

负性生活事件与青少年非自杀性自伤： 反刍思维和自我接纳的链式中介作用

钟玉洁¹, 刘沐晨², 吴科印¹, 谢杭琦¹, 张学伟^{1*}

¹西南交通大学心理研究与咨询中心, 四川 成都

²四川大学华西医院心理卫生中心, 四川 成都

收稿日期: 2024年4月9日; 录用日期: 2024年5月17日; 发布日期: 2024年5月31日

摘要

目的: 探讨负性生活事件对青少年非自杀性自伤(NSSI)的作用机制。方法: 本研究以四川成都市某中学的694名学生为被试, 采用青少年生活事件量表(ASLEC)、反刍思维量表(RRS-CV)、自我接纳量表(SAQ)、非自杀性自伤量表(ANSAQ)进行调查。结果: (1) 负性生活事件正向预测NSSI; (2) 中介效应检验表明, 负性生活事件不直接影响NSSI, 但通过三条路径产生间接影响, 即反刍思维的单独中介作用; 自我接纳的单独中介作用; 反刍思维和自我接纳的链式中介作用。结论: 负性生活事件会增加非自杀性自伤的风险, 且这种效应是通过反刍思维和自我接纳的共同作用。

关键词

负性生活事件, 反刍思维, 自我接纳, 非自杀性自伤

Negative Life Events and Adolescents' Non-Suicidal Self-Injury: A Chain Mediation of Rumination and Self-Acceptance

Yujie Zhong¹, Muchen Liu², Keyin Wu¹, Hangqi Xie¹, Xuewei Zhang^{1*}

¹Psychological Research and Counseling Center, Southwest Jiaotong University, Chengdu Sichuan

²Mental Health Center, West China Hospital, Sichuan University, Chengdu Sichuan

Received: Apr. 9th, 2024; accepted: May 17th, 2024; published: May 31st, 2024

Abstract

Objectives: This study aimed to explore the effect of negative life events on non-suicidal self-injury

*通讯作者。

文章引用: 钟玉洁, 刘沐晨, 吴科印, 谢杭琦, 张学伟(2024). 负性生活事件与青少年非自杀性自伤: 反刍思维和自我接纳的链式中介作用. *心理学进展*, 14(5), 496-503. DOI: 10.12677/ap.2024.145339

(NSSI) in adolescents. **Methods:** A total of 694 adolescents from a high school in Chengdu, Sichuan Province completed the Adolescent Self-Rating Life Events Check List, Rumination Response Scale-Chinese Version, Self-acceptance Questionnaire, Adolescent Non-suicidal Self-injury Assessment Questionnaire. **Results:** (1) Negative life events positively predict non-suicidal self-injury; (2) Multiple mediation modeling indicated that negative life events did not directly affect non-suicidal self-injury, but could indirectly affect non-suicidal self-injury through three paths, including the mediator of rumination, the mediator of self-acceptance, and the serial mediating role of both rumination and self-acceptance. **Conclusions:** Negative life events increase the risk of non-suicidal self-injury, which is formed through the combined action of rumination and self-acceptance.

Keywords

Negative Life Events, Rumination, Self-Acceptance, Non-Suicidal Self-Injury

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

非自杀性自伤(non-suicidal self-injury, NSSI)是指在没有自杀意图的情况下直接和故意伤害身体并对其造成损伤的行为,常常采取的方式有打伤、划伤、刮伤等,不被社会所认可或接受(林明婧等, 2018; Nock, 2010a)。青少年时期是 NSSI 的高发期(Cassels & Wilkinson, 2016),在青少年人群中, NSSI 的报告率随年龄发展呈倒 V 型(付继玲等, 2013),其平均首发年龄在 9.5~14 岁,高峰在 15 岁,之后随着年龄增长发生率反而逐渐降低(林明婧, 2018)。我国中学生(13~18 岁)的 NSSI 发生率约为 27.4% (韩阿珠等, 2017)。有研究表明,在具有 NSSI 的青少年中,有自杀意念的比例达 70% 以上(Wolff et al., 2013)。非自杀性自伤在青少年中发生率高并且能预测自杀意念及行为(徐慧琼等, 2019; Crouch & Wright, 2004),鉴于此,探讨青少年非自杀性自伤的内部机制可以为更好的预防青少年 NSSI 献言献策。

1.1. 反刍思维的中介作用

负性生活事件(negative life events)是指能够被察觉到并有潜力改变个体目前的精神或身体健康的事件(Goodyer, 1996)。青少年正处于情绪不稳定,自我发展未完善的时期,当遇到学业、人际等多方面的压力事件,容易诱发抑郁、焦虑等负面情绪(刘慧瀛, 王婉, 2017);反刍思维(rumination)是压力性事件后反复关注抑郁情绪的原因、意义和结果,沉溺于消极情绪,是一种不灵活、僵化、适应不良的认知情绪调节策略(Miranda et al., 2013);依据 NSSI 的情绪级联模型(Emotional Cascade Theory) (Selby et al., 2013),当一个人经历一件令人沮丧的事情时,并以强烈而迅速的反复思考来应对该事件,导致了反刍思维与负面情绪相互作用,这是一种思维与情绪的逐渐增强的相互循环,会产生让人难以忍受的情绪状态,个体为减少这种厌恶的体验,从而导致自伤(Selby et al., 2010)。当青少年遇到负性事件时,诱发负面情绪,并反复沉思,沉溺于负面情绪, NSSI 能很快的降低消极情绪的强度并中断反刍思维(Marshall et al., 2013)。有研究表明青少年的负性生活事件与青少年非自杀性自伤相关(高昂等, 2020),青少年反刍思维与 NSSI 的相关性具有统计学意义(王琳琳等, 2022)。基于此,本研究提出假设 H1:反刍思维与 NSSI 行为直接相关,反刍思维在负性生活事件与 NSSI 行为间发挥中介作用。

1.2. 自我接纳的中介作用

相同的逆境或压力性事件,为什么有些个体通过 NSSI 来缓解,有些却能很好的适应呢?积极心理学认为个体本身的积极力量可以更好的应对消极方面的困扰,可以通过挖掘每个人自身的积极的心理潜能来实现(祝楠等, 2010)。自我接纳作为个体积极应对压力所需的心理素质,受到了愈加广泛的关注(艾婷, 2020)。

自我接纳(self-acceptance)是在情感上、态度上对实际自我的悦纳(丛中, 高文凤, 1999),是一种重要的积极心理资源,能够影响个体的生活满意度,降低个体的心理困扰(艾婷, 2020),与心理健康存在密切关系(张晖等, 2016)。一方面自我接纳与负性生活事件、抑郁情绪、自杀意念息息相关(艾婷, 2020; 崔向军等, 2012; 凌川云等, 2012),自杀意念与非自杀性自伤相关(徐慧琼等, 2019);另一方面高水平的自我接纳与更高水平的积极情绪,如希望、喜悦和兴趣显著正相关(孙灯勇, 卢碧丹, 2017)。本研究从积极心理学视角下,探索自我接纳作为积极的心理资源在压力事件下对个体的影响。据此,本研究提出假设 H2:自我接纳在负性生活事件与 NSSI 行为间发挥中介作用。

1.3. 反刍思维和自我接纳的链式中介作用

长期地关注自我的消极方面,可能会增加消极自我观念、降低自我认可(Takano et al., 2012),个体自我接纳水平低,不认可自己,从而更容易反复的思考自我负面的信息,会有更高水平的反刍思维(孟凡斐, 2018),自我的肯定与接纳与反刍思维相互影响(刘慧瀛, 王婉, 2017; 徐友名, 2021)。虽然负性生活事件,反刍思维,自我接纳三者均在 NSSI 行为中发挥着重要作用,但目前尚未有研究探讨三者对 NSSI 行为的影响机制。本研究提出假设 H3:反刍思维和自我接纳在负性生活事件与 NSSI 之间起链式中介的作用。

2. 对象与方法

2.1. 被试

本次调查于 2023 年 4 月至 5 月在四川省成都市某中学完成施测,实际回收问卷 736 份,筛选后,得到 694 份有效问卷,有效率为 94.29%。其中男生 336 人(48.41%),女生 358 人(51.59%);城镇户口 572 人(82.42%),农村户口 122 人(17.58%);初一年级 170 人(24.49%),初二年级 166 人(23.92%),高一年级 201 人(28.96%),高二年级 157 人(22.62%)。

2.2. 研究工具

2.2.1. 负性生活事件量表

刘贤臣等人在 1997 年编制的青少年生活事件量表(Adolescent Self-Rating Life Events Check List, ASLEC),该量表有 27 个题目(刘贤臣等, 1997)。第 27 个项目是开放问题,在本研究不做考虑,该量表的内部一致性系数为 0.93。

2.2.2. 反刍思维量表

采用 2009 年韩秀等人修订的反刍思维量表(Rumination Response Scale-Chinese Version, RRS-CV),共 21 个项目(韩秀, 杨宏飞, 2009)。采用 4 点计分形式,得分越高表示反刍思维越严重。本研究中该量表的内部一致性系数为 0.93。

2.2.3. 自我接纳量表

研究采用国内学者丛中、高文凤于 1999 年编制的自我接纳问卷(Self-acceptance Questionnaire, SAQ)

(丛中, 高文凤, 1999), 包括自我评价和自我接纳两个维度, 按照 4 级评分法计算, 共 16 题。本研究中该量表的内部一致性系数为 0.87。

2.2.4. 非自杀性自伤量表

青少年非自杀性自伤行为评定问卷(Adolescent Non-suicidal Self-injury Assessment Questionnaire, ANSAQ), 由万宇辉等人于 2018 年编制(万宇辉等, 2018), 共 12 个条目, 包括两个维度: 无明显、有明显的组织行为损伤的自伤行为, 内部一致性系数为 0.91。

2.3. 数据分析

使用 SPSS 21.0 以及 SPSS 的宏程序 PROCESS 进行分析数据(Hayes, 2013)。首先进行描述统计分析, 其次进行相关分析, 最后使用 PROCESS 的模型 6 对链式中介效应进行分析。

2.4. 共同方法偏差检验

通过探索性因素分析对共同方法偏差进行检验(周浩, 龙立荣, 2004; Hayes, 2013)。一共有 12 个因子的特征根值是大于 1, 变异量的 24.89% 可以由第一个公共因子来解释, 因此本研究没有严重的共同方法偏差。

3. 结果

3.1. 描述统计和相关分析

负性生活事件与反刍思维、非自杀性自伤两两间呈显著正相关; 自我接纳与负性生活事件、反刍思维、非自杀性自伤都呈显著负相关, 见表 1。

Table 1. Describe statistical results and related analysis

表 1. 描述统计结果和相关分析

变量	$M \pm SD$	负性生活事件	反刍思维	自我接纳	NSSI
负性生活事件	1.97 ± 0.73	1			
反刍思维	1.89 ± 0.53	0.54***	1		
自我接纳	2.48 ± 0.49	-0.42***	-0.53***	1	
NSSI	1.14 ± 0.36	0.33***	0.44***	-0.37***	1

注: *** $p < 0.001$ 。

3.2. 链式中介效应检验

根据温忠麟等人于 2014 年的检验中介效应的 Bootstrap 方法, 进行链式中介效应检验(温忠麟, 叶宝娟, 2014)。

首先, 将自变量、因变量和中介变量进行标准化处理, 然后在控制一些基本统计信息的变量的条件下, 重复取样 5000 次, 计算 95% 的置信区间。回归分析结果显示, 见表 2, 负性生活事件能够显著正向预测 NSSI, 总效应显著($\beta = 0.25, p < 0.001$); 负性生活事件正向预测反刍思维($\beta = 0.47, p < 0.001$); 负性生活事件负向预测自我接纳($\beta = -0.13, p < 0.001$), 反刍思维负向预测自我接纳($\beta = -0.35, p < 0.001$); 当负性生活事件、反刍思维和自我接纳同时纳入回归方程时, 如图 1 所示, 负性生活事件对非自杀性自伤的直接预测作用不显著($\beta = -0.08, p > 0.05$), 反刍思维正向预测非自杀性自伤($\beta = 0.30, p < 0.001$), 自我接纳负向预测非自杀性自伤($\beta = -0.14, p < 0.01$)。

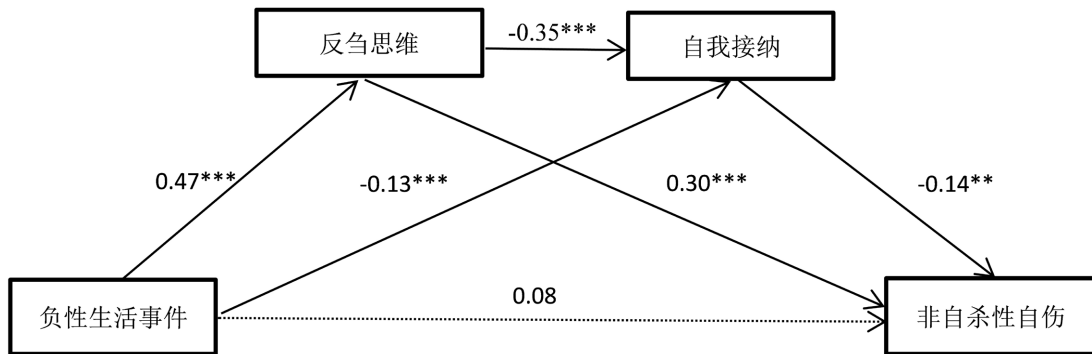
Table 2. Regression analysis between variables
表 2. 各变量间的回归分析

回归方程		整体拟合指标			回归系数及显著性	
结果变量	预测变量	<i>R</i>	<i>R</i> ²	<i>F</i>	β	<i>t</i>
反刍思维	负性生活事件	0.59	0.35	45.50***	0.47	14.19***
自我接纳	负性生活事件	0.63	0.40	49.61***	-0.13	-3.60***
非自杀性自伤	反刍思维	0.51	0.26	24.32***	-0.35	-9.58***
	负性生活事件				0.08	1.95
	自我接纳				0.30	6.85***
					-0.14	-3.23**

注: ** $p < 0.01$, *** $p < 0.001$ 。

Table 3. Bootstrap analysis of mediating significance test
表 3. 中介显著性检验的 Bootstrap 分析

中介路径	效应值	95%置信区间		相对中介效应
		下限	上限	
总间接效应: 负性生活事件→NSSI	0.18	0.13	0.24	69.23%
间接效应 1: 负性生活事件→反刍思维→NSSI	0.14	0.09	0.19	53.85%
间接效应 2: 负性生活事件→自我接纳→NSSI	0.02	0.00	0.04	7.69%
间接效应 3: 负性生活事件→反刍思维→自我接纳→NSSI	0.02	0.01	0.04	7.69%



注: $N = 694$, ** $p < 0.01$, *** $p < 0.001$ 。

Figure 1. The mediating effect model of rumination and self acceptance
图 1. 反刍思维和自我接纳的中介模型

中介效应分析结果见表 3, 结果表明: 反刍思维和自我接纳在负性生活事件和 NSSI 之间起完全中介作用, 中介效应值为 0.18, 占总效应(0.26)的 69.23%。具体来看, 中介效应由三条路径产生的间接效应组成: 通过负性生活事件→反刍思维→NSSI 的途径产生的间接效应 1 (0.14); 通过负性生活事件→自我接纳→NSSI 的途径产生的间接效应 2(0.02); 通过负性生活事件→反刍思维→自我接纳→NSSI 的途径产生的间接效应 3(0.02)。

4. 讨论

本研究发现青少年负性生活事件与 NSSI 显著正相关; 负性生活事件可以通过反刍思维、自我接纳单独的中介作用对 NSSI 行为产生影响, 还可以通过反刍思维和自我接纳的链式中介作用影响 NSSI 行为。本研究阐明了负性生活事件对青少年 NSSI 产生作用的机制, 为 NSSI 的早期识别和预防提供了实证依据。

本研究结果表明, 负性生活事件与 NSSI 正相关, 这与以往研究结果一致(高昂等, 2020)。NSSI 可以调节压力, 能够应对负面情绪体验与负性生活事件(Nock, 2010b; Miller et al., 2019), 负性生活事件越多, 就越可能通过 NSSI 来调节负性生活事件带来的压力(Kaess et al., 2020)。

本研究结果表明反刍思维在负性生活事件与 NSSI 之间起中介作用, 假设 1 得到验证。负性生活事件与反刍思维相关(常远, 齐冰, 2023), 反刍思维能正向预测非自杀性自伤行为(王琳琳等, 2022)。经历的负性生活事件越多, 个体反复沉浸于事件后的消极情绪, 反刍思维倾向就越严重(林琳等, 2019), 同时反刍思维使负面情绪不断积累、放大, 个体通过强有力身体感觉中断反刍思维, 从而引发 NSSI 行为(甘明星等, 2021), 这也验证了情绪级联模型。因此反刍思维在负性生活事件与青少年 NSSI 间起中介作用。

本研究结果表明自我接纳在负性生活事件与青少年 NSSI 起中介作用, 即负性生活事件可以通过自我接纳间接影响青少年 NSSI, 假设 2 得到验证。一方面, 负性生活事件可以负向预测自我接纳, 在面对负性生活事件时, 个体会产生自我怀疑等消极情绪, 进而降低自我接纳水平, 从而产生更多的心理问题(凌川云等, 2012)。另一方面, 自我接纳可以负向预测 NSSI 行为, 有研究表明, 自我接纳与自杀意念呈显著负相关, 自我接纳是自身以及自身所具特征的一种积极的态度, 是自杀意念的保护因素, 自杀意念与非自杀性自伤相关(徐慧琼等, 2019)。当事情失败或者不顺利时, 就认为自己是失败者, 导致抑郁焦虑等不良情绪产生, 加剧自我否定(崔向军等, 2012), 降低个体自我接纳的水平, 低水平自我接纳对抑郁、焦虑等负面情绪的缓冲作用减弱(詹清和等, 2017), NSSI 具有降低消极情绪强度的功能, 因此通过 NSSI 行为来缓解。现有研究对于自我接纳与非自杀性自伤行为的相关研究较少, 自我接纳作为能缓解抑郁、焦虑等负面情绪的重要的心理资源, 能负向预测 NSSI 行为。

本研究还发现, 反刍思维和自我接纳在负性生活事件与青少年 NSSI 之间起链式中介作用, 这一结果反映了反刍思维和自我接纳的密切联系(黎明, 2022), 假设 3 得到验证。当反刍思维与自我接纳纳入回归方程时, 负性生活事件对 NSSI 行为不存在直接影响, 而是通过反刍思维、自我接纳的单独中介作用和链式中介作用产生间接影响。这一发现揭示了负性生活事件影响青少年 NSSI 的作用机制, 当青少年遇到压力性事件时, 诱发负面情绪且反复沉思事件的前因后果(Nolen-Hoeksema & Susan, 1991), 这时个体容易更多的关注自我的消极方面, 降低自我认可(Takano et al., 2012), 自我接纳水平减低, 自我接纳对个体的保护作用减弱, 消极情绪更加强烈。因此, 个体为了减缓强烈的情绪与中断反复沉思, 通过 NSSI 行为来短时间内减缓内心痛苦, 恢复稳定。

5. 展望

本研究结果扩展了负性生活事件与青少年 NSSI 的内在作用机制, 从积极心理视角探讨了自我接纳对 NSSI 行为的保护作用。学校、家庭和个人可以通过提升青少年自身的这一积极特征来减少压力性事件的消极影响。未来可以更多的从个体自身的积极因素出发, 如自尊、心理韧性、希望等来挖掘青少年自身的积极力量, 从而更好地抵抗或消除负性事件的影响, 预防 NSSI 行为, 提升青少年心理健康水平。

基金项目

四川省社会科学重点研究基地四川应用心理学研究中心项目(CSXL-22209)。

参考文献

- 艾婷(2020). 高中生负性生活事件与心理健康的关系: 自我接纳的中介作用及其干预. 硕士学位论文, 武汉: 华中师范大学.
- 常远, 齐冰(2023). 负性生活事件与初中生自伤行为: 有调节的中介模型. *应用心理学*, 29(4), 309-316.
- 丛中, 高文凤(1999). 自我接纳问卷的编制与信度效度检验. *中国行为医学科学*, 8(1), 20-22.

- 崔向军, 李丽娜, 路月英, 等(2012). 高考生自杀意念与自我接纳的关系研究. *心理学与社会和谐学术会议*.
- 付继玲, 万宇辉, 孙莹, 等(2013). 中学生视屏时间、心理亚健康与自伤行为. *中国心理卫生杂志*, 27(6), 468-472.
- 甘明星, 王蒙, 林丽华, 等(2021). 青少年儿童期心理虐待与忽视对非自杀性自伤行为: 反刍思维和认知融合的链式中介作用. *中国健康心理学杂志*, 29(5), 787-791.
- 高昂, 余洁静, 耿耀国, 等(2020). 青少年负性生活事件与非自杀性自伤行为: 有调节的中介模型. *中国临床心理学杂志*, 28(5), 897-901.
- 韩阿珠, 徐耿, 苏普玉(2017). 中国大陆中学生非自杀性自伤流行特征的 Meta 分析. *中国学校卫生*, 38(11), 1665-1670.
- 韩秀, 杨宏飞(2009). Nolen-Hoeksema 反刍思维量表在中国的试用. *中国临床心理学杂志*, 17(5), 550-551, 549.
- 黎明(2022). *大学生自我接纳、反刍思维与交往焦虑的关系及其干预研究*. 硕士学位论文, 昆明: 云南师范大学.
- 林琳, 刘俊岐, 杨洋, 等(2019). 负性生活事件对大学生自杀意念的影响——反刍思维的中介作用和气质性乐观的调节作用. *心理与行为研究*, 17(4), 569-576.
- 林明婧(2018). *护理专业大学生非自杀性自伤行为现状及其与述情障碍、父母教养方式的关系*. 硕士学位论文, 济南: 山东大学.
- 林明婧, 厉萍, 卢庆华(2018). 青少年非自杀性自伤的研究现状. *精神医学杂志*, 31(1), 67-70.
- 凌川云, 王晓爽, 黄娜, 等(2012). 自我接纳在青少年生活事件和抑郁情绪之间的中介效应. *河北联合大学学报(医学版)*, 14(4), 476-477.
- 刘慧瀛, 王婉(2017). 大学生负性生活事件与状态焦虑的关系——反刍思维的中介效应和自我肯定的调节效应. *中国心理卫生杂志*, 31(9), 728-733.
- 刘贤臣, 刘连启, 杨杰, 等(1997). 青少年生活事件量表的信度效度检验. *中国临床心理学杂志*, 5(1), 34-36.
- 孟凡斐(2018). *中学生自我接纳量表的编制*. 硕士学位论文, 重庆: 西南大学.
- 孙灯勇, 卢碧丹(2017). 自我接纳: 概念、测量及影响. *心理研究*, 10(6), 60-67.
- 万宇辉, 刘婉, 郝加虎, 等(2018). 青少年非自杀性自伤行为评定问卷的编制及其信效度评价. *中国学校卫生*, 39(2), 170-173.
- 王琳琳, 许伽彬, 雷千乐, 等(2022). 青少年反刍思维与非自杀性自伤相关性的 Meta 分析. *中国心理卫生杂志*, 36(9), 793-798.
- 温忠麟, 叶宝娟(2014). 中介效应分析: 方法和模型发展. *心理科学进展*, 22(5), 731-745.
- 徐慧琼, 万宇辉, 许韶君, 等(2019). 中学生非自杀性自伤行为与自杀意念和自杀未遂的关联. *中国心理卫生杂志*, 33(10), 774-778.
- 徐友名(2021). 高校学生自我接纳、反刍思维与孤独感的关系研究. *安徽广播电视大学学报*, (2), 45-50.
- 詹清和, 倪凯德, 邵阳(2017). 自我接纳在心理健康和自我差异间的中介效应. *中国健康心理学杂志*, 25(9), 1418-1423.
- 张晖, 何凯, 罗军, 等(2016). 95 后大学新生心理适应与心理健康的关系: 自我接纳的中介作用. *中国健康心理学杂志*, 24(5), 762-766.
- 周浩, 龙立荣(2004). 共同方法偏差的统计检验与控制方法. *心理科学进展*, 12(6), 942-950.
- 祝楠, 王宁霞, 魏然(2010). 积极心理健康教育在四川震后中学生团体心理辅导中的应用研究. *中国特殊教育*, (5), 73-78.
- Cassels, M., & Wilkinson, P. (2016). Non-Suicidal Self-Injury in Adolescence. *Paediatrics & Child Health*, 26, 554-558. <https://doi.org/10.1016/j.paed.2016.08.006>
- Crouch, W., & Wright, J. (2004). Deliberate Self-Harm at an Adolescent Unit: A Qualitative Investigation. *Clinical Child Psychology & Psychiatry*, 9, 185-204. <https://doi.org/10.1177/1359104504041918>
- Goodyer, I. M. (1996). Recent Undesirable Life Events: Their Influence on Subsequent Psychopathology. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 5, 33-37. <https://doi.org/10.1007/BF00538541>
- Hayes, A. (2013). Introduction to Mediation, Moderation, and Conditional Process Analysis. *Journal of Educational Measurement*, 51, 335-337. <https://doi.org/10.1111/jedm.12050>
- Kaess, M., Eppelmann Brunner, R. et al. (2020). Life Events Predicting the First Onset of Adolescent Direct Self-Injurious Behavior—A Prospective Multicenter Study. *Journal of Adolescent Health*, 66, 195-201. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2019.08.018>

- Marshall, S. K., Tilton-Weaver, L. C., & Stattin, H. (2013). Non-Suicidal Self-Injury and Depressive Symptoms during Middle Adolescence: A Longitudinal Analysis. *Journal of Youth and Adolescence*, *42*, 1234-1242. <https://doi.org/10.1007/s10964-013-9919-3>
- Miller, A. B., Eisenlohr-Moul, T., Glenn, C. R. et al. (2019). Does Higher-Than-Usual Stress Predict Nonsuicidal Self-Injury? Evidence from Two Prospective Studies in Adolescent and Emerging Adult Females. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, *60*, 1076-1084. <https://doi.org/10.1111/jcpp.13072>
- Miranda, R., Tsypes, A., Gallagher, M., & Rajappa, K. (2013). Rumination and Hopelessness as Mediators of the Relation between Perceived Emotion Dysregulation and Suicidal Ideation. *Cognitive Therapy and Research*, *37*, 786-795. <https://doi.org/10.1007/s10608-013-9524-5>
- Nock, M. K. (2010a). Why Do People Hurt Themselves? New Insights into the Nature and Functions of Self-Injury. *Current Directions in Psychological Science*, *18*, 78-83. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8721.2009.01613.x>
- Nock, M. K. (2010b). Self-Injury. *Annual Review of Clinical Psychology*, *6*, 339-363. <https://doi.org/10.1146/annurev.clinpsy.121208.131258>
- Nolen-Hoeksema, S. (1991). Responses to Depression and Their Effects on the Duration of Depressive Episodes. *Journal of Abnormal Psychology*, *100*, 569-582. <https://doi.org/10.1037/0021-843X.100.4.569>
- Selby, E. A., Connell, L. D., & Joiner, T. E. (2010). The Pernicious Blend of Rumination and Fearlessness in Non-Suicidal Self-Injury. *Cognitive Therapy & Research*, *34*, 421-428. <https://doi.org/10.1007/s10608-009-9260-z>
- Selby, E. A., Franklin, J., Carson-Wong, A., & Rizvi, S. L. (2013). Emotional Cascades and Self-Injury: Investigating Instability of Rumination and Negative Emotion. *Journal of Clinical Psychology*, *69*, 1213-1227. <https://doi.org/10.1002/jclp.21966>
- Takano, K., Sakamoto, S., & Tanno, Y. (2012). Functional and Dysfunctional Self-Focus, Self-Acceptance, and Self-Disclosure. *Japanese Journal of Personality*, *21*, 12-22. <https://doi.org/10.2132/personality.21.12>
- Wolff, J., Frazier, E. A., Esposito-Smythers, C. et al. (2013). Cognitive and Social Factors Associated with NSSI and Suicide Attempts in Psychiatrically Hospitalized Adolescents. *Journal of Abnormal Child Psychology*, *41*, 1005-1013. <https://doi.org/10.1007/s10802-013-9743-y>