

# 医学生自我宽恕及其影响因素研究

胡秋蕾,朱婷婷,郑爱明

(南京医科大学医政学院,江苏 南京 211166)

**摘要:**目的:通过探讨医学生自我宽恕水平、影响因素以及与心理健康变量的相关性,为提高医学生自我宽恕水平以及心理健康水平提供依据。方法:随机在3所医学院校选取720名医学生作为研究样本,采用自编问卷和相关量表进行调查。结果:医学生自我宽恕水平为(27.00±4.74)分,自我宽恕在年级、专业方面的差异没有统计学意义( $P > 0.05$ ),对方受伤害程度、冒犯者内疚程度和愤怒、人格与自我宽恕显著相关( $P < 0.05$ ),医学生焦虑、抑郁水平以及幸福感这些心理健康变量与自我宽恕显著相关( $P < 0.05$ )。结论:对方受伤害程度、内疚、愤怒、人格等因素,影响医学生自我宽恕的意愿,同时他们的心理健康水平和幸福感水平也影响着其自我宽恕水平。

关键词:自我宽恕;医学生;心理健康

中图分类号:R195

文献标志码:A

文章编号:1671-0479(2016)03-195-005

doi:10.7655/NYDXBSS20160307

宽恕的概念在心理学领域尚未有统一的定义,根据以往有关宽恕的研究,本文倾向于认为宽恕由三个方面构成:人际宽恕、自我宽恕以及寻求宽恕,即伤害事件双方在动机、认知、情感和行为上逐渐由消极向积极转变的过程<sup>[1]</sup>。本文重点进行了自我宽恕方面的研究。Mauger等最先根据宽恕对象的不同,将宽恕分为宽恕他人与宽恕自己两类<sup>[2]</sup>。宽恕自己,即自我宽恕,前提假定自己为冒犯者,受害者既可能是自己,也可能是他人,但宽恕行为的实施者是自己,也就是说自我宽恕的过程是一种内部动机变化的过程。自我宽恕(self-forgiveness)是产生过失的个体对待自己的动机由报复转向善待的过程<sup>[3]</sup>。

以往有关宽恕的研究,大多数集中在人际宽恕方面,对自我宽恕的研究相对较少,针对医学生自我宽恕的研究更少,自我宽恕水平的提高对医学生完善人格、自我成长等都是十分有利的;在医学生将来走向工作岗位时,一名有责任感的医生,有时在面对自己无能为力的病症时,面对患者及其家属的殷切期望时,由于其救死扶伤的使命感,虽然知道医学不是万能的,但难免会产生自责等消极情绪,这时,尝

试着自我宽恕对缓解内心的自责感是非常有帮助的。本次研究试图探讨医学生自我宽恕的现状及其影响因素,以期了解医学生的自我宽恕水平,以及各种因素对其自我宽恕心理的影响,并且探索医学生自我宽恕与焦虑抑郁水平、幸福感的相关心理健康变量的关系。因此本研究在医学类院校发放相关问卷,进行调查研究。

## 一、研究对象和方法

### (一)研究对象

本次调查研究采用随机、分层抽样的方法,以南京医科大学、南京中医药大学、江苏建康职业学院三所学校的在校医学生为被试,主试经过统一培训,采取不记名方式,保护被试隐私,进行问卷调查,共发放问卷720份,剔除无效问卷,有效问卷540份。

### (二)研究工具

研究医学生自我宽恕的现状及其影响因素,除进行了基本情况的调查外,还让被试回忆一个曾经伤害过的人,通过具体伤害事件来了解冒犯者自我宽恕的状况和影响其自我宽恕的因素,因为被试通过对具体

基金项目:国家社会科学基金青年项目“积极心理学视域下大学生宽恕心理及多层次培养路径研究”(14CSH073)

收稿日期:2016-03-04

作者简介:胡秋蕾(1990-),女,山东菏泽人,硕士研究生在读;郑爱明(1971-),男,江苏泰州人,副教授,研究方向为临床心理咨询和治疗、学校心理健康教育,通信作者。

伤害事件的回忆,在问卷作答时,更能反映相对具体、真实的感受。除此之外调查还选取了以下量表。

Heartland 宽恕量表(HFS),是Thompson等在2005年编制的。由三个分量表组成:宽恕他人、自我宽恕和情景宽恕。本次调查主要选取其中自我宽恕和情景宽恕两个维度。HFS量表的自我宽恕量表在不同样本中的Cronbach系数在0.72~0.75之间,且HFS量表与其他多种宽恕量表显著相关,有较好的信效度。

状态-特质量表<sup>[4]</sup>,是目前评价愤怒经历和表达的重要工具。该量表由Spielberger编制,共有57个条目包括3个分量表:状态愤怒、特质愤怒和愤怒表达。采用1~4级评分法,其Cronbach系数在0.713~0.930之间,表明了其具有良好的内部一致性。本次抽取了其中的特质愤怒量表进行调查。特质愤怒是指在察觉苦恼和挫折情景时敏感度上的个性差异,以及对这些情景的发怒的反应倾向,它包括两个亚表,特质气质愤怒和特质反应愤怒。特质愤怒得分高的个体比得分低的个体更容易出现愤怒状态,且易怒的程度更高。

大五人格问卷50道题版本,由Goldberg编制,包括外倾性、宜人性、尽责性、情绪稳定性、开放性五个方面。该量表共50道题,每个方面10道题,5级评分,其中有正向计分也有反向计分。

症状自评量表<sup>[5]</sup>,于1975年编制,其作者是Derogatis,王征宇将SCL-90量表翻译为中文引入我国,该量表共有90个项目,包括9个分量表,测验的9个因子分别为:躯体化、强迫症状、人际关系敏感、抑郁、焦虑、敌对、恐怖、偏执以及精神病性。每个项目均采取1~5级评分,SCL-90量表的同质性信度为0.97,各分量表的同质性信度在0.96以上,重测信度大于0.7,各分量表与总量表的相关为0.79~0.92,说明其具有较好的信度和效度。本次选取了其中的焦虑和抑郁两个分量表进行调查。

《综合幸福感问卷》,由苗元江<sup>[6]</sup>编制,包括9个维度:生活满意、正性情绪、负性情绪、生命活力、健康关注、利他行为、自我价值、友好关系、人格成长。因调查长度所限,本研究采用其中的正性情绪和负性情绪两个维度测量被试的幸福感。每个分量表包含6个项目,7级计分。正性情绪的Cronbach系数为0.758,负性情绪的Cronbach系数为0.710。

采用SPSS20.0对数据进行统计分析。

## 二、研究结果

由于问卷项目较多,在进行问卷整理筛选的时

候,不是按照全部填写完整的标准进行筛选,而是去除了缺失两个量表以上的问卷。由于大五的医学生目前都在医院实习,问卷调查有一定难度,所以本次调查的对象选取了1~4年级的医学生。本次调查的人口统计学资料,主要包括性别、专业、院校类型、是否独生子女、年级五个方面,具体如表1所示。

表1 样本人口统计学资料

项目	人数	百分比(%)
性别		
男	128	23.70
女	410	75.93
缺失	2	0.37
是否独生		
独生	319	59.07
非独生	217	40.16
缺失	4	0.74
专业类型		
临床医学	141	26.11
影像、检验	51	9.44
预防医学	23	4.26
口腔医学	48	8.89
中医	25	4.63
药学	39	7.22
护理学	105	19.44
康复医学	47	8.70
卫生管理	48	8.89
其他	13	2.41
年级		
一年级	152	28.14
二年级	142	26.30
三年级	115	21.30
四年级	115	21.30
缺失	16	2.96
院校类型		
大专	124	22.96
本科	319	59.07
高职	2	0.37
其他	2	0.37

### (一) 医学生自我宽恕水平研究

经过筛选获得医学生自我宽恕水平的有效样本为532,总体平均值是27.00,标准差是4.74,最小值为12,最大值是42。医学生自我宽恕水平四个年级间的差异由单因素方差分析得出, $F$ 值为0.940, $P=0.412 > 0.05$ ,说明医学生各年级自我宽恕水平不存在显著性差异(表2)。医学生自我宽恕水平的专业差异结果见表2, $F$ 值为0.875, $P=0.548 > 0.05$ ,说明医学生各专业自我宽恕水平也不存在显著性差异(表2)。

### (二) 自我宽恕的影响因素分析

本次研究通过让被试回忆一个曾经伤害过的人

表2 医学生自我宽恕水平

项目	人数	总分(分)
年级		
一年级	149	26.86 ± 4.78
二年级	139	26.96 ± 4.93
三年级	115	26.62 ± 4.84
四年级	115	27.62 ± 4.42
F值		0.940
P值		0.412
专业		
临床医学	140	26.91 ± 4.57
影像、检验	50	26.58 ± 5.19
预防医学	22	27.73 ± 4.54
口腔医学	47	27.17 ± 4.34
中医	25	28.76 ± 4.55
药学	39	26.33 ± 4.00
护理学	103	27.25 ± 4.81
康复医学	46	26.33 ± 4.89
卫生管理	48	26.69 ± 5.82
其他	9	28.78 ± 3.77
F值		0.875
P值		0.548

来研究影响自我宽恕的因素。自我宽恕与对方伤害程度的相关分析显示,被试自我宽恕与对方伤害的程度相关系数为-0.154,达到显著性相关水平( $P < 0.001$ )。自我宽恕与内疚的相关分析显示,自我宽恕与当时被试内疚程度的相关系数为-0.199,达到显著相关水平( $P < 0.001$ )。自我宽恕与愤怒的相关分析显示,特质愤怒与自我宽恕的相关系数为-0.271,达到显著相关水平( $P < 0.001$ )。自我宽恕与人格的相关分析结果表明,自我宽恕与大五人格中的外倾性、宜人性、尽责性、情绪稳定性、开放性的系数分别为0.133、0.184、0.184、0.409、0.196,均达到了显著相关水平( $P < 0.01$ )。

### (三)自我宽恕与心理健康状况的相关关系

研究选取了SCL-90中的焦虑、抑郁因子来考察自我宽恕水平与心理健康的关系,结果显示,自我宽恕与抑郁、焦虑的相关系数分别为-0.392、-0.334,均达到了显著相关水平( $P < 0.001$ )。研究发现自我宽恕总分与幸福感总分呈正相关,相关系数为0.220,达到显著相关水平( $P < 0.001$ )。研究还选取了综合幸福问卷中的正性情绪和负性情绪两个分量表,结果显示,自我宽恕与负性情绪呈负相关,相关系数是-0.334,并且达到了显著相关水平( $P < 0.001$ );自我宽恕与正性情绪的相关系数为0.166,也达到了显著相关水平( $P < 0.001$ )。

## 三、讨论

### (一)医学生自我宽恕的特点

研究显示,医学生自我宽恕总分的均值为27分,自我宽恕总分在年级和专业变量上没有显著性差异,这与以往大学生自我宽恕心理的研究结果不太一致。根据马旭颖<sup>[7]</sup>对大学生自我宽恕心理的研究,不同年级大学生的自我宽恕水平存在显著差异,在自我宽恕的自我提升与形象维护两个因素的水平随着年级的升高而升高;不同专业的大学生在自我宽恕上具有显著差异,工科学生得分显著高于文科类学生。医学生自我宽恕水平在年级上没有显著差异的原因可能与他们进入大学以来所受的教育有关,在医学院校比较强调责任的重要性,尤其是面对患者的性命相托,更能感受到自身责任的重大,这就可能会造成在遇到问题时归因方式的变化,更愿意把问题发生的原因归于自己的责任,或者随着年级的升高能更理性地承担责任,这就使得医学生自我宽恕的水平并没有随着年级的升高而升高,而是保持在一个相对稳定的水平;而医学生自我宽恕水平在专业上没有显著差异的原因可能是,医学生在高中阶段大都是理科生,并且在大学阶段所受的教育也是科研大于思辨,各专业的学习环境基本相同,就使得各专业医学生的自我宽恕水平没有产生显著性差异。

### (二)医学生自我宽恕的影响因素

#### 1. 受伤害程度与自我宽恕的关系

调查显示,医学生自我宽恕水平与对方受伤害程度显著负相关,即对方受伤害越严重,越不容易进行自我宽恕。这与国外许多学者<sup>[8]</sup>的研究结果也是一致的,被冒犯者受伤害的严重程度强烈影响当事人的宽恕水平,后果越严重,当事人的负疚感会越强,自我宽恕的可能性也越小。

#### 2. 内疚与自我宽恕的关系

研究表明,医学生自我宽恕水平与自己的内疚程度显著负相关,即当伤害事件发生之后,当事人的内疚程度,影响其自我宽恕,内疚程度越高,自我宽恕水平越低。以往的实证研究表明<sup>[9]</sup>,内疚与自我宽恕不相关甚至负相关,个体感到内疚时,同时会体验到焦虑、紧张、懊悔等情感,个体可能会更倾向于自我惩罚而非自我宽恕,而内疚对自我宽恕所起的促进作用是通过促进个体承担责任,采取补救行为等实现的。

#### 3. 愤怒与自我宽恕的关系

调查显示,医学生自我宽恕水平与愤怒水平呈

负相关,即愤怒特质越明显,自我宽恕水平越低,由此可见愤怒是不利于自我宽恕的。心理测量学研究证明<sup>[10]</sup>,愤怒与个体维持不自我宽恕呈正相关,其产生于对冒犯事件的反思和懊悔。这与本次研究的结果也是一致的。

#### 4. 人格与自我宽恕的关系

自我宽恕水平与大五人格的外倾性、尽责性、宜人性、情绪稳定性、开放性都呈显著正相关,表明这五个方面得分较高者,在处理伤害事件时,较容易做出自我宽恕的选择。这与这些特质的高分者特征是有关系的,外倾性的高分者特征是善于交际、热情、果断、乐观等,宜人性的得分者特征是热心、信任、直率等,情绪稳定性高分者特征表现为平静、安全感,尽责性的高分者特征为有组织的、负责等,开放性的高分者特征是聪明的、开放等。正是由于大五人格五个方面的特点,在伤害事件发生之后,具备这五个方面高分的人格特征,更倾向于自我宽恕。这与以往的研究有相似之处。2004年,Ross等<sup>[11]</sup>使用NEO-PI-R量表探讨了五大人格因素与自我宽恕的关系,结果发现,自我宽恕与神经质呈负相关,与外向性和尽责性呈正相关,与随和性无关,但在2007年的另一项研究中发现自我宽恕与随和性相关<sup>[12]</sup>,也就是与宜人性相关,这与本次研究的结果也是一致的。

#### (三)自我宽恕与相关心理健康变量的关系

##### 1. 自我宽恕与焦虑抑郁的关系

通过调查显示,自我宽恕与SCL-90中的抑郁因子呈负相关,也就是说,当冒犯者抑郁得分越高,越难进行自我宽恕;自我宽恕与SCL-90中的焦虑因子也呈负相关,当冒犯者焦虑得分越高,越难自我宽恕,这与Maltby等<sup>[13]</sup>在2001年的研究结果相同,他发现自我宽恕的失败与抑郁、焦虑呈显著正相关。冒犯者的抑郁、焦虑程度越高,自我宽恕越倾向于失败。

##### 2. 自我宽恕与幸福感的关系

研究表明,自我宽恕与幸福感总分呈正相关,即冒犯者幸福感越强,越容易进行自我宽恕。自我宽恕与综合幸福感问卷中的正性情绪因子呈正相关,即当冒犯者较多地体验到爱、高兴、自豪等正性情绪时,越容易选择自我宽恕;与负性情绪因子呈负相关,即当冒犯者较多地体验到愤怒、耻辱、嫉妒等负性情绪时,越不容易自我宽恕。这与Hall等<sup>[14]</sup>的研究结果相似,他的研究表明自我宽恕的成功也与

心理幸福感变量显著相关。

#### 参考文献

- [1] 朱婷婷,陶琳瑾,郑爱明. 整合视野下宽恕心理的概念厘定与研究展望[J]. 南京医科大学学报(社会科学版),2014,14(5):367-371
- [2] 胡蕾,张文渊. 自我宽恕的相关研究综述[J]. 科教文汇,2011(9):174-175
- [3] Hall JH,Fincham FD.The temporal course of self-forgiveness[J]. J Soc Clin Psychol,2008,27(2):174-202
- [4] Spielberger CD. Professional manual for the state-trait anger expression inventory-2 (STAXI-2)[M]. Odessa, FL:Psychological Assessment Resources,1999:36
- [5] 汪向东,王希林,马弘. 心理卫生评定量表手册[M]. 北京:中国心理卫生杂志社,1999:12
- [6] 苗元江. 心理学视野中的幸福[D]. 南京:南京师范大学,2003
- [7] 马旭颖. 大学生自我宽恕的结构与特点[D]. 沈阳:沈阳师范大学,2013
- [8] Macaskill A,Maltby J,Day L.Forgiveness of self and others and emotional empathy[J]. J Soc Psychol,2002,142(5):663-665
- [9] Strelan P. Who forgives others,themselves,and situations? The roles of narcissism,guilt,self-esteem,and agreeableness[J]. Pers Individ Dif,2006,46:312-320
- [10] Macaskill A. Defining forgiveness:Christian clergy and general population perspectives[J]. J Pers,2005,73(5):1237-1265
- [11] Ross SR,Kendall AC,Matters KG,et al. A personological examination of self- and other-forgiveness in the five factor model[J]. J Pers Assess,2004,82(2):207-214
- [12] Ross SR,Hertenstein MJ,Wrobel TA. Maladaptive correlates of the failure to forgive self and others:Further evidence for a two-component model of forgiveness[J]. J Pers Assess,2007,88(2):158-167
- [13] Maltby J,Macaskill A,Day L. Failure to forgive self and others;a replication and extension of the relationship between forgiveness,personality,social desirability and general health[J]. Pers Individ Dif,2001,30:881-885
- [14] Hall HJ,Fincham FD. Self-forgiveness:the stepchild of forgiveness research[J]. J Soc Clin Psychol,2005,24:621-637

## An investigation of self-forgiveness and its related factors of medical students

Hu Qiulei, Zhu Tingting, Zheng Aiming

(School of Health Policy and Management, Nanjing Medical University, Nanjing 211166, China)

**Abstract: Objective:** To explore the self-forgiveness status and its related factors of medical students and the correlation with the variable of mental health, and provide an evidence to improve the self-forgiveness and the mental health of medical students. **Methods:** A total of 720 medical students from 3 medical universities were randomly selected as the research sample, and were surveyed by the Self-made questionnaire and some Scales. **Results:** Self-forgiveness level of medical students was  $27.0 \pm 4.74$ , medical students' self-forgiveness level had no statistical significance in grade and specialty ( $P > 0.05$ ), some factors of guilt, anger, and personality related to self-forgiveness significantly ( $P < 0.05$ ), and self-forgiveness of medical students was significantly related to anxiety, depression and happiness ( $P < 0.05$ ). **Conclusion:** Guilt, anger, personality of medical students have different effects on self-forgiveness, their self-forgiveness level also affects their mental health and well-being.

**Key words:** self-forgiveness; medical student; mental health

### 《南京医科大学学报(社会科学版)》 影响因子排名创新高

近期公布的CNKI中国学术期刊影响因子年报(人文社会科学·2015版)显示,《南京医科大学学报(社会科学版)》计量评价指标又取得可喜成绩,数据和排名稳步提升:期刊综合影响因子为0.570(去年0.550),增幅3.64%,在影响因子学科平均值下降,增幅为负(-2.35%)的情况下,实属不易;影响因子排名第41位(41/632),较去年(45/631)前进4位,并且连续3年进入全国综合性人文、社会科学学科期刊前50;总被引频次726次(去年633次),增幅14.69%。