

师生关系和教师支持对青少年抑郁、自杀意念的影响

吴翠萍

宁波工程学院学生处, 浙江 宁波

收稿日期: 2024年4月16日; 录用日期: 2024年5月14日; 发布日期: 2024年5月21日

摘要

本研究依据生态系统理论, 采用大学生心理健康普查问卷以15,947名青少年(年龄 = 20.52 ± 1.72 岁)为研究对象, 分析青少年体验到的师生关系和教师支持水平对抑郁、自杀意念的影响。结果显示: 1) 青少年抑郁和自杀意念在性别变量上差异显著, 即男生相较于女生具有更高的抑郁程度和自杀意念检出率。2) 师生关系、教师支持、抑郁和自杀意念两两之间具有显著相关性。3) 师生关系、教师支持与青少年抑郁具有显著相关性。师生关系对于青少年抑郁具有显著的正向预测作用, 师生关系紧张程度越高, 青少年的抑郁程度也越高。而教师支持对于青少年抑郁具有显著的负向预测作用, 教师支持水平越高, 青少年的抑郁程度越低。4) 师生关系、教师支持与青少年自杀意念具有显著相关性。师生关系显著负向预测青少年的自杀意念情况, 师生关系的紧张程度越高, 青少年的自杀意念检出率越高。而教师支持显著正向预测青少年的自杀意念情况, 教师支持水平越高, 青少年的自杀意念检出率越低。研究探析了教育环境中的师生关系和教师支持对青少年抑郁、自杀意念的影响, 丰富了青少年抑郁和自杀意念的发展机制相关理论, 为有关心理危机干预工作实践提供了参考。

关键词

师生关系, 教师支持, 抑郁, 自杀意念

The Impact of Teacher-Student Relationship and Teacher Support on Adolescent Depression and Suicidal Ideation

Cuiping Wu

Students' Affairs Division, Ningbo University of Technology, Ningbo Zhejiang

Received: Apr. 16th, 2024; accepted: May 14th, 2024; published: May 21st, 2024

Abstract

Based on the ecosystem theory, this study utilized a questionnaire survey to investigate the impact of teacher-student relationships and teacher support on depression and suicidal ideation among 15,947 adolescents (mean age = 20.52 ± 1.72 years). The results showed that: 1) There were significant gender differences in depression and suicidal ideation, with boys exhibiting higher levels of depression and a higher detection rate of suicidal ideation compared to girls. 2) There were significant correlations among teacher-student relationships, teacher support, depression, and suicidal ideation. 3) Teacher-student relationships and teacher support were significantly associated with adolescent depression. Teacher-student relationships had a significant positive predictive effect on adolescent depression, where higher levels of tension in the relationship were associated with increased levels of depression. Teacher support had a significant negative predictive effect on adolescent depression, as higher levels of support were linked to lower levels of depression. 4) Teacher-student relationships and teacher support were significantly associated with adolescent suicidal ideation. Teacher-student relationships significantly predicted suicidal ideation negatively, as higher levels of tension in the relationship were associated with a higher likelihood of detecting suicidal ideation. Teacher support significantly predicted suicidal ideation positively, with higher levels of support being associated with a lower rate of detecting suicidal ideation. It enriches the development theory of depression and suicidal ideation and provides a reference for the practice of psychological crisis intervention.

Keywords

Teacher-Student Relationship, Teacher Support, Depression, Suicidal Ideation

Copyright © 2024 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

青少年作为一个特殊的社会群体,正经历着青春期到成年早期的转变和过渡阶段,这也是个体发展、身心成长、知识储备、健康素养培养的关键期。青少年群体的心理问题发生率高且具有高危险性,一直以来也是政府部门、教育机构、心理学领域等各界所关注的重点话题和研究热点。在诸多的青少年心理问题中,抑郁和自杀意念所造成的影响尤为严重,不仅会阻碍个体社会功能的正常发展,而且在其发生后也会给个体及其家庭带来较大的疾病和经济方面的压力,这就使得调查和分析抑郁和自杀意念的影响因素以及发展机制显得尤为紧迫[1] [2]。依据 2023 年发布的中国心理健康蓝皮书的报告,我国青少年的心理健康问题日益突出。其中,青少年的抑郁表现数据为 14.80%。相关研究也表明,青少年的抑郁可能会增加他们在成年期患上相关精神疾病的风险[3],严重影响青少年的社会功能,并显著地增加了自杀行为的发生率。此外,以往相关研究指出,自杀作为一种风险行为已经成为了 15~19 岁青少年群体死亡的重要因素[4],而自杀意念对自杀行为具有一定程度的预警作用,可以将其作为预测自杀企图和自杀行为的一项关键因素。此外,对自杀意念的识别和干预也有利于及时的对自杀行为的发生进行提前的防控。因此,对自杀意念的探究也成为相关领域的研究重点[1]。而以往的不同角度的相关研究研究结论均表明抑郁、自伤和自杀意念之间有着高度的相关性和共病性[1],基于此,本研究拟在相关理论的基础上进一

步探究青少年抑郁和自杀意念的发展以及影响机制，并为有关心理危机干预工作实践提供参考。

生态系统理论提出了生态环境的概念，强调个体发展是其与周围环境相互影响下产生的结果。该理论将生态环境描述成网状结构，这个网状结构包括微观系统、中间系统、外层系统和宏观系统四个层次。对于早期的个体而言，家庭作为微观系统是与其关系最为紧密的且对个体影响最大。而随着个体的持续成长，其活动范围也随之逐渐扩大，学校、同伴关系等逐渐融入到个体的微系统中，学校环境也随之成为除家庭以外对于个体影响最大的微观系统。国内外已有研究均指出学生的成长深受与关键他人关系的影响[5]。在学校的生态环境以及学生之间的人际交往中，师生之间的关系占据了关键的位置并深刻的影响着青少年的发展[6]。教师和学生是学校教育过程中两个至关重要的参与者，他们之间的关系对学生的发展起到了决定性的作用。教师展现出的非指导性行为、积极的关心、温馨、真挚和尊重等，都是形成积极师生关系的核心要素，并且能够满足学生的亲近感、技能和独立思考的需求。一个和谐的师生关系不仅能够某种程度上帮助学生抵御生活中的负性事件，还能够补偿因消极的亲子关系所导致的情感方面的缺失，并且能在一定程度上减少学生的内化问题(例如孤独和抑郁)。当师生关系发展良好时，学生会得到更多教师的鼓励和支持，在课内外活动的投入上也会更加的积极主动，进而获得更多的正向的情绪体验，从而减少抑郁、焦虑等情绪问题的产生。与此相反，如果师生之间的关系未达到良好发展，关系疏离、紧张甚至对立冲突，可能会导致学生产生抵触和回避情绪，进而其心理和情绪等问题无法被及时的发现和干预，进一步可能会使得学生产生孤独、隔离、抑郁和人际交往困难等问题。当他人尤其是与其关系密切的人给予学生积极、正面的反馈(如认可和支持)时，他们更可能形成良好的自我价值体验。反之，当缺乏充分的认可和支持甚至得到负面的反馈，可能会导致学生产生心理和行为上的问题[5]。另有研究表明，社会支持的不足会显著提高青少年的非自杀性伤害行为，也就是说，当青少年认为他们能够利用的社会支持程度较低时，他们更有可能出现非自杀性的自伤行为[7]。总体来说，在学校环境里，教师与学生之间的关系、教师行为等多个因素对学生心理健康状况会产生一定程度的影响。但这种影响机制如何对青少年群体的抑郁、自杀意念等心理问题产生作用尚未得到验证。

本研究在已有研究的基础上，以宁波市某高校大学生为研究对象，旨在探讨师生关系、教师支持对青少年抑郁、自杀意念的影响，以期进一步探究青少年抑郁和自杀意念的发展机制以丰富相关理论，并为针对青少年群体心理问题的干预提供依据。

2. 研究方法

2.1. 研究对象

研究对象为宁波市某高校大学生，计划施测 16,189 名学生，剔除不认真作答等无效问卷后共回收了 15,947 份有效问卷，问卷有效回收率为 98.5%。其中男生 10,299 人，占比 64.58%；女生 5648 人，占比 35.42%。平均年龄 20.52，SD = 1.72。

2.2. 研究工具

采用国内心理测评研发机构编制的大学生心理健康普查问卷作为测量工具，该问卷具有良好的信效度，是适用于我国大学生心理健康状态评估的标准化量表[8]。本研究使用其中的师生关系、教师支持、自杀和抑郁分量表对青少年的师生关系、教师支持水平、抑郁以及自杀意念进行测量。其中师生关系维度为 6 点负向计分，得分越高表示师生关系紧张程度越高；教师支持维度为 4 点正向计分，得分越高则表明获得的教师支持水平越高；抑郁维度 10 个采用 4 点正向计分法，各题所得原始分经过换算得到总分，总得分越高则考虑为抑郁程度越高；自杀维度为 2 点负向计分，得分越高则表示自杀检出率越低。

2.3. 研究程序

正式测试是以专业班级为单位由班主任或心理专职老师组织进行集体测试。施测前需要向参与者解释大学生心理健康普查问卷的性质以及测试数据的保密性,使参与者明确问卷测试的目的以减少其顾虑。测试过程中参与者的座位依次间隔开以避免互相产生干扰,完成准备工作之后参与者依照问卷指导语的提示独立完成答题。

2.4. 数据分析方法

采用 SPSS26.0 软件对数据进行描述性统计、独立样本 t 检验及相关性分析。

3. 研究结果

3.1. 各变量的描述性统计及差异分析

3.1.1. 师生关系和教师支持的描述性统计及差异分析

研究采用大学生心理健康普查问卷中的师生关系维度和教师支持维度对青少年的师生关系状况以及教师支持水平进行测查。师生关系维度为 6 点计分,得分越高表示师生关系紧张程度越高。教师支持维度为 4 点计分,得分越高则表明获得的教师支持水平越高。本研究中,师生关系和教师支持的总体情况如表 1 所示:

Table 1. Descriptive statistical analysis of the teacher-student relationship

表 1. 师生关系的描述性统计分析

	<i>N</i>	Min	Max	<i>M</i> ± <i>SD</i>
师生关系	15,947	1	6	2.13 ± 1.113
教师支持	15,947	1	4	3.18 ± 0.719

将不同性别大学生的师生关系状况和教师支持水平进行 t 检验,由表 2 可知:不同性别大学生的师生关系状况存在显著差异($P < 0.001$),男生相较于女生,师生关系的紧张程度更高。而教师支持水平在性别变量上无显著差异。

Table 2. Test of differences in gender between teacher-student relationship and teacher support

表 2. 师生关系和教师支持在性别上的差异检验

	性别	<i>M</i> ± <i>SD</i>	<i>t</i>	<i>P</i>
师生关系	男	2.15 ± 1.107	4.409	0.000
	女	2.08 ± 1.121		
教师支持	男	2.18 ± 0.724	0.047	0.962
	女	3.18 ± 0.709		

注: $P < 0.05$ 表示有显著差异。

3.1.2. 青少年的整体抑郁状况

研究采用大学生心理健康普查问卷中的抑郁维度对青少年的抑郁状况进行测查,该维度包含 10 个题目,采用 4 点计分法,各题所得原始分经过换算得到总分,总得分越高则考虑为抑郁程度越高。本研究中,青少年的抑郁情况如表 3 所示:

Table 3. Descriptive statistical analysis of depression in adolescents**表 3.** 青少年抑郁状况的描述性统计分析

	<i>N</i>	Min	Max	<i>M</i> ± <i>SD</i>
抑郁	15,947	0	63	7.03 ± 7.104

对不同性别学生在抑郁维度上的得分进行 *t* 检验, 由表 4 可知: 不同性别的大学生在抑郁维度上的得分存在显著差异($P < 0.05$), 男生的抑郁程度显著高于女生。

Table 4. Test of differences in depressive status on gender**表 4.** 抑郁状况在性别上的差异检验

	性别	<i>M</i> ± <i>SD</i>	<i>t</i>	<i>P</i>
抑郁	男	7.14 ± 7.260	2.626	0.009
	女	6.84 ± 6.808		

注: $P < 0.05$ 表示有显著差异。

3.1.3. 自杀意念检出情况及差异分析

研究采用大学生心理健康普查问卷中的自杀维度对青少年的自杀意念进行测查, 该维度为 2 点计分, 如果产生过自杀意念计 1 分, 无自杀意念计 2 分。本研究中, 青少年自杀意念检出人数为 357 人, 总体检出率为 2.24%。其中男生自杀意念检出人数 213 人(占比 59.66%), 女生检出人数为 144 人(占比 40.34%)。

将不同性别大学生的自杀意念检出状况进行 *t* 检验, 由表 5 可知: 不同性别大学生的自杀意念检查率存在显著差异($P < 0.05$), 男生相较于女生具有更高的自杀意念检出率。

Table 5. Test of differences in suicidal ideation detection by gender**表 5.** 自杀意念检出情况在性别上的差异检验

	性别	自杀意念检出情况	<i>t</i>	<i>P</i>
自杀意念	男	0.021	2.245	0.025
	女	0.027		

注: $P < 0.05$ 表示有显著差异。

Table 6. Association test between teacher-student relationship and depression and suicidal ideation**表 6.** 师生关系与抑郁、自杀意念的相关性检验

变量	1	2	3	4
师生关系	1			
教师支持	-0.13**	1		
抑郁	0.029**	-0.253**	1	
自杀意念	-0.057**	0.062**	-0.184**	1

注: 1 为师生关系, 2 为教师支持, 3 为抑郁, 4 为自杀意念。* $P < 0.05$, ** $P < 0.01$, *** $P < 0.001$ 。

3.2. 师生关系和教师支持对青少年抑郁、自杀意念的影响

将师生关系、教师支持与青少年抑郁、自杀意念分别进行相关性检验, 由表 6 可知: 师生关系、教

师支持与青少年抑郁、自杀意念均显著相关,其中师生关系与教师支持呈现显著的负相关($r = -0.13, P < 0.01$),与自杀意念呈现显著的负相关($r = -0.057, P < 0.01$),与抑郁呈现显著的正相关($r = 0.279, P < 0.01$)。而教师支持与抑郁显著负相关($r = -0.253, P < 0.01$),与自杀意念显著正相关($r = 0.062, P < 0.01$)。抑郁和自杀意念存在显著的负相关($r = -0.184, P < 0.01$)。

4. 讨论

青少年正处于生理和心理成熟之间存在一定差异的关键发展阶段,这种发展上的差异使得他们更有可能出现抑郁、焦虑等情绪上的问题。在各种情绪问题的影响下,青少年有更高的风险性会面临自杀意念、自杀行为等危机[1]。本研究通过大学生心理健康普查问卷对青少年的师生关系、教师支持、抑郁和自杀意念进行了分析,结果发现:

青少年的抑郁程度和自杀意念检出率在性别变量上存在显著差异,从数据上来看,男生的抑郁程度及自杀意念检出率均高于女生。这与以往的研究结果一致,已有研究表明,男孩相对于女生会表现出更多的外化行为问题,这种差异可能源于社会对不同性别角色的期待以及生理因素上的差异,社会赋予男生的性别角色使得他们在面对负面生活事件时,更倾向于使用外显行为(例如攻击、自我伤害)来应对。另一方面,也可能是由于受到性激素分泌的影响,男生相对于女生可能更具有攻击性。结合家庭中父母对于不同性别子女教养方式上的差异,这些综合因素使青少年的抑郁、自杀意念等问题的发生存在性别上的差异[6]。并且抑郁和自杀意念之间呈现显著的负相关关系,这表明抑郁程度越高自杀意念检出率越高,这与以往研究结论一致,进一步证实了抑郁、自伤和自杀意念之间有着高度的相关性和共病性。

师生关系与教师支持之间具有显著的相关性,教师支持水平越高师生关系的发展也相对越好,而师生关系的良好发展也有利于学生群体获得更好的支持。这与以往相关研究的结论一致,教师的支持性、非指导性行为有助于形成积极良好的师生关系,而另一方面,良好的师生关系也有助于青少年获得更多的积极关注和支持。

师生关系、教师支持与青少年自杀意念具有显著相关性。师生关系对于青少年抑郁具有显著的正向预测作用,师生关系紧张程度越高,青少年的抑郁程度也越高。而教师支持对于青少年抑郁具有显著的负向预测作用,教师支持水平越高,青少年的抑郁程度越低。

师生关系、教师支持与青少年自杀意念具有显著相关性。师生关系显著负向预测青少年的自杀意念情况,师生关系的紧张程度越高,青少年的自杀意念检出率越高。而教师支持显著正向预测青少年的自杀意念情况,教师支持水平越高,青少年的自杀意念检出率越低。这与以往的研究结论一致,当青少年获得的教师关注和支持,师生关系发展良好时,他们能够感受到更多的积极情绪,进而减少青少年外化心理问题和内化心理问题的发生。

5. 结语

本研究采用大学生心理健康普查问卷探究青少年体验到的师生关系与教师支持对抑郁、自杀意念的影响。发现青少年抑郁和自杀意念之间有显著的相关性。此外,师生关系、教师支持水平与青少年抑郁及自杀意念显著相关。研究结果进一步丰富了青少年抑郁和自杀意念的发生、发展和影响机制理论,也为学校有关于青少年的心理危机干预工作实践提供一定的启发。

研究还存在一些不足之处,例如,研究的对象目前局限在宁波市某高校范围内,后期的研究可以扩展到不同地区、不同类型高校等,提高研究样本的代表性和普遍性,以更加全面地探究青少年群体的心理问题的发生、发展和影响机制。

基金项目

宁波工程学院高教研究课题；项目名称：辅导员反馈模式、师生关系与大学生抑郁、自伤和自杀意念相互影响机制研究；项目编号：2023NGGJB12。

参考文献

- [1] 胡义秋, 曾子豪, 彭丽仪, 等. 亲子关系和父母教育卷入对青少年抑郁、自伤和自杀意念的影响: 挫败感和人生意义感的作用[J]. 心理学报, 2023, 55(1): 129-141.
- [2] Becker, M. and Correll, C.U. (2020) Suicidality in Childhood and Adolescence. *Deutsches Arzteblatt International*, **117**, 261-267. <https://doi.org/10.3238/arztebl.2020.0261>
- [3] Weersing, V.R., Jeffreys, M., Do, M.C.T., Schwartz, K.T. and Bolano, C. (2017) Evidence Base Update of Psychosocial Treatments for Child and Adolescent Depression. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, **46**, 11-43. <https://doi.org/10.1080/15374416.2016.1220310>
- [4] Breslin, K., Balaban, J. and Shubkin, C.D. (2020) Adolescent Suicide: What Can Pediatricians Do? *Current Opinion in Pediatrics*, **32**, 595-600. <https://doi.org/10.1097/MOP.0000000000000916>
- [5] 楚啸原, 理原, 黄志华, 等. 师生关系对研究生自我效能感的影响: 有调节的中介模型[J]. 心理发展与教育, 2021, 37(2): 174-181. <https://doi.org/10.16187/j.cnki.issn1001-4918.2021.02.04>
- [6] 丁祎铭. 同伴关系、师生关系对中职生问题行为的影响[D]: [硕士学位论文]. 南京: 南京师范大学, 2020. <https://doi.org/10.27245/d.cnki.gnjsu.2020.001797>
- [7] 刘婉, 万宇辉, 陶芳标, 等. 社会支持在童年期虐待与青少年非自杀性自伤行为关联中的中介作用[J]. 中国心理卫生杂志, 2017, 31(3): 230-234.
- [8] 赵琳, 袁丽萍, 李春明, 等. 《大学生心理健康普查问卷》的编制与信效度检验[J]. 中国心理卫生杂志, 2010(8): 599-603.