

# NSSI青少年的研究综述：家庭功能、同伴侵害和情绪调节

曾 菲，崔源琳

四川文理学院教师教育学院，四川 达州

收稿日期：2023年7月30日；录用日期：2023年8月31日；发布日期：2023年9月13日

## 摘 要

非自杀性自伤(NSSI)是世界范围内一个重要的公共卫生问题，是青少年自杀的有力预测因素。文章以Nock与Prinstein的四功能模型对NSSI的概念化为基础，从家庭功能、同伴侵害和情绪调节的角度对青少年NSSI发生原因进行梳理，并对相关理论模型进行了阐述，相关结论可对青少年NSSI预防和干预提供参考。同时，本文还对未来研究做出展望：明确NSSI的定义，补充支持性证据，在对国外现有研究修正与完善的前提下，发展适合我国国情的青少年NSSI防治理论，以期通过研究者、教育者、家长和青少年自身的努力，共同预防和降低我国青少年NSSI的发生，为健康中国建设贡献力量。

## 关键词

NSSI，青少年，家庭功能，同伴侵害，情绪调节

# A Review of Researches in NSSI Teenagers: Family Function, Peer-Victimization and Emotional Regulation

Fei Zeng, Yuanlin Cui

Teachers' Educational College of Sichuan University of Arts and Science, Dazhou Sichuan

Received: Jul. 30<sup>th</sup>, 2023; accepted: Aug. 31<sup>st</sup>, 2023; published: Sep. 13<sup>th</sup>, 2023

## Abstract

Non-suicidal self-injury (NSSI), an important public health problem worldwide, is a strong predictor of teenager suicide. The paper is based on the conceptualization of NSSI, and this concept is

conceptualized by Nock and Prinstein's four-function model. So on this basis, the paper trying to sorts out the causes of teenagers' NSSI from the perspective of family function, peer-victimization and emotional regulation, and also discusses the relevant theoretical models. These conclusions can provide reference for prevention and intervention of teenagers' NSSI. Meanwhile, this paper also proposes the prospect of future research. It is expected that future studies can clarify the definition of NSSI, supplement the supporting evidence and develop the theory of prevention and treatment of NSSI for teenagers in our country under the premise of revising and perfecting the existing research abroad. It is hoped that through the efforts of researchers, educators, parents and teenagers themselves, we can jointly prevent and reduce the occurrence of NSSI in adolescents, and contribute to the construction of healthy China.

## Keywords

NSSI, Teenagers, Family Function, Peer-Victimization, Emotional Regulation

Copyright © 2023 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

非自杀性自伤(Non-Suicidal Self-Injury, NSSI)是指在没有自杀意图的情况下,个体出于不被社会所认可的目的,故意的、自我导向的、对身体组织的伤害(Klonsky et al., 2014)。NSSI 包括思想和行为两个维度,通常与自杀意念、企图、计划同时出现(Voss et al., 2020),目前存在较为普遍,在各年龄、性别、种族和社会阶层均可见(International Society for the Study of Self-Injury, 2022)。

最近一项对 2018~2021 年分布在全国各地拨打北京市心理援助热线的共计 19,341 例青少年来电者的研究显示,近 10%的青少年在拨打北京市心理援助热线电话前的两周内实施过自杀行为,3%的青少年在拨打电话的当下正在实施自杀行为(安静等, 2023)。

青少年自杀会给家庭和社会造成难以弥补的损失,而 NSSI 则是青少年自杀的有力预测因素。一项来自德国 14 至 21 岁随机社区样本的研究中发现,在曾出现过 NSSI 行为的群体中,39.6%的人表示有过自杀行为(Voss et al., 2020)。阮卓尔等人(阮卓尔等, 2022)通过多因素分析发现高 NSSI 频率、NSSI 中伤害部位增多与 NSSI 青少年患者出现自杀意念有关。Poudel 等人(Poudel et al., 2022)将尼泊尔 NSSI 与非 NSSI 的青少年进行对比发现,前者比后者在终生自杀意念、计划和企图检出率方面分别增加了 4.2、1.1 和 4.8 倍。青少年 NSSI 行为是当前全球重要的公共卫生问题,了解青少年发生 NSSI 的社会和情绪原因,是开展 NSSI 干预和自杀预防工作的优先事项。

Nock 与 Prinstein (Nock & Prinstein, 2004)根据经验提出的四功能模型,将 NSSI 概念化为既有自动强化(例如,情绪调节)功能又有社会强化(即,由他人强化)功能。因此,本综述将从家庭功能、同伴关系、情绪调节三个方面论述与 NSSI 的关系并阐明相关理论模型,为今后针对中国青少年 NSSI 的相关研究提供一定的参考价值,为降低我国青少年 NSSI 的发生率提供科学依据,临床和心理健康工作者可根据以上研究层面采取针对性的预防措施。

## 2. NSSI 青少年的家庭功能

家庭是个体生活的基本单位,良好的家庭功能直接而深远地影响着个体身心的健康发展(许岳宁,

2022)。对家庭功能的定义存在两种取向,每一种取向都有其对应的理论基础。下面将分别对这两种取向的家庭功能理论进行阐述。

## 2.1. 结果取向的家庭功能理论

结果取向的家庭功能理论以 Beavers 系统模式理论和 Olson 圆周模型理论为代表,主张以家庭功能发挥的结果为基础,根据家庭的具体特征来定义家庭功能。

Beavers 系统模式理论通过家庭系统中的关系结构等特征来定义家庭功能(赵天新, 2021),并认为家庭功能的发挥与家庭系统的应变能力之间存在线性关系,即系统应变能力越强,功能发挥就越好(尚秀华, 2010)。同时,该理论还提出可以从家庭能力和家庭风格两个主要维度上对家庭功能进行考察并对家庭进行分类,健康/能力维度将家庭从严重障碍型到最佳型由低至高划分为五类;风格维度将家庭分为离心型、混合型和向心型三类(Beavers & Hampson, 2000)。在这两个维度的基础上又可匹配出 9 种家庭类型,其中适当型和最佳型家庭由于在风格维度上很少出现极端状况,故没有进行进一步的区分(易进, 1998)。

Olson 圆周模型理论通过考虑家庭系统中成员之间的沟通与情感联系、家庭规则和应对外部事件的效果来定义家庭功能(赵天新, 2021),并从凝聚力、灵活性和沟通三个维度对家庭进行描述,家庭凝聚力(Cohesion)即成员间的情感纽带,凝聚力构建的重点是家庭系统如何平衡其成员的分离与团聚;家庭灵活性(Flexibility)指家庭系统为适应发展需求和应对情境压力而在领导力、角色关系和关系规则方面的变化,灵活性的重点是系统如何平衡稳定性和变化;家庭沟通(Communication)指家庭成员之间信息交流的有效性,被认为对于促进其他两个维度的运动至关重要,是一个促进维度,凝聚力和灵活性过高或过低均不利于家庭功能的发挥(王丹, 2011; Walsh, 2012; Olson, 2000)。

## 2.2. 过程取向的家庭功能理论

过程取向的家庭功能理论主要从执行过程方面来定义家庭功能,其代表主要有家庭功能过程模型理论和 McMaster 功能模式理论,这类理论认为家庭系统必须完成一系列任务,才能实现从生理、心理、社会性等方面为家庭成员的健康发展提供环境条件的基本功能,如果任务执行过程不顺利,不仅会导致家庭成员出现各种问题,严重者甚至可能引发家庭危机(高侠丽, 侯春在, 2008; 方晓义等, 2004)。

Skinner 等人提出的家庭功能过程模型强调家庭动力,强调家庭功能各基本维度的关联,并以家庭任务的完成为核心维度定义家庭功能,同时关注家庭的运作过程,认为无论是心理的还是情境的因素都可能会影响家庭任务的完成过程,因此 Skinner 并不单独强调整个家庭系统或个人的内心动力,他鼓励家庭成员在内心和系统这两个层面上都要进行表达与互动(Skinner et al., 2000; 李莹娜, 2022)。

Epstein 等人基于家庭系统观,提出了以家庭系统运作效果为核心的 McMaster 功能模式理论,认为通过改变个人家庭的功能状况,可以有效地改善其心理行为,并基于六个主要维度对家庭功能的发挥进行综合评估,帮助家庭识别出现了问题的环节,并强调认识到家庭的优势以及弹性恢复与认识到家庭中存在的问题同等重要(易进, 1998; 王丹, 2011)。

## 2.3. 重视家庭功能对青少年 NSSI 的影响

先前研究总结道, NSSI 青少年的家庭往往有明显的功能障碍:混乱、凝聚力差、有家庭暴力倾向等(Michelson & Bhugra, 2012)。他们受到了来自家庭成员更少的情感支持,更多的批评和更过度的控制(Waals et al., 2018)。从家庭类型看, NSSI 青年来自极端型家庭的比例显著高于无 NSSI 行为的青少年,而来自平衡型家庭的比例则显著低于无 NSSI 行为的青少年(方钟明等, 2023)。提示功能不佳的家庭会增加青少年 NSSI 的风险(Hasking et al., 2020)。

值得注意的是, 有研究表明父母和青少年对其家庭功能的报告是不一致的, 在 NSSI 青少年看来, 家庭功能比他们父母感知到的要更差, 且父母对其青少年子女 NSSI 的了解程度影响着亲子间对家庭功能的感知差异, 当父母对其青少年子女 NSSI 一无所知时, 父母对于其家庭功能的报告甚至相似于子女没有 NSSI 行为的父母的报告(Kelada et al., 2016)。

### 3. NSSI 青少年的同伴侵害

同伴侵害(Peer-Victimization)是指个体遭受到直接或间接来自同伴的攻击行为(胡义豪等, 2023)。由于攻击行为的存在, 存在同伴侵害的同伴关系将具有消极性质(陈亮, 2012; 宋星怡等, 2017)。

在同伴侵害的众多分类中, 关系侵害和身体侵害是当代研究者所主要关注的两个重要子类型(Ostrov & Kamper, 2015)。关系侵害(Relation Victimization)是以人际关系为导向的攻击形式, 通过孤立或排斥、散布有害的流言蜚语和蓄意操纵社会关系等手段对个体进行伤害, 具有间接性和隐蔽性(Crick & Grotpeter, 1996)。身体侵害(Physical Victimization)通过人身威胁或攻击进行, 如推、打、踢等行为, 具有直接性和公开性(Crick & Nelson, 2002)。

#### 重视同伴侵害对青少年 NSSI 的影响

同伴侵害是 NSSI 的重要预测因素已得到大量研究证实(Giletta et al., 2012; Vergara et al., 2019; Cheek et al., 2020), 由于青少年缺乏应对同伴侵害的策略和方法, 临床发现受害青少年 NSSI 可能是一种自我惩罚的形式, 又或者他们可能将 NSSI 用作求助的呼声, 或缓解与同伴侵害相关的压力和紧张(Nock, 2010; Skegg, 2005)。岳彦等人(岳彦等, 2023)对青少年抑郁发作患者的研究结果显示, 同伴侵害的程度在 NSSI 组中与青少年 NSSI 频率呈正相关。也就是说, 遭受到同伴侵害的程度越深, 青少年发生 NSSI 的次数就越多。Van Geel 等人(Van Geel et al., 2015)的研究也支持 NSSI 与同伴侵害之间存在显著的正相关, 并表示通过防止同伴侵害, 我们有可能预防青少年发生 NSSI。王建平等(王建平等, 2021)研究发现, 较低的心理需求满足会增加青少年出现 NSSI 的风险, 而高同伴侵害会放大这一风险, 因此, 重要的是要特别关注那些因遭受同伴侵害以及心理需求满足受挫而有 NSSI 风险的青少年, 并对其提供有效的干预措施以降低风险。

欺凌(Bullying)是美国疾病控制中心(CDC)定义的一种同伴侵害形式, 是攻击行为的一种亚型。在此行为中, 同伴群体或同伴群体中的个体反复攻击、排斥或羞辱另一相对弱势的个体(Salmivalli, 2010)。在位于比利时和荷兰不同地区的几所高中参与的一项调查研究中发现, 785 名青少年样本中近 21% 的青少年至少参与了一种形式的 NSSI, 欺凌和同伴侵害的受害者都增加了参与 NSSI 的风险(Claes et al., 2015)。国内研究发现, 遭受欺凌与 NSSI 的发生有关(陈小龙等, 2019; 杨春燕等, 2020), 其中, 杨春燕等基于贵州省的调查研究还对遭受欺凌行为的种类进行了细化, 得出被打/踢/推/挤或被关在房间里、被开色情玩笑的初中生更可能发生 NSSI (杨春燕等, 2020)。杨宁波等人(杨宁波等, 2022)探讨研究青少年情绪障碍患者 NSSI 行为及其影响因素时发现, 青少年情绪障碍患者 NSSI 行为发生率较高, 且遭受校园欺凌是发生 NSSI 行为的危险因素。

### 4. NSSI 青少年的情绪调节

情绪调节(Emotional Regulation)的定义目前尚不统一, 在 30 年来的情绪调节研究中, 每 10 年就有 1 篇讨论情绪调节定义的高被引文献(刘芳等, 2023)。情绪调节一般被认为是个体使用一定的策略和机制以管理、改变自己或他人的情绪主观体验、生理反应及行为表现的过程。情绪调节过程可能是自动的或受控的, 有意识或无意识的, 并且可能在情绪生成过程中的一个或多个点产生影响(黄敏儿, 郭德俊, 2000; Gross & Thompson, 2007)。情绪调节模型和情绪调节策略是本文讨论的重点。



## 4.1. 情绪调节模型

NSSI 通常被认为具有情绪调节功能(Houben et al., 2017; Klonsky, 2007), 其目的是直接调节情绪、缓解负面情绪带来的痛苦体验。NSSI 可以通过看到血、产生疼痛感或专注于伤害本身, 从强烈情绪中转移注意。有过 NSSI 经历的个体对情绪刺激更敏感(Boyes et al., 2020), 且相比于健康个体更倾向于体验负面情绪, 并在抑郁和焦虑方面得分更高(Klonsky et al., 2003; Andover et al., 2005)。就负面情绪对于 NSSI 行为的作用而言, 许多研究也一致证明了 NSSI 风险的增加与特质负面情绪之间存在着关系, 即经历过更高消极情绪水平的人, 更有可能报告有 NSSI 的历史(Hasking et al., 2018; Horgan & Martin, 2016)。类似地, 体验回避模型、情绪级联模型、认知情绪模型以及情绪调节过程模型, 均强调了情绪的体验和调节在 NSSI 发生的可能性中是如何发挥着重要作用的。下面将对这 4 种与 NSSI 相关的情绪调节模型作简要介绍。

体验回避模型(Experiential Avoidance Model, EAM)由 Chapman 等人提出, 该模型认为 NSSI 是为了逃避或避免个体感到无法应对或容忍的负面情绪体验, 且因为 NSSI 减轻了消极情绪, 为个体带来了即刻满足, 导致个体的 NSSI 行为得到了维持(Chapman et al., 2006)。负性情绪刺激与 NSSI 之间的联结也由于负强化的作用而得到加强, 一旦个体再次面临负面情绪体验, NSSI 就会变成一种自动化的逃避反应, 刺激—反应路径被激活(江光荣等, 2011)。此外, 当个体面临外部刺激时, 情绪调节困难或缺乏情绪调节策略时均会导致回避, 进而诱发 NSSI (Chapman et al., 2006)。体验回避倾向高的个体常常需要一些手段, 如注意转移, 实现对内在体验的逃避。NSSI 带来的强烈生理体验可以帮助个体将注意力从内部心理体验转移到外部生理体验上, 因此体验回避倾向高的个体发生 NSSI 的可能性更高(何灿等, 2022)。对来自 3 个学校样本的青少年的调查研究结果验证了 NSSI 的体验回避模型, 其结果普遍支持 NSSI 与体验回避行为有关(Howe-Martin et al., 2012)。Ding 等人(Ding et al., 2022)对 1062 名中学生样本问卷调查研究结果证实了体验回避模型解释 NSSI 的有效性, 并通过将网络环境中的负面事件(网络排斥)作为对 NSSI 的远端影响扩展了模型的适用性。类似的, 考察网络被欺负对青少年 NSSI 行为影响的何灿等人(何灿等, 2021)的研究也同样为该模型提供了实证支持。

Selby 等人定义了情绪级联的概念, 并提出了情绪级联模型(Emotional Cascade Model, ECM), 试图阐明情绪失调与边缘型人格障碍的联系(Selby et al., 2008; Selby & Joiner, 2009)。情绪级联模型提出 NSSI 部分起到分散负面影响和反刍级联的作用。该模型认为反刍过程是行为失调的根本原因, 个体被反刍思维主导时, 反刍思维导致负性情绪循环叠加, 不断放大强烈的情绪体验。在这种体验中, 正常的分心方法无效, 迫使个体采取非适应性的行为如 NSSI 以打破这一级联, 将注意力从反刍思维转移到疼痛等身体感觉上。该理论解释了 NSSI 持续发生即时效益的强化关联(李莹娜, 李丹, 2022)。Tuna、Bozo (Tuna & Bozo, 2014)在非西方的土耳其大学生样本中进行的情绪级联模型研究的结果表明, 即使在统计上控制了当前抑郁和焦虑症状, 情绪级联依然与失调行为如 NSSI 有关。Myntti、Muehlenkamp (Myntti & Muehlenkamp, 2023)对 2066 名本科生的研究, 发现情绪反应性和适应不良的认知调节策略相互作用预测 NSSI, 这两个因素的升高都与 NSSI 升高有关, 进一步支持了 NSSI 的情绪级联模型。

根据情绪调节模型和社会认知理论, Hasking 等人(Hasking et al., 2017)建立的认知情绪模型(Cognitive-Emotional Model, CEM)认为, 当个体情绪不稳定时, 情绪反应倾向加强, 消极的自我图式增多, 对 NSSI 的结果预期期望提升。对应地, 抵制 NSSI 的自我效能感弱化以及应对不良的情绪调节策略受损, 上述现象将显著增加 NSSI 发生可能性及频率。一项 2019 年对 647 名 17~25 岁大学生的调查检验了模型的预测, 即情绪反应性与 NSSI 之间的关系受到反刍、情绪调节和关于 NSSI 的特定认知(抵制 NSSI 的自我效能、NSSI 结果预期)三个因素的调节, 其结果部分支持认知情绪模型, 即对于在改善情绪体验时无法抵制 NSSI 的自我效能较弱的个体, 情绪反应性与 NSSI 呈正相关, 而对于更有可能使用表达抑制策略来调节情

绪的个体, 情绪反应性与 NSSI 呈负相关(Dawkins et al., 2019)。Duncan-Plummer 等人(Duncan-Plummer et al., 2023)以 480 名大学生为被试, 研究发现有 NSSI 历史的学生和没有 NSSI 历史的学生似乎在处理他们的情绪方面与他们对 NSSI 的信念不同, 为 NSSI 的认知情绪模型提供了一定的支持。

Gross 提出了情绪调节过程模型, 认为在情绪产生的各阶段都可以对情绪进行调节, 由此产生不同的情绪调节策略。根据它们是发生在情绪产生之前还是之后, 这些策略可以分为两类, 前者是以先行事件为中心的先行关注(Antecedent-Focused)情绪调节策略, 后者是以反应为中心的反应关注(Response-Focused)情绪调节策略(Gross, 1998a; Gross & Muñoz, 1995)。接下来, 将对情绪调节策略做进一步介绍。

## 4.2. 情绪调节策略

个人因素方面, NSSI 与应对情绪困扰有关(Fliege et al., 2009; Klonsky & Muehlenkamp, 2007)。所以, 个体如何调节情绪与 NSSI 研究密切相关。关注 NSSI 青少年的情绪调节策略, 在一定程度上可以为青少年 NSSI 行为干预方案的制定提供科学依据, 对于及早识别、预防青少年 NSSI 也有着重要意义。

在 Gross 提出的基于情绪调节过程模型的情绪调节策略中, 表达抑制(Expressive Suppression, ES)与认知重评(Cognitive Reappraisal, CR)是最受关注的两个策略。认知重评属于先行关注策略, 发生在认知改变阶段, 通过重新定义情境的意义来改变情绪反应的轨迹; 表达抑制则属于反应关注策略, 发生在反应调整阶段, 通过抑制情绪行为的表达来调节情绪(Goldin et al., 2008)。虽然, 两种不同情绪调节策略的使用可能因为意志努力消耗的程度不同, 产生不同结果, 但认知重评比表达抑制更能成功地调节情绪, 长期使用表达抑制进行情绪调节可能容易导致消极的情感后果(Gross & John, 2003; 程利等, 2009; 孙岩等, 2020)。赵天新等人(赵天新等, 2021)对陕西省存在 NSSI 行为的中学生的研究中发现, 认知重评得分越高, NSSI 风险越低; 而表达抑制得分越高, NSSI 风险越高, 且 NSSI 的青少年更偏向于习惯性采用表达抑制的情绪调节策略。

注意分散将注意力集中在情境的非情感方面或是从眼前的情境中移开(Gross, 1998b)。Brans 等人(Brans et al., 2013)指出, 由于我们在日常生活中会经常面临许多引起注意分散目的的刺激和活动, 因此注意分散也是一种极容易被采用的情绪调节策略。在陈子循等人(陈子循等, 2023)的实验中, 高风险背景大学生群体采用注意分散策略, 通过默数计数减少对负面刺激物的注意, 在短时间内显著降低了 NSSI 倾向性和 NSSI 认同, 但该策略无法改变他们的 NSSI 想法。

有关情绪调节的模型和策略的提出都建立在西方研究的基础上, 其是否具有跨文化有效性仍需进一步研究验证, 且在我国应用还应兼顾中西文化, 修订和发展适合我国国情的策略和理论模型, 未来还要提出有中国特色的情绪调节的策略和理论模型, 此外, 由于我国在 NSSI 青少年上的研究还不够充分, 仍需要更多的研究来支持我国相关干预措施的发展(尹慧芳等, 2022)。

## 5. 总结与展望

国内对 NSSI 的研究才刚刚起步, 虽然学者们在 NSSI 研究方面取得了一些初步成果, 但在某些方面还存在研究不足, 支持证据不足等问题(梁娟, 梁红, 2022)。未来的研究应重视中国文化背景, 在对国外已有研究进行修正和完善的基础上, 结合我国特有的行为和认知特点, 发展符合我国实际的 NSSI 理论(贾骏等, 2020)。在文献查阅的过程中, 梁娟、梁红(梁娟, 梁红, 2022)还发现 NSSI 的专业术语存在别称过多的情况, 如 Self-Mutilation、Self-Injury、Self-Harm 等, 说明 NSSI 研究缺乏共识。由于自杀及边缘型人格障碍(BPD)与 NSSI 之间存在着密切关系, 因此, 关于该行为定义的争议, 可以结合自杀和边缘型人格障碍的定义标准进一步讨论(Chen et al., 2020)。

鉴于 Nock 和 Prinstein 的研究结果, 预防青少年 NSSI 的对策可以从社会和情绪调节两方面着手。社

会层面, 由于在青春期父母对青少年的教养和陪伴尤其重要, 因此可以大力开展家庭教育, 改变父母的教育方式, 缓和家庭成员之间的关系等(徐雪荧, 胡珍玉, 2022)。此外, 关于青少年同伴侵害和 NSSI 间的研究还比较少, 未来可以进一步研究, 并尝试提出相关的模型理论。家庭中的亲子关系和学校中的同学关系是青少年人际关系最重要的来源, 未来仍可以从这两种关系入手, 进一步探讨青少年的 NSSI 行为在多大程度上受到社会方面的影响(梁娟, 梁红, 2022)。情绪层面, 唐杰等人(唐杰等, 2023)认为, 一方面应引导个体关注自身情绪, 学习适应性强的情绪调节策略, 通过训练逐渐提高认知和表达情绪的能力; 另一方面由于情绪调节既可以是外显的, 也可以是内隐的, 未来可以开发新的方法来改善青少年的内隐情绪调节, 从而降低青少年 NSSI 风险。

未来的研究将依赖于研究者、教育者、家长和青少年自身的努力, 共同预防和降低我国青少年 NSSI 的发生。

## 参考文献

- 安静, 殷怡, 梁红, 等(2023). 北京市心理援助热线青少年来电者的特征. *中国心理卫生杂志*, 37(6), 503-509.
- 陈亮(2012). *青少年早期的同伴侵害: 发展轨迹、相关因素及性别差异*. 博士学位论文, 济南: 山东师范大学.
- 陈小龙, 唐寒梅, 邹仪璋, 等(2019). 中学生校园被欺凌行为、情绪行为与非自杀性自伤的关系. *南昌大学学报(医学版)*, 59(1), 71-75.
- 陈子循, 李金文, 王雨萌, 等(2023). 累积环境风险与大学生自伤的关系: 情绪调节策略的作用. *心理发展与教育*, 39(1), 109-120.
- 程利, 袁加锦, 何媛媛, 等(2009). 情绪调节策略: 认知重评优于表达抑制. *心理科学进展*, 17(4), 730-735.
- 方晓义, 徐洁, 孙莉, 等(2004). 家庭功能: 理论、影响因素及其与青少年社会适应的关系. *心理科学进展*, 12(4), 544-553.
- 方钟明, 陈静, 蒙衡, 等(2023). 童年创伤和家庭功能对青少年心境障碍患者自伤行为的影响. *神经损伤与功能重建*, 18(3), 136-139+153.
- 高侠丽, 侯春在(2008). 家庭功能理论的研究进展. *社会心理科学*, 23(3), 29-33.
- 何灿, 魏华, 谢笑春, 等(2022). 父母“低头族”对青少年自伤行为的影响: 基于体验回避模型的视角. *心理发展与教育*, 38(2), 287-294.
- 何灿, 魏华, 严春霞, 等(2021). 网络被欺负对青少年自伤的影响: 抑郁和体验回避的序列中介效应. *中国临床心理学杂志*, 29(2), 338-342.
- 胡义豪, 徐璐妍, 卞小华, 等(2023). 同伴侵害与青少年抑郁的关系: 班级攻击规范凸显性的调节作用. *心理发展与教育*, 39(4), 542-549.
- 黄敏儿, 郭德俊(2000). 情绪调节的实质. *心理科学*, 23(1), 109-110.
- 贾骏, 雷千乐, 江琴(2020). 青少年非自杀性自伤评估与治疗方法. *医学与哲学*, 41(17), 44-48.
- 江光荣, 于丽霞, 郑莺, 等(2011). 自伤行为研究: 现状、问题与建议. *心理科学进展*, 19(6), 861-873.
- 李莹娜(2022). *家庭功能和抑郁对青少年自伤行为的影响: 一项追踪研究*. 硕士学位论文, 天津: 天津师范大学.
- 李莹娜, 李丹(2022). 非自杀性自伤的相关情绪调节模型研究进展. *心理学进展*, 12(1), 246-252.  
<https://doi.org/10.3724/SP.J.1041.2020.00012>
- 梁娟, 梁红(2022). 青少年 NSSI 的发病原因及干预效果综述. *心理月刊*, 17(19), 220-222.
- 刘芳, 杜若飞, 杨海波(2023). 基于知识图谱的国际情绪调节研究回顾与展望. *天津师范大学学报(社会科学版)*, (1), 110-116.
- 阮卓尔, 管丽丽, 于欣(2022). 非自杀性自伤行为青少年患者自杀意念的相关因素. *中国心理卫生杂志*, 36(8), 691-695.
- 尚秀华(2010). 家庭功能研究综述. *黑龙江科技信息*, (6), 93.
- 宋星怡, 刘启珍, 胡雪(2017). 同伴侵害研究综述. *宁波大学学报(教育科学版)*, 39(2), 11-16.
- 孙岩, 薄思雨, 吕娇娇(2020). 认知重评和表达抑制情绪调节策略的脑网络分析: 来自 EEG 和 ERP 的证据. *心理学报*,



- 52(1), 12-25. <https://doi.org/10.3724/SP.J.1041.2020.00012>
- 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(1), 35-40.
- 王丹(2011). *青少年情绪——行为问题、家庭功能、认知性情绪调节策略及其关系研究*. 博士学位论文, 上海: 华东师范大学.
- 王建平, 陈雨漩, 甄霜菊(2021). 学校联结与青少年非自杀性自伤: 心理需求满足、同伴侵害的作用. *中国青年社会科学*, 40(5), 77-87.
- 徐雪苒, 胡珍玉(2022). 童年创伤与青少年非自杀性自伤的心理社会中介因素(综述). *中国心理卫生杂志*, 36(12), 1079-1083.
- 许岳宁(2022). *家庭功能、反刍思维、情绪调节自我效能感与初中生自伤行为的关系研究及其教育启示*. 硕士学位论文, 天津: 天津师范大学.
- 杨春燕, 李秀玲, 张江萍(2020). 贵州省初中生非自杀性自伤行为现状与影响因素研究. *现代预防医学*, 47(13), 2359-2363.
- 杨宁波, 李洁, 张国秀, 等(2022). 青少年情绪障碍患者非自杀性自残行为及其影响因素分析. *国际精神病学杂志*, 49(5), 809-811.
- 易进(1998). 心理咨询与治疗中的家庭理论. *心理学动态*, (1), 38-43.
- 尹慧芳, 徐浩林, 刘肇瑞, 等(2022). 青少年非自杀性自伤行为的理论模型研究(综述). *中国心理卫生杂志*, 36(8), 707-713.
- 岳彦, 朱峰, 陆心传, 等(2023). 同伴侵害对青少年抑郁发作患者非自杀性自伤的影响: 自尊的中介作用. *神经疾病与精神卫生*, 23(1), 18-24.
- 赵天新(2021). *青少年非自杀性自伤与家庭功能、情绪调节的关系研究*. 硕士学位论文, 咸阳: 陕西中医药大学.
- 赵天新, 钟意娟, 魏莹娟, 等(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.
- Andover, M. S., Pepper, C. M., Ryabchenko, K. A., Orrico, E. G., & Gibb, B. E. (2005). Self-Mutilation and Symptoms of Depression, Anxiety, and Borderline Personality Disorder. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 35, 581-591. <https://doi.org/10.1521/suli.2005.35.5.581>
- Beavers, R., & Hampson, R. B. (2000). The Beavers Systems Model of Family Functioning. *Journal of Family Therapy*, 22, 128-143. <https://doi.org/10.1111/1467-6427.00143>
- Boyes, M. E., Wilmot, A., & Hasking, P. A. (2020). Nonsuicidal Self-Injury-Related Differences in the Experience of Negative and Positive Emotion. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 50, 437-448. <https://doi.org/10.1111/sltb.12599>
- Brans, K., Koval, P., Verduyn, P., Lim, Y. L., & Kuppens, P. (2013). The Regulation of Negative and Positive Affect in Daily Life. *Emotion*, 13, 926-939. <https://doi.org/10.1037/a0032400>
- 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, 371-394. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2005.03.005>
- Cheek, S. M., Reiter-Lavery, T., & Goldston, D. B. (2020). Social Rejection, Popularity, Peer Victimization, and Self-Injurious Thoughts and Behaviors among Adolescents: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Clinical Psychology Review*, 82, Article 101936. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2020.101936>
- Chen, J., Chen, H., Jiang, Y., & Ma, L. (2020). Research Status and the Prospect of Nonsuicidal Self-Injury Behavior. *Journal of Education and Development*, 4, 53-63. <https://doi.org/10.20849/jed.v4i1.738>
- Claes, L., Luyckx, K., Baetens, I., Ven, M. V. D., & Witteman, C. (2015). Bullying and Victimization, Depressive Mood, and Non-Suicidal Self-Injury in Adolescents: The Moderating Role of Parental Support. *Journal of Child and Family Studies*, 24, 3363-3371. <https://doi.org/10.1007/s10826-015-0138-2>
- Crick, N. R., & Grotpeter, J. K. (1996). Children's Treatment by Peers: Victims of Relational and Overt Aggression. *Development and Psychopathology*, 8, 367-380. <https://doi.org/10.1017/S0954579400007148>
- Crick, N. R., & Nelson, D. A. (2002). Relational and Physical Victimization within Friendships: Nobody Told Me There'd Be Friends Like These. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 30, 599-607. <https://doi.org/10.1023/A:1020811714064>
- Dawkins, J. C., Hasking, P. A., Boyes, M. E., Greene, D., & Passchier, C. (2019). Applying a Cognitive-Emotional Model to Nonsuicidal Self-Injury. *Stress and Health*, 35, 39-48. <https://doi.org/10.1002/smi.2837>
- Ding, H., Zhu, L., Wei, H., Geng, J., Huang, F., & Lei, L. (2022). The Relationship between Cyber-Ostracism and Adolescents' Non-Suicidal Self-Injury: Mediating Roles of Depression and Experiential Avoidance. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19, Article 12236. <https://doi.org/10.3390/ijerph191912236>



- Duncan-Plummer, T., Hasking, P., Tonta, K., & Boyes, M. (2023). Cognitive-Emotional Networks in Students with and without a History of Non-Suicidal Self-Injury. *Journal of Affective Disorders*, 329, 394-403. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2023.02.054>
- Fliege, H., Lee, J. R., Grimm, A., & Klapp, B. F. (2009). Risk Factors and Correlates of Deliberate Self-Harm Behavior: A Systematic Review. *Journal of Psychosomatic Research*, 66, 477-493. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychores.2008.10.013>
- Giletta, M., Scholte, R. H. J., Engels, R. C. M. E., Ciairano, S., & Prinstein, M. J. (2012). Adolescent Non-Suicidal Self-Injury: A Cross-National Study of Community Samples from Italy, the Netherlands and the United States. *Psychiatry Research*, 197, 66-72. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2012.02.009>
- Goldin, P. R., Mcrae, K., Ramel, W., & Gross, J. J. (2008). The Neural Bases of Emotion Regulation: Reappraisal and Suppression of Negative Emotion. *Biological Psychiatry*, 63, 577-586. <https://doi.org/10.1016/j.biopsych.2007.05.031>
- Gross, J. J. (1998a). Antecedent- and Response-Focused Emotion Regulation: Divergent Consequences for Experience, Expression, and Physiology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 224-237. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.74.1.224>
- Gross, J. J. (1998b). The Emerging Field of Emotion Regulation: An Integrative Review. *Review of General Psychology*, 2, 271-299. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.2.3.271>
- 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, 348-362. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.85.2.348>
- Gross, J. J., & Muñoz, R. F. (1995). Emotion Regulation and Mental Health. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 2, 151-164. <https://doi.org/10.1111/j.1468-2850.1995.tb00036.x>
- Gross, J. J., & Thompson, R. A. (2007). *Handbook of Emotion Regulation*. Guilford Publications.
- Hasking, P. A., Simplicio, M. D., Mcevoy, P. M., & Rees, C. S. (2018). Emotional Cascade Theory and Non-Suicidal Self-Injury: The Importance of Imagery and Positive Affect. *Cognition and Emotion*, 32, 941-952. <https://doi.org/10.1080/02699931.2017.1368456>
- Hasking, P., Dawkins, J., Gray, N., Wijeratne, P., & Boyes, M. (2020). Indirect Effects of Family Functioning on Non-Suicidal Self-Injury and Risky Drinking: The Roles of Emotion Reactivity and Emotion Regulation. *Journal of Child and Family Studies*, 29, 2070-2079. <https://doi.org/10.1007/s10826-020-01722-4>
- Hasking, P., Whitlock, J., Voon, D., & Rose, A. (2017). A Cognitive-Emotional Model of NSSI: Using Emotion Regulation and Cognitive Processes to Explain Why People Self-Injure. *Cognition and Emotion*, 31, 1543-1556. <https://doi.org/10.1080/02699931.2016.1241219>
- Horgan, M., & Martin, G. (2016). Differences between Current and Past Self-Injurers: How and Why Do People Stop? *Archives of Suicide Research*, 20, 142-152. <https://doi.org/10.1080/13811118.2015.1004479>
- Houben, M., Claes, L., Vansteelandt, K., Berens, A., Sleuwaegen, E., & Kuppens, P. (2017). The Emotion Regulation Function of Nonsuicidal Self-Injury: A Momentary Assessment Study in Inpatients with Borderline Personality Disorder Features. *Journal of Abnormal Psychology*, 126, 89-95. <https://doi.org/10.1037/abn0000229>
- Howe-Martin, L. S., Murrell, A. R., & Guarnaccia, C. A. (2012). Repetitive Nonsuicidal Self-Injury as Experiential Avoidance among a Community Sample of Adolescents. *Journal of Clinical Psychology*, 68, 809-829. <https://doi.org/10.1002/jclp.21868>
- International Society for the Study of Self-Injury (2022). *Who Self-Injures?* <https://www.itriples.org/who-self-injures>
- Kelada, L., Hasking, P., & Melvin, G. (2016). The Relationship between Nonsuicidal Self-Injury and Family Functioning: Adolescent and Parent Perspectives. *Journal of Marital and Family Therapy*, 42, 536-549. <https://doi.org/10.1111/jmft.12150>
- Klonsky, E. D. (2007). The Functions of Deliberate Self-Injury: A Review of the Evidence. *Clinical Psychology Review*, 27, 226-239. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2006.08.002>
- Klonsky, E. D., & Muehlenkamp, J. J. (2007). Self-Injury: A Research Review for the Practitioner. *Journal of Clinical Psychology*, 63, 1045-1056. <https://doi.org/10.1002/jclp.20412>
- Klonsky, E. D., Oltmanns, T. F., & Turkheimer, E. (2003). Deliberate Self-Harm in a Nonclinical Population: Prevalence and Psychological Correlates. *American Journal of Psychiatry*, 160, 1501-1508. <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.160.8.1501>
- Klonsky, E. D., Victor, S. E., & Saffer, B. Y. (2014). Nonsuicidal Self-Injury: What We Know, and What We Need to Know. *Canadian Journal of Psychiatry-Revue Canadienne de Psychiatrie*, 59, 565-568. <https://doi.org/10.1177/070674371405901101>
- Michelson, D., & Bhugra, D. (2012). Family Environment, Expressed Emotion and Adolescent Self-Harm: A Review of Conceptual, Empirical, Cross-Cultural and Clinical Perspectives. *International Review of Psychiatry*, 24, 106-114.

- <https://doi.org/10.3109/09540261.2012.657613>
- Myntti, W. W., & Muehlenkamp, J. J. (2023). Body Regard Disrupts Emotional Cascade Processes in Nonsuicidal Self-Injury. *Journal of Clinical Psychology, 79*, 1957-1967. <https://doi.org/10.1002/jclp.23513>
- Nock, M. K. (2010). Self-Injury. *Annual Review of Clinical Psychology, 6*, 339-363. <https://doi.org/10.1146/annurev.clinpsy.121208.131258>
- Nock, M. K., & Prinstein, M. J. (2004). A Functional Approach to the Assessment of Self-Mutilative Behavior. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 72*, 885-890. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.72.5.885>
- Olson, D. H. (2000). Circumplex Model of Marital and Family Systems. *Journal of Family Therapy, 22*, 144-167. <https://doi.org/10.1111/1467-6427.00144>
- Ostrov, J. M., & Kamper, K. E. (2015). Future Directions for Research on the Development of Relational and Physical Peer Victimization. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology, 44*, 509-519. <https://doi.org/10.1080/15374416.2015.1012723>
- Poudel, A., Lamichhane, A., Magar, K. R., & Khanal, G. P. (2022). Non Suicidal Self Injury and Suicidal Behavior among Adolescents: Co-Occurrence and Associated Risk Factors. *BMC Psychiatry, 22*, Article No. 96. <https://doi.org/10.1186/s12888-022-03763-z>
- Salmivalli, C. (2010). Bullying and the Peer Group: A Review. *Aggression and Violent Behavior, 15*, 112-120. <https://doi.org/10.1016/j.avb.2009.08.007>
- Selby, E. A., & Joiner, T. E. (2009). Cascades of Emotion: The Emergence of Borderline Personality Disorder from Emotional and Behavioral Dysregulation. *Review of General Psychology, 13*, 219-229. <https://doi.org/10.1037/a0015687>
- Selby, E. A., Anestis, M. D., & Joiner, T. E. (2008). Understanding the Relationship between Emotional and Behavioral Dysregulation: Emotional Cascades. *Behaviour Research and Therapy, 46*, 593-611. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2008.02.002>
- Skegg, K. (2005). Self-Harm. *The Lancet, 366*, 1471-1483. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(05\)67600-3](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(05)67600-3)
- Skinner, H., Steinhauer, P., & Sitarenios, G. (2000). Family Assessment Measure (FAM) and Process Model of Family Functioning. *Journal of Family Therapy, 22*, 190-210. <https://doi.org/10.1111/1467-6427.00146>
- Tuna, E., & Bozo, Ö. (2014). Exploring the Link between Emotional and Behavioral Dysregulation: A Test of the Emotional Cascade Model. *The Journal of General Psychology, 141*, 1-17. <https://doi.org/10.1080/00221309.2013.834289>
- 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*, 364-368. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2015.09.017>
- Vergara, G. A., Stewart, J. G., Cosby, E. A., Lincoln, S. H., & Auerbach, R. P. (2019). Non-Suicidal Self-Injury and Suicide in Depressed Adolescents: Impact of Peer Victimization and Bullying. *Journal of Affective Disorders, 245*, 744-749. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2018.11.084>
- Voss, C., Hoyer, J., Venz, J., Pieper, L., & Beesdo-Baum, K. (2020). Non-Suicidal Self-Injury and Its Co-Occurrence with Suicidal Behavior: An Epidemiological-Study among Adolescents and Young Adults. *Acta Psychiatrica Scandinavica, 142*, 496-508. <https://doi.org/10.1111/acps.13237>
- Waals, L., Baetens, I., Rober, P., Lewis, S., Van Parys, H., Goethals, E. R., & Whitlock, J. (2018). The NSSI Family Distress Cascade Theory. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health, 12*, Article No. 52. <https://doi.org/10.1186/s13034-018-0259-7>
- Walsh, F. (Ed.) (2012). *Normal Family Processes: Growing Diversity and Complexity*. Guilford Press.