

## · 论 著 ·

## 心理援助热线自杀者亲友自杀意念的危险因素

刘梓康\*<sup>△</sup> 李星雪\*<sup>△</sup> 郎俊莲<sup>△</sup> 赵丽婷<sup>△</sup> 王若飞\* 魏子达\* 梁红<sup>△</sup>◎

**【摘要】目的** 探索心理援助热线自杀者亲友自杀意念的危险因素。**方法** 纳入2009–2023年北京市心理援助热线中的自杀者亲友来电,通过询问来电者2周内是否有自杀想法来评估来电者当下是否有自杀意念。收集来电者的一般人口学资料,采用抑郁症诊断筛查量表评估来电者的抑郁程度,通过访谈评估痛苦感、希望感、自杀未遂史以及生活事件等自杀相关因素。采用logistic回归分析来电者自杀意念的危险因素。**结果** 共纳入360例自杀者亲友来电。50.3%(181例)来电者报告该次来电前2周内自杀意念。受教育年限( $OR=0.86, 95\%CI: 0.79\sim 0.94$ )、高希望感( $OR=0.19, 95\%CI: 0.11\sim 0.32$ )是来电者自杀意念的保护因素,而自杀未遂史( $OR=2.01, 95\%CI: 1.20\sim 3.36$ )、高痛苦感( $OR=3.28, 95\%CI: 1.92\sim 5.61$ )、高抑郁情绪( $OR=1.73, 95\%CI: 1.05\sim 2.84$ )是来电者自杀意念的独立危险因素。**结论** 心理援助热线自杀者亲友的自杀未遂史、高痛苦感、高抑郁情绪是自身自杀意念的危险因素。

**【关键词】** 心理援助热线 自杀 自杀意念 自杀未遂 抑郁 危险因素 保护因素

**【中图分类号】** R749;B846

**【文献标识码】** A

**Risk factors for suicidal ideation among relatives and friends of suicide victims on psychological support hotline.** LIU Zikang, LI Xingxue, LANG Junlian, ZHAO Liting, WANG Ruofei, WEI Zida, LIANG Hong. Beijing Huilongguan Hospital, Beijing Suicide Research and Prevention Center, WHO collaborating Center for Research and Training in Suicide Prevention, Beijing 102200, China. Tel: 010-82951302.

**【Abstract】 Objective** To explore the risk factors for suicidal ideation among the relatives and friends of suicide victims through psychological support hotline. **Methods** Calls from the relatives and friends of suicide victims to the Beijing psychological support hotline between 2009 and 2023 were included. Their current suicidal ideation was assessed by asking whether they had suicidal thoughts in the past two weeks. Demographic information of the callers was collected and the severity of their depression was assessed using the depression diagnostic screening scale. Interviews were conducted to evaluate distress, sense of hope, history of suicide attempts, and suicide risk factors. Logistic regression analysis was used to explore the risk factors for suicidal ideation among callers. **Results** A total of 360 cases were included in this study. There were 50.3% (181 cases) of the callers reporting suicidal ideation within 2 weeks before the call. Years of education ( $OR=0.86, 95\%CI: 0.79\sim 0.94$ ) and high levels of hope ( $OR=0.19, 95\%CI: 0.11\sim 0.32$ ) were protective factors against suicidal ideation in callers. History of suicide attempts ( $OR=2.01, 95\%CI: 1.20\sim 3.36$ ), high levels of distress ( $OR=3.28, 95\%CI: 1.92\sim 5.61$ ), and high levels of depression ( $OR=1.73, 95\%CI: 1.05\sim 2.84$ ) were independent risk factors for suicidal ideation in callers. **Conclusions** History of suicide attempts, high levels of distress and high levels of depression among the relatives and friends of suicide victims calling the psychological support hotline are risk factors for their own suicidal ideation.

**【Keywords】** Psychological support hotline Suicide Suicidal ideation Attempted suicide Depression Risk factors Protective factors

doi:10.3969/j.issn.1002-0152.2024.09.006

\* 承德医学院研究生学院(承德 067000)

△ 北京回龙观医院(北京心理危机研究与干预中心),WHO心理危机预防研究与培训合作中心

\* 喀什大学教育科学学院

◎ 通信作者(E-mail: lianghong0102@126.com)

自杀是全球范围内严重的公共卫生问题<sup>[1-2]</sup>。自杀不仅对个体和家庭造成巨大的创伤<sup>[3]</sup>,其影响还会延续至自杀者的亲友<sup>[4]</sup>。自杀者亲友由于自杀事件的冲击,常常经历极大的心理痛苦,并面临较高的自杀意念和自杀风险<sup>[5]</sup>。关于自杀者亲友的自杀意念,近年来的研究逐渐揭示其发生率较高<sup>[6]</sup>。但是对于其潜在影响因素,如社会支持、文化背景、生活压力、求助资源的系统性研究较为缺乏<sup>[7]</sup>。我国目前对于自杀者亲友的研究较少。心理援助热线具有便捷性、专业性、隐匿性良好的特点<sup>[8]</sup>,自杀者亲友在面对亲人自杀时往往选择向心理援助热线求助。因此本研究收集心理援助热线中的自杀者亲友,探讨自杀者亲友自杀意念的危险因素,为其干预服务提供循证支持。

## 1 对象与方法

**1.1 研究对象** 北京市心理援助热线在2009年1月至2023年12月,共接听379121次来电,选择其中自杀者亲友来电为研究对象。纳入标准:①本次来电主要问题为亲友自杀问题;②收集到完整的人口学信息、完整评估自杀风险因素。排除标准:①沉默来电、骚扰来电、挂断电话;②通话时长小于600 s。共有360例来电者纳入本研究。

**1.2 研究方法** 北京市心理援助热线拥有一套完整的热线评估系统,接线员对来电者建立工单,通过访谈的方式对来电者收集人口学资料,以及评估并记录自杀相关因素<sup>[9]</sup>。每位打入心理援助热线的来电者在通话开始前,都会被告知本次通话被录音,录音以及收集到的信息仅供科研和教学使用,如果同意则进入本次通话。

**1.2.1 近期自杀意念的评估** 接线员通过询问“最近2周内您是否出现过自杀的想法”来评估近期的自杀意念<sup>[10]</sup>。根据自杀意念情况分组,如果来电者报告近2周内自杀意念,则为有自杀意念组,反之则为无自杀意念组。

**1.2.2 人口学资料收集** 在接线员对来电者初步评估时收集一般人口学资料,包括性别、年龄、受教育

年限、工作状况(在职、学生、离退休和无业)、婚姻状况(未婚、已婚、离异或丧偶)、既往精神障碍诊断史(有、无)。

**1.2.3 自杀相关因素评估** ①抑郁情绪:使用抑郁症诊断筛查量表<sup>[11]</sup>,评估来电者最近1个月抑郁情绪的严重程度及持续存在的时间,抑郁情绪总分0~100分,得分越高提示抑郁情绪越严重,本研究中,根据中位数将抑郁情绪分为高抑郁情绪( $\geq 89$ 分)和低抑郁情绪( $< 89$ 分)。②痛苦程度:采用来电者自评的方式,询问当前来电者体会到的痛苦程度,分值范围0~100分,分值越高提示来电者对当下事件的痛苦程度越高<sup>[12]</sup>,根据中位数将痛苦感分为高痛苦感( $\geq 85$ 分)和低痛苦感( $< 85$ 分)。③希望程度:采用来电者自评的方式,询问来电者对未来生活的希望程度,分值范围0~100分,分值越高提示来电者对当前生活的希望程度越高,根据中位数将希望感分为高希望感( $\geq 46$ 分)和低希望感( $< 46$ 分)<sup>[12]</sup>。④自杀未遂史:询问来电者之前是否有以结束自己生命为目的的行为。⑤物质滥用:询问近1年中是否过分、随意、连续3个月以上使用过安眠药、镇痛药、抗焦虑药、麻醉剂、兴奋剂。⑥慢性生活事件:询问近1个月是否存在对心理长期产生不良影响的家庭、工作等问题。⑦急性生活事件:询问近1周内是否出现对心理产生严重影响的事情。⑧躯体问题:询问是否存在对生活产生严重影响的躯体残疾或疾病。⑨被虐待史:询问是否曾经遭受过身体或性方面的虐待。⑩被攻击感:询问近1个月是否担心被他人攻击。

**1.3 统计学方法** 用SPSS 26.0进行统计分析。年龄、受教育年限符合正态分布,用均数 $\pm$ 标准差描述;其他人口学特征及自杀相关因素转换为分类变量,用频数和构成比(%)描述。有无自杀意念组的年龄和受教育年限比较采用独立样本 $t$ 检验;其他人口学特征及自杀相关因素的比较采用 $\chi^2$ 检验。将来电者的年龄、性别、受教育年限、婚姻、既往精神障碍诊断史作为混杂因素进行控制,其他变量的筛选采用前进法,进行多因素logistic回归分析自杀

者亲友自杀意念的危险因素。检验水准 $\alpha=0.05$ ,双侧检验。

## 2 结果

**2.1 自杀者亲友的一般人口学资料** 360例来电者中,女性来电220例(61.1%),男性来电140例(38.9%);年龄12~78岁,平均(29.4±11.0)岁;受教育年限0~20年,平均(13.4±3.5)年;未婚214例(59.4%),已婚112例(31.1%),离异或丧偶34例(9.5%);学生89例(24.7%),在职200例(55.6%),离退休和无业人员71例(19.7%)。

**2.2 自杀者亲友有无自杀意念分组比较** 有自杀意念组的年龄( $t=2.69, P<0.01$ )、受教育年限( $t=4.80, P<0.01$ )和婚姻状况( $\chi^2=8.06, P=0.02$ )与无自杀意念组差异有统计学意义。有自杀意念组中高抑郁情绪( $\chi^2=12.91, P<0.01$ )、高痛苦感( $\chi^2=19.76, P<0.01$ )和有自杀未遂史( $\chi^2=8.11, P<0.01$ )的来电者多于无自杀意念组,高希望感的来电者少于无自杀意念组( $\chi^2=54.68, P<0.01$ )。见表1。

**2.3 自杀者亲友自杀意念的危险因素分析** 多因素logistic回归分析结果显示,受教育年限( $OR=0.86, 95\%CI: 0.79\sim 0.94$ )、高希望感( $OR=0.19, 95\%CI: 0.11\sim 0.32$ )是自杀者亲友自杀意念的保护因素,自杀未遂史( $OR=2.01, 95\%CI: 1.20\sim 3.36$ )、高痛苦感( $OR=0.19, 95\%CI: 0.11\sim 0.32$ )、高抑郁情绪( $OR=$

1.73,  $95\%CI: 1.05\sim 2.84$ )是自杀者亲友自杀意念的危险因素。见表2。

## 3 讨论

本研究显示,心理援助热线中自杀者亲友自杀意念的检出率为50.3%。既往研究其他样本中自杀者亲友自杀意念的检出率为31.5%<sup>[13]</sup>。由于心理援助热线具有一定的隐匿性<sup>[14]</sup>,同时提供了一个可靠的支持环境<sup>[15]</sup>,在一定程度上减少了自杀者亲友的羞耻感<sup>[16-17]</sup>。因此,自杀者亲友更倾向于表达自杀意念<sup>[18]</sup>,导致心理援助热线中自杀意念的检出率远高于其他样本中的自杀者亲友。

本研究多因素回归分析发现,受教育年限是自

**Tab.2 Multivariate logistic regression analysis of suicidal ideation among relatives and friends of suicide victims**

**表2 自杀者亲友自杀意念的多因素logistic回归分析**

自变量	B	Wald $\chi^2$	P	OR	95%CI
女性(以男性为参照)	-0.20	0.56	0.45	0.82	0.49~1.37
年龄(岁)	-0.02	1.28	0.26	0.98	0.95~1.01
受教育年限(年)	-0.15	11.03	<0.01	0.86	0.79~0.94
已婚(以未婚为参照)	-0.08	0.06	0.81	0.93	0.48~1.77
离异或丧偶(以未婚为参照)	0.79	2.59	0.11	2.21	0.84~5.80
既往精神障碍诊断史	-0.24	0.73	0.39	0.79	0.45~1.36
自杀未遂史	0.70	7.12	<0.01	2.01	1.20~3.36
高希望感	-1.67	39.52	<0.01	0.19	0.11~0.32
高痛苦感	1.19	18.82	<0.01	3.28	1.92~5.61
高抑郁情绪	0.55	4.62	0.03	1.73	1.05~2.84

**Tab.1 Demographic characteristics and suicide related factors of callers with and without suicidal ideation**

**表1 有自杀意念组与无自杀意念组来电者的人口学特征、自杀相关因素**

组别	n	性别		年龄(岁)	受教育年限(年)	既往精神障碍诊断史		
		男	女			有	无	
有自杀意念组	181	70(38.7%)	111(61.3%)	27.9±10.2 <sup>1)</sup>	12.6±3.4 <sup>1)</sup>	51(28.2%)	130(71.8%)	
无自杀意念组	179	70(39.1%)	109(60.9%)	31.0±11.6	14.3±3.3	53(29.6%)	126(70.4%)	
组别	婚姻状况 <sup>2)</sup>			职业			高抑郁情绪	高痛苦感
	未婚	已婚	离异或丧偶	学生	在职	离退休人员		
有自杀意念组	117(64.6%)	44(24.3%)	20(11.0%)	46(25.4%)	108(59.7%)	27(14.9%)	117(64.6%) <sup>3)</sup>	122(67.4%) <sup>3)</sup>
无自杀意念组	97(54.2%)	68(38.0%)	14(7.8%)	43(24.0%)	92(51.4%)	44(24.6%)	82(45.8%)	79(44.1%)
组别	高希望感	有自杀未遂史	有物质滥用	有慢性生活事件	有急性生活事件	有躯体问题	有被虐待史	有被攻击感
	71(39.2%) <sup>3)</sup>	82(45.3%) <sup>3)</sup>	11(6.1%)	110(60.8%)	97(53.6%)	21(11.6%)	25(13.8%)	22(12.2%)
无自杀意念组	139(77.7%)	55(30.7%)	14(7.8%)	113(63.1%)	100(55.9%)	17(9.5%)	20(11.2%)	27(15.1%)

1)与无自杀意念组比较,经独立样本t检验, $P<0.01$ ;2)有自杀意念组与无自杀意念组比较,经 $\chi^2$ 检验, $P<0.05$ ;3)与无自杀意念组比较,经 $\chi^2$ 检验, $P<0.01$ 。

杀者亲友自杀意念的保护性因素,这与其他样本的研究是一致的<sup>[19]</sup>,所受教育年限更长,来电者也就更少产生自杀意念。也有研究指出,人们受教育年限越长,死亡的风险越低<sup>[20]</sup>。受教育年限较短的来电者在面对亲友自杀时,可能产生更多的自杀意念,是以后热线工作中应该重点干预的人群。

在本研究中,自杀未遂史是影响自杀者亲友自杀意念的危险因素。有自杀未遂史者本身就是自杀的高风险人群<sup>[21]</sup>,自杀未遂者再次发生自杀的概率是我国普通人群的100倍<sup>[22]</sup>,在一些假定的情景下容易采取自杀行为<sup>[23]</sup>。部分有自杀未遂史的来电者本身就有抑郁情绪,当其面对亲友自杀时,会对未来产生更低的希望感,加重自杀意念,效仿亲友的自杀行为。

本研究发现,高抑郁程度是自杀者亲友自杀意念的危险因素。既往研究发现,抑郁情绪和自杀意念呈正相关,并且可以预测自杀意念的发生<sup>[24]</sup>。自杀者亲友通常难以有效调节情绪,面临巨大的心理应激和创伤<sup>[25]</sup>。这些未能及时处理的负性情绪不仅增加了心理负担,还可能导致严重的抑郁症状<sup>[26]</sup>。在这种情况下,抑郁情绪的加重会进一步强化自杀意念<sup>[27-28]</sup>。

本研究发现,高痛苦感会加重自杀者亲友的自杀意念,是其危险因素。已有研究表明,心理痛苦不仅能直接导致自杀行为的发生<sup>[29]</sup>,还在抑郁和自杀意念中起中介作用<sup>[30]</sup>。自杀者亲友往往会体验到深刻的痛苦感,当这种痛苦感超越其心理承受的阈值时,可能会引发强烈的自杀意念,并进一步导致自杀行为的发生<sup>[31]</sup>。这提示在以后的热线接听工作中,对于有自杀意念的自杀者亲友,接线员要重点围绕降低痛苦感进行干预工作。

众多关于心理援助热线的研究表明,高希望感作为保护性因素会减少来电者的自杀意念<sup>[32]</sup>。本研究得出了同样的结论。但是,低希望感也会加重自杀者亲友的自杀意念。自杀者亲友通常会感受到希望感显著下降,这种低希望感对其心理健康产生负面影响,严重时会引起自杀意念。在以后的热

线工作中,针对自杀者亲友,要提高接线时的敏感性,对自杀者亲友多给予共情、倾听、理解、陪伴、支持,及时评估自杀者亲友的希望感,降低自杀者亲友的无望感。

本研究探讨自杀者亲友自杀意念的相关因素,为预防其产生自杀意念奠定了基础。未来的研究还可以收集自杀者与亲友的关系、自杀距离现在的时间等资料,更深入地探讨影响自杀者亲友自杀意念的因素,并且选择更具代表性的样本,扩大样本量,纵向探讨自杀者亲友的心理健康状况。

### 参 考 文 献

- [1] 应梦婷,江光荣,鲁婷,等. 从自杀意念到自杀尝试:自杀行动转变的理论模型与风险因素[J]. 中国临床心理学杂志, 2024, 32(2): 314-322.
- [2] 费立鹏. 国内外自杀预防研究的进展与思考[J]. 广西医科大学学报, 2022, 39(9): 1355-1362.
- [3] 张杰. 自杀研究在中国: 自杀率的变化和理论探讨[J]. 四川精神卫生, 2022, 35(5): 393-401.
- [4] 张杰,方乐,周莉. 自杀者亲友抑郁影响因素分析[J]. 中国公共卫生, 2007, 26(5): 549-551.
- [5] 刘阳洋. 农村自杀遗族的悲伤辅导与自杀干预研究[D]. 大连: 大连医科大学, 2014.
- [6] RENS E, PORTZKY G, MORRENS M, et al. An exploration of suicidal ideation and attempts, and care use and unmet need among suicide-ideators in a Belgian population study[J]. BMC Public Health, 2023, 23(1): 1741.
- [7] FORREST L N, BECCIA A L, EXTEN C, et al. Intersectional prevalence of suicide ideation, plan, and attempt based on gender, sexual orientation, race and ethnicity, and rurality[J]. JAMA Psychiatry, 2023, 80(10): 1037-1046.
- [8] 赵丽婷,杨萌,伍梦洁,等. 心理援助热线来电者心理问题的严重程度及其相关因素[J]. 神经疾病与精神卫生, 2022, 22(7): 494-499.
- [9] 王翠玲,王绍礼,李献云,等. 心理援助热线标准化管理流程建设初探——北京市心理援助热线电脑操作系统介绍[J]. 中国心理卫生杂志, 2012, 26(5): 337-339.
- [10] 赵丽婷,李春玲,伍梦洁,等. 心理援助热线成年与未成年自杀高危来电者特征及干预效果的影响因素比较[J]. 四川精神卫生, 2023, 36(2): 104-110.
- [11] 李献云,费立鹏,张艳萍,等. 抑郁症诊断筛查量表的编制及其效度检验[J]. 中国神经精神疾病杂志, 2007, 33(5): 257-263.

- [12] TONG Y, CONNER K R, YIN Y, et al. Suicide attempt risks among hot-line callers with and without the coronavirus disease 2019 related psychological distress: A case-control study[J]. BMC Psychiatry, 2021, 21(1): 363.
- [13] 徐林. 254例农村自杀遗族自杀意念及其相关因素研究[D]. 大连: 大连医科大学, 2013.
- [14] 安静, 殷怡, 梁红, 等. 北京市心理援助热线青少年来电者的特征[J]. 中国心理卫生杂志, 2023, 37(6): 503-509.
- [15] 吴霞民, 赵苗苗, 马宁, 等. 2022年中国内地心理援助热线设置情况分析[J]. 中国公共卫生, 2024, 40(1): 57-60.
- [16] 刘虹. 254例农村自杀遗族悲伤体验及其相关因素研究[D]. 大连: 大连医科大学, 2013.
- [17] SHEEHAN L, DUBKE R, CORRIGAN W P. The specificity of public stigma: A comparison of suicide and depression-related stigma[J]. Psychiatry Res, 2017, 256: 40-45.
- [18] HILL N T M, WALKER R, ANDRIESEN K, et al. Reach and perceived effectiveness of a community-led active outreach post-vention intervention for people bereaved by suicide[J]. Front Public Health, 2022, 10: 1040323.
- [19] 安静, 殷怡, 梁红, 等. 北京市心理援助热线青少年来电者自杀意念的危险因素[J]. 中国心理卫生杂志, 2023, 37(5): 411-415.
- [20] IHME-CHAIN Collaborators. Effects of education on adult mortality: A global systematic review and meta-analysis[J]. Lancet Public Health, 2024, 9(3): e155-e165.
- [21] 岳琳琳, 赵丽婷, 童永胜, 等. 心理援助热线多次自杀未遂行为来电者的特征[J]. 中国神经精神疾病杂志, 2015, 41(12): 734-739.
- [22] TONG Y, YIN Y, LAN Z, et al. Case fatality of repeated suicidal acts among suicide attempters in rural China: A retrospective cohort study[J]. Lancet Reg Health West Pac, 2024, 46: 101068.
- [23] 杨兴洁, 伍梦洁, 童永胜, 等. 自杀未遂者及亲友假定困境下考虑自杀的可能性[J]. 中国心理卫生杂志, 2020, 34(11): 920-925.
- [24] CEN Y, HE J, ZHONG Y, et al. The mediating role of sleep problems and depressed mood between psychological abuse/neglect and suicidal ideation in adolescent childhood: A multicentred, large sample survey in Western China[J]. BMC Psychiatry, 2024, 24(1): 64-64.
- [25] 李鸽, 曹倬, 王力. 农村青少年创伤经历及创伤后应激障碍流行特征[J]. 心理与行为研究, 2019, 17(3): 395-401.
- [26] JANG J, LEE G, SEO J, et al. Suicidal attempts, insomnia, and major depressive disorder among family members of suicide victims in South Korea[J]. J Affect Disord, 2020, 272: 423-431.
- [27] 张若云, 童永胜, 赵丽婷, 等. 心理援助热线自杀高危来电即刻干预效果及其影响因素[J]. 中国神经精神疾病杂志, 2021, 47(1): 27-33.
- [28] JUNG Y L, YONG S K, JU H. Suicidal ideation, depression, and insomnia in parent survivors of suicide: Based on Korean psychological autopsy of adolescent suicides[J]. J Korean Med Sci, 2023, 38(5): e39.
- [29] 刘慧瀛, 郝祥森, 孔德荣, 等. 社会逆境感知、心理痛苦和可协商命运观对自杀风险的影响: 一个有调节的中介模型[J]. 中国临床心理学杂志, 2022, 30(4): 954-958.
- [30] 饶刚, 葛茂宏, 宗鲁新, 等. 青少年抑郁与自杀风险的关系: 心理痛苦与反刍思维的作用[J]. 国际精神病学杂志, 2024, 51(3): 779-782.
- [31] LEVIBELZ Y, BIRNBAUM S. Depression and suicide ideation among suicide-loss survivors: A six-year longitudinal study[J]. Int J Environ Res Public Health, 2022, 19(24): 16561.
- [32] 童永胜, 赵丽婷, 王翠玲, 等. 心理援助热线来电者自杀意念的危险因素[J]. 中华精神科杂志, 2013, 46(6): 344-349.

(收稿日期: 2024-06-19 录用日期: 2024-09-27)

(责任编辑: 肖雅妮)