重点中学的孩子们，更容易出现自杀意念（ $F=8.97$ ， $p<0.001$ ）。

### 3.4 各变量在年级间的差异比较

表 5 各变量在年级间的差异比较

变量	年级	M	SD	F	多重比较
网络受欺负	初一	17.46	3.55	6.82***	初二>初一>初三
	初二	18.59	4.48		
	初三	16.93	2.68		
反刍思维	初一	42.00	12.36	13.71***	初二>初三>初一
	初二	48.43	15.38		
	初三	42.18	10.39		
心理痛苦	初一	22.07	9.80	14.55***	初二>初一>初三
	初二	26.83	14.01		
	初三	19.82	6.02		
自杀意念	初一	28.03	9.97	2.32***	初二>初一>初三
	初二	29.26	11.66		
	初三	26.24	7.71		

将学校类型作为自变量，以网络受欺负、反刍思维、心理痛苦与自杀意念为因变量，进行单因素方差分析，探讨不同的年级的初中生在各个变量上的差异。由表 5 可见，四个因变量在不同年级间均存在显著差异。具体表现为，初二年级遭受网络欺负行为的学生更多，初三年级相对较少（ $F=6.82$ ,  $p<0.001$ ）；初二年级的学生更容易出现反刍思维（ $F=13.71$ ,  $p<0.001$ ）也更易感受到心理痛苦（ $F=14.55$ ,  $p<0.001$ ）；并且初二年级的自杀意念得分最高，显著高于初一年级和初三年级（ $F=2.32$ ,  $p<0.001$ ）。

### 3.5 链式中介模型检验

为验证研究假设中反刍思维与心理痛苦的链式中介作用模型，使用 PROCESS 宏插件中的 Model 6（链式中介模型），在控制了性别、年龄、学校几个人口学变量

因素之后,对反刍思维与心理痛苦的链式中介作用进行检验分析,具体检验结果见表 6。

表 6 链式中介模型中各变量关系的回归分析

回归方程 (N=543)		整体拟合指数			回归系数显著性	
结果变量	预测变量	R	R <sup>2</sup>	F	$\beta$	T
反刍思维	网络受欺负	0.46	0.21	48.80***	0.47	12.10***
心理痛苦	反刍思维	0.74	0.54	158.72***	0.69	21.00***
	网络受欺负				0.09	2.63**
自杀意念	反刍思维	0.62	0.38	65.97***	-0.01	-0.13
	心理痛苦				0.62	12.41***
	网络受欺负				-0.04	0.04
自杀意念	网络受欺负	0.29	0.08	15.95***	0.20	4.74***

该模型的检验结果表明,网络受欺负可以正向预测初中生反刍思维的产生 ( $\beta=0.47, p<0.001$ ),反刍思维对心理痛苦存在显著的预测作用 ( $\beta=0.69, p<0.001$ ),但反刍思维对自杀意念的预测并不显著 ( $\beta=-0.01, p>0.05$ )。进一步研究发现,网络受欺负可以对初中生的心理痛苦感进行预测 ( $\beta=0.09, p<0.01$ ),并且心理痛苦对自杀意念有显著预测作用 ( $\beta=-0.62, p<0.001$ )。同时,网络受欺负对自杀意念的预测不显著 ( $\beta=-0.04, p>0.05$ )。

表 7 各路径的中介效应分析

	$\beta$	SE	BootLLCI	BootULCI
总间接效应	0.25	0.04	0.18	0.34
间接效应 1	-0.003	0.03	-0.05	0.05
间接效应 2	0.20	0.30	0.14	0.27
间接效应 3	0.05	0.03	0	0.11

由上方表 7 可见,使用偏差校正非参数百分位 Bootstrap 法对本研究中的中介效应进行检验,进行 5000 次重复抽样,计算 95%置信区间。通过结果分析可见,其中

有两条路径的间接效应显著，分别为：（1）间接效应 2：网络受欺负→反刍思维→心理痛苦→自杀意念，间接效应值为 0.20，即反刍思维和心理痛苦在网络受欺负与自杀意念的关系中起链式中介作用。（2）间接效应 3：网络受欺负→心理痛苦→自杀意念，其间接效应值为 0.05，即心理痛苦在网络受欺负与自杀意念之间起完全中介作用。链式中介效应图见图 2 所示。

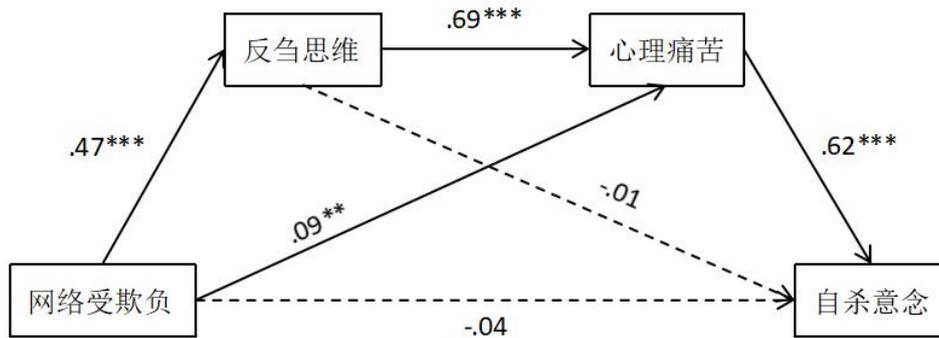


图 2 链式中介作用图

## 第四章 讨论

### 4.1 初中生网络受欺负现象的人口学变量差异

#### (1) 各变量在性别上的差异比较

由表 3 可见,初中生群体在网络受欺负方面存在着明显的性别差异,结果显示,男生比女生更容易遭受网络欺负行为( $t=3.58, p<0.001$ )。导致此现象的原因如下:首先,处于青春期的初中生群体,其性别意识处于启蒙阶段,男女生在同伴交往时还有一定的界限感,大多数欺负与被欺负行为都发生在同性之间;其次,男生由于性格或生理发育等因素,其力量的强弱对比较为悬殊,欺负行为发生的可能性更大,女生性格较为柔弱,虽然也存在欺负行为,但是其程度相对男生来说较轻;再次,在互联网的使用上,男生比女生更容易沉迷网络,对于网络的使用率也相对更高。所以,这可能是造成男生要比女生更容易在网络中被欺负的原因。在自杀意念方面,同样也存在性别差异,结果表明,女生的自杀意念要比男生更严重( $t=-2.37, p<0.05$ )。这可能是由于女生天生较柔弱、性格内敛,在遇到负性生活事件时,更易产生负性情绪,且不擅于将情感外露、习惯性自我反思、易沉迷于消极状态中的缘故;而男生的性格则比较粗犷,遇到不愉快的事件时,男生比女生更擅于寻找发泄口,而且不容易积压情绪,所以相比之下,男生的自杀意念要比女生产生的少。

#### (2) 各变量在学校类型间的差异比较

在不同学校类型间,四个变量均存在显著的差异。私立中学的学生要比公立非重点中学的学生更易遭受网络欺负( $F=19.68, p<0.001$ ),而公立非重点中学的学生又比公立重点中学的学生更容易遭受网络欺负。导致此结果的原因可能是由于学校之间本身的生源是存在差异的,首先,学生本身的个人素质对欺负行为的发生有着一定的影响;其次,由于重点中学及公立中学对于学生的管理较为严格,学生接触网络的机会较少,在一定程度上避免了网络欺负行为的发生。在反刍思维和心理痛苦感两个变量的测量上,私立中学的学生要比公立非重点中学的学生症状更严重,公立非重点中学的学生要比公立重点中学的学生症状更严重。私立中学的学生大多为住校生,往往一周只有 1-2 天的时间能与父母团聚,缺乏与父母沟通交流,也缺失了许多来自家庭的温暖与爱。所以导致学生们更倾向于自主解决问题、思考问题,但是由于其心智尚未成熟,在缺乏正确引导的情况下,极易选择不良的应对方式,产生许多无法排解的不良情绪。在自杀意念方面,私立中学学生的得分要高于公立

重点中学和公立非重点中学 ( $F=8.97, p<0.001$ )。前文已述，私立中学的学生本身具有公立中学学生所没有的特点，在加上负性生活事件的影响，学生的负面情绪无处排解，同样容易导致其自杀意念的产生。而公立重点中学的学生，除了生活中的负性生活事件影响外，其课业压力本身较大，而且相比其他类型的学校，更缺少休闲娱乐的时间，负面情绪易加剧，这可能也是其自杀意念产生的重要因素。

### (3) 各变量在年级间的差异比较

各变量在不同年级的差异分析中发现，初二年级遭受网络欺负行为的学生更多，初三年级相对较少 ( $F=6.82, p<0.001$ )；初二级的学生更容易出现反刍思维 ( $F=13.71, p<0.001$ ) 也更易感受到心理痛苦 ( $F=14.55, p<0.001$ )，并且初二级的自杀意念得分最高，显著高于初一年级和初三级 ( $F=2.32, p<0.001$ )。由此可见，处于过渡时期的初二级学生面临了更多心理健康问题。由于已经度过了初一年级的入学适应不良阶段，处于初二级的学生在同伴相处中本该显得更加得心应手，但由于此时群体中“强者”和“弱者”的对比已经逐渐显现了出来，导致欺负行为发生的概率有所增加。相对于初三级学业压力较大，初二级的学生也相对来说拥有更多的自由支配时间，上网的时间和机会更多，再加上正处于青春期的他们，情绪控制还处于尚未成熟的阶段，故以上原因均可能导致本研究结果的出现。

## 4.2 网络受欺负、反刍思维、心理痛苦及自杀意念的关系研究

由本研究结果可知，相关分析表明网络受欺负与自杀意念之间存在显著的正相关，这与大多数学者的研究结果相一致，但是进一步的回归分析发现，在本研究中，初中生网络受欺负无法对其自杀意念进行预测。

在自杀的动机意志整合模型中，自杀意念的产生要经过前动机阶段和动机阶段，才能导致意志阶段的自杀意念出现。而网络受欺负行为作为扳机事件的一种，尚处于前动机阶段。个体在遭受网络受欺负后，根据其不同的性格特质，会选择不同的应对方式。根据该模型，从前动机阶段过渡到动机阶段还有诸多影响因素值得讨论。在自杀的压力不协调理论中，导致个体产生自杀意念的不协调压力源包含了危机及危机应对技能的缺乏。网络受欺负作为个体遭受的危机事件，是一个单方面的压力源，如果个体在面对危机事件时并没有出现危机应对技能缺乏的情况，那么有可能就不会构成“不协调压力”的产生，从而不会致使个体出现自杀意念。

虽然在本研究中网络受欺负无法直接预测个体自杀意念的产生，但是根据自杀

的应激理论，如果个体应对失败或者长期处于应激事件中，会使个体产生抑郁绝望等负性情绪，从而对个体的自杀意念产生影响。所以，在身心尚未成熟的青少年群体中，网络受欺负现象依然是非常值得关注的。

#### 4.2.1 心理痛苦在网络受欺负与自杀意念中的中介作用

根据研究结果显示，心理痛苦与网络受欺负及自杀意念均存在显著相关，心理痛苦在网络受欺负与自杀意念之间起完全中介作用，故假设 3 成立。在后续进一步的分析中我们得知，网络受欺负可以显著正向的预测心理痛苦，心理痛苦显著正向预测自杀意念。

心理痛苦作为一种心理上的痛苦感受，可由绝望、悲伤、害怕等负面情绪所引起。诸多学者已证实，心理痛苦的程度可直接对个体自杀产生影响。遭受网络受欺负的个体，尤其是本研究中处于初中阶段的青少年群体，对压力事件和负面情绪的处理能力较差。根据自杀的意志整合模型来分析，网络受欺负为前动机阶段的负性事件。受欺负后个体所产生的心理痛苦感为自杀意念产生的动机阶段。个体网络受欺负的经历，通过心理痛苦程度的中介作用，影响个体的自杀意念或行为的产生。同时，本研究结果也符合 Shneidman 所提出的心理痛苦触发理论机制，当个体的心理痛苦到达了其无法承受的程度，便会选择自杀来对痛苦进行解脱。

#### 4.2.2 反刍思维及心理痛苦的链式中介作用

在本研究中，初中生群体网络受欺负现象对个体的反刍思维具有显著的正向预测作用，这与以往的研究相一致<sup>[80]</sup>。反刍思维正向预测个体的心理痛苦水平，与以往的研究中认为反刍思维出现较多的被试会感到更多的负面情绪的结果相符<sup>[81][82]</sup>。从本研究结果可知，反刍思维和心理痛苦在网络受欺负与自杀意念之间起链式中介作用，验证了假设 4。在以往对于反刍思维的概念进行讨论时，不少学者都曾提到反刍思维与痛苦感息息相关。反刍思维出现时，容易导致个体长时间的沉浸在回忆的痛苦情绪中。当个体沉浸伤痛不能自拔，会失去与人交往的动机和能力，用消极的应对方式对待生活负性事件，故极有可能产生较为严重的后果，比如自杀。本研究中的被试为初中生群体，正处在自我同一性与角色混乱的人格发展阶段，对自我的认知还不够全面。当其遭受网络受欺负后，极易产生自我怀疑，对自身以及欺负行为发生的缘由不断反思，再加上青春期的情绪发展不稳定等特点，极易造成极端的消极后果。这也符合自杀的压力不协调理论当中所提到的不协调压力给个体带来的无法排解的压力，最终走向自杀。

但是在本研究中网络受欺负无法通过反刍思维对个体自杀意念进行预测，反刍思维的中介作用不成立，这可能由以下原因造成：本研究中被试的数量不够大，在被试群体中可能遭受网络受欺负的频率并不高，程度也不深，所以被试有可能选择积极的应对方式，最终较为乐观的解决了负性生活事件所带来的影响，并没有造成更严重的，类似自杀意念产生的后果，故假设 2 不成立。

## 第五章 结论

### 5.1 结论

(1) 初中生网络受欺负、反刍思维、心理痛苦及自杀意念之间均存在显著的相关性。网络受欺负可对初中生的反刍思维和心理痛苦进行预测，但网络受欺负无法对初中生的自杀意念进行预测。

(2) 初中生心理痛苦在网络受欺负与自杀意念之间起完全中介作用。

(3) 初中生反刍思维与心理痛苦在网络受欺负与自杀意念之间起到链式中介作用。

### 5.2 建议

基于本研究的结果，结合网络受欺负、反刍思维、心理痛苦和自杀意念的特征，提出如下教育建议：

未来对于初中生群体中欺负现象的预防和矫治要寻找新的途径，除了对传统受欺负现象予以关注外，学校、家庭和社会也应对网络欺负与受欺负现象相类似的新型的欺负类型有所关注。

第一，家庭方面，在家庭教育中，家长需给予孩子更多的爱与关注，帮助孩子形成较为稳定的人格和情绪，培养其正确的价值观念和道德观念。因为一般容易遭受网络欺负的孩子，性格都比较内向，不善与人交往。所以，家长要鼓励孩子勇敢地与人进行沟通，对孩子的社交进行正向引导，要适当的对孩子上网时间进行合理把控，多与孩子沟通交流，对孩子的网络社交状况进行了解。如果出现了网络欺负与被欺负现象，可第一时间对孩子进行正向引导。一方面尽量避免了孩子在网络交往中受到伤害，尽可能防止孩子产生消极情绪和不良后果，如反刍思维、心理痛苦、自杀意念等；另一方面，也避免了那些容易欺负他人的孩子，将现实生活中不满的情绪发泄在网络上，最大程度的避免不良情况的发生。

第二，学校方面，在学校的课程设计中，除了常规的心理健康课程和德育课程开展外，应加入适应时代潮流的新课程内容，比如将网络道德教育纳入课程体系当中（林志长，2009）。要加强学生的网络道德意识，将正确的网络道德判断标准寓于学生的认知体系当中。在课堂教育中，除了传统的讲授方式外，在教学手段的使用

上，还可以加入互动体验课程，比如让学生进行情景剧表演，模拟网络欺负等不良上网行为等，带领学生切身体验欺负与被欺负的各种感受。引导学生对相关话题展开讨论，共同探讨应如何防范不良上网行为，从而使学生形成积极健康的上网意识。除了课程教育外，学校还可以建立一系列针对欺负行为的管理准则和干预措施，规范化初中生对于网络使用的行为准则，发挥学校本身制度优势；针对校园欺凌和网络欺凌等相关主题，定期对学生开展专题讲座；校内的心理教师团队也应定期开展研讨会，以期更准确地对学生各类欺负行为进行预防和干预。

第三，社会方面，随着网络社会不断发展，我国关于网络监管的各项立法也在不断的完善当中。但目前，一些人在网络上对他人肆意进行攻击却因为法律漏洞没有遭受惩罚，使得网络暴力行为愈演愈烈，尤其对于身心尚未成熟的青少年来说，更是产生了极恶劣的影响。为了能最大程度的对网络空间进行净化，从根源上杜绝网络暴力，我国的相关网络监管部门，应尽快对相关法律条款进行完善，并加强网络监控力度。

第四，在心理健康工作方面，专业的心理健康教师和咨询师们应重视青少年群体中负性生活事件对其应对方式选择、负性情绪及自杀意念产生的影响机制。对于出现自杀意念的个体，要对其心理痛苦的程度引起重视。根据 Shneidman 的观点，个体选择自杀往往是为了应对难以忍受的心理痛苦。在对个体进行心理咨询时，可以通过其行为表现首先进行观察和鉴别，或者借助量表对个体的心理痛苦程度进行测量，做到及时发现。若个体的心理痛苦程度较高，可以及时对其进行干预，并加强相关的监督与训练。虽然个体产生自杀意念后，并不一定会自杀，但如果能够在第一时间及时发现，并采取措施及时干预，很大程度上是可以阻止悲剧发生的。这就要求家长和教育者们更加细心、耐心的去关注孩子的心理变化情况。另外，相比男生来说，女生在遭受网络受欺负行为时，其反刍思维程度更高，心理痛苦感更加明显，也更可能产生自杀意念，这也提醒学校及老师，需要对女生的心理健康状况多一些关注。

### 5.3 研究的不足与展望

(1) 本研究的样本数量还不够多，所得出的结论可能会受到发放问卷期间学生的学业压力或其他生活事件的影响。在后续的研究中，希望能丰富样本的类型和数量，能够更加严格的控制可能产生影响的变量，以期能获得更具有说服力的研究成

果。

(2) 本研究被试均集中在山西地区，在所有的样本中，初一初二的学生所占比例较大，初三学生由于课业繁重，回收样本数量较少，所以本研究在地域与年级上还存在一定的局限性。在接下来的研究中，还需要拓展施测的地域范围，同时尽可能的避免各年级被试数量差异过大的问题，力求研究结果的准确性。

## 参 考 文 献

- [1] Migliaccio, Todd, Raskauskas, Juliana, Schmidlein, Mathew. Mapping the landscapes of bullying. *Learning Environments Research*.
- [2] 黎亚军. 青少年受欺负与自杀:抑郁的中介作用及性别差异. *中国临床心理学杂志*, 2016, 24(02): 282- 286.
- [3] 张野, 张珊珊, 刘琳, 吕晓敏. 中学生传统与网络欺凌结构特征的比较研究. *现代中小学教育*, 2015, 31(08): 58- 62.
- [4] 范翠英, 汪倩倩, 褚晓伟, 滕妍君. 青少年网络欺负的影响因素、 后果及教育对策. *教育研究与实验*, 2018(03): 93- 96.
- [5] Lam L T, Li Y. The validation of the E-Victimisation Scale (E-VS) and the E-Bullying Scale (E-BS) for adolescents. 2013.
- [6] 黎亚军. 青少年网络欺负/受欺负的发生状况及相关因素研究. 北京: 北京师范大学, 2013.
- [7] Çiğdem, Topcu, and, et al. The Revised Cyber Bullying Inventory (RCBI): validity and reliability studies. *Procedia Social & Behavioral Sciences*, 2010.
- [8] 陈启玉, 唐汉瑛, 张露, et al. 青少年社交网站使用中的网络欺负现状及风险因素——基于 1103 名 7-11 年级学生的调查研究. *Cyberbullying and Its Risk Factors in Chinese Adolescents' Usage of Social Networking Sites-Based on a Survey of 1103 Secondary School Stud.* *中国特殊教育*, 000(3): 89- 96.
- [9] 陈亮. 青少年早期攻击性受害者的发展. 中国心理学会. 第十五届全国心理学学术会议论文摘要集. 中国心理学会: 中国心理学会, 2012: 173.
- [10] 宫火良, 李思雨. Review on Research of the Adolescents' Suicide Ideation Based on " Diathesis-stress " Model 基于易感——应激模型的青少年自杀意念研究述评. *心理研究*, 005(001): 56- 61.
- [11] Klonsky E David, May Alexis M, Saffer Boaz Y. Suicide, Suicide Attempts, and Suicidal Ideation. *Annual review of clinical psychology*, 2016, 12.
- [12] Kristin Rajappa, Michelle Gallagher, Regina Miranda. Emotion Dysregulation and Vulnerability to Suicidal Ideation and Attempts. *Cognitive Therapy & Research*, 36(6): 833- 839.

- [13] Silver M A , Bohnert M , Beck A T , et al. Relation of depression to attempted suicide and seriousness of intent. *Archives of General Psychiatry*, 1972, 25(6): 573- 576.
- [14] Deykin E Y, Buka S L. Suicidal ideation and attempts among chemically dependent adolescents. *American journal of public health*, 1994, 84(4).
- [15] 张华, 宫火良, 董晓静. 自杀归因方式与自杀意念的关系研究. *河南大学学报(社会科学版)*, 2015, 55(04): 115- 119.
- [16] 肖水源. 自杀危险性的临床评估. *中国医师杂志*, 2001(02): 87- 90.
- [17] 张颖. 大学生自杀倾向及其相关因素研究. 聊城大学, 2007.
- [18] 张冬冬, 刘金同, 史高岩, 杨楹, 张燕, 王旻. 初中生自杀意念与生活事件及家庭环境的关系. *精神医学杂志*, 2011, 24(01): 25- 27.
- [19] 李献云, 费立鹏, 张艳萍. 负性生活事件与自杀行为研究. *中国神经精神疾病杂志*, 2008(03): 156- 160.
- [20] Van H K . The neurobiology of suicide and suicidality. *Canadian Journal of Psychiatry Revue Canadienne De Psychiatrie*, 2003, 48(5): 292.
- [21] J. T. O. Cavanagh, A.J. Carson, M Sharpe 等. Psychological Autopsy Studies of Suicide: A Systematic Review. *Psychological Medicine*, 2003, 33(3): 395- 405.
- [22] 邓勤勤. 当代大学生自杀危机及其干预. 西安电子科技大学, 2010.
- [23] Panagioti Maria, Gooding Patricia, Taylor Peter James, Tarrier Nicholas. Negative self- appraisals and suicidal behavior among trauma victims experiencing PTSD symptoms: the mediating role of defeat and entrapment. *Depression and anxiety*, 2012, 29(3).
- [24] 张杰. 自杀的“压力不协调理论”初探(综述). *中国心理卫生杂志*, 2005(11): 63- 67.
- [25] Mann J J , Waternaux C , Haas G L , et al. Toward a clinical model of suicidal behavior in psychiatric patients. *American Journal of Psychiatry*, 1999, 156(2): 181.
- [26] 王学志, 宫火良, 康晓然, 刘雯雯, 董晓静, 马彦锋. 青少年自杀意念量表中文版在高中生应用的信效度分析. *中国健康心理学杂志*, 2011, 19(08): 964- 966.
- [27] Susan Nolen-Hoeksema. Responses to Depression and Their Effects on the Duration of Depressive Episodes. *Journal of Abnormal Psychology*, 1991, 100(4): 569- 582.
- [28] 王妍. 反刍思维: 类型、 理论解释与展望. *社会心理科学*, 2015(10): 47- 49.

- [29] Nolen- Hoeksema S. Sex differences in unipolar depression: evidence and theory. *Psychological bulletin*, 1987, 101(2).
- [30] Samantha, L, Connolly, et al. Negative Event Recall as a Vulnerability for Depression: Relationship between Momentary Stress-Reactive Rumination and Memory for Daily Life Stress. *Clinical psychological science : a journal of the Association for Psychological Science*, 2018.
- [31] 韩秀, 杨宏飞. Nolen- Hoeksema 反刍思维量表在中国的试用. *中国临床心理学杂志*(05): 33- 35.
- [32] Shneidman E S . Suicide as psychache. *Journal of Nervous & Mental Disease*, 1993, 181(3): 145- 7.
- [33] Holden, Ronald R, Mehta, Karishma, Cunningham, E. Jane, 等 . Development and preliminary validation of a scale of psychache. *Canadian Journal of Behavioural Science*, 33(4): 224- 232.
- [34] van, Heeringen, Kees. A stress-diathesis model of suicidal behavior. *Crisis: The Journal of Crisis Intervention and Suicide Prevention*, 2000.
- [35] O'Connor R. Towards an Integrated Motivational- Volitional of Suicidal Behaviour. *International Handbook of Suicide Prevention: Research, Policy and Practice*. John Wiley & Sons, Ltd, 2011.
- [36] 陈冲, 洪月慧, 杨思. 应激性生活事件、自尊和抑郁在自杀意念形成中的作用. *中国临床心理学杂志*, 2010, 18(2): 190- 191
- [37] Liu X, Kurita H, Uchiyama M, et al. Life events, Locus Of control. and behavioral problems among Chinese adolescents. *Journal of Clinical Psychology*, 2000, 56(12): 1565- 1577
- [38] Xing X Y , Tao F B, Wan Y H, et al. Family Factors Associated With Suicide Attempts Among Chinese Adolescent Students: A National Cross-Sectional Survey. *journal of adolescent health official publication of the society for adolescent medicine*, 2010, 46(6): 0- 599.
- [39] Robin M Kowalski, Gary W Giumetti, Amber N Schroeder 等. Bullying in the Digital Age: A Critical Review and Meta-Analysis of Cyberbullying Research Among Youth. *Psychological Bulletin*, 2014, 140(4): 1073.

- [40] Olweus D. Victimization by peers: antecedents and long-term outcomes. In: Rubin KH, Asendorpf JB, editors. *Social Withdrawal, Inhibition, and Shyness in Childhood*. New York, London: Lawrence Erlbaum Associates; 1993. pp. 315- 41.
- [41] Arseneault L, Bowes L, Shakoor S. Bullying victimization in youths and mental health problems: 'much ado about nothing'. *Psychological medicine*, 2010, 40(5).
- [42] Gini Gianluca, Pozzoli Tiziana. Association between bullying and psychosomatic problems: a meta-analysis. *Pediatrics*, 2009, 123(3).
- [43] Hawker D S, Boulton M J. Twenty years' research on peer victimization and psychosocial maladjustment: a meta-analytic review of cross-sectional studies. *Journal of child psychology and psychiatry, and allied disciplines*, 2000, 41(4).
- [44] Kim Y S, Leventhal B L, Koh Y J, et al. Bullying Increased Suicide Risk: Prospective Study of Korean Adolescents[J]. *Archives of Suicide Research*, 2009, 13(1): 15- 30.
- [45] Brunstein Klomek Anat, Marrocco Frank, Kleinman Marjorie, Schonfeld Irvin S, Gould Madelyn S. Bullying, depression, and suicidality in adolescents. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 2007, 46(1).
- [46] John A, Glendenning A C, Marchant A, et al. Self-Harm, Suicidal Behaviours, and Cyberbullying in Children and Young People: Systematic Review. *Journal of Medical Internet Research*, 2018, 20(4):e129.
- [47] Fu K W, Chan C H, Ip P . Exploring the relationship between cyberbullying and unnatural child death: an ecological study of twenty-four European countries. *Bmc Pediatrics*, 2014, 14(1): 195.
- [48] Hébert Martine, Cénat Jude Mary, Blais Martin, Lavoie Francine, Guerrier Mireille. CHILD SEXUAL ABUSE, BULLYING, CYBERBULLYING, AND MENTAL HEALTH PROBLEMS AMONG HIGH SCHOOLS STUDENTS: A MODERATED MEDIATED MODEL. *Depression and anxiety*, 2016, 33(7).
- [49] Roh Beop-Rae, Yoon Yoewon, Kwon Ahye, Oh Seunga, Lee Soyoung Irene, Ha Kyunghye, Shin Yun Mi, Song Jungeun, Park Eun Jin, Yoo Heejung, Hong Hyun Ju. The Structure of Co-Occurring Bullying Experiences and Associations with Suicidal Behaviors in Korean Adolescents. *Plos One*, 2015, 10(11).
- [50] Brunstein Klomek Anat, Marrocco Frank, Kleinman Marjorie, Schonfeld Irvin S,

- Gould Madelyn S. Bullying, depression, and suicidality in adolescents. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 2007, 46(1).
- [51] Hinduja Sameer, Patchin Justin W. Bullying, cyberbullying, and suicide. *Archives of suicide research: official journal of the International Academy for Suicide Research*, 2010, 14(3).
- [52] Cyberbullying- linked suicides rising, study says. *CBC News* 2012 Oct 20.
- [53] 郑全全, 陈树林, 郑胜圣, 黄丽君. 中学生心理应激的初步研究. *心理科学*(2): 212- 213.
- [54] Rood Lea, Roelofs Jeffrey, Bögels Susan M, Nolen-Hoeksema Susan, Schouten Erik. The influence of emotion- focused rumination and distraction on depressive symptoms in non-clinical youth: a meta-analytic review. *Clinical psychology review*, 2009, 29(7).
- [55] Nolen-Hoeksema Susan, Wisco Blair E, Lyubomirsky Sonja. Rethinking Rumination. *Perspectives on psychological science: a journal of the Association for Psychological Science*, 2008, 3(5).
- [56] Jeannette M. Smith, Lauren B. Alloy. A roadmap to rumination: A review of the definition, assessment, and conceptualization of this multifaceted construct. *Clinical Psychology Review*, 29(2): 0- 128.
- [57] Feinstein B A , Bhatia V , Davila J . Rumination Mediates the Association Between Cyber-Victimization and Depressive Symptoms. *Journal of Interpersonal Violence*, 2014, 29(9): 1732- 1746.
- [58] 刘小群, 卢大力, 周丽华, et al. 初中生欺负、受欺负行为与抑郁、自杀意念的关系. *中国临床心理学杂志*, 2013, 21(1): 85- 87.
- [59] Selby EA, Anestis MD, Joiner TE. Daydreaming about death:violent daydreaming as a form of emotion dysregulation in suicidality. *Behavior Modification*, 2007, 31( 6): 867- 879.
- [60] Chan S, Miranda R, Surrence K. Subtypes of Rumination in the Relationship Between Negative Life Events and Suicidal Ideation. *Archives of Suicide Research*, 2009, 13(2): 123- 135.
- [61] Surrence Katherine,Miranda Regina,Marroquín Brett M,Chan Shirley. Brooding and

- reflective rumination among suicide attempters: cognitive vulnerability to suicidal ideation. *Behaviour research and therapy*, 2009, 47(9).
- [62] Lyness JM, Conwell Y, King DA, et al. Ruminative thinking in older inpatients with major depression. *Journal of Affective Disorders*, 1997, 46( 3): 273- 277.
- [63] 张宏宇, 许燕. 自杀意念者何以抑郁——沉浸性反应类型的中介效应. *中国特殊教育*, 2010(5): 58- 91.
- [64] Schneider S K, O'Donnell L, Stueve A, et al. Cyberbullying, School Bullying, and Psychological Distress: A Regional Census of High School Students. *American Journal of Public Health*, 2012, 102(1): 171- 177.
- [65] Nielsen M B, Hetland J, Matthiesen S B, et al. Longitudinal Relationships between Workplace Bullying and Psychological Distress. *Scandinavian Journal of Work Environment & Health*, 2012, 38(1): 38- 46.
- [66] Dao T K, Kerbs J J, Rollin S A, et al. The Association between Bullying Dynamics and Psychological Distress. *Journal of Adolescent Health*, 2006, 39(2): 0- 282.
- [67] Jude Mary Cénat, Martine Hébert, Martin Blais, Francine Lavoie, Mireille Guerrier, Daniel Derivois. Cyberbullying, psychological distress and self-esteem among youth in Quebec schools. *Journal of Affective Disorders*, 2014, 169.
- [68] King R. Cognitive therapy of depression. Aaron Beck, John Rush, Brian Shaw, Gary Emery. New York: Guilford, 1979. *australian & new zealand journal of psychiatry*, 2002, 36(2): 272- 5.
- [69] Nolen-Hoeksema S. An interactive model for the emergence of gender differences in depression in adolescence. *Journal of Research on Adolescence*, 1994, 4(4): 519- 534
- [70] Nolen-Hoeksema S, Girgus JS. The emergence of gender differences in depression during adolescence. *Psychological Bulletin*, 1994, 115(3): 424- 443
- [71] Rood L, Roelofs J, Bögels SM, et al. Stress- reactive rumination, negative cognitive style, and stressors in relationship to depressive symptoms in non-clinical youth. *Journal of Youth and Adolescence*, 2012, 41(4): 414- 425
- [72] Roelofs J, Rood L, Meesters C, et al. The influence of rumination and distraction on depressed and anxious mood: A prospective examination of the response styles theory in children and adolescents. *European Child and Adolescent Psychiatry*, 2009, 18(10):

635- 642

- [73] Morrison Rebecca, O'Connor Rory C. Predicting psychological distress in college students: the role of rumination and stress. *Journal of clinical psychology*, 2005, 61(4).
- [74] Matthew S. Robinson, Lauren B. Alloy. Negative Cognitive Styles and Stress-Reactive Rumination Interact to Predict Depression: A Prospective Study. *Cognitive Therapy & Research*, 27(3): 275- 291.
- [75] Lazarus R S, Folkman S. Cognitive theories of stress and the issue of circularity. *Dynamics of Stress*. 1986.
- [76] 褚晓伟, 范翠英. 网络欺负量表修订版在中国初中生群体中的修订及信效度检验. *中国临床心理学杂志*(06): 41- 44.
- [77] 韩秀, 杨宏飞. Nolen-Hoeksema 反刍思维量表在中国的试用. *中国临床心理学杂志*(05): 33- 35.
- [78] Holden RR, Mehta K, Cunningham EJ, et al. Development and preliminary validation of a scale of psychache. *Canadian Journal of Behavioural Science*, 2001, 33(4): 224- 232
- [79] 彭惠琼. 青少年网络受欺负与消极情绪、积极情绪的关系. 湖南师范大学, 2019.
- [80] 林琳, 刘俊岐, 杨洋, 刘羽, 王晨旭, 刘拓, 于馨, 贾绪计. 负性生活事件对大学生自杀意念的影响——反刍思维的中介作用和气质性乐观的调节作用. *心理与行为研究*, 2019, 17(04): 569- 576.
- [81] Kashdan T B , Roberts J E . Social anxiety, depressive symptoms, and post- event rumination: Affective consequences and social contextual influences. *Journal of Anxiety Disorders*, 2007, 21(3): 0- 301.
- [82] Kocovski N L , Endler N S , Rector N A , et al. Ruminative coping and post-event processing in social anxiety. *Behaviour Research & Therapy*, 2005, 43(8): 0- 984.
- [83] Xiaoyun Zhang, Haiping Wang, Yan Xia, 等. Stress, coping and suicide ideation in Chinese college students. 35(3).
- [84] Holden R R , Kerr P S , Mendonca J D , et al. Are some motives more linked to suicide proneness than others. *j clin psychol*, 1998, 54(5): 569- 576.

- [85] 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, 2015, 23(8): 1437- 1452.
- [86] 周浩, 龙立荣. 共同方法偏差的统计检验与控制方法. 心理科学进展, 2004, 12(6): 942- 942.

## 附 录

## 网络受欺负量表（部分题目）

以下列举的是个人网络使用中可能遇到的一些行为，请你回顾“最近六个月”的经历，对自己遇到这些行为的频率进行选择，并在该选项所对应的数字上打“√”。答案没有对错之分，对每一个句子无须多考虑。

	从未 遭遇	1次	2到 3次	3次 以上
1、有人盗取我电脑或手机中的个人信息（例如：文件、照片、微信或QQ中的信息等）。	1	2	3	4
2、有人盗取我的网络账号（例如：QQ号、微信号、微博号等）	1	2	3	4
3、有人在网上（例如：QQ、微信、微博、聊天室、人人网等）威胁我。	1	2	3	4
4、有人在网上（例如：QQ、微信、微博、聊天室、人人网等）辱骂我。	1	2	3	4
5、有人通过限制、删除评论等方式在网上排挤我。	1	2	3	4

## 反刍思维量表（部分题目）

以下列举的是个人可能会出现的一些想法，请你回顾“最近六个月”的经历，对自己这些想法的出现频率进行选择，并在该选项所对应的数字上打“√”。答案没有对错之分，对每一个句子无须多考虑。

	从不	偶尔	经常	总是
1、我常常想我是多么孤独。	1	2	3	4
2、我常常想“如果我不能停止想这些，那么我就不能继续做事”。	1	2	3	4
3、我常常回想我疲劳、痛苦的感觉。	1	2	3	4
4、我常常想“集中注意力是多么困难”。	1	2	3	4
5、我常常想我究竟做了什么会导致这样。	1	2	3	4

**心理痛苦量表（部分题目）**

请你回顾“最近六个月”的经历，对自己这些想法的出现频率进行选择，并在所对应的选项数字上打“√”。答案没有对错之分，对每一个句子无须多考虑。					
	从不	有时	经常	非常多	几乎总是
1、我感到心理上很痛苦。	1	2	3	4	5
2、我的内心似乎很痛。	1	2	3	4	5
3、我心理上的痛苦超过了任何身体上的疼痛。	1	2	3	4	5
4、我的痛苦想让我大声喊叫。	1	2	3	4	5
5、痛苦使我的生活变得黑暗。	1	2	3	4	5

**青少年自杀意念量表（部分题目）**

以下表述，请根据其与你自己符合的程度，在所对应的选项数字上打“√”。答案没有对错之分，对每一个句子无须多考虑。					
	从未如此	很少如此	有些时候	常常如此	一直如此
1、学习上很顺利，感觉很愉快。	1	2	3	4	5
2、感觉生活中大部分情况在自己的掌控中。	1	2	3	4	5
3、觉得未来没有希望，产生轻生念头。	1	2	3	4	5
4、感觉和某人的关系很不愉快，想要自杀。	1	2	3	4	5
5、无法完成生命中重要的事情，想要自杀。	1	2	3	4	5



## 攻读学位期间取得的研究成果

## 致 谢

转眼间，我已从两年前初入学校的研一新生，变成了即将步入社会的毕业生。两年的研究生生活丰盈而美好，回顾往日时光，有科研的严谨、有学习的紧张、有老师的辛勤、有同伴的欢愉，美好的记忆不断的浮现在我的脑海里。而每到分离时刻，总有说不完的感谢话语。

感谢我的导师杨继平，在两年的学习生涯中，杨老师一直用他严谨、创新、求真的科研态度影响着我，鼓励我拓宽视野，踏实学习，主动寻找问题、解决问题，培养了我较强的自主学习能力，这种自我能力的提升将使我受益终身。在撰写论文期间，老师更是对我悉心指导，帮助我提出修改意见，使论文最终得以顺利完成。

感谢学院的各位领导及老师，给了我在教育心理学领域继续深造的机会。是老师们的循循教导帮助我逐步适应了新的学习生活，于是我有了第一次上台做专业汇报、第一次英文文献翻译、第一次写教案备课等等宝贵的学习经历，是这一个个的“第一次”给了我专业学习莫大的动力，鼓励我走到现在。在此，非常感谢梁晓燕老师、刘丽老师、王兴超老师、卢富荣老师、陈永香老师、靳义君老师、籍元婕老师、张绣蕊老师和李瑶老师赋予我专业学习的相关知识，是您们带我领略了渊博的知识海洋，您们对我的指导和教诲我会永远铭记在心。其中，特别要感谢王兴超老师，帮我理清论文思路，耐心解答我的种种疑问，还帮助我提出修改意见。

感谢陪伴我走过两年时光的同窗、好友以及学姐们，是你们的存在丰富了我的校园生活。因为有你们，才拥有了最美好的青春记忆。尤其感谢我的舍友吕梦凡、宋姗，不管在生活或学习上都给予了我温暖的陪伴。还有诸多同届的同学们，在发放问卷、数据处理期间给予我耐心的帮助，没有你们的帮助，我是无法如此顺利的完成毕业论文的。

感谢父母和哥哥，你们是最坚实的后盾，给予我最温暖、无私的支持，我爱你们。

在未来的日子里，我将带着研究生两年中满满的收获，不忘初心，继续前行。

## 个人简介及联系方式

姓名：潘恬丽

性别：女

籍贯：山西太原

教育经历：

2012.9——2016.6 四川音乐学院 本科 播音与主持（英、汉）

2018.9——2020.6 山西大学 硕士 心理健康教育专业

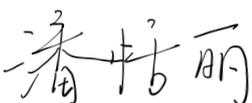
联系方式：

电话：13935109357

邮箱：527264085@qq.com

## 承诺书

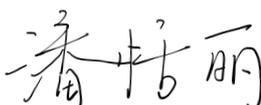
本人郑重声明：所提交的学位论文，是在导师指导下独立完成的，学位论文的知识产权属于山西大学。如果今后以其他单位名义发表与在读期间学位论文相关的内容，将承担法律责任。除文中已经注明引用的文献资料外，本学位论文不包括任何其他个人或集体已经发表或撰写过的成果。

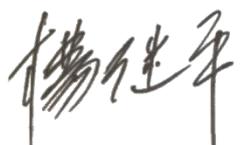
作者签名： 

2020年5月31日

## 学位论文使用授权声明

本人完全了解山西大学有关保留、使用学位论文的规定，即：学校有权保留并向国家有关机关或机构送交论文的复印件和电子文档，允许论文被查阅和借阅，可以采用影印、缩印或扫描等手段保存、汇编学位论文。同意山西大学可以用不同方式在不同媒体上发表、传播论文的全部或部分内容。保密的学位论文在解密后遵守此协议。

作者签名： 

导师签名： 

2020年5月31日