

## 大學生「狀態寬恕量表」之發展及其對主觀幸福感 與寬恕行為之預測

錢芷萍<sup>1</sup> 林烘煜<sup>2</sup>

### 摘要

寬恕被視為是個人面對人際傷害時正向且合宜的回應方式，對增進個人的主觀幸福感有很大關聯。有鑑於國內採用自陳量表來測量「狀態寬恕」的研究大多直接使用國外之量表，因此本研究擬發展一份「狀態寬恕量表」，用來測量國內大學生對特定真實傷害事件冒犯者的寬恕態度，並檢視此量表對主觀幸福感及寬恕行為之預測力。研究一以 331 份大學生有效樣本進行探索性因素分析，得到「報復」、「善意回應」和「躲避及傷害感受」共三個因素，且每一分量表均得到合宜的信度指標；而在控制傷害事件發生時間、傷害嚴重程度、社會期許、自尊、同理心等變項得分後，狀態寬恕可以正向地預測主觀幸福感。研究二另以 200 份大學生有效樣本進行驗證性因素分析，得到整體適配度理想且具有良好建構效度的結果；另外，在控制傷害事件發生時間、傷害嚴重程度、與冒犯者關係滿意度、社會期許、自尊、同理心等變項得分後，狀態寬恕仍然可以預測寬恕行為。綜而言之，本研究所編製之「狀態寬恕量表」具有理想的信、效度。此外，在量表發展過程中亦發現，國內大學生在遭受人際傷害後，對該冒犯者較不會有報復的傾向或動機，但對其有較多躲避之傾向及傷害之感受。本研究依據研究結果進行討論後，提出進一步之研究建議。

**關鍵詞：**主觀幸福感、狀態寬恕、狀態寬恕量表、態度、寬恕行為

---

1. 錢芷萍，國立宜蘭大學通識教育中心講師

2. 林烘煜，退休教師

收件日期：2021.09.07；完成修改：2022.06.29；正式接受：2022.07.04

通訊作者：錢芷萍；Email：cpchien@niu.edu.tw

地址：260007 宜蘭市神農路一段 1 號 國立宜蘭大學通識教育中心

## The Development of the State Forgiveness Scale for College Students and its Prediction of Subjective Well-being and Forgiveness Behavior

Tzu-Ping Chien<sup>1</sup> Hung-Yu Lin<sup>2</sup>

### Abstract

Forgiveness is regarded as a positive and appropriate way of responding to a person in the face of interpersonal offense, and it significantly correlates to the improvement of personal subjective well-being. Review of relevant studies found that previous domestic researches have mostly used foreign self-report scales to measure state forgiveness which might not fit for our college students. Two studies were conducted to develop a new state forgiveness scale by collecting data from domestic college students whom had been offended in a real event within two years. Exploratory factor analysis in Study 1 showed that three factors of “revenge”, “benevolence response” and “avoidance and hurt feelings” were suggested by 331 valid college participants. Each subscale also obtained a suitable reliability index. Moreover, after controlling the scores of variables such as the time of the offense, the severity of the hurt, social desirability, personal self-esteem, and empathy, state forgiveness can still positively predict subjective well-being. In Study 2, another 200 college students’ data were collected for a confirmatory factor analysis. Result indicated that a good overall model fit was showed and good construct validity was provided. After controlling the scores of relevant variables, the state forgiveness can still predict forgiveness behavior. To sum up, the state forgiveness scale compiled by this research provided good reliability and validity. In addition, this research found that domestic college students were less likely to revenge against the offender after interpersonal offense, but they tended to avoid them and feel hurt deeply. Contributions of this research and suggestions for future studies were also discussed.

**Keywords:** attitude, forgiveness behavior, state forgiveness, state forgiveness scale, subjective well-being

---

1. Tzu-Ping Chien, Lecturer, Center for General Education, National ILan University

2. Hung-Yu Lin, Retired Teacher

Received: 2021.09.07; Revised: 2022.06.29; Accepted: 2022.07.04

Corresponding Author: Tzu-Ping Chien; Email: cpchien@niu.edu.tw

Address: No. 1, Sec. 1, Shennong Rd., Yilan City, Yilan County 260007, Taiwan

Center for General Education, National ILan University Normal University

## 壹、緒論

在人際互動過程中，難免會遭受旁人有意無意的冒犯，使得個人心中感到憤怒不平、痛苦沮喪，心裡感覺到傷痛。然而，不同的人面對傷害的因應方式也有所不同，有人採取報復方式，有人遠離或逃避冒犯者（McCullough et al., 1998），也有人選擇寬恕。但是，不論在宗教（Pargament, 1997）及哲學領域中，或是心理學的研究裡大多認為，報復與逃避皆難以修復受傷的心靈，唯有寬恕才能使人徹底放下憤怒與傷痛，朝向更幸福的人生路程（林維芬，2011；Enright & Fitzgibbons, 2000/2008；Worthington, 2005），例如：Seligman（2002）認為，寬恕能轉化過去負面經驗，獲得正向情緒，建立良好的人際關係，獲得幸福的感受；心理學實證研究結果也顯示，寬恕有助於身體健康（Harris & Thoresen, 2005; Worthington, Witvliet et al. 2007）、心理健康（Enright & Fitzgibbons, 2000/2008），寬恕也可增加個體的幸福感（李新民，2012；林維芬，2011；Karremans et al., 2003），對提升個人生命品質有著重要的影響力。

在寬恕相關研究中，Eaton 等（2006）將寬恕分為「狀態寬恕」（state forgiveness）及「特質寬恕」（dispositional forgiveness）兩種類別，前者是指在特定傷害事件後，被傷害者對該冒犯者的知情意反應；後者則是指個人對不同人際關係和不同傷害事件的寬恕對應習性，此與被傷害者的性格有關，屬個人持有的特性，是一連串心理成長與發展形塑的結果，但這並非本研究關注的主題。本研究對象為大學生，正處於青春期與成年期前段的轉變階段，同儕相處在其生活中占了重要位置，人際互動頻繁的過程中難免會產生磨擦，能否寬恕同儕的過錯來維持良好的人際關係相對就顯得重要。再者，特質寬恕未必人人皆具備，但狀態寬恕則取決於個人選擇。另外，狀態寬恕的定義與測量所指的是，個人對特定對象之單一事件的面對與因應量測，其測量方式大致可分為自陳量表及情境量表（吳相儀等，2018）。情境量表通常是請參與者想像某一假設的人際傷害情境若發生在自己身上時，評估自己對冒犯者寬恕的可能反應，此種測量方式雖然可以讓不論是否有傷害經驗的對象作答，但畢竟測量到的是參與者的假設性反應，可能會與其在真實面對傷害後的寬恕反應有所不同。本研究想要了解的是大學生在面對真實傷害事件後的寬恕反應，因此要求必須曾有同儕間之傷害經驗者才能成為

本研究的參與者。

國內過去採用自陳量表來測量狀態寬恕態度的研究大多直接使用國外翻譯的量表，例如：使用 Rye 等「寬恕量表」的研究有李盛芬（2010）、陳芝婷（2020）、羅凱云（2011）；又如採用 McCullough 等「侵犯相關人際動機量表」（Transgression Related Interpersonal Motivations Scale, TRIM）的研究有江欣樺（2015）及潘則云（2017），或是使用 Enright「寬恕量表」的研究有王怡雅（2014）、董仲薇（2016）、楊珮（2020）；雖然其研究結果顯示量表具有不錯的信、效度，但這些國外量表未必適合直接用來測量國內的研究對象。因此，本研究擬發展一份具有信、效度的「狀態寬恕量表」，且可用來了解國內大學生被特定對象傷害後對冒犯者的寬恕態度。

此外，許多研究者試圖想藉由了解個體的態度來預測其未來的行為，然而過去有關態度預測行為的研究結果卻相當分歧，有的研究認為態度與行為之間具有密切之關聯（Thurstone, 1931），因此態度可預測個體未來的行為（Kraus, 1995）；但亦有研究指出，態度與行為間並沒有恆定的關係（Doob, 1947）、態度與行為之相關微乎其微（Wicker, 1969）；Fazio（1990）及 Glasman 與 Albarracín（2006）皆認為，態度對行為的預測必須在某些條件下，其預測力才會比較高，像是對態度對象有「直接經驗」且可報告其態度時。本研究回顧文獻發現，國內在寬恕態度與寬恕行為間的關聯之研究相當缺乏，是故以大學生的「真實傷害事件」來發展「狀態寬恕量表」，就是想要提高寬恕態度對寬恕行為的預測力，以能增加此量表的實用性。

據此，本研究之目的為：(1)發展具有信、效度的「狀態寬恕量表」，以測量大學生在遭受人際傷害經驗後，對冒犯者的寬恕態度；(2)探討本研究所發展的「狀態寬恕量表」對主觀幸福感及寬恕行為之預測力。

## 貳、文獻探討

### 一、寬恕的意涵

許多研究結果紛紛顯示，寬恕可以帶來身、心健康，增加幸福感受（林維芬，2011；Enright & Fitzgibbons, 2000/2008；Karremans et al., 2003），對個人生命品質影響深遠。有鑑於寬恕對個體的正向影響，許多學者在不同的觀點上致力於寬恕研究，使得寬恕的定義多樣且分歧（Enright & The Human

Development Study Group, 1991; McCullough, Pargament et al., 2000; Rye & Pargament, 2002; Worthington, 2005)。Rye 與 Pargament (2002) 認為，寬恕是在不公平的事情上，超越負向的情感（敵意或憎恨）、認知（報復的思想或嚴厲的批判）、行為反應（復仇、言語上的攻擊），轉為以正向反應（善意或仁慈）來回應冒犯者。McCullough、Pargament 等（2000）認為，寬恕不僅是人際衝突後，被傷害者對冒犯者由負向反應轉變為正向反應的心理活動歷程，也是被傷害者對冒犯者減少報復和逃避的動機，增加了仁慈與善意回應的過程。整體而言，寬恕是個人認知、情緒和行為由負向反應轉變為正向反應的心理歷程，也是被傷害者與冒犯者之間的關係由衝突對立到和平善意的轉變過程。

但是，寬恕的轉變並非是「全有或全無」的現象，而是當每一次寬恕時，一些負向情緒會從傷害事件中移除（Enright & Fitzgibbons, 2000/2008），直到被傷害者對冒犯者的態度逐漸轉為正向，彼此間關係漸漸恢復的歷程。也就是說，寬恕的意涵大致可分為「個人內在的轉變」（intrapersonal）和「人際之間的轉變」（interpersonal）兩個面向（Baumeister et al., 1998），前者是指被傷害者的認知、情緒與行為由負向轉為正向的轉變，後者則是在傷害事件發生後，被傷害者與冒犯者之間的互動關係由衝突到善意的轉變。Baumeister 等（1998）及 Worthington（2005）皆認為，寬恕涉及被傷害者與冒犯者雙方，所以在了解寬恕時應該要包含這兩個面向，因而有「完全寬恕」（total forgiveness）的概念產生。

然而，什麼是完全寬恕呢？Baumeister 等（1998）認為，完全寬恕必須包含個人內在與人際之間皆有所轉變，兩者缺一不可。因此，本研究企圖採用完全寬恕的意涵，因而要求所編製的「狀態寬恕量表」應該要同時包含「個人內在」及「人際之間」兩個面向。

## 二、狀態寬恕的評量

由於不同研究者對於寬恕的定義看法不同，使得寬恕的測量相當多樣化，且各有其適用情境。McCullough、Hoyt 等（2000）依測量目標的不同，將各種測量方式分為特定事件（offense-specific）、寬恕特質（dispositional）、特定關係（dyadic）三種類別。特定事件是指個體對單一傷害事件中冒犯者的寬恕反應，例如：Rye 等（2001）「寬恕量表」；寬恕特質是指個體對不同情境、不同關係的寬恕反應，例如：Berry 與 Worthington



(2001)「寬恕特質量表」；特定關係則是個體與某特定對象，在不同傷害事件中的寬恕反應，例如：Fincham (2001) 的「寬恕量表」。

在測量寬恕所使用的工具上，McCullough、Hoyt 等 (2000) 亦依評價對象之不同而分為自陳報告、冒犯者評價、第三人評價、行為觀察四種類別。本研究「狀態寬恕量表」即採用單一特定事件及自陳量表之方式對參與者的寬恕態度進行量測。

過去在狀態寬恕的評量上較常被使用的量表，例如：Subkoviak 等 (1995)「恩萊寬恕量表」(Enright Forgiveness Inventory, EFI)、McCullough 等 (2006)「侵犯相關人際動機量表」(Transgression Related Interpersonal Motivations Scale, TRIM-18)，以及 Rye 等 (2001)「寬恕量表」(Forgiveness Scale)。Subkoviak 等的 EFI 共包含三個部分：(1)傷害事件回憶、調查與情節簡述；(2)評量被傷者在經歷前述傷害事件後，對冒犯者的認知、情感及行為等面向之正向及負向感受，共 60 題；(3)寬恕偵測題 5 題、1 題檢驗效度之題目。量表雖具有良好及穩定的信、效度，但題數共有 66 題，且除了圈選作答之外，還需以文字說明個人被傷害經驗，對參與者來說，作答相對繁複且冗長。

Rye 等 (2001)「寬恕量表」及 McCullough 等 (2006) TRIM-18 皆具有良好的信、效度。前者共有 15 題，分為正向反應出現 (presence of positive, PP) 及負向反應消失 (absence of negative, AN) 兩個向度，題目如：「即使他曾經傷害我，我仍然希望他過得好」(PP)、「我那些受傷的情緒已經平復了」(AN)；後者共有 18 題，包含「躲避」、「報復」、「善意」三個向度 (潘則云，2017) 或類別 (McCullough et al, 2006) 的題目，題目如：「我躲避著他」、「我要報復他」、「我原諒他曾對我做過的傷害」。

如前所述，本研究在回顧文獻後認為，完全寬恕應包含個人內在的轉變，以及人際之間的轉變兩個面向。進一步檢視前述兩個量表題目，發現 Rye 等 (2001)「寬恕量表」的題目比較著重在了解參與者個人內在之省思與情感反應，較缺少人際互動層面的題目；而 McCullough 等 (2006) TRIM-18 的題目則較著重於了解參與者對冒犯者想要報復、躲避或善意等人際互動層面的行為反應。整體而言，Rye 等「寬恕量表」及 TRIM-18 各自包含本研究對於完全寬恕意涵之其一，因而需要綜合才能同時涵蓋「個人內在」及「人際之間」兩個面向。因此，本研究乃以前述兩個量表做為發展「狀態寬恕量表」的基礎。

雖然 Rye 等（2001）「寬恕量表」及 TRIM-18 兩個量表被不少國內的寬恕研究所採用，且得到不錯的信、效度（江欣樺，2015；李盛芬，2010；陳芝婷，2020；潘則云，2017；羅凱云，2011），但考量東西方文化的差異性可能會影響寬恕內涵之不同，例如：Temoshok 與 Chandra（2000）曾指出寬恕深受個人所處文化所影響；王叢桂與羅國英（2007）亦曾指出，華人較重視他人觀點，面對人際衝突情境常採取「以和為貴」的方式來因應，會節制個人情緒，避免直接衝突；江文慈（2012）的研究結果也顯示，大學生在人際互動中表達負向情緒時，會選擇克制忍讓的方式，以維持和諧的人際關係。為了解華人重視和諧的文化習性對大學生的寬恕態度之影響，因此本研究同時也訪談了國內大學生，來了解其在遭受同儕傷害後常會出現的反應與國外量表有無異同之處，並將訪談結果做為「狀態寬恕量表」加編題目之參考依據。

此外，本研究的招募對象必須是在生活中曾有過被傷害的經驗者，其所回想的事件對他們本身而言是深刻而且真實經歷的傷痛過往，參與者在回答「狀態寬恕量表」時，無需刻意想像自己被傷害的心情，即可真實反應出其對冒犯者的想法與態度。因此，在參與者作答量表前，須請其先回想過去被同儕傷害的事件，再針對該傷害事件進行寬恕態度的量測及相關資料之蒐集。

### 三、與寬恕相關之重要心理變項及效標變項

由於寬恕對個體內心及其周遭生活帶來的正向影響，過去有關寬恕的研究時常以自尊、同理心、幸福感等做為與其關聯之變項，例如：李盛芬（2010）針對青少年寬恕與自尊關聯的研究；McCullough 等（1997）探討親密關係中的寬恕與同理心之研究；Karremans 等（2003）探討寬恕與幸福感的研究；林維芬（2011）針對兒童之寬恕態度與幸福感的研究。

Rosenberg 等（1995）認為，自尊是個人整體的自我價值感，對個體的發展扮演重要角色。過去在寬恕與自尊的研究裡，兩者之間存在的關係不盡然相同；Eaton 等（2006）指出，當傷害事件強度威脅到個體自我價值感時，高自尊者的自我價值感較不易被影響，因而比較能寬恕冒犯者；李盛芬（2010）的研究亦指出，青少年自尊愈高，其寬恕程度也愈高；然而，De-Shea（2003）在發展「寬恕意願量表」（Willingness for Forgive Scale, WTF）時，針對大學生進行的研究結果卻顯示，寬恕與自尊並不存在關聯。

同理心亦是在寬恕研究中經常被探討的變項，其被認為是有助於被傷害者選擇寬恕冒犯者的關鍵因素之一。McCullough 等（1997）視寬恕為一種利社會的轉變，他們認為被傷害者若能對冒犯者產生同理心，是引導其寬恕冒犯者的重要方法之一（亦見 Weiner, 1995）。McCullough 等（1997）研究結果的確顯示，同理心程度愈高，則寬恕他人程度也就愈高。

Diener（1984）曾指出，幸福與快樂幾乎可說是人類行為的終極動機。然而，如何能獲得幸福與快樂？Seligman 與 Csikszentmihalyi（2000）認為，在生活中發揮個人長處及實踐美德就能得到真實的快樂，而寬恕即被認為是其中重要的人際長處及美德。當個體選擇寬恕冒犯者，能幫助其緩和負向感受，提供正向積極的情感轉變，建立良好的人際關係；選擇寬恕他人，也就等於選擇了幸福（Diener, 2000; McCullough et al., 1999）。Karremans 等（2003）及林維芬（2011）的研究結果也顯示，寬恕有助於增加幸福感。Batik 等（2017）研究大學生的寬恕與幸福感之關聯，結果發現寬恕與幸福感亦呈現正相關，且寬恕可視為預測主觀幸福感的重要指標。因此，本研究將主觀幸福感做為狀態寬恕的效標變項之一。

此外，在探討影響寬恕的原因時，社會期許常被認為可能會影響寬恕態度的表達（羅凱云，2011；Rye et al., 2001），尤其在與他人關係密切的華人文化裡，個體可能會為了得到他人讚許與認同，有意無意地維護自己認為正面或正確的形象，來符合社會大眾的期待，因而在表達對傷害事件冒犯者的態度時，可能傾向於寬恕的正向回應。Rye 等（2001）及羅凱云（2011）的研究即得到社會期許與寬恕態度兩者之間具有顯著正相關的研究結果；因此在預測效標變項時，最好能將其做為控制變項。

#### 四、寬恕態度與行為之關聯

態度與行為間的關聯一直是態度研究最重要的議題之一，從過去文獻得知其關聯並不是一致性的結果，例如：Thurstone（1931）認為兩者之間具有密切關係；Wicker（1969）則認為態度與行為之相關微乎其微。然而，研究態度的主要原因乃在於試圖藉由了解個體的態度來預測其未來行為，至於態度是否能預測行為，學者間的意見也相當分歧（Fazio, 1990; Kraus, 1995）。其中，Fazio（1990）及 Glasman 與 Albarracín（2006）認為，在某些特定條件下，態度確實能預測行為，例如：對態度對象有「直接經驗」，且可報告其態度時；或是當態度易於回憶且保持穩定時；又或者是態度與其所要預測的



行為有具體關聯時。

本研究回顧文獻發現，國內在探討寬恕態度與寬恕行為間的關聯，以及寬恕態度對寬恕行為之預測力的研究相當缺乏。是故，本研究也想了解寬恕之態度與行為間的關聯，因此招募曾有同儕間之傷害經驗的大學生，藉由請他們回想歷經「真實傷害」的感受，來蒐集其對該事件冒犯者的寬恕態度，以及對冒犯者做出各種應對行為的頻率，以此條件測量，預期本研究寬恕態度對寬恕行為的預測力應該能有所提升。

據此，本研究以「主觀幸福感量表」、「自尊量表」、「同理心量表」、「社會期許量表」來檢驗所編製「狀態寬恕量表」之關聯效度，研究一並以主觀幸福感為效標，就狀態寬恕對主觀幸福感進行預測，研究二則以狀態寬恕對寬恕行為進行預測。

總結上述，本研究分為兩個研究：研究一目的為發展具有信、效度的「狀態寬恕量表」及檢視其對主觀幸福感之預測力；研究二目的是進一步檢驗量表之結構並考驗其信、效度，且了解「狀態寬恕量表」對寬恕行為之預測力。

## 參、研究方法與結果

### 研究一

#### 一、研究參與者

本研究以宜蘭縣公私立兩所大學學生為對象，施測與回收問卷數為 348 份，刪除廢卷 17 份（包含填答問卷時連續漏答 10 題以上 7 份、連續 10 題以上之回答為相同答案者 9 份，以及「之」字型填答 1 份），有效問卷數為 331 份，其中女性 150 人（占 45.32%），男性 181 人（占 54.68%）。

#### 二、研究工具

為達研究目的，研究工具除了自編的「狀態寬恕量表」外，另外以「主觀幸福感量表」、「自尊量表」、「同理心量表」、「社會期許量表」做為所編量表之關聯效度檢視。本研究編製量表之歷程及所有使用之量表，分別說明如下。

### (一) 「狀態寬恕量表」之編製過程

量表編製之過程可分為五個部分：蒐集相關文獻及量表、翻譯及編修量表、團體焦點訪談並加編題目、檢視題目與刪題、同儕相處經驗調查，最後形成「狀態寬恕量表」。詳述如下。

#### 1. 蒐集相關文獻及量表

過去文獻顯示，Rye 等（2001）「寬恕量表」及 McCullough 等（2006）TRIM-18 在狀態寬恕測量的研究上皆有良好的信、效度。本研究回顧文獻認為，完全寬恕應包含個人內在及人際之間兩個面向，因此綜合前述兩個量表，以做為「狀態寬恕量表」題目的發展基礎。

#### 2. 翻譯及編修量表

首先由研究者初步翻譯原量表題目，接著請大學英文教師檢視翻譯後題目之語意是否與原英文題目相符。Rye 等（2001）「寬恕量表」共有 15 題，包含正向反應出現（PP）5 題及負向反應消失（AN）10 題；TRIM-18 則包含報復（Revenge）5 題、善意（Benevolence）6 題、躲避（Avoidance）7 題，共有 18 題。前述兩個量表合併共計 33 題。

#### 3. 團體焦點訪談並加編題目

本研究考量不同社會文化對寬恕可能會有不同的影響，因此邀請具有良好表達能力且曾有過被傷害經驗的大學生共三位（2 女 1 男、就讀不同學院與不同年級）進行兩次、每次約一小時之團體焦點訪談，訪談以半結構之訪談題目來進行，包含認知、情感、行為傾向之態度三向度，題目如：「被傷害後，你的想法與感受是什麼」、「被傷害後，你曾對他做過哪些行為」，以了解國內大學生在遭受同儕嚴重傷害後，常出現的態度或處理方式，再將訪談所獲得的資料做為加編題目之參考。訪談結果雖然與前述兩個量表的反應大致相同，但仍有一些不同的反應方式，相同的部分如：會一直想起傷害事件或受傷害的情緒，也會躲避冒犯者，或者是有時想要對冒犯者釋出善意。而原量表未提及之處如：比較不會當面與冒犯者發生衝突，而是會在背後說對方壞話或唱反調；又或是藉由故意忽視對方來表達自己對其負向感受；或者是因體諒對方而選擇寬恕。經訪談結果後，加編的題目有 8 題，包含與報復方式有關的題目 3 題，分別為：「我在背後說他壞話」、「我用他傷害我的方式回報他」、「我故意和他唱反調」；與善意有關的題目 3 題，

分別為：「我體諒他的狀況」、「經由朋友勸說，我對他伸出友誼之手」、「我已經寬恕他了」；而與躲避方式有關的題目 2 題，分別為：「我不和他聊天了」及「我故意忽視他的存在」。

#### 4. 檢視題目與刪題

針對上述整理之 41 題題目逐步進行檢視後，刪除 Rye 等（2001）「寬恕量表」的「當我再次遇到他時，我的心情是平靜的」，因為本研究為調查大學生兩年內的傷害經驗，他們可能沒機會與冒犯者再見面，恐會有臆測性作答之情況產生，因而刪除了此題目。此外，因善意向度中「我放下我的憤怒，這樣我就能恢復我們關係」及「不論他做了什麼，我希望我們能再次維持正向關係」2 題與「我希望我們能盡釋前嫌，並維持關係」的題目語意相近，且題目稍長，因此將前述 2 題也刪除。兩個量表經增題後再刪題後，合計共有 38 題題目。

也就是說，依據上述編修及新增題目之結果，「狀態寬恕量表」得到五個向度共 38 題，包含「正向反應出現」4 題、「負向反應消失」10 題、「報復」由 5 題增為 8 題、「善意」由 4 題增為 7 題、「躲避」由 7 題增為 9 題。其中，「正向反應出現」4 題皆為正向題；「負向反應消失」計有 2 題正向題及 8 題反向題；「報復」8 題及「躲避」9 題皆為反向題；「善意」7 題則皆是正向題。前述共計正向題 13 題及負向題 25 題。再進一步檢視題目內容，屬個人內在心理反應的題目有 18 題，而人際互動之間的題目有 20 題。量表題目的評分方式以李克特式六點量尺呈現（從 1 代表「完全不同意」到 6 代表「完全同意」）。

整體檢視 38 題之題目後，發現部分向度與其他向度題目之心理意涵似乎有相似之處，例如：「正向反應出現」部分題目與「善意回應」向度的題目相似，而「負向反應消失」也有一些題目與「報復」向度中的題目相似。因此，本研究預期經過探索性因素分析檢驗後，上述心理意涵相似之題目應該會聚集在相同的因素之內而合併，因此預期因素分析之後，所獲得之因素數目應該會比原兩個量表共五個因素更少。

#### 5. 同儕相處經驗調查

為了得到參與者在生活中遭受同儕傷害事件後的真實反應，因此請其在填答量表題目前，先回想最近兩年內一件曾經經歷過同儕間（不包括男女朋友、伴侶）之重大傷害經驗，然後回答下列 3 題題目：(1)「冒犯者是誰」，

選項包括好友、同學、普通朋友、其他；(2)「傷害事件發生時間」，選項依序為三個月內、三個月至六個月內、六個月至一年內、一年至兩年內；(3)「傷害嚴重程度」，選項以五點量尺呈現，從 1 代表「一點點嚴重」到 5 代表「非常嚴重」。俟參與者回答 3 題題目後，再開始填答「狀態寬恕量表」。

因傷害事件發生時間及傷害嚴重程度可能會影響參與者的寬恕程度，例如：事件發生時間愈接近或傷害嚴重程度愈大，參與者可能愈不傾向寬恕冒犯者（羅凱云，2011；Pronk et al., 2010）。因此，本研究進行結果分析時，也會將這兩個變項統計控制後，再計算寬恕對主觀幸福感之淨預測力。

經由上述步驟彙整，形成本研究測量參與者的個人真實傷害經驗與寬恕態度之研究工具，共有兩部分：一是同儕相處經驗調查 3 題；二是「狀態寬恕量表」38 題。

## （二）本研究用以檢視效度之量表

本研究以「主觀幸福感量表」、「自尊量表」、「同理心量表」、「社會期許量表」做為所發展的「狀態寬恕量表」之關聯效度檢視。各量表主要內容說明如下。

### 1. 「主觀幸福感量表」

本研究的幸福感選擇簡晉龍等（2009）回顧國內外學者常採用的一般性主觀幸福感定義及測量方式，即涵蓋生活滿意、正向情緒、負向情緒三個成分（Diener, 1984; Diener et al., 1999），並以簡晉龍等使用的「主觀幸福感量表」為測量工具。量表包含兩個部分：第一部分是由前述研究者翻譯自 Diener 等（1985）「生活滿意量表」（Satisfaction With Life Scale, SWLS），共 5 題，題目如：「我對我的生活感到滿意」、「我的生活狀況相當不錯」，用來測量個人對整體生活的滿意程度。在過去研究中，SWLS 的測量以七點量尺呈現，具有良好的信度，例如：簡晉龍等的研究所得之 5 題內部一致性為 .86；Diener 等（1985）間隔四年所得之再測信度達 .54。第二部分則是正、負向情緒測量，計有 10 題，含正向及負向各 5 個情緒詞彙（例如：快樂或焦慮不安），用來量測一段時間裡，個人的正、負向情緒穩定狀態。本研究設定為測量最近一個月內參與者的正、負向情緒感受。

為與本研究其他量表之題目合併並混合後一起施測，因此統一採用適合國人填答的「六點偶數」量尺施測，以避免國人傾向選取中間點回答的慣性（楊中芳、趙志裕，1987），因此 SWLS 採李克特式六點量尺呈現（從 1 代表「完全不同意」到 6 代表「完全同意」），正、負向情緒測量亦以六點量尺呈現（從 1 代表「從來沒有」到 6 代表「總是如此」）。計分時，將各題加總後平均，並且逐一呈現 SWLS、正向情緒及負向情緒之得分；亦將前述量表合併為「主觀幸福感量表」，共有 15 題。計分時，先將負向情緒題目反向計分，再將各題加總平均，分數愈高，代表整體主觀幸福感愈高。在研究中，SWLS 的 Cronbach's  $\alpha$  為 .73，正向情緒的 Cronbach's  $\alpha$  為 .87，負向情緒的 Cronbach's  $\alpha$  為 .79，主觀幸福感的 Cronbach's  $\alpha$  為 .87。

## 2. 「自尊量表」

本研究採用黃珮茹與林烘煜（2011）翻譯自 Rosenberg 等（1965）「自尊量表」，共 10 題（正向題及反向題各 5 題），用以測量自我價值感，題目如：「我對於自己持有一種肯定的態度」、「有時我的確感到自己很沒用」，已有不少研究證實其具有良好的信、效度（黃珮茹、林烘煜，2011；蔡孟寧等，2015）。本研究採李克特式六點量尺進行評分（從 1 代表「完全不同意」到 6 代表「完全同意」），並將正、反向各 5 題的「自尊量表」，在問卷題目中以隨機打散的方式呈現各題題目，如此呈現方式可以用來檢驗參與者作答時之專注力與回答一致性；因此，本研究除了用「自尊量表」來檢視其與狀態寬恕的關聯外，也用來檢視參與者作答時的專注程度。也就是說，參與者在大量題目的回答中，若能細心而專注地作答，則他們在散落各處的反向題上之反應，應該恰好會與正向題相反，如此才能獲得整體量表一致性的回答，因而「自尊量表」的正反各 5 題之填答信度，應該最能反應出參與者是否在本研究中專注地填答問卷。在研究一及研究二「自尊量表」10 題的 Cronbach's  $\alpha$  分別為 .89 及 .91，其意涵為：(1) 本量表有很高的題目內部一致性；(2) 顯示絕大部分的參與者是用心在本研究的作答上；而這也顯示了參與者在研究一及研究二的整體反應結果是具有相當高的可信度。

## 3. 「同理心量表」

本研究採用林文瑛（2017）編修「同理心量表」，題目如：「我做事都會考慮到別人的感受」、「與別人意見不合時，我會努力地了解對方的觀點」，用以測量個體的同理心程度。原量表共有 16 題，本研究選取林文瑛研



究中因素負荷量較高且超過 .50 的 6 題，並以李克特式六點量尺進行評分（從 1 代表「完全不同意」到 6 代表「完全同意」）。「同理心量表」的 6 題皆為正向題，計分時將各題加總後平均，分數愈高，代表個體愈具有同理心。在研究一「同理心量表」的 Cronbach's  $\alpha$  為 .81。

#### 4. 「社會期許量表」

本研究參考蔡孟寧等（2015）改編自羅凱云（2011）及 Crowne 與 Marlowe（1960）「社會期許量表」，和蒐集大學生生活中的相關經驗，編製成適合大學生使用的「社會期許量表」。「社會期許量表」初編有 21 題，題目如：「我從來沒有想過要偷懶一下」、「只要在長輩面前，我從來不會說謊」，經研究一的分析後，選擇因素負荷量較高的 6 題，採李克特式六點量尺呈現（從 1 代表「完全不同意」到 6 代表「完全同意」）。「社會期許量表」6 題皆為正向題，計分時將各題加總後平均，分數愈高，代表個體愈可能表現出社會所認可的態度，而非其內在真實的感受。因此，本研究將「社會期許量表」做為控制變項，以調控參與者因社會期許之因素而對冒犯者不同寬恕程度的填答。在研究一「社會期許量表」的 Cronbach's  $\alpha$  為 .77。

### （三）研究程序

本研究將上述量表彙整並以「生活感受問卷」為標題呈現給參與者，問卷內容共分為三個部分：第一部分是「生活與情緒感受調查」，包含有：(1) 生活感受調查，計有「生活滿意量表」、「自尊量表」、「同理心量表」、「社會期許量表」；(2) 情緒感受調查，為正、負向情緒測量。第二部分是「同儕相處經驗及感受調查」，包含有：(1) 被同儕傷害經驗調查；(2) 「狀態寬恕量表」填寫。第三部分則是基本資料調查。

問卷題目呈現方式如下：第一部分的「生活與情緒感受調查」是將「生活滿意量表」、「自尊量表」、「同理心量表」、「社會期許量表」四個量表所有題目共 27 題，以隨機打散的方式呈現；「情緒感受調查」則是將各 5 題的正、負向情緒詞彙交錯呈現。第二部分的「同儕相處經驗及感受調查」，是先請參與者回想曾被同儕傷害之經驗，再回答被誰所傷害、事件發生時間及傷害嚴重程度等題目；而「狀態寬恕量表」亦是將各向度的題目以隨機打散方式呈現；問卷最後則呈現基本資料調查，包含有性別、年齡、就讀系別年級等題目。

「生活感受問卷」施測時採立意取樣，以團體不記名的方式實施，由施測者先取得授課老師的同意後至該課程班級進行施測。施測時先對大學生說明研究目的及作答方式，在其完全了解及願意填寫問卷後，再進行紙本問卷之施測。作答時間平均約為 20 分鐘。

### 三、研究結果

為確認「狀態寬恕量表」之信、效度，首先針對量表進行項目分析檢驗，接著進行探索性因素分析、信度分析、鑑別度分析以篩選題目，最後再進行效度檢視。分析過程及結果逐一說明如下。

#### （一）項目分析

依邱皓政（2011）的描述統計檢驗法，刪除平均數未在全量表平均數 $\pm 1.5$  個標準差之題目。本研究 38 題加總後之平均數為 4.03，標準差為 0.84，也就是說各題之平均數若高於 5.29 或低於 2.77 即刪除，但在此方法檢視下並未有題目被刪除。

#### （二）因素分析及刪題後的信度分析

針對通過上述項目分析的 38 題進行探索性因素分析。首先以主成分分析法求得樣本適切性 KMO 值為 .94，Bartlett 球形檢定達顯著（ $\chi^2 = 9469.47$ ），顯示本資料適合進行因素分析（Hair et al., 2009）。

接著，以不限定因素、直接斜交轉軸，並以主軸因子進行後續因素分析，以初始特徵值大於 1 來選取因素數目（劉心筠等，2010），刪題原則為各題在某一因素之負荷量小於 .40，或有雙重負荷量（double loading）情形者（在兩個以上因素負荷量皆大於 .40），以刪除不適合因素結構之題目。本研究最初之分析得到 6 個因素，但有不少題目是雙重負荷的狀況；為降低因素數目，再依前述刪題原則進行多次探索性因素分析，最後得到 3 個因素，剩餘 20 題題目，總解釋變異量為 59.00%。因素負荷量摘要表如表 1 所示。

**表 1 因素負荷量摘要表 (N = 331)**

萃取方法：主軸因子分析、斜交轉軸、特徵值大於 1		因素負荷量		
題號		因素 1	因素 2	因素 3
<b>因素一：</b>				
2. 我會花時間去想如何報復他。		.83		
24. 我會讓他付出代價。		.77		
27. 我要報復他。		.76		
29. 我用他傷害我的方式回報他。		.74		
28. 我想要看到他受傷害，而且痛苦不已。		.73		
25. 我希望壞事會發生在他身上。		.72		
31. 我故意和他唱反調。		.70		
<b>Cronbach's <math>\alpha = .93</math></b>				
<b>因素二：</b>				
33. 我希望我們能盡釋前嫌，並維持關係。		.90		
12. 我依然會為他祝福。		.84		
11. 即使他曾經傷害我，我仍然希望他過得好。		.80		
32. 雖然他曾經傷害過我，但我仍友善地對待他。		.77		
34. 雖然他傷害了我，但我把傷害擺一邊，以讓我們的關係繼續維持。		.75		
14. 雖然他曾傷害我，我仍然希望以後別人能公平的對待他。		.73		
35. 我原諒他曾對我做過的傷害。		.71		
36. 我體諒他的狀況。		.69		
<b>Cronbach's <math>\alpha = .93</math></b>				
<b>因素三：</b>				
19. 我會刻意避免遇到他。		.69		
21. 我逃避著他。		.68		
7. 想到這件事情時，我就會變得有些沮喪。		.65		
4. 我會想要避開讓我想起這件事情的人或地方。		.64		
1. 我會一直去想他是怎麼樣傷害我的。		.54		
<b>Cronbach's <math>\alpha = .78</math></b>				
累積解釋總變異量 59.00%				

### (三) 鑑別度分析

本研究後續將因素分析結果剩餘的 20 題以極端值比較法（決斷值）方式，選取量表總分最高及最低分組各 27% 的參與者 ( $N_{\text{高分組}} = 90$ 、 $N_{\text{低分組}} = 89$ )，

進行獨立樣本  $t$  檢定之鑑別度分析，未達到顯著水準的題目建議可以刪除（邱皓政，2011）。分析結果顯示，第 21、33、34 題未達顯著水準，其中第 21 題屬於第三因素，但考量第三因素的題目偏少，且此題之顯著性也接近臨界值（ $p = .066$ ）；此外，若刪除第 21 題，在第三因素屬於「人際之間」面向的題目會僅剩餘一題，因此決定保留此題目，僅刪除第 33 及 34 題（「我希望我們能盡釋前嫌，並維持關係。」、「雖然他傷害了我，但我把傷害擺一邊，以讓我們的關係繼續維持。」），「狀態寬恕量表」經上述分析後剩餘 18 題（如表 2 所示）。

經由上述之統計分析方法，Rye 等（2001）「寬恕量表」中的 3 題正向反應出現（PP）及 4 題負向反應消失（AN）之題目分別被歸類進三個因素中，符合本研究採自兩群研究者之五個向度的量表會因為題目的心理意涵相似而被統整在一起之預期；也就是說，原有向度的題目已經因彼此的心理意涵相近而歸類成為三個向度。

分別檢視各因素中的題目，並參考 TRIM-18 的三向度命名方式：將第一因素命名為「報復」（Cronbach's  $\alpha = .93$ ），計 7 題；第二因素命名為「善意回應」（Cronbach's  $\alpha = .92$ ），計 6 題；第三因素與 TRIM-18 的「躲避」題目向度不同，它同時包含了躲避與對傷害經驗感受之意涵，因此將第三因素命名為「躲避及傷害感受」（Cronbach's  $\alpha = .78$ ），計 5 題。合計共有 18 題（如表 2 所示）。

三因素之間的相關情形為：「報復」與「善意回應」 $r_{(329)} = -.60, p < .01$ ，兩者為中度相關；「報復」與「躲避及傷害感受」 $r_{(329)} = .32, p < .01$ ，兩者也是呈現中度相關；「善意回應」與「躲避及傷害感受」 $r_{(329)} = -.19, p < .01$ ，兩者則呈現較低程度之顯著相關（如表 3 所示）。因各因素間皆彼此顯著相關，因此將題意與寬恕意涵相反之題目先做反向計分後，再將所有題目加總後平均，成為本研究「狀態寬恕量表」全量表的指標，分數愈高，代表寬恕的程度愈高，「狀態寬恕量表」全量表的 Cronbach's  $\alpha$  為 .90。

進一步以本研究要求所編製之「狀態寬恕量表」須包含「個人內在」與「人際之間」兩個面向來檢視，結果顯示「個人內在」的題目有 10 題，「人際之間」的題目有 8 題（如表 2 所示），此結果說明因素分析後，結果仍符合本研究完全寬恕需同時包含「個人」及「人際」相關題目的要求。

表 2 鑑別度分析 ( $N = 331$ )

題號	題目內容	$M$ 低分組	$M$ 高分組	$t$	顯著性 (雙尾)	刪題 結果	題目 來源	所屬面向 (個人內在／
因素一：報復 Cronbach's $\alpha = .93$								
2.	我會花時間去想如何報復他。	1.19	3.00	11.76	.000	保留	A, AN	個人內在
24.	我會讓他付出代價。	1.78	3.11	12.77	.000	保留	B, 報復	個人內在
27.	我要報復他。	1.22	3.25	13.41	.000	保留	B, 報復	人際之間
29.	我用他傷害我的方式回報他。	1.41	3.15	11.14	.000	保留	C	人際之間
28.	我想要看到他受傷害，而且痛苦不已。	1.30	3.72	16.60	.000	保留	B, 報復	個人內在
25.	我希望壞事會發生在他身上。	1.34	3.85	16.72	.000	保留	B, 報復	個人內在
31.	我故意和他唱反調。	1.44	3.29	11.62	.000	保留	C	人際之間
因素二：善意回應 Cronbach's $\alpha = .92$								
33.	我希望我們能盡釋前嫌，並維持關係。	3.87	4.05	14.42	.087	刪題	B, 善意	
12.	我依然會為他祝福。	2.60	5.21	15.89	.025	保留	A, PP	人際之間
11.	即使他曾經傷害我，我仍然希望他過得好。	2.83	5.19	13.63	.036	保留	A, PP	個人內在
32.	雖然他曾經傷害過我，但我仍友善地對待他。	2.78	4.98	14.07	.006	保留	B, 善意	人際之間
34.	雖然他傷害了我，但我把傷害擺一邊，以讓我們的關係繼續維持。	3.82	4.03	8.95	.098	刪題	B, 善意	
14.	雖然他曾傷害我，我仍然希望以後別人能公平的對待他。	3.06	5.18	12.39	.001	保留	A, PP	個人內在
35.	我原諒他曾對我做過的傷害。	2.69	5.20	15.92	.001	保留	B, 善意	個人內在
36.	我體諒他的狀況。	2.68	4.83	12.88	.009	保留	C	個人內在
因素三：躲避及傷害感受 Cronbach's $\alpha = .77$								
19.	我會刻意避免遇到他。	2.41	4.29	9.58	.009	保留	B, 躲避	人際之間
21.	我逃避著他。	2.53	4.05	8.85	.066	保留	B, 躲避	人際之間
7.	想到這件事情時，我就會變得有些沮喪。	3.11	4.01	4.30	.000	保留	A, AN	個人內在
4.	我會想要避開讓我想起這件事情的人或地方。	2.80	3.73	4.46	.002	保留	A, AN	個人內在
1.	我會一直去想他是怎麼樣傷害我的。	2.36	3.83	7.78	.012	保留	A, AN	個人內在

註：題目來源中的 A 是指 Rye 等 (2001) 「寬恕量表」，B 是指 McCullough 等 (2006) TRIM-18，C 是指本研究加編。



前述結果顯示，「狀態寬恕量表」由三個不同向度之因素所組成，三因素結構與 TRIM-18 由三向度構成的情況相仿，唯第三因素題目之內涵與其不同，同時包含了躲避及傷害感受兩種概念。此結果與本研究在建構量表時，量表會由不同但相互關聯之因素所組成的預期相符。

#### （四）效度分析

本研究以「主觀幸福感量表」、「自尊量表」、「同理心量表」做為檢驗「狀態寬恕量表」效度之使用工具，並以各量表間的皮爾森積差相關分析進行關聯效度之檢驗。

研究結果顯示，「狀態寬恕量表」全量表及「善意回應」向度分別與自尊、同理心、主觀幸福感、生活滿意、正向情緒、社會期許呈現顯著正相關（相關係數  $r_{(329)}$  介於 .16 至 .37 之間， $ps < .01$ ），而與負向情緒呈現顯著負相關（相關係數  $r_{(329)}$  為 -.30 與 -.18， $ps < .01$ ）。「報復」及「躲避及傷害感受」兩個向度分別與自尊、同理心、主觀幸福感、生活滿意、正向情緒、社會期許呈現顯著負相關（相關係數  $r_{(329)}$  介於 -.14 至 -.35 之間， $ps < .05$ ），而與負向情緒呈現顯著正相關（相關係數  $r_{(329)}$  為 .26 與 .28， $ps < .01$ ）（如表 3 所示）。就「狀態寬恕量表」全量表而言，前述結果說明了自尊愈高的人，其寬恕冒犯者的程度就愈高；愈傾向同理他人者，其寬恕程度也愈高；寬恕程度愈高者，其主觀幸福感及生活滿意程度也愈高，且呈現較高的正向情緒及較低的負向情緒。另外，社會期許傾向愈高者，其自陳寬恕冒犯者的程度也愈高。此結果符合本研究之預期，也與過去文獻結果大致相符（李盛芬，2010；羅凱云，2011；Batik et al., 2017; Karremans et al., 2003; McCullough et al., 1997）。從相關分析的結果顯示，「狀態寬恕量表」具有良好之關聯效度。

表 3 各量表相關分析摘要表 ( $N = 331$ )

		「狀態寬恕量表」				主觀幸福感					
	<i>M</i> ( <i>SD</i> )	全量表	報復	善意 回應	躲避及 傷害 感受	自尊	同理心	主觀 幸福感	生活 滿意	正向 情緒	負向 情緒
「狀態寬恕 量表」											
全量表	4.13 (0.83)	—									
報復	2.30 (1.06)	-.87**	—								
善意回應	3.95 (1.14)	.81**	-.60**	—							
躲避及傷 害感受	3.47 (1.01)	-.58**	.32**	-.19**	—						
自尊	3.90 (0.79)	.30**	-.25**	.16**	-.29**	—					
同理心	4.45 (0.66)	.34**	-.35**	.26**	-.14*	.31**	—				
主觀幸福感	3.94 (0.63)	.37**	-.32**	.28**	-.26**	.65**	.29**	—			
生活滿意	3.73 (0.81)	.27**	-.23**	.21**	-.18**	.55**	.26**	.83**	—		
正向情緒	4.43 (0.75)	.32**	-.27**	.30**	-.15**	.56**	.32**	.81**	.58**	—	
負向情緒	3.35 (0.79)	-.30**	.26**	-.18**	.28**	-.49**	-.13*	-.76**	-.41**	-.40**	—
社會期許	3.08 (0.82)	.26**	-.19**	.24**	-.16**	.28**	.28**	.39**	.44**	.24**	-.25**

\*  $p < .05$ ; \*\*  $p < .01$ 

## (五) 以階層迴歸分析檢視「狀態寬恕量表」之預測效果

為檢視「狀態寬恕量表」對效標變項主觀幸福感之預測效果，本研究以主觀幸福感為依變項，採用階層迴歸方式進行分析，結果如表 4 所示。模式一之傷害嚴重程度對主觀幸福感有負向之預測力 ( $\beta = -.208, p < .001$ )，而社會期許可以正向預測主觀幸福感 ( $\beta = .359, p < .001$ )，但傷害事件發生時間則對主觀幸福感無預測力 ( $\beta = .102, p = .058$ )；模式二是在控制傷害事件發生時間、傷害嚴重程度、社會期許之後，僅有自尊對主觀幸福感有正

向的預測力 ( $\beta = .574, p < .001$ )；然而，同理心對主觀幸福感則無預測力 ( $\beta = .072, p = .106$ )。模式三則顯示在控制傷害事件發生時間、傷害嚴重程度、社會期許、自尊、同理心等變項之後，研究一之狀態寬恕仍然可以顯著地預測主觀幸福感 ( $\beta = .119, p < .01, R^2 = .54$ )，但淨解釋力較低 ( $\Delta R^2 = .01$ )。

表 4 「狀態寬恕量表」與相關變項迴歸分析 ( $N = 331$ )

	主觀幸福感		
	模式一	模式二	模式三
	$\beta$	$\beta$	$\beta$
控制變項			
傷害事件發生時間	.102	.097*	.108**
傷害嚴重程度	-.208***	-.160***	-.132**
社會期許	.359***	.181***	.166***
心理特質變項			
自尊		.574***	.552***
同理心		.072	.039
預測變項			
狀態寬恕			.119**
$R^2$	.212	.533	.543
$\Delta R^2$	—	.320***	.010*
$F$	25.17***	63.43***	54.91***
$df$	(3, 280)	(5, 278)	(6, 277)

\* $p < .05$ ; \*\* $p < .01$ ; \*\*\* $p < .001$

## 研究二

為進一步檢驗「狀態寬恕量表」之信、效度，以及探討寬恕之態度與行為間的關聯，因此將研究二的目的細分為四：(1)檢驗「狀態寬恕量表」之建構效度；(2)再次確認量表之信、效度；(3)檢視「狀態寬恕量表」能否有效區辨有無寬恕參與者之寬恕態度；(4)了解狀態寬恕是否能預測寬恕行為。茲將研究方法與結果說明如下。

## 一、研究參與者

研究二以宜蘭縣某公立大學學生為對象，採立意取樣。由研究者至通識課程 12 個班級說明研究目的及作答方式，在其完全了解及願意填寫問卷後，進行紙本問卷施測。由於本研究對象為兩年內有同儕間重大傷害經驗者，在進行招募時，一部分學生因作答時間稍長而無意願填答，另一部分學生則自陳兩年內並無重大的傷害經驗，因此只招募到 228 位同學願意填答問卷，刪除廢卷 28 份（包含回收的問卷內自行註記以「假設」有被傷害經驗來作答 10 份、連續 10 題以上回答相同答案 18 份），有效問卷數為 200 份，其中女性 84 人（占 42.00%），男性 116 人（占 58.00%）。

## 二、研究工具

研究二使用之測量工具包含同儕相處經驗調查、研究一完成之「狀態寬恕量表」、「自尊量表」、「同理心量表」、「社會期許量表」，再加上自編之「寬恕正向行為量表」，用以取代主觀幸福感做為研究二之效標變項。研究二使用之研究工具及研究程序介紹如下。

### （一）研究二使用之測量工具

#### 1. 同儕傷害經驗調查

如同研究一在參與者作答前，請其先回想最近兩年內一件曾經歷過同儕間（不包括男女朋友、伴侶）之重大傷害經驗後，再回答與此經驗有關的題目。題目除了使用研究一的「冒犯者是誰」、「傷害事件發生時間」、「傷害嚴重程度」3 題題目之外，再加上「目前與冒犯者關係滿意度」、「自覺寬恕冒犯者程度」2 題。研究二新增的 2 題是以五點量尺呈現，「目前與冒犯者關係滿意度」是從 1 代表「非常不滿意」到 5 代表「非常滿意」進行評分，「自覺寬恕冒犯者程度」則是從 1 代表「完全不寬恕」到 5 代表「完全寬恕」。

參與者知覺目前與冒犯者的關係滿意度，可能會影響其評估對冒犯者的寬恕程度，因此亦將此變項做為控制變項之一。此外，研究二另將參與者在「自覺寬恕冒犯者程度」的作答結果區分為已寬恕者及未寬恕者兩個組別，並比較兩組參與者在「狀態寬恕量表」填答結果上是否具有顯著差異。

## 2. 「狀態寬恕量表」

使用研究一分析後之量表 18 題，包含「報復」、「善意回應」、「躲避及傷害感受」三向度。與研究一相同，採用六點量尺評分（從 1 代表「完全不同意」到 6 代表「完全同意」）。其中，「報復」與「躲避及傷害感受」各題目皆為反向題。計分時，僅在計算全量表分數時將反向題反向計分，而三個向度分別計分時則不做反向處理。

## 3. 「寬恕正向行為量表」

在量表編製時，參考 Cheng 等（2011）「霸凌量表」中與行為有關之題目概念，即設計題目以讓參與者自陳自己過去曾經對特定對象做出某一行為的頻率。本研究「寬恕正向行為量表」是詢問參與者最近三個月內，對「狀態寬恕量表」所回憶的傷害事件之冒犯者做出各種應對行為的頻率，題目內容則參考 Subkoviak 等（1995）「恩萊寬恕量表」之「行為傾向分量表」、Worthington、Hook 等（2007）「決策性寬恕量表」（Decisional Forgiveness Scale, DFS）、本研究之「狀態寬恕量表」，以及實際訪談三位大學生，了解其過去遇到同儕間的傷害經驗後曾經出現之行為編製而成。

量表共有 9 題，與「狀態寬恕量表」的「報復」、「善意回應」、「躲避及傷害感受」三向度有關之題目各有 3 題，題目如：「我在背後說他壞話」、「我友善的對待他」、「我故意避開他」，9 題中的反向題有 6 題，採用四點量尺來調查該行為發生的頻率（從 0 代表「從未如此」到 4 代表「總是如此」）。計分時，先經反向處理，再將各題得分加總後平均，分數愈高，表示參與者對該冒犯者做出更多人際相處間的正向行為。

## 4. 本研究用以檢視效度之量表

採用研究一使用之量表，包含「自尊量表」10 題、「同理心量表」6 題、「社會期許量表」6 題；其中，「自尊量表」的 5 題為反向題，其餘各量表題目皆為正向題，量表皆採六點量尺進行評分（從 1 代表「完全不同意」到 6 代表「完全同意」）。各量表計分時，先經反向處理後，再將各題得分加總後平均。

## （二）研究程序

研究二將上述量表彙整並以「生活感受問卷」為標題呈現給參與者，問



卷分為三個部分：第一部分是「同儕相處經驗及感受調查」，包含被同儕傷害經驗調查、「狀態寬恕量表」、「寬恕正向行為量表」；第二部分是「生活與情緒感受調查」，包含「自尊量表」、「同理心量表」、「社會期許量表」；第三部分是基本資料調查。問卷呈現順序與研究一不同之處在於第一部分及第二部分的順序對調，這是為了讓參與者在專注力及作答動機最強的时刻，先進行與寬恕有關之調查。

問卷各題目順序如下：第一部分是先進行同儕傷害經驗調查 5 題，接著以隨機打散方式呈現三向度之「狀態寬恕量表」18 題題目，然後再呈現「寬恕正向行為量表」9 題題目；第二部分「生活感受調查」也是將使用之量表共 22 題以隨機方式呈現；最後則呈現基本資料調查。

問卷施測程序如前所述，以團體不記名的方式實施，作答時間平均約為 15 分鐘。

### 三、研究結果

為達研究目的，因此先針對「狀態寬恕量表」進行驗證性因素分析，接著再進行量表之信、效度檢驗，後續再以  $t$  考驗來檢視不同寬恕程度之參與者在量表得分的差異情形，最後再進行迴歸分析，以了解寬恕態度對寬恕行為的預測力。茲分述如下。

#### （一）驗證性因素分析

本研究使用 AMOS 26 版進行驗證性因素分析，且以最大概似法（maximum likelihood, ML）對「狀態寬恕量表」進行參數估計來了解整體模式適配度。整體模式適配度是依據 Bagozzi 與 Yi（1998）及 Hair 等（2009）主張的絕對適配度（measures of absolute fit）、增值適配度（incremental fit measures）、精簡適配度（parsimonious fit measures）進行評估。

初步考驗得到卡方值過大（ $\chi^2 = 376.036$ ， $p < .001$ ），且結構模型與適配度指標包含 GFI、AGFI、RMSEA、NFI、RFI、IFI、CFI 皆未達適配標準之結果，因此依 Bollen 與 Stine（1992）的建議使用 Bootstrap（拔靴法）來修正卡方值，並釐清卡方值之  $p$  值顯著的原因。本研究藉由 AMOS 內建 Bollen-Stine  $p$ -value correction method 之功能來執行  $p$  值校正（陳裕寬、王正華，2018），以拔靴法進行 2000 次模型估計，結果得到 2000 個拔靴樣本皆優於

原始樣本，且適配結果也沒有和原始樣本相等或較差者。而拔靴法得到的  $p$  值為 .000，故應拒絕  $H_0$  假設，意指拔靴法修正模型卡方值與原始樣本卡方值有顯著差異；換句話說，導致原始模型  $p$  值顯著的原因純粹是受到樣本數的影響，而不是模型設定有問題。本研究模型卡方值遂以拔靴法修正後的模型卡方值來替代，重新計算後的所有模型適配度指標說明如下，驗證性因素分析模式圖如圖 1 所示。

本量表的  $\chi^2 = 167.043$  ( $p < .001$ )，雖然未通過不顯著之適配標準，但經前述拔靴法檢驗， $\chi^2$  為受樣本數的影響，而非模型設定有問題，因此參考其他指標來檢視模式適配與否。結果顯示：(1)在絕對適配度方面，GFI = .925（符合 .90 以上之標準）；AGFI = .903（符合 .90 以上之標準）；RMSEA = .037（符合小於 .08 之標準），三項模式指標適配度皆良好；而 SRMR = .087（接近小於 .08 之標準）；RMR = .168（接近小於 .10 之標準），二項模式指標接近適配；(2)在增值適配度方面，所有指標包含 NFI = .928、RFI = .917、IFI = .984、CFI = .984，皆符合 .90 以上之標準，四項指標之模式適配度皆良好；(3)在簡效適配度方面，PNFI = .801、PGFI = .714，皆符合大於 .50 以上之標準，二項指標之模式適配度也皆良好。前述結果顯示，「狀態寬恕量表」的整體模式適配情形頗為理想，具有整體的建構效度。

## （二）信度分析

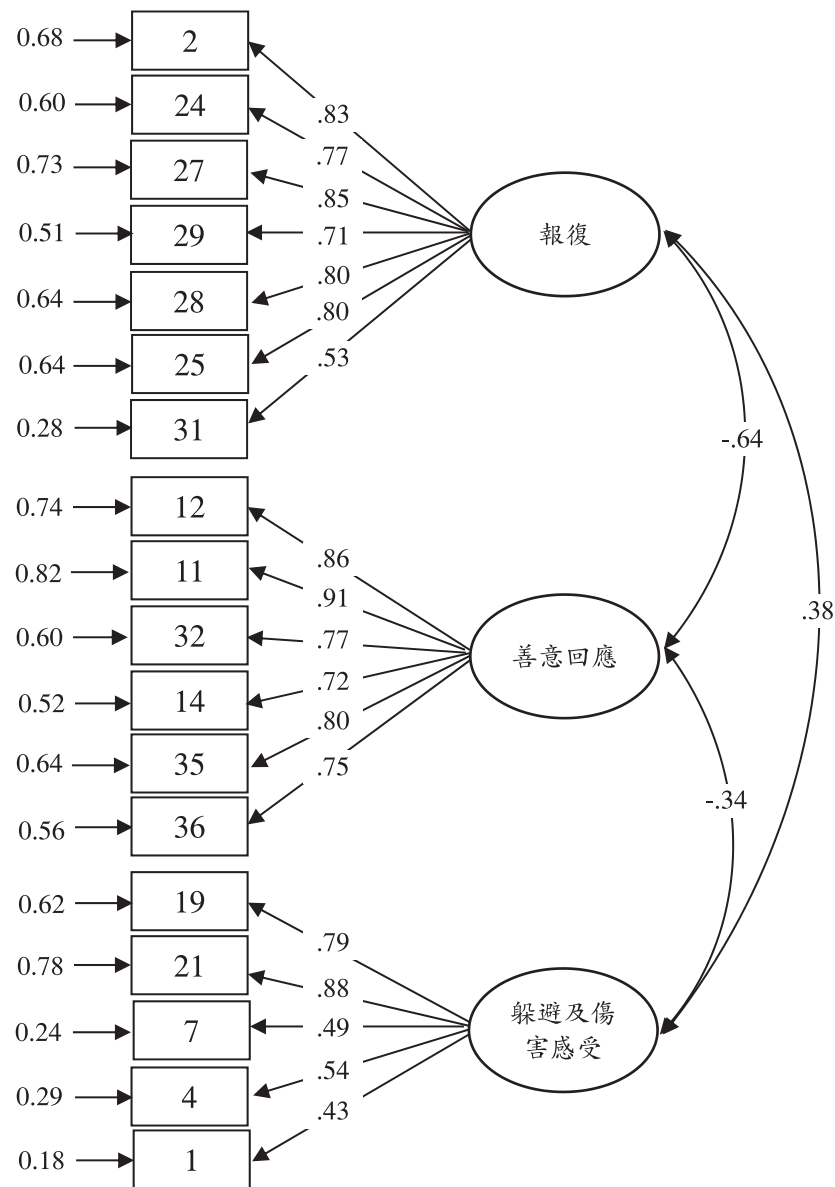
經證驗性因素分析檢驗後，「狀態寬恕量表」共有 18 題，全量表的內部一致性信度 Cronbach's  $\alpha$  為 .91。其中，「報復」向度有 7 題，Cronbach's  $\alpha$  為 .90；「善意回應」向度有 6 題，Cronbach's  $\alpha$  為 .92；「躲避及傷害感受」向度有 5 題，Cronbach's  $\alpha$  為 .77，顯示量表具有良好的一致性信度。

## （三）效度分析

「狀態寬恕量表」除了經過驗證性因素分析考驗建構效度之外，研究二亦以「自尊量表」、「同理心量表」做為檢驗關聯效度使用之工具，並以各量表間的皮爾森積差相關進行分析。

研究結果顯示，「狀態寬恕量表」全量表及「善意回應」向度分別與自尊、同理心、社會期許呈現顯著正相關（相關係數 $r_{(198)}$ 介於 .17 至 .76 之間，

圖 1 「狀態寬恕量表」之驗證性因素分析模式圖



$ps < .05$ )。「報復」向度分別與自尊、同理心呈現顯著負相關(相關係數 $r_{(198)}$ 介於 $-.17$ 至 $.55$ 之間,  $ps < .05$ )，然而「報復」向度與社會期許未達顯著相關。「躲避及傷害感受」向度僅與自尊呈現顯著負相關(相關係數 $r_{(198)} = -.29, p < .01$ )，而「躲避及傷害感受」向度與同理心、社會期許未達顯著相關(如表 5 所示)。前述結果說明了自尊愈高的人，其寬恕冒犯者的程度愈高；而愈傾向同理他人時，寬恕程度也愈高；而社會期許愈高時，寬恕程度也愈高。進一步細分狀態寬恕三個向度與自尊、同理心、社會期許之關係顯示，自尊愈高時，愈不傾向報復冒犯者，善意回應程度也高，也愈不傾向躲避冒犯者，其傷害感受也愈低；而愈同理他人時，也愈不傾向報復冒犯者，對其善意回應程度愈高；而社會期許傾向愈高者，則對冒犯者的善意也愈多。雖然研究一與研究二相關之結果稍有不同，但方向性一致，有可能因樣本數不同所致。但就「狀態寬恕量表」全量表而言，結果是一致的，此結果顯示「狀態寬恕量表」有良好的關聯效度。

此外，「狀態寬恕量表」全量表及「善意回應」向度與效標變項寬恕正向行為呈現顯著正相關(相關係數 $r_{(198)}$ 分別為 $.76$ 與 $.71, ps < .01$ )，而「報復」及「躲避及傷害感受」兩個向度則分別與寬恕正向行為呈現顯著負相關(相關係數 $r_{(198)}$ 分別為 $-.55$ 與 $-.52, ps < .01$ ) (如表 5 所示)。此結果說明，當參與者愈傾向寬恕冒犯者時，即對冒犯者有較多的善意回應，或有較低的報復心理及逃避與傷害感受時，就會對其做出愈多的人際相處之正向行為。

#### (四) 已寬恕者與未寬恕者之區辨

為進一步了解參與者知覺自己對冒犯者的寬恕程度，與其在「狀態寬恕量表」填答結果之差異，以檢視本研究所編製之量表是否能有效區辨參與者的寬恕態度，因此研究二另將所有參與者分為已寬恕及未寬恕兩組，並依其在「狀態寬恕量表」之得分以獨立樣本  $t$  考驗來檢視其差異情形。分組方式是以參與者在同儕傷害經驗調查「您覺得您寬恕他了嗎？」題目的五點量尺(從 1 代表「完全不寬恕」到 5 代表「完全寬恕」)之作答結果為依據，將填答 4 (含) 以上者視為「已寬恕」之參與者；填答 2 (含) 以下者則歸諸為「未寬恕」之參與者。依此方式分類結果，先將填答 3 的參與者 37 人資料剔除，剩餘 163 人，其中已寬恕的參與者有 93 人，未寬恕之參與者有 70 人。

表 5 各量表相關分析摘要表 ( $N = 200$ )

	<i>M</i> ( <i>SD</i> )	「狀態寬恕量表」				寬恕正向行為	自尊	同理心
		全量表	報復	善意回應	躲避及傷害感受			
「狀態寬恕量表」								
全量表	4.14 (0.87)	—						
報復	2.22 (1.01)	-.86**	—					
善意回應	3.93 (1.19)	.83**	-.59**	—				
躲避及傷害感受	3.52 (1.09)	-.67**	.40**	-.31**	—			
寬恕正向行為	2.44 (0.76)	.76**	-.55**	.71**	-.52**	—		
自尊	3.70 (0.89)	.29**	-.17*	.24**	-.29**	.17*	—	
同理心	4.69 (0.60)	.20**	-.17*	.23**	-.05	.07	.39**	—
社會期許	2.78 (0.89)	.17*	-.12	.21**	-.05	.09	.34**	.29**

\*  $p < .05$ ; \*\*  $p < .01$ 

就結果來看，在全量表的得分上，所有參與者 ( $N = 163$ ) 得分為  $M = 4.16$ ,  $SD = 0.91$ ，其中已寬恕參與者 ( $N = 93$ )  $M = 4.59$ ,  $SD = 0.81$ ，未寬恕參與者 ( $N = 70$ )  $M = 3.57$ ,  $SD = 0.70$ 。針對有無寬恕兩組參與者得分進行比較，結果達顯著差異 ( $t_{(161)} = -8.46$ ,  $p < .001$ ,  $d = 1.33$ )，顯示已寬恕者的寬恕態度顯著高於未寬恕者。進一步進行有無寬恕兩組參與者在「狀態寬恕量表」各向度的差異比較，結果顯示，不論在「報復」、「善意回應」、「躲避及傷害感受」三個向度均達顯著差異（報復：已寬恕者  $M = 1.91$ ,  $SD = 0.93$ ；未寬恕者  $M = 2.59$ ,  $SD = 0.99$ ,  $t_{(161)} = 4.48$ ,  $p < .001$ ,  $d = 0.72$ 。善意回應：已寬恕者  $M = 4.51$ ,  $SD = 1.07$ ；未寬恕者  $M = 3.14$ ,  $SD = 1.11$ ,  $t_{(161)} = -7.98$ ,  $p < .001$ ,  $d = 1.26$ 。躲避及傷害感受：已寬恕者  $M = 3.00$ ,  $SD = 1.07$ ；未寬恕者  $M = 4.07$ ,  $SD = 0.79$ ,  $t_{(161)} = 7.07$ ,  $p < .001$ ,  $d = 1.11$ )。而在「寬恕正向行為量表」的得分情形上，所有參與者得分為  $M = 2.42$ ,  $SD = 0.81$ ，其中已寬恕參與者  $M = 2.85$ ,  $SD = 0.68$ ；未



寬恕參與者  $M = 1.85$ ,  $SD = 0.58$ 。針對有無寬恕兩組參與者得分進行比較，結果達顯著差異 ( $t_{(161)} = -9.93$ ,  $p < .001$ ,  $d = 1.57$ )。此結果說明，「狀態寬恕量表」及「寬恕正向行為量表」皆能有效區辨參與者對冒犯者的寬恕態度及寬恕行為。此外，不同寬恕程度的參與者在「自尊量表」、「同理心量表」、「社會期許量表」的得分情形則皆無顯著差異 ( $ps > .05$ )。

### (五) 寬恕態度對寬恕行為之預測力

為了解寬恕態度對寬恕行為之預測效果，研究二與研究一相似，採用階層迴歸方式進行分析，但以寬恕正向行為為研究二的依變項。結果顯示，模式一中的傷害事件發生時間對寬恕行為有負向之預測力 ( $\beta = -.187$ ,  $p < .01$ )，與冒犯者關係滿意度對寬恕行為則有正向之預測力 ( $\beta = .377$ ,  $p < .001$ )。然而，傷害嚴重程度及社會期許對寬恕行為皆無預測力 (傷害嚴重程度： $\beta = -.099$ ；社會期許： $\beta = -.117$ ； $ps > .05$ )。模式二中，在控制傷害事件發生時間、傷害嚴重程度、與冒犯者關係滿意度、社會期許之後，結果顯示自尊及同理心皆無法預測寬恕行為 (自尊： $\beta = .098$ ；同理心： $\beta = .022$ ； $ps > .05$ )。模式三則顯示，在控制傷害事件發生時間、傷害嚴重程度、與冒犯者關係滿意度、社會期許、自尊、同理心後，狀態寬恕對寬恕行為仍然有顯著的正向預測力 ( $\beta = .712$ ,  $p < .001$ ,  $R^2 = .61$ ，淨解釋力  $\Delta R^2 = .39$ )，也就是說，藉由參與者的「狀態寬恕程度」，可以預測其對冒犯者做出「寬恕正向行為」的多寡。

## 肆、討論

依據前述量表發展及研究結果，討論如下。

### 一、量表內容與建構過程

就量表發展而言，本研究不同於國內的寬恕研究大多直接使用國外量表來測量參與者之狀態寬恕程度 (江欣樺，2015；李盛芬，2010；陳芝婷，2020；潘則云，2017；羅凱云，2011)，為了增加寬恕構念的廣度，本研究回顧過去文獻認為，完整的寬恕應同時包含「個人內在的轉變」與「人際之間的轉變」兩個面向。進一步分析發現，Rye 等 (2001)「寬恕量表」及

McCullough 等（2006）TRIM-18 各自包含其中之一，因此綜合前述兩個已具有良好信、效度的量表；同時為了解國內大學生在遭受同儕嚴重傷害後，常會出現的反應與國外量表之異同，再加入實際訪談國內大學生後所獲得的資料，進行量表題目編修。量表建構過程希望能以多向度的角度來了解寬恕態度，使本研究的量表能更適合用來了解國內大學生在遭受特定對象傷害後對其之寬恕態度。

再者，本研究招募的參與者必須是兩年內曾有同儕間傷害經驗的大學生，雖然因為此設定而縮小了研究對象之範圍，但所測量到的結果會是其生活中的真實反應。因此，在量表作答前，先請參與者回想過去被同儕傷害的經驗，然後填答包含冒犯者是誰、傷害嚴重程度等題目。在此過程中，讓參與者重新憶起過往事件及其所引發的感受，這是參與者真實發生過的情況，因此在作答時，也更能貼近其可能出現的實際反應。

## 二、量表具有合宜之信度

「狀態寬恕量表」在研究一與研究二之內部一致性信度皆顯示，全量表 Cronbach's  $\alpha$  在 .90 以上，各向度的信度分別是：報復及善意回應的 Cronbach's  $\alpha$  在 .90 以上，而躲避及傷害感受的 Cronbach's  $\alpha$  也在 .75 以上，此結果足以說明了本量表及其分量表均在信度上有良好的內部一致性。

## 三、量表提供了各類效度之檢視

本研究中可做為量表效度支持的證據說明如下。

### （一）因素分析等檢驗通過建構效度之考驗

「狀態寬恕量表」以 Rye 等（2001）「寬恕量表」、McCullough 等（2006）TRIM-18 為基礎，再加上自編題目所組成，初編共 38 題。量表經研究一以項目分析及相關考驗篩選題目，接著進行探索性因素分析、鑑別度分析來檢視及建構量表之效度。因素分析結果顯示，兩個原量表中共有五個向度的結構，因概念相似的向度彼此被歸類在一起而成為三個向度，例如：Rye 等「寬恕量表」的題目，包含「正向反應出現」及「負向反應消失」兩個向度，經研究一因素分析後，在「負向反應消失」向度裡，部分題目和 TRIM-18 的「報復」向度歸類在一起，與傷害感受有關的部分題目則和

TRIM-18「躲避」向度歸類在一起，而「正向反應出現」向度的題目則與 TRIM-18「善意」向度歸類在一起；因此，因素分析結果得到三個向度，此結果與本研究預期兩個原量表相似向度之題目彼此可以被歸類的結果一致。此外，本量表三個向度的命名方式參考 TRIM-18 的題目類型，但與其不同的是第三向度題目同時包含了躲避與對傷害經驗之感受，因此本量表之三個因素分別命名為「報復」、「善意回應」、「躲避及傷害感受」。

「狀態寬恕量表」中各題在該因素上的因素負荷量皆超過 .54，且各向度間之相關情形在合理範圍內。綜上所述，「狀態寬恕量表」符合建構預期，且各向度之題目具有高度的內部一致性。

再者，研究二以驗證性因素分析進一步檢驗「狀態寬恕量表」之結構，研究結果顯示，整體適配度評鑑的多項指標皆達到標準以上，此結果亦支持了本量表具有良好的建構效度。

此外，本量表提供的 18 題，包含了 Rye 等（2001）「寬恕量表」7 題、TRIM-18 的 8 題、自編題目 3 題。進一步檢視量表 18 題三向度之題目，皆包含了本研究完全寬恕的意涵，亦即同時包含了「個人內在」及「人際之間」兩個面向約各半之題目。再者，檢視本量表三個向度題目與態度之認知、情感、行為傾向三成分的關係，結果顯示，在量表 18 題中，認知面的題目有 6 題，情感面的題目有 7 題，行為傾向面的題目則有 5 題；然而，各向度在態度三成分的題目分布則稍微不平均，例如：報復向度較多認知面及行為面的題目。但整體而言，本量表仍包含了完整的態度三成分之內容。

## （二）與相關變項之關聯符合預期

本研究以「自尊量表」、「同理心量表」、「社會期許量表」來檢驗「狀態寬恕量表」的關聯效度。研究結果顯示，雖然「狀態寬恕量表」三向度與相關變項在研究一與研究二相關之結果稍有不同，但就「狀態寬恕量表」全量表而言，結果是一致的，即「狀態寬恕量表」與自尊、同理心、社會期許有顯著正相關；本研究結果也與過去文獻結果一致，例如：李盛芬（2010）發現自尊愈高的人，其寬恕冒犯者的程度則愈高；McCullough 等（1997）發現愈傾向同理他人者，寬恕程度也愈高；羅凱云（2011）的研究結果也顯示，社會期許傾向愈高者，其寬恕冒犯者的程度也愈高。

另外，研究一及研究二在分別控制傷害事件發生時間、傷害嚴重程度、與冒犯者關係滿意度、社會期許、自尊、同理心等變項之得分後，「狀態寬恕量表」可以預測主觀幸福感及寬恕行為。也就是說，透過參與者的狀態寬恕程度可以預測其主觀幸福感的多寡，以及對冒犯者做出的寬恕正向行為頻率。

上述結果也足以顯示，本研究「狀態寬恕量表」具有良好之關聯及預測效度。

#### 四、量表可以有效區辨參與者是否已經寬恕

為了解「狀態寬恕量表」是否能區辨已寬恕及未寬恕參與者之寬恕態度，因此研究二依參與者在同儕傷害經驗調查「您覺得您寬恕他了嗎？」題目填答結果進行分組，並以獨立樣本  $t$  考驗來檢視其差異。結果顯示，已寬恕和未寬恕的參與者在全量表及三個向度的得分上皆達顯著差異，此結果說明了本量表可以有效區辨有無寬恕參與者的寬恕態度。

#### 五、量表發展過程之相關發現

在量表發展過程及上述研究所得資料中，除了證實本量表具有良好的信、效度，可視為一份有效的測量工具之外，本研究亦有以下發現。

本量表有「報復」、「善意回應」、「躲避及傷害感受」三個向度，其中「報復」和「躲避及傷害感受」各題目以寬恕之反向意涵呈現。就各向度的得分平均數來看，研究一及研究二在「報復」向度的得分頗低（顯著低於六點量尺的中間數 3.5， $p < .001$ ），「躲避及傷害感受」向度的得分則相對較高，接近六點量尺的中間數。這顯示的是，本研究參與者在遭受人際傷害後，對該冒犯者較不會有報復的傾向或動機，但比較傾向會躲避冒犯者，且自身傷害感受也較深。進一步分析研究二之未寬恕者，其在「報復」的得分（ $M = 2.59$ ）顯著低於六點量尺的中間數 3.5（ $p < .001$ ），而在「躲避及傷害感受」的得分（ $M = 4.07$ ）顯著高於六點量尺的中間數 3.5（ $p < .001$ ）。換言之，即使是未寬恕的參與者，他們也傾向比較不會採取報復冒犯者的方式，而是以躲避來因應，其傷害感受也最深。

研究者認為，上述結果可能與華人的文化習性有關。華人較重視他人的觀點，「以和為貴」亦是華人社會所推崇的美德，在面對人際衝突情境時，不習慣直接表達負向感受，且常壓抑隱忍、節制自我情緒（王叢桂、羅國

英，2007）。江文慈（2012）的研究也發現，大學生在處理人際關係時，為了避免場面尷尬、破壞彼此關係，常選擇採取壓抑忍讓的方式。本研究的參與者在面對人際傷害事件後，較不以報復的方式因應，而有較多躲避冒犯者的傾向，這與前述華人的文化習性頗為符合。同儕相處在大學生的生活中占了重要位置，其處理人際關係時，可能顧及他人看法或擔心關係決裂，因而節制自我、避免直接衝突，而克制及隱忍亦使得其傷害感受深刻且持續。這個結果可能與研究二中，社會期許、躲避及傷害感受兩個變項未達顯著相關的結果有關；推測國人因為有許多人在遭受人際傷害時，傾向躲避及感受內傷，或許這個緣故，因此在自陳量表上，就比較不需去迎合別人的意見而不敢（願）陳述，因而導致兩者未達顯著相關，但研究二與研究一的結果並不一致，因此有待後續研究來進一步澄清。

## 伍、結論與建議

本研究之目的在於編製一份「狀態寬恕量表」，用以測量國內大學生在遭受人際傷害後對該冒犯者的寬恕態度，並檢視該量表對主觀幸福感和寬恕行為之預測力。

經相關統計考驗後，「狀態寬恕量表」包括「報復」、「善意回應」、「躲避及傷害感受」三個向度，共有18題。「報復」和「躲避及傷害感受」兩個向度各題僅在計算全量表分數時才反向計分。在參與者開始作答前，請其先回想過去被同儕傷害的經驗，並圈選被誰傷害、事件發生時間、傷害嚴重程度、與冒犯者關係滿意度、自覺寬恕冒犯者程度等題目，然後再填答案表題目。「狀態寬恕量表」作答時間平均約7分鐘。

進一步檢驗狀態寬恕對效標變項主觀幸福感及寬恕行為之預測力，結果顯示，在控制傷害事件發生時間、傷害嚴重程度、社會期許、自尊、同理心等變項後，狀態寬恕仍然可以預測主觀幸福感，亦可以預測寬恕行為。以下針對研究結果提出相關建議。

### 一、量表編製上的建議

本研究「狀態寬恕量表」為「報復」、「善意回應」、「躲避及傷害感受」三個向度，共18題題目，量表三向度題目皆包含了「個人內在」與「人際之間」兩個面向，符合本研究完全寬恕的意涵。雖然本量表具有態度的認



知、情感、行為傾向三成分之結構，但三成分在量表各向度的分布並不平均，因此建議後續研究，在量表各向度發展態度三成分之題目，再進一步檢驗寬恕態度之認知、情感、行為傾向等三面向之結構，並探討此三構面的各自特色。

此外，「躲避及傷害感受」其實包含了躲避和傷害感受兩個不同層面的概念。在題數上，躲避有 2 題，傷害感受有 3 題，且相較於其他兩個向度的內部一致性信度稍微低了一些（Cronbach's  $\alpha$  為 .77）。再者，不論是已寬恕或未寬恕參與者的填答結果皆顯示，國內大學生有較高的躲避及傷害感受，較低的報復傾向或動機，因此建議後續研究，可針對躲避和傷害感受兩個概念各自發展題目，再進一步檢驗大學生在遭受同儕嚴重傷害後，對冒犯者的寬恕態度之各向度分布狀態。

## 二、未來研究建議

本研究在了解大學生對傷害事件冒犯者的寬恕態度，以及寬恕態度與主觀幸福感及寬恕行為之間的關聯，因此未針對參與者的傷害事件內容（例如：霸凌、欺騙、背叛等）進行詳細了解，也未針對影響參與者寬恕決定的因素進行探討。然而，參與者決定寬恕的原因亦可能影響其不同的寬恕程度（林佳苹、孫蒨茹，2017），因此建議後續研究，將影響寬恕決定的因素納入重要變項（例如：事件因素、重要他人意見），進一步探討不同的寬恕決定與寬恕態度的關聯。



## 參考文獻

### 中文部份

- 王怡雅（2014）。寬恕教育方案對國中生寬恕態度、霸凌行為與勇氣之輔導效果研究（未出版之碩士論文）。國立新竹教育大學。
- 王叢桂、羅國英（2007）。華人管理者與情緒智能講師對情緒智能之認知差異。**本土心理學研究**，27，231-298。https://doi.org/10.6254/2007.27.231
- 江文慈（2012）。大學生人際互動情緒表達壓抑的探究。**教育心理學報**，43（3），657-680。https://doi.org/10.6251/BEP.20110107
- 江欣樺（2015）。國小高年級學童親密感與寬恕動機之關係：認知及情感因素的中介效果（未出版之碩士論文）。國立清華大學。
- 吳相儀、陳琬云、謝碧玲（2018）。三十年來的寬恕研究：內涵與測量之回顧。**高雄行為科學學刊**，6，99-129。
- 李盛芬（2010）。青少年寬恕之相關因素及自尊調節效果研究（未出版之碩士論文）。國立彰化師範大學。
- 李新民（2012）。國小學生寬恕與前置、後果變項的關聯。**人文社會電子學報**，8（1），67-104。https://doi.org/10.30134/STOSHSS.201203.0003
- 林文瑛（2017）。書院品德教育發展實驗計畫（科技部補助專題研究計畫成果報告，MOST105-2632-H431-001）。佛光大學。
- 林佳苹、孫蒨如（2017）。重要他人意見對於寬恕決定之影響。**本土心理學研究**，48，3-55。https://doi.org/10.6254/2017.48.3
- 林維芬（2011）。「修訂 Enright 寬恕治療歷程模式」團體介入方案對國小兒童寬恕態度、情緒智力與幸福感之研究。**教育心理學報**，42（4），591-611。https://doi.org/10.6251/BEP.20100209
- 邱皓政（2011）。**量化研究與統計分析**。五南。
- 陳芝婷（2020）。新北市國中生寬恕態度與認知彈性之調查研究（未出版之碩士論文）。國立臺灣海洋大學。
- 陳裕寬、王正華（2018）。**結構方程模型：運用 AMOS 分析**。五南。
- 黃珮茹、林烘煜（2011）。陰柔特質男性態度量表之發展。**測驗學刊**，58（1），87-117。https://doi.org/10.7108/PT.201103.0087
- 楊中芳、趙志裕（1987）。中國受試者所面臨的矛盾困境：對過分依賴西方評定

- 量表的反省。**中華心理學刊**，**29**（2），113-132。https://doi.org/10.6129
- 楊珮（2020）。宜蘭縣國中生親子關係、寬恕及親子衝突之研究（未出版之碩士論文）。國立嘉義大學。
- 董仲薇（2016）。認同確定性與心理健康間的關係：寬恕的調節效果（未出版之碩士論文）。中原大學。
- 劉心筠、翁儷禎、李俊霆（2010）。特徵值大於一方法正確決定因素數目之再探。**測驗學刊**，**57**（2），181-208。https://doi.org/10.7108/PT.201006.0181
- 潘則云（2017）。靈性與身心健康之關係：寬恕與自我分化的中介角色（未出版之碩士論文）。國立屏東大學。
- 蔡孟寧、王倫婷、林烘煜（2015）。情感錯誤歸因程序的自動化反應態度測量檢視。**中華心理學刊**，**57**（3），261-280。https://doi.org/10.6129/CJP.20150202
- 簡晉龍、李美枝、黃曬莉（2009）。幸福之路：雙重自我建構的分流與匯合。**中華心理學刊**，**51**（4），453-470。https://doi.org/10.6129/CJP.2009.5104.04
- 羅凱云（2011）。卸下心中的石頭：自我省察修養觀與寬恕心理之關係（未出版之碩士論文）。國立臺灣大學。
- Enright, R. D., & Fitzgibbons, R. P. (2008)。寬恕治療：解除憤怒與重燃希望之理論與應用（林維芬、張文哲、朱森楠譯）。洪葉文化。（原著出版年：2000）

## 英文部份

- Bagozzi, R. P., & Yi, Y. (1988). On the evaluation of structural equation models. *Journal of the Academy of Marketing Science*, 16, 74-94. https://doi.org/10.1007/BF02723327
- Batik, M. V., Bingöl, T. Y., Kodaz, A. F., & Hosoglu, R. (2017). Forgiveness and subjective happiness of university students. *International Journal of Higher Education*, 6(6), 149-162. https://doi.org/10.5430/ijhe.v6n6p149
- Baumeister, R. F., Exline, J. J., & Sommer, K. L. (1998). The victim role, grudge theory, and two dimensions of forgiveness. In E. L. Worthington, Jr. (Ed.), *Dimensions of forgiveness: Psychological research and theological perspectives* (pp. 79-104). Templeton Press.
- Berry, J. W., & Worthington, E. L., Jr. (2001). Forgivingness, relationship quality, stress while imagining relationship events, and physical and mental health. *Journal of Counseling Psychology*, 48, 447-455. https://doi.org/10.1037/0022-0167.48.4.447
- Bollen, K. A., & Stine, R. A. (1992). Bootstrapping goodness-of-fit measures in structural equation models. *Sociological Methods & Research*, 21(2), 205-229. https://doi.

org/10.1177/0049124192021002004

- Cheng, Y. Y., Chen, L. M., Liu, K. S., & Chen, Y. L. (2011). Development and psychometric evaluation of the school bullying scales: A rasch measurement approach. *Educational and Psychological Measurement*, 71, 200-216. <https://doi.org/10.1177/0013164410387387>
- Crowne, D. P., & Marlowe, D. (1960). A new scale of social desirability independent of psychopathology. *Journal of Consulting Psychology*, 24(4), 349-354. <https://doi.org/10.1037/h0047358>
- DeShea, L. (2003). A scenario-based scale of willingness to forgive. *Individual Differences Research*, 1(3), 201-217.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95, 542-575. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.95.3.542>
- Diener, E. (2000). Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist*, 55, 34-43. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.34>
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction with Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75. [https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901\\_13](https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13)
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125, 276-302. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.125.2.276>
- Doob, L. W. (1947). The behavior of attitude. *Psychological Review*, 54(3), 135-156. <https://doi.org/10.1037/h0058371>
- Eaton, J., Struthers, C. W., & Santelli, A. G. (2006). Dispositional and state forgiveness: The role of self-esteem, need for structure, and narcissism. *Personality and Individual Differences*, 41, 371-380. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2006.02.005>
- Enright, R. D., & The Human Development Study Group. (1991). The moral development of forgiveness. In W. Kurtines, & J. Gewirtz (Eds.), *Handbook of moral behavior and development* (Vol. 1) (pp. 123-152). Lawrence Erlbaum Associates.
- Fazio, R. H. (1990). Multiple processes by which attitudes guide behavior: The mode model as an integrative framework. In M. P. Zanna (Ed.), *Advances in experimental social psychology* (Vol. 23) (pp. 75-109). Academic Press.
- Fincham, F. D. (2000). The kiss of the porcupines: from attributing responsibility to forgiving. *Personal Relationships*, 7(1), 1-23. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2000.tb00001.x>

- Glasman, L. R., & Albarracín, D. (2006). Forming attitudes that predict future behavior: A meta-analysis of the attitude-behavior relation. *Psychological Bulletin*, 132(5), 778-822. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.132.5.778>
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., & Anderson, R. E. (2009). *Multivariate data analysis* (7th ed.). Prentice-Hall.
- Harris, A. H. S., & Thoresen, C. E. (2005). Forgiveness, unforgiveness, health, and disease. In E. L. Worthington, Jr. (Ed.), *Handbook of forgiveness* (pp.321-333). Brunner-Routledge.
- Karremans, J. C., Van Lange, P. A. M., Ouwerkerk, J. W., & Kluwer, E. S. (2003). When forgiving enhances psychological well-being: The role of interpersonal commitment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84, 1011-1026. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.84.5.1011>
- Kraus, S. J. (1995). Attitudes and the prediction of behavior: A meta-analysis of the empirical literature. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 21(1), 58-75. <https://doi.org/10.1177/0146167295211007>
- McCullough, M. E., Hoyt, W. T., & Rachal, K. C. (2000). What we know (and need to know) about assessing forgiveness constructs. In M. E. McCullough, K. I. Pargament, & C. E. Thoresen (Eds.), *Forgiveness: Theory, research, and practice* (pp. 65-88). Guilford Press.
- McCullough, M. E., Pargament, K. I., & Thoresen, C. E. (2000). The psychology of forgiveness: History, conceptual issues, and overview. In M. E. McCullough, K. I. Pargament, & C. E. Thoresen (Eds.), *Forgiveness: Theory, research, and practice* (pp. 1-14). Guilford Press.
- McCullough, M. E., Rachal, K. C., Sandage, S. J., Worthington, E. L., Brown, S. W., & Hight, T. L. (1998). Interpersonal forgiving in close relationships II: Theoretical elaboration and measurement. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75(6), 1586-1603. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.75.6.1586>
- McCullough, M. E., Root, L. M., & Cohen, D. (2006). Writing about the benefits of interpersonal transgression facilitates forgiveness. *Journal of Consulting and Psychology*, 75(5), 887-897. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.74.5.887>
- McCullough, M. E., Sandage, S. J., & Worthington, E. L. (1999). *To forgive is human: How to put your past in the past*. Downers Grove.
- McCullough, M. E., Worthington, E. L., Rachal, K. C. (1997). Interpersonal forgiving in close relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73(2), 321-336. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.73.2.321>

- Pargament, K. I. (1997). *The psychology of religion and coping: Theory, research, and practice*. Guilford Press.
- Pronk, T. M., Karremans, J. C., Overbeek, G., Vermulst, A. A., & Wigboldus, D. H. J. (2010). What it takes to forgive: When and why executive functioning facilitates forgiveness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 98(1), 199-131. <https://doi.org/10.1037/a0017875>
- Rosenberg, M., Schoenbach, C., Schooler, C., & Rosenberg, F. (1995). Global self-esteem and specific self-esteem: Different concepts, different outcomes. *American Sociological Review*, 60, 141-156. <https://doi.org/10.2307/2096350>
- Rye, M. S., & Pargament, K. I. (2002). Forgiveness and romantic relationships in college: Can it heal the wounded heart. *Journal of Clinical Psychology*, 58(4), 419-441. <https://doi.org/10.1002/jclp.1153>
- Rye, M. S., Loiacono, D. M., Folck, C. D., Olszewski, B. T., Heim, T. A., & Madia, B. P. (2001). Evaluation of the psychometric properties of two forgiveness scales. *Current Psychology*, 20, 260-277. <https://doi.org/10.1007/s12144-001-1011-6>
- Seligman, M. E. P. (2002). *Authentic happiness: Using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment*. Free Press.
- Seligman, M. E. P., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55, 5-14. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.5>
- Subkoviak, M. J., Enright, R. D., Wu, C., Gassin, E. A., Freedman, S., Olson, L. M., & Sarinopoulos, I. (1995). Measuring interpersonal forgiveness in late adolescence and middle adulthood. *Journal of Adolescence*, 18, 641-655. <https://doi.org/10.1006/jado.1995.1045>
- Temoshok, L. R., & Chandra, P. S. (2000). The meaning of forgiveness in a specific situational and cultural context. In M. E. McCullough, K. I. Pargament, & C. E. Thoresen (Eds.), *Forgiveness: Theory, research, and practice* (pp. 41-64). Guilford Press.
- Thurstone, L. L. (1931). The measurement of social attitudes. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 27, 249-269. <https://doi.org/10.1037/h0070363>
- Weiner, B. (1995). *Judgments of responsibility: A foundation for a theory of social conduct*. Guilford Press.
- Wicker, A. W. (1969). Attitudes versus actions: The relationship of verbal and overt behavioral response to attitude objects. *Journal of Social Issues*, 25, 41-78. <https://doi.org/10.1111/j.1540-4560.1969.tb00619>
- Worthington, E. L. (Ed.). (2005). *Handbook of forgiveness*. Routledge.
- Worthington, E. L., Hook, J., & Utsey, S. (2007). *Decisional and emotional forgiveness:*

*Conceptualization and development of self-report measures.* Presented at Positive Psychology Summit, 2007, Washington, DC.

Worthington, E. L., Jr., Witvliet, C. V. O., Pietrini, P., & Miller, A. J. (2007). Forgiveness, health, and well-being: A review of evidence for emotional versus decisional forgiveness, dispositional forgivingness, and reduced unforgiveness. *Journal of Behavioral Medicine*, 30(4), 291-302. <https://doi.org/10.1007/s10865-007-9105-8>