

# 跨性别者自杀意念的影响因素探析

李记勇

福建师范大学, 福建 福州

收稿日期: 2022年11月11日; 录用日期: 2023年1月22日; 发布日期: 2023年1月29日

## 摘要

近年, 跨性别者开始受到社会关注。跨性别人群作为社会边缘群体, 其特有的心理和行为问题亟需重视。同时, 与正常人群相比, 跨性别者的高自杀意念背后的原因目前须进行清晰的解释。因此, 本文通过探讨跨性别者所特有经历的压力源, 对其高自杀意念的影响因素进行梳理, 以期为跨性别人群的心理干预提供一定帮助。

## 关键词

跨性别者, 自杀意念, 压力源

# Analysis of Influencing Factors of Suicidal Ideation of Transgender Population

Jiyong Li

Fujian Normal University, Fuzhou Fujian

Received: Nov. 11<sup>th</sup>, 2022; accepted: Jan. 22<sup>nd</sup>, 2023; published: Jan. 29<sup>th</sup>, 2023

## Abstract

In recent years, transgender people have begun to receive social attention. As a marginal group in society, transgender people need to pay attention to their unique psychological and behavioral problems. At the same time, compared with the normal population, the reasons behind the high suicidal ideation of transgender people need to be clearly explained. Therefore, this paper discusses the stressors of transgender people's unique experiences and sorts out the influencing factors of their high suicidal ideation, in order to provide some help for psychological intervention of transgender people.

## Keywords

### Transgender Population, Suicide Ideation, Stressors

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

跨性别者，也有翻译为变性者，相较于顺性别者，不同之处体现在这一群体的性别认同和性别表达上。即在这两方面与其在出生时生理上的性别不一致，由此衍生的社会期待不一致。简单来说，就是生物学性别和自我认同的性别发生了错位。跨性别者清楚地知道自己的生物学性别。但与顺性别者相比，他们在心理上感觉并深信自己是另一种性别的人。在这种心理状态下，他们非常渴望完全按异性的角色去生活。目前，从对自我认同的角度出发，跨性别者主要包括跨性别男性、跨性别女性和性别酷儿三种。第一种是指生理性别为女性而自我认同为男性；第二种是指生理性别为男性而自我认同为女性；第三种即不完全认同自己是男性或女性的非二元性别身份者。在 2006 年的一项针对我国跨性别人群的调查中，发现目前我国大约有 40 万人要求进行性别转换手术，其中已有 1 千余人进行了性别转换手术[1]。

在当前我国的社会背景下，由于社会对该领域本身的了解不够，使得包括跨性别者在内的性少数群体普遍不被认同和接受。跨性别者到底是基因决定的，还是后天造成的，纷争一直存在。同时，人们不能理解为什么一个有着男性躯体的人要认为自己是个女人；或者一个有着女性身体的人认为自己是个男人。因此，该群体心理和行为往往会受到一些因素的负面影响。

目前，跨性别者经受什么样的心理状态是当下研究的一个重点。如，Rotondi 等人对加拿大 191 名跨性别女性的调查发现，她们的抑郁患病率为 61.2%，而加拿大跨性别男性的抑郁患病率为 66.4% [2]。Scanlon 等人研究发现，那些认为自己所受的伤害与其性别身份有关的人在过去一年中考虑自杀的可能性是其他人的两倍，自杀未遂的可能性是其他人的七倍以上[3]。一项对美国 351 名跨性别者的调查发现，跨性别女性的抑郁或焦虑发生率分别为 51.4%和 40.4%，而跨性别男性的抑郁或焦虑发生率则分别为 48.3%和 47.5% [4]。对英国 889 位跨性别者的调查显示，跨性别自杀意念的终生发生率为 84%，自杀未遂的终生发生率为 48% [5]。

可以看出，跨性别者出现生理和心理健康问题的风险更高，主要心理问题有：抑郁和焦虑、自杀、自闭。

## 2. 自杀意念

### 2.1. 自杀意念的概念

研究人员根据自杀的阶段和结果将自杀分为自杀意念、自杀未遂、自杀死亡三个阶段[6] [7]。虽然自杀完成的基础比率相对较低，但自杀意念更加普遍[8]。

自杀意念在心理学上的定义是指个体本身想要了结生命，但并未产生实际上的自杀行为。该定义是由 Pokorny 在 1974 年首次提出的。之后，Beck 等人提出了自杀意念在主观角度的概念，他认为自杀意念是个体主观念头，但在客观上没有实际自杀行为[6]。Heeringen 在 2001 年提出，自杀意念是包含与自我伤害有关的一切想法，同时也包括对准备终了自己生命的从一种不清晰的念头到具有详细的自杀规划的

过程。此外,还有研究者提出,自杀意念是个体内在的是否继续活下去的主观想法[9]。

国内有学者指出,自杀意念是指脑海中出现的但并没有做出实际行为,以此想要终结自己生命的想法[10]。自杀意念分为不同的程度,轻度表现为在短时间内或者暂时觉得活着没有意义,并且有死亡意念;重度表现在行为上,有时候可能付诸以实际行动[11]。楚江亭等人提出自杀意念,自杀尝试和自杀死亡是个体自杀行为的整个发展过程,在个体产生后两个阶段之前就对自杀意念进行有效的干预,可以提高成功预防自杀行为发生的可能性[12]。

总的来看,国内外研究者对于自杀意念的概括主要涉及自杀想法和自杀行动两个主要内容。

## 2.2. 跨性别人群中自杀意念的普遍性

同普通人群相比,跨性别具有很高的自杀意念和自杀尝试。研究显示 25%~76%的跨性别者考虑过或企图自杀[13]。有调查发现,55%的跨性别者有过自杀意念,29%的人有过自杀尝试,远超过正常的人群比例[14],同时,调查显示,那些在尝试性别转换后的跨性别者仍有超于常人 19 倍的自杀可能性[15]。美国一项全国跨性别歧视调查中,41%的人表示,曾发生过自杀未遂[16]。

而在中国的跨性别人群中,有研究发现,在整个样本中自我报告自杀意念的比例为 46.3%,自杀未遂的比例为 12.8%。在所有心理健康指标中,跨性别女性的心理健康问题比例最高[17]。

## 3. 跨性别者自杀意念的影响因素

少数群体压力理论认为,性少数群体会经历独特的压力,这些压力增加了不利于健康的结果,并最终使其感到自己处于一个敌对和紧张的社会环境,包括两大压力源:远端压力源和近端压力源。远端压力源包括与性别相关的歧视、被排斥、受到伤害和性别认同不被接纳的经历。近端压力源被认为是更内化的,包括内化的变性恐惧、与性别认同相关的负面期望和对自身性别认同的隐瞒[18]。

### 3.1. 歧视

歧视通常采用自我报告来测量,针对跨性别身份所引起的歧视,涉及到房屋租赁、卫生保健和就业等方面。歧视经历会引起负面心理和生理变化,并可能增加自杀意念。美国一项调查发现,歧视经历与精神疾病指标之间有强相关。对洛杉矶 220 名拉丁裔跨性别女性的研究发现,歧视程度较高的人更有可能被诊断为中度甚至重度抑郁症[19]。

### 3.2. 性暴力

性暴力经历在跨性别人群中尤其普遍,研究表明,多达 74%的跨性别者至少直接或间接(例如目睹他人遭受性暴力或得知他人遭受性暴力)经历过一次性暴力,多达 23%的人报告了五次或更多次的性暴力事件[20]。经历过性伴侣暴力和虐待的跨性别者被诊断为中度至重度抑郁症的可能性是没有经历过性伴侣暴力或虐待的参与者的 1.91 倍[19]。虽然这一领域的研究相对较少,但性暴力经历与跨性别人群的自杀意念增加率有关[21]。此外,遭受性暴力的跨性别者可能会因为害怕被拒绝或其他负面期望而避免向他人透露自己的经历[22]。经历性暴力会使个体产生孤立感,进而导致自杀意念的增加。

### 3.3. 个体自身应对策略

应对能力是指处理内部或外部生活中被认为具有威胁性事件的过程,可通过应对自我效能量表(Coping Self-Efficacy, CSE)、科恩压力感知量表(Perceived Stress Scale, PSS)和修订后的应对方法量表(Way of Coping-Revised, WC-R)来评价。应对机制理论用于指导缓冲由耻辱感、内在化的同性恋或跨性别恐惧症、歧视和暴力经历造成的心理痛苦的影响[18]。Budge 等人认为,个体的应对机制包括促进型和回避型

应对策略[4]。促进型应对策略发生于当个体寻求社会支持时。回避型应对策略发生于当个体尽量避免对压力产生情绪反应时，比如，通过回避行为或认知，将问题最小化，或者暴饮暴食，回避型应对策略的使用会增加抑郁和焦虑的发生。当个体采取的促进型应对策略越多，抑郁和焦虑的症状也会更少，继而减少自杀意念。

### 3.4. 家庭支持

家庭成员的歧视和误解是中国跨性别者自杀和自杀意念普遍存在的原因之一。家庭支持大大降低了自我伤害的发生率。然而，在中国，跨性别者很少得到家人的接纳，尤其是在欠发达地区，因为中国传统观念认为，传宗接代是每个家庭个体必然的义务。此外，在宗教和信仰的影响下，跨性别者在一些文化中也视为有罪、可耻和不道德的。北京同志中心的网络调查发现，853 位曾向父母或监护人表达自己身份诉求的跨性别者中，将近六成没有得到父母或监护人的任何支持[23]。

### 3.5. 社会接纳

以往研究表明，社会支持作为个体应对压力的一种重要资源，能够减少抑郁等负面情绪的产生。近几年来，我国虽然民众包容程度普遍提高，但是否对跨性别者的态度有所改观，我们仍不得而知。周玮等人研究发现：性少数群体获得更少的社会支持，且有更多的抑郁情绪；家庭支持相比其他社会支持对于性少数群体减少抑郁情绪可能更具有缓冲作用[24]。此外，校园环境中对于跨性别者的嘲笑等行为亦会使该群体产生更为严重的性别不安，从而影响其现实生活。有研究指出，48.3%的“性别不安”患者体验过自杀的想法，而 23.8%的“性别不安”患者曾经尝试过自杀。因此，校园环境是否对该特殊群体接纳是一个重要的影响因素[25]。

### 3.6. 性别和年龄

性别和年龄均是造成该人群自杀未遂和自杀意念的危险因素。在纽约开展的一项纵向研究发现，女性较男性有较低的自杀未遂率；30~45 岁与其他年龄段相比，有更低的自杀未遂率[26]。

### 3.7. 近端性少数压力：预期拒绝、身份隐藏、内化污名

交互式和内化的近端性少数压力包括预期排斥、身份隐藏和内化耻辱感，部分研究还包括自我价值和自尊。

较高的内化污名与较差的身体健康状况、较高程度的抑郁症状和感知压力呈显著相关。性别身份隐藏与较高水平的抑郁症状和感知压力呈显著相关。老年跨性别比老年 LGB 一生中经历伤害和内化污名的比例更高，并更可能隐藏性别身份[27]。

此外，值得注意的是，并不是所有的跨性别者都有自杀意念和自杀行为。某些因素能够抵消危险因素带来的危害，如家庭之间美好融洽的氛围、成年人的照顾、和谐的学校环境等，能帮助这一群体建立自信，提高自尊水平。

## 4. 研究展望

跨性别者作为性少数人群之一，在社会上不被理解和尊重的现状依然存在。然而，这一群体如此之高的自杀率、抑郁率，是需要我们格外重视的。通过梳理文献发现，歧视、性暴力、家庭支持、社会接纳、个体自身应对策略等因素都会影响跨性别者的自杀意念。此外，通过文献搜索发现，目前我国对跨性别者的研究较少。而国外针对性少数群体与自杀行为开展的研究已有横断研究、纵向研究、病例对照研究等。由于该人群属于隐匿性人群，在获得该群体的样本上存在着一定难度。所以，丰富我国在该领

域的研究以完善相应的心理干预机制非常必要。

## 参考文献

- [1] 刘国生. 变性人的发展历史及其现状[J]. 中国性科学, 2006, 15(9): 5-8.
- [2] Rotondi, N.K., Bauer, G.R., Travers, R., *et al.* (2011) Depression in Male-to-Female Transgender Ontarians: Results from the Trans PULSE Project. *Canadian Journal of Community Mental Health*, **30**, 113-133. <https://doi.org/10.7870/cjcmh-2011-0020>
- [3] Scanlon, K., Travers, R., Coleman, T., Bauer, G.R. and Boyce, M. (2010) Ontario's Trans Communities and Suicide: Transphobia Is Bad for Our Health.
- [4] Budge, S.L., Adelson, J.L. and Howard, K.A.S. (2013) Anxiety and Depression in Transgender Individuals: The Roles of Transition Status, Loss, Social Support, and Coping. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, **81**, 545. <https://doi.org/10.1037/a0031774>
- [5] Bailey, L., *et al.* (2014) Suicide Risk in the UK Trans Population and the Role of Gender Transition in Decreasing Suicidal Ideation and Suicide Attempt. *The Mental Health Review Journal*, **19**, 209-220. <https://doi.org/10.1108/MHRJ-05-2014-0015>
- [6] Beck, A.T., Beck, R. and Kovacs, M. (1975) Classification of Suicidal Behaviors: I. Quantifying Intent and Medical Lethality. *The American Journal of Psychiatry*, **132**, 285-287.
- [7] Chen, R.S., Liu, J.B., Cao, X.L., *et al.* (2020) The Relationship between Mobile Phone Use and Suicide-Related Behaviors among Adolescents: The Mediating Role of Depression and Interpersonal Problems. *Journal of Affective Disorders*, **269**, 101-107. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.01.128>
- [8] Bertolote, J.M., Fleischmann, A., De Leo, D., Bolhari, J., Botega, N., De Silva, D., Thanh, H.T.T., Phillips, M., Schlebusch, L., Varnik, A., Vijayakumar, L. and Vijayakumar, L. (2005) Suicide Attempts, Plans, and Ideation in Culturally Diverse Sites: The Who Supremiss Community Survey. *Psychological Medicine*, **35**, 1457-1465. <https://doi.org/10.1017/S0033291705005404>
- [9] Krug, E.G., Mercy, J.A., Dahlberg, L.L. and Zwi, A.B. (2002) The World Report on Violence and Health. *The Lancet*, **360**, 1083-1088. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(02\)11133-0](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(02)11133-0)
- [10] 蔡军, 肖水源, 周萍. 死亡概念的发展和儿童与少年的自杀意念[J]. 国外医学(精神病学分册), 2003, 30(1): 31-34.
- [11] 李献云, 费立鹏, 童永胜, 李可进, 张亚利, 张艳萍, 等. Beck 自杀意念量表中文版在社区成年人中应用的信效度[J]. 中国心理卫生杂志, 2010, 24(4): 250-255.
- [12] 楚江亭, 姜男. 风险社会视野中大学生自杀意念问题研究[J]. 首都师范大学学报(社会科学版), 2015(1): 147-156.
- [13] Carmel, T.C. and Erickson-Schroth, L. (2016) Mental Health and the Transgender Population. *Psychiatric Annals*, **46**, 346-349. <https://doi.org/10.3928/02793695-20161208-09>
- [14] Nock, M.K., Borges, G., Bromet, E.J. and Williams, D. (2008) Cross-National Prevalence and Risk Factors for Suicidal Ideation, Plans and Attempts. *British Journal of Psychiatry*, **192**, 98-105. <https://doi.org/10.1192/bjp.bp.107.040113>
- [15] Dhejne, C., Lichtenstein, P., Boman, M., *et al.* (2017) Long-Term Follow-Up of Transsexual Persons Undergoing Sex Reassignment Surgery: Cohort Study in Sweden. *PLOS ONE*, **6**, e16885.
- [16] Grant, J.M., Motter, L.A.J. and Tanis, J.D. (2011) Injustice at Every Turn: A Report of the National Transgender Discrimination Survey.
- [17] Zhu, X.Q., Gao, Y., Gillespie, A., *et al.* (2019) Health Care and Mental Wellbeing in the Transgender and Gender-Diverse Chinese Population. *The Lancet Diabetes and Endocrinology*, **7**, 339-341. [https://doi.org/10.1016/S2213-8587\(19\)30079-8](https://doi.org/10.1016/S2213-8587(19)30079-8)
- [18] Meyer, I.H. (2003) Prejudice, Social Stress, and Mental Health in Lesbian, Gay, and Bisexual Populations: Conceptual Issues and Research Evidence. *Psychological Bulletin*, **129**, 674-697. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.129.5.674>
- [19] Bazargan, M. and Galvan, F. (2012) Perceived Discrimination and Depression among Low-Income Latina Male-to-Female Transgender Women. *BMC Public Health*, **12**, 663. <https://doi.org/10.1186/1471-2458-12-663>
- [20] Cogan, C.M., Scholl, J.A., Lee, J.Y., *et al.* (2021) Sexual Violence and Suicide Risk in the Transgender Population: The Mediating Role of Proximal Stressors. *Psychology and Sexuality*, **12**, 129-140. <https://doi.org/10.1080/19419899.2020.1729847>
- [21] Clements-Nolle, K., Marx, R. and Katz, M. (2006) Attempted Suicide among Transgender Persons: The Influence of Gender-Based Discrimination and Victimization. *Journal of Homosexuality*, **51**, 53-69. [https://doi.org/10.1300/J082v51n03\\_04](https://doi.org/10.1300/J082v51n03_04)

- 
- [22] Kennedy, A.C. and Prock, K.A. (2018) "I Still Feel like I Am Not Normal": A Review of the Role of Stigma and Stigmatization among Female Survivors of Child Sexual Abuse, Sexual Assault, and Intimate Partner Violence. *Trauma, Violence and Abuse*, **19**, 512-527. <https://doi.org/10.1177/1524838016673601>
- [23] 张宇迪. 跨性别与顺性别大学生的心理健康状况[J]. 中国心理卫生杂志, 2020, 34(1): 61-65.
- [24] 周玮, 罗黄金, 井凯. 社会支持对不同性取向人群抑郁的作用分析[J]. 景德镇学院学报, 2015, 30(6): 127-130.
- [25] García-Vega, E., Camero, A., Fernández, M. and Villaverde, A. (2017) Suicidal Ideation and Suicide Attempts in Persons with Gender Dysphoria. *Psicothema*, **30**, 283-288.
- [26] 陈韵, 杨翌. 性取向与自杀未遂、自杀意念研究综述[J]. 广东药学院学报, 2011, 27(2): 218-220.
- [27] Fredriksen-Goldsen, K.I., Cook-Daniels, L., Kim, H.-J., *et al.* (2014) Physical and Mental Health of Transgender Older Adults: An At-Risk and Underserved Population. *Gerontologist*, **54**, 488-500. <https://doi.org/10.1093/geront/gnt021>