

宽恕理论在心理学治疗领域中的整合发展趋势

傅宏

(南京师范大学教育科学学院, 南京, 210097)

摘要: 虽然大量的研究表明宽恕在心理治疗中具有相当积极正性的作用,但是,由于现有的各种宽恕定义和理论模型相互之间分歧较大,似乎看不出明显统整的迹象,使得这个命题的理论价值在主流心理学中并没有受到应有的重视。不过,在对有关概念和理论模型进行回顾和深入分析后不难发现,一个崭新的、逐步趋于整合的宽恕心理学正在逐步酝酿成熟。

关键词: 宽恕; 心理学; 整合

对于有关宽恕的心理学理论模型的分析将有助于我们更好地理解并接受这个新兴领域。在最近的一篇综述文章中,笔者曾经提到,心理学文献关于宽恕的研究只是在最近的几十年中才开始出现的,其中大部分的文献都是限于临床应用研究,包括宽恕与道德发展关系的研究、宽恕在咨询与治疗中的应用研究、宽恕与人格的相关性研究等,有关理论研究则相对比较贫乏。^[1] 虽然一些有限的心理学研究文献对于认识和理解宽恕做出了有益的贡献,但由于在有关宽恕的定义及理论分析上具有各自的局限性,而且缺乏有效的整合,从而限制了宽恕心理学在临床心理学乃至整个心理学学科中的地位 and 自身的发展。

本文将在简要回顾有关宽恕理论的最新研究进展和对当前心理学文献中宽恕概念进行总结评价的基础上,提出未来宽恕心理学的理论整合走向。为宽恕心理学研究和有关认知行为治疗提供理论基础和依据。目前的研究虽然还会少量涉及一些有关宗教影响的讨论,但是毋庸置疑,宽恕研究在主体上已经成为心理学的一部分,尤其在心理治疗中的价值已经得到了充分的肯定。^[2]

1. 有关宽恕的定义问题

在西方,宽恕概念从其最初的宗教源头开始就强调是一种用于和解与消除罪恶的方式。^[3] 宽恕(forgiveness)在词义上来源于希腊文,表示使然、释怀、放弃使用惩罚、在罪恶者和上帝之间重归于好以及上帝对于罪恶者的无条件的爱。^[4] 在圣经中所说的宽恕是指上帝对于那些忏悔者的宽恕,而演化到心理学研究中,心理学家所关心的是在实际人际关系中,受到伤害一方对于伤害一方所作出的无条件接纳。在人际宽恕中,双方真实的悔过和无条件的接纳彼此是十分重要的。具体地说,宽恕行为通常表达为受伤害一方能够做出对伤害一方的真诚无条件接纳并给予爱心,从而导致人际关系得到重建。这种行为也同样适用于广泛的群体或国家之间的和解。

在当代的文献中，许多学者并没有很好地定义宽恕概念。最近的一些有关综述文章曾经指出，实际上，几乎每个不同的心理学家在讨论宽恕时都使用着各自不同的定义。Enright 总结指出，在这些不一而足的心理文献中，他们大多同意宽恕是针对对方长期而且深远的伤害所做出的一种反应。^[5] 宽恕也是一个接纳过程，它指受伤害一方自愿地选择放弃对待伤害行为的愤怒情绪、复仇甚或公正处理。因而，**宽恕应是一种主动选择行为，而不是由于任何第三者驱使而做出的**。宽恕更应被看作是一种对罪过的消解；在这之中，交往双方都明确意识到冒犯者对宽恕者犯有罪过，而宽恕者通过宽恕令冒犯者因此而得以解脱。^[6]

那么，哪些不属于宽恕呢？一些学者提出，宽恕经常是令人不快的一种选择，因为宽恕者需要为此而放弃寻求进一步报复和正义判决的机会。^[7] 譬如，在一项关于儿童性虐待受害者的研究工作中，Bass 和 Davis 把宽恕定义为放弃愤怒，不再寻求虐待者的责任，以及不再向虐待者寻求赔偿。采用这个定义，他们提出宽恕忽略了受害者所承受的伤害和愤怒情绪的合理性，并且潜在地维护了伤害一方的利益。^[8] 不过，Enright 等人却不同意这样的说法，他们指出这种对于宽恕的指责是由于应用了错误的概念和定义所导致。举例来说，在英文中，forgiveness 经常与 pardon 相混淆。新韦氏国际大字典(第三版)(2000)中就把 pardon 定义为 forgiveness。同时，在一些心理学文献中，也有人把 pardon 看作是人际宽恕的一种形式或者将其等同于宽恕。^[9] 一些争论认为，pardon 更属于一个法律术语，它只能是由一个法律权威者向某个违法者提供某种法律范畴之内的仁慈与宽大。^[10] 如果是这样的话，那么，pardon 概念用于解释现实生活中的人际关系就不适当，也就不能等同于现实生活中的宽恕。

此外，在看待宽恕对冒犯者的原谅(excusing)上也存在分歧。Veenstra 把原谅看作是宽恕的一种形式，可是其他一些学者却提出这种原谅不同于实际‘现实’中的宽恕。^[11] 近来的讨论基本上倾向于同意原谅不能等同于宽恕的说法，原谅更倾向于对冒犯行为的忽视，而并不一定表达为宽恕。

与此同时，在这个问题上的更多的争论是集中在关于看待宽恕与和解(reconciliation)的关系上。一些学者倾向于混淆这两者之间的关系，譬如，在 Lauritzen 的定义中宽恕就包含了重建已经破碎的人际关系。^[12] 其他也有一些持类似观点的学者，如 Pattison 和 Veenstra,把和解看作是宽恕过程中(通常是在其最后阶段中)的固有成分。这种观点事实上反映了传统神学思想中把调和看作是宽恕的基本理由和最终目标的影响痕迹的存在。事实上，现在更多的心理学家们倾向于把宽恕与和解区分开来。Enright 提出，**宽恕是一个仅限于受害者自己的内部过程**，而和解则是一个包含了冒犯者一方的一个外部行为；前者对于后者而言是一个必要而非充分的条件。^[13]

那么究竟该如何定义宽恕？综合地来看，目前基于经验研究而做出的操作定义还非常的少。Pingleton 把宽恕定义为是“放弃个人做出伤害性反击的权利”，重点强调在受到伤害后放弃使用正当的反击行为。Hargrave 则定义宽恕为对冒犯者的一种和解表示，而 North 则更进一步表述宽恕为：一种先于对冒犯者施加合理的愤怒和报复的过程，尽管他们意识到自己并不一定需要这么做，但仍然取代**以谦卑、仁慈和爱对待冒犯者**。这个定义倾向于强调宽恕者对待冒犯者的情感和态度变化上。

Enright 和他的研究小组把 North 的定义加以进一步扩充，包括了对冒犯者的认知判断和行为指向两个方面。他们把宽恕定义为对不当的伤害放弃采取消极情绪、判断和行为，取而代之以积极情绪、判断和行为。^[14] 这也许就是目前西方宽恕心理学中，最为新近的和最具有操作性的定义，它被认为在最广泛意义上代表了当前相关的心理学研究成果。

2. 宽恕模型

寻求对宽恕进行定义，并不足以充分认识和理解宽恕概念。想要进一步更为详尽地认识宽恕，就必须为这个概念提供一个能够充分揭示其内涵本质和解释运行过程的理论模型。虽然在上个世纪的 70 到 80 年代期间就已经有一些理论尝试(如 Kubler-Ross 的剥夺模型)，但总的来说，这些模型还比较零散，不够完整和成熟。事实上，即便到目前为止的大多宽恕数理论模型在其理论上依然存在着广泛的分歧和争议，它们大多仅限于表面的解读和描述，其作用也仅限于对一些临床治疗实践的应用或指导。研究者们开始逐步意识到，要想进一步推动宽恕心理学研究的发展，就必须在现有的零散模型基础上尝试建立一套更为统整的理论模型。下面笔者将通过对这些模型的讨论来尝试揭示这样一个现代宽恕理论的走向。

宽恕的心理学模型总体上可以被概括为以下方面：类型模型，任务—阶段模型，基于现有人格或病例心理学理论而建立的模型，以及发展模型(参见表 1)。为了更好地解释和理解这些模型，下面将首先列举出两个现实生活中的宽恕案例。

案例 1，金喜告诉他的妻子李娜，在几年前他曾经发生过短暂的婚外情，并希望能得到她的宽恕。

案例 2，小霞的新婚夫婿在骑车回家的路上，被一辆汽车撞伤，因为肇事司机在事后逃逸，令其夫婿不治身亡。许多年后，司机因为内心的不安，又主动向媒体坦白了当年的行为，希望得到小霞的宽恕。

2.1. 类型模型

在有关模型研究中，一些学者采取 McCollough 和 Worthington 所提出的方法，通过对不同主题进行分类的方法来研究宽恕。其中代表性的包括有 Veenstra、Nelson 和 Trainer 等人的研究工作。

表 1. 宽恕模型

类型模型	任务 — 阶段模型	基于人格和病理心理学理论而建立的模型	发展模型
Nelson (1992)	Ausperger (1981)	精神分析 (Brandsma, 1982; Lapsley, 1966)	Enright 工作小组 (1991)
Trainer (1991)	Benson (1992)	荣格心理学(Todd, 1985)	Nelson(1992)
Veenstra	Donnelly (1982)	客体关系(Gartner, 1988;	Spidell & Liberman

(1992)	Loewen (1970)	Vitz & Mango, 1997;	(1981)
	Martin (1953)	Pingleton, 1997)	
	Pattison (1965)	存在心理学 (Pattison,	
	Pettitt (1987)	1965)	
	Rosenak & Hamden	个人结构(Smith, 1981)	
	(1992)	认知(Droll, 1984)	
	Smedes (1984)	家庭系统(Hargrave, 1994)	
	Thompson (1983)		

Veenstra 的分类模型提出人际宽恕的六个类别, 包括疏忽、道歉、原谅、对不起、释怀和重建信任。^[15] 这些类别描述了宽恕是如何被应用于人际关系心理学的。Veenstra 指出, 这每一个方面可以分别用于解释各种特定类别的冲突从开始到关系重建的各个阶段。

Trainer 则把宽恕区分为为了外部的(同时伴随内部恐惧、怨恨或焦虑体验的)满足角色期待的宽恕(role-expected forgiveness), 由憎恨与谦卑相互交织而形成的一种对待冒犯者在道德上的超越而形成的角色满意的宽恕(role-expedient forgiveness), 和以释放愤怒和怨恨情绪为特点的真实内在宽恕(true intrinsic forgiveness)。^[16] 另外, 在 Nelson 的模型中, 他区分了分离的宽恕、有限度的宽恕和完全的宽恕。

这些分类研究对不同类型和不同水平上的宽恕以及相关的动机成分作了描述。按照上面的例子, 金喜的妻子李娜告诉金喜她宽恕他的不忠, 如果研究者在这种情况下是一个咨询治疗者, 这些模型将会是有助于我们来分辨她是否是在经验真实的宽恕, 并把这种内在经验转化为了外部行为。也许她只是原谅了他的行为 (按照 Veenstm 的概念模型, 她只是令对方感到释怀了)。虽然她可能依然感到受到伤害和愤怒, 但这样的做法避免了进一步的相互报复(满足角色期待的宽恕)。或者, 另外的情况下, 她也有可能利用这种方法令对方从此感到内疚和更加服从于她(角色满意的宽恕)。同样的, 在另外一个案例中, 如果小霞决定宽恕那个司机, 这个分类模型可以帮助我们分辨出她是否在做出一种真实的宽恕抑或是满足其它角色需要的宽恕。

显然, 这种分类模型在经验性研究中的意义已经得到了证明。Trainer 本人以及 Nelson 等人的经验研究都已经证明了分类模型的价值。McCollough 和 Worthington 也提出, 如果能够把行为和情绪作更为细致的区分的话, 这些分类模型也可以被应用于咨询治疗实践中。^[17] 尽管如此, 这种模型也有其制约性。分类模型虽然能够表述不同宽恕, 但对于不同个体如何选择做出同一类型的宽恕却无法解释。为什么李娜能够宽恕她丈夫? 其中是由于什么原因从而导致她选择了实际的发自内心的宽恕(或者是其它类型的宽恕)? 对于这个问题的适当的答案可能还得要从个人人格特点和更为广泛的情境因素(包括冒犯的性质、宽恕者与冒犯者过去的

人际关系以及特定的社会文化规范等)中去寻找。

2.2. 任务一阶段模型

这是一个被广泛接纳的包括一系列按照时间序列编排的阶段过程一任务心理模型。在过去的半个多世纪中,许多心理学家(包括如 Augsberger,1981; Benson,1992; Donnelly, 1982; Loewen,1970; Martin,1953; Pattison,1989; Pettitt, 1987; Rosenak & Harnden,1992; Smedes, 1984; Thompson,1983) 都已经提出了各种类似的宽恕过程模型。这类模型试图描绘出发生在宽恕以及相应的人际过程中宽恕者与冒犯者双方的心理动力过程。按照 McCollough 和 Worthington 的归纳,在大多数模型中,普遍包括以下一些要素:认识冒犯行为;决定选择宽恕而不是其它反应;以及在与宽恕有关的认知、情绪和行为上的具体操作。^[18] 大部分模型都同意体验愤怒和承认伤害是这个过程的关键成分,并且这个过程可以持续数月乃至数年。

不过,各个模型在看待其过程本质、宽恕发生的过程顺序以及达成‘真实’宽恕所需要的前提条件上,相互之间的分歧仍然很大。有些模型坚持内部心理任务是保证宽恕过程顺利完成的必要条件。比如,Donnelly 就提出在宽恕中经历的以下步骤:决定宽恕、意识到真实的宽恕是一件不容易的事情、做出宽恕并已注意到不宽恕的后果。^[19] Pettitt 提出了一个五阶段模型,包括:愿意对冒犯者采取宽恕、接受把这种新的态度当作是对他人的一个美好给予、接受冒犯者并解除对冒犯者的高期待以及重建爱心。^[20] 虽然这个模型也强调过程,但它并没有对过程的完成提出互动的要求。

其它一些模型则提出相互间的心理互动过程对于完成宽恕过程的必要性,而且发生在宽恕者和冒犯者之间的某些形式的人际过程必须要在真实的宽恕产生之前产生。譬如,Hargrave 指出受害者的内部过程(包括实现顿悟和理解)必须由受害者和冒犯者之间的互动过程(包括提供补偿和公开宽恕行为)来替换。Martin 提出了一个五阶段模型:拒绝寻求报复、愿意接受已经被破坏的人际关系、期望重建关系、向冒犯者解释这种冒犯是如何伤害了人际关系的以及重建这种以相互信任为基础的人际关系。

在这个被仔细分解了的宽恕阶段性步骤中,任务一阶段模型成功地揭示了宽恕过程,并且已经潜在地影响了有关的经验研究。对于训练和治疗实践来说,任务阶段模型也是有用的工具,它有助于帮助患者从过程上来认识宽恕。但是,就象分类模型一样,这种强调理论的任务一阶段模型也有其局限性。除了少数的例外,大多数的任务一阶段模型都没有超越已有的认识和形成一个完整的理论框架,因此在解释上也比较缺乏说服力。首先,这些模型没有能够解释为什么以及在何种情境下才会发生从一个阶段向另一个阶段的转变。譬如,金喜是否该表示悔改从而有助于在他和他妻子之间重建信任关系?如果他仅仅表示悔过是否足够,还是需要做出其它更多表示?进一步,这种相互间重建信任是否能够由于他的悔过而自动形成,抑或是还有其它一些潜在因素的作用(譬如,金喜过去是否曾做过类似的忏悔但不久便又会重犯)?

与此相应的,每个任务一阶段模型都假设其中的各个阶段相互之间是连续一致的,其中的每个段落并不能孤立地对宽恕产生作用。可为什么人们又经常会对其中的某一两个阶段特

别地感兴趣呢？譬如，为什么小霞能够在肇事司机公开表示忏悔之后能够做出宽恕？同时如果能够考虑到在这个决定中是否有一些其它的心理因素（例如，对于丧失家庭成员的感受迁移）或其它社会关系因素（例如，每个家庭的不同自身境况）在发挥作用可能更有助于解释这个阶段模型。

此外，一些研究者也还指出，任务一阶段模型对某些宽恕案例的解释上缺乏说服力。譬如，大多数的任务一阶段模型倾向于强调已有关系的重建（在旧有的伙伴间重建信任和爱），而不太关注针对不熟悉人之间的冒犯行为（这往往与抢劫、强奸或谋杀等犯罪行为有关）。上面所提到的小霞案例就是这样的情况。正因为如此，这种宽恕理论模型在指导临床治疗实践中经常也是有局限性的。

2.3. 基于人格和病理心理学理论而建立的模型

也有一些宽恕模型被认为是建立在人格和病理心理学理论模型上的。这些宽恕模型大多数是从精神分析学、荣格心理学、对象关系、存在心理学、个人结构、认知和家庭系统理论中推演出来的。由于本文的篇幅和讨论重点所限，笔者不可能在这里对每一种理论来源进行回顾，而将只侧重对其中一种代表性理论作些探讨，以便说明问题。

Gartner 基于 Kernberg 的客体关系理论提出了一个宽恕模型，并在后来得到了 Vitz 和 Mango 的进一步发展和完善。^[21] 在这个模型中，宽恕是一个将冒犯者好与坏两方面加以整合（用 Kernberg 的术语来说，便是自我—客体表达）的过程。这个过程限定了指向冒犯者的愤怒与攻击必须要与冒犯者的好品质和动机想调和，或者至少要对冒犯者的缺点表达某种同感，从而能够更加现实和公平地去看待冒犯者。

正如在 Gartner 模型中所提及的，宽恕模型是基于其上位心理学理论而建立起来的。它不仅描述而且解释了宽恕的本质，同时还根据宽恕发展过程中的个体差异描述了宽恕的阶段性差异。举例来说，Gartner 模型可以帮助一个咨询治疗者理解李娜为何愿意宽恕她的丈夫：也许李娜的早期经验阻止她去使用诸如离婚等各种报复的方法和驱使她更愿意选择和解。

不过，这个模型也有其局限性，其中的一个重要限制便是倾向于把宽恕归结为内部心理机制的结果而忽视角色关系和情境因素。所以，有学者建议这种模型可以被有限度地应用于某些特定的治疗关系中去。^[22] 不过，这种模型在概念上经常不能有效地被应用于指导有关的经验研究或治疗实践。譬如，一个研究者或咨询治疗者如何才能有效地去观察小霞或李娜在选择宽恕或其它反击方式中的各种心理和情境因素？McCollough 和 Worthington 认为这类模型在认知和情绪构成方面依然有值得改进的空间。

2.4. 发展模型

在宽恕研究中其它也有一些与 Kohlberg 的道德发展模型相匹配的宽恕发展模型。其中 Nelson（1992）和 Enright 工作小组（1991）的模型便主要是关于宽恕的认知发展：Spidell 和 Liberman（1981）则是描述了作为冒犯者的发展变化过程。虽然这些模型也属于心理学（认知发展）理论，但是总的来说，它们与上述其它一些理论模型的考虑是有所不同的。

就象 Kohlberg 一样，这些模型看重个体认知能力的发展：个体在成长中逐渐地脱离自我中心的状态，并能够经验性地去适应他人并接纳和尊重他人的价值。对于宽恕者而言，他们早期的道德归因由个人的兴趣所驱使并经常受到一些‘公平’‘报复’思想的影响：到了中期阶段上，宽恕者则经常会考虑到为了能够令社会或他人满意而必须要维持一种相互关系的和谐：而在成熟水平上的宽恕则是由纯粹对他人的爱心引发而产生的。

强调发展的宽恕模型由于是基于 Kohlberg 的理论模型而建立起来，并且其自身也通过大量的经验研究得到了很好的支持，具有比较坚实的理论基础。尽管如此，就象其它的一些理论模型一样，发展模型也还存一些局限性。

一些批评者认为，这种认知发展模型太拘泥于对阶段的规定性考虑。按照这个模型，‘成熟’的宽恕必须是在成功渡过了对和谐关系的考虑和自我中心阶段之后的事情，儿童和青少年几乎不可能实现伴有爱心的宽恕。那么，按照宽恕对心理健康影响的考虑，人们就有理由质疑，在成熟的宽恕发生之前，人们所做出的各种宽恕是否就不能代表真正健康的宽恕呢？或者什么样的一种宽恕才可以算是健康的宽恕呢？

首先，这种阶段性的解释忽视了宽恕这样一些人类本质现象的复杂和多面性，对宽恕的‘无条件’和‘爱心’本质关注不够。其次，这种模型不仅忽视冒犯者的消极态度，而且过于片面强调每个人的不同宽恕发展状态，也是有失偏颇。Gartner 的客观关系观点就曾经对宽恕是由爱的体验逐步替代消极体验的说法提出疑问。他认为，即便是成熟的宽恕也“同时包含了对自我和他人好的和坏的体验两个方面”。^{[23](p.315)} 在他看来，成熟的宽恕是基于对积极和消极心理的有效驾驭的结果。

Enright 和他的同事们（1991）提出了 6 个决定受害者对冒犯者做出宽恕的影响变量，包括：个体的社会认知发展阶段、文化情境、环境强化、哲学或宗教信仰、时间间隔以及事件的严重程度。这在一定程度上有助于我们理解宽恕的个别差异。譬如，我们可以理解李娜之所以宽恕他的丈夫是因为外部环境强化（需要重建婚姻关系）或时间延续而冲淡记忆的结果；同样地，我们也可以知道小霞之所以不能宽恕司机也许是由于周围亲友的压力结果。虽然补充这些变量可以增强这些发展模型的解释性，但依然存在不足。一是在看待受伤害水平上，Enright 等人试图对那些令人厌恶和不可宽恕的人做出评价，但其他一些学者建议基于个人主体感受而做出的对伤害严重程度的评价并不足以客观和影响个体做出合理宽恕：再者，从更为根本的意义上讲，这 6 个变量彼此之间以及与整个模型缺乏有机的结合。利用这个模型虽然解释了个人的宽恕认知发展，但并不能解释宽恕的其它一些情绪和心理动力学机制。从而使得人格和心理病理学理论在整个认知发展中所起的作用没有得到应有的体现。

3. 当前宽恕理论发展走向

近期的一些在宽恕研究中比较活跃的学者（如 McCoullough, Worthington, Rachal 等）都指出宽恕是一种动机转换过程。在这其中，受伤害一方对冒犯者的复仇动机逐渐减少，取而代之对冒犯者的建设性动机逐步增加，从而使得个体在情感和认知上都能对冒犯者产生同感（empathy）。这个模型是基于 Batson 等人（1991）对同感和利他主义（altruism）的理论而建

立起来的。这种对冒犯者的同感理论可以令我们对 Gartner 的客观关系模型和 Enright 等人的发展模型做出更好的解释。McCullough 等人的同感模型之所以有如此广泛的影响力，主要是因为它承认人格、情境和关系等因素在同感随时间变化而形成的过程中所发挥的影响作用。这个模型解决了存在于发展模型和那些基于人格和病理心理理论模型中的局限性问题，把人格和心理病理因素（如初级防御和压抑的应用），以及情境因素（如关系优先本质）共同当作是影响宽恕个别差异的前提条件。不仅如此，McCullough 等人的这个理论模型还具有可测量的特点，而且事实上已经得到了经验研究的证明和支持。^[24]

不过这个模型依然存在局限性。其中一个比较明显的局限是它侧重于对亲密关系中宽恕的解释，比较难以推广到解释那些在不具有亲密关系的人相互之间的冒犯和宽恕行为（如小霞和司机的案例），而且也几乎很难用来解释各种犯罪或暴力行为。因为在这些情况下，受害者一方在动机上很难发展出对冒犯者的同感态度，这也就对宽恕模型提出了一些更新和更高的要求。

4. 未来的趋势：走向整合

从前文的分析中我们已经看到，无论是类型模型或是任务一阶段模型都分别提供了对不同类型宽恕的有用的解释。但是，他们都不能够脱离类型或过程分析来解释宽恕，也不能解释宽恕的个体差异。因此，它们无论在理论阐释和临床应用上都存在局限性。发展模型以及基于人格和病理心理学的理论对于宽恕的个体差异做出了比较好的分析，但是，前者由于太侧重对现象的说明从而排除了对角色和人格变量的考虑；而后者则倾向于缩小以至忽视大量的情境因素对宽恕的影响。而由 McCullough 等人在近期提出的宽恕模型，虽然被认为是包括了宽恕过程中的各种个体和情境要素，但是，这个模型由于是以亲密关系为基础建立起来的，对于应用于解释其它一些关系情境仍然存在不足。

鉴于现有的各种模型在帮助人们认识和理解复杂多维的宽恕结构上都表现出一定的贡献和各自的局限性，有学者提出，未来宽恕理论的发展走向显然会在现有的基础上更多倾向于走整合的道路。Pingleton（1997）在近期已经提出了一个具有初步理论整合倾向的宽恕模型，并受到了学术界的关注。^[25] 在这个模型中，早先的类型、任务一阶段、发展以及人格等模型被尝试糅合到了一起，形成了一个相互关联的整合概念（参见图 1）。

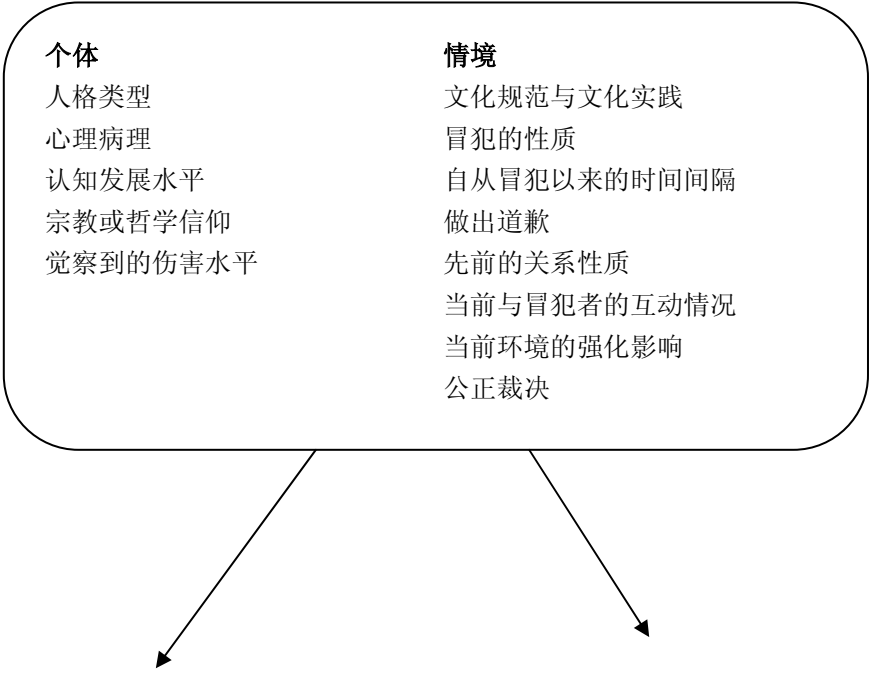
这个模型的第一个阶段是关于个体在受到不公正对待后影响他做出宽恕选择的有关动力因素。这些影响因素包括有了个体固有的一些人格或交往方式以及心理病理水平（指在诸如精神分析学或存在主义心理学中所描述的不同心理水平）；认知发展水平（指宽恕的发展模型中所描述的各个水平）；以及其它一些可能影响个体做出宽恕决策的因素（如宗教或哲学信仰、对于受伤害的醒觉水平等）。由于目前已经有了大量的有关人格、心理病理、认知发展以及个人信念等方面的评价问卷，因此，所有的这些因素都可以被操作性地应用于有关经验研究。

决定个体宽恕动机的内容还包括了情境因素（诸如冒犯的严重程度、时间延续、双方的关系性质、冒犯者是否做出道歉、当时的外部环境以及社会文化因素等）。前面讨论到的几乎所有的模型都忽视了一项决定宽恕动机的情境因素，即某些形式的公正裁决令冒犯者受到惩

罚之后对受害者宽恕动机的影响。在 Pingleton 的模型中，这也作为一个前提因素被考虑到了，它对于我们扩展对于宽恕的认识具有至关重要的影响作用。举例来说，如果小霞看到那个曾经伤害了她丈夫的司机，虽然没有做出诚恳悔过，但已经受到了法律的严厉制裁，这种情况有时也可能会影响小霞做出宽恕。综合上述所有这些个体和情境的因素，它们将会共同决定受冒犯者的宽恕动机水平。受冒犯者据此做出宽恕或不宽恕的决策。

个体和情境因素通过多种不同的通道影响宽恕决策，其中一个值得关注的通道就是发展对冒犯者的同感。这个通道将直接决定宽恕者在认知和情感上对冒犯者所做出客观的同感性理解。而在这个模型中的这个通道实际上是在 Enright 等人的认知发展模型基础上建立起来的。不过，除此之外，其它的一些通道可能还需要更多的理论或经验研究证据的支持。

如果第一阶段的结果导致个体决定选择宽恕，那么这个个体将会开始对一系列的特定宽恕方式做出决策。这部分内容可以被解读为是一个从外部宽恕到真实的内部宽恕的连续发展变化过程。所谓外部宽恕包括了各种可以把冒犯行为加以消解的和把冒犯者认同为不重要的情感、认知和行为因素，诸如认为冒犯者已经道歉、看起来还不像坏人等都属于这种外部宽恕，此外，受伤害一方所受到的角色期待也会影响外部宽恕。这一部分内容吸收了 Veenstra 和 Nelson 等人早先提出的类型模型思想。



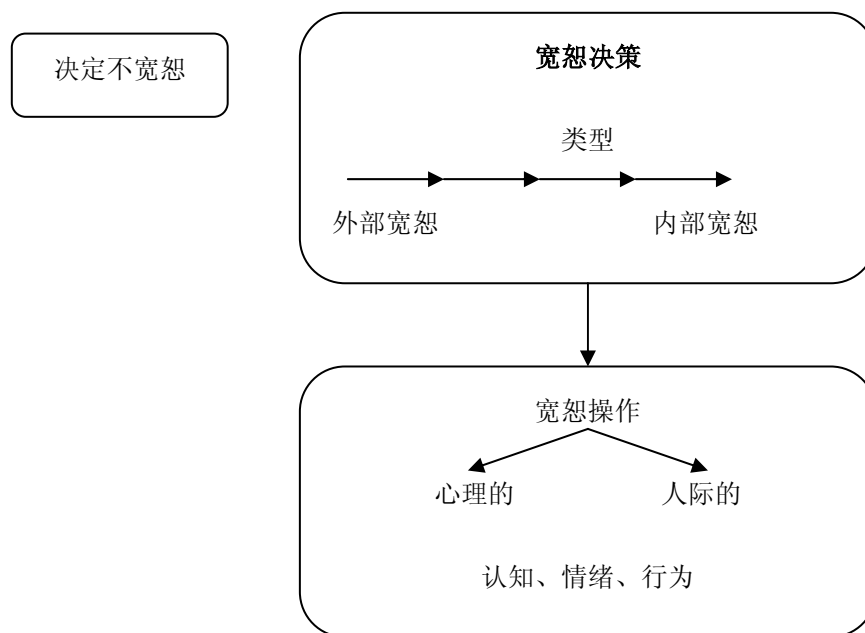


图 1. 一个趋于整合的宽恕概念模型

宽恕者所表现出来的特定宽恕动力类型直接决定了他们可能从事的进一步宽恕行动。如同在任务一阶段模型中所描述的，这些宽恕行动可以是既属于内部心理的也是外部人际行为上的，它包括了认知、情绪和行为三方面。在此，宽恕者要执行多少任务步骤来实现或完成宽恕，将会根据前一阶段类型因素的影响来决定。**当越靠近基于情境水平的外部宽恕时，离完成最后宽恕的任务步骤便越多；而当越接近基于个人水平的内部宽恕时，离宽恕任务步骤的完成也就越近。**因此，在看待前面两个案例上，李娜宽恕金喜的动机和小霞宽恕司机的动机会受到多种复杂的个体和情境因素影响，并且由于这些不同因素的影响而使得他们形成各自不同的宽恕操作类型，进而影响其宽恕任务完成的质量。

这个模型所提出的上述构成，其中一个基本的目的便是为了说明心理学理论在建构坚实和统整的宽恕理论模型和克服宽恕模型的局限性中具有重要的而不可替代的作用。这个模型把宽恕的一些基本过程和一些相关的个体和情境因素共同有机地整合在了一起，提示并代表了未来宽恕心理学的基本走向。即便如此，这个理论模型也还存在很多疑问不能得到解答，就拿公正惩罚来说，**为什么在许多情况下当冒犯者受到公正惩罚后并不能令受冒犯者的心理创伤得到愈合，反而做出宽恕具有更好的治疗作用？**目前对此并没有一个令人满意的答案，这还有待进一步的研究证据。

无论宽恕的理论模型如何变化, 已有经验与研究证据至少已经证明了**宽恕可以对心理治疗效果具有积极影响作用并能改善个体心理健康状况**。也就是说, 如果能够帮助李娜做出对其丈夫的宽恕, 或者帮助小霞做出对司机的宽恕而不是惩罚, 我们可以预见她们将会经验更加平衡和平和悦纳的心情; 反之, 他们会因为复仇而引发更多的焦虑和不平衡的心理体验。这也足以证明宽恕在临床心理治疗中的有用价值。但从现有的文献资料看, 实际临床治疗中有效应用宽恕技术的系统治疗案例还不多见, 无论在理论和临床上都还需要更多的证据来支持。

参考文献:

-
- [1] 傅宏。宽恕: 当代心理学研究的新主题。南京师大学报(社会科学版)。2002, 第 6 期。
- [2] A1-Mabuk, R., Enright, R.D., & Cardis, P. A. Forgiveness education with parentally love-deprived late adolescents. *Journal of Moral Education*, 1993, 24, 427-444.
- [3] Pingleton, J. P. Why we don't forgive: A biblical and object relations theoretical model for Understanding failure in the forgiveness process. *Journal of Psychology and Theology*, 1997, 25, 403-413.
- [4] Nygren, A. *Agape and Eros*. SPCK, 1932.
- [5] Enright, R. D., Santos, M. J. D., & A1-Mabuk, R. The adolescent as forgiver. *Journal of Adolescence*, 1989, 12, 95-110.
- [6] Lauritzen, P. Forgiveness: Moral prerogative or religious duty. *Journal of Religious Ethics*, 1987, 15, 141-154.
- [7] Enright, R. D., & Group, H. D. S. (1991). The moral development of forgiveness. In W. Kurtines & J. Gerwitz (Eds.), *Handbook of Moral Behavior and Development* (pp. 123-152) : Erlbaum.
- [8] Bass, E., & Davis, L. *The Courage to Heal*: Harper and Row. 1988.
- [9] Veenstra, G. Psychological concepts of forgiveness. *Journal of Psychology and Christianity*, 1992, 11, 160-169.
- [10] Enright, R. D., & Group, H. D. S. (1991). The moral development of forgiveness. In W. Kurtines & J. Gerwitz (Eds.), *Handbook of Moral Behavior and Development* (pp. 123-152) : Erlbaum.
- [11] Enright, R. D., & Group, H. D. S. (1991). The moral development of forgiveness. In W. Kurtines & J. Gerwitz (Eds.), *Handbook of Moral Behavior and Development* (pp. 123-152) : Erlbaum.
- [12] Lauritzen, P. Forgiveness: Moral prerogative or religious duty. *Journal of Religious Ethics*, 1987, 15, 141-154.
- [13] Enright, R. D., & Group, H. D. S. (1991). The moral development of forgiveness. In W. Kurtines & J. Gerwitz (Eds.), *Handbook of Moral Behavior and Development* (pp. 123-152) : Erlbaum.
- [14] Enright, R. D., & Group, H. D. S. (1991). The moral development of forgiveness. In W. Kurtines & J. Gerwitz (Eds.), *Handbook of Moral Behavior and Development* (pp. 123-152) : Erlbaum.
- [15] Veenstra, G. Psychological concepts of forgiveness. *Journal of Psychology and Christianity*,

1992, 11, 160-169.

- [16] Trainer, M. F. Forgiveness: intrinsic, role expected, expedient, in the context of divorce. Unpublished doctoral dissertation. 1981.
- [17] McCullough, M. E., & Worthington, E. L. J. Models of interpersonal forgiveness and their applications to counseling: Review and critique. *Counseling and Values*, 1994, 39, 2-14.
- [18] McCullough, M. E., & Worthington, E. L. J. Models of interpersonal forgiveness and their applications to counseling: Review and critique. *Counseling and Values*, 1994, 39, 2-14.
- [19] Donnelly, D. *Patting Forgiveness into Practice*: Argus Communications. 1982.
- [20] Pettitt, G. A. Forgiveness: a teachable skill for creating and maintaining health. *N Z Med J*, 100(820), 1987, 180-182.
- [21] Vita, P. C., & Mango, P. Kernbergian psychodynamics and religious aspects of the forgiveness process. *Journal of Psychology and Theology*, 1997, 25, 72-80.
- [22] McCullough, M. E., & Worthington, E. L. J. Models of interpersonal forgiveness and their applications to counseling: Review and critique. *Counseling and Values*, 1994, 39, 2-14.
- [23] Crantner, J. The capacity to forgive: An object relations perspective. *Journal of Religion and Health*, 1988, 27, 313-320.
- [24] McCullough, M. E., Worthington, E. L., Jr., & Rachal, K. C. Interpersonal forgiving in close relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1997, 73 (2), 321-336.
- [25] Pingleton, J. P. Why we don't forgive: A biblical and object relations theoretical model for understanding failures in the forgiveness process. *Journal of Psychology and Theology*, 1997, 25, 403-403.

The Integrating Trend of Forgiveness Theories in Clinical Psychology

FU Hong

(College of educational science, Nanjing normal university, 210097)

Abstract: Despite evidence that forgiveness is associated with positive therapeutic outcomes, the concept has received little theoretical consideration in mainstream psychology. Existing definitions and models of forgiveness differ widely and little attempt has been made to integrate these diverse approaches. Based on a review of the existent researches, the present article evaluates current conceptualizations of forgiveness in the psychological literature. A new theoretical model, integrating the most valuable aspects of existent approaches, is emerged.

Key words: Forgiveness, Psychology, Integration

收稿日期: 2004-4-20

作者简介: 傅宏 (1959-), 男, 南京师范大学教育科学学院副院长、教授。主要研究方向为发展心理学、心理咨询。