



大学生 自杀行为与干预研究

DAXUESHENG ZISHA XINGWEI
YU GANYUYANJIU

李艳兰 著

江西人民出版社
全国百佳出版社

014033519

B846
81

大学生 自杀行为与干预研究

DAXUESHENG ZISHA XINGWEI
YU GANYUYANJIU

李艳兰 著



北航

C1721544

B846
81
江西人民出版社
全国百佳出版社

图书在版编目(CIP)数据

大学生自杀行为与干预研究 / 李艳兰著. -南昌:

江西人民出版社, 2013.12

ISBN 978-7-210-06338-4

I. ①大… II. ①李… III. ①大学生-自杀-病态心理学-行为分析

②大学生-自杀-病态心理学-心理干预 IV. ①B846

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 302297 号

书 名 大学生自杀行为与干预研究

作 者 李艳兰

责任编辑 张志刚

封面设计 游 珑

出 版 江西人民出版社

发 行 各地新华书店

地 址 江西省南昌市三经路 47 号附 1 号

编辑部电话 0791-86898873

发行部电话 0791-86898893

邮 编 330006

网 址 <http://www.jxpph.com>

E-mail: zzg88@163.com web@jxpph.com

2013 年 12 月第 1 版 2013 年 12 月第 1 次印刷

开 本 787 毫米×1092 毫米 1/16

印 张 16.75

字 数 287 千字

ISBN 978-7-210-06338-4

定 价 32 元

承 印 厂 新余日报社印刷厂

赣版权登字-01-2013-454

版权所有 侵权必究

属印刷、装订错误,请随时向承印厂调换



北航

C1721544

本书为江西省教育科学“十二五”规划 2013 年度课题——大学生攻击性与自杀意念相关性研究成果,课题编号:13YB018

内容简介

近年来,大学生自杀事件越来越多,已成为当代中国亟待解决的社会问题,同时也是高校学生安全工作的一个重点。本书以一个心理咨询师的视角,深入剖析 461 个大学生自杀案例,试图从中窥探自杀者自杀前的心理历程及行为表现,探讨导致大学生自杀行为发生的诱因、征兆及自杀者的不良人格基础,并针对自杀发生的不同阶段特点提出了自杀危机前、危机中、危机后的不同干预策略,以达到减少和控制大学生自杀率、实现高校大学生的健康成长和全面发展之目的。因此,本书既可供从事心理研究、心理咨询、自杀研究人员阅读和参考,又可作为广大教育工作者、大学生群体及其他对此有兴趣和研究需要的社会人士的参考用书。

目 录

第一章 绪论

一、认识自杀	1
二、自杀的危害	3
(一)大学生自杀对亲友造成情感伤害	4
(二)大学生自杀给社会和家庭带来巨大的损失	6
(三)大学生自杀给高校与社会带来恶劣影响	8
(四)大学生自杀给其他人的生命安全造成隐患	8
三、自杀的理论	9
(一)心理动力学理论	9
(二)社会学习理论	10
(三)应激—易感模型理论	10
(四)逃离自我理论	11
(五)杀死自我理论	12

四、本书的研究方法与内容	12
(一)资料来源	13
(二)统计学方法	13
(三)自杀对象基本特征	14
(四)本书研究的主要内容	14

第二章 大学生自杀的类型

一、根据自杀的结果分类	16
(一)自杀死亡	16
(二)自杀未遂	24
(三)自杀意念	29
二、根据自杀发展的过程分类	37
(一)情绪型自杀	37
(二)理智型自杀	38
三、根据自杀的动机分类	38
(一)心理解脱型自杀	38
(二)寻求关注型自杀	39
(三)抗争惩罚型自杀	39
(四)要挟型自杀	40

第三章 大学生自杀行为的基本特征

一、大学生自杀的人口统计学特征	42
(一)自杀与性别	42
(二)自杀与年级	47
(三)自杀与专业	49

(四)自杀与学校类别	52
二、大学生自杀的时间特征	55
(一)自杀与月份、季节	55
(二)自杀与星期	61
(三)自杀与具体时间	65
三、大学生自杀的方式与地点特征	69
(一)自杀方式特征	69
(二)自杀地点特征	75

第四章 大学生自杀诱因

一、大学生自杀诱因概述	82
(一)自杀诱因总体特征	82
(二)自杀诱因与性别	84
(三)自杀诱因与年级	85
(四)自杀诱因与专业	86
(五)杀诱因与学校类型	87
(六)自杀诱因与时间	88
(七)自杀诱因与方式	90
(八)自杀诱因与地点	91
二、与自杀密切相关的种种诱因	92
(一)情感挫折与自杀	92
(二)学业不良与自杀	96
(三)精神疾病与自杀	101
(四)适应不良与自杀	110
(五)就业压力与自杀	116

(六)人际困扰与自杀	121
(七)家庭因素与自杀	126
(八)网络成瘾与自杀	133

第五章 大学生自杀过程与征兆

一、大学生自杀的过程	137
(一)自杀意念形成阶段	137
(二)自杀意念强化阶段	138
(三)自杀行为选择阶段	138
(四)自杀行为实施阶段	139
二、大学生自杀征兆总体特征	139
三、与自杀密切相关的种种征兆	142
(一)言语征兆与自杀	142
(二)行为征兆与自杀	149
(三)情绪征兆与自杀	152
(四)躯体征兆与自杀	156

第六章 大学生自杀的人格基础

一、人格及人格特质理论	159
(一)人格、人格障碍、人格缺陷	159
(二)人格特质理论	160
二、不良人格形成原因	163
(一)生物学因素	163
(二)家庭因素	164
(三)学教教育因素	165

(四)社会环境因素	166
(五)心理因素	166
三、不良人格对大学生发展的影响	167
(一)不良人格造成认知偏差	167
(二)不良人格带来情绪障碍	168
(三)不良人格影响身心健康	170
(四)不良人格导致不良行为	172
四、与自杀密切相关的人格特征	176
(一)抑郁、自卑、敏感多疑	176
(二)非理性信念	179
(三)空虚、悲观	182
(四)冲动	184
(五)完美主义	188
(六)内向、孤僻、退缩	190

第七章 大学生自杀危机干预

一、大学生自杀危机干预的概述	194
(一)自杀危机干预的基本内涵	194
(二)危机干预的发展历程	196
(三)自杀干预机制构建的基本依据	198
(四)危机干预的模式和方法	200
二、对有自杀企图学生的干预	203
(一)发现有自杀企图的人	203
(二)获取相关信息	206
(三)对自杀危险的评估	215

(四)对有自杀企图者具体干预措施	216
三、对正在实施自杀行为的干预	221
(一)控制好现场	222
(二)做好现场防护措施	222
(三)选择好危机干预者	222
(四)实施危机干预工作	223
四、自杀后的危机干预	228
(一)对自杀未遂者的干预	228
(二)对其他相关人员的干预	231
五、走出对自杀认识的误区	239
(一)声称“我想死”的人往往不会自杀	239
(二)与有自杀意念的人谈论自杀将会增加他们自杀的风险	240
(三)自杀者都患有精神疾病	240
(四)想自杀的人最终还是会选择一种方式结束生命,自杀无法预防	240
(五)自杀危机过后就不会再自杀	241
(六)自杀具有遗传倾向,会世代承袭	241
(七)出现自杀事件要封锁消息,否则对学校影响不好	241
(八)应该尊重人们选择生或死的权力	242
参考文献	243
后记	254

第一章 绪论

一、认识自杀

人类第一起自杀事件无法确定,最后一起也难以预测,自杀与人类文明共起始。有人在埃及发现了 4000 年前自杀者留下的遗书,中华民族第一位有记载的自杀者是几千年前的氏族领袖共工氏,他“怒而触不周之山”,致天倾地斜。自杀是一种不必要的死亡现象,但没有哪类人对它具有免疫力,男人或女人、年长者或年轻人、富人或穷人、健康者或病人、城市居民或农民、品质高尚者或卑鄙者、高官或平民、社会精英或普通民众身上都可能发生自杀。在科学技术高度发展的今天,自杀并没有因此受惠而得到有效控制;大学生并没有因为掌握更多的知识,使自杀行为减少,自杀已经越来越明显地成为一种严重的社会问题。

资料链接

2005 年 4 月 23 日 16 时,北京大学一名中文系大二女生自理科 2 号楼 9 层跳下,经抢救无效死亡。半个月后,数学系一名男博士从同样地点跳下,当场身亡。

2006年2月20日是华南农业大学新学期开学第一天,一名大一男生从该校一栋实验楼坠楼身亡。2月22日、2月27日、3月1日该校又发生三起自杀事件,其中两名为研究生,一名为职工。

2007年3月30日7时23分,北京科技大学一名大二张姓男生从该校逸夫楼坠下,警方判定这是一起自杀事件。

2008年6月23日上午,广东药学院正在举行隆重的毕业典礼,此时一名男性毕业生在寝室上吊自杀身亡。

2009年4月16日10时20分,北京理工大学材料学院大四学生张某在校内网日志上发表的题为《死了好啊》的文章,流露出悲观情绪,5分钟后从学生公寓8楼一跃而下……

2010年合肥工业大学学生会副主席王某因不满女友提出分手,残忍地将女友杀死在出租房内。随后,他又用安眠药和刀片自杀,但是没有成功。

2011年12月17日,是全国英语四、六级考试的日子,重庆工商大学某大三学生在考试中被监考老师查出身上有作弊工具,被逐出考场。11时50分该生从一栋宿舍楼纵身跳下,当场死亡。

据媒体报道的不完全统计,2002年中国大学生自杀27例,19人死亡;2003年是39例,28人死亡;2004年为68例,48人死亡;2005年,大学生自杀事件达到116例;2006年则进入自杀“高发年”,增加到130例之多。2008年教育部直属高校共发生63例大学生自杀事件,分布于13个省38所高校。

虽然自杀伴随着人类文明发展而发展,而对自杀进行系统研究的历史非常短暂。自杀是一种社会现象,也是一个心理学、生物学、医学、公共卫生问题。数千年的社会发展,人类在适应客观环境的同时,也逐渐揭开了自身的许多奥秘,但关于自杀还存在着不少令人费解之谜。什么是自杀?人们为什么要自杀?自杀发生时当事人在思索什么?

1642年英国人托马斯·布朗爵士(Thomas Browne)基于拉丁文中 sui(自我)和 caedere(杀)两个单词第一次明确提出“自杀”一词,意思是杀死自己,这一新的词汇将自杀与他杀区分开来。在随后的几百年时间内,不同学者从各自不同的学术领域及研究目的提出了不同的自杀内涵。到目前为止,尚没有一个统一的、为大家广泛接受的关于自杀的定义。最早对自杀行为进行系统研究的是19世纪法国社会学家埃米尔·迪尔凯姆(E.Durkheim),他从社会学角度率先

提出了自杀的概念,即任何由死者自己采取的积极或消极的行动直接或间接地引起的死亡都叫做自杀^①。这一概念强调行为结果的致死性,是一种广义上的观点。《大不列颠百科全书》将自杀简单定义成“有意或者故意伤害自己生命的行动”,这个概念强调个体自杀的动机,如果个体没有动机所导致的自杀后果,如一些精神病患者在幻听支配下的跳楼行为就不能称为自杀。美国心理学家施奈德曼(Shneidman)从心理学的角度诠释了自杀,他认为自杀是有意识的自我毁灭行动,处于多方面困境中采取自杀行动的人认为,自杀是从困境中解脱的最好方式。这一概念同样强调行为结果的致死性,但它也指出了行为的目的和功能是解决当前的问题。世界卫生组织(WHO)(2004)把自杀定义为“一个人有意识地企图伤害自己的身体,以达到结束自己生命的行为”。

根据上述定义,撇开学科的倾向,作为一种独立的、有专门研究价值的社会现象,自杀行为应当具有以下特征:

第一,行为主体与行为客体统一。即“自己杀死自己”,在自杀行为中,一个人扮演了谋杀和被谋杀两种角色。

第二,自杀是个体自愿的、故意的、有意识的行为。自杀者不是被他人所逼迫,知道自己在做什么、会产生什么后果。

第三,自杀手段可以是积极的,通过自己的某种行为如跳楼等实现;也可以是消极的,通过忽视那些用于保存生命的手段如绝食等实现。因而,行为的结果可以是一定行为的直接结果,如积极的自我毁灭行为导致的死亡;也可以是一定行为的间接结果,如过量的酗酒引起的酒精中毒等导致的死亡。

第四,强调行为后果的严重性,即生命终结或自我伤害。

综合上述,笔者倾向于接受世界卫生组织的自杀概念,即一个人有意识地企图伤害自己的身体,以达到结束自己生命的行为。

二、自杀的危害

在我国,大学生自杀虽然是少数,自杀行为也是极个别现象,但是一个人的自杀,对于他本人及亲友来说,损失的就是全部,所造成的就是切肤之痛。再加上大学生身份和地位的特殊性,其自杀带来的心理冲击和不良的社会影响非常巨大。

^①埃米尔·迪尔凯姆.自杀论[M].冯韵文译.北京:商务印书馆,2008:9.

(一)大学生自杀对亲友造成情感伤害

死亡是人们难以平静接受的事情。疾病死亡、意外死亡如此,由自杀导致的死亡更甚。它给周围人带来的已经不仅仅是单纯的悲痛,随之而来的还有像疾风暴雨般更为猛烈、更为复杂、更为持久的情感冲击。

按照世界卫生组织的估计,每出现1例自杀事件,平均至少对6个人产生严重的不良影响,甚至会持续影响着他们的后半生。1例自杀未遂事件可使2个人受到严重影响,自杀死亡给周围的同学、朋友和老师造成的心理阴影和创伤可持续10年,自杀未遂可持续6个月。假如中国每年有10万人自杀,而每一例成功自杀案例的背后,有数倍乃至数十倍的自杀未遂事件发生,按此计算,每年将新增60万自杀死亡者的亲友因无法面对亲人离去的现实及几百万人遭受到亲友自杀未遂所带来的严重伤害。

自杀给家人带来种种负面情绪,其中反应最强烈、体验最深切的就是悲伤。当得知至亲离去,人们都会经历悲痛万分的情绪体验,它往往通过锥心刺骨、撕心裂肺地痛哭表现出来。2005年8月20日,年仅26岁的博士孟某跳楼自杀后,在接下来的20多天里,其父母日夜以泪洗面,多次晕过去,数次被送入医院。父亲看完遗书后,含泪给儿子写了一封信,“孩子啊,如今你不负责任地走了,你给家人带来了极度伤心和痛苦,今后你的老爸老妈将要在痛苦和悲伤中惨度余生!”一位学生跳楼自杀后,其父抚摸着遗体,喃喃自语,和已逝去的儿子“交谈”几小时,场面让人感觉凄惨无比。

羞耻感是另一种常见的反应。现实社会中,自杀是不名誉、不道德的,逝者已矣,而亲属却须承受这个烙印。一位自杀者的母亲说“没人愿理睬我”、“大家都装得若无其事”、“我不愿意走出家门”。这种情绪压力不仅仅影响着生者与其他人的交往,也会强烈地改变家庭内的关系。他们往往表现得敏感多疑、回避社会、自我封闭,担心有人在背后议论自己,担心他人歧视、排斥自己,因此无论有多烦恼也不愿意把心中的苦闷宣泄出来与人分担。对于自杀未遂者,这种不名誉、不道德行为带来的羞耻感主要由他们自己承担。他们既因自己的冲动行为给别人增加麻烦而羞愧,也担心别人瞧不起自己而羞愧。一位服毒自杀者被救后,常与医生和家人讲,“我怎么好意思见人呢”、“别人会瞧不起我”、“我未来生活会受到影响”,由此造成了极大的压力,带来了强烈的自卑情绪与被歧视感,害怕、排斥回到学校。返回学校后,他们往往比以往更加沉默寡言、离群索居、不愿与人交往了。

第三类常见情绪表现是绝望。独生子女在大学生群体中占有相当比率,他们几乎是这个家庭未来所有的希望。父母含辛茹苦把孩子养大,一旦孩子自杀身亡,带给父母的不仅是白发人送黑发人的生死离别,更是对生命丧失了信心,对未来丧失了希望。2006年5月6日,某师专一位即将步入工作岗位的大学生陈晓莉跳楼自杀身亡。陈是家里的独生女儿,母亲下岗,父亲两年前病故,家庭可谓一贫如洗。但母亲却十分坚强,靠贩卖青菜支撑着这个贫寒的家,供养女儿读书。在火化陈晓莉的时候,陈妈妈说:“你爸爸死时,我想到还有你,要活下去,但你咋就不为妈妈想想呢?”这段话让现场的每个人潸然泪下,陈晓莉的死,无疑让辛苦半百的老母陷入绝望的境地。更有父母在痛失爱子(女)后难以自拔,悲伤过度,对生活失去信心而选择自杀。

第四类情绪表现是愧疚、自责与埋怨。当家人或朋友意识到自己没有自杀者生前给予他足够的爱和关心时会自责不已;也会因对方发出求助信号而被自己忽视未及时救援而感到该为自杀者之死负责,这让他们饱受锥心之痛;如果自杀者和自己曾有过某种冲突,这种愧疚更是难以消除。于是有的人寻找许多事情惩罚自己,生病了不找医生、猛吃等。2008年5月28日7时57分,秦某发表了“对不起,我放弃了生命”的日志后半个小时纵身跃下教学楼。他生前熟悉的朋友为平日关心不够、未能阻止表示歉疚:“作为身边的朋友,没能阻止你走向这一步,是我们做得不够,原谅我们的疏忽!”更有甚者,由于愧疚与自责导致心理异常。荣获第53届奥斯卡最佳影片奖的《普通人》,讲述的就是主人公康拉德因目睹哥哥被水淹死而自责陷入其中无法自拔、最后被送去精神病院接受治疗的故事。有的孩子自杀后,父母相互指责、埋怨,根据美国的调查^①显示,孩子自杀后父母离婚率达到了70%,即便不离婚,夫妻间也容易出现更多的问题。埋怨的目标不仅指向家庭中的成员,也会指向与死者有关的群体、学校,责怪他们没有在死者陷入困境时伸出援助之手,有的由此导致群体事件的发生。

第五类情绪表现是恐惧。恐惧情绪的产生往往有两种情况。一种是由于自杀场面导致的恐惧情绪。自杀的一些场面尤其是坠楼场面往往血腥恐怖,看过的人都感觉不适,产生恐惧感。2002年5月11日,某高校一大二男生跳楼自杀后,由于辨认死者身份和好奇的原因,有一部分学生近距离目击了该创伤性情

①高桥祥友.走出自杀阴影[M].陈诚译.北京:科学出版社,2005:116.

景。赵丞智等学者^①找到了 58 名曾目击该创伤性情景的学生,对他们进行相关量表测查和创伤性应激障碍临床诊断性访谈,发现事件后三周有 65.5% 的人出现强烈恐惧害怕情绪,害怕接触令人想起自杀的事或物,易受惊吓或过分警觉,易焦虑、失眠、做噩梦,严重的脑海里常有关于死亡的画面闪回。有个曾经目睹过自杀现场的人说:“嘭嘭两声之后,我和我同学都吓傻了,说话声音都变了,结果再也不敢从那里走了。”宿舍有人自杀后,原先住的人都不敢再住,知情的人也不敢住进来。另一种恐惧是与内在的自我毁灭冲动有关。一些自杀者的亲友,尤其是年龄比自杀者小的人,他们可能因家庭成员的自杀导致对生命少了一份活力与希望。对过去,绝口不提;对未来,麻木不仁,他们害怕自己也会走上自我了断的道路。此外,还有一些有类似自杀者困惑的人恐惧自己有一天也会走上自杀这条不归之路。

第六类情绪表现是愤怒。自杀导致的愤怒主要指向这几个方面:一是指向与自杀诱因密切相关的人。有的人自杀有明确的原因,与这原因密切相关者往往成了自杀者亲属及其他人愤怒的对象,如失恋导致的自杀,另一方容易成为自杀者家属指责、谩骂、殴打的对象;二是指向学校,这是高校自杀事件发生后常有的一种表现。有的自杀者亲属认为,孩子是在学校死的,学校肯定有推卸不了的责任;有的认为学校不作为,或学校处置自杀事件不得力,导致孩子的死亡,对学校产生强烈的愤怒情绪,围攻学校,大闹校园;三是指向自杀者本人。自杀这件不够名誉的事件给其家庭带来巨大的心理压力,有的亲属愤怒自杀者不负责任的行为,让所有的付出付之东流,让所有的希望成为泡影。

(二)大学生自杀给社会和家庭带来巨大的损失

大学生是青年人中的佼佼者,是广大青年群体的优秀代表。从大的层面说,他们是社会和国家未来的建设者,肩负着国家发展与建设的重担,是国家与民族的未来与希望;从小的层面说,他们是家庭的希望和未来的支柱,寄托着家庭的深切期望。一个年轻生命因为一些挫折坎坷选择了死亡,导致家庭的崩溃;一个优秀人才在即将为社会贡献聪明才智时选择轻生,则对社会造成巨大损失。

一个人从出生到大学毕业,社会和家庭需要在其身上投入多少,目前还没有一个定论,但大家心目中都清楚,撇开其他投入,仅从经济方面来看是需要很

^①赵丞智,邹义壮,曹连元.坠楼自杀事件目击者创伤性应激障碍[J].中国心理卫生杂志,2006,20(4):252-255.

多金钱的。几年前,有专家计算出在北京这样的大城市养大一个孩子(到大学毕业)的花销在49万元左右。2007年南京财经大学对全校大学生的日常消费支出情况进行调查后发现,一名大学生每学年4700元学费、2500元书杂费及住宿费、4000元生活费、500元通讯费、500元交通费以及其他消费500元,每个家庭供一名大学生平均每年开销高达1.27万元。如果再加上国家高等教育投资分摊到每名大学生的平均数1万元/年,一名全日制在校大学生的实际培养成本高达2.27万元/年^①。还有人指出,越是名牌大学,成本就越高。

在许多尚不富裕的中国家庭,为供养孩子读大学往往是倾其所有,借债、贷款甚至以牺牲其他孩子受教育权力为代价专供一个孩子上学,原本希望用知识来改变贫穷的命运,但随着孩子的逝去,所有的希望成了泡影。南京某高校博士自杀后其亲戚说,这是一个贫困家庭,母亲没有工作,父亲下岗开摩的。为了培养他,家里倾其所有,父母27年的辛苦培养,眼看明年就要博士毕业了,全在瞬间付之东流。

据联合国1996年文件表明,除了自杀死亡者外,至少有20倍的自杀未遂者需要住院治疗,尤其是跳楼自杀者身体多处受到伤害,留下严重的后遗症,或高位截瘫,或行动不便,康复需要巨额医疗费用。根据世界卫生组织的报告,1998年,自杀造成的损失占世界疾病总负担的1.8%,高收入国家为2.3%,低收入国家为1.7%。这个比率与战争和谋杀所造成的负担相等,是糖尿病所致负担的两倍,对这些国家的卫生系统构成很大的负担。1998年中国自杀和自伤导致880万伤残调整生命年(DALY)的损失,占中国疾病总负担的4.2%,在疾病负担排位中成为继慢性阻塞性肺部疾病(8.1%)、重度抑郁(6.9%)和心脑血管疾病(5.7%)之后的全国第四位重要的公共卫生问题^②。可见,这种极端的自我毁灭行为的结果不仅使自杀者的身体遭受到极大的伤害,而且也大量消耗有限的医疗卫生资源,给社会和家庭带来沉重的经济与心理负担。

21岁女大学生感情受挫跳楼 期待社会救助

2006年12月31日,21岁的女大学生邵小敏从学生宿舍的窗户坠楼。据主

①张淑娟.算清经济账 萌生感恩情[N].中国青年报,2007-01-10(1).

②李功迎.自杀与自伤[M].北京:人民卫生出版社,2009:35.