

## 污名现象及其心理效应\*

张宝山<sup>1,2</sup> 俞国良<sup>3</sup>

(1 中国科学院心理研究所, 北京 100101) (2 中国科学院研究生院, 北京 100049)

(3 中国人民大学心理学研究所, 北京 100872)

**摘要** 污名本质上是一种消极的刻板印象, 是社会对某些个体或群体贬低性的、侮辱性的标签, 对被污名者有着深刻的影响。文章从三个方面对污名的相关研究做了简要的回顾。首先介绍了几种污名的相关定义; 然后介绍了污名的心理效应, 包括污名他人的功能, 污名对群体和个体的影响, 以及社会公众对污名的态度和应对过程; 第三介绍了两个污名研究的主要领域: 一个是污名群体知觉、应对歧视规律的污名歧视研究, 另一个是可隐匿污名的相关研究, 如隐匿污名的心理过程, 隐匿的情绪反应以及揭示污名的心理意义等。最后, 提出了未来研究的几点展望, 可隐匿污名的相关研究, 内隐社会认知研究和消除污名消极影响的干预研究。

**关键词** 污名, 心理效应, 污名歧视, 隐匿污名。

**分类号** B849:C91

污名本质上是一种消极的刻板印象, 对被污名者有着深刻的影响, 是一种广泛的社会现象, 它经常与较差的精神健康水平、生理疾病、学业失败、较低的社会地位、贫穷以及较少的住房、教育和工作机会相联系<sup>[1]</sup>。被污名者经常会遭到社会主流群体的厌恶、歧视和回避, 甚至排斥, 给被污名者的日常生活、社会交往带来了诸多的不便。20世纪60年代, 心理学者开始关注污名这一特定的社会心理现象, 对污名的研究也逐渐深入, 尤其是最近20多年来, 出现了大量有影响、有价值研究成果, 污名研究也扩展到了认知、情感、和行为等领域, 揭示了很多污名群体独特的心理规律, 为人们理解污名、消除污名的消极影响提供了理论和实践的依据。

### 1 污名的概念

“污名”(stigma)一词最早来源于古希腊, 是一种身体标记。这种标记是刻在或烙在某些人的身上, 表示带有这种标记的人是不受欢迎的, 需要回避和远离。1963年Goffman将污名引入到心理学的研究领域, 他将污名定义为个体的一种不被信任和不受欢迎的特征, 这种特征降低了个体在社会中的地位, 使他从一个完美的、有用的个体变成了一个

有污点和丧失了部分价值的人, 污名是社会对某些个体或群体贬低性、侮辱性的标签<sup>[2]</sup>。

在Goffman之后, 又出现了很多相似的定义, 都认为污名是个体所具有的一种不受欢迎的特征, 它与特殊外表、行为或者群体身份相联系, 并存在于特定的场合或情况(如吸毒者、艾滋病、同性恋、残疾等)中。与这些定义的视角不同, Kurzban等从进化论的角度提出了另一个污名的定义。他们认为, 为了避免潜在的缺陷伴随群体生存, 人们已经进化了认知适应能力, 允许他们将具有(或者相信具有)某些特定特征的人排斥到他们的群体之外, 即污名化。这些认知能力为人们避免结交卑劣的社会交往伙伴、加入合作性的团体(目的是为了群体间的竞争和剥夺)、回避与带有群体寄生特征的个体接触提供了可能。污名化是人们为了种族的生存长期进化的必然结果<sup>[3]</sup>。

这些定义普遍存在着一些问题和不足, 如过于强调了污名发生情境性和理解视角的特定性(如分别从心理学、社会学、人类学的角度理解污名), 限制了这些定义的推广; 另外, 最重要的一点不足是不够科学和严格, 过于关注个体, 忽视了影响个体的社会文化背景和过程。

针对这些局限, Link等人重新定义了污名的概念。他们认为, 当下面5个相关的成分同时出现时, 污名就存在了: 第一, 人们区分并标签人类的差异;

收稿日期: 2007-04-22

\*国家自然科学基金(项目号: 30570614)资助。

通讯作者: 俞国良, E-mail: yugllxl@sina.com

第二,主流文化的观念将被标签人与不受欢迎的性格特征(即消极的刻板印象)相联系;第三,主流群体为了在一定程度上把“我们”从“他们”中分离出来,将被标签的人置于独特的类别中;第四,被标签的人经历着不公平的处境,丧失了地位和遭到了歧视;最后,被污名的程度完全视社会、经济和政治权力的可得性而定,只有一个群体有足够的力量来左右公众对另一个群体态度的时候,污名才会存在。因此,“我们用的污名是指在一个允许污名各种成分显露的社会情景中,贴标签,刻板印象,地位丧失,和歧视同时发生的情况<sup>[4]</sup>。”这一定义清晰地指出了污名现象中包括的各种群体以及他们的地位和关系,考虑到了社会文化在污名发生中的作用,完整地阐述了弱势群体被污名的过程,克服了以往关于污名定义的种种不足,使人们对污名的理解向前迈进了一大步。鉴于这些优点,这一定义得到了广泛认可。

## 2 污名的心理效应

### 2.1 污名他人的功能

有很多学者从不同的角度论证了污名他人的功能。Turner认为污名化是一个为了突出自己心理上的优势地位而对他人进行毁誉的过程<sup>[5]</sup>。从这个角度看,污名化是由于维持高自尊或者积极社会认同的需要而诋毁他人的特殊形式的社会比较;与这一看法相似,Crocker等认为污名他人具有以下几种功能:(1)提升他们的自尊心,获得个人的优越感;(2)增强他们对自己群体的认同感;(3)使他们认为特定的社会、政治、经济地位是合理的<sup>[6]</sup>。

这些观点清楚地阐述了污名他人的功能,很好地解释了污名发生的原因,但是这些观点以及基于这些观点的推论并没有得到实验支持。究其原因,可能是不同的文化背景下主流群体对弱势群体有着不同的影响,污名其他群体的目的不同;也可能不同的污名群体都有自己的独特特点,主流群体与各污名群体发生作用的规律各不相同,污名各个弱势群体的方式和途径也存在着很大的差异。

### 2.2 污名对个体的影响

首先,对个体应对方式的影响。Major等认为情境线索、个体污名身份的集体表征和个人的信念、动机联系在一起,个体为了心理和谐(well-being)就要对污名相关情境进行评估。当与污名相关的情境线索被评估为对个体的社会身份有危害并且超出个体应对资源时,身份威胁就发生了<sup>[1]</sup>。个体通过

各种方式应对身份威胁,主要表现在3个方面:

(1)将消极的事件归因于歧视或归因于自己。当污名群体成员遭遇消极结果时,他们可能会将结果归因于歧视。歧视归因可以维护自尊,但同时它也暗示了个体的社会地位,反而更加伤害自尊。因此,在更多的时候个体会将消极事件归因于自己。

(2)在身份威胁的领域停止努力或者继续奋斗。被污名者面对身份威胁的领域时可能会停止努力,如表现出性别消极刻板印象的女被试会在一个非常难的测验中放弃数学问题,而尽量选择完成与词汇有关的问题<sup>[7]</sup>;或者会贬低他们群体消极刻板印象的领域对他自身的价值,降低这些领域对自我价值的重要性。另外,还有一种积极地应对方式,即在有价值的社会领域更加努力,对自己不足的领域加以补偿。

(3)增加对自己所属群体的认同或者远离这一群体。污名群体的成员通过接近或者更加认同他们的群体来应对身份威胁。Branscombe等人认为,群体认同使个体对知觉到的偏见反应更强烈。应对偏见的行为也能增强对群体身份的认同,部分弥补了知觉到的偏见对个体自尊的消极影响<sup>[8]</sup>。尽管证据表明,偏见知觉的反应中,群体认同可能是一个有效的应对策略,但是群体认同也带来了更多的消极影响。例如,妇女知觉到的对妇女普遍的歧视越多,他们自我概念中关于性别的核心成份就越多,但是他们作为女人的自豪感就越少。

其次,对自尊的影响。污名内化了社会上大部分人所持的消极观念。由于这些观念,污名群体的自尊水平可能会较低。非污名群体成员的自尊要高于污名群体成员。但是这一观点并没有得到所有研究的普遍认可。

Crocker等的研究表明污名群体成员的自尊水平与主流群体成员之间没有显著的差异。为什么污名群体成员的自尊并非如预期的那样低于非污名群体呢?Crocker认为可能存在3个方面的原因:(1)在社会交往中,个体将消极的反馈归因于其他群体的偏见;(2)进行社会比较的时候,个体与群体内的其他成员进行比较而不是与优势的主流群体成员进行比较;(3)个体自我价值保护的选择性被激活,使污名群体成员有选择地贬低他们群体表现很差的领域,同时高度评价他们群体优势的领域<sup>[9]</sup>。

第三,对学业成绩的影响。污名和非污名群体的成员在学业成就上有着明显的差异。这一差异形

成的一个主要的原因是污名群体成员长期从智力成绩中分离出自尊。研究表明,自尊和学业成绩的相关在非裔美国学生中随着时间地变化有所减弱,欧裔美国学生的自尊受到智力测验成绩反馈的影响,非裔美国学生却不存在这一现象,这表明后者在心理上从测验反馈中分离出了他们的自尊。当他们种族特征很明显的时候,非裔美国人很容易从他们测验反馈中分离出他们的自尊<sup>[10]</sup>。长期否认学习对自己价值的重要性,最终会影响污名群体学生的学校成绩。

最后,对健康的影响。与非污名群体相比,污名群体成员有着很多的心理和生理问题,如抑郁、高血压、冠心病。例如,非裔美国人寿命比较短,婴儿的死亡率较高,心脏病的发病率也很高,等等。这些问题的出现与污名群体遭受的歧视密切联系,Harrell认为通过将污名群体置于有害的身体、社会环境和限制他们获得高质量的医疗和营养,歧视直接影响着污名群体成员的健康<sup>[11]</sup>。

## 2.3 社会公众对污名的反应

### 2.2.1 对污名的外显态度与内隐态度

外显态度和内隐态度是两个相互独立的系统。它们分别代表着人们不同的心理过程。外显态度是人们能够意识到的,并受到意识的控制;内隐的态度不受意识控制,它反映着意识控制之外人们的真实想法。当个体由于关注能否受到社会的欢迎,不想报告消极的评价或者偏见存在于意识控制之外时,就会出现内隐态度和外显态度的分离。

目前人们对污名群体内隐态度与外显态度关系的研究还不是很多,也没有得到一致的结果。一种观点认为内隐态度和外显态度毫不相关。如Bessenoff用词汇决策任务的方法测量了被试对肥胖的外显态度和内隐态度,结果表明对肥胖的内隐评价预测了被试选择坐在肥胖女人边上的距离,然而外显的态度却不能预测这一行为<sup>[12]</sup>;另一种观点认为内隐和外显态度存在着很强的相关,两者可能都反应一种态度倾向,但它们还是态度结构的两个独立成分。例如,研究表明,恐惧蜘蛛的被试对蜘蛛内隐和外显的态度都能单独地预测对蜘蛛的回避行为<sup>[13]</sup>。

Teachman等人用自我报告和内隐联想测验的方法测量一个大学生群体以及同时测量精神病群体和正常人口群体对精神病和普通的身体疾病的外显态度和内隐态度。结果表明正常人样本对于精神病人

有着“无助的”和“值得责备的”消极的内隐态度和信念;更有趣的是,精神病人也有着精神病人是“无助的”消极内隐态度和偏见,但精神病人很少将自己和精神病相联系。这可能是由于为了早日恢复健康,精神病人必须使自己远离他们精神病标签;也可能是精神病人将自己和医院中的其他病人比较,认为自己疾病比较轻;还可能是由于与身体疾病比较的情境造成的,媒体宣传认为精神病是由于生理的原因引起的,可能使精神病人认为他们的精神病和生理疾病是一样的<sup>[14]</sup>。

由于媒体、网络、教育和政府等机构对平等的强调和宣传,渐渐地改变了人们对污名群体的外显态度。在自我报告的测量中,人们会有意识控制自己的偏见而做出社会认可的反应,但是这并不代表着人们彻底地改变了他们对污名群体的态度。在意识控制之外的内隐测量的指标中,大部分人还是表现出了对污名群体带有偏见的观念和态度。由于内隐态度是不受意识控制的、自动化的,因此对人们的有着强大的影响力,甚至当个体想成为一个平等主义者的时候,自动化地对污名群体的偏见也能够影响个体反应。有丰富的证据表明极力反对歧视污名群体的人也存在着反对各种边缘群体的内隐偏见。内隐的指标比外显的指标能更准确、可靠的反映人们的真实态度。

### 2.2.2 公众对污名的反应过程

在现代社会,回避是人们对污名的一个即刻反应。身体的接触或者甚至接近被污名者似乎都能导致某些形式的污染。尽管如此,人们对污名者的反应不一定是消极的,甚至在某种条件下,人们对污名的反应比非污名还积极。这一有趣的现象受到了许多研究者的关注。

有研究表明,人们对残疾人同时存在着积极的和消极的反应。当要求教给坐在轮椅上的人折纸的时候,个体表现出两种不同的行为模式:他们对残疾人印象的口语报告是非常积极的,但却表现出了很多的焦虑和回避行为。Hebl认为言语是控制过程的产物,反映着人们有意识的一种善良的反应形式;非言语行为是自动化的,反映了一个潜在的对污名个体的消极情感状态<sup>[15]</sup>。

研究者发现在大量社会认知现象中都存在两个心理过程。Pryor等认为人们对污名反应包括反射(Reflexive)过程和规则控制(Rule-based)过程。反射过程既包含了本能的反应,也包含在后天学习

中获得的自发反应；规则控制的过程包含着反思或沉思的反应。人们思考他们是否要避免一个污名个体时，如果反射系统已经产生了一些对污名即时的情绪反应，他们随后将思考情绪的适宜性，最终的反应将受到规则控制过程的调节<sup>[16]</sup>。

Pryor等研究结果支持了这一模型的预测。在实验中，首先使被试相信将要有一个“信任散步”的活动，在这个活动中很可能要和有污名的人有一些身体上的接触。然后要求被试在一个计算机屏幕上将自己的照片与有简要介绍的污名者的照片移动到一个合适的位置来表明被试对这些人的感觉。每隔500ms计算机自动记录被试照片与刺激照片之间的距离。结果表明在时间维度上厌恶性和回避在最初的3秒关系最强，随后被试为了表现出没有偏见，将自己与有污名的人移得更近。这一结果支持了反射/规则控制过程模型预测<sup>[16]</sup>。

这些研究表明人们在对有污名的人进行反应时，人们存在着两种过程，一种是无意识的或者说受意识控制较弱的，一种是受意识控制的。在与污名者接触的最初阶段无意识的过程使被试产生本能的回避反应，随后为了表现得没有偏见，意识控制的过程开始调解反应，减弱回避反应的倾向。

### 3 污名的相关研究

#### 3.1 污名歧视的研究

##### 3.1.1 个体怎样知觉歧视

对于污名群体怎样知觉歧视，当前有两个比较有影响的理论主张：

第一个是污名群体成员所面临的归因模糊性。

Crocker和Major认为污名群体的成员经常要遇到对消极事件归因的模糊性。当优势群体对污名群体做出消极反馈时，归因的模糊性就发生了。他们通常可以做出两种归因，一种是歧视归因，将消极的反馈归因于遭到了歧视；另一种是自我归因，即将消极的反馈归因于自己的能力或特点。Crocker等强调尽管这一模糊性本身使污名群体成员不安，但它也给他们提供了自我保护的机会。歧视归因在失败的时候起着维护自尊的作用。由于原因的模糊性，为了保护自尊，污名群体更可能将消极的结果归因于歧视<sup>[9]</sup>。

第二个人/群体歧视差异理论。当要求劣势群体成员在两个水平上（个人水平和群体水平）回答关于歧视的问题时，个体一致的评价他们群体受到很高的歧视，而作为群体中的一员，他们自己却

很少受到歧视<sup>[17]</sup>。根据个体/群体歧视分歧我们可以假设污名群体成员在得到消极反馈时会倾向于回避歧视归因。这与归因模糊的观点相矛盾。

为了解释这一分歧，Ruggiero用一个实验来验证女性、黑人和亚洲人被试是怎样知觉歧视的。在实验中，要求被试完成个人未来职业成功可能性测验并告诉被试一个测验鉴定专家将要对他们的测验成绩进行评价。然后，告诉被试他们可能受到歧视的概率信息，即在不同的条件下，分别告诉被试这个专家歧视被试的可能是100%，75%，50%，25%，0%。实验的下一个程序是当被试得到测验成绩的消极反馈后，要求他们回答他们测验的失败在多大程度上是由于自己答案的质量或是由于歧视造成的，最后要求被试完成自尊和控制感的测量。其中自尊的测量包括成绩自尊和社会自尊；控制感的测量包括成绩知觉控制（来评估个体在多大程度上感觉应该为他们的成绩负责）和社会知觉控制（多大程度上的成绩是由于社会方面的因素造成的）。

结果表明，被试只有在歧视线索非常明确的情况下才会做出歧视的归因，当歧视的线索很模糊的时候，个体倾向于减少歧视归因。此外，少数被试将歧视知觉为一个失败的原因，保护了他们的成绩自尊；其他个体则同过减少歧视归因，保护了他们的社会自尊和维护了自我控制知觉。这些结果表明自尊和自我控制知觉可能是影响歧视知觉的因素。与对歧视的高度警惕相比，减少歧视归因可以带来更多的益处：虽然，污名成员可以通过将消极反馈归因于歧视来保护他们的成绩自尊，但是通过减少歧视归因，成绩自尊暂时受到的威胁会被知觉的提升的社会自尊所补偿；同时，当污名个体减少歧视归因时，他们对生活中的社会事件和成绩事件维持了控制，增加了对未来结果有效控制的信心<sup>[18]</sup>。

这一研究结果解决了归因模糊性和个人/群体分歧理论的矛盾，即只有在遭到歧视线索非常明确的时候，个体才会做出歧视归因，否则，个体更倾向于将失败的结果归因于自身。这些研究结果在帮助人们有效地理解污名群体怎样知觉歧视、影响歧视知觉的各种因素以及个体为什么减少歧视归因等，有着重要意义。

##### 3.1.2 污名群体如何应对歧视

前面的研究不能说明实验中被试报告的结果是由于被试没有知觉到歧视造成的，还是知觉到了歧视但不愿意报告歧视造成的。在明确地知觉到歧视

时, 个体会如何反应呢? 有两种观点对这一问题进行了假设:

一种观点认为由于自我表现的需要, 个体在公众的场合会减少或否认自己的失败是由于遭到了歧视。很多研究表明, 在公共场合说自己被歧视的个体是不受欢迎的, 因此, 个体为了维护一个良好的社会形象, 不能将自己失败归因为遭到了歧视<sup>[19]</sup>。这一观点认为个体知觉到了歧视, 但是不愿意报告歧视。

另一种观点认为由于控制的需要, 个体在遭受歧视的时候也会尽量减少歧视的归因。个体将失败归于自己的因素, 就允许个体维持个人控制感, 来表明只要自己再增加努力就可能改变消极的结果。如果做出歧视归因则意味着个体不能控制未来的结果, 个体就失去了改变消极结果的机会<sup>[18]</sup>。这一观点假定个体确实没有知觉到歧视, 所以不会报告歧视。

这就出现了一些问题, 个体在明显的知觉线索下是否知觉到了歧视? 影响歧视报告的因素是什么? Sechrist等人的实验解决了这些问题。在实验中, 他们将女被试的控制感(高控制感和低控制感)、报告歧视知觉的场合(公共报告和私下报告)以及报告歧视的对象(对自己和对他人)作为自变量, 来检验在明显的歧视线索条件下, 这些变量对被试报告歧视知觉的影响。结果显示在公共场合, 对于给出的消极反馈, 被试对自己很少做出歧视归因, 而对他人则更倾向做出歧视归因; 但是在私下的报告场合无论是对自己还是对他人被试都做出了歧视的归因。控制感方面, 高控制感的被试倾向于将消极结果归于评分者的歧视。这说明控制的需要没有引起歧视归因的回避, 相反却增强了歧视归因<sup>[20]</sup>。这一研究说明了没有报告歧视并不代表没有知觉到歧视, 报告场合影响了被试做出歧视报告的行为。在公共的场合个体为了受到欢迎, 维持自己一个良好的形象, 宁愿将明显的歧视归于自己的能力不足; 但是, 为了表现得对自己所属群体的认同和忠诚, 将他人获得的消极反馈归因于歧视。在私下报告的场合则不存这一对他人和对自我的归因差异, 这些证据表明, 无论被试是否报告遭到了歧视, 他们已经知觉到了歧视的存在。

关于控制感对歧视归因的影响与Ruggiero的结论不同。产生这一分歧的原因可能是由于两个实验情景不同造成的。在Ruggiero的实验情境中, 由于

歧视线索的模糊性, 被试可能确实没有知觉到歧视, 而在Sechrist的实验情境中, 被试明确地知觉到了歧视, 知觉到与没有知觉到歧视必然会对控制感与歧视知觉的关系造成一定的影响。

### 3.2 可隐匿污名的相关研究

近来, 研究者对于可隐匿污名的群体投入了较多的关注。由于可以隐匿自己的污名, 个体可以避免偏见和歧视, 使个体能以“正常”的形象进行日常生活和交往。然而社会情景的模糊性与潜在被发现的可能性使有可隐匿污名的个体也面对着强大的心理压力和挑战。隐匿污名对个体的认知、情感和行为有着明显的影响。

#### 3.2.1 隐匿污名心理过程的研究

在日常的交往中, 污名群体成员经常会遭遇消极的社会后果, 这些消极的社会后果最终会引发消极的自我知觉。为了避免偏见和歧视, 有着可隐匿污名的人们可能会有意识地去隐匿污名。Goffman认为当隐匿污名的个体和非污名的个体同时出现在一个相同的情境中时, 隐匿性是理解污名个体在复杂社会交往中的体验的关键<sup>[2]</sup>。

秘密的思想占据模型(Preoccupation Model of Secrecy)认为, 保守秘密会激活一系列的认知过程, 这些认知过程引起对秘密注意的强迫性集中。这是因为: 首先, 要保守秘密就要压抑与秘密相关的想法, 想法压抑最初可以成为保守秘密的一个有效的方式; 其次, 要对突然进入意识的与秘密相关的想法进行压抑, 而尝试压抑一个想法的结果是更有可能产生这一想法, 很多与秘密相关的想法就会自动的冒出来, 这会引起来对与秘密相关想法压抑的重新尝试; 最后, 在对彼此进行反应时想法压抑和想法冒出循环发生, 造成了对秘密持续的注意<sup>[21]</sup>。

秘密的思想占据模型在理解隐匿污名者人际交往中的体验是非常有用的。当个体有着可隐匿的污名, 并且把这个污名当作一个秘密努力去隐匿时, 个体会更容易获得与污名相关的想法。同时, 在保守污名秘密过程中压抑与污名相关想法也可以产生许多效应, 如相关想法闯入意识、投射行为等。

Smart等的研究系统地揭示了隐匿污名的心理过程及相关的效应。研究采用角色扮演的范式, 要求有进食障碍(ED)和正常的女大学生(NED)或是扮演成ED或是扮演成NED参与一个访谈, 共构成4种访谈条件。其中, 真实ED扮演ED为被试暴露污名的条件, 真实ED扮演NED为隐匿污名条件, 其他

两种条件为控制条件。访谈过程中进行投射测验(词汇完成任务),访谈结束后测量被试ED相关想法出现的倾向程度。结果表明,隐匿污名的被试报告出更多的隐秘性,有更多的ED想法压抑和ED想法闯入意识以及有明显地将ED相关的想法投射到其他人的倾向<sup>[22]</sup>。

Santuzzi等同样使用角色扮演的范式检验了在交往中隐匿污名对自我认知和元认知的影响。他们要求女被试扮演成女同性恋者,参与一个访谈。在访谈中或者要求被试在适当的时候揭露自己扮演的角色(揭露条件),或者要求被试在整个访谈过程中一直隐匿着自己的角色(隐匿条件)。结果发现揭露污名比隐匿污名有更多的对自我知觉的关注、消极态度归因的元知觉和更多的对主试恶毒归因的倾向<sup>[23]</sup>。

以往的理论和实验研究从不同的侧面证明,在交往中个体由于隐匿污名,应用了大量的心理控制,造成了个体的元认知和自我监控水平的提高和其他心理过程一系列复杂的变化。这些变化使隐匿的心理过程变得异常复杂,大量的认知资源也被占用,严重影响了其他心理过程,如:个体的情绪情感体验、认知技能操作等。但是,目前的研究还没有揭示隐匿污名者在社会交往中的所有心理规律,未来还需更多研究者涉足这一领域,更全面、更系统地揭示隐匿污名个体独特的心理体验。

### 3.2.2 隐匿与情绪反应

保守污名秘密可以使个体避开可能的消极评估和拒绝,但也会使个体过多的回避社会交往情境,引起他们的消极情感体验,如孤独、害羞、和社交焦虑等。

隐匿污名可能带来很多的情绪、行为问题,如隐匿同性恋身份的男同性恋报告出更多的沮丧和较低的心理幸福感<sup>[24]</sup>。隐匿心理治疗史的个体可能有相似的情绪压力体验,避免暴露相关信息和揭示心理病史的个体都有较高的无助感、无望感、焦虑和思想困惑<sup>[25]</sup>。Frable等在一个历时11天的研究中,要求被试在他们一天中5个固定时间里填写问卷,测量被试即时自尊和情感,同时要求被试描述那个时刻在哪里、和谁在一起、正在做什么。通过对11天中55个报告结果比较发现,与其他研究结果相类似,隐匿污名(同性恋、进食障碍、低收入家庭)的个体报告出较低的社会信心、较高的焦虑、较高的抑郁、较低的自尊和较多的消极情感;另外,结

果还表明隐匿污名个体在与其他相似个体交往的时候有着更多积极情感体验,这可能是其他相似个体的出现减少了隐匿污名个体的独特感和孤独感,他们提供了关于群体身份的积极态度<sup>[26]</sup>。

Rowley等认为群体能够提供情绪的、信息的和工具的支持,确认个体的社会知觉,认同个体的特征和提供归属感。在污名的群体中,群体认同和自尊呈显著的正相关<sup>[27]</sup>。隐匿污名的个体,一直将自己的污名作为一个秘密加以保守,其他的相似个体不能发现自己,自己也不能发现其他具有同样特征的个体,所以在社会生活中他们很难找到自己的同伴,失去了和其他人比较的机会,也就失去了获得群体为他们提供各种支持的机会;同时,隐匿污名使个体不能了解公众对他们污名的真正态度,更不可能知道很多人并不会因为他们的污名而歧视他们,这就阻止了个体获得积极体验的机会,这也许也是导致隐匿污名个体消极、沮丧的另一个原因。

### 3.2.3 揭示污名的心理意义

隐匿污名要经历激烈的心理斗争,付出重大的心理代价,严重影响了个体的情绪状态,甚至可以影响到个体的正常生活。在长时期隐匿污名带来的心理压力下,必然会引起个体对揭示自己污名的渴望。那么,是不是揭示污名身份就一定会带来积极的效果呢?研究表明,对于不同的群体,揭示污名有着不同的结果。对于大多数群体,揭示隐匿的污名会带来积极的效果。但对于少部分群体不但不会带来积极的效果,很可能会有更多的麻烦,如HIV个体。

隐藏HIV阳性污名要经历情绪上的压力,然而揭示HIV身份,则意味着个体可能要体验拒绝、侮辱或暴力带来的心理压力。在不同种族HIV阳性个体的研究中,没有对自己的性伴侣揭露自己HIV特征的个体比那些揭示这一信息的个体表现出更多的情绪压力。在心理健康量表中没有揭示HIV特征的被试有较高的神经质、言语焦虑、敌意和恐惧焦虑体验<sup>[28]</sup>。另一个在法国开展的研究中,HIV阳性的被试中,揭示信息的被试报告说为了逃避压抑自己身份关键信息所带来的不能忍受的心理压力,他们揭示自己的信息完全是一种自愿的行为。但是,揭示自己污名信息的被试也报告说在揭示自己的HIV信息之后,他们仍然有着强烈的焦虑感、不适感和悲伤感<sup>[29]</sup>。

因此,针对不同群体,揭示污名相关信息不一

定都会带来积极的效果。也许,对于某些群体来说,当承受不住巨大的隐匿关键信息带来的心理压力时,揭示自己的隐匿信息会成为暂时缓解心理压力的一个有效方式,但是从长期的效果看来,揭示自己隐匿的信息也许会付出巨大的代价,揭示未必是一个明智的选择。当然,在什么样的情境中、对什么人揭示污名信息也会影响揭示的效果。

#### 4 小结与展望

自从 Goffman 的首次将污名引入到心理学研究领域以来,研究者对污名投入了越来越多的关注,也取得了丰富的研究成果。伴随着心理学研究方法的发展和新的研究领域的出现,尤其是内隐社会认知研究的兴起,污名研究在研究群体、研究方法、研究领域上也有了很大的突破。现在关于污名的研究已经包括了认知的、情感的和行为的几乎所有心理层面。同时,在污名的维度上从可见污名扩展到了可隐匿污名,对污名态度的研究从外显的研究扩展到了内隐的研究,对污名者的反应从静态的研究扩展到了动态的研究。未来污名的研究将集中在以下几个方面。

##### 4.1 可隐匿污名的研究仍将是未来研究的热点

Pachankis 认为隐匿污名未来的研究可以在以下几个方面加以深入和拓展。

第一,未来的研究要关注隐匿污名与个体所经历的每个心理层面(认知、情感、行为、自我评价)的特定成分(强迫集中注意、焦虑、回避、低自我效能)之间的关系。例如,研究者可以验证个体隐匿污名时是否有较高的自我监控水平。

第二,当前研究很少同时包括可见污名群体和隐匿污名群体的直接比较,同时由于操作污名可见与否比较困难,研究者不能明确地指出哪一个结果是隐匿污名个体所特有的。因此这一领域需要应用更多创造性的设计来检验隐匿污名对个体独特的心理意义。

第三,隐匿污名的消极心理结果可能会影响身体健康。很多研究都表明隐匿污名将损害身体健康,而缓解隐匿信息带来压力和焦虑,揭示创伤的体验或隐私可以改善健康水平。因此,未来的研究可以致力于揭示或证明隐匿污名不仅需要许多心理资源也会损害身体健康<sup>[30]</sup>。

##### 4.2 污名内隐认知是另一研究热点

无论是社会公众对污名群体的态度还是污名群体对社会公众的态度都会受到社会主流观点压力的

影响,进而影响行为的预测。内隐社会认知研究技术解决了这一问题。作为预测行为更加准确和有效的指标,内隐指标有着外显指标所不能匹敌的优势。尽管内隐态度和外显态度与行为之间的关系还没有得到一致的结论,但是内隐态度更能预测人们未来的行为这一观点已得到普遍认可。这一点对污名态度的研究非常重要。我们需要及时了解社会公众对污名群体的真实态度或者污名群体对其他群体的态度,以采取措施缓解群体之间的冲突,预防犯罪事件发生。目前污名群体内隐社会认知的研究还没有受到广泛的重视。因此,随着污名研究实践的进一步发展,越来越多的研究者会把研究的重点转移到污名群体内隐社会认知领域。

未来污名内隐社会认知研究的领域将集中在以下几个方面。首先,内隐态度的研究,包括公众对污名群体内隐态度,污名群体对自己群体以及对其他污名群体或主流群体的内隐态度,以及外显态度与内隐态度的比较研究等几个方面;其次,公众对污名群体内隐和外显态度的关系的研究还缺乏一致的结论,内隐和外显态度之间是否存在分歧或者分歧是否存在于某些特定的群体,还有待于进一步的验证;最后,污名群体内隐自尊研究,内隐自尊与外显自尊之间的关系及其对心理健康的影响也将在未来的研究中受到重视。

##### 4.3 消除污名影响的研究

一些理论提出了消除污名影响的途径,如:Link 等认为,可以通过改变雇主关于污名的信念和态度,以增加污名群体的就业机会来减少污名的影响<sup>[4]</sup>;Estroff 等人认为可以通过教育来促进社会公众与污名群体的交流和接触,使人们更好地了解污名群体,消除人们的消极刻板印象,减少歧视和偏见<sup>[31]</sup>。另外,与污名群体的接触也可以帮助污名群体了解公众,消除污名群体对社会公众的敌意,减少社会群体之间的矛盾与冲突。

但是消除污名影响缺乏实证研究,也没有相应的研究报告。因此无论在纵向上还是横向上,消除污名的实践研究都有着广阔的空间。如纵向上可以尝试从改变人们的态度、信念入手来改变社会公众对污名群体的刻板印象,减少偏见和歧视带给污名群体的影响。还可以通过改变人们的行为、促进人们与污名群体的接触,来消除污名的影响。横向上可以在不同的污名群体中开展相关研究,探讨不同污名群体最有效的干预方式,等等。

## 参考文献

- [1] Major B, O'Brien L. The Social Psychology of Stigma. *Annual Review of Psychology*, 2005, 56: 393~421
- [2] Goffman E. *Stigma: Notes on the management of spoiled identity*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall, 1963. 1~10
- [3] Kurzban R, Leary M R. Evolutionary Origins of Stigmatization: The Functions of Social Exclusion. *Psychological Bulletin*, 2001, 127(2): 187~208
- [4] Link B G, Phelan J C. Conceptualizing stigma. *Annual Review of Sociology*, 2001, 27: 363~385
- [5] Turner J C. Towards a cognitive redefinition of the social group. In: Tajfel H ed. *Social identity and intergroup relations*. England: Cambridge University Press, 1982. 15~40
- [6] Crocker J, Major B, Steele C. Social stigma. In: Gilbert D T, Fiske S T, Lindzey G, Boston, ed. *The handbook of social psychology* MA: McGraw-Hill, 1998. 504~553
- [7] Davies P G, Spencer S J, Quinn D M, et al. Consuming images: How television commercials that elicit stereotype threat can restrain women academically and professionally. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 2002, 28(12): 1615~1628
- [8] Branscombe N R, Schmitt M T, Harvey R D. Perceiving Pervasive Discrimination Among African Americans: Implications for Group Identification and Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1999, 77(1): 135~149
- [9] Crocker J, Major B. Social stigma and self-esteem: The self-protective properties of stigma. *Psychological Review*, 1989, 96(4): 608~630
- [10] Major B, Spencer S, Toni S, et al. Coping with negative stereotypes about intellectual performance: The role of psychological disengagement. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 1998, 24(1): 34~50
- [11] Harrell S P. A Multidimensional Conceptualization of Racism-Related Stress: implications for the well-being of people of color. *American Journal of Orthopsychiatry*, 2000, 70(1): 42~57
- [12] Bessenoff G R, Sherman J W. Automatic and controlled components of prejudice toward fat people: Evaluation versus stereotype activation. *Social Cognition*, 2000, 18(4): 329~353
- [13] Teachman B A, Woody S R. Automatic Processing in Spider Phobia: Implicit Fear Associations Over the Course of Treatment. *Journal of Abnormal Psychology*, 2003, 112(1): 100~109
- [14] Teachman B A, Wilson J G, Komarovskaya I. Implicit and Explicit Stigma of Mental Illness in Diagnosed and Healthy Samples. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 2006, 25(1): 75~95
- [15] Hebl M R, Kleck R E. The social consequences of physical disability. In: Heatherton T F, Kleck R E, Hebl M R, et al, ed. *The social psychology of stigma*. New York: Guilford Press, 2000. 419~439
- [16] Pryor J B, Reeder G D, Yeadon C, et al. A Dual-Process Model of Reactions to Perceived Stigma. *Journal of Personality and Social Psychology*, 2004, 87(4): 436~452
- [17] Taylor D M, Wright S C, Moghaddam F M, et al. The personal/group discrimination discrepancy: Perceiving my group, but not myself, to be a target for discrimination. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 1990, 16(2): 254
- [18] Ruggiero K M, Taylor D M. Why Minority Group Members Perceive or Do Not Perceive the Discrimination That Confronts Them. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1997, 72(2): 373~389
- [19] Kaiser C R, Miller C T. Stop complaining! The social costs of making attributions to discrimination. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 2001, 27(2): 254
- [20] Sechrist G B, Swim J K, Stangor C. When do the stigmatized make attributions to discrimination occurring to the self and others? The roles of self-presentation and need for control. *Journal of Personality and Social Psychology*, 2004, 87(1): 111~122
- [21] Lane J D, Wegner D M. The Cognitive Consequences of Secrecy. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1995, 69(2): 237~253
- [22] Smart L, Wegner D M. Covering Up What Can't Be Seen: Concealable Stigma and Mental Control. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1999, 77(3): 474~486
- [23] Santuzzi A M, Ruscher J B. Stigma salience and paranoid social cognition: Understanding variability in metaperceptions among individuals with recently-acquired Stigma. *Social Cognition*, 2002, 20(3): 171~197
- [24] Ullrich P M, Lutgendorf S K, Stapleton J T. Concealment of homosexual identity, social support and CD4 cell count among HIV-seropositive gay men. *Journal of Psychosomatic Research*, 2003, 54(3): 205~212
- [25] Link B G, Mirotznik J, Cullen F T. The Effectiveness of Stigma Coping Orientations: Can Negative Consequences of Mental Illness Labeling be Avoided? *Journal of Health and Social Behavior*, 1991, 32(3): 302~320
- [26] Frible D E, Platt L, Hoey S. Concealable Stigmas and Positive Self-Perceptions: Feeling Better Around Similar Others. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1998, 74(4): 909~922
- [27] Rowley S J, Sellers R M, Chavous T M, et al. The Relationship Between Racial Identity and Self-Esteem in African American College and High School Students. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1998, 74(3): 715~724
- [28] Kalichman S C, Nachimson D. Self-Efficacy and Disclosure of HIV-Positive Serostatus to Sex Partners. *Health*

- Psychology, 1999, 18(3): 281~287
- [29] Le'vy A, Laska F, Abelhauser A, Delfraissy J, et al. Disclosure of HIV seropositivity. *Journal of Clinical Psychology*, 1999, 55: 1041~1049
- [30] Pachankis J E. The Psychological Implications of Concealing a Stigma: A Cognitive-Affective-Behavioral Model. *Psychological Bulletin*, 2007, 133(2): 328~345
- [31] Estroff S E, Penn L D, Toporek R J. From Stigma To Discrimination: An Analysis of Community Efforts To Reduce the Negative Consequences of Having a Psychiatric Disorder and Label. *Schizophrenia Bulletin*, 2004, 30(3): 493~509

## Stigma Phenomenon and Its Psychological Effects

Zhang Baoshan<sup>1,2</sup> Yu Guoliang<sup>3</sup>

<sup>1</sup> *Institute of Psychology, Chinese Academy of Sciences, Beijing 100101 China*

<sup>2</sup> *Graduate University of Chinese Academy of Sciences, Beijing 100049, China*

<sup>3</sup> *Institute of Psychology, Renmin University of China, Beijing 100872, China*

**Abstract:** Stigma in essence is a negative stereotype. It is a devalued and insulted label which is imposed on some individuals or groups by the public. Stigma has profound effects on its targets. This article reviews the stigma-related literatures in three aspects. First, some important definitions of the stigma are introduced. Then the psychological effects of stigma are interpreted, including the function of stigmatizing others, the influences of stigma on the stigmatized individuals and the public attitudes and reactions to stigmas. Third, researches in two main areas of stigma are reviewed: 1. studies on discrimination of stigmas, and 2. studies of concealable stigma, e.g. psychological process and emotions of concealing stigma, implications of disclosing stigma etc. Finally, prospects of stigma studies in the future are recommended: studies of concealable stigmas, implicit social cognition and intervention to eliminate the negative influences of stigma.

**Key words:** stigma, mental effects, studies of stigma, discrimination of stigmas, concealable stigma.