

欺凌受害对早期青少年自伤的影响： 孤独感与情绪调节策略的作用*

杨淑芸¹ 李紫涵² 任萍^{3,4}

(1. 郑州师范学院, 郑州 450044; 2. 东北师范大学深圳坪山实验学校, 深圳 518118;

3. 北京师范大学中国基础教育质量监测协同创新中心, 北京 100875;

4. 北京师范大学认知神经科学与学习国家重点实验室, 北京 100875)

摘要:本研究采用纵向追踪设计,探讨欺凌受害对早期青少年自伤的影响,并分析孤独感的中介作用和情绪调节策略的调节作用。研究对象为我国中西部地区某城市8所中学76个班级中的3502名初中生,间隔六个月实施了两次追踪问卷调查。研究结果表明:(1)欺凌受害与青少年六个月后的孤独感、自伤行为均呈显著正相关;(2)孤独感在欺凌受害与青少年自伤的纵向关联中发挥部分中介作用;(3)认知重评显著调节孤独感与自伤纵向关系的后半段中介路径,即认知重评水平较低的青少年,孤独感对自伤的纵向作用较大;认知重评水平较高的青少年,孤独感对自伤的纵向作用较小。表达抑制显著调节欺凌受害与自伤纵向关联的直接路径以及孤独感与自伤关系的中介路径,即与表达抑制水平低的青少年相比,表达抑制水平高的个体在经历欺凌受害后产生自伤行为的风险更大,并会强化孤独感与自伤行为的联系。研究结果表明在青少年心理健康的促进中,要家校社协同,减少欺凌受害与孤独感、发展积极的情绪调节策略,从而减少自伤等不良行为。

关键词:欺凌受害;自伤;孤独感;情绪调节策略;早期青少年

分类号:B844

1 引言

非自杀性自伤(non-suicidal self-injury)是指在无致命意图的情况下对自己的身体组织进行的社会不可接受的、直接的和蓄意的破坏(Kiekens, Hasking, Boyes, et al., 2018),青少年自伤与各种心理问题、自杀意念和未来的自杀行为显著相关(Kiekens, Hasking, & Clase, 2018)。而青少年自伤多源于其在学校和社会上遭遇的负面人际事件(唐杰等, 2023)。早期青少年时期的人际关系正经历着从家庭到学校同伴关系的转变,因此欺凌受害被认为是青少年影响最大的负面人际事件(徐涛等, 2021)。青少年遭遇欺凌受害后,会产生孤立无助,这将进一步增加其自伤的风险,而是否具备情绪调节能力也会对其后续的自伤行为产生影响。以往欺凌受害与自伤的相关研究多聚焦于描述二者之间的关系,关于欺凌受害对青少年自伤的长期影响及具体作用机制目前还缺乏深入的探讨。因此本研究拟采用纵向设计,在追踪欺

凌受害与自伤之间纵向关系的基础上,进一步探索孤独感的中介作用,并比较不同情绪调节策略(认知重评与表达抑制)在上述路径中的调节作用。

1.1 青少年欺凌受害与自伤的关系

欺凌受害(bullying victimization)指个体长时间或反复受到同伴欺凌或伤害的现象(Olweus, 1993)。体验回避模型认为当个体经历欺凌受害时,往往会引发不良情绪反应并导致压力和心理创伤(Chapman et al., 2006),自伤会作为一种不适应的应对策略来缓解压力和紧张、从而暂时逃避痛苦等不良情绪(Nock, 2010),以自伤行为作为应对策略的个体更容易形成回避体验的倾向。白荣等人(2023)研究表明远近端人际压力均会影响青少年的自伤行为。欺凌受害的经历可能导致多种负面心理和行为后果,包括学业表现不佳、焦虑和适应障碍,以及自杀意念和行为等(Kushner et al., 2015; Zhu et al., 2021)。元分析的结果表明,与未遭受欺凌的青少年相比,欺凌受害者自伤行为的风险显著

* 基金项目:科技创新 2030(2021ZD0200500)。

通讯作者:任萍, E-mail: renping@bnu.edu.cn

更高(唐寒梅等, 2018)。此外,研究还发现,随着欺凌持续时间的增加,自伤行为的重复发生风险也可能相应提高(Lereya et al., 2013)。综上所述,青少年欺凌受害与自伤行为之间存在密切关系,因此本研究假设欺凌受害与青少年随后的自伤行为显著相关。

1.2 孤独感的中介作用

根据 Nock (2007) 的自伤综合理论模型(Integrated Theoretical Model), 经历欺凌受害的个体通常缺乏社会情感技能, 这使他们在发展和维持良好的人际关系方面面临困难, 从而增加了孤独感(Boling et al., 2011)。与此同时, 欺凌受害者往往在学校中遭到排斥, 导致其人际交往能力下降, 这不利于建立社会关系和获得社会支持, 使得他们更容易体验到孤独感。高度孤独且社交能力差的青少年, 为了解决人际冲突或受欺凌等负面社会事件, 往往更倾向于采用自伤行为, 以此引起他人的关注并产生社会影响(You et al., 2013)。相关研究也表明欺凌受害对孤独感具有直接的预测作用(Ran et al., 2020)。此外, 感到孤独的青少年自我价值感降低, 并丧失建立和维护人际关系的能力, 更可能通过自伤行为(McClelland et al., 2020; Wang et al., 2020)来缓解孤独感等负面情绪(Hay & Meldrum, 2010)。因此, 本研究假设孤独感在欺凌受害与自伤之间的纵向关系中起到中介作用。

1.3 情绪调节策略的调节作用

尽管欺凌受害是自伤行为的重要风险因素, 但是有些受欺凌者却能够通过启动“心理社会资源”来应对威胁与挑战, 从而降低不良情境对个体的影响(Taylor & Broffman, 2011; 范兴华等, 2023), 因此探索欺凌受害与自伤行为之间的保护性因素与风险因素就尤为重要。情绪调节(emotion regulation)指个体管理自身情绪的过程(Gross, 2015), 具体可以区分为认知重评和表达抑制是两种情绪调节策略(Gross & John, 2003)。认知重评策略通过对应激事件进行重新评价, 将消极情绪事件合理化, 进而有效地缓解消极情绪体验与不良行为(张少华等, 2020), 促进应激后成长(赵天新等, 2021)。相关研究结果表明, 在面临欺凌受害时, 使用认知重评不仅可以减少欺凌受害对不良行为的直接影响, 还可能通过改善负面情绪, 从而减少不良行为。具体表现为, 一方面, 在面临欺凌情境时, 认知重评水平较高的个体, 会通过对应欺凌事件与情境进行合理化, 激发积极情绪等, 从而降低自伤风险(Voon & Hask-

ing, 2014; 王玉龙等, 2020)。同时, 通过认知重评, 个体可以缓解不良事件导致的孤独感等消极情绪(王敬欣等, 2015)。另一方面, 在面对孤独感等负面情绪时, 认知重评能力较弱的个体更易采取自伤等非适应性应对策略(Vieira et al., 2021), 相反, 那些进行积极认知重评的个体则可以减弱孤独感与自伤之间的联系(顾红磊等, 2025)。因此本研究假设认知重评会调节欺凌受害与自伤纵向关联的直接路径以及孤独感的中介路径。

表达抑制是一种通过抑制生理反应、情绪表达和行为反应等方式来调节情绪的策略(赵天新等, 2021)。根据自伤的情绪干预模型(Gross & John, 2003), 在面对应激情境时, 个体可能通过自伤行为来获取他人的关注或调节自身的情绪体验, 以期调整当前的情境。虽然表达抑制可以降低个体外在的情绪表现, 但内在的情绪体验并没有得到改变, 这使得它无法有效地消除负面事件带来的消极情绪及相应的行为。研究表明, 使用表达抑制策略越多, 个体的消极情绪与不良行为水平就越高(Joormann & Gotlib, 2010)。具体而言, 一方面, 在面临欺凌受害等负面事件时, 情绪管理困难的青少年更倾向于使用表达抑制的方式来进行情绪调节, 更易产生自伤行为(丁寒琴等, 2021)。同时, 在欺凌情境中, 如果个体抑制情绪表达, 会增加孤独感等消极感受(田雨馨等, 2016), 另一方面, 表达抑制会强化孤独感等消极情绪与自伤行为之间的联系(Gu et al., 2020), 即表达抑制越高, 孤独感越可能引发自伤行为。因此, 本研究假设表达抑制会调节欺凌受害与自伤纵向关联的直接路径以及孤独感的中介路径。

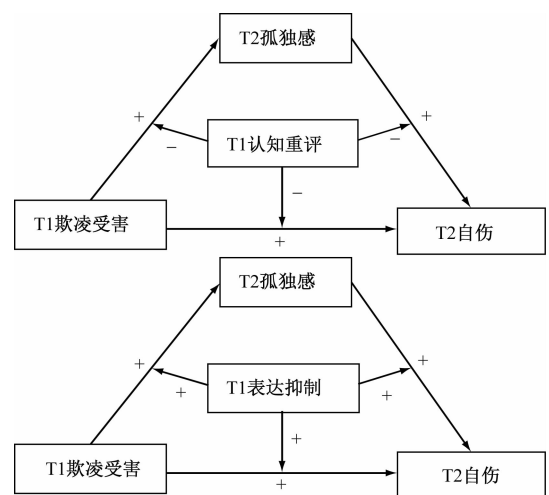


图 1 假设模型图

(其中“+”表示可能起着增强作用,“-”表示可能起着减弱作用)

综上所述,本研究假设欺凌受害与青少年后续
的自伤行为显著相关,孤独感在欺凌受害与自伤的纵向
关系中起中介作用,认知重评与表达抑制在此路径中
起着不同的调节作用。假设模型如图 1 所示。

2 方法

2.1 被试

被试选自我国中西部地区某城市的 8 所中学,
共 76 个班。本研究第一次施测在初一第一学期末
(T1),对回收问卷进行筛选后获得有效样本 3544
人;第二次施测在初一第二学期末(T2),对 T1 和 T2
的数据进行合并处理后,为了保证数据的信效度,首
先删除了只参与一个波段数据收集的被试,然后删
除了作答不完整、缺失比例在 50% 以上的被试,共
获得有效样本 3502 人。对存在缺失值被试与有效
被试在主要研究变量上进行差异检验,结果均不显
著;接着使用 Littles MCAR 进一步对缺失值进行检
验($sig. = 0.03$),结果表明数据不属于完全随机缺
失,参考相关研究者的建议(宋枝璘等, 2022; 游学
锋等, 2023),对缺失值采用最大似然估计法进行
了插补。T1 时期被试的平均年龄为 12.36 岁
($SD = 0.50$),其中男生 1834 人,占 52.4%,女生
1668 人,占 47.6%。

2.2 研究工具

2.2.1 欺凌受害量表

本研究采用张文新和武建芬(1999)修订的 Ol-
weus Bully/Victim Questionnaire 中文版,用于测量青
少年的欺凌受害水平,共包含 7 个题目。量表采取
5 点计分(0 = 没有经历过,1 = 过去两个月内共
1~2 次,2 = 每月 2~3 次,3 = 每周 1~2 次,4 =
每周 2 次以上),计算均值作为欺凌受害得分,得分
越高代表被试欺凌受害程度越高。在本研究中,欺
凌受害量表 T1 的 Cronbach's α 系数为 0.75。

2.2.2 自伤问卷

采用由 Gratz 等人(2001)编制的故意伤害问卷
(Deliberate Self-Harm Inventory: Nine-Item Ver-
sion; DSHI-9)中文版对自伤进行测量,共 9 道题
(如,“故意不让伤口愈合”)。该量表采用 7 点计分
(1 = 从来没有,7 = 超过 5 次),计算均值作为青
少年自伤行为指标,分值越高,代表自伤水平越高。
在本研究中,该量表 T1、T2 的 Cronbach's α 系数分
别为 0.89、0.87。

2.2.3 孤独感量表

采用李晓巍等人(2014)修订的儿童孤独感量

表,量表共 6 道题(如,“我常感到寂寞”),采用 5 点
计分(1 = 完全不符合,5 = 完全符合)对孤独感
进行测量。计算均分,分越高,代表被试的孤独感水
平越高。本研究中,该量表 T1、T2 的 Cronbach's α
系数分别为 0.92、0.95。

2.2.4 情绪调节策略问卷

采用陈亮等人(Gullone & Taffe, 2012; 陈亮
等, 2016)修订的儿童青少年情绪调节策略量表(E-
motion Regulation Questionnaire for Child and Adoles-
cence, ERQ-CA)。量表共 10 题,其中认知重评维度
包含 6 道题目(如,“当我想少感受一些消极情绪
(如悲伤或愤怒)时,我会改变自己思考问题的角
度”),表达抑制维度包含 4 道题目(如,“当感受到
消极的情绪时,我不会表露它们”)。量表采用 5 点
计分(1 = 完全不同意,5 = 完全同意)。计算总
分,分值越高,代表个体情绪调节策略能力越高。在
本研究中,T1 认知重评维度的 Cronbach's α 系数
为 0.83, T1 表达抑制维度的 Cronbach's α 系数
为 0.76。

2.2.5 主观社会经济地位

采用 Adler 等人(2000)设计的 MacArthur 量表
(the MacArthur Scale of Subjective, SES)。此量表为
非言语量表,用 1~10 级的梯子表示所处的阶层,得
分越高表明社会经济地位越高。主观社会经济地位
可能影响个体对欺凌受害的感受和应对能力(Bak-
ker et al., 2006),从而对自伤行为产生影响(Zhou
et al., 2018)。在研究欺凌受害对自伤行为的影响
时,主观社会经济地位被认为是一个重要的额外变
量,因此在后续分析中将其与可能影响研究结果的
其他额外变量(性别、年龄、T1 自伤、T1 孤独感)均
作为控制变量,从而能更精确地分析欺凌受害对自
伤影响的作用机制。

2.3 研究程序

在本研究的实施过程中,我们严格遵循学术伦
理规范。该研究已通过“北京师范大学中国基础教
育质量监测协同创新中心科学研究项目委员会”的
审查与批准(批件编号为 2021-44)。在研究开始
之前,我们依据自愿、安全和保密等原则进行了项目
实施评估,并向参与研究的学生及其家长发送并签
署了书面知情同意书。研究在征得学校与家长同意
下以班级为单位施测,参与测试的主试均为心理学
专业的硕士研究生,并对主试提前进行规范化集中
培训。T1 测量了欺凌受害、孤独感、自伤、情绪调
节策略(包括认知重评与表达抑制)、主观社会经济地

位, T2 测量了孤独感、自伤。

2.4 数据分析

数据收集完毕后, 使用统计分析软件 SPSS 26.0 对数据进行整理与分析。

3 结果

3.1 共同方法偏差检验

本研究采用了两个波段的问卷调查法来收集数据, 因此可能存在着共同方法偏差。本研究采用 Harman 单因素检验进行共同方法偏差检验, 结果显示, 特征值大于 1 的因子有 27 个, 同时第一个公因子的方差解释率为 22.35%, 低于临界标准 40% (汤丹丹, 温忠麟, 2020), 因此, 可以认为在本研究中共同方法偏差不严重, 各变量间关系可信。

3.2 描述性统计及相关结果

对各变量进行描述性统计及相关分析, 结果表明, 欺凌受害与孤独感、自伤、认知重评及表达抑制均相关显著(表 1)。具体而言, T1 欺凌受害与 T2

孤独感、T2 自伤均呈显著正相关; T1 认知重评与 T1 欺凌受害、T2 孤独感、T2 自伤均呈显著负相关, T1 表达抑制与 T1 欺凌受害、T2 自伤、T2 孤独感均呈显著正相关。

3.3 孤独感的中介作用

采用 Process 插件中的 Model 4, 进行中介模型检验。研究将 T1 孤独感、T1 自伤、性别和主观家庭经济地位作为控制变量, 以探究孤独感是否在欺凌受害与自伤之间起中介作用。表 2 结果表明, 欺凌受害显著正向预测自伤 ($\beta = 0.06, p < 0.001$), 在加入孤独感作为中介变量后, 欺凌受害对自伤的直接效应仍然显著, 但是效应量变小 ($\beta = 0.04, p < 0.05$), 青少年欺凌受害显著正向预测孤独感 ($\beta = 0.09, p < 0.001$), 孤独感显著正向预测青少年自伤 ($\beta = 0.19, p < 0.001$)。孤独感在欺凌受害与自伤之间起部分中介作用, 中介效应占比为 32.25% (95% CI [0.01, 0.03]), 中介作用模型如图 2 所示。

表 1 各变量的描述性统计及相关分析

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1 性别	1									
2 年龄	-0.04*	1								
3 主观 SES	-0.02	-0.01	1							
4 T1 欺凌受害	-0.08***	0.02	-0.13***	1						
5 T1 孤独感	-0.04*	0.01	-0.24***	0.40***	1					
6 T2 孤独感	-0.10***	0.01	-0.22***	0.29***	0.54***	1				
7 T1 自伤	-0.12***	0.02	-0.10***	0.29***	0.30***	0.22***	1			
8 T2 自伤	-0.13***	0.01	-0.09***	0.24***	0.27***	0.32***	0.58***	1		
9 T1 认知重评	-0.06***	-0.01	0.17***	-0.19***	-0.30***	-0.22***	-0.22***	-0.17***	1	
10 T1 表达抑制	0.04*	0.02	-0.07***	0.16***	0.28***	0.21***	0.20***	0.18***	-0.001	1
<i>M</i>	0.48	12.36	5.72	0.48	2.01	1.99	0.26	0.24	3.64	3.19
<i>SD</i>	0.50	0.50	1.55	0.58	0.97	0.95	0.70	0.62	0.79	1.00

注: 性别: 男 = "0", 女 = "1"; * $p < 0.05$, ** $p < 0.01$, *** $p < 0.001$, 下同。

表 2 孤独感在欺凌受害与自伤关系间的中介效应分析

预测变量	T2 孤独感				T2 自伤			
	β	<i>se</i>	<i>t</i>	95% CI	β	<i>se</i>	<i>t</i>	95% CI
性别	0.08	0.03	5.35***	[0.09, 0.20]	0.05	0.02	3.69***	[0.03, 0.10]
年龄	0.01	0.03	0.59	[-0.04, 0.07]	0.001	0.02	0.08	[-0.03, 0.03]
SES	-0.09	0.01	-5.89***	[-0.07, -0.04]	0.01	0.01	0.80	[-0.01, 0.02]
T1 自伤	0.04	0.02	2.79**	[0.02, 0.10]	0.52	0.01	35.83***	[0.44, 0.49]
T1 孤独感	0.47	0.02	29.23***	[0.43, 0.49]	-0.002	0.01	-0.14	[-0.02, 0.02]
T1 欺凌受害	0.09	0.03	5.85***	[0.10, 0.20]	0.04	0.02	2.47*	[0.01, 0.07]
T2 孤独感					0.19	0.01	11.90***	[0.10, 0.15]
R^2			0.31				0.35	
<i>F</i>			265.76				310.68	

表 3 认知重评对孤独感中介作用的调节效应分析

预测变量	T2 孤独感				T2 自伤			
	β	<i>se</i>	<i>t</i>	95% CI	β	<i>se</i>	<i>t</i>	95% CI
性别	0.14	0.03	5.26***	[0.09, 0.20]	0.06	0.02	3.83***	[0.03, 0.10]
年龄	0.02	0.03	0.55	[-0.04, 0.07]	0.002	0.02	0.13	[-0.03, 0.04]
主观 SES	-0.05	0.01	-5.58***	[-0.07, -0.03]	0.004	0.01	0.68	[-0.01, 0.02]
T1 孤独感	0.45	0.02	28.21***	[0.42, 0.48]	-0.002	0.01	-0.15	[-0.02, 0.02]
T1 自伤	0.06	0.02	2.62**	[0.01, 0.10]	0.46	0.01	35.37***	[0.43, 0.48]
T1 欺凌受害	0.15	0.03	5.94***	[0.10, 0.21]	0.04	0.02	2.59*	[0.01, 0.07]
T1 认知重评	-0.04	0.02	-2.46*	[-0.08, -0.01]	-0.001	0.01	-0.51	[-0.03, 0.02]
T1 欺凌受害 * T1 认知重评	0.05	0.03	1.69	[-0.01, 0.10]	0.03	0.02	1.49	[-0.01, 0.06]
T2 孤独感 * T1 认知重评					-0.05	0.01	-4.44***	[-0.07, -0.03]
R^2			0.32				0.38	
<i>F</i>			200.77				211.09	

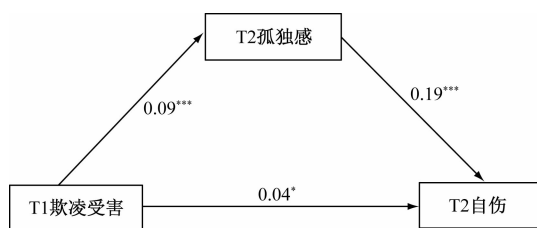


图 2 孤独感在欺凌受害与自伤纵向关系中的中介作用模型图

3.4 有调节的中介作用

3.4.1 认知重评的调节效应

在控制 T1 孤独感、T1 自伤、年龄、性别和主观社会经济地位等变量后,进一步采用 Process 插件中的 Model 59 进行有调节的中介模型检验,以探究 T1 认知重评是否在 T1 欺凌受害对 T2 自伤影响的直接路径以及和孤独感的中介作用路径中起调节作用。

研究结果表明(表 3),认知重评与孤独感的交互项对青少年自伤的预测作用显著($\beta = -0.05, p < 0.001$),即认知重评在孤独感与自伤关系中的调节效应显著。但是认知重评与欺凌受害的交互项对孤独感作用不显著($\beta = 0.05, p > 0.05$),欺凌受害与认知重评的交互项对青少年自伤的作用也不显著($\beta = 0.03, p > 0.05$),因此认知重评未在欺凌受害与自伤纵向关系的直接路径起到调节作用,同时也未在欺凌受害与孤独感的前半段中介路径中起调节作用。综上所述,认知重评只调节了从孤独感与自伤的关系路径。

为了进一步检验认知重评在孤独感与自伤纵向关系中的调节效应,本研究分别对高认知重评采用高低分组进行简单斜率分析,高分组是用平均值加

上一个标准差($M + 1SD$),低分组为平均值减一个标准差($M - 1SD$)。结果如图 3 所示,无论对于高、低水平认知重评的个体,孤独感对青少年自伤的预测作用均是显著的,但对于认知重评水平较低的青少年而言,孤独感对自伤的预测作用相对较大($t = 12.25, p < 0.001$),而认知重评水平较高的青少年而言,孤独感对自伤的预测作用相对较小($t = 5.62, p < 0.001$),这表明,当个体的认知重评水平较高时,能够在孤独感与自伤之间的正向关系中发挥缓冲作用。

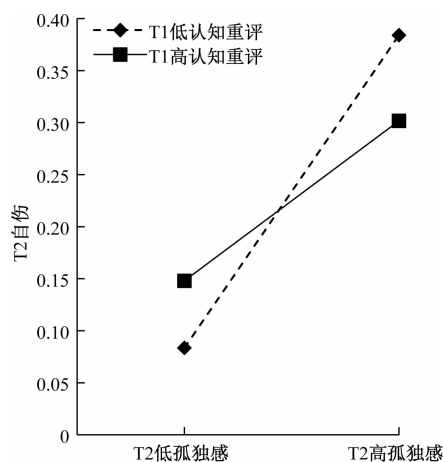


图 3 T1 认知重评对 T2 孤独感与 T2 自伤关系的调节作用

3.4.2 表达抑制的调节效应

同样在控制 T1 孤独感、T1 自伤、年龄、性别和主观社会经济地位等变量后,进一步采用 Process 插件中的 Model 59 进行有调节的中介模型检验,以探究 T1 表达抑制是否在 T1 欺凌受害对 T2 自伤影响的直接路径以及孤独感的中介作用路径中起调节作用。

表 4 表达抑制对孤独感中介作用的调节效应分析

预测变量	T2 孤独感				T2 自伤			
	β	<i>se</i>	<i>t</i>	95% CI	β	<i>se</i>	<i>t</i>	95% CI
性别	0.14	0.03	5.30***	[0.09, 0.20]	0.06	0.02	3.55**	[0.03, 0.09]
年龄	0.01	0.03	0.53	[-0.04, 0.07]	0.002	0.02	0.09	[-0.03, 0.03]
SES	-0.05	0.02	-5.91***	[-0.07, -0.04]	0.004	0.01	0.77	[-0.01, 0.02]
T1 孤独感	0.44	0.02	27.87***	[0.41, 0.48]	-0.01	0.01	-0.46	[-0.03, 0.02]
T1 自伤	0.05	0.02	2.32*	[0.01, 0.09]	0.45	0.01	35.00***	[0.43, 0.49]
T1 欺凌受害	0.15	0.03	5.67***	[0.10, 0.20]	0.03	0.02	1.85	[-0.002, 0.06]
T2 孤独感					0.12	0.01	11.43***	[0.10, 0.14]
T1 表达抑制	0.05	0.01	3.80***	[0.03, 0.08]	0.02	0.01	2.19*	[0.002, 0.04]
T1 欺凌受害 * T1 表达抑制	-0.001	0.02	-0.02	[-0.04, 0.04]	0.04	0.01	3.14**	[0.02, 0.07]
T2 孤独感 * T1 表达抑制					0.03	0.01	2.70**	[0.01, 0.04]
R^2			0.31				0.38	
F			201.85				212.39	

模型检验结果如表 4 所示,欺凌受害和表达抑制的交互项对青少年孤独感的预测作用不显著($\beta = -0.001, p > 0.05$),这表明表达抑制未能调节欺凌受害与孤独感之间的纵向关系。然而,孤独感和表达抑制的交互项对青少年自伤的预测作用显著($\beta = 0.03, p < 0.01$),即表达抑制在孤独感与自伤之间的关系中起调节作用。同时,欺凌受害和表达抑制的交互项对青少年自伤的预测作用也显著($\beta = 0.04, p < 0.01$),表明表达抑制也调节了欺凌受害与自伤之间的关系。综上所述,表达抑制调节了欺凌受害与自伤纵向关系的直接路径和孤独感中介作用的后半段路径。

为进一步探究表达抑制的调节效应,本研究分别对高表达抑制水平组和低表达抑制水平组进行简单斜率分析,高分组是用平均值加上一个标准差($M + 1SD$),低分组为平均值减一个标准差($M - 1SD$)。结果如图 4 所示。表达抑制水平较低的青少年,欺凌受害对自伤的预测作用并不显著,而表达抑制水平较高的青少年,欺凌受害对自伤的预测作用显著且较大($t = 3.73, p < 0.001$)。说明随着表达抑制水平的提高,青少年欺凌受害对其自伤行为的预测作用增大。

不同表达抑制水平对孤独感预测自伤的简单斜率分析如图 5 所示,表达抑制水平较低的青少年,孤独感对自伤的预测作用较小($t = 6.57, p < 0.001$),而表达抑制水平较高的青少年,孤独感对自伤的预测作用较大($t = 11.04, p < 0.001$)。说明随着表达抑制水平的提高,青少年孤独感与自伤的关联增大。

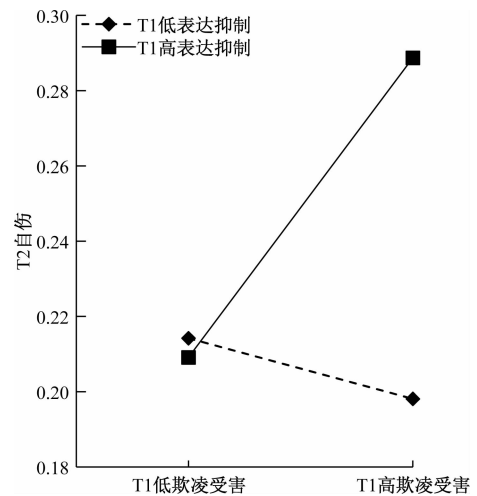


图 4 T1 表达抑制对 T1 欺凌受害与 T2 自伤关系的调节作用

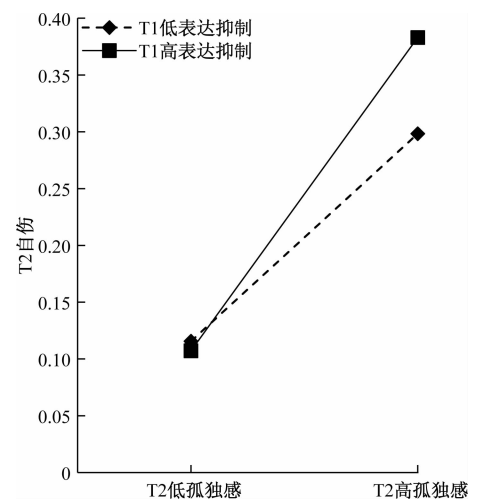


图 5 T1 表达抑制对 T2 孤独感与 T2 自伤关系的调节作用

4 讨论

本研究通过构建有调节的中介模型,探讨了青少年欺凌受害与自伤行为之间的纵向关系,并考察了孤独感的中介作用与情绪调节策略的调节作用。研究不仅丰富了青少年欺凌受害与自伤纵向关系的成果,同时还揭示了这一关系的内部机制,有助于深入认识孤独感、不同的情绪调节策略在欺凌受害与自伤行为的纵向关联中的作用。研究成果为探索欺凌受害对青少年的长期影响提供了更全面的研究视角,并为制定针对性的干预措施提供了依据。通过提升个体的社会支持系统、培养其积极有效的情绪调节能力,可以减轻欺凌受害对个体的负面影响,促进青少年的身心健康发展。

4.1 青少年欺凌受害对自伤的影响

本研究发现,青少年欺凌受害与自伤行为之间存在显著的纵向关联。这一结果与 Van (2015) 等人的研究结果一致,青少年经历欺凌受害的时间越长、程度越严重,其自伤行为的风险也越高 (Garisch & Wilson, 2015)。此外,长期追踪研究也发现,童年时期遭受欺凌可能通过多种途径增加青春期后期自伤的风险 (Lereya et al., 2013)。因此欺凌受害是青少年自伤行为的主要风险因素,并且随着时间的延续,青少年可能会将自伤行为作为管理创伤经历和情绪困扰的一种手段,从而形成应对欺凌情境的不良适应机制 (高月红 等, 2023)。当个体经历欺凌受害时,他们常常面临由不良情绪反应引发的压力和心理创伤。缺乏人际支持和心理资源的青少年更可能通过自伤行为来缓解这种压力。随着时间的推移,而青少年一旦习得这样的行为模式,便会具有负向强化作用,使得他们在面对相似情境时更倾向于重复使用自伤行为。由于青少年身心发展尚不成熟,情绪调节能力欠缺,往往应对欺凌情境的能力较弱,因此,学校、教师和家长应该重视欺凌现象的预防、识别与干预。具体来说,欺凌预防应纳入学校的常规教育活动中,通过专题活动、融入课程教学等方式,对青少年进行反欺凌教育。此外,针对受到欺凌的青少年,重视他们的心理感受,并为其提供处理欺凌的方法与途径,及时开展心理干预,以降低自伤行为的发生。

4.2 孤独感的中介作用

本研究发现,孤独感在青少年欺凌受害与青少年自伤的纵向关联中起部分中介作用,这与 Brewer 和 Kerslake (2015) 的研究结果一致。欺凌受害往往伴随着同伴排斥、难以获得社会支持,因此受欺凌者

更易产生孤独感 (Nicolaisen & Thorsen, 2014), Storch 等人 (2003) 的研究也发现被欺凌的学生往往表现出内向、自闭和孤独的倾向。这可能是由于欺凌行为破坏了他们与同龄人之间的联系,使他们难以融入社交环境、进而导致孤独感与归属感的缺乏。同时,孤独感会提高个体对疼痛的耐受度和对自我伤害行为的容忍度,从而间接增加了自伤行为的发生率。即当个体感到极度孤独时,自伤行为可能被视为一种减轻内心痛苦的途径,使得他们更容易选择自我伤害来缓解情感困扰 (何强 等, 2023)。

综上,欺凌行为会对青少年的心理与行为方式产生持久的不良影响,在青少年校园欺凌的干预中,不仅需要教会欺凌受害者积极有效的欺凌应对策略,提升其社会交往技能,还要构建同伴关系、家庭支持、良好的班级氛围等全方位的欺凌防护网络。教师在日常班级管理工作中,要及时了解班级人际关系的动态变化,关注融入困难的青少年。针对欺凌受害的青少年,首先,应该增加其社会支持网络,降低其孤独感、被排斥等消极情绪。其次,通过个别辅导,团体活动等方式来提升其人际交往技巧,引导其采用积极的认知策略和问题解决方法来应对欺凌事件,降低他们采用自伤行为等不适应应对方式的风险。

4.3 认知重评的调节作用

本研究发现,认知重评在孤独感对青少年自伤行为的影响中起负向调节作用。这与以往研究相一致,即认知重评能够通过积极认知,有效调节青少年的孤独感,促进其情绪调节及心理健康发展 (王振宏, 郭德俊, 2003; 王敬欣 等, 2015),降低自伤等不良应对方式。相较于认知重评水平低的个体,认知重评水平高的青少年能够更有效地调节孤独感与自伤的关系。在面临孤独感等负面情绪时,认知重评水平较高的青少年,更有可能通过改变对引发孤独感情境的认知、改变消极的思维方式、激发积极思维方式与积极情绪等方式来降低孤独感与自伤的关系,即认知重评能够在孤独感与自伤行为之间发挥缓冲与保护作用。因此,认知重评是一项有效的应对不良情绪的策略,在反欺凌教育中,应该注重培养学生认知重评等积极的情绪调节策略,从而有效降低学生因孤独感等负面情绪而采取自伤行为的风险。

但认知重评未在青少年欺凌受害与青少年自伤行为的纵向关联,以及青少年欺凌受害与孤独感的关系中起到调节作用。首先,被欺凌的青少年可能已经深受情绪困扰,他们的自尊心和自信心已经受到了严重的打击。在这种情况下,简单地进行认知

重评可能无法帮助他们控制情绪和恢复自信,因为他们需要更多的情感支持和安全感(边玉芳, 2017)。其次,认知重评可能无法解决欺凌问题本身。如果欺凌者没有得到有效的约束和惩罚,那么青少年仍然会处于危险之中,即使他们可以采取积极的认知策略来调整对待欺凌事件的看法,但鉴于校园欺凌重复且长期的特性,受害者没有足够的时间和能力独自运用认知重评策略进行多次且有效的自我调节。最后,遭受欺凌的青少年可能需要更多的支持和干预,包括家庭、学校和社区的支持和介入(王海涛等, 2017)。除了认知重评之外,心理咨询、社交技能培训、情感支持和安全措施等都是帮助这些青少年应对欺凌事件的重要工具。

4.4 表达抑制的调节作用

本研究发现,表达抑制能够显著调节青少年欺凌受害与青少年自伤行为纵向关联的直接效应和孤独感中介效应的后半路径,研究结果部分验证了研究假设。在欺凌受害预测自伤的直接路径中,表达抑制能够正向调节欺凌受害对自伤的作用,进一步进行简单斜率检验后发现,表达抑制水平较高的青少年,欺凌受害对自伤的预测作用显著,而表达抑制水平较低的青少年,欺凌受害对自伤的预测作用不显著。也就是说,与表达抑制水平低的青少年相比,表达抑制水平高的个体在经历欺凌受害后产生自伤行为的风险显著增加。研究结果进一步验证了自伤的情绪干预模型(Gross, 2003),即采用抑制情绪表达与行为反应的方式,非但无法达到调整情境认知的目的,还会增加青少年的自伤风险。

表达抑制能够正向调节孤独感对自伤的作用,即表达抑制调节了中介效应的后半段路径。进一步进行简单斜率检验后发现,表达抑制水平较低的青少年,孤独对自伤的预测作用较小,而表达抑制水平较高的青少年,孤独感对自伤的预测作用较大。这表明,与表达抑制水平较低的青少年相比,那些更倾向于抑制情绪表达的个体,孤独感与自伤行为之间的联系更加紧密(Gu et al., 2020),在经历孤独感的情况下,这些青少年发生自伤行为的风险更高。

研究结果还显示,表达抑制未在青少年欺凌受害预测孤独感的路径中起到调节作用。可能有以下原因:首先,表达抑制作为一种反应关注策略,主要倾向于在情绪产生后进行调节,因此在负性事件引发消极情绪的过程中,其调节作用不显著。其次,表达抑制在短期内可以有效控制个体的情绪表达,使用该策略能够暂时降低负性情绪,但是却无法实现

情绪的长期管理。因此,表达抑制在具有时间间隔的纵向研究中的调节作用不显著。综上所述,表达抑制不利于青少年应对欺凌受害这一负性事件,也无法有效缓解孤独带来的负性情绪。从长期来看,对情绪的过度压抑可能还会增加个体的自伤风险。因此,在青少年欺凌干预中,应特别关注对表达抑制等消极情绪调节策略的引导,通过教授积极的认知策略与问题解决技能,可以帮助青少年更好地应对欺凌带来的负面影响,促进其心理健康与情绪调节能力的提升。

4.5 不足与展望

本研究通过纵向追踪数据探讨了欺凌受害与自伤行为之间的纵向关联,同时分析了孤独感的中介作用,以及认知重评与表达抑制的调节作用。研究结果为学生欺凌的干预提供了理论支持和实践证据。但是本研究还存在以下不足:首先,本研究采用了自我报告的方式进行数据收集。在未来的研究中,可以考虑其他形式的数据采集方式,例如父母报告、教师提名和同伴提名、实验法等多元数据来对变量间关系进行验证;其次,本研究考察了欺凌受害程度对自伤的影响,并没有考虑不同的欺凌受害群体,不同欺凌受害形式对自伤行为的影响,在将来的研究中可以更多采取个体为中心进行研究,以更全面地探求欺凌受害到自伤行为的作用机制,为更有针对性地干预提供研究支持。

5 结论

本研究得出以下结论:(1)欺凌受害与青少年自伤行为有显著的纵向关联;(2)欺凌受害会通过孤独感间接影响青少年自伤行为;(3)认知重评会在孤独感与自伤行为的关系中起保护作用,认知重评水平高的青少年,会减少孤独感引发的自伤行为;与表达抑制水平低的青少年相比,表达抑制水平高的青少年在经历欺凌受害后产生自伤行为的风险更大;同时还有可能通过加深孤独感体验而增加自伤的风险。

参考文献:

- Adler, N. E., Epel, E. S., Castellazzo, G., & Ickovics, J. R. (2000). Relationship of subjective and objective social status with psychological and physiological functioning: Preliminary data in healthy, white women. *Health Psychology, 19*(6), 586–592.
- Bakker, C., Ellemers, N., & Hass, E. (2006). How work and family can facilitate each other: Distinct types of work–family facilitation and outcomes for women and men. *Journal of Occupational Health Psychology, 11*(4), 343–356.

- Boling, M. W., Barry, C. M., Kotchick, B. A., & Lowry, J. (2011). Relations among early adolescents parent – adolescent attachment, perceived social competence, and friendship quality. *Psychological Reports, 109*(3), 819 – 841.
- Brewer, G., & Kerslake, J. (2015). Cyberbullying, self – esteem, empathy and loneliness. *Computers in Human Behavior, 48*, 255 – 260.
- Chapman, A. L., Gratz, K. L., & Brown, M. Z. (2006). Solving the puzzle of deliberate self – harm: The experiential avoidance model. *Behaviour Research and Therapy, 44*(3), 371 – 394.
- Garisch, J. A., & Wilson, M. S. (2015). Prevalence, correlates, and prospective predictors of non – suicidal self – injury among New Zealand adolescents: Cross – sectional and longitudinal survey data. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health, 9*, 28. <https://doi.org/10.1186/s13034-015-0055-6>
- Gratz, K. L. (2001). Measurement of Deliberate Self – Harm: Preliminary Data on the Deliberate Self – Harm Inventory. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment, 23*(4), 253 – 263.
- Gross, J. J. (2015). Emotion regulation: Current status and future prospects. *Psychological Inquiry, 26*(1), 1 – 26. <https://doi.org/10.1080/1047840X.2014.940781>
- Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well – being. *Journal of Personality and Social Psychology, 85*(2), 348 – 362.
- Gu, H., Ma, P., & Xia, T. (2020). Childhood emotional abuse and adolescent nonsuicidal self – injury: The mediating role of identity confusion and moderating role of rumination. *Child Abuse & Neglect, 106*, 104474. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2020.104474>
- Gullone, E., & Taffe, J. (2012). The Emotion Regulation Questionnaire for Children and Adolescents (ERQ – CA): A psychometric evaluation. *Psychological Assessment, 24*(2), 409 – 417.
- Hay, C., & Meldrum, R. (2010). Bullying Victimization and Adolescent Self – Harm: Testing Hypotheses from General Strain Theory. *Journal of Youth and Adolescence, 39*(5), 446 – 459.
- Jormann, J., & Gotlib, I. H. (2010). Emotion regulation in depression: Relation to cognitive inhibition. *Cognition and Emotion, 24*(2), 281 – 298.
- Kiekens, G., Hasking, P., Boyes, M., Claes, L., Mortier, P., Auerbach, R. P., ... Bruffaerts, R. (2018). The associations between non – suicidal self – injury and first onset suicidal thoughts and behaviors. *Journal of Affective Disorders, 239*, 171 – 179.
- Kiekens, G., Hasking, P., & Claes, L. (2018). The DSM – 5 nonsuicidal self – injury disorder among incoming college students: Prevalence and associations with 12 – month mental disorders and suicidal thoughts and behaviors. *Depress Anxiety, 35*(7), 629 – 637.
- Kushner, S. C. (2015). A Review of the Direct and Interactive Effects of Life Stressors and Dispositional Traits on Youth Psychopathology. *Child Psychiatry and Human Development, 46*(5), 810 – 819.
- Lereya, S. T., Winsper, C., Heron, J., Lewis, G., Gunnell, D., Fisher, H. L., & Wolke, D. (2013). Being Bullied During Childhood and the Prospective Pathways to Self – Harm in Late Adolescence. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry, 52*(6), 608 – 618.
- McClelland, H., Evans, J. J., Nowland, R., Ferguson, E., & O’Connor, R. C. (2020). Loneliness as a predictor of suicidal ideation and behaviour: A systematic review and meta – analysis of prospective studies. *Journal of Affective Disorders, 274*, 880 – 896.
- Nicolaisen, M., & Thorsen, K. (2014). Who are lonely? Loneliness in different age groups (18 – 81 years old), using two measures of loneliness. *The International Journal of Aging & Human Development, 78*(3), 229 – 257.
- Nock, M. K. (2010). Self – injury. *Annual Review of Clinical Psychology, 6*, 339 – 363.
- Nock, M. K., Holmberg, E. B., Photos, V. I., & Michel, B. D. (2007). Self – Injurious Thoughts and Behaviors Interview: Development, reliability, and validity in an adolescent sample. *Psychological Assessment, 19*(3), 309 – 317.
- Olweus, D. (Ed.). (1993). *Bullying at school: What we know and what we can do*. John Wiley & Sons, Incorporated.
- Ran, H., Cai, L., He, X., Jiang, L., Wang, T., Yang, R., ... Xiao, Y. (2020). Resilience mediates the association between school bullying victimization and self – harm in Chinese adolescents. *Journal of Affective Disorders, 277*, 115 – 120.
- Storch, E. A., Brassard, M. R., & Masia – Warner, C. (2003). The relationship of peer victimization to social anxiety and loneliness in adolescence. *Child Study Journal, 33*(1), 1 – 18.
- Taylor, S. E., & Broffman, J. I. (2011). Psychosocial resources: Functions, origins, and links to mental and physical health. *Advances in Experimental Social Psychology, 44*, 1 – 57.
- van Geel, M., Goemans, A., & Vedder, P. (2015). A meta – analysis on the relation between peer victimization and adolescent non – suicidal self – injury. *Psychiatry Research, 230*(2), 364 – 368.
- Vieira, A. I., Moreira, C., Rodrigues, T., Brandão, I., Timóteo, S., Nunes, P., & Gonçalves, S. (2021). Nonsuicidal self – injury, difficulties in emotion regulation, negative urgency, and childhood invalidation: A study with outpatients with eating disorders. *Journal of Clinical Psychology, 77*(3), 607 – 628.
- Voon, D., & Hasking, P. (2014). Change in emotion regulation strategy use and its impact on adolescent nonsuicidal self – injury: A three – year longitudinal analysis using latent growth modeling. *Journal of Abnormal Psychology, 123*(3), 487 – 498.
- Wang, Q., Wang, H., & Liu, X. (2020). Loneliness, non – suicidal self – injury, and friendship quality among Chinese left – behind adolescents: The role of parent – child cohesion. *Journal of Affect Disord, 271*, 193 – 200.
- You, J., Lin, M. P., & Leung, F. (2013). Functions of nonsuicidal self – injury among Chinese community adolescents. *Journal of Adolescence, 36*(4), 737 – 745.
- Zhou, Q., Fan, L., & Yin, Z. (2018). Association between family socioeconomic status and depressive symptoms among Chinese adolescents: Evidence from a national household survey. *Psychiatry Research, 259*, 81 – 88.
- Zhu, J., Chen, Y., Su, B., & Zhang, W. (2021). Anxiety symptoms mediates the influence of cybervictimization on adolescent non –

- suicidal self-injury: The moderating effect of self-control. *Journal of Affective Disorders*, 285, 144-151.
- 白荣, 高叶森, 李金文, 刘霞. (2023). 远近端人际压力与 FKBP5 基因对青少年自伤行为的联合影响: 基于发展的视角. *心理学报*, 55(09), 1477-1488.
- 边玉芳. (2017). 如何帮助孩子应对校园欺凌. *中国德育*, 4, 35-39.
- 陈亮, 刘文, 张雪. (2016). 儿童青少年情绪调节问卷在中高年级小学生中的初步修订. *中国临床心理学杂志*, 24(2), 259-263.
- 丁寒琴, 杨帆, 何夏君. (2021). 情绪调节策略对抑郁障碍青少年非自杀性自伤行为的影响. *护理学杂志*, 36(8), 62-65.
- 范兴华, 方晓义, 赵纤, 陈锋菊. (2023). 留守儿童家庭处境不利累积风险与社会适应: 压力的中介作用与心理社会资源的调节作用. *心理学报*, 55(08), 1270-1284.
- 高月红, 徐旭娟, 陈芸, 丁雅琴, 戴伟华, 施佳佳, 缪海燕. (2023). 青少年抑郁症患者非自杀性自伤心理体验的质性研究. *护理学杂志*, 38(14), 91-95.
- 顾红磊, 黄佳, 李家成. (2025). 同一性混乱与青少年自伤的关系: 疏离感的中介作用和情绪调节困难的调节作用. *心理发展与教育*, 41(1), 126-134.
- 何强, 王康程, 杨楹, 刘树苗, 蒋忠良, 汪芷伊, 刘金同. (2023). 青少年抑郁症患者非自杀性自伤行为与功能及其相关因素. *中国心理卫生杂志*, 37(01), 41-46.
- 李晓巍, 邹泓, 刘艳. (2014). 孤独感量表在中学生群体中的初步修订. *中国临床心理学杂志*, 22(4), 731-733+760.
- 宋枝璜, 郭磊, 郑天鹏. (2022). 认知诊断缺失数据处理方法的比较: 零替换、多重插补与极大似然估计法. *心理学报*, 54(04), 426-444.
- 汤丹丹, 温忠麟. (2020). 共同方法偏差检验: 问题与建议. *心理科学*, 43(01), 215-223.
- 唐寒梅, 陈小龙, 卢飞腾, 傅燕艳, 胡旺, 詹文韵, 黄鹏. (2018). 欺凌行为与青少年非自杀性自伤关系的 Meta 分析. *中国循证医学杂志*, 18(7), 707-714.
- 唐杰, 徐高阳, 郑毅. (2023). 青少年非自杀性自伤行为与负性生活事件的关系. *中国心理卫生杂志*, 37(01), 35-40.
- 田雨馨, 周宵, 伍新春, 曾旻. (2016). 创伤后应激障碍对创伤后成长的影响: 情绪调节策略的调节作用. *中国临床心理学杂志*, 24(3), 480-483+479.
- 王振宏, 郭德俊. (2003). Gross 情绪调节过程与策略研究述评. *心理科学进展*, (06), 629-634.
- 王敬欣, 王春梅, 谢芳, 常敏, 张阔. (2015). 负性情绪调节中认知重评和分心策略的作用: ERPs 研究. *心理科学*, 38(5), 1039-1044.
- 王海涛, 王宇, 董玉雪, 项紫霓, 李刚生, 于晓丹, ... 刘文娟. (2017). 受欺负学生的心理韧性 with 学业水平的关系研究. *教育学报*, 13(6), 77-82.
- 王玉龙, 陈慧玲, 袁燕. (2020). 社会排斥对青少年自伤的影响: 羞耻感的中介和认知重评的调节. *心理科学*, 43(2), 333-339.
- 徐涛, 张天成, 张福兰, 周县委. (2021). 中国青少年自伤行为影响因素的 meta 分析. *现代预防医学*, 48(04), 706-709+713.
- 游晓锋, 杨建芹, 秦春影, 刘红云. (2023). 认知诊断测评中缺失数据的处理: 随机森林阈值插补法. *心理学报*, 55(07), 1192-1206.
- 张少华, 桑标, 刘影, 潘婷婷. (2020). 不同抑郁症状青少年日常情绪调节策略使用的差异. *心理科学*, 43(06), 1296-1303.
- 张文新, 武建芬. (1999). Olweus 儿童欺负问卷中文版的修订. *心理发展与教育*, 15(2), 7-11+37.
- 赵天新, 钟意娟, 魏莹娟, 苏艳丽, 党云皓, 吴限亮. (2021). 非自杀性自伤青少年的情绪调节策略和家庭功能研究. *中国儿童保健杂志*, 29(9), 946-950.

Effects of Bullying Victimization on NSSI in Early Adolescent: The Role of Loneliness and Emotion Regulation Strategies

YANG Shuyun¹ LI Zihan² REN Ping^{3,4}

(1. Zhengzhou Normal University, Zhengzhou 450044; 2. Shenzhen Pingshan Experimental School of Northeast Normal University, Shenzhen 518118; 3. Collaborative Innovation Center of Assessment toward Basic Education Quality, Beijing Normal University, Beijing 100875; 4. State Key Laboratory of Cognitive Neuroscience and Learning, Beijing Normal University, Beijing 100875)

Abstract: To investigate effects of bullying victimization on NSSI, the mediating effect of loneliness and the moderating effect of emotion regulation strategies, a sample of 3502 middle school students was followed up for six months and examined for two waves. The results showed that: (1) Bullying victims positively predicted NSSI; (2) Loneliness mediated the relationship between bullying victimization and NSSI; (3) Cognitive reappraisal significantly moderated the effect of loneliness on NSSI; Expressive suppression significantly moderates the direct pathway of bullying victimization and the mediated pathway of loneliness on NSSI. This result suggests that: The exclusion and isolation caused by bullying will produce loneliness, which further increases the risk of adolescents' self-injury. It is necessary to reduce bullying victimization and loneliness, develop positive emotion regulation strategies and improve mental health.

Key words: bullying victimization; non-suicidal self-injury; loneliness; emotion regulation strategies; early adolescent