

The Research on the Relationship among Cognitive Dissonance, Coping Style and Forgiveness of College Students

Zhun Chen

Faculty of Psychology, Southwest University, Chongqing
Email: chenzhun0151@email.swu.edu.cn

Received: Aug. 28th, 2018; accepted: Sep. 12th, 2018; published: Sep. 19th, 2018

Abstract

Objective: 1) To understand the characteristics of cognitive dissonance, coping style and forgiveness of college students; 2) To explore the relationship between cognitive dissonance, coping style and forgiveness of students. **Methods:** Convenient sampling from universities and colleges in Hainan. Heartland Forgiveness Questionnaire (HFQ), Simplified Coping Style Questionnaire (SCSQ) and the Cognitive Dissonance Emotion Questionnaire (CDEQ) were used to measure the forgiveness level, the coping style in life and the cognitive dissonance caused by interpersonal conflict. **Results:** 1) The scores of the male HFQ were significantly higher than female students' ($t = 3.116, p < 0.05$). The negative coping style of male was significantly higher than that of female students ($t = 2.337, p < 0.05$), and the male self-directed negative emotion was significantly greater than that of female ($t = 3.120, p < 0.05$). 2) There was no significant difference in all the dimensions of HFQ, SCSQ and CDEQ in four grades. 3) HFQ of students who served as student cadres was significantly higher than that of students who had not ($t = 2.973, p < 0.05$), and the positive coping style of students who served as student cadres was significantly higher than those who had not ($t = 1.985, p < 0.05$). 4) The positive coping style of a part-time student is significantly higher than that of a student who has not done part-time work ($t = 3.037, p < 0.05$). 5) There is significant positive correlation between forgiveness and negative coping styles. Forgiveness is positively correlated with general discomfort and self-directed negative emotion. Positive coping style is positively correlated with negative coping style and positive emotion. Negative coping style is positively correlated with general discomfort and self-directed negative emotion. Positive emotions and self-directed negative emotions have a significant negative correlation. The general discomfort and self-directed negative emotion has a significant positive correlation. **Conclusion:** 1) The level of forgiveness development of male college students is higher than that of female college students; 2) There are no significant differences in the level of forgiveness at all levels of the university stage; 3) as a student cadre and doing part-time activities can improve the ability of college students to deal with life events; 4) The only child is more prone to bad mood problems than the non-only child; 5) Interpersonal conflict practice will lead to cognitive dissonance. College students will tend to use negative coping style to solve cognitive conflict, so as to achieve balance.

Keywords

Forgiveness, Coping Style, Cognitive Dissonance, College Students

大学生认知失调、应对方式与宽恕的相关研究

陈 准

西南大学心理学部, 重庆

Email: chenzhun0151@email.swu.edu.cn

收稿日期: 2018年8月28日; 录用日期: 2018年9月12日; 发布日期: 2018年9月19日

摘 要

目的: 1) 了解大学生认知失调、应对方式和宽恕的特点; 2) 探讨大学生认知失调、应对方式和宽恕的相关关系。方法: 在海南各大高校方便取样, 采用Hearland宽恕问卷、简易应对方式问卷和认知失调情绪问卷测量大学生的宽恕水平、生活中的应对方式和对人际冲突实践引发的认知失调状况。结果: 1) 男生的Hearland宽恕问卷宽恕他人总分显著高于女生($t = 3.116, p < 0.05$), 男生的消极应对方式分量表显著高于女生($t = 2.337, p < 0.05$), 男生的自我指向性负性情绪也显著大于女生($t = 3.120, p < 0.05$); 2) Hearland宽恕问卷、简易应对方式问卷及认知失调情绪问卷各维度在四个年级上均没有显著差异; 3) 担任过学生干部的学生的Hearland宽恕问卷宽恕他人总分显著高于没有担任过学生干部的学生($t = 2.973, p < 0.05$), 担任过学生干部的学生的积极应对方式分量表总分显著高于没有担任过学生干部的学生($t = 1.985, p < 0.05$); 4) 做过兼职的学生的积极应对方式分量表总分显著高于没有做过兼职的学生($t = 3.037, p < 0.05$); 5) 宽恕与消极应对方式存在显著的正相关, 宽恕与一般不适情绪和自我指向性负性情绪存在显著的正相关, 积极应对方式与消极应对方式及积极情绪存在显著正相关, 消极应对方式与一般不适情绪及自我指向性负性情绪存在显著正相关, 积极情绪与自我指向性负性情绪存在显著负相关, 一般不适情绪与自我指向性负性情绪存在显著正相关。结论: 1) 男大学生的宽恕发展水平高于女大学生; 2) 大学阶段各个年级的宽恕发展水平没有显著的变化时期; 3) 担任学生干部和参加兼职活动都可以提高大学生处理生活事件的能力; 4) 独生子女较非独生子女更容易发生不良情绪问题; 5) 人际冲突实践会引发认知失调, 大学生会倾向于使用消极应对方式来解决认知冲突, 从而达到平衡。

关键词

宽恕, 应对方式, 认知失调, 大学生

Copyright © 2018 by author and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

1.1. 认知失调

认知失调理论(the cognitive dissonance theory)由Festinger于1957年提出, 他认为态度的认知因素可以分为若干个基本元素, 几个认知元素之间有的是协调的, 有的则可能是不协调的(项光勤, 2010)。当个体所持的两个或两个以上的认知元素不协调时, 就会出现认知失调。认知失调会唤醒情绪, 使个体内心会产生不愉快或紧张的体验。在这种情况下, 为了摆脱消极情绪的困扰, 个体总是力求通过改变自己的观点或行为以达到新的认知协调, 减少认知失调的途径主要有改变自己对于行为结果的认知; 改变自己的

行为；改变自己对行为结果的认识(王秋玲, 董娟, 2010)。

比较经典的一些认知失调的研究都是通过实验来实现的(朱芸, 张锋, 1998)。如费斯廷格和他的助手 James Carlsmith 设计的强迫服从(forced compliance)实验。Linder, Cooper 和 Jones 在 1967 年共同进行了的一个旋转线轴实验研究, 证明选择是产生认知失调的条件。Zanna 和 Cooper 在 1974 年设计了一个研究有关错误归因对个体产生认知失调是否有影响的实验研究。Davidson & Kicsler 于 1964 年所做的决策前后的行为的实验研究。等等(费斯汀格, 1999)。

随着近年来认知失调理论的不完善和研究方式的不断创新, 在近几年涌现出一些更为简便的测量问卷, 能够对认知失调行为进行研究。例如, 功能失调性态度量表(Dysfunctional Attitudes Scale, DAS), 认知失调情绪测量问卷等。本研究选用由历宁宁(2010)翻译的认知失调情绪问卷中文版来进行测量。

认知失调在很大程度上受到个体的归因方式的影响, 由于个体受到自己归因方式的影响, 在认知功能上就会产生较大差异, 甚至出现认知失调而产生心理问题(许峰, 2001)。近年来国内有关认知失调的研究多集中在其关于大学生的心理健康和归因方式等(G. G. Anthony, L. R. David, 殷培桂, 1988)。如刘元兴(2007)的研究, 黄芳圆(2011)的研究等。

1.2. 应对方式

应对(coping), 或称应付, 是心理应激与心理健康之间的重要中介机制。具体地说就是, 在应激环境或事件中, 个体对该环境或事件的认知评价以及为平衡自身精神状态所采取的行为措施。应对方式(coping style)是指个体在面对挫折和压力时所采用的认知和行为方式, 又可称作应对策略或应对机制。它是心理应激过程中一种重要的中介调节因素, 个体的应对方式影响着应激反应的性质与强度, 并进而调节着应激与应激结果之间的关系。简单地说, 应对方式就是个体在具体的应激环境或压力事件中, 为缓解压力影响而进行的认知行为调节的手段、方法和策略。

现在常见的关于应对方式的问卷量表有: 黄希庭等人编制的中学生应对方式量表(Coping Style Scale for Middle School Students, CSSMSS), 姜乾金等人(1999)编制的特质应对方式问卷, 肖计划等编制的应对方式问卷。本研究选用由解亚宁(1998)编制的简易应对方式问卷。

当代大学生, 由于需要面对生活中方方面面的压力源, 他们应对这些压力的倾向也就成了一个影响到大学生心理健康的重要因素。特别是在大学生们在处理人际问题时候的应对方式(张秋艳, 张卫, 岳颂华, 王才康, 2004; 孙配贞, 郑雪, 余祖伟, 2010; 刘春燕, 2003; 李恒, 2007)。近年来, 国内关于应对方式的研究也多集中于大学生的人际关系发展、主观幸福感、人格特征等。如赵丽英(2012)、岳颂华等(2006)、陈红等(2002)的研究等。

1.3. 宽恕

汉语中, “宽恕”与“恕道”同义, 它是中国传统伦理学的重要范畴、中华民族的传统美德之一。早在春秋战国时期, 孔子就提出“忠恕之道”的思想, 把“忠”与“恕”相联系。他说: “吾道一以贯之”(傅宏, 2002)。曾参释道“夫子之道, 忠恕而已矣”(《论语·以仁》)。在孔子看来, 忠是在处理人与人的关系中, 尽心尽力对待别人; 恕是推己及人, 把他人与自己看成是同等的、平等的, 把他人当作和自己一样对待, 是自我与他人间的一种善意的共存意识。同时, 孔子认为恕道的代表人物是“不念旧恶, 怨是用希”的伯夷与叔齐(《理论》), 所以其弟子曾子也用“犯而不校”来概括恕道的内涵与特点(《泰伯》)。在《现代汉语词典》中, 宽恕指宽容饶恕, 宽容指宽大能容人、有气量; 饶恕则指免于责备或惩罚(罗春明, 黄希庭, 2004)。

在西方, 最早阐释宽恕的文献可能是希伯来圣经和新约。希伯来圣经中的宽恕包含 nasa、calacb 和 kapbar, 意为神的宽恕, 指上帝对罪人的罪恶的监视、保密、净化或消除。新约中的宽恕来源于希腊文

apbiemi、apoluo、cbarizomai 和 agape, 意为上帝消除、放弃、赦免对罪人的惩罚, 同时恢复罪人同自己的和谐关系及满足自己对罪人的无条件的爱(李兆良, 2009)。

要对宽恕进行心理学的研究, 就必须给宽恕下操作性定义。Pingleton 把宽恕定义为受害者受到伤害后放弃报复和惩罚侵犯者的需求。Hargrave 认为宽恕就是受害者不再憎恨侵犯者。North 认为宽恕是受害者消除对侵犯者的愤怒和憎恨, 并以同情、仁慈和爱的方式来对待他人的过程。这些定义关注受害者受到伤害后对待侵犯者的态度及情绪的变化。Enright 及其同事扩展了 North 的定义, 认为宽恕应包含受害者对侵犯者的认知、情绪和行为反应三方面, 而 North 的定义中只涉及宽恕的情绪反应方面。因此, 他们认为宽恕是受害者在受到不公正的伤害后, 其对侵犯者的负面的认知、情绪和行为反应的消失, 并出现正面的认知、情绪和行为反应的过程。McCullough 等的定义以共情、利他和迁就理论为基础, 认为宽恕是促使受害者对侵犯者产生共情的一系列的动机变化过程, 该过程降低了受害者报复和疏远侵犯者的动机, 增强了受害者善待侵犯者的动机, 并促使受害者与侵犯者和解。他们同时指出宽恕并不是动机, 而是一个亲社会动机的变化过程。上述定义中, 后两个定义较可操作且也较为综合; 已有不少实证研究使用这两个操作性定义(傅宏, 2003)。

宽恕发展阶段模型(Enright, 1989)。Enright 整合了前人的研究认为, 人们对于各种不同复杂程度的宽恕理由的理解存在着明显的年龄阶段性差异, 并且与科尔伯格公正发展模型中公正发展的阶段相对应。Enright、Santos、AlMabuk (1989)以 9~36 岁被试进行研究, 证实了以上观点, 发现 1) 宽恕水平在不同年龄组之间存在显著差异。其中四年级组学生(平均年龄 9.67 岁)显著低于大学生组和成人组; 七年级组学生(平均年龄 12.42 岁)显著低于大学生组和成人组; 十年组学生(平均年龄 15.58 岁)的宽恕水平显著低于成人组。2) 宽恕的发展与公正发展呈显著正相关。该研究显示, 大多数青少年的宽恕发展水平大致处于第三阶段一期待性宽恕阶段。青年和成人多数处于第四阶段一规则期待性宽恕阶段。作为宽恕发展的最高阶段第六阶段爱的宽恕阶段仅局限于成人(陶琳瑾, 2007)。

目前, 宽恕的心理学研究主要采用叙事法、问卷法和实验法。叙事法又名临床访谈法, 通常是让被试叙述某些与冒犯有关的事件, 要求被试把自己认为重要的或有意义的方面在故事中详细描述出来, 然后由研究者对其报告中有价值的内容进行分析。研究表明, 叙事法能比较好地测量出人们的宽恕水平。Zechmeister 等人采用叙事法针对冒犯者与被冒犯者对人际冲突所做出的解释进行了研究。宽恕研究中用得最多的问卷有 2 类: 一类是测量受害者对某个人的某次冒犯的宽恕, 代表性的问卷有 Susan-Wades 的与冒犯有关的人际动机问卷和 Enright 宽恕问卷。另一类是测量宽恕倾向, 代表性的量表为宽恕意愿量表。从内容维度来看, 宽恕的测量可分为对具体的侵犯的测量、宽恕自己与宽恕他人的测量、宽恕倾向的测量; 从方向维度来看, 宽恕的测量可分为受害者给予宽恕及侵犯者寻求宽恕的测量; 从评定的方法维度来看, 可分为自陈报告、同伴报告、旁观者报告、以及对受害者行为的测量。宽恕的实验研究主要包括 2 个方面, 一是探讨宽恕的影响因素和各种影响因素之间的关系, 即宽恕的认知函数研究; 一是探讨宽恕的临床干预效果(袁小帆, 伊永生, 2009)。

上述 3 种方法中, 叙事法主要是一种质的研究方法, 它有助于对宽恕的内涵及其过程进行更深入的理解, 有助于确定影响宽恕的主要因素及各种因素的出现与否对宽恕的影响, 有助于探明人们宽恕的动机。问卷法有助于进行宽恕的实证研究以及不同研究间的比较。实验法中的认知函数的研究主要是确定影响宽恕的各因素间的内在关系。

1.4. 问题提出

纵观学者们对宽恕问题的研究, 对大学生的研究还多处于自我宽恕方面的内容, 并没有更多的将应对方式和认知失调与宽恕的关系进行更深的探讨。

大学生的应对方式问题一直以来都是学者热衷研究的对象，因为应对方式是应激与心理健康之间的重要中介，与很多心理因素相联系，宽恕通常发生的时机，是在他人对自身利益发生侵害后，也是受到应激的一种反应。所以应对方式也与宽恕存在一定的相关。

因此，本研究的目的是通过相关研究的方式探寻认知失调、应对方式与宽恕之间的相关关系，来进一步完善宽恕行为的发生机制。宽恕对于人际关系的良好维持存在着积极的意义，以此为目的研究有助于大学生心理健康工作的发展与进步。

具体来说，本研究的主要目的在于：

- 1) 了解大学生认知失调、应对方式和宽恕的特点。
- 2) 探讨大学生认知失调、应对方式和宽恕的相关关系。

1.5. 研究假设

1) 认知失调、应对方式与宽恕行为在性别、年级、是否担任过学生干部、是否做过兼职、家中排行上存在差异。

2) 认知失调、应对方式与宽恕之间存在显著相关。

2. 研究对象与方法

2.1. 研究对象

采用方便取样，以海南医学院、海南大学、海南师范大学大一到大四各专业学生为样本，各发问卷100份，共300份，回收300份，其中有效问卷248份，有效回收率为82.67%。研究对象构成，见表1。

2.2. 研究工具

2.2.1. Hearland 宽恕问卷

该量表由Hearland编制，分为宽恕他人和宽恕自己两个维度，主要用来测量被试宽恕他人和宽恕自己的倾向(如“我对那些曾经伤害过我的人始终心怀怨恨”，“我有一种莫名其妙的罪恶感”)。量表由24个项目组成，宽恕自己和宽恕他人分维度各包括12道题目，采用6级评分(1 = 完全不符合，6 = 完全符合)，得分越高，则越容易宽恕他人和宽恕自己。Barber和Maltby在研究中发现，宽恕他人和宽恕自己分量表的内部一致性系数分别为0.83和0.71，总量表的内部一致性系数为0.87。因本研究中宽恕主要指宽恕他人，故在进行数据统计时只选取了宽恕他人分量表数据。

2.2.2. 简易应对方式问卷

选用解亚宁(1998)编制的简易应对方式问卷。该问卷由积极应对和消极应对两个维度(分量表)组成，包括20个条目。问卷为自评量表，采用多级评分，每个题项按0~3计分，结果为积极应对维度平局分和消极应对维度平均分。量表的重测信度为0.89，同质性系数为0.90；积极应对分量表的内同质性系数为0.89；消极应对分量表的内同质性系数为0.78，问卷信效度良好。

2.2.3. 认知失调情绪问卷

选用由厉宁宁(2010)翻译的认知失调情绪问卷中文版。参考并翻译自Patrick Gosling和Maxime Denizeau于2006年研究修订的认知失调情绪问卷英文版。共包括12个项目，包括以下三个维度，即积极情绪、一般不适情绪和自我指向负性情绪。Cronbach α 系数的统计结果显示，认知失调情绪问卷中包含的积极情绪问卷、一般不适情绪问卷以及自我指向负性情绪问卷的信度分别为0.809，0.811，0.802，各问卷具有可信性。

Table 1. Subjects constitute (n = 248)
表 1. 被试构成

| 人口学变量 | 人数 | % |
|-----------|-----|------|
| 性别 | | |
| 男 | 90 | 36.3 |
| 女 | 158 | 63.7 |
| 年级 | | |
| 大一 | 56 | 22.6 |
| 大二 | 96 | 38.7 |
| 大三 | 83 | 33.5 |
| 大四 | 13 | 5.2 |
| 是否担任过学生干部 | | |
| 是 | 138 | 55.6 |
| 否 | 110 | 44.4 |
| 家中排行 | | |
| 独生子女 | 49 | 19.8 |
| 老大 | 92 | 37.1 |
| 老小 | 60 | 24.2 |
| 其他 | 47 | 19 |

2.3. 数据处理与统计分析

所有数据采用 SPSS 18.0 进行统计处理。具体的数据处理方法有：描述性统计分析、独立样本 t 检验、相关分析。

3. 结果

3.1. 人口统计学变量在大学生认知失调、应对方式和宽恕上的分析

3.1.1. 大学生认知失调各维度、应对方式各维度和宽恕在性别上的差异分析

采用 t 检验分别分析大学生认知失调各维度、应对方式各维度和宽恕在性别上是否有差异，结果表明(见表 2)：男生的 Hearland 宽恕问卷宽恕他人总分显著高于女生($t = 3.116, p < 0.05$)，男生的消极应对方式分量表显著高于女生($t = 2.337, p < 0.05$)，男生的自我指向性负性情绪也显著大于女生($t = 3.120, p < 0.05$)。男生和女生在积极应对分量表、积极情绪分量表和一般不适情绪分量表上都无显著差异。

3.1.2. 大学生认知失调各维度、应对方式各维度和宽恕在年级上的差异分析

采用方差分析分别分析 Hearland 宽恕问卷、简易应对方式问卷及认知失调情绪问卷各维度在年级上是否有差异，结果表明(见表 3)，在四个年级上均没有显著差异。

3.1.3. 大学生认知失调各维度、应对方式各维度和宽恕在是否担任过学生干部上的差异分析

采用 t 检验分别分析大学生认知失调各维度、应对方式各维度和宽恕在是否担任过学生干部上是否有差异，结果表明(见表 4)：担任过学生干部的学生的 Hearland 宽恕问卷宽恕他人总分显著高于没有担任过学生干部的学生($t = 2.973, p < 0.05$)；担任过学生干部的学生的积极应对方式分量表总分显著高于没有担任过学生干部的学生($t = 1.985, p < 0.05$)。是否担任过学生干部在消极应对分量表和认知失调情绪问

Table 2. Each questionnaire scores in terms of gender differences (M ± SD)**表 2.** 各问卷得分在性别上的差异(M ± SD)

| | 男生(n = 90) | 女生(n = 158) | t |
|-----------|----------------|----------------|--------|
| 宽恕 | 43.022 ± 5.796 | 40.911 ± 4.711 | 3.116* |
| 应对方式 | | | |
| 积极应对 | 23.444 ± 5.689 | 23.728 ± 5.072 | -0.405 |
| 消极应对 | 11.822 ± 5.085 | 10.405 ± 3.562 | 2.337* |
| 认知失调 | | | |
| 积极情绪 | 20.978 ± 4.748 | 21.620 ± 4.382 | -1.077 |
| 一般不适情绪 | 12.311 ± 7.277 | 11.196 ± 5.749 | 1.331 |
| 自我指向性负性情绪 | 16.211 ± 8.544 | 12.987 ± 6.366 | 3.120* |

注: *表示 $p < 0.05$, **表示 $p < 0.01$ 。

Table 3. Each questionnaire scores in terms of grade differences (M ± SD)**表 3.** 各问卷得分在年级上的差异(M ± SD)

| | 大一(n = 56) | 大二(n = 96) | 大三(n = 83) | 大四(n = 13) | F |
|-----------|----------------|----------------|----------------|----------------|-------|
| 宽恕 | 42.017 ± 5.307 | 41.344 ± 5.231 | 41.554 ± 5.363 | 43.461 ± 3.688 | 0.729 |
| 应对方式 | | | | | |
| 积极应对 | 23.286 ± 4.986 | 24.115 ± 5.655 | 23.277 ± 4.984 | 23.692 ± 6.074 | 0.705 |
| 消极应对 | 11.250 ± 4.420 | 10.938 ± 4.618 | 10.566 ± 3.829 | 11.615 ± 2.631 | 0.737 |
| 认知失调 | | | | | |
| 积极情绪 | 21.018 ± 3.984 | 21.520 ± 4.799 | 21.470 ± 4.462 | 21.461 ± 5.333 | 0.922 |
| 一般不适情绪 | 12.518 ± 8.367 | 11.365 ± 4.270 | 11.325 ± 7.035 | 11.154 ± 4.758 | 0.680 |
| 自我指向性负性情绪 | 16.000 ± 7.183 | 14.562 ± 7.920 | 12.638 ± 6.841 | 12.923 ± 5.809 | 0.053 |

注: *表示 $p < 0.05$, **表示 $p < 0.01$ 。

卷上都无显著差异。

3.1.4. 大学生认知失调各维度、应对方式各维度和宽恕在是否做过兼职上的差异分析

采用 t 检验分别分析大学生认知失调各维度、应对方式各维度和宽恕在是否做过兼职上是否有差异, 结果表明(见表 5): 做过兼职的学生的积极应对方式分量表总分显著高于没有做过兼职的学生($t = 3.037, p < 0.05$)。是否做过兼职在 Hearland 宽恕问卷和认知失调情绪问卷上都无显著差异。

3.1.5. 大学生认知失调各维度、应对方式各维度和宽恕在家中排行上的差异分析

采用方差分析分别分析 Hearland 宽恕问卷、简易应对方式问卷及认知失调情绪问卷各维度在家中排行上是否有差异, 结果表明(见表 6), 积极情绪在家中排行上有显著差异($F = 3.691, p < 0.05$)。由时候检验 LSD 可得独生子女较其他三类家中排行显著较低。

3.2. 大学生认知失调各维度、应对方式各维度和宽恕的相关分析

对大学生认知失调各维度、应对方式各维度和宽恕进行 Pearson 积差相关分析, 结果显示(见表 7), 宽恕与消极应对方式存在显著的正相关; 宽恕与一般不适情绪和自我指向性负性情绪存在显著的正相关;

Table 4. Each questionnaire score difference in whether plays the student lead role (M ± SD)**表 4.** 各问卷得分在是否担任过学生干部上的差异(M ± SD)

| | 是(n = 138) | 否(n = 110) | t |
|-----------|----------------|----------------|--------|
| 宽恕 | 42.544 ± 5.055 | 40.591 ± 5.243 | 2.973* |
| 应对方式 | | | |
| 积极应对 | 24.217 ± 5.518 | 22.881 ± 4.925 | 1.985* |
| 消极应对 | 10.841 ± 4.306 | 11.018 ± 4.138 | -0.328 |
| 认知失调 | | | |
| 积极情绪 | 21.696 ± 4.822 | 21.000 ± 4.097 | 1.205 |
| 一般不适情绪 | 11.051 ± 4.515 | 12.291 ± 8.063 | -1.531 |
| 自我指向性负性情绪 | 13.645 ± 7.658 | 14.800 ± 7.000 | -1.226 |

注: *表示 $p < 0.05$, **表示 $p < 0.01$ 。

Table 5. Each questionnaire score difference in whether has done a part-time job (M ± SD)**表 5.** 各问卷得分在是否做过兼职上的差异(M ± SD)

| | 是(n = 184) | 否(n = 64) | t |
|-----------|----------------|----------------|--------|
| 宽恕 | 41.625 ± 5.313 | 41.828 ± 4.981 | -0.268 |
| 应对方式 | | | |
| 积极应对 | 24.217 ± 4.966 | 21.922 ± 5.856 | 3.037* |
| 消极应对 | 10.924 ± 4.294 | 10.906 ± 4.050 | 0.029 |
| 认知失调 | | | |
| 积极情绪 | 21.353 ± 4.484 | 21.484 ± 4.653 | -0.200 |
| 一般不适情绪 | 11.467 ± 5.702 | 11.984 ± 7.979 | -0.506 |
| 自我指向性负性情绪 | 14.419 ± 7.641 | 13.406 ± 6.575 | 1.016 |

注: *表示 $p < 0.05$, **表示 $p < 0.01$ 。

Table 6. Each questionnaire scores in terms of birth order differences (M ± SD)**表 6.** 各问卷得分在家中排行上的差异(M ± SD)

| | 独生子女(n = 49) | 老大(n = 92) | 老小(n = 60) | 其他(n = 47) | F |
|-----------|----------------|----------------|----------------|----------------|--------|
| 宽恕 | 41.204 ± 4.916 | 41.685 ± 5.214 | 42.117 ± 4.954 | 41.596 ± 5.944 | 0.277 |
| 应对方式 | | | | | |
| 积极应对 | 22.204 ± 5.435 | 23.511 ± 5.270 | 24.600 ± 4.537 | 24.085 ± 5.893 | 2.012 |
| 消极应对 | 10.388 ± 4.315 | 11.087 ± 4.116 | 11.050 ± 4.386 | 10.979 ± 4.225 | 0.326 |
| 认知失调 | | | | | |
| 积极情绪 | 19.633 ± 4.986 | 21.598 ± 3.950 | 22.417 ± 4.515 | 21.489 ± 4.685 | 3.691* |
| 一般不适情绪 | 11.449 ± 3.675 | 11.761 ± 4.031 | 11.683 ± 8.619 | 11.340 ± 8.668 | 0.058 |
| 自我指向性负性情绪 | 14.245 ± 6.556 | 14.424 ± 7.589 | 13.517 ± 7.978 | 14.362 ± 7.170 | 0.203 |

注: *表示 $p < 0.05$, **表示 $p < 0.01$ 。

Table 7. Each questionnaire score difference in whether plays the student lead role ($M \pm SD$)
表 7. 各问卷得分在是否担任过学生干部上的差异($M \pm SD$)

| | | 宽恕 | 应对方式 | | 认知失调 | | |
|------|-----------|---------|---------|---------|----------|---------|-----------|
| | | | 积极应对 | 消极应对 | 积极情绪 | 一般不适情绪 | 自我指向性负性情绪 |
| | 宽恕 | — | | | | | |
| 应对方式 | 积极应对 | 0.112 | — | | | | |
| | 消极应对 | 0.233** | 0.176** | — | | | |
| | 积极情绪 | 0.060 | 0.408** | 0.010 | — | | |
| 认知失调 | 一般不适情绪 | 0.132* | 0.038 | 0.188** | -0.075 | — | |
| | 自我指向性负性情绪 | 0.251** | -0.094 | 0.324** | -0.218** | 0.482** | — |

注: *表示 $p < 0.05$, **表示 $p < 0.01$ 。

积极应对方式与消极应对方式及积极情绪存在显著正相关; 消极应对方式与一般不适情绪及自我指向性负性情绪存在显著正相关; 积极情绪与自我指向性负性情绪存在显著负相关; 一般不适情绪与自我指向性负性情绪存在显著正相关。

4. 讨论

4.1. 人口统计学变量在宽恕、应对方式、认知失调上的分析

4.1.1. 宽恕在性别上的差异分析

本研究发现, 男生的宽恕水平平均得分高于女生平均得分, 且达到显著性差异水平($p < 0.05$)。因此, 可以认为宽恕水平存在性别差异, 说明在大学生被试中, 男生的宽恕发展水平高于女生的宽恕发展水平。这与一些学者先前的研究结果相符合(马庆磊, 2012)。

从进化心理学的角度来分析, 会产生性别差异原因可能是因为在远古社会中, 男性以群体为单位在野外狩猎, 此时一个团队团结的程度很大方面影响了一个族群的事物获取, 因此能对周围其他人有更高的宽恕倾向, 有利于种族的繁衍。另一方面, 女性在家中抚养幼小的个体, 这也使得她们必须发动全身的感官去监视着生活活动的进行, 不能对一些错误的行为视而不见, 而较年长的或地位较高的雌性为了能督促其他雌性, 而产生了更为严苛的要求。

从这个研究结果也可以得出结论, 为何大学中女生宿舍的和谐程度一般都低于男生宿舍。

4.1.2. 年级在宽恕、应对方式、认知失调上的差异分析

Enright 等人(1989)研究发现宽恕随着年龄增长而发展, 与科尔伯格的道德发展阶段相一致。虽然国内的马洁和胡三嫚的研究在年级变量存在显著差异, 李湘辉的研究也表明存在年级差异, 而本研究发现, 在大学四个年级中, 三个问卷都没有显著差异。这可能由于大学生已经处于一个人格完善的阶段, 已经具备了对于自己心理应激的调节, 对生活事件的处理, 和人际关系中发生冲突的应对都有比较完整的一套体系。并没有较为突出的发展和变化出现在大学阶段。简单来说, 宽恕水平的形成与发展大多在青少年时期, 多受家庭环境、学校环境以及社会文化环境的影响, 而大学各个年级并不是宽恕水平发展的主要时期, 发展速度也已经不显著, 因此是纵向短期比较宽恕水平差异不大。

当然, 还有可能存在由于本研究在选择被试过程中产生的误差的影响而引起差异不显著的可能性。

4.1.3. 是否担任过学生干部在宽恕与积极应对方式上的差异分析

本研究发现, 担任过学生干部的大学生在宽恕与积极应对方式方面显著高于没有担任过学生干部的

大学生。

在大学生生活中，很多大学生选择从事学生干部，很大部分是希望给自己创造锻炼自己的机会。而这个研究的结果证明这样的选择是正确的。在经历了学生干部这样一个需要投入精力和时间的事业中，培养出了为人处世的积极能力。可以更好的处理生活中的人际冲突，和给自己正确的应对生活时间的方式。

4.1.4. 是否做过兼职在积极应对方式上的差异分析

本研究发现，有做过兼职的大学生在积极应对方式方面显著地高于没有做过兼职的大学生。

大学生通过兼职的方式提早地接触社会，能更快地学会今后在社会立足的技能。这也让这些做过兼职的大学生能更好的看待生活中发生的应激事件，同时用较为积极健康的方式来缓解压力。

学校鼓励并提供大学生社会实践，或做兼职的机会，对于培养大学生的独立意识和生活能力是十分有益的。

4.1.5. 家中排行在积极情绪上的差异分析

本研究发现，独生子女对比其他家中有兄弟姐妹的大学生，更不容易产生积极的情绪。在发生生活事件与自身的认知出现冲突的情况下，不能很好的处理好矛盾，从而产生不良的情绪，引发认知失调。

李娜(2010)通过研究认为独生子女与非独生子女相比，会体验到更高的消极情绪，更低的积极情绪。同时该研究者认为从小就生活在多子女环境下的人，知道如何与朋友相处，更能学习别人，主动调节、解决自己的情绪问题。对人际关系的处理能力也较高。

梁媛(2012)的研究认为，非独生子女较独生子女更常常克制自己的情绪，因为家中孩子多，情绪问题并不一定得到家长关注，时间一长，个体就会选择压抑、忽视自己的情绪。不会像独生子女那样敏感，易受不良情绪的左右。

自从国家实行计划生育以来，有效地缓解了人口压力，但也同时带来了教育方面的许多问题。因为没有其他兄弟姐妹对资源的分流，独生子女有着得天独厚的发展优势，这也带来了父母溺爱，独立性较差等不良隐患。而心理健康需要大学生能较好地控制自己的认知，通过正确的方式来调节以达到平衡。独生子女在这些方面的问题，值得引起社会各界的注意。

4.2. 大学生认知失调各维度、应对方式各维度和宽恕的相关分析

本研究发现，宽恕与消极应对方式、自我指向性负性情绪存在非常显著的正相关，与一般不适情绪存在显著正相关。

这说明，大学生为了产生对他人的宽恕，而使用消极应对方式的频率较高。消极应对方式从某个角度上可以认为是对人际关系之间的稳定具有积极作用的。而通过对人际冲突的联想而产生的不良情绪的唤起，也使得受试的大学对负面情绪有较多的表露。从而可以进一步认为，需要宽恕行为发生的场合之前首先会有不良情绪。当个体遭受他人的伤害时，会产生一系列消极的情绪反应，比如生气、愤怒、焦虑等。个体这种以消极情绪反应为主的认知失调状态，对个体的生活会产生不良影响。个体为了摆脱消极情绪的干扰，会通过改变自己的观点或行为以达到新的认知协调。对于伤害事件，个体会有两种选择，一种是公正亦即报复，另一种是仁慈亦即宽恕。这两种选择是缘于个体内部产生的公正原则认知和归属需要受到威胁认知间的失调状态，而产生心理不适感，如紧张、恐惧、焦虑、抑郁等。为了减少这种消极情感，个体会对自己的行为进行再认知、对伤害事件重整、对侵犯者进行再评价，逐渐通过不断地宽恕来达到认知协调。这和王秋玲等(2010)的研究结果相一致，宽恕是有前提的，受害者的认知失调状态在宽恕的发生中起关键作用。个体为了对抗认知出现的不平衡状态，会对自身的认知感受进行调节，从而发生了宽恕行为。

在认知失调状态与宽恕行为发生的过程中,个体还可能选择一些习惯性的应对方式,来帮助宽恕行为的实现。本研究结果表明,消极应对方式与宽恕存在着极为显著的正相关。李仁山(2011)的研究结果表明积极应对方式在自我宽恕过程中起着重要作用。因为自我宽恕是对自己有过的想法、做过的事情再认知,本质上是对自我的一种肯定。在这种情况下,积极的应对方式会更有利于营造自我宽恕的氛围。但大学生在应对伤害事件时,也有可能经常使用消极应对方式。他人的伤害行为引起的宽恕,除了与自身的认知有关,还需要改变对外界的态度,从自身、他人、社会等方面共同再认知。这就可能需要个体更大的精力投入,所以消极的应对方式也就出现的更为频繁。

总的来说,他人侵犯行为会引发个体的认知失调,应对方式在个体再认知和找寻新的认知协调的过程中起着协助的作用,从而产生了宽恕行为的发生。

4.3. 不足与展望

一、本研究采用方便取样,只是从一个省份抽取大学生样本,研究结果是否使用于其他人群,还有待验证;

二、本研究只采用了问卷调查法,此方法可能会使被试受社会期望等因素的影响而在回答时有偏颇。为了能更好地对研究对象进行全面的讨论,在今后的研究中最好能使用到实验法等方法。

三、由于对外文文献查阅较少,不能获得比较新的研究成果,本研究中的结论可能还存在许多疑问。

5. 结论

一、男大学生的宽恕发展水平高于女大学生;

二、大学阶段各个年级的宽恕发展水平没有显著的变化时期;

三、担任学生干部和参加兼职活动都可以提高大学生处理生活事件的能力;

四、独生子女较非独生子女更容易发生不良情绪问题;

五、人际冲突事件会引发认知失调,大学生会倾向于使用消极应对方式来解决认知冲突,从而达到平衡。

参考文献

- G. G. Anthony, L. R. David, 殷培桂(1988). 认知不协调理论的发展. *心理科学进展*, 6(3), 61-64.
- 陈红, 黄希庭, 郭成(2002). 中学生人格特征与应对方式的相关研究. *心理科学*, 25(5), 520-522.
- 费斯汀格(1999). *认知失调理论*. 杭州: 浙江教育出版社.
- 傅宏(2002). 宽恕: 当代心理学研究的新主题. *南京师大学报(社会科学版)*, (6), 80-87.
- 傅宏(2003). 宽恕心理学: 理论蕴涵与发展前瞻. *南京师大学报(社会科学版)*, (6), 92-97.
- 黄芳圆(2011). *大学生在网络舆论心理中的认知失调研究——以“武汉纪委书记写诗获奖被称‘羊羔体’”的网络舆论为例*. 博士学位论文, 武汉: 华中科技大学.
- 解亚宁(1998). 简易应对方式量表信度和效度的初步研究. *中国临床心理学杂志*, (2), 114-115.
- 李恒(2007). *大学生、研究生压力、应对方式、社会支持的比较研究*. 硕士学位论文, 武汉: 华中师范大学.
- 李娜(2010). *单亲、完整家庭父母教养方式与青少年情绪适应的关系研究*. 硕士学位论文, 太原: 山西大学.
- 李仁山(2011). *大学生自我宽恕、应对方式与睡眠质量的关系研究*. 硕士学位论文, 福州: 福建师范大学.
- 李兆良(2009). 国外关于宽恕的心理学研究述评. *医学与社会*, 22(3), 62-65.
- 历宁宁(2010). *自由选择、自我和谐对大学生认知失调的影响*. 硕士学位论文, 北京: 中国政法大学.
- 梁媛(2012). *大学生自我宽恕、情绪与主观幸福感的关系研究*. 硕士学位论文, 哈尔滨: 哈尔滨工程大学.
- 刘春燕(2003). 发展性团体心理咨询改善大学生应对方式及其相关因素的实验研究. *心理发展与教育*, 19(4), 75-81.

- 刘元兴(2007). 当代大学生认知失调归因与心理健康关系研究. 硕士论文, 贵阳: 贵州师范大学.
- 罗春明, 黄希庭(2004). 宽恕的心理学研究. *心理科学进展*, 12(6), 908-915.
- 马庆磊(2012). 大学生宽恕与特质情绪智力、人格、归因方式的关系研究. 硕士论文, 上海: 上海师范大学.
- 孙配贞, 郑雪, 余祖伟(2010). 初中生感戴状况与学校生活满意度的关系: 应对方式的中介作用. *心理发展与教育*, 26(1), 67-72.
- 陶琳瑾(2007). 6-12岁小学儿童宽恕倾向发展特点研究. 硕士论文, 南京: 南京师范大学.
- 王秋玲, 董娟(2010). 宽恕的心理机制: 从认知失调角度解析宽恕的发生. *济南职业学院学报*, (1), 83-84.
- 项光勤(2010). 关于认知失调理论的几点思考. *学海*, (6), 52-55.
- 许峰(2001). 认知不协调假说——动机心理学的新思路. *科技进步与对策*, 18(2), 000123-000125.
- 袁小帆, 伊永生(2009). 宽恕研究的教育意义. *科教文汇旬刊*, (12), 89-89.
- 岳颂华, 张卫, 黄红清, 李董平(2006). 青少年主观幸福感、心理健康及其与应对方式的关系. *心理发展与教育*, 22(3), 93-98.
- 张秋艳, 张卫, 岳颂华, 王才康(2004). 中学生情绪智力与应对方式的关系. *中国心理卫生杂志*, 18(8), 544-546.
- 赵丽英(2012). 大学生成人依恋、应对方式与人际关系的关系研究. 硕士论文, 太原: 山西大学.
- 朱芸, 张锋(1998). 认知不协调理论述评. *全球教育展望*, (6), 27-31.

知网检索的两种方式:

1. 打开知网页面 <http://kns.cnki.net/kns/brief/result.aspx?dbPrefix=WWJD>
下拉列表框选择: [ISSN], 输入期刊 ISSN: 2160-7273, 即可查询
2. 打开知网首页 <http://cnki.net/>
左侧“国际文献总库”进入, 输入文章标题, 即可查询

投稿请点击: <http://www.hanspub.org/Submission.aspx>

期刊邮箱: ap@hanspub.org