

人格宽恕性与心理健康:社会支持的中介作用

张登浩, 武艳俊

(中国人民大学心理学系, 北京 100872)

【摘要】 目的: 考查社会支持在人格宽恕性与心理健康之间的中介作用。方法: 选取 371 名大学生, 采用宽恕性特质问卷、社会支持评定量表、SCL-90 以及四项目的主观幸福感问卷进行评定。结果: 人格宽恕性、社会支持与心理健康水平之间存在显著相关, 人格宽恕性既可以直接促进个体的心理健康水平也可以通过影响个体的社会支持程度促进其心理健康水平。结论: 社会支持在人格宽恕性与心理健康水平之间发挥着部分中介作用。

【关键词】 宽恕; 社会支持; 心理健康; 主观幸福感

中图分类号: R395.6 文献标识码: A 文章编号: 1005-3611(2012)04-0577-03

Social Support Mediating Between Trait Forgiveness and Mental Health

ZHANG Deng-hao, WU Yan-jun

Department of Psychology, Renmin University, Beijing 100872, China

【Abstract】 Objective: To assess relationships among trait forgiveness, potential mediating factors (social support) and mental health variables. **Methods:** A total of 371 subjects completed Trait Forgiveness Scale (TFS), Social Support Scale, SCL-90 and the 4-item Subjective Happiness Scale. **Results:** Trait forgiveness was associated with subjective well-being, psychosomatic symptoms, and social support. Stepwise regression analysis showed that social support mediated the relationship between trait forgiveness and mental health, but trait forgiveness also made an independent contribution to mental health. **Conclusion:** Social support has partial mediating effects between trait forgiveness and mental health.

【Key words】 Trait forgiveness; Social support; Mental health; Subjective well-being

宽恕既被看作是个体在面对他人的侵犯时所做出的一种反应, 也被看作是一种重要的人格特质, 具有宽恕性人格的个体会在很多情境下都选择宽恕侵犯者对自己的伤害^[1,2]。人格宽恕性之所以在上世纪 90 年代以后受到研究者越来越多的关注, 一个很重要的原因就在于宽恕性作为一种促使个体社会适应的积极品质^[3], 有利于提升个体的身心健康水平^[4-6]。研究发现宽恕水平高的个体其抑郁水平会更低^[7,8]。

尽管对于宽恕性人格与心理健康之间的关系得到了很多研究的确认, 但对其中的作用机制研究者的看法并不一致。到目前为止, 研究者认为宽恕性人格与心理健康水平之间既存在直接的作用机制也存在间接的作用机制^[9]。直接的作用机制主要体现在宽恕他人的冒犯会减少个体的负面情绪, 比如愤怒、敌意、怨恨和恐惧等, 提升幸福感水平^[10,11]。间接的作用机制主要体现在对一些在宽恕性人格和心理健康水平之间发挥中介作用的变量的考察, 受到研究者关注较多的中介变量包括社会支持、健康行为、消极情感、应激、信仰等^[1,12]。社会支持是个体的需求获得他人回应和接纳的感觉, 对于个体应对压力具有很大的帮助, 一般来说, 有依靠的人能够更好地处理生活中遇到的各种问题, 并且能够增进个体的身心健康水平^[13]。

近年来国内研究者也开始关注宽恕性人格^[6,8,14], 但还没有研究探讨宽恕性人格与心理健康之间的间接作用机制, 因此本研究试图在前人研究的基础上, 在中国文化背景下探讨社会支持在人格宽恕性和心理健康水平之间的作用机制。

1 方 法

1.1 被试

正式施测的被试共 371 名大一学生, 其中男生 173 名, 女生 198 名; 文科学学生 167 名, 理工科 204 名。年龄在 18-20 岁之间。

1.2 研究工具

1.2.1 宽恕性的测量 宽恕性特质量表 (Trait Forgiveness Scale, TFS) 是 Berry 和 Worthington 等在原有的 15 个项目的宽恕性特质量表^[15]的基础上开发的简式量表, 共包含 10 个项目, 被试在所有项目上得分的总和即为该被试的宽恕性分数^[16]。修订的中文版宽恕性特质量表与原量表结构一致^[14], 在本研究中 α 系数为 0.70。

1.2.2 心理健康的测量 ①SCL-90 包括 90 个项目, 测量心身症状的 10 个因素, 包括躯体化、强迫、人际障碍、抑郁、焦虑、敌意、恐怖、偏执、精神病和性心理障碍 (其它), 并以总分为心身症状的整体测量, 得分

越高表明其心理健康水平越差^[17]。②4项目的主观幸福感量表(The 4-item Subjective Happiness Scale)由Lyubomirsky和Lepper编制,包括4个项目,采用7点量表计分,测量个体对生活的整体幸福感水平^[18]。修订的中文版量表与原量表结构一致,信效度良好^[19]。

1.2.3 社会支持的测量 采用肖水源等人编制的社会支持评定量表,包括10个项目,测查客观支持、主观支持和对支持的利用度三个维度^[20]。本研究中为了更好的使该量表符合大一新生的特点,对其个别项目做了适当的调整,包括将原量表的第3题“您与邻居”删除;将第4题“您与同事”改为“您与同学”;将其它题目中所涉及的“配偶”改为“恋人”。调整之后的量表共包括9个项目,在本次研究中内部一致性 α 系数为0.78。

1.3 统计分析

使用SPSS16.0和Amos16.0统计软件进行相关分析和回归分析的检验。

2 结 果

2.1 人格宽恕性、社会支持与心理健康指标的相关

从表1可以看出,人格宽恕性与社会支持、心理健康指标之间的相关均非常显著。

表1 人格宽恕性、社会支持与心理健康指标的相关分析

| 变量 | M ± SD | 宽恕性 | 主观幸福感 | SCL-90 |
|--------|---------------|--------|---------|---------|
| 宽恕性 | 3.31 ± 0.52 | 1 | - | - |
| 主观幸福感 | 4.88 ± 1.00 | 0.25** | 1 | - |
| SCL-90 | 60.97 ± 48.08 | -0.14* | -0.45** | 1 |
| 社会支持 | 33.43 ± 5.14 | 0.20** | 0.29** | -0.21** |

注:* $P < 0.05$, ** $P < 0.01$, *** $P < 0.001$,下同。

表2 社会支持(R)的中介效应依次检验(以幸福感为因变量)

| | 标准化回归方程 | 回归系数检验 |
|-----|-----------------------|--------------------------|
| 第一步 | $Y1 = 0.32X$ | $SE = 0.10, t = 4.85***$ |
| 第二步 | $S = -0.20X$ | $SE = 0.53, t = 3.68***$ |
| 第三步 | $Y1 = -0.29S$ | $SE = 0.01, t = 5.46***$ |
| 第四步 | $Y1 = -0.24S + 0.22X$ | $SE = 0.01, t = 4.54***$ |
| | | $SE = 0.10, t = 4.05***$ |

表3 社会支持(R)的中介效应依次检验(以心身症状为因变量)

| | 标准化回归方程 | 回归系数检验 |
|-----|-----------------------|---------------------------|
| 第一步 | $Y2 = -0.14X$ | $SE = 5.06, t = -2.50*$ |
| 第二步 | $S = -0.20X$ | $SE = 0.53, t = 3.68***$ |
| 第三步 | $Y2 = -0.21S$ | $SE = 0.53, t = -3.77***$ |
| 第四步 | $Y2 = -0.12S - 0.19X$ | $SE = 5.24, t = -2.14*$ |
| | | $SE = 0.54, t = -3.37***$ |

2.2 社会支持的中介作用检验

以S表示中介变量社会支持,X表示宽恕性,

Y1表示幸福感(4项目主观幸福感),Y2表示身心症状(SCL-90),采用依次检验回归系数的方法进行中介效应的检验。结果表明,社会支持在宽恕性与主观幸福感之间,以及宽恕性与心身症状之间均起部分中介作用。具体结果见表2和表3。

3 讨 论

本研究发现,无论是以幸福感作为心理健康的指标还是以身心症状作为心理健康的指标,人格宽恕性可以正向有效预测个体的社会支持程度;个体的社会支持程度会直接影响个体的心理健康水平;人格宽恕性不仅可以直接影响个体的心理健康水平,也会通过社会支持的中介作用影响个体的心理健康水平。

宽恕性人格作为一种积极的人格特质,是个体在遭受到他人冒犯的情境下选择宽恕和原谅,而放弃怨恨和报复的一种人格倾向。很多研究发现,人格宽恕性与大五人格中的愉悦性呈显著的正相关,与神经质维度呈现显著的负相关^[21]。有关中国人人格特质与宽恕性的研究也发现,大七人格中的人际关系、善良、情绪性和外向性维度可以显著的预测个体的宽恕性水平^[14]。也就是说,具有高宽恕性水平的个体对待他人会更加的宽和、热情、友好并顾及他人的感受,容易与人相处,因此会具有更加良好的人际关系和社会支持系统^[10],从而有利于个体的心理健康水平^[1]。此外,很多研究者认为人格宽恕性可以被看作是一种自我保护机制,它有利于个体在遭遇伤害性事件时平缓愤怒的情绪,减轻伤害性事件所带来的痛苦,保持个体平和的心境,因此有利于个体的身心健康,可以使个体更好地适应社会^[3-6,22]。

参 考 文 献

- 1 Lawler-Row KA, Piferi RL. The forgiving personality: Describing a life well lived? Personality and Individual Differences, 2006, 41: 1009-1020
- 2 McCullough ME, Witvliet CV. The psychology of forgiveness. In Snyder CR, Lopez SJ. Handbook of positive psychology. New York: Oxford University Press, 2002. 446-458
- 3 Roberts RC. Forgiveness. American Philosophical Quarterly, 1995, 32: 289-301
- 4 Peterson C, Seligman MEP. Character strengths and virtues. New York: APA and Oxford University Press, 2004
- 5 Thoresen CE, Harris AHS, Luskin F. Forgiveness and health: An unanswered question. In McCullough ME, Pargament KI, Thoresen CE(Eds.). Forgiveness: Theory, research and practice. New York: Guilford Press, 2000. 254-280

- 6 刘会驰,吴明霞.大学生宽恕、人际关系满意感与主观幸福感的 关系研究.中国临床心理学杂志,2011,19(4):531-533
- 7 Brown RP, Phillips A. Letting bygones be bygones: Further evidence for the validity of the tendency to forgive scale. *Personality and Individual Differences*, 2005, 38: 627-638
- 8 胡三嫚,张爱卿,钟华,贾艳杰.大学二年级学生宽恕与报复心理及其与抑郁的关系研究.心理发展与教育,2005,1:104-108
- 9 Webb JR, Robinson EAR, Brower KJ. Mental health, not social support, mediates the forgiveness-alcohol outcome relationship. *Psychology of Addictive Behaviors*, 2011, 25(3): 462-473
- 10 Worthington EL, Jr Berry JW, Parrott L. Unforgiveness, forgiveness, religion, and health. In Plante TG, Sherman AC (Eds.). *Faith and health: Psychological perspectives*. New York, NY: Guilford Press, 2001. 107-138
- 11 Toussaint L, Webb JR. Theoretical and empirical connections between forgiveness, mental health, and well-being. In Worthington EL Jr (Ed.). *Handbook of forgiveness*. New York, NY: Routledge, 2005. 349-362
- 12 Webb JR, Brewer K. Forgiveness, health, and problematic drinking among college students in Southern Appalachia. *Journal of Health Psychology*, 2010, 15: 1257-1266
- 13 Uchino BN, Cacioppo JT, Kiecolt-Glaser KG. The relationships between social support and physiological processes: A review with emphasis on underlying mechanisms and implications for health. *Psychological Bulletin*, 1996, 119: 488-531
- 14 张登浩,罗琴.宽恕性与大七人格维度.中国临床心理学杂志,2011,19(1):100-102
- 15 Berry JW, Worthington EL Jr. Forgiveness, relationship quality, stress while imagining relationship events, and physical and mental health. *Journal of Counseling Psychology*, 2001, 48: 447-455
- 16 Berry JW, Worthington EL Jr, O'Connor LE, et al. Forgiveness, vengeful rumination, and affective traits. *Journal of Personality*, 2005, 73(1): 183-226
- 17 Derogatis LR. *SCL-90: Administration, scoring, and procedure manual of or the R(revised) Version*. Baltimore: John Hopkins University, 1977
- 18 Lyubomirsky S, Lepper HS. A measure of subjective happiness: Preliminary reliability and construct validation. *Social Indicators Research*, 1999, 46: 137-155
- 19 Zhang DH. Personality traits and mental health: Coping styles. Manuscript Submitted for Publication, 2011
- 20 汪向东,王希林.心理卫生评定量表手册.中国心理卫生杂志社,1999. 127-131,31-35
- 21 Brose LA, Rye MS, Lutz-Zois C, Ross SR. Forgiveness and personality traits. *Personality and Individual Differences*, 2005, 39: 35-46
- 22 张海霞,谷传华.宽恕与个体特征、环境事件的关系.心理科学进展,2009,17(4):74-779

(收稿日期:2011-12-26)

书 讯

《医学心理学-理论、方法与临床》(人民卫生出版社 2012年6月出版,65万字,定价50元,网购有折)是姜乾金教授鼎力之作,内含作者主持的国家级精品课程成果、30年学科建设总结和40年实践工作经验。书中广泛吸收国外相关学科知识和技术,结合作者长期教学、科研和实践经历,构成本土化的医学心理学体系。在心理学理论、研究设计、临床和实践操作等各个环节均有突出的自主创新性、可操作性和实用性。全书图文并茂,案例丰富,深入浅出,理论结合实际。本书适合医学心理学、心理卫生学、临床心理学、健康心理学、心身医学和护理心理学等专业工作者在教学、科研和临床实践中使用;也是关心身心健康的读者自我修养指导书。