

# 自传体记忆“俘获”作用的选择性？

## ——自杀意向者的沉浸滞留机制

张宏宇<sup>1</sup> 曾诗雨<sup>2</sup> 许 燕<sup>2</sup>

1. 北京工商大学，北京；

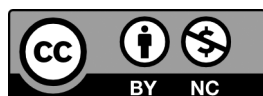
2. 北京师范大学，北京

**摘 要** | 依据威廉姆斯（Williams）提出的自传体记忆的思维滞留机制理论假设（CaR），通过考察自传体记忆在自杀意念与沉浸关系中的调节作用，探索自杀意向的思维滞留机制。使用SPSS 15.0软件包，采用层级回归方法做数据分析。结果显示：（1）积极词汇的自传体记忆概括性具有显著的调节效应。（2）自传体记忆概括性影响了自杀意念与沉浸的关系。（3）回忆事件的积极和消极特征没有发现显著的调节作用，但事件的积极性和消极性特征独立预测了沉浸，消极事件非常显著地正向预测了沉浸。结论：积极词汇的概括性是作用于自杀意念和沉浸反应之间关系的调节变量，高水平的概括性减弱了自杀意念与沉浸关系的强度，回忆的事件特征更为强烈地影响了沉浸反应。在自杀意念唤起沉浸状态的过程中，自传体记忆的“俘获”作用似乎是有选择的，不同性质线索词的作用相异。

**关键词** | 自传体记忆；过度概括性自传体记忆；沉浸（反刍思维）；自杀意念

Copyright © 2023 by author (s) and SciScan Publishing Limited

This article is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/). <https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>



## 1 问题提出

生与死的思考以及对生命意义的质疑，是青少年发展中逐渐凸显并上升到意识中的一个心理议题。从精神分析学的角度看，个体从生命的原初，生与死的两种动力就在交织和争斗（门林格尔，2004），当个体内部爱与生命的力量逐渐成为主导动力，生命就会更健康地发展和呈现；但是在内外风险因素的作用影响下，生命破坏力的部分会以各种形式表达出来，包括各种身体、心理和行为的障碍，个体无法健康地发展。其中自杀意向、自杀尝试和行为等自杀性心理行为是典型的生命破坏力部分的表达形式。在青少年中，随着自我意识的逐渐增强，对于生与死的意识和思考也逐渐出现，一些发展性和境遇性的风险因素会激发出生命破坏力的部分，在一些青少年的内心中，出现自杀念头或者想法已经不是偶然情

通讯作者：许燕，北京师范大学心理学部教授，研究方向：人格心理学，E-mail: xuyan@bnu.edu.cn。

文章引用：张宏宇，曾诗雨，许燕. 自传体记忆“俘获”作用的选择性？——自杀意向者的沉浸滞留机制[J]. 中国心理学前沿, 2023, 5(6): 680-687.

<https://doi.org/10.35534/pc.0506078>

况，国内研究报告，青少年自杀意念的发生率在 6.3% ~ 24.7% 之间（唐慧琳，2021）。比对青少年的自杀率，可以看到，大部分青少年的自杀意向会随着时间和境遇等多种因素的变化而消逝，只有一部分青少年会逐渐强化自杀的想法，发展为行为的尝试以至于有意识地选择了致死性的自杀行为，导致了自杀死亡或者伤害性后果，那么这部分青少年的内部心理世界经历了怎样的变化是一个值得深入探究的问题，理解自杀性行为的内部心理加工是发展后期预防干预策略和技术的重要基础。

自杀倾向的内部加工与历程是复杂多变的，已有学者对于自杀者个体心理认知与情绪情感方面的加工机制问题提出各种假设和学说。如痛苦呼喊理论（Cop）（Williams and Pollock, 2001）认为，自杀意向者对环境信号有高度的敏感性，很容易激发他们的失败感和受困感。自杀学之父施奈德曼认为自杀者内心感受到无法忍受的心理痛苦（Shneidman, 1999）。为摆脱失败的环境，人们会使用结束生命的方式作为结束和解决问题的方案（O'Connor, 2011），这是自杀意向者通常的内部心理路径。由此可以认为，随着信息敏感的自杀意念者俘获这种内外信息数量的不断增加而未能在内外环境资源中找到解决方案，使用自杀的方式来逃避是一个简单直接的策略，因此产生自杀的想法和实施自杀行为的可能性就会增加。

已有研究表明，自杀意念产生抑郁的情绪发生过程中，很可能是由于个体的认知思考方式和反应倾向特征所致，如沉浸的反应方式加剧了自杀意念者产生抑郁绝望的感觉（张宏宇、许燕，2010）。沉浸（Rumination），也称反刍性思维，是指个体将注意集中于自己的想法和情绪感受，并反复思考情绪产生的可能原因以及结果的思维（Nolen-hoeksema, 1991），如“我总是在想我感到很糟糕”“我总是想为什么这件会出现在我身上”，沉浸是持续的自我关注和具有循环性思维的一种认知反应倾向，沉浸反应是负性情绪的一个重要的前置风险因素，具有激发和增强抑郁强度的作用。

依据已有研究，可以认为，自杀者产生自我了结生命的想法或意向后，产生被击败感和受困感。但是由于未能引入新的资源应对困境，未能获得可见的问题解决途径，也未能有效使用分心或其他心理防御机制暂时逃离困境，由此，内心会陷入无效而循环的思维模式之中，被抑郁感和无望感所占据。因此与自杀念头相关的思维不断循环的沉浸式加工模式是加剧抑郁等情绪的重要变量。研究者期待探索，自杀意念者心理内部这种循环往复的沉浸式反应方式是怎样发生的呢？

据自我管理执行功能（S-REF 理论）（Wells and Matthews, 1996）的解释，沉浸式反应的发生是因为蔡加尼克效应的作用，因为未完成的任务更容易保留在记忆中，因此人们会产生沉浸反应。而回忆过去个人经历的主观事件是个体常有的一种认知活动，但是不同个体回忆的方式和内容有很大的不同，如有研究发现抑郁患者更容易回忆过去消极的记忆，情绪障碍患者和自杀未遂者更容易使用概括性的方式回忆过去的事件（Williams, 1986）。

自传体记忆的概括性（overgeneral autobiographical memory, OGM）是指对过去发生的同类事件的回忆，这种回忆没有具体的细节和形象。具体性的自传体记忆指发生在某个具体时间和地点的独特事件，持续时间不超过一天（Williams and Dritschel, 1992）。

依据威廉姆斯提出的自传体记忆的思维滞留和沉浸机制（CaR），可以假设自传体记忆与沉浸之间存在着密切的关系。由于自传体的概括性记忆加工是在记忆库的中间层次发生，而不能达到具体情境性的阶段，因此这种记忆强化了大脑的语义加工，引发个体在同一水平记忆库中的“滞留”，而这种滞留正是沉浸方式的特征，因此威廉姆斯提出 OGM 更多地发生在经常使用沉浸反应方式的个体身上，如有研究者用实验法报告了沉浸思维维持了过度概括性的回忆方式（Watkins and Teasdale, 2004）。然而，

自传体记忆的概括性是否会影响沉浸的发生,是否是个体的记忆受到“俘获”而使得他们无法有思维的空间去发展出问题解决或者分心的功能?并没有明确的理论解释和实证研究基于已有的理论分析和研究结果,本研究认为自传体回忆的概括性会影响自杀意念与沉浸之间的关系强弱。自传体记忆可能是影响自杀意念与沉浸之间的关系的第三变量,有可能起到调节的作用,即自杀意念个体在不同程度上使用概括性的回忆方式时,会唤起不同的沉浸水平。本研究的假设是:自传体记忆的概括性会影响自杀意念与沉浸之间的关系,成为二者之间的调节变量。

假设1:自杀意念对沉浸的影响受到自传体记忆方式的调节,高水平的自传体记忆概括性增加了自杀意念对沉浸的影响。

假设2:自杀意念对沉浸的影响受到记忆事件性质的调节,随着回忆事件的消极程度的增高,会增强自杀意念与沉浸的关系。

## 2 研究方法

### 2.1 被试

在三所不同性质的大学选取645名大学生施测,所有学生的数据均收回,其中12人问卷回答无效剔除数据,总共获得633份有效数据。其中男性为278人,女性为355人。理科338人,文科295人。年级从大一到大四,年龄17~24岁。

### 2.2 测量工具

#### 2.2.1 自传体记忆测验

采用标准化和汉化后的自传体记忆的测验(autobiographical memory test, AMT)(张宏宇、许燕, 2011)评定参加研究学生的自传体记忆类型。测验由积极词(如深爱、安全)、消极词(如恐惧、悲伤)和中性词(如历史、书籍)三种性质共15个词汇组成。根据研究者制定的编码手册评定被试所回忆事件的类型,包括四种类型:具体性回忆、概括性回忆、词汇联想或非记忆、没有记忆,并分类别计分。

#### 2.2.2 自杀意念量表

本研究采用自杀意向量表SSI(Beck Scale for Suicidal Ideation; Beck et al., 1979)的国内修订版(SSI Chinese Version; Dr. Zhang Jie and Song Zhenshao, 2004)(张杰、宋振邵, 2004)。问卷包括19个题目,三点计分。

前5个题目为筛选题目,其中前三个评估的是生的希望和死的希望,如“目前你的活下去的愿望有多大?”后两个题目评估自杀的愿望。如“目前你是否希望或企图自杀?”。如果被评估个体报告任何有自杀的愿望,那么就会接着回答后面的14个题目,否则,不用继续完成其余的题目。后面14个题目是评估自杀风险因素的持续时间和程度、对实施自杀企图的控制感、考虑企图的数量和实际准备的数量、先前自杀企图的出现和次数。整体测验的实施大约需要10分钟。在预研究中经过与大学生讨论对问卷中的个别词句作了修改。该量表共有19个题目,对近2周内自杀想法的强度、频度和时间进行评定,本研究把三点评定的计分调整为1~3。本研究中的SSI的Cronbach Alpha为0.972。

### 2.2.3 沉浸量表

采用沉浸简版中文版问卷 SRRS（张宏宇、许燕，2010）。SRRS 简版包括 10 个题目，两个维度：体验性沉浸（如“我反复想我究竟有多么孤独”）与评价性沉浸（如“我不时地想我所有的缺点、失败、不足和做的错事”），每个维度包含 5 个题目，使用 4 点 Likert 评定，1= 从来没有过；2= 有时有过；3= 经常如此；4= 一直如此。量表的 Cronbach Alpha 为 0.77。

## 2.3 测量程序

在参加研究者所在学校选择安静的多媒体教室，在课外时间组织学生以 30 人左右为单位集体收集数据。测验前用 40 ~ 50 分钟的时间培训主试。正式测验由经过培训的主试主持施测过程，主试全部为心理学专业研究生，他们按照统一程序实施整个测验，包括陈述指导语、播放 PPT、组织被试填答问卷、签署知情同意书和回收问卷等工作。当场收回答题纸，并赠送被试小礼物。

自传体记忆测验的实施：把 15 个包含积极、消极和中性的线索词进行顺序的随机化后制作成 PPT，设定每张幻灯片的播放时间为 1 分钟。经过培训的主试在多媒体电脑上播放制作好的 PPT，首先读出指导语，然后呈现每个线索词 1 分钟，并同时大声朗读线索词，要求被试在预先发到被试手中的答题纸上填写所回忆出来的事件。正式测试前呈现两个其他词汇作为练习，此后不间断地呈现词汇，并要求被试在规定时间内填写完毕。

自传体记忆测验的计分：研究者编写编码手册，由两名受过培训的心理学专业研究生进行独立编码，并抽取三分之一的回忆材料由两名编码者共同编码，计算二人一致性，结果二人的一致性系数 >0.8。

表 1 自传体记忆的描述统计

Table 1 Descriptive statistics of autobiographical memory

	N	平均数	标准差
概括性记忆	633	7.07	3.67
具体性记忆	633	7.93	3.68
回忆事件的积极度	633	95.73	22.40
回忆事件的消极度	633	54.80	19.10
积极词汇的概括性	633	2.44	1.45
消极词汇的概括性	633	2.29	1.54
中性词汇的概括性	633	0.99	1.02
积极词汇的具体性	633	2.28	0.06
消极词汇的具体性	633	2.23	0.06
中性词汇的具体性	633	2.56	0.06

## 2.4 数据分析

使用 SPSS 15.0 进行数据分析，采用层级回归方法检验调节作用。

## 3 结果

采用分层回归的方法检验自传体记忆的调节效应，考察自传体记忆的方式对自杀意念与沉浸之间关

系的影响。

首先，把自杀意念与概括性、具体性的各变量分别带入回归方程，调节变量包括自传体记忆的总体概括性、总体具体性、积极词汇的概括性、消极词汇的概括性、中性词汇的概括性。

其次，把自杀意念和自传体记忆变量交互项作为一个变量，代入以沉浸为因变量的回归方程中。

**表 2** 自传体记忆的概括性在自杀意念和沉浸之间作用的多元层级回归结果

**Table 2** Multiple hierarchical regression results for the role of overgeneral autobiographical memory between suicide ideation and rumination

预测变量	进入方程变量	$\beta$	$t$	Sig.	$R^2$	$F$	$\Delta R^2$	Sig.F Change
沉浸	第一层	自杀意念	0.08	2.11	0.035	0.06	22.55	0.07
		积极词汇的概括性	0.24	6.33	0.000			0.000
		自杀意念	0.09		0.028			
	第二层	积极词汇的概括性	0.25	2.21	0.000	0.28	7.69	0.01
		概括性和自杀意向的交互项	0.23	6.52	0.030			0.006

注：\*表示  $p < 0.05$ ；\*\*表示  $p < 0.01$ ；\*\*\*表示  $p < 0.001$ （ $n=633$ ）。

由表 2 结果可以看出，带有调节变量的方程 2 中测定系数  $R^2$  的提高达到显著水平，显示出积极词汇的调节效应达到显著水平。

最后，把积极词汇概括性的结果分为高、中、低三组，然后在三组内分别进行回归分析，即对这三组被试分别以自杀意念为自变量，沉浸为因变量进行回归分析，结果如表 3 所示。

**表 3** 积极词汇的多组回归结果

**Table 3** Multiple group regression results for positive words

分组	标准化回归系数 ( $\beta$ )	决定系数 ( $R^2$ )
低概括性	0.50***	0.25
中概括性	0.27***	0.07
高概括性	0.16***	0.03

注：\*\*\*表示  $p < 0.001$ 。

从上表中可以看出三个自杀意念与沉浸的回归方程中，解释率和显著性随被试的分组不同而有所改变，其中解释率和偏回归系数随概括性的增高而降低。

整合以上的结果，表明：（1）自传体记忆的各个特征中，只有积极词汇的概括性这一变量具有显著的调节效应，检验总体概括性、具体性，以及消极词汇、积极词汇的概括性和具体性记忆的调节效应结果都没有达到显著水平。（2）自杀意念与自传体记忆概括性的交互项为负的结果意味着，意念对沉浸的影响是由于概括性回忆的影响而减少。即对积极词汇的概括性回忆高时，意念者可能减少了沉浸的发生，但概括性低时，沉浸会增加。（3）此外，研究者考察了回忆事件的积极和消极特征的调节作用，并没有发现显著的调节作用，但发现事件的积极性和消极性特征独立预测了沉浸，消极事件非常显著地



正向预测了沉浸。

## 4 结论与讨论

本研究期望探究并回答，是否是个体的记忆受到“俘获”而使得他们无法有思维的空间去发展出问题解决或者分心的功能？哪种记忆特征被选择具有了“俘获”的作用，增加或者减弱了自杀意念与沉浸之间的关系？

### 4.1 概括性记忆减弱了自杀意念与沉浸之间的关系——俘获的“选择性”

研究结果只是部分支持了研究假设，但是，进一步地思考后会看到，研究结果得到的是近乎相反的结论，即尽管研究得到了概括性自传体记忆的调节作用，但是值得注意的是，调节效应是来自积极词汇所唤起的概括性记忆获得的，更值得关注的是，积极词汇所唤起的概括性的自传体记忆对自杀意念与沉浸之间关系的影响是负向的，即概括性记忆没有增强自杀意念与沉浸之间的关系，相反减弱了二者关系的强度。这是个有趣的意外结果，似乎意味着，积极词汇的“俘获”作用没有增加沉浸的反应，或者说削弱了沉浸的反应，具体而言，对于积极词汇的记忆“俘获”在自杀意念与沉浸式反应之间起到了“阻断”作用，产生了类似“分心”的作用，减少了循环往复性思维模式的占据。如果的确如此，那么这也意味着积极词汇所唤起的概括性记忆会减少自杀意念者的沉浸反应以及之后抑郁情绪的强度。

### 4.2 回忆事件的消极性更有预测作用——记忆的概括性“失效”

但是另一方面，研究结果也显示了，无论是积极词汇还是消极词汇，回忆事件内容的积极还是消极都直接明显地影响了沉浸式思维，回忆事件的消极性直接正向预测了沉浸式反应，没有受到自传体记忆的调节作用。意味着，无论是何种性质的词汇，自杀意念者所唤起的回忆事件的消极内容直接启动了沉浸式思维，而自传体记忆无论概括性还是具体性特征，均不受其影响。这一结果似乎提示我们，对于自杀意念者而言，事件的积极还是消极本身就已经具有足够大的强度来唤起沉浸所带有的未完成情节，启动了个体陷入了沉浸式的思维模式中，而“跳过”了语义加工阶段，因此语义加工是否具体，或者语义加工到哪个层次都不那么重要。在这个意义上，沉浸式思维模式对自杀意念者而言，似乎已经形成了大脑加工机制的一个固定循环，绕过了一般的加工模式而运行，不受自传体记忆这个加工系统的运行模式影响。这一结果也许对于临床心理干预与心理治疗有一定的启发和借鉴，尤其是对积极心理学干预方法的延展研发具有一定的启发。

此外，从概括性和具体性的关系来看，较高的概括性和较低的具体性是高度负相关的，那么应该更有理由推论，具体性的回忆可能对增加自杀意念和沉浸有作用，换言之，具体性的自传体记忆更容易促进沉浸式的反应，但是本研究中无法作出这个结论，需要进一步地研究。

总之，本研究显示，积极词汇的概括性是作用于自杀意念和抑郁之间的调节变量，积极词汇的高水平概括性回忆减弱了自杀意念与沉浸关系的强度。情绪词的效价对于沉浸的影响超过了词汇的概括性和具体性特征，即词汇的积极性更多地减弱了沉浸反应的发生，但是记忆的概括性程度没有见到明显的影响。对于自杀谱系中自传体记忆与沉浸的作用机制还有待于进一步的实证研究和理论建构。

## 参考文献

- [1] 门林格尔, 冯川. 人对抗自己自杀心理研究 [M]. 贵州: 贵州人民出版社, 2004: 362.
- [2] 姜恩惠, 吴和鸣, 张淑芳. 大学生自杀意念状况与负性生活事件的关系: 心理资本的中介作用 [J]. 神经损伤与功能重建, 2021, 16 (9): 510-514.
- [3] 唐慧琳, 王思怡, 李梅. 国内近十年中学生自杀意念研究综述 [J]. 南京晓庄学院学报, 2021, 37 (3): 93-98.
- [4] 张宏宇, 许燕. 自传体记忆测验 (AMT) 中线索词的标准化评定 [J]. 心理学探新, 2011, 31 (6): 503-507.
- [5] 张宏宇, 许燕. 简版沉浸量表SRRS在大学生中的信效度分析 [J]. 心理研究, 2010, 3 (4): 34-39.
- [6] 张宏宇, 许燕. 自杀意念者何以抑郁—沉浸性反应类型的中介效应 [J]. 中国特殊教育, 2010, (5): 85-91.
- [7] Baron R M, Kenny D A. The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations [J]. Journal of Personality and Social Psychology, 1986, 51 (6): 1173.
- [8] Nolen-Hoeksema S. Responses to depression and their effects on the duration of depressive episodes [J]. Journal of Abnormal Psychology, 1991, 100 (4): 569-582.
- [9] O'Connor R C. Towards an integrated motivational-volitional model of suicidal behavior [M] //O'Connor R C, Platt S, Gordon J. International handbook of suicide prevention: Research, policy and practice. Chichester, United Kingdom: Wiley, 2011: 181-198.
- [10] Wells A, Matthews G. Modelling cognition in emotional disorder: The S-REF model [J]. Behavior Research & Therapy, 1996, 34 (11/12): 881-888.
- [11] Shneidman E S. Conceptual contribution: The psychological pain assessment scale [J]. Suicide & Life-Threatening Behavior, 1999, 29 (4): 287-296.
- [12] Williams J M G, Broadbent K. Autobiographical memory in suicide attempters [J]. Journal of Abnormal Psychology, 1986, 95 (2): 144-149.
- [13] Williams J M G, Pollock L R. Psychological aspects of the suicidal process [M] //K. van Heeringen. Understanding Suicidal Behavior. Chichester: John Wiley & Sons, 2001: 76-93.
- [14] Mark J, Williams G, Dritschel B H. Categorical and extended autobiographical memories [M] //Conway M A, Rubin D C, Spinnler H, et al. Theoretical perspectives on autobiographical memory. Dordrecht the Netherlands: Kluwer Academic, 1992: 391-410.
- [15] Watkins E, Teasdale J D. Adaptive and maladaptive self-focus in depression [J]. Journal of Affective Disorders, 2004, 82 (1): 1-8.

## Is Autobiographical Memory Play a Role of Moderator between Suicide Ideation and Rumination?

Zhang Hongyu<sup>1</sup> Zeng Shiyu<sup>2</sup> Xu Yan<sup>2</sup>

1. *Beijing Technology and Business University, Beijing;*

2. *Beijing Normal University, Beijing*

**Abstract:** Background: According the past research, the direction and power of the relationship between suicide ideation and rumination are not clear. So this research assumed that other factors may play a role. Williams proposed the hypothesis of autobiographical memory Capture and Rumination mechanism (CaR), one of the idea is, overgeneral autobiographical memory (OGM) were used more frequently by the individuals who had more rumination reaction. But what kind of influence between the autobiographical memory and rumination? Is autobiographical memory have an effect indirectly? Not only the theory but also the empirical research is not clear. Aim: To explore the moderating function in the relationship of suicide ideation and rumination. Participant: 633 undergraduates from freshman to senior college students in the three universities entered this research project, 278 males, 355 females, 17~24 yrs. Research tools: Autobiographical Memory Test (AMT, Zhang Hongyu, 2012), SSI (Beck Scale for suicidal ideation; Beck, etc, 1979; Zhang Jie, Song Zhenshao, 2004), the Chinese version of RRS (Rumination Response Scale) (Zhang hongyu, 2010) . Results: Using SPSS15.0 software package, hierarchical regression analysis was chosen. The results showed that: (1) the autobiographical memory aroused by positive words had a significant moderating effect of  $p < 0.001$  ( $n=633$ ) between suicide ideation and rumination. (2) The interaction of autobiographical memory and suicide ideation was negative, it seemed that the influence was weakened due to the effect of autobiographical memory. (3) No significant effect was found after investigating the positive or negative characteristics of the recall events, but it was found that the positive and negative characteristics of the events independently predicted the response of rumination, the negative events predicted rumination significantly. Conclusion: The autobiographical memory aroused by positive words was indeed as a moderator between suicidal ideation and rumination, and the level of overgenerality in autobiographical memory decreased the power of relationship between suicidal ideation and rumination. It seemed inconsistent with Williams. Rumination was more strongly influenced by the events in participants memories. However, which is more likely have the effects on rumination, the overgeneral memory or the specific memory, the further study will be continued in the future.

**Key words:** Autobiographical memory; Overgeneral autobiographical memory; Rumination; Suicide ideation