

# Imaginative Contact to Improve the Intergroup Bias

Qi Zhao

Psychological College, Southwest University, Chongqing  
Email: 602369044@qq.com

Received: Dec. 21<sup>st</sup>, 2018; accepted: Jan. 3<sup>rd</sup>, 2019; published: Jan. 10<sup>th</sup>, 2019

---

## Abstract

The contact hypothesis state has always been one of the most widely used perspectives in psychological researches. Positive intergroup contacts can effectively reduce prejudice. In real life, when real contact is not realized, the imagined intergroup contact becomes a good substitute. The paper reviewed past literatures, analyzed the use of the imagined intergroup contact to reduce intergroup bias. And it is designed to explore better interventions to reduce intergroup bias.

## Keywords

Contact Hypothesis, Imagined Intergroup Contact, Intergroup Bias

---

# 想象接触对群际偏见的改善

赵 祺

西南大学心理学部, 重庆  
Email: 602369044@qq.com

收稿日期: 2018年12月21日; 录用日期: 2019年1月3日; 发布日期: 2019年1月10日

---

## 摘 要

接触假说一直以来都是心理学研究中最广泛的观点之一, 积极的群际接触能够有效地减少群体间的偏见。而在现实生活中, 真实的接触无法实现的情况下, 想象的群际接触就成为了一个很好的替代。本文回顾了以往的文献, 对使用想象接触这一方法改善群际偏见进行了分析, 并提出优化措施, 旨在探究出更好的干预措施来改善群际偏见。

## 关键词

接触假说, 想象接触, 群际偏见

Copyright © 2019 by author(s) 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

一直以来, 不同群体之间都或多或少存在着偏见, 尤其是大众对少数群体存在的偏见, 如少数民族、其它宗教人士和同性恋等等。由于社会的不断进步与高度文明化, 人们对其他群体成员的包容性也越来越高, 但这种表面上的“不歧视, 无偏见”往往是迫于社会舆论的压力, 以及道德上的压力而做出的违背本心的行为。人们具有一种双重态度体制(Dual Attitude System), 即针对同一对象, 可以有不同的外显和内隐态度, 外显态度是能够意识到的, 而内隐态度则是意识不到, 自动加工的。即使表面上不存在歧视与偏见, 但大部分人对于少数群体的内隐态度都是负面和消极的。这导致了部分外群体成员在生活工作中受到种种不公的对待, 使得这些少数群体成员的身心健康都受到损害。促进不同社会群体之间的和平共处是人们面临的重大社会问题之一。因此, 对于改善群际偏见的干预措施的了解和研究, 对外群体成员的生活质量提高有着极大的帮助。

大众对于少数群体的偏见, 大多是由于刻板印象以及缺乏对少数群体的接触, 导致对该群体缺少深入了解, 存在根深蒂固的错误看法。早在 1954 年, 戈登奥尔波特就提出了, 在适当的条件下, 对立团体成员之间的接触会减少团体间的敌意, 并形成更积极的团体间态度。在接下来的几年中, 这种接触假说已经成为了心理学中研究最为广泛的观点之一, 因此, 积极的群际接触被认为是能够最有效减轻群际偏见的措施之一[1]。

然而由于现实因素的限制, 大部分人往往很少能接触到这些少数群体。尤其是当人们对某些群体的偏见过深时, 会刻意回避与这些群体成员的接触。这些群体的成员往往也会掩饰自己的群体特征与身份, 这就导致了现实的群际接触较为难实现。因此有研究者提出了想象的群际接触来改善群际间的偏见。

Turner 等人的研究发现, 想象接触可以有效地减少对老年人和男性同性恋的偏见[2]。在这一发现被提出后, 不少研究者对想象接触对不同群体间偏见的干预进行了研究, 发现想象接触对减少外群体偏见有着积极的作用, 并且适用于很多不同外群体, 例如不同种族、不同信仰以及精神分裂者等等。

作为群际研究的一个全新取向, 想象接触的研究正在得到更多研究者的关注和重视, 因此对想象接触的研究方法进行梳理和总结是很有必要的, 也能为将来进行群际研究的研究者提供新的思路 and 方向。

## 2. 群际偏见

### 2.1. 定义

在社会心理学中, 偏见通常指的是, 人们以不正确或不充分的信息为根据而形成的, 对其他人或群体的片面甚至错误的看法与影响。这种看法往往是预先成立的, 因此人们会忽视受偏见群体的真实行为与表现。当人们对某个个体或群体产生偏见时, 通常会用消极的态度去评价他们, 并且产生歧视行为。但也有研究者认为, 偏见不只是具有否定倾向。Allenson 认为偏见是不正确的看法与态度, 其中, 对错误态度的肯定或偏爱也属于偏见[3]。

人们在社会中习惯于把人群分成两类，内群体和外群体，即“自己人”和“他人”。不少研究发现，人们对内群体和外群体之间的归因存在显著性差异，对于内群体成员，人们往往会将他们的优秀行为归因为内部与稳定的原因，将他们的错误行为归因为外部和偶然的因素；而对于外群体成员则恰恰相反，人们对外群体产生的这种消极的态度，就是“外群体偏见”或“群际偏见”[4]。

## 2.2. 成因

关于偏见形成的原因，在早些年，社会心理学家们往往使用社会化，群体间利益冲突等原理来解释，但随着后来认知心理学的不断发展，并且成为心理学的前沿发展方向，研究者们开始从信息加工的观点来解释偏见的形成。其中主要包括刻板印象效应，内群 - 外群效应和公平世界效应。内群 - 外群效应即前文中提到的对内群体和外群体行为归因的差异。刻板印象其实指的就是一种专门针对社会群体的图式[5]。人们对群体产生错误的刻板印象主要有以下几个原因：1) 个体行为的模糊性，个体的行为与动机并不总是能一一对应的，当人们单纯通过个体的行为来判断一个人的时候，就会产生错误的判断；2) 接触机会，当个体只能接触到群体中的少部分个体时，难免会以偏概全，将对这少部分个体的认知扩展到整个群体；3) 群体变化，群体成员并不是一成不变的，当群体发生变化，而人们对他们的印象并没有随之改变而是停留在过去时，便会产生对群体错误的认知[6]。

## 2.3. 改善措施

长久以来，心理学家与社会学家们一直希望能够消除群体间的偏见，并且也提出了许多行之有效的途径和方法，例如消除刻板印象，增强群体间的接触，共同命运与合作奖励等等。

刻板印象，顾名思义，是长久以来人们对某一个体或群体的错误认知，是很难改变的。但心理学家们依然发现了一些可以消除刻板印象的技术。有研究者发现，鼓励个体更多地关注他人的独有特征，而不是只关注他人所属的某个群体，可以降低刻板印象的影响和减少偏见[7]。还有心理学家发现可以通过短时间的训练来减少刻板印象，使刻板印象的自动激活变少，从而有效地减少偏见[8]。当然，这种消除刻板印象的技术并不十分完善，仍然存在着许多问题，但它依然为消除刻板印象从而减少偏见提供了一定的思路和途径。

早在很多年前，心理学家就将群际接触作为了有效减轻群体间偏见的一种方法。奥尔波特的接触假说认为，当个体与外群有过接触经验时，对外群体的偏见较少，同时他还提出了成功接触的4个有利条件，即共同目标、平等地位、权威和法律支持以及合作。然而有分析表明，虽然符合奥尔波特最佳条件的联系会导致偏见最大程度地减少，但在缺少这些最佳条件的情况下，偏见仍然减少。这说明，实际上这些最佳条件是更容易减少偏见的条件，而不是减少偏见的必要的条件[9]。尽管取得了成功，但接触理论依然存在许多争议。例如，一些人认为尽管有研究表明，接触使个体在个人层面上减少了偏见，但目前还不知道这是否会转化为更广泛的社会变化[10]。而我们更关心的是，当群体之间高度隔离时，或者当没有什么动机来进行群体间的联系时，群体接触对群际偏见的改善可能难以实现。

## 3. 想象接触

### 3.1. 群际接触

只有当社会团体和团体成员有机会彼此积极接触时，群体间的联系才能减少偏见[11][12]。不幸的是，很多群体之间很少能有机会进行接触和联系，例如，在美国，拉丁裔和白人社区的隔离仍然普遍存在[13]，而普通白人生活在白人占优势地区，黑人居民不到10% [14]。即使在多文化社区中，许多不同的群体彼此靠近，但有意义的互动机会很少，人们更倾向于与那些与他们自身相似的人群发生互动，尤其是在年龄，种族和性别方面[15]。

### 3.2. 扩展接触

这就使得研究者们开始思考,有没有一种方法可以在没有任何实际接触的情况下产生和真实接触时相同的积极作用?于是,有研究者提出了扩展的接触假说,这一假说认为,群体间互相接触所产生的积极作用可以从替代经验中获得,即学习他人与外群体成员间的积极互动。同时,当个体认识至少一位和外群体成员是朋友的人时,他们对外群体的偏见相比较而言更弱,并且当个体认识更多这样能与外群体交友的人时,他们对外群体的偏见越弱[16]。扩展接触的假说已经成功地运用在很多干预情境中,例如,在阅读了群体内的同龄儿童与难民相处的故事后,这些儿童与对照组的儿童相比,对难民产生了更加积极的态度[17]。这些成功干预的研究表明了,与外部群体接触的实际经验并不是可以为群体间关系带来好处的唯一方式。当接触的机会较少时,扩展接触将会起到很大的作用,因为它不取决于个人经验,而仅取决于与某个群体相联系的某个人的存在。这说明接触是一种比以往想象中更加强大和灵活的改善群际关系的手段[18]。

那么扩展接触是否完全解决了缺少接触机会的问题呢?答案是否定的。虽然它在一定程度上改善了这一问题,但在某些情况下,扩展接触依然面临着与直接接触相同的问题。在某些高度隔离的环境中,人们可能不知道任何和外群体成员交朋友的人(或者甚至任何与外群成员进行有意义的交流的人)。这也是许多对外群体拥有高度偏见的人们的真实写照。

### 3.3. 想象接触

基于此,为了推进群际接触理论,研究者们又提出了一种新的改善群际偏见的方法,即想象接触。这一方法利用了接触的基本思想,采用心理模拟的方法来进行群际间的想象接触[19]。早在1997年,就已经有研究者发现心理意象能够引发类似于真实体验的情绪和动机反应[20]。而后,神经心理学的研究表明,心理意象与感知拥有相同的神经基础,并且具有类似的神经机制[21]。研究表明,仅仅想象一种特定的社会状况就可以获得与体验本身相同的效果。例如 Blair 等人的研究发现,想象一个强壮的女人(与社会刻板印象相反)的参与者,与想象中性、刻板心理意象(想象一个弱女人或强壮男人)或不参与任何想象的参与者相比,表现出更少的内隐刻板印象[22]。同时在社会背景对旁观者冷漠效应的作用的研究中(即如果有他人的存在,人们不太可能帮助别人),想象的作用也得到了充分的体现。研究发现,仅仅想象一个大群体可能会导致后续任务的行为帮助大大减少[23]。Turner 等人发现,如果参与者想象了与外群体成员之间的积极互动,随后他们对外群体成员表达了更积极的态度,并且刻板印象较少[24]。Vonfakou 等人的研究表明,想象与火车上的同性恋男人交谈的参与者对同性恋男性的评价,比同时想象室外场景的参与者更积极[25]。以上大量研究均证明,想象接触能够有效改善群际间的偏见。那么什么样的想象才能够对群际偏见的改善起到更好的效果,也就是想象接触这一干预措施的优化,就成为了接下来的研究者们需要探讨的问题。

## 4. 想象群际接触的优化

### 4.1. 想象情境

想象接触的干预拥有两个关键性的因素,一是确保被试进行了想象,二是积极的态度。因此通过指导语使被试拥有积极的态度来进行想象是十分重要的。不少研究发现,除了这两个核心要素外,其它的修饰性指导语对干预效果的影响很小。例如,将想象中的相遇描述为有趣的,并没有使干预效果更好[26]。然而也有研究结果表明,更加生动和精细的想象情景会使减少偏见的干预效果更好[27]。

Husnu 等人的研究发现,与反复进行多次相同场景的想象相比,增加场景的多样性,会增强参与者与目标群体接触的意图[28]。



## 4.2. 群体特征

已有大量研究证实, 另一个对想象接触产生影响的因素是群体显著性[29] [30]。Van Oudenhoven 等人要求人们与土耳其人一起参加合作学习小组。即, 当想象的成员具有这个群体的典型特征时, 想象接触会产生更好的干预效果。同时, Stathi 等人还发现, 当想象接触被构造为促进群际互动而不是以个体为焦点时, 它在提高接触自我效能方面更加有效[31]。

## 4.3. 想象内容

Turner 的研究表明, 当参与者只想象这个特定的群体本身时, 并不能减少偏见, 只有当参与者考虑与群体成员的互动时, 才能获得积极效果[24]。Stathi 和 Crisp 的研究也表明, 只想象与特殊群体处在同一空间, 而并没有与之产生互动时, 群际偏见并没有得到明显的改善[26]。

## 5. 想象群际接触的展望

### 5.1. 纵向研究

国内对想象接触的研究, 大多是在想象接触的干预后, 马上进行态度的测量。而对这种群际偏见的改善究竟是否能维持, 能维持多久, 国内并没有相关的实证研究, 国外的纵向研究也较少。因此, 进一步探究想象接触效应的存在时长, 以及使用何种方法能够延长想象接触效应, 是研究者今后应该关注的问题。

### 5.2. 研究范式

目前, 想象接触的主要范式为: 让被试进行三到五分钟的想法, 想象与目标群体的一次愉快接触, 想象结束后口头或书面报告想象接触中发生的三件事来强化想象接触的效果, 完成后对被试的态度进行测量。国内的研究几乎都采用和国外相同的实验范式, 如果能根据国内的具体情况, 探究出新的更符合国情的想象接触范式, 将会使这一干预方式拥有更好的干预效果。

## 参考文献

- [1] Oskamp, S., Jones, J.M. and Oskamp, S., Eds. (2000) Reducing Prejudice and Discrimination. Erlbaum, Mahwah, NJ.
- [2] Turner, R.N., Crisp, R.J. and Lambert, E. (2007) Imagining Intergroup Contact Can Improve Intergroup Attitudes. *Group Processes and Intergroup Relations*, **10**, 427-441. <https://doi.org/10.1177/1368430207081533>
- [3] 布恩·埃克斯特兰德, 编. 心理学原理和应用[M]. 韩进之, 等, 译. 北京: 知识出版社, 1985.
- [4] Hewstone, M., Bond, M.H. and Wan, K.C. (1983) Social Factors and Social Attributions: The Explanation of Intergroup Differences in Hong Kong. *Social Cognition*, **2**, 142-157. <https://doi.org/10.1521/soco.1983.2.2.142>
- [5] 吕勇. 社会刻板印象与图示[J]. 社会心理研究, 1992(4): 34-39.
- [6] 张中学. 偏见研究进展[J]. 心理与行为研究, 2007, 5(2): 150-155.
- [7] Monteith, M. (1993) Self-Regulation of Prejudiced Responses: Implications for Progress in Prejudiced Reduction Efforts. *Journal of Personality and Social Psychology*, **65**, 469-485. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.65.3.469>
- [8] Kawakami, K., Doviduo, J.F., Moll, J., et al. (2000) Just Say No (to Stereotyping): Effects of Training in the Negation of Stereotypic Associations on Stereotype Activation. *Journal of Personality and Social Psychology*, **78**, 871-888. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.78.5.871>
- [9] Pettigrew, T.F. and Tropp, L.R. (2006) A Meta-Analytic Test of Intergroup Contact Theory. *Journal of Personality and Social Psychology*, **90**, 751-783. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.90.5.751>
- [10] Dixon, J., Durrheim, K. and Tredoux, C. (2005) Beyond the Optimal Contact Strategy: A reality Check for the Contact Hypothesis. *American Psychologist*, **60**, 697-711. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.60.7.697>
- [11] Phinney, J.S., Ferguson, D.L. and Tate, J.D. (1997) Intergroup Attitudes among Ethnic Minority Adolescents: A Causal Model. *Child Development*, **68**, 955-969. <https://doi.org/10.2307/1132044>

- [12] Turner, R.N., Hewstone, M. and Voci, A. (2007) Reducing Explicit and Implicit Outgroup Prejudice via Direct and Extended Contact: The Mediating Role of Self-Disclosure and Intergroup Anxiety. *Journal of Personality and Social Psychology*, **93**, 369-388. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.93.3.369>
- [13] Martin, M.E. (2006) Residential Segregation Patterns of Latinos in the United States, 1990-2000. Routledge, New York.
- [14] Logan, J. (2001) Ethnic Diversity Grows, Neighborhood Integration Lags Behind. State University of New York at Albany, Lewis Mumford Center, Albany.
- [15] Graham, J.A. and Cohen, R. (1997) Race and Sex as Factors in Children's Sociometric Ratings and Friendship Choices. *Social Development*, **6**, 355-372. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9507.1997.tb00111.x>
- [16] Wright, S.C., Aron, A., McLaughlin-Volpe, T. and Ropp, S.A. (1997) The Extended Contact Effect. *Journal of Personality and Social Psychology*, **73**, 73-90. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.73.1.73>
- [17] Cameron, L., Rutland, A., Brown, R. and Douch, R. (2006) Changing Children's Intergroup Attitudes toward Refugees: Testing Different Models of Extended Contact. *Child Development*, **77**, 1208-1219. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2006.00929.x>
- [18] Crisp, R.J. and Turner, R.N. (2009) Can Imagined Interactions Produce Positive Perceptions? Reducing Prejudice through Simulated Social Contact. *American Psychologist*, **64**, 231-240.
- [19] Pettigrew, T.F. (2008) Future Directions Intergroup Contact Theory Research. *International Journal of Intercultural Relations*, **32**, 187-199. <https://doi.org/10.1016/j.ijintrel.2007.12.002>
- [20] Dadds, M.R., Bovbjerg, D.H., Redd, W.H. and Cutmore, T.R. (1997) Imagery in Human Classical Conditioning. *Psychological Bulletin*, **122**, 89-103. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.122.1.89>
- [21] Kosslyn, S.M., Ganis, G. and Thompson, W.L. (2001) Interactions Produce Positive Perceptions? Reducing Neural Foundations of Imagery. Nature Reviews Prejudice through Simulated Social Contact. *American Neuroscience*, **2**, 635-642.
- [22] Blair, I.V., Ma, J.E. and Lenton, A.P. (2001) Imagining Stereotypes Away: The Moderation of Implicit Stereotypes through Mental Imagery. *Journal of Personality and Social Psychology*, **81**, 828-841. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.81.5.828>
- [23] Garcia, S.M., Weaver, K., Moskowitz, G.B. and Darley, J.M. (2002) Crowded Minds: The Implicit by Stander Effect. *Journal of Personality and Social Psychology*, **83**, 843-853. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.83.4.843>
- [24] Turner, R.N., Crisp, R.J. and Lambert, E. (2007) Battling Doubt by Avoiding Practice: The Effects of Stereotype Threat on Self-Handicapping in White Athletes. *Personality and Social Psychology Bulletin*, **28**, 1667-1678.
- [25] Vonofakou, C., Hewstone, M. and Voci, A. (2007) Contact with Outgroup Friends as a Predictor of Meta-Attitudinal Strength and Accessibility of Attitudes towards Gay Men. *Journal of Personality and Social Psychology*, **92**, 804-820. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.92.5.804>
- [26] Stathi, S. and Crisp, R.J. (2008) Converging Evidence that Stereotype Threat Reduces Working Memory Capacity. *Journal of Personality and Social Psychology*, **85**, 440-452.
- [27] Husnu, S. and Crisp, R.J. (2010) Elaboration Enhances the Imagined Contact Effect. *Journal of Experimental Social Psychology*, **46**, 943-950. <https://doi.org/10.1016/j.jesp.2010.05.014>
- [28] Husnu, S. and Crisp, R.J. (2010) Imagined Intergroup Contact: A New Technique for Encouraging Greater Interethnic Contact in Cyprus. *Peace and Conflict: Journal of Peace Psychology*, **16**, 97-108. <https://doi.org/10.1080/10781910903484776>
- [29] Brown, R.J., Vivian, J. and Hewstone, M. (1999) Changing Attitudes through Intergroup Contact: The Effects of Group Membership Salience. *European Journal of Social Psychology*, **29**, 741-764. [https://doi.org/10.1002/\(SICI\)1099-0992\(199908/09\)29:5/6<741::AID-EJSP972>3.0.CO;2-8](https://doi.org/10.1002/(SICI)1099-0992(199908/09)29:5/6<741::AID-EJSP972>3.0.CO;2-8)
- [30] Voci, A. and Hewstone, M. (2003) Intergroup Contact and Prejudice toward Immigrants in Italy: The Meditational Role of Anxiety and the Moderational Role of Group Salience. *Group Processes & Intergroup Relations*, **6**, 37-54. <https://doi.org/10.1177/1368430203006001011>
- [31] Stathi, S., Crisp, R.J. and Hogg, M.A. (2011) Imagining Intergroup Contact Enables Member-to-Group Generalization. *Group Dynamics*, **15**, 275-284. <https://doi.org/10.1037/a0023752>

**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：2169-2556，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：[ass@hanspub.org](mailto:ass@hanspub.org)