

缓解大学生敌意:宽恕干预与叙事干预的比较

刘丽¹, 赵永婧¹, 杨继平¹, 刘春梦^{1,2}

(1.山西大学教育科学学院,太原030006;2.华东师范大学心理与认知科学学院,上海200062)

【摘要】 目的:本研究旨在比较宽恕干预与叙事干预对降低大学生敌意的效果。方法:选取18名高敌意大学生并随机分为两组,分别进行十次宽恕团体干预与叙事团体干预,采用宽恕可能性量表、宽恕量表、短式华人敌意量表进行前测、后测和追踪后测。结果:后测时,宽恕干预组的情境性宽恕和敌意的改变量非常显著地高于叙事干预组;3个月后追踪后测时,宽恕干预组的情境性宽恕和敌意的改变量极其显著地高于叙事干预组;两组被试的特质宽恕都没有发生显著改变。结论:宽恕干预比叙事干预更能有效地降低大学生的敌意。

【关键词】 宽恕干预;叙事干预;大学生;敌意

中图分类号:R395.5

DOI: 10.16128/j.cnki.1005-3611.2017.02.025

Reducing College Students' Hostility: Comparison of Forgiveness Intervention with Narrative Intervention

LIU Li, ZHAO Yong-jing, YANG Ji-ping, LIU Chun-meng
School of Education, Shanxi University, Taiyuan 030006, China

【Abstract】 Objective: To compare the effects of the forgiveness intervention and narrative intervention in reducing college students' hostility. Methods: 18 college students with high hostility were chosen and randomly assigned to forgiveness group intervention or narrative group intervention for ten sessions. The Forgiveness Likelihood Scale, the Forgiveness Scale, and the Short Form Chinese Hostility Inventory were utilized to participants at three time points. Results: We found that the forgiveness intervention group changed situational forgiveness and hostility significantly more than the narrative intervention group, and this change was stable up to 3 months following the study, however, dispositional forgiveness of both groups have not changed too much. Conclusion: The study suggests that the forgiveness intervention is more effective than the narrative intervention in reducing college students' hostility.

【Key words】 Forgiveness intervention; Narrative intervention; College students; Hostility

敌意是指对他人长期而持久的消极评价和预期,并伴随有恐惧、厌恶、愤怒等情绪,且在交往中较倾向于对抗、攻击或压抑^[1]。敌意是一个严重的公共卫生问题,可能引起社会压力^[2]、睡眠障碍^[3]、抑郁^[4]、自杀^[5]、冠心病^[6]、暴力行为^[7]、焦虑、人际冲突、创伤后应激障碍、物质滥用和低治疗依从性等^[8]。

研究者从不同角度探讨了敌意的成因。Horney认为,被父母以恶劣方式对待的儿童会对其父母产生基本敌意,这种敌意由于儿童的无能、恐惧、爱或内疚等情感而被压抑。然而,基本敌意并不会自行消失,反而会泛化到所有周围的人,使儿童体验到基本焦虑^[9]。Dollard等的挫折—攻击假说认为,敌意是挫折的结果。新认知联结主义理论修正了这一假设,认为挫折引起敌意的程度取决于它引起的消极情感的程度,而情感与人对事件的评价和归因有关^[10]。近年来的研究发现,心理弹性、乐观主义和生活

目标等保护性因素与敌意的减少有关^[8,11]。

以往对敌意的干预主要是认知行为干预^[12],包括心理技能训练^[13]、生活技能训练^[14]、心理接种^[15]以及综合干预^[16],也存在一些针对生物学原因的药物治疗^[17]。但这些干预没有重视对当事人的受伤害经历及情感的处理,也没有综合考虑敌意的保护性因素。

宽恕是指在人际冒犯关系中,受害者一方对冒犯者的消极反应转变为积极反应的心理过程^[18]。作为积极心理学的研究主题,宽恕是一种力量,与敌意显著负相关^[19]。宽恕三因素理论模型认为,宽恕主要通过三种途径来实现:①改善受害者对冒犯者及冒犯事件的认知;②出现积极的情感;③社会关系及社会道德等对宽恕的约束^[20]。宽恕动态过程模型认为,宽恕是由认知、情感和行为组成的系列动态过程^[21]。这两个模型都从认知、情感、行为角度综合考虑了影响宽恕的相关变量,总结了与这些变量相关的特质因素与情境性因素,并且特别重视情境性因素如意义建构、观点采择和共情建立等,为宽恕干预提供了较为完整的理论基础。

【基金项目】 教育部人文社会科学研究项目(10YJA880085);2015年度山西省高等学校哲学社会科学项目(思想政治教育专项,2015ZSSZ2002)

通讯作者:刘丽,Email:liulisunc@163.com

目前运用最广的宽恕干预模型来自 Enright 小组与 Worthington 小组。Enright 小组的宽恕干预模型由揭露阶段、决定阶段、实施阶段和深化阶段组成^[22]。Worthington 小组的 REACH 宽恕干预模型由回忆 (recall)、共情 (empathy)、利他 (altruistic)、承诺 (commit) 和保持 (hold) 五个环节组成^[23]。大部分宽恕干预是在团体中以心理教育的方式进行的,也有部分是通过个体或夫妻咨询方式进行的,但团体宽恕干预的效果显著优于个体或夫妻宽恕干预的效果^[24]。虽然多个研究发现宽恕可以在一定程度上削弱敌意对健康造成的消极影响,但是鲜有研究者直接探讨宽恕是否可以显著地降低敌意^[25]。

近年来,叙事疗法被广泛应用于创伤治疗领域,且取得了很好的疗效。创伤叙事治疗通过识别来访者对创伤的回应,发展替代故事和身份认同,使来访者获得心理和情感的安全感,并促使创伤记忆被整合进替代故事中,从而消除创伤的影响^[26]。在团体中讲述故事是人的本能,所以,叙事团体干预被广泛应用于个体成长辅导^[27]。

综上所述,本研究拟参照宽恕干预理论与干预模型设计宽恕团体干预方案,根据叙事治疗理论与技术设计叙事团体干预方案,并通过实证研究考察二者对降低大学生敌意的效果,为大学生敌意干预的研究与实践提供新的思路。

1 研究过程

1.1 研究对象

在采用大学生心理健康问卷 (UPI) 和 SCL-90 症状自评量表对大一新生进行心理普查后,筛选出 UPI 得分正常、SCL-90 敌对因子得分 ≥ 2 且其他因子得分 < 2 的大一新生 98 人。以组织“交朋友小组活动”的名义邀请 98 名大一新生参加团体辅导,经过面谈,最终有 18 名大一新生同意参与本实验。筛选标准是:①自愿参加团体活动,并愿意真诚分享;②能够按时参加每次的团体活动;③在生活中遇到过伤害性事件,且自愿参加降低伤害事件影响的研究。将其随机分配到宽恕干预组及叙事干预组,每组各 9 人。其中,宽恕干预组 3 名男生,6 名女生;叙事干预组 2 名男生,7 名女生。表 1 显示,两组被试的情境性宽恕、特质宽恕和敌意前测差异均不显著,可以认为两组被试的初始状况基本同质。

1.2 工具

1.2.1 短式华人敌意量表 (Chinese Hostility Inventory: Short Form) 该量表由林宜美和翁嘉英编制

而成,共 20 个题项^[1]。量表采用 5 点计分,得分越高表示敌意程度越高。

表 1 宽恕干预组与叙事干预组前测数据的差异分析

	宽恕干预组		叙事干预组		χ^2	P
	M	SD	M	SD		
情境性宽恕	34.00	7.97	38.22	10.92	-0.620	0.535
特质宽恕	20.56	5.96	23.56	4.69	-1.554	0.120
敌意	70.11	6.19	65.67	7.94	-1.195	0.232

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

1.2.2 宽恕量表 (Forgiveness Scale) 该量表由 Rye 等编制,用来测量个体的情境性宽恕水平。量表共 15 个题项,包括消极反应的消失与积极反应的出现两个维度,采用 5 点计分,得分越高表示情境性宽恕水平越高。修订后的中文版本包括消极反应消失、积极反应出现与自我关注消失三个维度^[28]。本研究中,总量表和三个分量表的 Cronbach's α 分别为 0.87、0.90、0.82 和 0.82。

1.2.3 宽恕可能性量表 (Forgiveness Likelihood Scale) 该量表由 Rye 等编制,用来测量个体的特质宽恕水平。量表包含 10 个项目,采用 5 点计分,得分越高表示特质宽恕的水平越高。修订后的中文版本删除了 1 个项目^[28]。本研究中,量表的 Cronbach's α 为 0.77。

1.3 实验设计

采用对照组前后测设计。自变量为实验处理——宽恕团体干预与叙事团体干预,因变量为敌意、宽恕得分。为控制无关变量,被试入选后随机安排到两种干预条件下。为降低期待效应对研究结果的干扰,采用单盲设计,即被试不知道实验的真正目的,只被告知是考察两种干预方案促进友谊的效果。两组团体干预均进行十次,每周一次,每次 120 分钟。在干预前一周、干预后一周、干预后三个月三个时间点,两组被试均参加三个量表的测验。

1.4 干预方案

干预方案见表 2:第 1-2 次两组均通过一系列结构化团体活动组建团体,建立团体规则,增强团体成员之间的信任感;第 3-9 次两组分别以宽恕团体干预方案与叙事团体干预方案进行团体干预;第 10 次皆为结束团体。

1.5 数据处理

使用 SPSS16.0 对数据进行录入和处理。由于两组被试人数较少,很难保证数据的正态分布,因此,对组间数据进行独立样本非参数差异检验,组内数据进行配对样本非参数差异检验。

表2 宽恕干预组与叙事干预组干预方案对比

宽恕干预组			叙事干预组		
活动主题	活动目的	主要活动内容	活动主题	活动目的	主要活动内容
快乐相识	相识,建立团体规范	刮大风,滚雪球,希望树	快乐相识	相识,建立团体规范	刮大风,滚雪球,希望树
敞开心扉	提高信任度与凝聚力	松鼠找大树,风中劲草等	敞开心扉	提高信任度与凝聚力	松鼠找大树,风中劲草等
我的故事	回忆受伤害经历	生命曲线,回忆伤害事件	积极力量	发现优点与力量	相似圈,自画像,童子问
情感宣泄	体验消极情绪及影响	消极情绪体验,情绪影响	故事叙说	叙说受伤害的故事	生命曲线,叙说伤害故事
追本溯源	寻找消极情绪的原因	一毛五,讨论公正世界	解构故事	掌握问题外化的技术	秘密大会串,外化练习
推介宽恕	推介用宽恕应对伤害	热身,概念,宽恕的利弊	另类叙述	发现悦己者及其理由	气球保护,寻找悦己者
体验宽恕	了解宽恕的意义	我的核桃,被宽恕或抱怨	积极叙事	发现友好关系	气球飞扬,好关系及条件
决定宽恕	共情、宽恕冒犯者	两可图形,观影,承诺书	重塑故事	加强自我力量	遗嘱,行为与意义蓝图
感受宽恕	对比宽恕前后变化	猜脸谱,宽恕前后的感受	外部见证	使变化得以持续存在	闯关突围,我是谁,信件
面向未来	总结收获,处理离愁	宽恕历程,记忆典藏	面向未来	总结收获,处理离愁	幸运时,生命树,心相印

2 结 果

2.1 两组后测改变量的差异比较

表3显示,宽恕干预组与叙事干预组的情境性宽恕和敌意的后测与前测差值存在非常显著的差异,宽恕干预组的情境性宽恕的提高程度和敌意的降低程度均非常显著地高于叙事干预组,但是两组特质宽恕的后测与前测差值不存在显著差异。

表3 宽恕干预组与叙事干预组后测改变量的差异分析

	后测(M±SD)		后测-前测差值(D±SD)		χ ²
	宽恕干预组	叙事干预组	宽恕干预组	叙事干预组	
情境性宽恕	47.56±4.45	38.44±4.75	13.56±7.86	0.22±9.38	-2.697**
特质宽恕	21.11±6.15	24.89±5.73	0.56±0.88	1.33±4.95	-0.773
敌意	53.78±6.57	64.56±4.25	-16.33±6.40	-1.11±7.24	-3.062**

2.2 两组追踪后测改变量的差异比较

表4显示,宽恕干预组与叙事干预组的情境性宽恕和敌意的追踪后测与前测差值存在极显著差异,宽恕干预组的情境性宽恕的提高程度和敌意的降低程度均极显著地高于叙事干预组,但是两组的特质宽恕的追踪后测与前测差值不存在显著差异。

表4 宽恕干预组与叙事干预组追踪后测改变量的差异分析

	追踪后测(M±SD)		追踪后测-前测差值(D±SD)		χ ²
	宽恕干预组	叙事干预组	宽恕干预组	叙事干预组	
情境性宽恕	50.33±4.64	38.89±5.25	16.33±8.57	0.67±7.52	-3.202***
特质宽恕	21.22±5.67	25.67±6.44	0.67±0.87	2.11±9.97	-0.630
敌意	53.11±5.93	64.11±8.45	-17.00±6.02	-1.56±7.26	-3.320***

表5 两组被试三次测量分数之间的差异比较(χ²)

	宽恕干预组			叙事干预组		
	前-后	前-追踪	后-追踪	前-后	前-追踪	后-追踪
情境性宽恕	-2.666**	-2.666**	-1.780	-0.141	-0.416	-0.427
特质宽恕	-1.667	-1.857	-0.264	-1.051	-0.561	-0.297
敌意	-2.684**	-2.677**	-1.897	-0.421	-0.653	-0.281

2.3 两组前后测、追踪后测数据的比较

表5显示,宽恕干预组的前测与后测、前测与追踪后测,在情境性宽恕和敌意方面存在非常显著的

差异,后测与追踪后测在各个指标上均不存在显著差异;叙事干预组的前测与后测、前测与追踪后测、后测与追踪后测在各个指标上均不存在显著差异。

3 讨 论

3.1 宽恕团体干预的效果

本研究结果显示,宽恕团体干预能即时并持续有效地提高被试的情境性宽恕,降低被试的敌意。这与宽恕团体干预中一系列适用于处理敌意的活动密切相关。

安全、温暖、信任的团体氛围:由于敌意与安全感的缺乏有关^[9],因此,本研究非常重视团体安全感的建立,专门用两次团体活动组建团队,为成员创造了安全、温暖和信任的团体氛围。这种氛围有利于降低被试的防御,为后续对冒犯事件的回忆与分享奠定了良好的基础。

合理宣泄消极情感:敌意起源于对愤怒等消极情感的压抑^[9]。因此,在团体中引导个体了解自己的“压抑”防御机制,进而学会合理宣泄消极情绪,有助于降低个体的敌意。本研究中,通过鼓励团体成员回忆自己遇到冒犯事件的情境和过程,激发团体成员的消极情绪与情感,引导团体成员发现并了解自己内在的防御机制,并学会合理宣泄消极情绪,而不是一味地压抑它。

发现非敌意线索:高敌意者一般具有“敌对他人”的图式,倾向于对模糊情境进行敌意解释。因此,干预过程中需要帮助团体成员发现非敌意线索,以便于对伤害情境重新作出评价,减少个体对敌意信息的沉思^[21]。在宽恕干预中,通过“两可图形”等一系列活动让被试从不同的角度看待和思考伤害情境,重新认识和理解伤害事件和伤害者,引导个体找出当时情境中的非敌意线索,发现之前的选择性敌意注意所忽略的事实。在此过程中,随着成员对受

伤害事件回想的变化,他们能更加客观地思考问题,而不再习惯性地做出敌意解释。

建立对冒犯者的共情:有研究表明,个体长期的敌意解释会使个体在理解、体验他人情感时产生困难^[29]。宽恕的三因素理论模型和宽恕的动态过程模型均指出,共情可以有效促进宽恕^[20,21]。因此,本研究试图通过提高个体的共情能力来降低其敌意。通过观看短片《治愈九一一:寻找宽恕,友谊的母亲们》和“角色扮演”,让被试体会不同角色在具体情境下的所思所想,并将这项技术推广到自己所遇到的伤害事件,分别从自己与冒犯者的角度去考虑冒犯事件,体验冒犯者当时的情绪及情感。随着对冒犯事件产生原因的思考,通过体会冒犯者在当时情境下的情感及想法,团体成员开始对冒犯者产生共情,而不再是抱怨。

自我关注的消失:张海霞和谷传华等认为,个体受到伤害之后最直接的反应是指向“自我”的,因而要做到宽恕伤害者,必须先消除“自我关注”^[30]。随着宽恕干预的进行,团体成员对事件的回忆发生变化,这种变化不仅反映在频率的减少上,还反映在回忆的内容上。在干预前期,团体成员会不停地强调自己总是在反复回想当时的事情,总是对冒犯者心怀怨恨、愤怒之情,不能信任身边的朋友。在干预后期,团体成员会说自己现在很少去想那件事情,即使偶尔想起来,也不会再像过去一样只关注伤害事件带给自己的坏处,诅咒冒犯者,而是希望他能改变,向更好的方向发展。这些频率及内容上的改变,都是“自我关注的消失”的表现,这也是宽恕出现及敌意消失的关键。

本研究发现,宽恕干预对降低大学生敌意具有即时和持续效果。这为宽恕理论及干预模型的有效性提供了新证据,有助于扩展人们对宽恕干预功能的认识。同时,本研究突破了以往敌意干预以认知行为干预为主的局限,从积极心理学的视角开辟了敌意干预的新途径。

3.2 叙事团体干预的效果

本研究中,叙事团体干预对于改变大学生宽恕和敌意的效果皆不显著。这可能是因为研究者所实施的叙事团体干预对敌意的针对性不强。叙事干预不像宽恕干预那样针对个体某一受伤害事件中的受伤情绪来进行工作,也不要求个体做出宽恕的承诺及行为。所以,它对个体宽恕及敌意的干预效果有限。

本研究的追踪观察显示,两组被试在社交媒体

上分享的内容呈现明显的风格差异,叙事干预组成员比宽恕干预组成员有更多的目标追求行为,说明叙事干预有效促进了被试的个人成长。这与以往研究结论一致^[27],进一步肯定了叙事干预具有促进自我发展的功能。

虽然本研究中叙事团体干预对敌意的干预效果与研究假设相左,但这也提示我们,促进个人成长与降低敌意是两回事,并不是所有增强受害者力量的干预都有助于降低其敌意。近年来,高校学生暴力事件频发也说明,个体的发展与成长并不意味着敌意与暴力行为的必然减少。

3.3 特质宽恕的改善效果

本研究显示,宽恕干预和叙事干预对“特质宽恕”的改善效果都不显著。这是因为与人格倾向相关的“特质宽恕”是人内在的动机取向,这种改变本身就不容易,需要足够的时间才能实现。为期十周,每周一次2小时的干预,显然不容易显著改善被试的特质宽恕。

参 考 文 献

- 1 林宜美,翁嘉英. 冠状动脉心脏病与头痛的敌意型态比较. 中华心理学期刊, 2002, 44(2): 211-226
- 2 Vella EJ, Kamarck TW, Flory JD, et al. Hostile mood and social strain during daily life: A test of the transactional model. *Annals of Behavioral Medicine*, 2012, 44(3): 341-352
- 3 Tsuchiyama K, Terao T, Wang Y, et al. Relationship between hostility and subjective sleep quality. *Psychiatry Research*, 2013, 209(3): 545-548
- 4 Stewart JC, Fitzgerald GJ, Kamarck TW. Hostility now, depression later? Longitudinal associations among emotional risk factors for coronary artery disease. *Annals of Behavioral Medicine*, 2010, 39(3): 258-266
- 5 Lemogne C, Fossati P, Limosin F. Cognitive hostility and suicide. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 2011, 124: 62-69
- 6 Smith TW, Baron CE, Grove JL. Personality, emotional adjustment, and cardiovascular risk: Marriage as a mechanism. *Journal of Personality*, 2014, 82(6): 502-514
- 7 廖小伟,赵琳,刘新春,等. 敌意认知在自恋和恋爱暴力间的中介效应. 中国临床心理学杂志, 2015, 23(4): 686-689
- 8 Sippel LM, Mota N, Kachadourian L, et al. The burden of hostility in U.S. veterans: Results from the national health and resilience in veterans study. *Psychiatry Research*, 2016. [Http://dx.doi.org/10.1016/j.psychres.2016.06.040](http://dx.doi.org/10.1016/j.psychres.2016.06.040)
- 9 Horney K. *The neurotic personality of our time*. New York: Norton, 1937. 85-86
- 10 Berkowitz L. Frustration-aggression hypotheses: Examination and reformulation. *Psychological Bulletin*, 1989, 106:

- 59-73
- 11 Elbogen EB, Johnson SC, Wagner HR, et al. Protective factors and risk modification of violence in Iraq and Afghanistan war veterans. *Journal of Clinical Psychiatry*, 2012, 73(6): 767-773
 - 12 姜帆, 安媛媛, 伍新春. 面向儿童青少年的创伤聚焦的认知行为治疗: 干预模型与实践启示. *中国临床心理学杂志*, 2014, 22(4): 756-760
 - 13 Bishop GD, Kaur D, Tan VL, et al. Effect of a psychosocial skills training workshop on psychophysiological and psychosocial risk in patients undergoing coronary artery bypass grafting. *American Heart Journal*, 2005, 150(3): 602-609
 - 14 Wright LB, Gregoski MJ, Tingen MS, et al. Impact of stress reduction interventions on hostility and ambulatory systolic blood pressure in African American adolescents. *Journal of Black Psychology*, 2011, 37(2): 210-233
 - 15 Gidron Y, Slor Z, Toderas S, et al. Effects of psychological inoculation on indirect road hostility and simulated driving. *Transportation Research Part F Traffic Psychology & Behaviour*, 2015, 30:153-162
 - 16 Karlberg L, Krakau I, Undén AL. Type A behavior intervention in primary health care reduces hostility and time pressure: A study in Sweden. *Social Science & Medicine*, 1998, 46(3): 397-402
 - 17 Haskett RF, Muldoon M. Citalopram intervention for hostility: Results of a randomized clinical trial. *Journal of Consulting & Clinical Psychology*, 2009, 77: 174-188
 - 18 McCullough ME. Forgiveness as human strength: Theory, measurement, and links to well being. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 2000, 19: 43-55
 - 19 Siltan NR, Flannelly KJ, Lutjen LJ. It pays to forgive! Aging, forgiveness, hostility, and health. *Journal of Adult Development*, 2013, 20(4): 222-231
 - 20 Fehr R, Gelfand MJ, Nag M. The road to forgiveness: A meta-analytic synthesis of its situational and dispositional correlates. *Psychological Bulletin*, 2010, 136(5): 894-916
 - 21 Ho MY, Fung HH. A dynamic process model of forgiveness: A cross-cultural perspective. *Review of General Psychology*, 2011, 15: 77-84
 - 22 Enright RD. The moral development of forgiveness. Kurtines W, Gerwitz J(Eds.). *Handbook of moral behavior and development*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates Inc, 1991. 123-152
 - 23 Wade NG, Worthington ELJr. In search of a common core: A content analysis of interventions to promote forgiveness. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 2005, 42: 160-177
 - 24 Wade NG, Worthington ELJr, Haake S. Promoting forgiveness: Comparison of explicit forgiveness interventions with an alternative treatment. *Journal of Counseling and Development*, 2009, 87: 143-151
 - 25 Worthington ELJr, Witvliet CVO, Pietrini P, et al. Forgiveness, health, and well-being: a review of evidence for emotional versus decisional forgiveness, dispositional forgivingness, and reduced unforgiveness. *Journal of Behavioral Medicine*, 2007, 30(4): 291-302
 - 26 赵兆, 方莉, 杜文东. 叙事治疗在创伤领域的应用及其与EMDR的异同. *医学与哲学*, 2013, 34(6): 71-74
 - 27 赵君, 李焰, 李祚. 叙事取向团体辅导对大学生自我认同的干预研究. *心理科学*, 2012, 35(3): 730-734
 - 28 陆丽青. 大学生宽恕的影响因素及其同心理健康的关系. 杭州: 浙江师范大学, 2006
 - 29 Shorey RC, Cornelius TL. Trait anger as a mediator of difficulties with emotion regulation and female perpetrated psychological aggression. *Violence and Victims*, 2011, 26(3): 271-282
 - 30 张海霞, 谷传华. 宽恕与个体特征、环境事件的关系. *心理学进展*, 2009, 17(4): 774-779

(收稿日期:2016-08-16)

(上接第346页)

- 17 Duval S, Tweedie R. Trim and fill: A simple funnel-plot-based method of testing and adjusting for publication bias in meta-analysis. *Biometrics*, 2000, 56(2): 455-463
- 18 Malouff JM, Thorsteinsson EB, Schutte NS. The relationship between the five-factor model of personality and symptoms of clinical disorders: A meta-analysis. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 2005, 27(2): 101-114
- 19 Diener E. Traits can be powerful but are not enough: lesson from subjective well-being. *Journal of Research in Personality*, 1996, 30(3): 389-399
- 20 苏中华, 姜美俊, 王小平, 郝伟. 40例医学生失眠症患者心理健康影响因素的通径分析. *中国临床心理学杂志*, 2004, 12(1): 66-83
- 21 钱铭怡, 武国城, 朱荣春, 等. 艾森克人格问卷简式量表中国版(EPQ-RSC)的修订. *心理学报*, 2000, 32(3): 317-323

(收稿日期:2016-09-02)