

# 亲社会行为: 微观水平和宏观水平结合的研究

罗晓路<sup>a</sup>, 曾盼盼<sup>b</sup>

(1. 北京师范大学 a. 心理咨询中心; b. 心理学院, 北京 100875)

**摘要:** 亲社会行为研究从考察影响助人行为的因素到助人行为的动机研究, 发展到探究亲社会动机的基因和神经基础。目前, 研究者们将更多的精力投入到微观和宏观分析水平的研究中, 出现跨学科的研究取向。从社会认知神经科学的视角来探究亲社会行为, 已逐渐成为亲社会行为研究领域的热点, 在共情、群体过程和志愿者行为等领域取得了一些研究进展。

**关键词:** 亲社会行为; 共情; 群体过程; 助人行为

**中图分类号:** C4    **文献标志码:** A    **文章编号:** 1007-4937(2012)03-0091-05

亲社会行为也称助人行为, 是指人们在共同的社会生活中经常表现出来的, 符合社会期望并对他人、群体或社会有益的行为, 主要包括帮助、分享、合作、安慰、捐赠、同情、关心、谦让、互助等行为。亲社会行为是人与人之间在交往过程中维护良好关系的重要基础, 对个体一生的发展有重要意义。因此, 它是社会心理学的一个基本概念和重要研究主题。是什么力量驱使人们做出亲社会行为, 亲社会行为对个体有何意义, 如何培养亲社会行为等问题引起了社会心理学家极大的兴趣。

## 一、亲社会行为研究的历史回顾

社会心理学对亲社会行为的研究可追溯到麦独孤, 他认为亲社会行为是由父母本能( parental instinct) 所产生“慈爱的情感”( tender emotions) 之结果。然而, 对亲社会行为进行科学的研究源于社会心理学家对 1964 年基蒂·吉诺维斯被杀事件的关注。随后的 20 世纪 70 年代, 大量亲社会行为的研究应运而生, 主要考察影响亲社会行为的因素。这一时期, 拉塔涅和达利提出了旁观

者干预的决策模型<sup>[1]</sup>。该模型指出, 人们在做出亲社会行为( 助人反应) 之前要经过五个决策步骤: 第一步, 是否注意到事件的发生; 第二步, 对事件进行确认, 即是否将事件解释为需要帮助的事件; 第三步, 决定是否承担个人责任; 第四步, 选择帮助的方式; 第五步, 实施行动。其中, 每一步的决策都会影响旁观者最终的反应。后来, 皮里尔文将旁观者干预的决策模型与经济学的视角相结合, 提出了成本—收益分析模型。

20 世纪 70 年代中期至 80 年代, 研究重心从“人们何时出手相助”转移到“人们为什么会出手相助”, 即亲社会行为背后的动机是什么。研究者一般聚焦于三类机制: 学习、社会和个人规范、唤起和情感。前两者是认知机制, 后者是情绪机制。(1) 根据学习理论, 人们通过操作性条件反射和社会学习, 形成积极社会行为观念, 获得助人技能。(2) 关注社会和个人规范的研究强调当人们努力维持积极的自我意象或追求理想, 以及满足个人需求时, 社会责任和互惠等规范会促进助人行为<sup>[2]</sup>。这一视角将研究者的注意力从自发的、临时的助人行为转移到长期的、持续性的亲社会行为, 如志愿者活动, 这意味着研究者开始关注宏观分析水平的研究。(3) 关注唤起和情感的研究则强调情绪对引发亲社会行为的重要性。人们会被他人的痛苦所唤起, 这被称为共情唤起。共情唤起是多种助人行为背后的基本过程, 人们将自己的共情唤起解释为何种情绪, 影响着他们的助人动机。如果解释为愤怒或厌恶情绪, 人们不

收稿日期: 2012-01-27

基金项目: 国家自然科学基金项目( 81171292); 教育部人文社会科学重点研究基地重大项目( 10JJDXXL004)

作者简介: 罗晓路( 1972- ), 女, 贵州贵阳人, 副教授, 博士, 从事心理咨询与心理健康教育研究; 曾盼盼( 1979- ), 女, 浙江台州人, 讲师, 博士后流动站研究人员, 从事发展与教育心理学研究。

会去帮助;如果解释为难过、悲伤或内疚,人们会在利己动机的支配下去助人,以减缓自己的消极情绪;如果解释为同情和怜悯,利他动机会被诱发出来,这时人们助人的主要目的是减轻他人的痛苦<sup>[3]</sup>。

20世纪80年代后期至90年代初,人们讨论的焦点开始集中在具体的方法问题和纯粹的概念界定上。20世纪90年代中期后,一部分研究者开始探究亲社会动机的基因和神经基础,这一新的取向被称为微观水平的分析;而其他一些研究者开始考察群体与组织水平上的助人、合作行为,这一研究取向被称为宏观水平的分析。这两种水平的分析构成了当前亲社会行为研究的焦点。

## 二、近年来亲社会行为的研究热点

亲社会行为研究发展至今,研究者的视角日渐深入和开阔,将更多的精力投入到微观和宏观分析水平的研究中。随着这些研究的进展,一种跨学科的研究取向日趋明显。

### 1. 社会认知神经科学对共情的研究

人类的很多情绪(内疚、悲伤和担忧等)均可诱发亲社会行为。由于产生这些情绪的基础是对他人状态的共情唤起,共情可能是连接遗传倾向和直接的亲社会行为的基本成分。在社会认知神经科学发展起来后,研究者很快开始关注共情的神经基础。该领域不断累积的证据表明,人们既可以共享另一个人的情绪或感觉状态,也可以通过对他人的推理来理解他人的意向、愿望和信念,即认知观点采择。尽管共情和对他人状态的认知推论经常同时发生,采用fMRI技术的研究表明,认知观点采择和共情激活了不同的神经网络。前者主要激活前额叶中部(medial prefrontal regions)、颞上沟(the Superior Temporal Sulcus, STC)以及顶叶( Parietal lobe)<sup>[4]</sup>;而后者激活的脑区主要集中在前脑岛(Anterior Insula, AI)和扣带回(Anterior Cingulate Cortex, ACC)区域<sup>[5]</sup>。

社会认知神经科学家对共情做出了界定。辛格等认为:(1)共情是一种情绪状态;(2)这种状态与另一个人的情绪状态是同形的;(3)这种状态由对另一个人情感状态的观察和想象引起;(4)共情者知道是另一个人引起了自己的情感状态<sup>[6]</sup><sup>466</sup>。这种界定能有效区分共情与观点采择、同情、怜悯和情绪感染等概念的差异。尤其需要注意的是,共情与同情或怜悯不同,被共情引发的

情感状态与另一个人的情感状态是同形的,同情或怜悯却并非如此。共情不一定会激发亲社会动机,共情有时甚至有阴暗的一面,比如,用来抓住另一个人的弱点,使其受苦。而同情或怜悯则与亲社会行为有必然联系,如科姆等发现,对另一个人的悲伤表情产生怜悯会显著地激活中脑腹侧纹状体/隔膜区网络(midbrain-ventral striatum/septal region network),这些区域对于诱发亲社会取向的动机及伴有的价值感起重要作用<sup>[7]</sup>。

社会认知神经科学家还总结出大脑共情反应的调节因素。例如,情绪的内在特征、共情者与共情对象的关系、共情者的特征、情绪刺激的显著性与强度、情境因素等等。研究者提出了两种类型的共情调节<sup>[6]</sup><sup>469</sup>。一方面,个体可以自愿地控制自己的情绪反应,例如,某些有强烈宗教信仰的人,可以很好地控制自己的情绪和感觉;另一方面,内隐的评价过程可以在很大程度上调节共情反应的强度。后者是社会认知神经科学关注的重点。

尽管社会认知神经科学对共情的研究取得了令人瞩目的进展,但仍存在不少有待解决的问题。例如,目前研究者已经确认了影响大脑共情反应的关键因素,那么这些因素的重要性是否有所不同?它们在调节大脑共情反应时是否会发生复杂的交互作用?再如,很多研究通过检验神经的共情反应与共情的行为特质测量结果之间的关系,来考察大脑共情反应的个体差异。结果发现,共情的行为测量得分越高,AI和ACC区域的激活也越强。然而,这些个体差异源自何处,这些个体差异是否可以预测同情和怜悯等包含亲社会动机的情感?连接共情和亲社会行为的机制到底是怎样的?这些问题都需要进一步澄清。

### 2. 群体过程与助人行为的关系

群体过程与助人行为的关系也是近年来亲社会行为研究的热点。关于该主题的大量研究都揭示了一种对自己所属群体成员较强的偏爱倾向,即人们更有可能关心那些与自己属于同一群体的人,因而也更有可能去帮助他们。杜威迪欧等人发现,诱发一种“共同群体身份”可促进对先前被知觉为外群体成员的个体的帮助行为<sup>[8]</sup>。当助人者和被助者属于同一文化群体时,共情对于助人行为的影响较强,而当两者分属不同群体时,共情对助人行为的诱发作用则相对较弱。斯图莫等还考察了群体成员身份如何调节被助者的吸引力

对助人行为的预测作用,发现当被助者是外群体成员时,吸引力对助人行为的预测作用比当被助者是内群成员时更强。这说明,在内群体条件下,共情是助人行为较重要的预测因素;而在外群体条件下,人际间因素,诸如吸引力,是助人行为更为重要的预测因素。群体成员身份不仅对人际间的助人产生影响,也能调节群体间的互助。

群体过程会影响助人行为,另一方面,助人行为也会对群体间过程产生影响。那德勒等指出,助人的双方往往是不平等的,即助人者往往比受助者有更大的权力、更高的地位和更多资源,而且长期的帮助会使接受帮助的人或群体产生依赖感和无能感。由此可见,群体间助人可被作为一种策略,来维护群体利益或实现某种群体间的关系。亲社会行为可作为在群体内和群体间背景下改善关系状况的交流行动。

### 3. 志愿者活动

志愿者活动是在组织背景下的一种有计划的长期亲社会行为。2000年以来,社会学家和心理学家对这个领域的研究兴趣浓厚。社会学家关注社会建制和人口学因素与志愿者行为的关系,考察社会经济地位和收入水平与志愿者行为关系等。心理学家则关注潜在志愿者的个性和需要,以及他们面临的社会情境对志愿者活动的影响。彭纳和哈特等人的研究发现了一组个性倾向对于决定一个人是否当志愿者发挥着重要作用。施耐德等人则进一步探讨了为什么不同背景、不同个性的人 would 去参与相似的志愿者活动。他们发现,相同的志愿者活动能满足不同个体或相同个体在不同时间的不同需求和目标。哈特等人试图整合社会学和心理学的视角,基于取自全美范围的调查数据,指出个性因素和社会结构因素(如家庭、文化)均会对志愿者活动发生的概率产生影响,但这种影响以个人内部的认知过程(如态度、身份认同、对理想的承诺)和人们社会网络的丰富程度为中介。

志愿者活动是一种长期的活动,哪些过程与志愿者活动的维持有关呢?欧姆图和施耐德认为,持续的志愿者活动主要由最初人们去当志愿者的动机或需要,与人们作为志愿者的实际经历的匹配程度所决定;同时,亲社会倾向,对志愿者活动的社会支持,对志愿者经历的满意度,以及与组织的融合程度等,对于维持志愿者活动也有重要作用。而皮里尔文等提出的角色身份模型则关

注社会角色和社会背景对持续志愿者活动的影响<sup>[9]</sup>。模型中两个关键的结构,即知觉到的期望和角色身份,变成了该志愿者的个人身份的一部分。知觉到的期望使个体决定去当志愿者,组织变量(如某志愿者服务组织的声望)以及与实际志愿者活动相关的经历和行为,促进了志愿者的角色认同,而这种角色认同,是维持志愿者活动的直接原因。

此外,社会心理学家还考察了志愿者活动对于志愿者自身可能产生的益处。在微观和宏观分析水平上,有大量研究考察了亲社会行动对于个人可能产生的益处。对志愿者活动所产生的积极身心效应的研究主要关注志愿者活动是否有长期的益处,志愿者活动的数量和类型,志愿者的差异是否会影响志愿者活动的效应,产生这些积极效应的机制是什么等。皮里尔文等人通过长期的追踪研究发现,志愿者活动能对青少年产生积极的发展性影响,与青少年和成年人的身心健康和幸福感有正向联系;参与的志愿者活动越多样,时间越长,一致性越高,志愿者的身心健康水平就越高;志愿者活动对不同个体的效应是否不同?答案是肯定的。个体融入社会的程度调节着志愿者的效应。那些与社会更为疏离,即单身、较少与朋友或亲戚来往,或住在人口稀少地区的个体,更能从志愿者活动中受益。

## 三、亲社会研究的发展趋势和研究建议

从近年来亲社会研究所关注的问题可以看出,研究者更倾向于从微观和宏观层面对亲社会行为进行研究,因此,研究视角更为深入,也更具开阔性。同时,研究者正在试图结合不同的分析层面对亲社会行为进行探究,旨在对亲社会行为形成更全面、更具整体性的理解。

### 1. 亲社会的社会认知神经科学研究

尽管从社会认知神经科学的视角来探究亲社会行为,已逐渐成为亲社会行为研究领域的热点,并取得了丰硕的成果,但仍存在不少有待深究的问题。

首先,关于稳定的、可观察的亲社会倾向的个别差异如何在神经科学水平上得到证明,还没有得到系统的探讨。未来的研究可以通过对表现出稳定的亲社会倾向的个体和没有表现这种特征的个体,在脑结构和功能上的差异进行比较,来考察这个问题。以神经科学的视角对这样的个体进行

研究,有助于社会神经科学家更好地理解潜藏于复杂社会行为之下的神经机制过程。这种研究对于人格心理学家而言同样也很有价值。大部分亲社会人格的研究只是通过自我报告的方法简单地证明了某些人格特征与亲社会行为相关,但尚不能真正解释为什么会存在这种关系,如果我们能确认“乐于助人”和“不乐于助人”的人在神经科学水平上的差异,就可以对这个问题做出回答。

其次,最近还有一些研究者开始探索药理学的干预对大脑共情反应和亲社会行为的调节作用。例如一种叫后叶催产素(oxytocin, OT)的神经肽的使用对共情的影响。这暗示着亲社会研究整合各层面、各学科的可能性正在提高。据已有的关于人类的研究证据,OT是社会行为加工的潜在调节因素。具体而言,OT可以降低对社会压力的身心反应,可以调节社会记忆,以及提高信任、宽容和推断他人心理状态的能力。辛格等采用其对痛觉的共情研究范式同时考察了OT和亲社会行为的个体差异对大脑共情反应的效应<sup>[10]</sup>。结果发现,OT没有影响与共情相关的脑激活(即AI区域的激活),大脑的共情反应与亲社会行为也没有正向的联系。但这个研究发现了一个有趣的现象,即“亲社会的”被试与“自私的”被试对OT的反应有所不同,当“自私的”被试自己接受痛刺激时,OT降低了杏仁核的激活。这意味着“自私的”被试可能并不像通常人们所想象的那样理性和缺乏情感,他们的行为不是由推理所决定,而是由他们的焦虑感觉所决定的。当然,目前在OT对共情和亲社会行为的影响以及影响机制这类问题上还存在争议,有待研究者进一步探究。

## 2. 无意识过程对亲社会行为的影响

彭纳等认为,将更多的注意力放在引发亲社会行为的最近端的原因上,也是对亲社会行为形成更广阔的,更具整合性的理解的一个途径。近来有不少研究考察了启动效应对一个人提供帮助的可能性的影响,其中有一些研究考察了无意识过程对亲社会行为的影响。例如,沙瑞夫和诺伦扎杨发现上帝概念的内隐激活对亲社会行为有正面效应,而通过自我报告进行测量的宗教虔诚度与亲社会行为没有关系。这样的研究策略揭示出内隐态度和外显态度所预测的是不同的效应,内隐态度是对自发反应的最好预测,外显态度是对有意行为的最好预测。杜威迪欧等人认为这种研究策略同样可以用于考察亲社会行为最近端的原

因,并进一步探明亲社会行为在什么情况下以及如何发生。这类研究还有可能帮助我们理解进化心理学家所描述的亲社会倾向如何转化为实际的亲社会行为。

## 3. 消极生活事件对亲社会行为的影响

利他主义和亲社会行为源于积极的经验和过程,而攻击行为或反社会行为则往往植根于消极的生活状况和生活经历,这是社会心理学和发展心理学的传统观点。近年来,临床心理学和社会心理学的交叉研究领域正兴起的另一种视角,即“许多遭受忽视、身体虐待或性虐待,从迫害、折磨以及种族屠杀中生存下来的人,并没有仇恨或企图报复这个世界,而是努力以有意义的方式帮助他人”。事实上,当灾难等创伤事件发生后,我们总能观察到大量的互助行为,这种灾后助人现象在美国的9·11事件和中国汶川大地震发生后都有明显的表现。斯道伯创造了“生于苦难的利他主义”(altruism born of suffering)这一术语,来描述经历过苦难的个体如何获得特定的动机去帮助他人。然而,是什么经历使遭受过苦难的人变得有爱心和乐于助人,而不是变得富有攻击性?在遭受苦难后获得的特征和促使他们助人的过程,与通过积极的社会化经验获得的亲社会特征和过程是相同的吗?这些问题都值得进一步探究。迄今为止,还没有研究者对生于苦难的利他主义进行过系统的研究。沃尔哈特总结了以往大量而零散的研究、非研究资料,采用库尔的一般动机框架,来组织和整合有关生于苦难的利他的理论解释,提出了生于苦难的利他主义的理论模型,以此对苦难经历如何使人转化为亲社会的个体这一过程进行阐释。但这个模型还未得到系统化的实证研究的验证。另外,用以总结该模型的研究资料大多采用自我报告的方法,来考察消极生活经历对亲社会行为的影响,我们难以根据这些研究结论做出准确的推论。将来的研究也许可以在该模型的基础上,尽可能利用严格控制的实验设计,对“生于苦难的利他主义”进行系统的研究。

## 4. 亲社会行为对人际和群体过程的贡献

亲社会行为研究大多将亲社会行为当做结果变量,而事实上亲社会行为对于维持个人健康,建立或保持良好的人际关系和群体关系,有很重要的价值。因此,将助人、合作和志愿者活动等亲社会行为视为进行中的人际过程和群体过程的一部分,来考察其对于人际和群体过程的贡献,也是一

个很有潜力的研究方向。

近来已有研究发现,一些亲社会倾向,诸如共情,可能是宽恕的一个不可或缺的成分,而宽恕对于稳定的关系以及对于调解的成功,是一个重要的贡献因素。然而,外显的亲社会行为对于稳定的人际和群体关系的作用尚未受到实证研究的重视。关于灵长类动物之间调解的研究,以及关于亲社会倾向与宽恕的关系的研究提示我们,这可能是未来研究的一个很有前途的方向。杜威迪欧等人建议,将来的研究也许可以探索先前冒犯者的亲社会行为,能否通过引发一种相互的共情反应来促进宽恕?调解期相互的亲社会行动是否比没有亲社会行为或单方的亲社会行为,更能促进随后关系的稳定?

亲社会行为也是影响群体内和群体间过程的潜在重要因素。说到群体间行为,合作早就被奥尔伯特提出的接触假设(Contact Hypothesis)和谢里夫的研究确认为提高群体间关系的关键成分。近来更多关于接触假设的研究、现实的群体冲突的研究,以及如何使有激烈的冲突史的群体之间达成稳定、和谐的关系的研究,也已确认合作对于达成与维持积极的群体间关系的重要性。尽管合作是群体间接触的关键成分已得到诸多研究的支持,然而,一些更为具体、深入的问题还未得到清楚的解答。比如,在群体间接触过程的哪一个环节上进行合作最为有效?是否有一个最佳时机?这个最佳时机有没有可能是群体间历史关系的函数?例如,在没有冲突史的群体间,也许能较容易地促进共情和观点采择,以及较容易地通过引入促使不同群体成员自发合作的活动建立信任。反之,当群体间曾有过激烈冲突时,可能首先需要用涉及一系列相互的亲社会反应的干预活动来降低双方的紧张,建立足够的信任,这样双方才可以参与自发的合作活动。因此,亲社会行为的作用与功能,可能需要在不同的群体关系类型背景下进行深入研究。

亲社会行为的研究已有四十多年的历史,不管是理论建构还是实证研究方面都取得了重要的进展,成为心理学研究的重点和热点。特别是近二十年以来,研究者较为深刻地注意到亲社会行为的个体差异,试图揭示产生这些差异的原因,尤其是关于亲社会行为遗传和神经生理基础的研究,对揭示亲社会行为的稳定性和差异性具有重要意义。不过,在亲社会行为研究领域,有许多问

题有待于深入探讨:从研究对象上看,可以对一些特殊群体进行研究,如特殊儿童、“生于苦难的利他主义”等;从研究方法上看,可以采用追踪研究的方法,以更好地说明儿童亲社会行为连续和稳定发展的趋势等。

#### 参考文献:

- [1] Latané B, Darley J M. The Unresponsive Bystander?: Why Doesn't He Help? [M] New York: Appleton - Century - Crofts, 1970.
- [2] Omoto A M, Snyder M. Sustained Helping Without Obligation: Motivation, Longevity of Service, and Perceived Attitude Change among AIDS Volunteers [J]. Journal of Personality and Social Psychology, 1995, (68): 671 - 686.
- [3] Batson C D. The Altruism Question: Toward a Social - Psychological Answer [M]. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates, 1991.
- [4] Hein G, Singer T. I Feel How You Feel but not Always: The Empathic Brain and Its Modulation [J]. Current Opinion in Neurobiology, 2008, (18): 153 - 158.
- [5] De Vignemont F, Singer T. The Empathic Brain: How, When, and Why [J]. Trends in Cognitive Science, 2005, (10): 435 - 441.
- [6] Singer T, Seymour B, O'Doherty J P, Stephan K E, Dolan R J, Frith C D. Empathic Neural Responses are Modulated by the Perceived Fairness of Others [J]. Nature, 2006, (439).
- [7] Kim J W, Kima S E, Kim J J, Jeong B, Park C H, Son A E, Song J E, Ki S W. Compassionate Attitude towards Others' Suffering Activates the Mesolimbic-neural System [J]. Neuropsychologia, 2009, (47): 2073 - 2081.
- [8] Dovidio J F, Gaertner S L, Validzic A, Matoka A, Johnson B, Frazier S. Extending the Benefits of Recategorization: Evaluations, Self - Disclosure, and Helping [J]. Journal of Experimental Social Psychology, 1997, (33): 401 - 420.
- [9] Piliavin J A, Grube J A, Callero P L. Role as a Resource for Action in Public Service [J]. Journal of Social Issues, 2002, (58): 469 - 485.
- [10] Singer T, Snozzi R, Bird B, Petrovic P, Silani G, Heinrichs M, Dolan R J. Effects of Oxytocin and Prosocial Behavior on Brain Responses to Direct and Vicariously Experienced Pain [J]. Emotion, 2008, (8): 781 - 791.

(责任编辑:杨大威)