

· 临床与咨询 ·

# 自尊、体验回避和抑郁在自杀意念形成中的作用\*

刘慧瀛 王婉\*\*

(郑州大学教育学院, 郑州, 450001)

**摘要** 使用自尊量表、接受和行动问卷、症状自评量表和贝克抑郁自评问卷对河南省某高校 778 名本科生和研究生进行问卷调查, 探讨自尊、体验回避和抑郁在自杀意念形成中的作用。结果显示: (1) 保护性因素自尊能够负向预测自杀意念。自尊水平越高, 个体的自杀意念水平越低; (2) 抑郁中介了风险性因素体验回避对自杀意念的影响作用。体验回避程度越高, 抑郁程度越高, 相应的自杀意念水平越高; (3) 保护性因素自尊可以缓冲风险因素体验回避和抑郁对自杀意念的作用。保护性因素自尊能够负向预测体验回避和抑郁, 既自尊水平越高, 体验回避和抑郁倾向越弱。保护性因素自尊通过抑制风险性因素来缓冲其对自杀意念的作用。

**关键词** 自杀意念 自尊 体验回避 抑郁

## 1 引言

自杀作为公众广泛关注的公共卫生和社会问题, 对社会和人身安全危害极大。世界范围内每年约有 100 万人死于自杀, 我国每年自杀死亡人数居世界第一, 占世界自杀死亡人数的 42%, 自杀致死也是我国第 5 位死亡原因 (宋剑锋, 卢祖洵, 2008)。自杀意念形成于自杀行为之前, 是自杀死亡者和自杀未遂者早期的心理活动, 表现为有结束自己生命的想法甚至有具体的自杀安排和计划, 虽然自杀意念并不必然导致自杀死亡, 但它却是自杀死亡的强危险因素 (Nordström, Samuelsson, & Åsberg, 1995)。对自杀意念的干预是预防自杀死亡的重要手段, 因而探究自杀意念及其影响因素意义重大。

根据应激-易感模型, 影响自杀意念的因素主要分为两类, 一类是保护性因素, 如社会支持、心理弹性、良好的校园氛围等因素。保护性因素能够帮助个体采取合理的策略应对负性事件, 调节压力事件带来的负性情绪; 另一类是风险性因素, 如焦虑、抑郁、反刍思维和体验回避等。已有关于焦虑和抑郁这些风险性因素的研究表明, 风险性因素会增强自杀意念 (王艳辉, 张卫, 李董平, 李丹黎, 张晓丽, 2012)。自尊是个体心理健康的保护性因素, 它是一种稳定的自我情感, 具有社会适应功能, 并影响个体的认知模式和行为方式。已有研究表明, 自尊与心理健康关系密切, 相对于低自尊个体, 自尊水平高的个体焦虑、抑郁等负性情绪较少, 自杀意念

也较低, 自尊对焦虑和抑郁情绪以及自杀意念起缓冲作用 (邓慧华, 陈慧, 钟萍, 唐鑫, 梁宗保, 2013; 杨雪等, 2013; 张向葵, 田录梅, 2005)。虽然自尊是自我的核心, 是心理健康的重要指标, 但已有研究并没有直接考察自尊作为一个保护性因素对自杀意念的作用, 而是更多地将自尊作为一个中介变量来考察其对自杀意念的影响作用 (Evans, Hawton, & Rodham, 2004; Rodham, Hawton, & Evans, 2004)。在本研究研究中, 我们直接考察保护性因素自尊对自杀意念的影响作用, 我们假设自尊能够负向预测个体的自杀意念。

保护性因素对自杀意念具有缓冲作用, 而风险性因素则会进一步强化自杀意念, 增加自杀行为发生的概率。已有关于影响自杀意念的风险性因素主要集中在反刍思维 (来水木, 韩秀, 杨宏飞, 2009; 刘旺, 田丽丽, 2013; 王妍, 胡金生, 李松泽, 2016)、抑郁 (Beck, Steer, Beck, & Newman, 1993; Gupta & Gupta, 1998; Kaltiala-Heino, Rimpelä, Marttunen, Rimpelä, & Rantanen, 1999)、焦虑 (Sareen, Cox, et al., 2005; Sareen, Houlahan, Cox, & Asmundson, 2005) 等。体验回避 (experiential avoidance) 则是指个体努力压抑、否认甚至扭曲自己的思维和情绪, 它同样是一种不良的应对方式和反应风格。Hayes 等人提出了体验回避模型, 认为体验回避的个体抗拒接触或试图消除特定的、不想要的个人体验, 并采取策略试图改变这些体验以及产生这些体验的情境的频率

\* 本研究得到国家社会科学基金项目 (16BSK107) 的资助。

\*\* 通讯作者: 王婉。E-mail: wangwan0110@sina.com

DOI:10.16719/j.cnki.1671-6981.20170633

与形式 (Hayes, 2004; Hayes, Wilson, Gifford, Follette, & Strosahl, 1996)。体验回避的个体消极地评价不想要的个人体验,并对内部体验进行抑制,这反而会增加这些个人体验出现的频率和强度,因此,抑制和回避强化了个体对自己内部体验的联结,使个体陷入负性情绪的循环(李伟,李坤,任育红,牟德军,2016; Zhang, Chung, Si, & Liu, 2014)。相对于消极情绪和事件本身,回避和抑制体验更能导致个体的心理问题,体验回避是负性情绪的心理易感因素(Kashdan, Barrios, Forsyth, & Steger, 2006)。虽然体验回避是一个重要的风险性因素,但目前未有研究关注体验回避对自杀意念的作用。有研究表明,体验回避与抑郁情绪显著正相关,会导致个体抑郁情绪的增加(李伟等,2016; Hayes, Luoma, Bond, Masuda, & Lillis, 2006);而国内外大量研究表明,抑郁是导致自杀意念产生以及最终实施自杀行为的关键因素(Beck et al., 1993; Gupta & Gupta, 1998)。因此我们假设,个体的体验回避能够正向预测抑郁情绪,基于抑郁对自杀意念的正向预测作用,我们进一步假设体验回避通过抑郁的中介作用影响自杀意念。

以往研究分别探讨了保护性因素和风险性因素对自杀意念的调节作用,但自杀意念显然不是受影响于单一的保护性因素或风险性因素,而是由多种因素共同作用来调节的。自尊作为心理图式的重要组成部分,反应了个体对自己的肯定或者否定的态度评价,表明个体多大程度相信自己是能力和有价值的,在个体面对社会刺激时有重要的调节作用。但作为一个重要的保护性因素,自尊是否能够通过抑制风险性因素(如体验回避和抑郁)而缓冲它们对自杀意念的促进作用?一般认为,保护性因素可以减轻或削弱风险因子的负性影响(王艳辉等,2012)。因此我们假设,保护性因素自尊会对风险性因素体验回避和抑郁有一个负向预测作用,自尊越高,体验回避和抑郁水平越低,自杀意念越弱。

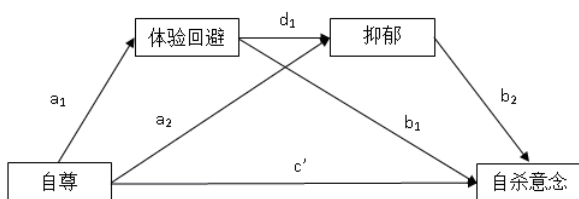


图1 假设模型

总的来说,本研究试图用过问卷调查和合适的统计分析,解决三个问题(见图1):(1)自尊作

为一个重要的保护性因素是否可以负向预测自杀意念(路径c'是否显著)?(2)体验回避作为风险性因素是否能够通过抑郁对自杀意念有正向的预测作用(路径d1b2b1是否显著)?(3)保护性因素自尊是否可以通过抑制风险性因素体验回避和抑郁来缓冲风险性因素对自杀意念的作用(路径a1和a2)?综上,本研究旨在探讨保护性因素自尊、风险性因素体验回避、抑郁在自杀意念形成中的作用,以期自杀行为的预防提供有效的理论支持。

## 2 研究方法

### 2.1 被试

采用简单随机抽样的方法,以河南省某高校大学生和研究生为被试,进行问卷调查,共发放问卷865份,回收问卷840份,剔除无效问卷后得到有效问卷778份,问卷有效率92.6%。其中,男生358人(46.0%),女生420人(54.0%)。

### 2.2 研究工具

#### 2.2.2 接受和行动问卷(AAQ)

采用由Zhang等人(2014)修订的接受与行动问卷,该问卷用于测量个体的体验回避水平,共七个条目,七点计分,1表示“绝对不正确”,7表示“总是正确”,分数越高表示体验回避水平越高。本研究中的Cronbach  $\alpha$  系数为.72。

#### 2.2.3 自尊量表(SES)

采用Rosenberg编制自尊量表(汪向东,王希林,马弘,1999),包括10个条目,4点计分,其中6个条目反向计分,分数越高表示自尊水平越高。在本研究中该量表 $\alpha$ 系数为.81。

#### 2.2.4 症状自评量表(SCL-90)

该量表由90个项目组成,包括10个因子,从1(无)~5(严重)5点计分,得分越高表示问题越严重。该量表各症状效度系数在.77~.99之间,评定结果有较高的信度和效度。本研究选用该问卷的抑郁分量表,该分量表在本研究中 $\alpha$ 系数为.91。

#### 2.2.5 自杀意念(Suicide Idea, SI)

采用贝克抑郁自评问卷(BDI)中“自杀想法”条目,该条目能够有效反应个体怀有的自杀意念情况(Sun, Hui, & Watkins, 2006),根据严重程度4级评分,1表示“没有任何自杀的想法”,2表示“有自杀的念头但不会真去自杀”,3表示“很想自杀”,4表示“如果有机会就会自杀”。

### 2.3 统计分析

运用 SPSS 21.0 对数据进行描述统计、相关分析、回归分析等；采用 bootstrap 方法（设定为 1000 次），在 Mplus 软件环境下对多重中介模型进行检验。

### 3 结果

#### 3.1 共同方法偏差检验

本研究数据来自自我报告，采用 Harman 单因素检验法进行共同方法偏差检验，结果显示，22 个因子特征根值大于 1，且第一个因子解释的变异量为 34.12%（<40%），表明本研究的共同方法偏差问题并不严重，数据质量可以接受。

#### 3.2 各变量之间的相关分析

表 1 各变量的相关分析

变量	M	SD	1	2	3	4
1、体验回避	21.29	7.08	--			
3、抑郁	1.42	.55	.51**	.67**	--	
4、自尊	30.39	4.28	-.33**	-.46**	-.53**	--
5、自杀意念	.11	.38	.11**	.33**	.40**	-.32**

注：\* $p < .05$ ，\*\* $p < .01$ ，下同。

运用 Pearson 相关分析方法对各变量进行相关分析（见表 1），结果显示，体验回避、抑郁与自杀意念两两之间均呈显著正相关；自尊与体验回避、抑郁、自杀意念间呈显著负相关。

#### 3.3 多重中介效应的结构方程模型（SEM）分析

对年龄和性别等基本人口统计变量进行了控制。结果显示，年龄对自杀意念效应不显著，这也可能与大学生人群年龄段较为集中有关；性别对自杀意念效应显著， $t = -2.160$ ， $p < .05$ ，女性的自杀意念得分显著高于男性。在此基础上，对模型的拟合程度进行了检验。MPLUS 软件得到的模型拟合结果是  $\chi^2 = 10.49$ ，自由度  $df = 4$ ， $\chi^2/df = 2.62$ ，CFI = .99，TLI = .97，RMSEA = .046，模型拟合程度良好。偏差校正的 Bootstrap 方法对并行多重中介效应（见图 2）的分析结果见表 2。结合图和表可知，自尊对自杀意念的直接效应在 .05 水平上显著（标准化路径

系数为 -.110），直接效应占总效应的 36% 左右。在自尊对自身意念的间接效应中，有三条路径：一是 a1b1，这条路径中，自尊会提升自杀意念；二是 a2b2，通过抑郁的中介作用，自尊降低了自杀意念，三是 a1d1b1，自尊透过体验回避和抑郁的多重中介作用，降低了自杀意念。三条中介路径中，两负（a2b2 和 a1d1b1）一正（a1b1），相加后，总的中介效应仍然在 .001 水平上显著负向（-.018，见表 2）。

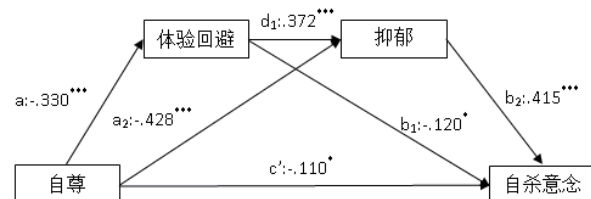


图 2 自尊 - 体验回避 - 抑郁 - 自杀意念的多重中介模型（标准化解）

注：\* 在 .05 水平上显著；\*\* 在 .01 水平上显著；\*\*\* 在 .001 水平上显著

表 2 自尊 - 体验回避 - 抑郁 - 自杀意念的多重中介效应 SEM 分析结果

	点估计	95% 界限		p 值
		下限	上限	
a1b1	.004(.002)	.001	.007	<.05
a2b2	-.017(.004)	-.024	-.010	<.001
a1d1b1	-.005(.001)	-.007	-.003	<.001
间接效应	-.018(.004)	-.026	-.010	<.001
总效应	-.028(.004)	-.037	-.020	<.001

注：括号内为标准误，Mplus 未提供标准化解

### 4 讨论

#### 4.1 自尊与自杀意念的作用

自尊能够负向预测自杀意念，具体表现为个体的自尊水平越高，自杀意念就越低；反之，个体的自尊水平越低，自杀意念也越高。自尊是心理健康的重要标志；自尊作为一种稳定的人格特质，反应

了自我对自己价值的肯定以及对他人对自己的积极评价（孟彩，2016；杨丽珠，张丽华，2003）。高自尊的个体在压力情景下倾向于采取积极的认知和行为模式应对挫折和冲突，跟所处的环境有一个良性地互动，能够更好的适应环境，因此能够抵御自杀意念这个负性的认知；而低自尊个体从环境中得到的



积极评价比较少,自我价值感较低。在与周围环境的互动中易于感受到焦虑和抑郁,面对压力事件更倾向于采用消极的认知模式,更容易产生自杀意念。自尊对自杀意念的负向预测作用跟以往关于自尊预测心理健康的研究一致(徐凯,2016;张向葵,田录梅,2005)。张向葵和田录梅(2005)研究表明,相对于低自尊个体,高自尊个体任务失败后产生的负性情绪(如抑郁和焦虑)显著增加。张向葵认为,自尊对负性情绪的缓冲作用源于高自尊个体主动采取各种资源和策略来保护自我,从而能够比较容易缓冲掉负性事件诱发的负性情绪,如抑郁和焦虑;低自尊个体可用的自尊资源比较少,面对压力和负性事件往往缺乏自我保护策略,更容易让自我沉浸在负性事件带来的消极情绪中(张向葵,田录梅,2005)。

#### 4.2 体验回避对自杀意念的作用

抑郁中介了体验回避对自杀意念的作用,具体表现为,体验回避正向预测抑郁情绪,抑郁情绪正向预测自杀意念。体验回避作为一种心理应对策略,是指个体消耗大量认知资源来抑制或者逃离一些不想要的体验(Hayes et al., 1996, 2004)。对已经发生且无法改变的事件所带来体验的过度回避本身就是一种不良的心理应对策略(李伟,李坤,任育红,牟德军,2016)。回避本身不会消解这些负性体验,只是暂时抑制或扭曲这些不想要的体验,而且还会消耗大量的认知资源。当认知资源耗竭而无法抑制而个体又没有替代的情绪调节策略时,个体应对策略的缺失导致先前被抑制的负性体验会重新侵入个体的大脑,诱发个体的无助感并产生抑郁情绪(Hayes et al., 1996)。国内外大量研究表明,抑郁情绪会导致一系列的认知行为障碍,譬如自杀意念和自杀行为的实施(Beck et al., 1993; Gupta & Gupta, 1998)。个体内部体验如感觉、情绪、想法等本身并没有好坏之分,并不会导致内心冲突或心理疾病,但是对这些体验的回避需要消耗个体大量的时间和精力去管理、控制和抗争,这反而阻挡个体解决问题和达到有价值目标,造成功能损害(Hayes et al., 2004)。虽然已有研究表明,体验回避能够正向预测自伤(nonsuicidal self-injury)行为(李伟等,2016),但目前尚没有研究直接考察体验回避对自杀行为的作用。我们的研究表明,体验回避能够通过抑郁的中介作用而影响自杀意念。而自杀意念跟自杀行为有高度正相关关系(Deykin & Buka, 1994),因此本研究结果提示,我

们要积极关注有体验回避倾向的个体,帮助其发展出正确的情绪调节策略,避免自杀行为的发生。

#### 4.3 保护性因素和风险性因素对自杀意念的共同作用

已有关于自杀意念的研究要么集中在保护性因素,如自尊和社会支持对自杀意念的缓冲作用(孟彩,2016;张向葵,田录梅,2005),要么关注风险性因素,如抑郁、焦虑、反刍思维和体验回避对自杀意念的促进作用(Beck et al., 1993; Hayes et al., 1996; Sareen, Cox, et al., 2005; Surrence, Miranda, Marroquín, & Chan, 2009)。但一种因素对自杀意念的影响通常会受到其他因素的影响(王艳辉等,2012)。我们在抑郁中介体验回避和自杀意念模型的基础上,将自尊添加到模型中,检验保护性因素是否能够通过抑制风险性因素来降低风险性因素对自杀意念的促进作用。

结果发现,保护性因素自尊能够负向预测风险性因素体验回避和抑郁,也就是说,个体的自尊水平越高,体验回避和抑郁倾向越弱,自杀意念越弱;反之个体的自尊水平越低,体验回避和抑郁倾向越强,相应地导致自杀意念越强。保护性因素自尊通过抑制体验回避和抑郁,缓冲了风险性因素对自杀意念的作用。根据风险缓冲模型,自尊作为一种保护性结构,可以缓冲个体经历消极事件后负性情绪,高自尊者能充分利用自我服务策略降低压力或失败带来的痛苦,而低自尊者由于自尊资源较少,不能有效的使用自我保护策略,因而更易于产生抑郁情绪和自杀意念(张向葵,田录梅,2005)。自尊体现了个体对自我价值的积极评价(Leary & Baumeister, 2000)。相对于自尊水平低的个体,自尊水平高的个体面对压力事件能够调用更多的自尊资源来应对不想要的体验,而不仅仅是被动地回避策略,对自杀意念起到一定的缓冲作用。

本研究系统探讨了保护性因素自尊、风险性因素体验回避和抑郁对自杀意念的作用,验证了各变量对自杀意念形成的作用机制,为自杀行为的预防和干预提供了理论参考。但本研究采用问卷调查,尚不能确定变量之间的因果关系,未来研究可以结合实验法,进一步验证各变量之间的关系。再者,自尊、体验回避和抑郁对自杀意念的影响是一个复杂的系统,本研究纳入的变量并不能完全揭示自杀意念的影响因素模型,未来研究可纳入更多相关变量,构建更为系统、全面的模型。

## 5 结论

本研究得出以下结论:

(1) 保护性因素自尊能负向预测自杀意念。自尊水平越高, 个体的自杀意念水平越低。

(2) 抑郁中介了风险性因素体验回避对自杀意念的影响作用。体验回避程度越高, 抑郁程度越高, 相应的自杀意念水平越高。

(3) 保护性因素自尊可以缓冲风险因素体验回避对自杀意念的作用。自尊能够负向预测体验回避和抑郁, 自尊水平越高, 体验回避和抑郁倾向越弱; 自尊通过抑制体验回避和抑郁来缓冲风险性因素对自杀意念的作用。

## 参考文献

- 邓慧华, 陈慧, 钟萍, 唐鑫, 梁宗保. (2013). 青少年早期抑郁的自尊缓解假说的追踪研究. *心理发展与教育*, 29(2), 200-207, 213.
- 来水木, 韩秀, 杨宏飞. (2009). 国外反刍思维研究综述. *应用心理学*, 15(1), 90-96.
- 李伟, 李坤, 任育红, 牟德军. (2016). 认知情绪调节策略与自伤行为: 体验回避的中介作用. *中国健康心理学杂志*, 24(10), 1549-1552.
- 刘旺, 田丽丽. (2013). 反刍思维与自杀意念关系研究进展. *中国公共卫生*, 29(11), 1710-1712.
- 孟彩. (2016). 自尊社会支持心理韧性与自杀倾向的关系: 有调节的中介. *校园心理*, 14(5), 294-297.
- 宋剑锋, 卢祖洵. (2008). 中国人群自杀行为的研究进展. *公共卫生与预防医学*, 19(4), 49-51.
- 汪向东, 王希林, 马弘. (1999). *心理卫生评定量表手册*. 北京: 中国心理卫生杂志社.
- 王妍, 胡金生, 李松泽. (2016). 反刍思维: 抑郁研究的新视角. *中国健康心理学杂志*, 24(4), 635-640.
- 王艳辉, 张卫, 李董平, 李丹黎, 张晓丽. (2012). 青少年的气质与烟酒使用: 交互效应检验. *心理发展与教育*, 28(3), 292-300.
- 徐凯. (2016). 自尊在中学生性别角色冲突与自杀意念间的中介效应. *中国学校卫生*, 37(10), 1562-1565.
- 杨丽珠, 张丽华. (2003). 论自尊的心理意义. *心理学探新*, 23(4), 10-12.
- 杨雪, 王艳辉, 李董平, 赵力燕, 鲍振宙, 周宗奎. (2013). 校园氛围与青少年的自杀意念 / 企图: 自尊的中介作用. *心理发展与教育*, 29(5), 541-551.
- 张向葵, 田录梅. (2005). 自尊对失败后抑郁、焦虑反应的缓冲效应. *心理学报*, 37(2), 240-245.
- Beck, A. T., Steer, R. A., Beck, J. S., & Newman, C. F. (1993). Hopelessness, depression, suicidal ideation, and clinical diagnosis of depression. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 23(2), 139-145.
- Deykin, E. Y., & Buka, S. L. (1994). Suicidal ideation and attempts among chemically dependent adolescents. *American Journal of Public Health*, 84(4), 634-639.
- Evans, E., Hawton, K., & Rodham, K. (2004). Factors associated with suicidal phenomena in adolescents: A systematic review of population-based studies. *Clinical Psychology Review*, 24(8), 957-979.
- Gupta, M. A., & Gupta, A. K. (1998). Depression and suicidal ideation in dermatology patients with acne, alopecia areata, atopic dermatitis and psoriasis. *British Journal of Dermatology*, 139(5), 846-850.
- Hayes, S. C. (2004). Acceptance and commitment therapy, relational frame theory, and the third wave of behavioral and cognitive therapies. *Behavior Therapy*, 35(4), 639-665.
- Hayes, S. C., Luoma, J. B., Bond, F. W., Masuda, A., & Lillis, J. (2006). Acceptance and commitment therapy: Model, processes and outcomes. *Behaviour Research and Therapy*, 44(1), 1-25.
- Hayes, S. C., Strosahl, K., Wilson, K. G., Bisette, R. T., Pistorello, J., Toarmino, D., McCurry, S. M. (2004). Measuring experiential avoidance: A preliminary test of a working model. *Psychological Record*, 54(4), 553-578.
- Hayes, S. C., Wilson, K. G., Gifford, E. V., Follette, V. M., & Strosahl, K. (1996). Experiential avoidance and behavioral disorders: A functional dimensional approach to diagnosis and treatment. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 64(6), 1152-1168.
- Kaltiala-Heino, R., Rimpelä, M., Marttunen, M., Rimpelä, A., & Rantanen, P. (1999). Bullying, depression, and suicidal ideation in Finnish adolescents: School survey. *BMJ*, 319(7206), 348-351.
- Kashdan, T. B., Barrios, V., Forsyth, J. P., & Steger, M. F. (2006). Experiential avoidance as a generalized psychological vulnerability: Comparisons with coping and emotion regulation strategies. *Behaviour Research and Therapy*, 44(9), 1301-1320.
- Leary, M. R., & Baumeister, R. F. (2000). The nature and function of self-esteem: Sociometer theory. *Advances in Experimental Social Psychology*, 32, 1-62.
- Nordström, P., Samuelsson, M., & Åsberg, M. (1995). Survival analysis of suicide risk after attempted suicide. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 91(5), 336-340.
- Rodham, K., Hawton, K., & Evans, E. (2004). Reasons for deliberate self-harm: Comparison of self-poisoners and self-cutters in a community sample of adolescents. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 43(1), 80-87.
- Sareen, J., Cox, B. J., Afifi, T. O., de Graaf, R., Asmundson, G. J., ten Have, M., & Stein, M. B. (2005). Anxiety disorders and risk for suicidal ideation and suicide attempts: A population-based longitudinal study of adults. *Archives of General Psychiatry*, 62(11), 1249-1257.
- Sareen, J., Houlahan, T., Cox, B. J., & Asmundson, G. J. (2005). Anxiety disorders associated with suicidal ideation and suicide attempts in the National Comorbidity Survey. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 193(7), 450-454.
- Sun, R. C. F., Hui, E. K. P., & Watkins, D. (2006). Towards a model of suicidal ideation for Hong Kong Chinese adolescents. *Journal of Adolescence*, 29(2), 209-224.
- Surrence, K., Miranda, R., Marroquín, B. M., & Chan, S. (2009). Brooding and reflective rumination among suicide attempters: Cognitive vulnerability to suicidal ideation. *Behaviour Research and Therapy*, 47(9), 803-808.
- Zhang, C. Q., Chung, P. K., Si, G. Y., & Liu, J. D. (2014). Psychometric properties of the acceptance and action questionnaire-II for Chinese college students and elite Chinese athletes. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 47(4), 256-270.

# Effects of Self-Esteem, Experiential Avoidance and Depression on the Arising of Suicide Idea

Liu Huiying, Wang Wan

(College of Education, Zhengzhou University, Zhouzhou, 450001)

**Abstract** As a major public health hazard, suicide is one of the leading causes of death worldwide. Suicide idea, appearing before suicide, is the most fatal prospective indicator of committed suicide. Therefore, more and more researchers are interested in exploring the influence factors of suicide idea and how and when they have impact on it. According to the model of risk buffer, Self-esteem is an important protective factor of negative emotion and can weaken people's suicide idea, rumination and experience avoidance are risk factor that can strengthen people's suicide idea. Rumination is a kind of response style that people repetitively and passively focus their attention on depressive symptoms and the implications and consequences of this symptoms. Previous studies have demonstrated that rumination was a risk factor of mental health which could aggravate depression and lead to suicide idea. Different from rumination, experiential avoidance is a kind of unhealthy response process which involves excessive negative evaluations of unwanted private thoughts and sensations, an unwillingness to experience these private events, and deliberate efforts to control or escape from them. Previous studies found it was related to depression. In this study, we aimed at exploring the effects of self-esteem, experiential avoidance and depression on the arising of suicide idea.

A total of 778 undergraduates and postgraduates were recruited randomly for this study. Acceptance and Action Questionnaire was used to measure experiential avoidance. Self-esteem Scale was used to measure self-esteem. Depression was measured by the depression subscale extracted from the Self-reporting Inventory. Suicide idea was assessed by the ninth item from Beck Self-rating Depression Scale. All the measures were self-reported and attained good reliability and validity. SPSS 21.0 and Mplus were applied to analysis the survey data.

The results indicated that: (1)The self-esteem can negatively predict suicide idea( $\beta = -0.110, p < .001$ ). The higher the self-esteem, the weaker the suicide idea.(2)The depression moderate the relationship between experience avoidance and suicide idea. The experience avoidance can positively predict the depression( $\beta = .372, p < .001$ ), the higher the experience avoidance, the higher the depression. The depression can positively predict the suicide idea( $\beta = 0.415, p < .001$ ).The higher the depression, the higher the suicide idea.(3)The self-esteem can buffer the effect of experience avoidance on suicide idea by negatively predict the experience avoidance( $\beta = -.330, p < .001$ )and the depression( $\beta = -.428, p < .001$ ). The higher the self-esteem, the weaker the experience avoidance and the depression. In summary, the effect of self-esteem, experiential avoidance and depression on the arising of suicide idea was a complicated moderated mediation model. This model provided a systematically and profoundly interpretation about how and when self-esteem, experiential avoidance and depression impact suicide idea. On one hand, the protective factor self-esteem can negatively predict suicide idea, while the risk factor experience avoidance can affect the suicide idea through the depression. On the other hand, Self-esteem could weaken the positive effect of experience avoidance on suicide idea. This study also provided a practical implication that rational coping style and proper self-esteem were very important factors to prevent negative emotion, as well as suicide idea.

**Key words** suicide idea, self-esteem, experiential avoidance, depression