

内疚感与攻击行为的关系

——自我控制的中介效应

杜姝瑶

天津师范大学心理学部, 天津

收稿日期: 2022年11月22日; 录用日期: 2023年1月5日; 发布日期: 2023年1月13日

摘要

本研究探讨了内疚感、自我控制和攻击行为的关系以及自我控制的中介作用。以全国各大高校大学生、研究生为被试, 采用内疚感问卷、自我控制量表、主动性-反应性攻击问卷(RPQ)进行线上施测, 回收有效问卷330份。结果发现: 1) 内疚感与自我控制呈显著正相关, 与主动性攻击、反应性攻击、总攻击均呈显著负相关; 自我控制与主动性攻击、反应性攻击、总攻击均呈显著负相关关系。2) 自我控制在内疚感和攻击行为之间起到不完全中介效应, 即内疚感可以直接影响攻击行为, 也可以通过自我控制间接影响攻击行为。本研究表明内疚感和自我控制对年轻人的攻击行为具有重要作用, 可以从提高年轻人自我控制能力以及合理利用内疚的修复作用两方面对攻击行为进行干预。

关键词

内疚感, 情绪, 自我控制, 攻击行为

The Relationship between Guilt and Aggressive Behavior

—The Mediating Effect of Self-Control

Shuyao Du

Department of Psychology, Tianjin Normal University, Tianjin

Received: Nov. 22nd, 2022; accepted: Jan. 5th, 2023; published: Jan. 13th, 2023

Abstract

This study explores the relationship between guilt, self-control and aggressive behavior and

the mediating role of self-control. College students and postgraduates in universities and colleges across the country were selected as subjects. Guilt questionnaire, self-control scale and Reactive-Proactive Aggression Questionnaire (RPQ) were used for online testing, and 330 effective questionnaires were collected. The results showed that: 1) Guilt was positively correlated with self-control, and negatively correlated with active aggression, reactive aggression and total aggression; there was a significant negative correlation between self-control and proactive aggression, reactive aggression and total aggression. 2) Self-control has an incomplete mediating effect between guilt and aggressive behavior, that is, guilt can directly affect aggressive behavior, or indirectly affect aggressive behavior through self-control. This study shows that guilt and self-control play an important role in young people's aggressive behavior. It can be used to improve young people's self-control ability and rational use of guilt's repair effect to intervene aggressive behavior.

Keywords

Guilt, Emotion, Self-Control, Aggressive Behavior

Copyright © 2023 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

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



Open Access

1. 引言

当前,我们经常能够听到大家讨论“内卷”“上班时间 996”等网络热门词汇,这反应了当代年轻人面临着巨大的生存压力和心理压力。日常持续高压的学习、工作消耗着人们的认知和情绪资源,在这种状态下,如果遭遇到他人的挑衅或激怒情境(例如,同事或老板的指责和谩骂、遇到他人超车加塞时产生“路怒症”、室友之间的不和谐关系等),人们可能更容易反应激烈、自控能力降低,从而产生攻击行为。

攻击行为是指任何针对他人并试图对他人造成伤害的行为,攻击行为带来的伤害包括对他人躯体和心理的伤害(Anderson & Bushman, 2002)。一般攻击模型认为人的情绪是个人因素和情境因素影响攻击行为的一种路径,情绪是影响攻击行为的一个重要因素。在各种情绪中,内疚感在抑制不道德行为方面起着重要的作用。《心理学大辞典》中将内疚感(Guilt)定义为:“个体意识到自己的行为违反社会道德准则时产生的一种悔恨、自责的情感体验”。本文将内疚感定义为,个体内化的良知对违反个人标准的反应,个体意识到自己的行为违反了道德规则或伤害了他人而产生的情感体验(Campagna, Mislin, & Bottom, 2019)。内疚感关注的是一个人的行为及其对他人的负面影响。个体产生内疚时,通常会对自身行为进行反思,进而更正自己的行为,做出更多的道德行为,减少不道德的行为。因此,本文认为内疚感和攻击行为可能存在负向相关。

此外,情绪是一种心理动力因素,可能影响自我控制相关的认知活动或行为(吴晨阳,何贵兵,2011)。自我控制是人的一种有意识的、有意志努力的能力。它有助于调节社会上不可接受和不受欢迎的冲动。自我控制资源理论认为,拥有自我控制能力的人能够调节自我的行为、思想和情绪,通过意志努力控制违反社会道德规范的行为(Baumeister, Vohs, & Tice, 2007),例如:攻击行为。陈彩琦等人(2019)的研究表示,启动内疚感可以提升自我控制能力,缓解自我损耗带来的负面影响。国外研究表明,特质自我控制能力低的人在应对愤怒时表现出更高的攻击性,自我控制的个体差异可以预测较长时间内的行为问题和

犯罪率(Caspi, 2000)。生活中,人们时常会因为自己不计后果的失控行为而感到后悔和自责,对自己中伤他人的行为感到内疚。个体体验到内疚时,通常会更希望采取一些补偿措施减少内疚的感觉(钱铭怡, 戚健俐, 2002)。因此,本文认为自我控制与攻击行为可能存在正相关,自我控制可能在内疚感和攻击行为之间起到路径的作用。

根据前人研究结果,我们可以推测,内疚感能够正向影响自我控制,并且可能单独或间接地影响攻击行为。因此,本文采用问卷调查法探究内疚感是否会通过影响自我控制进而影响攻击行为,即自我控制在内疚感和攻击行为之间的作用机制。

2. 方法

2.1. 被试

本研究采用问卷星平台线上招募全国各大高校大学生、研究生参与研究,共收集问卷 557 份,剔除时间过短、未认真填写、重复作答、极端数据等无效问卷 227 份,最终确定有效问卷 330 份,有效回收率 59.25%。其中男生 190 人(57.58%),女生 140 人(42.42%),平均年龄 21.14 ± 2.08 岁。

2.2. 工具

2.2.1. 内疚感问卷

采用胡金生(2008)修订的《中文版内疚感问卷》。该问卷有 37 个题目,包括伤害他人、自私行为、辜负他人和关爱不足四个维度。采用四点计分,1分(不内疚)~4分(内疚),得分越高代表个体越内疚。国内研究表明该问卷具有良好的效度,在本研究中,该问卷的 Cronbach's α 系数为 0.942。

2.2.2. 自我控制量表

采用谭树华和郭永玉(2008)修订的大学生自我控制量表,测量被试的自我控制水平。量表共包括 19 个项目,分冲动控制、健康习惯、抵御诱惑、专注工作、节制娱乐五个维度。采用五点计分,1~5 代表“完全不符合”到“非常符合”。在国内大学生研究中该量表的效度良好,本研究中,量表的 Cronbach's α 系数为 0.927。

2.2.3. 主动性 - 反应性攻击问卷(RPQ)

采用反应性 - 主动性攻击问卷(Reactive-Proactive Aggression Questionnaire; Raine et al., 2006)研究攻击行为,问卷共 23 个条目,其中包括 11 个反应性攻击的条目和 12 个主动性攻击的条目,采用 3 级评分。该问卷在国内研究报告中具良好的信效度。在本研究中总问卷的 Cronbach's α 系数为 0.954。

2.3. 程序

通过问卷星平台线上发布调查问卷,并对问卷进行筛选,剔除时间过短、未认真填写、重复作答的无效问卷,保留有效问卷进行后续的数据处理。采用 SPSS23.0 进行统计分析,包括描述性分析、相关分析和回归分析、Bootstrap 分析等统计方法进行数据处理。

3. 结果

3.1. 共同方法偏差检验

采用 Harman 单因子检验法对内疚感、自我控制、攻击行为 3 个变量的所有项目进行共同方法偏差检验。结果表明:第一个因子方差解释度为 25.349%,远小于临界值 40%,且有 14 个因子的特征根大于 1,表明本研究不存在较严重的共同方法偏差问题。

3.2. 描述性统计及相关分析

描述性统计及相关分析结果见表 1, 结果显示: 内疚感与自我控制呈显著正相关($p < 0.001$), 内疚感与主动性攻击、反应性攻击、总攻击均呈显著负相关($p < 0.001$); 自我控制与主动性攻击、反应性攻击、总攻击均呈显著负相关关系($p < 0.001$); 这说明内疚感与自我控制水平越高, 越不容易出现主动性攻击和反应性攻击行为。相关分析结果符合进一步做中介效应检验的条件。

Table 1. Mean number, standard deviation, and correlation analysis of each variable

表 1. 各变量的平均数、标准差和相关分析

变量	M	SD	1	2	3	4	5	6
1 性别	1.420	0.495	1					
2 年龄	21.142	2.082	-0.106	1				
3 内疚感	3.365	0.432	0.071	-0.091	1			
4 自我控制	3.086	0.803	0.002	-0.036	0.287**	1		
5 主动性攻击	1.509	0.553	-0.188**	0.197**	-0.312**	-0.512**	1	
6 反应性攻击	1.793	0.489	-0.029	0.169**	-0.282**	-0.635**	0.778**	1
7 总攻击	1.644	0.493	-0.124*	0.196**	-0.317**	-0.601**	0.955**	0.930**

注: 性别变量: 男 = 1, 女 = 2; ** $p < 0.01$, * $p < 0.05$ 。

3.3. 自我控制在内疚感与攻击行为之间的中介效应检验

运用 SPSS 软件中的 Process 插件对自我控制在内疚感与攻击行为之间的中介效应进行检验, 采用模型 4 建立中介效应模型(见表 2), 路径图如图 1 所示。结果显示, 内疚感显著正向预测自我控制($\beta = 0.296$, $p < 0.001$), 自我控制显著负向预测攻击行为($\beta = -0.543$, $p < 0.001$)。内疚感对攻击行为的负向预测作用显著($\beta = -0.318$, $p < 0.001$), 且放入自我控制之后, 内疚感对攻击行为的直接预测作用仍显著($\beta = -0.158$, $p < 0.001$), 自我控制作为中介变量的中介效应为 $\beta = -0.161$, 效应量为 50.47% (见表 3)。此外, 内疚感对攻击行为的直接效应及自我控制的中介效应的 95% 置信区间的上下限均不包含 0, 表明内疚感不仅能直接预测攻击行为, 而且还能通过自我控制的中介作用预测攻击行为, 自我控制在内疚感和攻击行为之间起到部分中介作用。

Table 2. Results of the model of self-control mediation

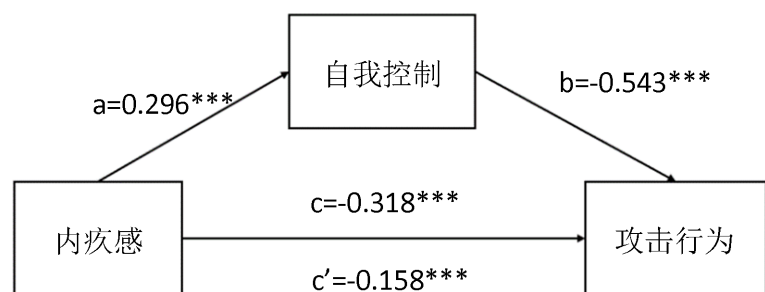
表 2. 自我控制中介作用模型的检验结果

预测变量	模型 1		模型 2		模型 3	
	β	t	β	t	β	t
内疚感	-0.318	-6.048***	0.296	5.436***	-0.158	-3.462***
自我控制					-0.543	-12.277***
R ²	0.100		0.083		0.384	
F	36.576***		29.546***		101.994***	

注: 模型 1, 即内疚感预测攻击行为; 模型 2, 即内疚感预测自我控制; 模型 3, 即内疚感和自我控制共同预测攻击行为。

Table 3. A breakdown of total, direct effects of guilt on aggression behavior and mediating effects of self-control
表 3. 内疚感对攻击行为的总效应、直接效应及自我控制的中介效应分解表

结果类型	效应值	BootSE	Boot95% CI		效应量(%)
			Low	High	
总效应	-0.318	0.050	-0.414	-0.218	
直接效应	-0.158	0.049	-0.253	-0.062	49.50
内疚感 - 自我控制 - 攻击行为	-0.161	0.031	-0.224	-0.102	50.47



注: a、b 为自我控制的中介效应; c 为总效应; c' 为直接效应; *** $p < 0.001$

Figure 1. Path diagram of guilt, self-control and aggressive behavior
图 1. 内疚感、自我控制与攻击行为的路径图

4. 讨论

在现实生活中,持续高压的生存、工作学习环境容易使得人们在遭遇刺激事件时不能很好的抑制自己攻击他人的意图和冲动。研究内疚感、自我控制与攻击行为的关系有利于人们理解影响攻击行为的复杂心理机制,揭示内疚情绪的正面积极作用,为缓解攻击行为提供思路。

4.1. 内疚感、自我控制与攻击行为的关系

内疚感与自我控制呈显著正相关,这与前人研究结果一致。自我控制和内疚能够互相影响。一方面自我控制低的个体在面对诱惑时,更加难以抵抗,进而产生内疚、后悔等消极情绪(吴晨阳,何贵兵,2011);另一方面,内疚也能够影响自我控制。在冲动消费研究中,内疚感会使人们内部产生冲突,对放纵消费的行为感到不适,这种体验会加强自我控制(Botvinick, Braver, Barch, Carter, & Cohen, 2001)。此外,在亲社会行为研究中,启动内疚情绪有利于提高自我控制水平,促进诚信行为(聂衍刚等,2018);Hofmann 和 Fisher (2012)认为,内疚可以使人们从过去的行为中吸取教训,帮助人们应对自我控制失败的干预措施应该利用内疚的积极方面,提醒人们为什么他们会感到内疚和内心冲突,从而增强人们对预设自我控制目标的承诺和冲突意识。根据前人的关系研究和实证研究可见,内疚感更高的人可能更加善于反省自己、害怕伤害别人,从而更加善于调整和控制自己的行为,自我控制能力也相对较高,相反地,如果一个人内疚感比较低,那么他对行为的道德感体验可能更弱,自我控制的意识可能较差,所以不善于调节自己的行为。

内疚感与主动性攻击、反应性攻击、总攻击均呈显著负相关。在攻击行为的两个维度(主动性攻击、反应性攻击)中均发现与内疚感的负向相关关系。主动性攻击是带有一定预设目的的,主动实施的一种攻击行为,这种攻击的目的通常是获得金钱、名利等物质或精神的满足,而反应性攻击是指个体被他人激怒、惹恼而产生的一种立即实行的攻击行为,是一种对挑衅的回应行为(Dodge & Coie, 1987)。也就是说,虽然两种攻击行为的类型不同,但都与内疚感存在负相关,高内疚感的人可能在主动攻击他人和被他人激怒情境下都表现出更低的攻击。前人研究并未对内疚感与这两类攻击的关系进行研究,但 Stuewig 等

人(2010)对内疚感与身体攻击和言语攻击的关系进行了研究,结果表明:内疚感可以通过责备外化和共情间接影响身体攻击和言语攻击,高内疚倾向的个体表现出较低水平的责备外化和攻击性。此外,根据 Silver-Kuhlampi 等人(2015)对大学生的研究结果,内疚最有可能激励修复。因此,他们认为,教育者应该总是批评具体的行为,而不是批评人。因为批评行为可能引发内疚,内疚可能激发修复,进而减少攻击性。这启示我们如何正确利用内疚情绪以发挥其积极作用,从诱发内疚以减少攻击性的角度来讲,与本文探究内疚感的现实意义相符。

自我控制与主动性攻击、反应性攻击、总攻击均呈显著负相关关系。前人研究少有对两类细分攻击与自我控制关系的研究,但自我控制与攻击行为的研究结果基本一致。国内学者韩磊等人(2016)在一项对大学生的研究中发现,羞怯、受欺负和攻击均与自我控制呈负相关;国外研究在对亲密伴侣关系中发现(Watkins et al., 2015),情绪反应性和自我控制能力缺失的交互作用能够预测女性的伴侣攻击行为;在网络成瘾领域发现,网络成瘾与攻击行为呈正相关,与自我控制呈负相关,攻击行为与自我控制呈显著负相关(Agbaria, 2020)。

4.2. 自我控制的中介作用

本研究构建了一个中介模型,对自我控制在内疚感和攻击行为之间的作用进行了考察。结果发现,自我控制在内疚感和攻击行为之间起到不完全中介作用。具体而言,内疚感不仅对攻击行为有直接影响,而且能够通过自我控制对其产生间接作用。内疚感作为一种自我意识情绪,其积极的一面是对不道德行为具有抑制作用,而这种抑制一方面可能是情绪对行为的直接影响。黄煜蓓和刘海燕(2021)发现,弥补行为和自我惩罚能够降低内疚感,并且弥补行为对内疚感的降低效果更显著。因此,容易内疚的人更倾向于减少对他人的不道德行为,从而不让自己内心备受内疚情绪的煎熬。另一方面,内疚感对行为的抑制部分是因为提高了自我控制的意识而获得的。自我控制主要表现在对思想、情绪、冲动和行为表现的控制(Baumeister et al., 1994; Tangney et al., 2004),比如,通过调节自我控制水平,可以抑制网上偏差行为的发生,减少冲动性和风险决策(刘桂芹,姜永志,苏玉玲,2022;涂小莲等,2019)。因此,由内疚感引发的自我控制可能表现在抑制冲动意图和攻击行为方面。

4.3. 研究启示与不足

本研究揭示了内疚感、自我控制与攻击行为之间的关系,解释了内疚感通过自我控制影响攻击行为的路径。人们通常把内疚感作为一种负面的情绪体验对待,本研究有利于提高人们对负性情绪积极作用的关注。提醒心理健康和教育工作者在对攻击行为的矫正过程中,应注重提高人们的自我控制能力,帮助人们应对自我控制失败的干预措施应该利用内疚的积极方面,提醒人们为什么他们会感到内疚和内心冲突,从而增强人们对预设自我控制目标的承诺和冲突意识。并且,教育者应谨慎采用批评的方式进行干预,注重批评行为本身而非批评人的品质,进而引发人们对自身不良行为的内疚感,激励人们减少攻击行为。

本研究仍存在一些不足。首先,本文采用横断研究,未能从发展的角度纵向探讨内疚感、自我控制和攻击行为的关系,不能确定变量间的因果关系,未来研究可以采用实验方法进一步探究。其次,对于内疚感对细分类别的攻击行为影响的内在机制还需要进一步探讨。最后,对于内疚感和攻击行为之间的中介调节模型还可以引入其他相关变量进一步丰富。

5. 结论

本研究得到以下结论:1)内疚感与自我控制呈显著正相关,与主动性攻击、反应性攻击、总攻击均呈显著负相关;自我控制与主动性攻击、反应性攻击、总攻击均呈显著负相关关系。2)自我控制在内疚感和攻击行为之间起到不完全中介效应,即内疚感可以直接影响攻击行为,也可以通过自我控制间接影响攻击行为。

参考文献

- 陈彩琦, 李庄阳, 郑嘉敏(2019). 内疚感与自我损耗对自我控制的影响. *华南师范大学学报: 社会科学版*, (5), 92-98.
- 韩磊, 窦菲菲, 朱帅帅, 薛雯雯, 高峰强(2016). 羞怯与攻击的关系: 受欺负和自我控制的中介作用. *中国临床心理学杂志*, 24(1), 81-83+115.
- 胡金生(2008). 中文版内疚感问卷的信、效度及调查结果. *中国健康心理学杂志*, 16(2), 236-238.
- 黄煜蓓, 刘海燕(2021). 弥补行为和自我惩罚对内疚感的降低作用. *心理研究*, 14(3), 216-226.
- 刘桂芹, 姜永志, 苏玉玲(2022). 大学生自尊对网上偏差行为的影响: 自我控制的中介作用. *民族高等教育研究*, 10(2), 26-32.
- 聂衍刚, 利振华, 窦凯, 毛兰平(2018). 累了会说谎? 自我损耗削弱诚信行为及其缓解机制. *心理与行为研究*, (4), 525-533.
- 钱铭怡, 戚健俐(2002). 大学生羞耻和内疚差异的对比研究. *心理学报*, 34(6), 626-633.
- 谭树华, 郭永玉(2008). 大学生自我控制量表的修订. *中国临床心理学杂志*, 16(5), 468-470.
- 涂小莲, 林逸轩, 颜嘉玲, 张国华(2019). 自我控制在病理性网络使用大学生冲动性与风险决策间的调节作用. *中华行为医学与脑科学杂志*, 28(10), 930-934.
- 吴晨阳, 何贵兵(2011). 自我控制行为中的情绪因素. *心理科学*, 34(2), 317-321.
- Agbaria, Q. (2021). Internet Addiction and Aggression: The Mediating Roles of Self-Control and Positive Affect. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 19, 1227-1242. <https://doi.org/10.1007/s11469-019-00220-z>
- Anderson, C., & Bushman, J. (2002). Human Aggression. *Annual Review of Psychology*, 53, 27-46. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.53.100901.135231>
- Baumeister, R. F., Heatherton, T. F., & Tice, D. M. (1994). *Losing Control: How and Why People Fail at Self-Control*. Academic Press.
- Baumeister, R. F., Vohs, K. D., & Tice, D. M. (2007). The Strength Model of Self-Control. *Current Directions in Psychological Science*, 16, 351-356. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8721.2007.00534.x>
- Botvinick, M. M., Braver, T. S., Barch, D. M., Carter, C. S., & Cohen, J. D. (2001). Conflict Monitoring and Cognitive Control. *Psychological Review*, 108, 624-652. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.108.3.624>
- Campagna, R. L., Mislin, A. A., & Bottom, W. P. (2019). Motivated by Guilt and Low Felt Trust: The Impact of Negotiators' Anger Expressions on the Implementation of Negotiated Agreements. *Journal of Behavioral Decision Making*, 32, 450-470. <https://doi.org/10.1002/bdm.2119>
- Caspi, A. (2000). The Child Is Father of the Man: Personality Continuities from Childhood to Adulthood. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78, 158-172. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.78.1.158>
- Dodge, K. A., & Coie, J. D. (1987). Social-Information-Processing Factors in Reactive and Proactive Aggression in Children's Peer Groups. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53, 1146-1158. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.53.6.1146>
- Hofmann, W., & Fisher, R. R. (2012). How Guilt and Pride Shape Subsequent Self-Control. *Social Psychological and Personality Science*, 3, 682-690. <https://doi.org/10.1177/1948550611435136>
- Raine, A., Dodge, K., Loeber, R., Gatzke Kopp, L., Lynam, D., Reynolds, C. et al. (2006). The Reactive-Proactive Aggression Questionnaire: Differential Correlates of Reactive and Proactive Aggression in Adolescent Boys. *Aggressive Behavior*, 32, 159-171. <https://doi.org/10.1002/ab.20115>
- Silfver-Kuhlampi, M., Figueiredo, A., Sortheix, F., & Fontaine, J. (2015). Humiliated Self, Bad Self or Bad Behavior? The Relations between Moral Emotional Appraisals and Moral Motivation. *Journal of Moral Education*, 44, 213-231. <https://doi.org/10.1080/03057240.2015.1043874>
- Stuewig, J., Tangney, J. P., Heigel, C., Harty, L., & McCloskey, L. (2010). Shaming, Blaming, and Maiming: Functional Links among the Moral Emotions, Externalization of Blame, and Aggression. *Journal of Research in Personality*, 44, 91-102. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2009.12.005>
- Tangney, J. P., Baumeister, R. F., & Boone, A. L. (2004). High Self-Control Predicts Good Adjustment, Less Pathology, Better Grades, and Interpersonal Success. *Journal of Personality*, 72, 271-322. <https://doi.org/10.1111/j.0022-3506.2004.00263.x>
- Watkins, L. E., Dillillo, D., Hoffman, L., & Templin, J. (2015). Do Self-Control Depletion and Negative Emotion Contribute to Intimate Partner Aggression? A Lab-Based Study. *Psychology of Violence*, 5, 35-45. <https://doi.org/10.1037/a0033955>